

2026, Vol. 13, No. 1.

DOI: <https://doi.org/10.17979/reipe.2026.13.1.12627>

El fenómeno del *phubbing* en alumnado universitario: Un estudio exploratorio

The phenomenon of phubbing among university students: An exploratory study

Lucía Rama-Garrido ¹  <https://orcid.org/0009-0005-0730-9427>

Pilar Rey-Muiños ¹  <https://orcid.org/0009-0008-4567-1664>

Iris Estévez ²  <https://orcid.org/0000-0003-2821-5663>

Mercedes González-Sanmamed ³  <https://orcid.org/0000-0002-3410-6810>

¹ Facultade de Ciencias da Educación. Universidade da Coruña: <https://www.udc.es>

A Coruña, Galicia – España

² Departamento de Pedagogía e Didáctica. Facultade de Ciencias da Educación. Universidade de Santiago de Compostela <https://www.usc.gal/es>

Santiago de Compostela, Galicia – España

³ Departamento de Pedagogía e Didáctica. Facultade de Ciencias da Educación. Universidade da Coruña: <https://www.udc.es>

A Coruña, Galicia – España

Resumen

Aunque hoy en día el uso de las tecnologías permite obtener múltiples beneficios, es necesario tomar consciencia de las repercusiones negativas que pueden llegar a desencadenar. Entre las variadas problemáticas de reciente aparición se menciona el fenómeno del *phubbing*, que consiste en ignorar a otras personas durante una conversación presencial a razón de emplear el teléfono móvil, interfiriendo en la comunicación interpersonal y en las relaciones sociales. Con esta investigación se trata de conocer en qué medida está presente el *phubbing* entre la juventud universitaria, así como los efectos que puede generar. Se emplea una metodología cuantitativa y, concretamente, se aplica la Escala de *Phubbing* en su versión validada en el contexto español, a 441 estudiantes de diferentes titulaciones universitarias vinculadas al ámbito educativo y psicoeducativo. Los resultados apuntan un índice moderado de *phubbing*, especialmente en las cuestiones vinculadas a la obsesión por estar pendiente del teléfono móvil. En cualquier caso, se concluye que es necesario arbitrar medidas para evitar una incidencia mayor y, sobre todo, minimizar los riesgos psicológicos, sociales y educativos que genera la dependencia de los smartphones.

Palabras clave: *phubbing*; *smartphone*; alumnado universitario; adicciones

Abstract

Although nowadays the use of technologies allows multiple benefits to be obtained, it is necessary to be aware of the negative repercussions that they can trigger. Phubbing, which consists of ignoring another person during a conversation by using a smartphone, interfering with interpersonal communication and social relationships, is one of the many problems that have recently appeared. This study aims to examine the extent to which phubbing is present among university youth, as well as the effects it may generate. A quantitative methodology was employed, specifically applying the phubbing Scale in its version validated for the Spanish context to a sample of 441 students enrolled in different university degree programs related to the educational and psychoeducational field. The results indicate a moderate level of phubbing, particularly in items associated with obsession with mobile phone use. In any case, it is concluded that it is necessary to implement measures to prevent a greater incidence of this phenomenon and, above all, to minimize the psychological, social, and educational risks associated with smartphone dependence. and, above all, to minimize the psychological, social and educational risks that this generates.

Keywords: *phubbing*; *smartphone*; university students; addictions

Introducción

Desde finales del siglo pasado, y muy especialmente en la década actual, la llegada de las Tecnologías de la Información y de la Comunicación (en adelante TIC), supusieron una revolución en todos los aspectos de la vida y de la sociedad, convirtiéndose en las herramientas principales mediante las cuales se desarrollan las personas (Plaza de la Hoz, 2021; Díaz-Vicario et al., 2019).

Principalmente, a través de los teléfonos móviles, los usuarios tienen a su alcance la posibilidad de solventar y gestionar problemas muy variados, independientemente del lugar y del momento en el que se encuentren (Márquez, 2017; Pérez-Zúñiga et al., 2018). Además, diferentes investigaciones, destacan que estos dispositivos se caracterizan por ofrecer innumerables experiencias meta mediáticas, así como por aportar un beneficio emocional más profundo, actuando como una fuente de apoyo psicológico e incluso como objeto de apego (Melumad y Tuan-Pham, 2020).

