

ARTÍCULO ORIGINAL

Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental

Phubbing in Romantic Relationships: Cell Phone Use, Couple Satisfaction, Psychological Well-Being and Mental Health

Juan A. González-Rivera ^{1*}, Lorna M. Segura-Abreu ¹ y Valerie Urbistondo-Rodríguez ¹

¹ Universidad Carlos Albizu, Recinto de San Juan, Puerto Rico.

* Correspondencia: dr.juananibalgonzalez@outlook.com

Recibido: 04 de febrero de 2018; Revisado: 27 de abril de 2018; Aceptado: 30 de abril de 2018; Publicado Online: 01 de mayo de 2018

CITARLO COMO:

González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones*, 4(2), 81-91. doi: 10.24016/2018.v4n2.117

PALABRAS CLAVE

Bienestar;
Celular;
Phubbing;
Salud mental;
Satisfacción en la pareja.

RESUMEN

El propósito del estudio fue examinar si el uso frecuente del celular (phubbing) impacta directamente la satisfacción en las relaciones románticas e indirectamente el bienestar psicológico y la salud mental de los puertorriqueños. El Estudio 1 analiza las propiedades psicométricas de la Escala de Phubbing en la Pareja y de la Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular. Los análisis demostraron que las escalas son confiables y válidas. El Estudio 2 evaluó el objetivo principal del estudio con una muestra no probabilística de 392 puertorriqueñas seleccionados por disponibilidad. Los resultados confirmaron el rol mediador que tiene la satisfacción en la relación de pareja entre el phubbing, el bienestar psicológico y la salud mental. En general, los participantes que reportaron mayor phubbing, mostraban menor satisfacción en la relación de pareja, mayor sintomatología asociada a depresión, ansiedad y estrés, y menor bienestar psicológico. Nuestro estudio aporta evidencia sobre el efecto negativo que puede tener el uso desmedido del celular en las relaciones románticas, así como en la salud mental de los individuos.



KEYWORDS

Cell phones;
 Couple's satisfaction;
 Mental health;
 Phubbing;
 Well-being.

ABSTRACT

The purpose of this study was to evaluate if frequent cell phone use (phubbing) has a direct impact in the couple's satisfaction, and an indirect effect on the psychological well-being and mental health of Puerto Rican. Study 1 examines the psychometric properties of the Partner Phubbing Scale and the Cell Phone Conflict Scale. The scales were found to be highly reliable and valid. Study 2 assessed the study's proposed relationships among a non-probabilistic sample of 392 Puerto Ricans, selected by availability. The results showed a significant mediation of couple's satisfaction in the relationship between phubbing, psychological well-being and mental health. Overall, participants who rated more phubbing in their relationships also reported lower couple's satisfaction, more symptoms related to depression, anxiety and stress, and lower psychological well-being. Our study provides empirical evidence on the negative effect of excessive use of cell phones within romantic relationships, as well on people's mental health.

En los últimos años ha incrementado abrumadoramente el uso de teléfonos inteligentes (*smartphone*) en Puerto Rico y a nivel mundial. Por ejemplo, en el 2010, el 38% de la población puertorriqueña ya tenía algún teléfono inteligente (Rodríguez, 2010). En ese año, se esperaba que para el 2015, el 50% de la población puertorriqueña tuviese a su alcance un teléfono inteligente. Sin embargo, las estadísticas sorprendieron cuando se registró un fuerte crecimiento de personas utilizando *smartphones* de 61.1% en 2014 a 77.3% en el 2015 (SME, 2015). Los teléfonos inteligentes y el incremento de sus aplicaciones tecnológicas han permitido que la personas estén conectadas, en todo momento y lugar, a sitios de información, internet y redes sociales (Organista, McAnally & Lavigne, 2013). No obstante, a pesar de las evidentes ventajas que ofrecen los *smartphones*, el uso de la tecnología puede generar conflictos y problemas en las relaciones románticas, afectando, consecuentemente, el bienestar y la satisfacción de la misma (Coyne, Stockdale, Busby, Iverson & Grant, 2011; McDaniel & Coyne, 2016; Roberts & David 2016).

En este contexto, donde el *smartphone* es la herramienta principal para manejar contenidos multimedia y conectarse inalámbricamente a internet, surgen algunas interrogantes: ¿suscitará el uso del celular tantos conflictos en las relaciones románticas como para afectar la satisfacción de la misma?, ¿el efecto adverso del uso del celular en las relaciones románticas tendrá la fuerza de afectar negativamente el bienestar psicológico de los individuos?, y, ¿estará el uso del celular indirectamente relacionado con la salud mental de los integrantes de la pareja? Para responder a estas preguntas, estudiaremos el fenómeno del phubbing –menospreciar o ignorar a quien nos acompaña por prestar mayor atención al celular– y sus efectos directos en la satisfacción en las relaciones románticas e indirectos en el bienestar psicológico de los integrantes de la pareja desde un enfoque funcional de la psicología social. Concretamente, el propósito principal de nuestro estudio es examinar si el uso frecuente del celular impacta negativamente la satisfacción en las relaciones románticas, el bienestar psicológico y la salud mental de los individuos que perciben phubbing por parte de su pareja.

Uso del Celular

En la actualidad, más del 81% de los estadounidenses tiene un teléfono inteligente y pasan más tiempo en sus dispositivos electrónicos (8 horas y 41 minutos) que durmiendo (8 horas y 21 minutos) (Davies, 2015). A su vez, Adams y Kisler (2013) encontraron que el 47% de las personas se despiertan en las noches para responder mensajes de textos y mensajes en las redes desde su *smartphone* y el 40% se despierta para contestar llamadas por la noche. A esto le añadimos que, el 80% de las personas, lo último que hacen antes de dormir y lo primero que hacen cuando se despiertan en las mañanas es revisar sus teléfonos celulares (Lee, Chang, Lin & Cheng, 2014; Statistic Brain, 2012; IDC/Facebook, 2013). Además, dos de cada tres personas norteamericanas duermen toda la noche con sus *smartphones* cerca (Statistic Brain, 2012).

Los teléfonos inteligentes ya no son una simple herramienta de comunicación, sino que ahora son una necesidad en la vida de las personas. Esto se debe a que el teléfono celular ha ido reemplazando las computadoras y otros aparatos tecnológicos. Las personas ven su teléfono celular como una parte integral de quienes son y/o como una extensión importante de sí mismos (Belk, 1988). Además, los teléfonos celulares son fundamentales en el mantenimiento de las relaciones sociales y en la conducción de las exigencias de la vida cotidiana (Junco & Cole-Avent, 2008; Junco & Cotton, 2012). Asimismo, el 56% de los usuarios de internet acceden a la web utilizando sus teléfonos celulares (Brenner, 2012). Algunos catalogan el uso del celular como un comportamiento adictivo y/o compulsivo, dado que su utilización es descrita como un impulso habitual y recurrente de continuar conectado a pesar de su impacto negativo en el bienestar propio (Roberts, Petnji Yaya & Manolis, 2014). De hecho, verificar constantemente el teléfono celular se considera un comportamiento compulsivo (Oulasvirta, Rattenbury, Ma & Raita, 2012).