Así pues, tal y como revela Malo Cerrato et al. (2023), y ya se apuntaba en los datos que se recogían en los datos presentados desde el Instituto Nacional de Estadística (2022), las TIC son utilizadas en el día a día por millones de personas de edades diversas, destacando la adolescencia como tramo de edad con un empleo más intenso (95,2%). Sin embargo, es importante tener en cuenta que si no se hace un uso apropiado de las mismas también pueden conllevar importantes repercusiones nocivas en la salud física y mental de las personas (Díaz-Vicario et al., 2019).

Es en la adolescencia, como etapa de transición a la vida adulta, cuando se suele buscar una mayor autonomía e independencia y, en este sentido, las TRIC permiten definir un espacio personal propio en el que evadirse de situaciones estresantes e ir encontrando otros agentes, personas o perfiles de referencia para seguir configurando sus creencias, valores y comportamientos. Además, la influencia de las TRIC en la etapa juvenil es múltiple por cuanto contribuyen a forjar su identidad y a conocerse a sí mismos, así como a poder expresarse o sentirse identificados con diferentes emociones, ideas y pensamientos (Gairín-Sallán y Mercader, 2018; García-Jiménez et al., 2020; Plaza de la Hoz, 2021). Al tratarse de una etapa evolutiva en la que se producen cambios tan importantes a nivel cognitivo, psicológico, social y cultural, y se crean nuevas conexiones en todas aquellas áreas que aún están por madurar (como la personalidad, el control de impulsos, la toma de decisiones, las relaciones sociales o el control de las emociones), conviene tomar conciencia del poder absorbente de lo digital y, por tanto, es seria la preocupación por la potencial adicción a los dispositivos digitales (Silva et al., 2017a, 2017b; Crespo-Berti, 2022).

La American Psychiatric Association (2013, 2022) y la Organización Mundial de la Salud (2019/2021), ya reconocieron la existencia de un trastorno adictivo en el juego online con síntomas

muy similares a los del consumo de sustancias. En cambio, la adición a los *smartphones*, hasta el momento, solo se considera como conducta excesiva o problemática, sin mencionarse en el *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5, DSM-5-TR), ni en la *International Classification of Diseases* (ICD-11). Así, ante las preocupaciones sobre el uso intensivo de Internet y de los teléfonos inteligentes, [Panova y Carbonell \(2018\)](#) abogan por una investigación rigurosa y continuada que permita caracterizar este fenómeno sin incurrir en una sobrepatologización prematura.

Tal y como se revela en el documental *Generación Pantallas* ([Documentales Paleotube, 2021](#)), al igual que en las adicciones, el circuito de recompensa del ser humano -que es el encargado de controlar todas las sensaciones de placer como la comida o las drogas-, también se activa cada vez que se recibe algún tipo de *feedback* online como, por ejemplo, un *like* o un mensaje de aprobación, reforzando y gratificando la conducta y enseñándole al cerebro a ser más sensible a este estímulo, hasta llegar, en ocasiones, al nivel de no poder gestionarlo o controlarlo. Así pues, no es de extrañar que un mal uso o un abuso de las tecnologías, pueda provocar cambios en el comportamiento humano, desencadenar en una dependencia o incluso en un trastorno psicológico de tipo aditivo, que afecte directamente a las actividades sociales, académicas o laborales ([Jeon et al., 2022](#); [Panova y Carbonell, 2018](#)). Tanto es así, que desde el plano neuropsicológico varias investigaciones señalan numerosos desordenes o conductas desadaptativas de reciente aparición como la Nomofobia, el FoMo, el Sexting, el Cyberbullying o el *phubbing*, evidenciando que la juventud es el colectivo más susceptible y vulnerable a la hora de padecer este tipo de trastornos o alteraciones.