Por otra parte, la conducta compulsiva o necesidad persistente por utilizar el celular en presencia de otras personas es denominada como phubbing (Chotpitayasunondh & Douglas, 2016). El término *phubbing* surge de la unión de las palabras "*phone*" (teléfono) y la palabra "*snubbing*" (des-

preciar). Según Karadag et al. (2015), el phubbing consiste en el acto de menospreciar o ignorar a quien nos acompaña al prestar mayor atención a nuestro celular (*smartphone*). En el caso del *phubbing en la pareja*, se refiere a cómo una persona percibe que su pareja lo menosprecia o ignora por estar prestando más atención a su celular (*smartphone*). En otras palabras, es cuando el uso del celular interfiere en las interacciones y/o comunicación en una relación romántica (Roberts & David, 2016). Por su parte, a quienes practican el phubbing descuidando las interacciones presenciales se les denomina *phubbers* (Perdomo-Minta, 2017).

Phubbing y Relaciones Románticas

Varios investigadores, como Wang, Wang, Li y Miller (2014), y Ahlstrom, Lundberg, Zabriske, Eggett y Lindsay (2012), han identificado la interacción interpersonal como un importante predictor para la satisfacción en la relación de pareja. Por consiguiente, para que una relación romántica sea mutuamente satisfactoria, ambas personas deben estar presentes y debe existir una conexión, tanto emocional como presencial. Estar presente, se define como el proceso en que una persona se mantiene abierto y enfocado en otra persona sin interrupciones o distracciones internas o externas (Leggett & Rossouw, 2014). Cuando una persona siente que su pareja no está presente, pueden verse afectadas ciertas necesidades afectivas y provocar soledad, aun estando en compañía de su pareja (Roberts & David, 2016). A su vez, el no estar presente puede llevar a la pareja a experimentar bajos niveles de satisfacción en la relación y bajos niveles de romanticismo (McDaniel & Coyne, 2016; Roberts & David 2016).

Existen algunos estudios que tratan el tema de la interferencia de aparatos electrónicos en las relaciones de pareja (Coyne et al., 2011; McDaniel & Coyne, 2016). La mayoría de estos estudios encontraron que el uso excesivo de la tecnología, ya sean *smartphones* u otros aparatos electrónicos, genera conflictos y problemas en las relaciones de pareja, afectando, consecuentemente, el bienestar y la satisfacción de la misma. Asimismo, se ha evidenciado que utilizar el celular mientras se mantiene una conversación con la pareja, afecta la calidad de la comunicación y aumenta los niveles de distracción (Wang et al., 2017). Este efecto pernicioso no es responsabilidad de la tecnología en sí misma, debido a que en teoría, los equipos electrónicos son neutrales y pasivos respecto a su uso (Chesley, 2005). Es decir, las personas, libre y voluntariamente, deciden cuándo y cómo utilizarlos.

El desplazar o sustituir el tiempo invertido con la pareja es uno de los principales conflictos provocados por el phubbing (Roberts & David, 2016). Por ejemplo, McDaniel y Coyne (2016) encontraron que el 70% de las mujeres entienden que el uso de los aparatos electrónicos afecta la calidad de su relación e interfiere en la comunicación con sus parejas. Asimismo, otros autores asocian la presencia y/o utilización de teléfonos inteligentes con baja satisfacción y poca cercanía/conexión con la pareja (Przybylski & Weinstein, 2013; Roberts & David, 2016). Lo preocupante de este asun-

to es que todos los estudios revisados indican que el phubbing y el uso de aparatos electrónicos son una práctica común y conflictiva en las relaciones de pareja (Coyne et al., 2011; Lenhart & Duggan, 2014). Basado en lo expuesto en este apartado, esperamos que nuestro estudio correlacione estadísticamente el phubbing percibido por la pareja con la satisfacción en la relación.

Phubbing, Bienestar Psicológico y Salud Mental

Según Wang et al. (2014), la discordia en las relaciones románticas y la insatisfacción en la pareja aumentan la probabilidad de padecer depresión. Es decir, la insatisfacción en la relación romántica distancia a la pareja, disminuye el apoyo del cónyuge y aumenta el nivel de estrés en la relación; desarmando de esta forma, al individuo de un importante factor protector para la depresión (Proulx, Helms & Buehler, 2007). Asimismo, está más que probado, que la pobre calidad en las relaciones de parejas puede generar problemas de salud mental como, depresión y baja satisfacción con la vida (Beach, Katz, Kim & Brody, 2003; Davila, Karney, Hall & Bradbury, 2003; Proulx, Helms & Buehler, 2007). De hecho, varios metaanálisis confirman que existen más de 100 trabajos investigativos que establecen que la insatisfacción en la pareja conduce a mayores niveles de depresión, ansiedad y estrés, y bajos niveles de bienestar personal (Proulx et al., 2007; Whisman, 2001).

Por otra parte, el uso problemático del celular o el uso de las redes sociales genera conflictos en la pareja, que desencadena síntomas depresivos e insatisfacción, no tan solo en la relación de pareja, sino también en la vida familiar (McDaniel & Coyne, 2016). Esto se debe en su mayoría, a que el celular es un recurso que suele estar *siempre presente*, activo y a disposición de las personas; por ende, interfiere constantemente en la interacción de la pareja (Jarvenpaa & Lang, 2005). A su vez, varias investigaciones han encontrado correlaciones positivas entre un alto uso de la tecnología, los dispositivos electrónicos y la depresión (Adams & Kisler, 2013; Gentile et al., 2011; Pantic et al., 2012). Por estas razones, argumentamos que el phubbing en la pareja tendrá un efecto indirecto en el bienestar psicológico y la salud mental de los individuos, a través de la satisfacción en la relación de pareja.

Propósito de la Investigación

Hasta la fecha, ningún estudio en Puerto Rico ha examinado el impacto que tiene el uso frecuente del celular en las relaciones románticas, ni el efecto perjudicial que esta conducta pudiese tener en el bienestar psicológico y la salud mental de la población puertorriqueña. Para ello, llevamos a cabo dos estudios independientes. En el Estudio 1, examinamos las propiedades psicométricas de dos instrumentos relacionados al phubbing para su correspondiente validación en Puerto Rico. Por su parte, los objetivos del Estudio 2 fueron: (a) examinar si el uso del celular tiene algún efecto adverso en la satisfacción en la pareja, y (b) auscultar si el phubbing afecta indirectamente el bienestar psicológico y la

salud mental (ansiedad, depresión, estrés) de las parejas puertorriqueñas. Nuestros resultados deberían reflejar que la satisfacción en la relación romántica mediará positiva y significativamente la relación entre el phubbing, el bienestar psicológico y la salud mental (Véase Figura 1).