Este último fenómeno, el *phubbing*, término inglés, formado por el acrónimo *phone* (teléfono) y *snubbing* (menospreciar), ha aparecido por primera vez en el año 2007 con la llegada de los teléfonos inteligentes. Esta denominación hace referencia a aquel comportamiento de indiferencia hacia otras personas, en un ambiente social presencial, debido al uso preferente y continuado del teléfono móvil, dejando a un lado la opción de instaurar una conversación o de relacionarse con la persona física, y resultando en un acto descortés hacia aquellos que se encuentren presentes ([Guzmán-Brand y Gelvez-García, 2022](#); [Parmaksiz, 2019](#)). La incidencia de este problema queda patente en los resultados de la encuesta realizada por el Pew Research Center que indican que el 89% del alumnado participante “phubeó” durante su última actividad social, especialmente con aquellas personas que están estrechamente relacionadas ([Guzmán-Brand y Gelvez-García, 2022](#)).

Tal y como destacan [Sun y Miller \(2023\)](#), la incidencia del *phubbing* tiene origen en diversidad de factores de diferente naturaleza. Entre ellos destacan aspectos a nivel individual y de personalidad como son: baja empatía o neuroticismo; escasa autoestima y problemas psicosociales, de apego inseguro o de ansiedad social. En todos estos casos, los *smartphones* funcionan cubriendo ciertas

necesidades, a modo de apego compensatorio o bien para combatir emociones negativas, como el aburrimiento o la soledad. Además, el factor de la multitarea (*multitasking*), es decir, de la tendencia a participar en más de una tarea a la vez, que ha aumentado con la llegada de los teléfonos móviles, podría ser otra razón atribuida al *phubbing*. No es menos importante, reconocer que el *phubbing* se asocia al uso problemático de los teléfonos inteligentes, siendo este el factor principal, que suscita que el ser humano inconscientemente se sienta atrapado, recortando su autonomía y, sobre todo, se vea absorbida una de las mejores habilidades y herramientas a lo largo de la evolución humana: la comunicación “face to face” (Álvarez-Cabrera et al., 2021). Asimismo, diferentes estudios avalan que simplemente con estar cerca de los *smartphones*, ya aumentan las posibilidades de que el foco de atención se desvíe y la capacidad atencional disminuya, lo que provoca que las personas estén más pendientes de recibir cualquiera notificación que de la propia conversación presencial en curso.

De este modo, la proximidad espacial parece perder su significado, lo que puede generar un alejamiento y una barrera hacia la socialización entre las personas, que acabarán convirtiéndose en dependientes de la interacción digital, afectando a la calidad de las relaciones interpersonales, a la comunicación y a la satisfacción de las interacciones que dificultará una convivencia óptima (Guzmán-Brand, 2022). Por otra parte, además de limitar el establecimiento de relaciones con los iguales, también se vincula con otras consecuencias graves en la salud social, tanto para la persona que lo ejecuta, el *phubber*, como sobre todo para quien lo recibe, el *phubbee*, asociándose a experiencias emocionales negativas al mermar necesidades básicas de la persona como la autoestima, el sentido de pertenencia, la satisfacción de la relación, la pérdida de control sobre la situación y la sensación de invisibilidad y soledad, pudiendo llegar a desembocar en angustia y depresión (Chotpitayasunondh y Douglas, 2018). Además, Correa-Rojas et al. (2022), revelan que esto provoca que las personas que reciben dicho rechazo suelen responder de manera recíproca con comportamientos de represalia a fin de salvar las apariencias o proteger su valía, reproduciendo la conducta de exclusión y transformándose en *phubbers* y, en ocasiones, estas situaciones adquieren una mayor gravedad si se acompañan de violencia y amenazas.

Como se puede apreciar, las relaciones interpersonales y sus consecuencias ocupan un factor importante a la hora de determinar y operativizar la prevalencia de este fenómeno. Aun así, otras dimensiones, como la dependencia y la ansiedad-insomnio, también forman parte de las problemáticas asociadas al desarrollo de este trastorno. Sin olvidarnos del aislamiento social, al realizarse únicamente interacciones virtuales (Álvarez-Cabrera et al., 2021; Capilla Garrido et al., 2024; Cuesta Cambra et al., 2020; González-Cortés et al., 2020), y otras consecuencias como alteraciones en la postura corporal (Capilla Garrido et al., 2024; Chen et al., 2025; Cortez-Reyes et al., 2024), posibles