ESTUDIO 1

MÉTODO

Diseño

En esta primera fase utilizamos un diseño de estudio instrumental (Montero & León, 2007) donde analizamos las propiedades psicométricas de la Escala de Phubbing en la Pareja y de la Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular mediante análisis de factores exploratorio (EFA), confirmatorio (CFA) y análisis de consistencia interna. Esta investigación fue aprobada por el Comité para la Ética en la Investigación (IRB, por sus siglas en inglés) de la Universidad Carlos Albizu en San Juan, Puerto Rico.

Participantes

La muestra estuvo constituida por 252 adultos puertorriqueños reclutados electrónicamente mediante un anuncio en las redes sociales: Facebook, Twitter, WhatsApp, entre otras. La edad promedio de los participantes fue de 32.97 ($DE = 7.72$). De estos, 176 eran mujeres (70%) y 76 hombres (30%). En cuanto al tipo de relación, el 56% ($n = 140$) estaban casados y el 44% ($n = 112$) convivían en unión libre. En términos de la preparación académica, la mayoría de los participantes tenía un grado universitario completado (94%). Además, el 60% ($n = 150$) generaba ingresos anuales menores a \$25,000.

Instrumentos

En esta fase utilizamos dos instrumentos desarrollados por Roberts & David (2016) para medir phubbing en la pareja. La Escala de Phubbing en la Pareja evalúa cuánto una persona percibe que su pareja lo menosprecia o ignora por estar prestando más atención al celular (*smartphone*). La escala consta de 9 ítems con una escala de respuesta de cinco puntos que fluctúan de *Nunca* a *Todo el tiempo* (e.g., *Si el celular de mi pareja suena o vibra, lo revisa, aunque estemos en medio de una conversación*). El rango posible es de 9 a 45

puntos. A mayor puntuación, mayores interrupciones por el uso del celular percibe el individuo.

Por su parte, la Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular mide la frecuencia con que los participantes perciben que el uso del celular causa conflictos en su relación de pareja. Consta de 10 ítems con una escala de respuesta de cinco puntos que fluctúan de *Nunca* a *Todo el tiempo* (e.g., *Le he comunicado explícitamente a mi pareja cuánto me enoja su uso del celular*). El rango posible es de 10 a 50 puntos. A mayor puntuación, mayores conflictos por el uso del celular percibe el individuo. Por último, administramos un cuestionario de datos sociodemográficos para obtener información relacionada a la edad, tipo de relación, preparación académica e ingresos anuales.

Procedimientos

Los programas estadísticos utilizados en esta fase fueron IBM SPSS Statistics (versión 24) para los EFA, los análisis de discriminación y confiabilidad, y el programa STATA (versión 14.1) para los CFA.

RESULTADOS

Escala de Phubbing en la Pareja

Realizamos un EFA utilizando el método de componentes principales con rotación oblicua. Los resultados mostraron una estructura unifactorial que explica el 64.44% de la varianza de los datos. Las cargas factoriales de los ítems superan el .49. Las pruebas de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .95$) y de Bartlett ($\chi^2 = 1555.742$ (36), $p < .000$) apoyaron la adecuación de los datos de muestreo para el análisis. Luego, se analizó la discriminación de los 9 ítems mediante el índice de correlación ítem total. Los índices de discriminación oscilaron entre .47 y .81; estos valores superan el valor mínimo recomendado de .30 (Kline, 2005). Asimismo, los resultados demostraron que la escala tiene una adecuada consistencia interna ($\alpha = .93$). Por último, realizamos un CFA con ecuaciones estructurales utilizando el método de estimación de máxima verosimilitud con las correcciones de Satorra y Bentler (2001). Según los criterios de Byrne (2010), los resultados arrojaron un buen ajuste para el modelo, $\chi^2 = 42.79$ (26) $p = .02$, $RMSEA = .05$, $CFI = .99$, $TLI = .99$, χ^2 corregido = 36.07 (32) $p = .09$, $RMSEA$ corregido = .04, CFI corregido = .99, TLI corregido = .99 (véase Figura 2).



Figura 1. Modelo hipotetizado de mediación para esta investigación.

Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular

Utilizamos la misma estrategia de análisis para obtener las propiedades psicométricas de este instrumento. Los resultados mostraron una estructura unifactorial que explica el 55.67% de la varianza de los datos. Las cargas factoriales de los ítems superan el .52. Las pruebas de Kaiser-Meyer-Olkin ($KMO = .87$) y de Bartlett ($\chi^2 = 1841.500 (45), p < .000$) apoyaron la adecuación de los datos de muestreo para el análisis. Los índices de discriminación de los 10 ítems oscilaron entre .46 y .85, superando el valor mínimo recomendado por Kline (2005). A su vez, los resultados demostraron que la escala tiene una adecuada consistencia interna ($\alpha = .91$). Por último, realizamos un CFA con ecuaciones estructurales utilizando el método de estimación de máxima verosimilitud con las correcciones de Satorra y Bentler (2001). Los resultados arrojaron un buen ajuste para el modelo con las correspondientes liberaciones entre errores (Byrne, 2010), $\chi^2 = 88.02 (31) p < .001, RMSEA = .08, CFI = .97, TLI = .96, \chi^2$ corregido = 72.87 (31) $p < .001, RMSEA$ corregido = .07, CFI corregido = .97, TLI corregido = .96 (véase Figura 3). En la Tabla 1 se presentan las cargas factoriales de los EFA, los índices de discriminación de cada ítem, los coeficientes de regresión de los CFA y el Alfa de Cronbach de los instrumentos evaluados.

ESTUDIO 2

MÉTODO

Diseño

Para lograr el objetivo del Estudio 2, utilizamos un diseño no experimental de tipo transversal correlacional-causal (Montero & León, 2007), donde examinamos si el uso del celular tiene algún efecto directo en la satisfacción en la pareja e indirecto en el bienestar psicológico y la salud mental de los participantes.

Participantes

La muestra estuvo constituida por 392 adultos puertorriqueños de los cuales 80 fueron reclutados de forma presencial y 312 de forma electrónica (redes sociales). La edad promedio de los participantes fue de 33.02 ($DE = 7.55$). De estos, 274 eran mujeres (70%) y 118 hombres (30%). En cuanto al tipo de relación, el 55% ($n = 217$) estaban casados y el 45% ($n = 175$) convivían en unión libre. En términos de la preparación académica, la mayoría de los participantes tenía un grado universitario completado (93%). Además, el 61% ($n = 237$) generaba ingresos anuales menores a \$25,000.

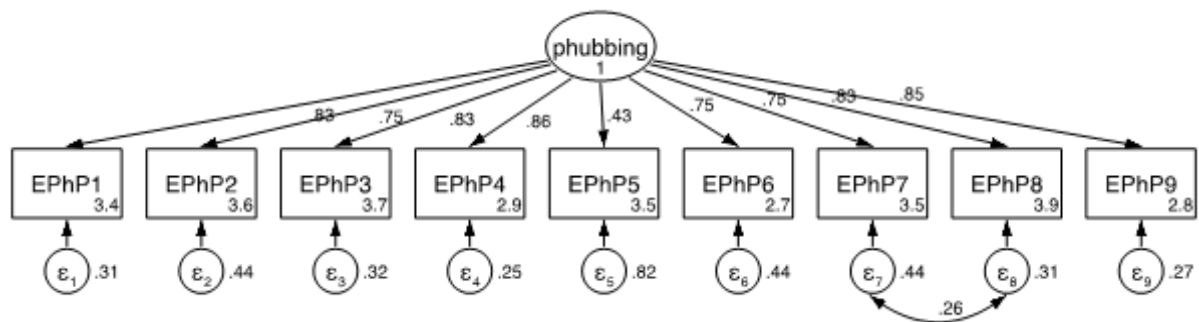


Figura 2. Modelo Unifactorial de la Escala de Phubbing en la Pareja.