accidentes (Alconz Alarcon et al., 2024) o déficits de atención en la escucha activa de cualquier diálogo (Álvarez Menéndez y Moral Jiménez, 2020; Capilla Garrido et al., 2024), entre otras muchas aún pendientes de investigar. Así pues, es innegable que el bienestar psicológico (Capilla Garrido et al., 2024; Villalba Palacin et al., 2025) y el desarrollo de valores sociales adaptativos, como es la empatía o el respeto pueden verse comprometidos por implicarse en comportamientos de *phubbing* (Uncu et al., 2024; Rahmah y Sanyata, 2024). Paradójicamente, la consecución de niveles óptimos de bienestar personal pasa por el desarrollo de estrategias de gestión y la adquisición de principios y valores que ayuden a prevenir estas conductas y avanzar socialmente, a través de la implantación de programas de educación para la salud (Capilla Garrido et al., 2024) que promuevan un uso responsable y sostenible del dispositivo (Hernández Gracia et al., 2021; Roig-Vila et al., 2023) como la práctica de mindfulness (Valiente Barroso et al., 2021). Esta compleja realidad ha supuesto que en estos últimos años este fenómeno se haya convertido en uno de los tópicos que reciben más atención en la comunidad investigadora de este campo de estudio, a fin de encontrar respuestas a estas tensiones o desafíos que el propio avance social ha puesto encima de la mesa (Álvarez-Cabrera et al., 2021).

Con todo, es evidente que los comportamientos asociados al *phubbing* provocan un potencial peligro, al contribuir a la creación de una realidad artificial donde se dificulta la interacción con personas reales junto con la aparición de ansiedad y depresión. Esta incidencia cada vez más significativa, y sus impactos negativos y dañinos, hace que sea preciso continuar estudiando cuales son los desencadenantes que impulsan esta conducta desadaptativa. Consecuentemente, se presume necesario diseñar estrategias (desde la prevención y/o la intervención), partiendo de la sinergia entre diferentes disciplinas (pedagógica, psicológica, social, educativa) que podrían enriquecer y promover propuestas holísticas y eficaces (Ricoy et al., 2022; Tacca-Huamán et al., 2021).

Teniendo en cuenta todo lo anteriormente citado, se determina como objetivo fundamental de este estudio el análisis de la prevalencia del *phubbing* en la juventud, así como la reflexión sobre los posibles efectos nocivos que puede suscitar un uso inapropiado de la tecnología. Finalmente, se pretende identificar una serie de implicaciones prácticas del estudio que versan sobre el desarrollo de un uso responsable de las herramientas digitales con el fin de prevenir y mitigar las consecuencias del *phubbing*.

Método

Dada la naturaleza del tópico objeto de estudio y el problema de investigación formulado, se ha optado por una metodología cuantitativa y, más concretamente, por un diseño descriptivo-exploratorio, teniendo en cuenta la naturaleza del fenómeno y los objetivos formulados, y de carácter

transversal (dado que los datos se han recogido en un único momento temporal). Además, se han realizado análisis descriptivos y de frecuencias a fin de dar respuesta los objetivos planteados.

Participantes

En el estudio participan un total de 441 estudiantes universitarios/as españoles/as de titulaciones del ámbito educativo y psicoeducativo (criterio de inclusión), mayoritariamente matriculados en estudios de grado (90,6 %) y, en menor medida, de máster (9,4 %), de una universidad pública gallega. Se ha empleado un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionando al alumnado participante en función de su accesibilidad y disponibilidad, y atendiendo al criterio de selección antes mencionado. La media de edad es 21 ($DT = 3.04$), la nota promedio (calificación) en la titulación en curso es $M = 7.32$ ($DT = 0.77$). Además, la distribución por las variables sociodemográficas género, rango de edad y titulación se pueden visualizar en la Tabla 1.