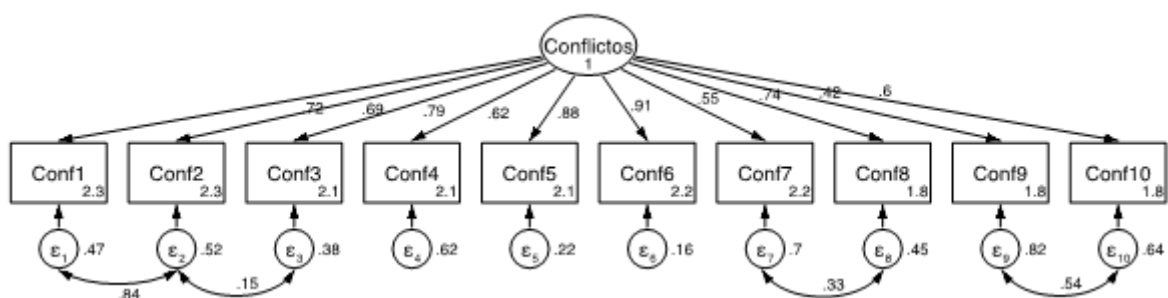


Figura 3. Modelo Unifactorial de la Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular.

Instrumentos

En el Estudio 2, además de administrar la Escala de Phubbing en la Pareja y la Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular (véase descripción en Estudio 1), utilizamos un cuestionario de datos generales y tres instrumentos adicionales para operacionalizar satisfacción en la pareja, bienestar psicológico y salud mental. Los mismos se explican a continuación.

Cuestionario de Datos Generales

Se desarrolló un cuestionario de datos sociodemográficos para obtener información relacionada a la edad, tipo de relación, preparación académica, ingresos anuales, entre otras variables que permitieron la descripción de la muestra. Además, contenía cinco preguntas relacionadas al uso del celular en la pareja: (1) ¿Entiende que el uso del celular por parte de su pareja está afectando o interfiriendo en su relación?, (2) ¿Ha tenido discusiones fuertes con su pareja a causa del uso excesivo del celular?, (3) Aproximadamente, ¿cuántas veces su pareja utiliza el celular mientras se encuentra conversando o interactuando con usted?, (4) Mientras se encuentra compartiendo una comida con su pareja (desayuno, almuerzo o cena), ¿él o ella utilizan el celular en la mesa o interrumpe el compartir por usar el celular?, y (5) Usted y su pareja, ¿tienen normas sobre el uso del celular mientras comparten?

Escala de Evaluación de la Relación de Pareja (Hendrick, 1988)

Este instrumento mide de forma global los sentimientos, pensamientos o conductas en la relación de pareja (e.g., ¿Qué tanto tu pareja satisface tus necesidades?). Consta de siete ítems con una escala de respuesta de cinco puntos que fluctúan de *Nada* a *Totalmente*. El rango posible es de 7 a 35 puntos. A mayor puntaje, mayor satisfacción y calidad en la relación de pareja exhibe la persona ($\alpha = .91$).

Escala Breve de Bienestar Psicológico

Este instrumento fue desarrollado por Ryff (1995) y adaptado a la población puertorriqueña por González-Rivera et al. (2016). Se compone de 17 reactivos organizados en una escala tipo Likert de seis puntos que va de *Fuertemente en desacuerdo* a *De acuerdo* (e.g., *Soy bastante bueno/a manejando las muchas responsabilidades de mi vida cotidiana; No tengo claro lo que quiero conseguir en la vida*). La escala consta de cuatro factores: 1) dominio del entorno, 2) propósito de vida, 3) auto-aceptación, y 4) autonomía. El rango posible es de 17 a 102 puntos. A mayor puntuación, mayor bienestar psicológico exhibe la persona ($\alpha = .86$).

Versión abreviada de las Escalas de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21)

Esta escala fue desarrollada por Lovibond y Lovibond (1995). Las tres escalas de autorreporte dimensional evalúan la presencia e intensidad de estados afectivos de depresión (*Me sentí triste y deprimido*), ansiedad (*Sentí que estaba cerca del pánico*) y estrés (*Me costó mucho relajarme*). Cada escala tiene siete ítems con una escala de respuesta cuatro puntos que fluctúan de *Nada* a *Mayor parte del tiempo*. El puntaje total se calcula con la suma de los ítems pertenecientes a esa escala y varía entre 0 y 21 puntos; a mayor puntuación, mayor sintomatología presenta la participante. Las tres escalas obtuvieron un índice de consistencia interna Alfa de Cronbach de .90 cada una.

Análisis de Datos

Para analizar los datos utilizamos el programa estadístico IBM SPSS Statistics (versión 24) donde obtuvimos información descriptiva, la confiabilidad de los instrumentos, las correlaciones entre cada una de las variables y las diferencias significativas entre los promedios de phubbing en la pareja, conflictos relacionados al uso del celular y satisfacción en la pareja por sexo (femenino y masculino). Luego, para poner a prueba el modelo hipotetizado de investiga-

Table 1.
Índice de discriminación y cargas factoriales de las escalas relacionadas al phubbing

| Escala de Phubbing en la Pareja ($\alpha = .93$) | | | | Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular ($\alpha = .91$) | | | |
|---|-------------|----------|---------|---|-------------|----------|---------|
| Ítem | <i>rbis</i> | Factor 1 | β | Ítem | <i>rbis</i> | Factor 1 | β |
| 1 | .80 | .85 | .83 | 1 | .72 | .79 | .73 |
| 2 | .72 | .78 | .75 | 2 | .68 | .76 | .69 |
| 3 | .79 | .84 | .83 | 3 | .77 | .83 | .79 |
| 4 | .81 | .87 | .86 | 4 | .59 | .67 | .62 |
| 5 | .47 | .49 | .43 | 5 | .81 | .87 | .88 |
| 6 | .72 | .79 | .75 | 6 | .85 | .90 | .91 |
| 7 | .74 | .81 | .75 | 7 | .54 | .61 | .55 |
| 8 | .82 | .87 | .83 | 8 | .70 | .76 | .74 |
| 9 | .81 | .86 | .85 | 9 | .46 | .52 | .42 |
| | | | | 10 | .60 | .66 | .60 |

Nota: α = Alfa de Cronbach; *rbis* = índice de discriminación del ítem; Factor 1 = cargas del análisis de factores exploratorio; β = estimados estandarizados de regresión del análisis de factores confirmatorio.

ción (Figura 1), utilizamos un modelo de ecuaciones estructurales (SEM) en el programa STATA (versión 14.1), con un modelo de mediación múltiple secuencial que estima simultáneamente múltiples efectos directos e indirectos con sus errores estándar y las correcciones de Satorra y Bentler (2001). Nuestro modelo sugiere que el phubbing predice negativamente la satisfacción en la relación de pareja, y ésta a su vez, impacta el bienestar psicológico y la salud mental de los individuos. Para confirmar el ajuste del modelo, utilizamos el RMSEA, el CFI, el TLI y el CFI (Byrne, 2010).

RESULTADOS

Análisis descriptivos

En primer lugar, los resultados reflejaron que el 62% ($n = 244$) de los participantes entiende que el uso del celular por parte de la pareja está afectando o interfiriendo en su relación romántica, mientras que el 64% ($n = 251$) reportó que ha tenido discusiones fuertes con su pareja por el uso del celular. Por su parte, el 78% ($n = 304$) de los participantes indicó que su pareja utiliza el celular en la mesa mientras comparten una comida. Además, los resultados mostraron que las parejas utilizan el celular un promedio de 8 veces por conversación. Sin embargo, solo el 30% ($n = 116$) de las parejas tienen normas sobre el uso del celular mientras comparten juntos.

Correlaciones

Luego, realizamos análisis de correlación para todas las variables en nuestro estudio, calculamos los índices de consistencia interna y obtuvimos las medias y desviaciones estándar de las medidas (véase Tabla 2). Los análisis revelaron asociaciones significativas entre las dos medidas relacionadas al phubbing y todas las variables de salud mental y bienestar psicológico. Es decir, a mayor phubbing en la pareja, mayores conflictos por el uso del celular, menor satisfacción en la relación de pareja, menor bienestar psicológico y mayor salud mental negativa (ansiedad, depresión y estrés).

Análisis de comparación

Realizamos un análisis de comparación de medias prueba t con el propósito de evaluar si existen diferencias estadísticamente significativas entre las medias de phubbing en la pareja, conflictos relacionados al uso del celular y satisfacción en la pareja entre hombres y mujeres (véase Tabla 3). Los análisis reflejaron que las mujeres perciben estadísticamente más phubbing en la pareja, más conflictos en la relación causados por el uso del celular y menos satisfacción en la relación de pareja que los hombres.

Modelo Estructural de Phubbing en la Pareja

Luego, utilizamos un SEM para poner a prueba el modelo hipotetizado de investigación sobre el impacto del phubbing

Table 2.

Correlaciones entre las variables, sus medias, desviaciones estándar y Alfa de Cronbach

| | α | M | DE | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|-------------------------------|----------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|------|------|
| 1. Phubbing en la Pareja | .93 | 33.44 | 8.27 | - | | | | | |
| 2. Conflictos por uso Celular | .91 | 28.34 | 10.07 | .72* | - | | | | |
| 3. Satisfacción en la Pareja | .91 | 26.18 | 5.58 | -.45* | -.54* | - | | | |
| 4. Bienestar Psicológico | .86 | 75.14 | 13.88 | -.20* | -.24* | .44* | - | | |
| 5. Ansiedad | .90 | 3.64 | 4.52 | .23* | .31* | -.31* | -.36* | - | |
| 6. Depresión | .90 | 4.79 | 5.10 | .26* | .36* | -.44* | -.50* | .79* | - |
| 7. Estrés | .90 | 6.89 | 5.44 | .25* | .36* | -.32* | -.37* | .77* | .82* |

Nota. * = $p < .01$; α = Alfa de Cronbach; M = medias; DE = desviación estándar.

Table 3.

Resultados del análisis de comparación de medias Prueba t y tamaño del efecto

| Variables | N | M | DE | t | df | p | d |
|---------------------------|-----|-------|-------|-------|------|-----|-----|
| Phubbing en la Pareja | | | | | | | |
| Femenino | 274 | 35.04 | 7.90 | 6.08 | 390 | .00 | .67 |
| Masculino | 118 | 29.74 | 7.95 | | | | |
| Conflictos por el Celular | | | | | | | |
| Femenino | 274 | 30.41 | 9.28 | 6.52 | 390 | .00 | .70 |
| Masculino | 118 | 23.54 | 10.24 | | | | |
| Satisfacción en la Pareja | | | | | | | |
| Femenino | 274 | 25.49 | 5.59 | -3.77 | 390 | .00 | .42 |
| Masculino | 118 | 27.77 | 5.25 | | | | |

Nota: N = participantes; M = medias; df = grados de libertad; DE = desviación estándar; t = valor de la prueba t ; p = significancia; d = tamaño del efecto d de Cohen. ($N = 392$).

en la pareja, en el bienestar psicológico y salud mental de los individuos. De acuerdo a los índices de ajuste, consideramos que el ajuste de nuestro modelo conceptual es bueno ($\chi^2 = 42.27 (10) p < .000$, $RMSEA = .09$, $CFI = .98$, $TLI = .96$, χ^2 corregido = $37.86 (10) p < .001$, $RMSEA$ corregido = $.08$, CFI corregido = $.99$, TLI corregido = $.96$). La Figura 4 muestra el modelo con sus respectivas estimaciones de ruta estandarizadas. Según los resultados, el phubbing predijo una menor satisfacción en la pareja ($\beta = -.57, p < .001$). A su vez, esta baja satisfacción predijo un bajo bienestar psicológico ($\beta = .44, p < .001$) y una mayor salud mental negativa, es decir, mayor depresión, mayor ansiedad y mayor estrés ($\beta = -.28, p < .001$). En cuanto a los efectos directos del phubbing, encontramos un efecto significativo sobre la salud mental ($\beta = .25, p < .001$), pero ningún efecto sobre el bienestar psicológico ($\beta = .95, p > .001$). Además, se observaron efectos indirectos significativos entre el phubbing y la salud mental negativa ($\beta = .16, 95\% \text{ CIs } [.06, .18]$) y entre phubbing y bienestar psicológico ($\beta = -.24, 95\% \text{ CIs } [-.72, -.39]$).

Estos resultados confirman que la satisfacción en la relación de pareja media parcialmente la relación entre el phubbing y la salud mental, por lo que es posible que existan otras formas en que el uso del celular se asocie con la depresión, la ansiedad y el estrés. A su vez, se observó que los efectos indirectos y directos son significativos ($p < 0.05$), lo que confirma una mediación parcial en el modelo (MacKinnon, 2008). Para constatar la existencia de mediación parcial, se aplicó el Test de Sobel ($z = 4.06, p < .001$) (Baron & Kenny, 1986), encontrando que el cambio del efecto es estadísticamente significativo. Por último, encontramos que la satisfacción en la relación de pareja media completamente la relación entre el phubbing y el bienestar psicológico. Para constatar la existencia de mediación completa en el modelo, se aplicó el Test de Sobel ($z = -6.60, p < .001$) (Baron & Kenny, 1986), encontrando que el cambio del efecto es estadísticamente significativo.