Tabla 1

Distribución de la muestra en función de variables sociodemográficas

Variable demográfica	<i>n</i>	%
Edad (años)		
Menores de 20	228	51.70
Mayores de 20	213	48.30
Género		
Mujeres	358	66.10
Varones	68	12.50
No binarios	15	6.80
Grao (total)	412	93.40
Grao en Educación Primaria	178	40.30
Grao en Educación Infantil	148	33.60
Grao en Educación Social	47	10.70
Grao en Logopedia	41	9.30
Máster (total)	29	6.60
Máster en Psicopedagogía	19	4.30
Máster en Psicología Aplicada	5	1.10
Máster en Lenguaje, Comunicación y sus Patologías	2	0.45
Máster en Didácticas Específicas	2	0.45

Instrumentos

En este estudio se empleó como instrumento para la recogida de datos un cuestionario online elaborado a través de la herramienta Formularios de Google Drive, cuyo propósito fue medir los niveles de *phubbing* en el alumnado universitario de las carreras de Educación. Así, pues en este cuestionario se recogen, primeramente, datos sociodemográficos, como el género, la edad, la titulación que están cursando, la nota promedio (rango 1-10) y la frecuencia de conexión diaria a Internet (horas/día) en

los diferentes dispositivos disponibles, tanto durante el tiempo de ocio como para las tareas académicas. Seguidamente, para el análisis del *phubbing*, se recurrió a la *phubbing* Scale de Karadağ et al. (2016) que, posteriormente, fue traducida y validada en el contexto español por traducida, adaptada y validada al contexto español por Blanca y Bendayan (2018). La escala comprende 10 ítems, con una escala de respuesta tipo Likert de 5 puntos (1= nunca; 5=siempre), que se distribuyen en dos dimensiones: cinco de ellos miden *la perturbación de la comunicación* al manejar sus *smartphones* en un entorno de comunicación cara a cara (Dimensión 1), y los cinco subsiguientes miden *la obsesión* y la necesidad compulsiva de uso del mismo (Dimensión 2) (véase Tabla 2).

Tabla 2

Estructura factorial de la Escala de phubbing

Dimensión	Número de ítem	Formulación del ítem
(D1) Perturbación en la comunicación	1	Estoy pendiente de mi teléfono móvil cuando estoy en compañía de otras personas.
	2	Estoy ocupado/a con mi teléfono móvil cuando estoy con mis amigos/as.
	3	Otras personas se quejan sobre mi uso del teléfono móvil.
	4	Estoy ocupado/a con mi móvil cuando estoy con mis familiares.
	5	A mi pareja le molesta que este ocupado/a con el móvil (o familiares, si no tienes pareja).
(D2) Obsesión y necesidad por el <i>smartphone</i>	6	Mi teléfono móvil está a mi alcance.
	7	Lo primero que hago al despertarme es mirar mis mensajes en el móvil.
	8	Me siento vacío/a sin mi móvil.
	9	Cada día aumenta mi uso del teléfono móvil.
	10	El tiempo que dedico a las actividades sociales, personales o profesionales se reduce por el tiempo que empleo el móvil.

Fuente: Blanca y Bendayan (2018); Karadağ et al. (2016)

A fin de dar cuenta del principio de fiabilidad, se calculó el coeficiente de Alfa de Cronbach, que ofrece resultados satisfactorios para la totalidad de la escala de $\alpha = .81$, y aceptables para cada una de las subdimensiones: D1. *Obsesión por el smartphone* $\alpha = .78$ y D2. *Alteración de la comunicación* $\alpha = .68$.

Procedimiento

El cuestionario fue aplicado de manera presencial en las aulas de la facultad mediante la entrega a cada estudiante de un código QR que, al escanearse, dirigía al participante a la versión digitalizada del cuestionario. El tiempo promedio de respuesta fue de 10 minutos. Cabe señalar, que en este estudio se han tenido en cuenta los principios éticos de investigación recogidos en el código ético del *Comité de Ética da Investigación e da Docencia* (2019), manteniéndose el anonimato de los y las

participantes y la confidencialidad de los datos recogidos, los cuales solo se utilizaron para fines estadísticos y académicos.

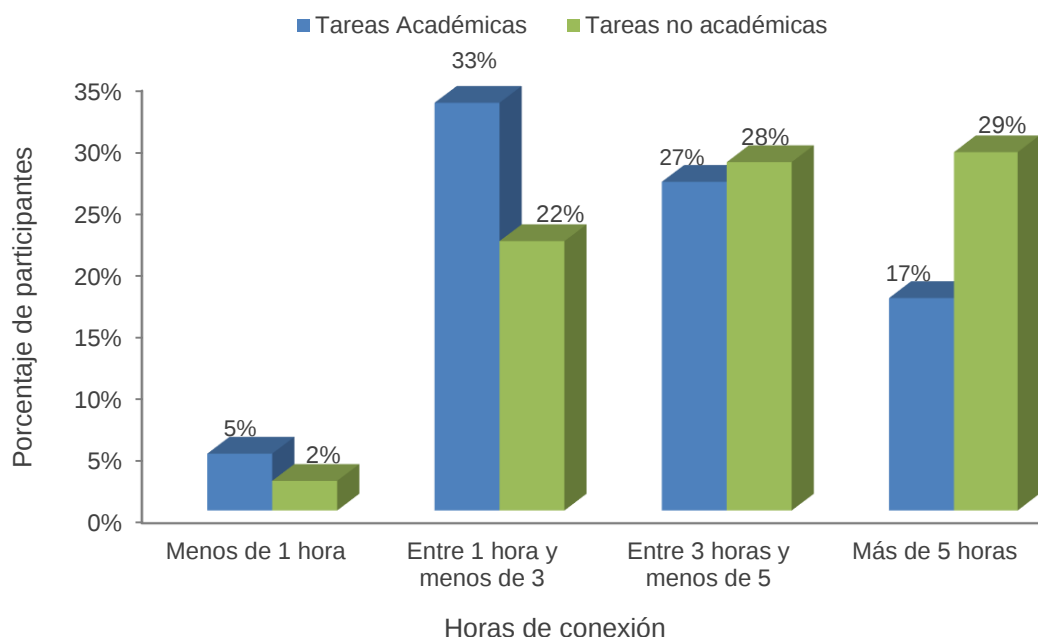
Análisis de datos

Para analizar los datos se ha utilizado el software SPSS Statistics (versión 28). Primeramente, en línea con la corriente cuantitativa del estudio y la naturaleza numérica de los datos recogidos, se ha realizado un análisis exploratorio con la finalidad de evaluar la calidad y la distribución (asimetría y curtosis) y un análisis descriptivo (mínimo, máximo, media y desviación típica). Asimismo, se realizó un análisis de las frecuencias para poder describir la prevalencia, tanto en términos absolutos como relativos y hacer una estimación más precisa. Cabe señalar que para la realización del tratamiento estadístico descrito se han manejado tanto las variables observadas (puntuaciones directas en los ítems), como las variables construidas (configuradas a partir de las variables observadas) y que están asociadas a cada una de las dos dimensiones de la escala.

Resultados

A continuación, se exponen los resultados obtenidos que pretenden responder al objetivo anteriormente formulado y que se identifica con analizar la presencia de *phubbing* entre los/las participantes del estudio, alumnado de carreras universitarias del campo de la Educación.

No obstante, preliminarmente, se estima oportuno ofrecer una panorámica descriptiva sobre el tiempo diario que invierte, comparativamente, el alumnado universitario en la utilización de dispositivos digitales (conexión a Internet) para la realización de tareas académicas, por un lado, y para desarrollar actividades de ocio por otro. De esta forma se presenta la Figura 1, en la que se advierte que, en conjunto, los datos sugieren que el uso vinculado a tareas académicas se concentra en un rango moderado (principalmente 1–3 horas), mientras que el uso para tareas no académicas muestra una mayor tendencia a tiempos prolongados (3–5 horas y especialmente más de 5 horas). Esto apunta a que el uso no académico podría tener un mayor peso en el tiempo total, y potencialmente relacionarse con patrones de uso más intensivos.