DISCUSIÓN

El propósito de nuestra investigación fue examinar si el uso frecuente del celular impacta negativamente la satisfacción en las relaciones románticas, el bienestar psicológico y la salud mental de los individuos que perciben phubbing por parte de su pareja. Para lograr nuestro objetivo de investigación, llevamos a cabo dos estudios independientes. En el primero examinamos las propiedades psicométricas de la Escala de Phubbing en la Pareja y la Escala de Conflictos Relacionados al Uso del Celular para su correspondiente validación en Puerto Rico. Los resultados obtenidos indican que ambas escalas poseen las propiedades psicométricas adecuadas para evaluar el fenómeno del phubbing en las relaciones románticas. Además, los índices de confiabilidad obtenidos sugieren, según lo establece Kline (2000), que los instrumentos cuentan con la suficiente consistencia interna para ser utilizada como instrumento de medición científica en futuras investigaciones en Puerto Rico y otros países hispanoparlantes. Estos resultados son congruentes con los obtenidos por Roberts y David (2016) en su validación en Estados Unidos.

En el segundo estudio examinamos el efecto negativo del uso frecuente del celular mediante nuestro modelo de investigación, el cual propone que la satisfacción en las parejas mediará positiva y significativamente la relación entre el phubbing, el bienestar psicológico y la salud mental. Los resultados confirmaron el modelo propuesto y aportan evidencia estadística sobre el impacto pernicioso e insalubre que puede tener el uso frecuente del celular en las relaciones románticas e, indirectamente, en el bienestar psicológico y la salud mental de los integrantes de la relación. Este hallazgo es congruente con las apreciaciones de los participantes del estudio, dado que la mayoría indicó que el uso del celular por parte de la pareja afecta negativamente su relación romántica (62%), al grado de ocasionar fuertes discusiones y polémicas (64%). Dichas discordias pueden ser

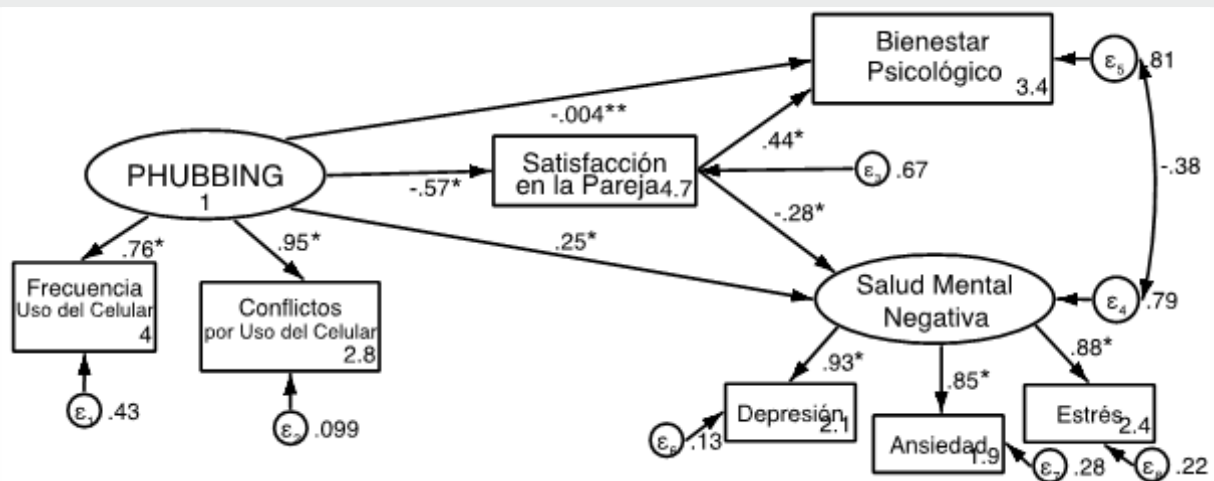


Figura 4. Modelo phubbing en las relaciones de pareja y su impacto en el bienestar mediante la satisfacción en la relación de pareja. Las puntuaciones con asterisco (*) representan los coeficientes betas estandarizados de la regresión. * = $p < .01$; ** = $p > .05$.

explicadas por el sentido de sustitución y rechazo que genera el sentirse ignorado por su pareja. Una vez se despiertan estos sentimientos, el individuo experimenta la carencia y necesidad de afecto, culminando este proceso en desagrado y coraje. De hecho, Roberts y David (2016) explican que, una vez comprometidas las necesidades afectivas del individuo, el resultado es soledad e insatisfacción en la relación.

Nuestro estudio demostró que el uso desmedido del celular causa conflictos en las relaciones románticas, al grado de interrumpir aquellos momentos donde la pareja intenta tener un espacio de calidad e intimidad como, por ejemplo, una cena o una conversación casual. Impresiona el hecho que las parejas interrumpen su comunicación usando el celular un promedio de 8 veces por conversación, cuando se ha evidenciado que los momentos de mayor intimidad y comunicación en las parejas ocurre en las cenas y conversaciones a solas (García, 2013). Las conversaciones de pareja, cuando ocurren con adecuados patrones de comunicación y sin distracciones internas o externas como es el uso del celular, permite que los integrantes de la relación estén presentes y conectados emocionalmente (Leggett & Rossouw, 2014). Estudios previos han demostrado que el no estar presente y la falta de conexión emocional repercute en una baja satisfacción en la relación de pareja (McDaniel & Coyne, 2016; Roberts & David 2016).

Otro importante hallazgo, no tomado en consideración en investigaciones previas en Estados Unidos (Roberts & David 2016) ni China (Wang et al., 2017), es que las mujeres reportaron más phubbing en la pareja, más conflictos en la relación causados por el uso del celular y menos satisfacción en la relación que los hombres. Inferimos tres posibles explicaciones para este hallazgo. Primero, los resultados sugieren que las mujeres tienen mayor conciencia de las implicaciones negativas que tiene el uso del celular en su relación romántica, por lo cual tendrá mayor cuidado al momento de utilizar su celular durante los momentos de calidad que comparte con su pareja. Segundo, las mujeres tienen mayores expectativas que el hombre sobre lo que es compartir tiempo de calidad, patrones de comunicación y estar presentes en la relación (Flores, 2011); es decir, espera más de la relación y, por tanto, se sentirá insatisfecha con mayor facilidad. La tercera posible explicación es que los hombres, por asuntos culturales y de género, no reconozcan que su relación está vulnerable por el uso frecuente del celular y eviten las señales que evidencian estos problemas (e.g., las discusiones por el uso del celular), mientras que las mujeres son más intuitivas en sus emociones. Es necesario que futuras investigaciones profundicen en este asunto.

Nuestros resultados ensanchan el trabajo realizado por Roberts y David (2016), quienes evaluaron el phubbing en las relaciones de pareja y su impacto en la satisfacción con la vida y la depresión. Lo novedoso de nuestro estudio es la inclusión de tres variables a los modelos ya estudiados (Roberts & David, 2016; Wang et al., 2017): bienestar psicológico desde la perspectiva eudaemónica, estrés y ansiedad.

Nuestro modelo de investigación, más complejo en términos de variables, permitió que profundizáramos más en el fenómeno del phubbing en la pareja. Como proponía nuestra hipótesis de trabajo, las medidas de phubbing correlacionaron con todas las variables del estudio, tanto la medida de bienestar psicológico como las medidas de salud mental. En fin, encontramos que a mayor phubbing por parte de la pareja, menor bienestar psicológico y mayores síntomas asociados a depresión, ansiedad y estrés. Estos resultados son congruentes con otros estudios internacionales que buscaban entender el efecto del phubbing en el bienestar de las parejas (Cizmeci, 2017; Roberts & David, 2016; Wang et al., 2017).

En cuanto a las implicaciones teóricas de nuestro estudio, evidenciamos que el phubbing en la pareja es un factor de riesgo que puede menoscabar la calidad de la relación romántica y aumentar, indirectamente, el riesgo de presentar síntomas asociados a la depresión, la ansiedad y el estrés. Todo esto como secuela al desligamiento interpersonal que provoca el uso excesivo del celular durante el tiempo de calidad de las parejas. Investigaciones previas han comprobado que la conexión emocional y la buena comunicación son necesarios para una buena calidad de la relación (Leggett & Rossouw, 2014). Otra importante aportación teórica de nuestro estudio es que, por primera vez en América Latina y el Caribe, se evidenció que la satisfacción en la relación de pareja media completamente la relación entre el phubbing y el bienestar psicológico. Esto quiere decir que el phubbing únicamente afecta el bienestar psicológico de los individuos en el contexto de las relaciones de pareja. También demostramos que la satisfacción en la relación de pareja media parcialmente la relación entre el phubbing y la salud mental individual, por lo que es posible que existan otras formas en que el phubbing se asocie con la depresión, la ansiedad y el estrés. Un posible ejemplo puede ser que las personas que experimentan estos síntomas asociados a la depresión, el estrés y la ansiedad, recurran al uso del celular como método de escape y evitación.

Sobre las implicaciones prácticas del estudio, aportamos valiosa información para el diseño de intervenciones dirigidas a la prevención y reducción del uso desmedido del celular en las relaciones de pareja. Nuestros resultados proponen varios focos de atención en la práctica terapéutica con parejas afectadas por el phubbing: (1) disminuir el uso frecuente del celular, principalmente, en presencia de la pareja, (2) desarrollar estrategias para mejorar la comunicación efectiva sin distracciones, (3) fortalecer la intimidad emocional, y, (4) por último, instituir normas conductuales sobre el uso del celular en la relación. Este último punto, resulta importante dado que solo el 30% de las parejas tienen normas sobre el uso del celular mientras comparten juntos. Los psicólogos pueden utilizar los hallazgos de nuestro estudio para psicoeducar a las parejas que atienden sobre las consecuencias perniciosas del phubbing en sus relaciones románticas.

Limitaciones y Futuras Investigaciones

Es meritorio señalar que nuestro estudio es el primero en América Latina y el Caribe que estudia los efectos nocivos del phubbing en las relaciones románticas y sus repercusiones indirectas en la salud mental. No obstante, identificamos algunas limitaciones que los lectores deben considerar. Primero, al nuestro estudio tener un diseño transversal, los lectores deben tener cuidado con las inferencias causales, dado que desconocemos si los resultados se sostendrán a través del tiempo. Por esta razón, recomendamos que se realicen investigaciones longitudinales que nos permitan entender con mayor profundidad el fenómeno del phubbing y sus implicaciones en las relaciones románticas. Segundo, el tipo de muestreo utilizado no nos permite generalizar los resultados de la investigación. Tercero, aunque se ha demostrado que la recopilación de datos por internet es confiable, válida, razonablemente representativa, rentable y eficiente (Mayerson & Tryon, 2003), puede ser limitada con respecto a la generalización de los datos como muestra por disponibilidad. En cuanto a futuras investigaciones, dado que el modelo reveló una mediación parcial de la satisfacción en la pareja entre el phubbing y la salud mental (ansiedad, depresión y estrés), se debe auscultar a profundidad las otras formas —no contempladas en nuestro estudio— en que el phubbing y la salud mental se afectan mutuamente. Es decir, la relación phubbing-salud mental, ¿será bidireccional?

Conclusión

En síntesis, nuestro estudio reveló que el phubbing impacta negativamente la satisfacción en las relaciones románticas y la salud mental de los individuos. Específicamente, los participantes que reportaron mayor phubbing, mostraban mayor sintomatología asociada a la depresión, la ansiedad y el estrés, menor satisfacción en la relación de pareja y menor bienestar psicológico. Estos hallazgos demostraron que el uso inadecuado del celular puede lacerar los patrones de comunicación de la pareja, afectar la calidad del tiempo que comparten juntos y provocar un número significativo de discusiones y discrepancias. En este sentido, sería saludable que la pareja dialogara este tema con respeto y empatía, buscando el bienestar de ambos. Si la pareja logra establecer normas sobre el uso del celular, consolidar sus patrones de comunicación y valorar el tiempo de calidad que comparten juntos sin interferencias externas, disminuirán sus conflictos asociados al uso del celular y protegerán su salud mental.

FINANCIAMIENTO

El presente estudio fue autofinanciado.

CONFLICTO DE INTERÉS

Los autores expresan que no hubo conflictos de intereses al redactar el manuscrito.

REFERENCIAS

- Adams, S.K. & Kisler, T. (2013). Sleep quality as a mediator between technology-related sleep quality, depression, and anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(1), 25-30. doi:10.1089/cyber.2012.0157
- Ahlstrom, M., Lundberg, N. R., Zabriskie, R., Eggett, D., & Lindsay, G. B. (2012). Me, my spouse, and my avatar. *Journal of Leisure Research*, 44(1), 1-22.
- Asociación de Ejecutivos de Ventas y Mercadeo de Puerto Rico (SME). (2015). *SME Digital & Mobile Behavioral Study*. San Juan, Puerto Rico.
- Baron, R., & Kenny, D. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Beach, S. R., Katz, J., Kim, S. & Brody, G. H. (2003). Prospective effects of marital satisfaction on depressive symptoms in established marriages: A dyadic model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(3), 355-371. doi: 10.1177/0265407503020003005
- Belk, R. W. (1988). Possessions and the extended self. *Journal of Consumer Research*, 15(2), 139-168.
- Brenner, J. (2012). *Pew Internet: Mobile*. Disponible en www.pewinternet.org/commentary/2012/february/pew-internet-mobile.aspx
- Byrne, B. M. (2010). *Structural equation modeling with AMOS: Basic concepts, applications, and programming*. New York: Psychology Press.
- Chesley, N. (2005). Blurring Boundaries? Linking Technology Use, Spillover, Individual Distress, and Family Satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 67(5), 1237-1248. doi:10.1111/j.1741-3737.2005.00213.x
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K.M. (2016). How "phubbing" becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63(1), 9-18. doi:10.1016/j.chb.2016.05.018
- Coyne, S. M., Stockdale, L., Busby, D., Iverson, B., & Grant, D. M. (2011). "I luv u:)": A descriptive study of the media use of individuals in romantic relationships. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 60(2), 150-162. doi:10.1111/j.1741-3729.2010.00639.x
- Cizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Phubbing behavior and relationship satisfaction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364-375. doi:10.7456/10702100/018
- Davies, M. (2015). *Average person now spends more time on their phone and laptop than sleeping, study claims*. Daily Mail.com. Disponible en <http://www.dailymail.co.uk/health/article-2989952/How-technology-taking-lives-spend-time-phones-laptops-SLEEPING.html>
- Davila, J., Karney, B. R., Hall, T. W. & Bradbury, T. N. (2003). Depressive symptoms and marital satisfaction: Within-subject associations and the moderating effects of gender and neuroticism. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 557-570. doi:10.1037/0893-3200.17.4.557
- Flores, M.M. (2011). Comunicación y conflicto: ¿Qué tanto impactan en la satisfacción marital? *Acta de Investigación Psicológica*, 1(2), 216-232.
- García, A.J. (2013). El tiempo con la familia en las parejas de doble ingreso: Un análisis a partir de la Encuesta de Empleo del Tiempo 2009-2010. *Estadística Española*, 55(182), 259-282.
- Gentile, D. A., Choo, H., Liau, A., Sim, T., Li, D., Fung, D., & Khoo, A. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), 319-329. doi:10.1542/peds.2010-1353.
- González-Rivera, J.A., Quintero, N., Veray, J., & Rosario, A. (2016). Adaptación y Validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una Muestra de Adultos Puertorriqueños. *Salud y Conducta Humana*, 3(1), 1-14.
- Hendrick, S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 50(1), 93-98. doi:10.2307/352430
- IDC/Facebook. (2013). *Always connected: How smartphones and social keep us engaged*. An IDC Research Report, Sponsored by Facebook. Disponible en [http://www.nu.nl/files/IDC-Facebook%20Always%20Connected%20\(1\).pdf](http://www.nu.nl/files/IDC-Facebook%20Always%20Connected%20(1).pdf)
- Jarvenpaa, S.L. & Lang, K. R. (2005). Managing the paradoxes of mobile technology. *Information Systems Management*, 22(4), 7- 23. doi:10.1201/1078.10580530/45520.22.4.20050901/90026.2

- Junco, R. & Cole-Avent, G. A. (2008). An introduction to technologies commonly used by college students. *New Directions for Student Services*, 124(1), 3-17.
- Junco, R. & Cotton, S. R. (2012). No A 4 U: The relationship between multitasking and academic performance. *Computers & Education*, 59(2), 505-514.
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Sahin, B. M., Culha, I. & Babadag, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60-74.
- Kline, P. (2000). *The Handbook of psychometric testing*. New York: Routledge.
- Kline, T. J. (2005). *Psychological testing: A practical approach to design and evaluation*. Thousand Oaks: Sage.
- Lee, Y. K., Chang, C. T., Lin, Y., & Cheng, Z. H. (2014). The dark side of smartphone usage: psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31(1), 373-383.
- Leggett, C., & Rossouw, P. J. (2014). The impact of technology use on couple relationships: A neuropsychological perspective. *International Journal of Neuropsychotherapy*, 2(1), 44-99. doi:10.12744/ijnpt.2014.0044-0099
- Lenhart, A., & Duggan, M. (2014). *Couples, the internet, and social media*. Disponible en <http://www.pewinternet.org/2014/02/11/couples-the-internet-and-social-media/>
- Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales* (2nd. Ed.). Sydney: Psychology Foundation.
- MacKinnon, D. P. (2008). *Introduction to Statistical Mediation Analysis*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- McDaniel, B.T., & Coyne, S. M. (2016). Technoference: The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98. doi:10.1037/ppm0000065
- Meyerson, P., & Tryon, W. W. (2003). Validating Internet research: A test of the psychometric equivalence of Internet and in-person samples. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 35(4), 614-620.
- Montero, I., & León, O. G. (2007). A guide for naming research studies in psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 7(3), 847-862. Recuperado de http://www.aepc.es/ijchp/GNEIP07_es.pdf
- Organista, J., & McAnally, L., & Lavigne, G. (2013). El teléfono inteligente (smartphone) como herramienta pedagógica. *Apertura*, 5(1), 6-19. Recuperado de <http://www.redalyc.org/html/688/68830443002/>
- Oulasvirta, A., Rattenbury, T., Ma, L., & Raita, E. (2012). Habits make smartphone use more pervasive. *Personal and Ubiquitous Computing*, 16(1), 105-114.
- Pantic, I., Damjanovic, A., Todorovic, J., Topalovic, D., Bojovic-Jovic, D., Ristic, S., & Pantic, S. (2012). Association between online social networking and depression in high school students: Behavioral physiology viewpoint. *Psychiatria Danubina*, 24(1), 90-93.
- Perdomo-Minta, L.V. (2017). *El phubbing y la comunicación familiar en los estudiantes del segundo año de bachillerato de la unidad educativa de personas con escolaridad inconclusa Monseñor Leonidas Proaño extensión Salcedo* (Tesis publicada). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador.
- Proulx, C. M., Helms, H. M. & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: A Meta-Analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593. doi:10.1111/j.1741-3737.2007.00393.x
- Przybylski, A. K., & Weinstein, N. (2013). Can you connect with me now? How the presence of mobile communication technology influences face-to-face conversation quality. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(3) 237-246. doi:10.1177/0265407512453827
- Roberts, J. A., & David, M.E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54(1), 134-141. doi:10.1016/j.chb.2015.07.058
- Roberts, J. A., Petnji Yaya, L. H., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 254-265. doi:10.1556/JBA.3.2014.015
- Rodríguez, L. (2010). *Estado de la Internet en Puerto Rico*. Estudios Técnicos, Inc. Disponible en http://www.estudios tecnicos.com/projects/citicapacitacion/pdf/Citi_Capacita_Luis_Rdz.pdf
- Satorra, A., & Bentler, P. M. (2001). A scaled difference chi-square test statistic for moment structure analysis. *Psychometrika*, 66(4), 507-514. doi: 10.1007/BF02296192
- Statistic Brain (2012). *Mobile device/cell phone statistics*. Disponible en <http://www.statisticbrain.com/mobile-device-cell-phone-statistics/>
- Wang, Q., Wang, D., Li, C., & Miller, R. B. (2014). Marital satisfaction and depressive symptoms among Chinese older couples. *Aging & Mental Health*, 18(1), 11-18.
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship length. *Personality and Individual Differences*, 110(1), 12-17. doi:10.1016/j.paid.2017.01.014
- Whisman, M. A. (2001). The association between depression and marital dissatisfaction. In S. R. H. Beach (Ed.), *Marital and family processes in depression: A scientific foundation for clinical practice* (pp. 324). Washington, DC: American Psychological Association.