Figura 1*Resultados descriptivos (frecuencias) del tiempo diario de conexión diario*

Continuando con el estudio del fenómeno del *phubbing* propiamente, en la Tabla 3 se puede observar la frecuencia y el correspondiente porcentaje, de cada una de las conductas relativas al uso de móvil que realizan los y las participantes. Complementariamente, para conocer de forma exhaustiva las características de cada variable, se realiza un análisis descriptivo de los indicadores de tendencia central (media), de los indicadores de dispersión (mínimo, máximo, desviación típica) y de los indicadores de distribución: asimetría y curtosis (véase Tabla 4). Como ya se ha comentado, dicha escala incluye dos dimensiones: la perturbación de la comunicación al manejar los *smartphones* en un entorno de comunicación cara a cara, y la obsesión y la necesidad de uso del mismo.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en los cinco primeros ítems que miden la *perturbación de la comunicación al manejar sus smartphones en un entorno de interacción cara a cara (Dimensión 1)*, se puede observar que son índices discretos. Tal y como se recoge en la Tabla 3, los ítems con puntuaciones más elevadas son el ítem 3, en el que un 58.30 % del alumnado participante indica que otras personas nunca se quejan sobre su uso del teléfono móvil y el ítem 5, donde un 54.60 % señala que a su pareja o familiares nunca les molesta que esté ocupado con el dispositivo. En contraste, la puntuación más baja corresponde al ítem 1, en el que un 35.40 % manifiesta que algunas veces está pendiente del teléfono móvil cuando se encuentra en compañía de otras personas. Asimismo, cabe destacar que un 47.40 % aluden a que muy pocas veces están ocupados con su móvil

cuando están con sus familiares (ítem 4) seguido de un 44.40 % que menciona lo mismo respecto a sus amistades (ítem 2).

Tabla 3

Resultados descriptivos (frecuencias y porcentajes) de la escala de phubbing

	Nunca		Muy pocas veces		Algunas veces		Casi siempre		Siempre	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Ítem 1. Estoy pendiente de mi teléfono móvil cuando estoy en compañía de otras personas.	29	6.6	148	33.6	156	35.4	83	18.8	25	5.7
Ítem 2. Estoy ocupado/a con mi teléfono móvil cuando estoy con mis amigos/as.	123	27.9	196	44.4	96	21.8	24	5.40	2	0.50
Ítem 3. Otras personas se quejan sobre mi uso del teléfono móvil.	257	58.3	118	26.8	44	10	14	3.2	8	1.8
Ítem 4. Estoy ocupado/a con mi móvil cuando estoy con mis familiares.	92	20.9	209	47.4	99	22.4	37	8.4	4	0.9
Ítem 5. A mi pareja le molesta que este ocupado/a con el móvil (o familiares, si no tienes pareja).	241	54.6	11	25.2	55	12.5	29	6.6	5	1.1
Ítem 6. Mi teléfono móvil está a mi alcance.	3	0.7	16	3.6	48	10.9	128	29	246	55.8
Ítem 7. Lo primero que hago al despertarme es mirar mis mensajes en el móvil.	35	7.9	43	9.8	76	17.2	109	24.7	178	40.4
Ítem 8. Me siento vacío sin mi móvil.	69	15.6	129	29.3	122	27.7	70	15.9	51	11.6
Ítem 9. Cada día aumenta mi uso del teléfono móvil.	95	21.5	161	36.5	136	30.8	34	7.7	15	3.4
Ítem 10. El tiempo que dedico a actividades sociales, personales o profesionales se reduce por el tiempo que empleo el móvil.	189	42.9	128	29	69	15.6	41	9.3	14	3.2

Estos resultados son coherentes con las puntuaciones medias presentadas en la Tabla 4, en la que se aprecia un índice moderadamente bajo en el ítem 1, referido a la atención al móvil en compañía de otras personas ($M = 2.83$; $DT = 0.99$), así como en el ítem 4, relacionado con el uso del teléfono móvil en compañía de familiares ($M = 2.21$; $DT = 0.89$) y ítem 2, relativo a estar ocupado con el teléfono móvil cuando están con amistades ($M = 2.06$; $DT = 0.86$). Además, se registran puntuaciones más bajas en el ítem 5 sobre que a la pareja o familiares les molesta que éste ocupado con el móvil ($M = 1.74$; $DT = 0.98$) y el ítem 3 sobre que otras personas se quejan sobre su uso del teléfono móvil ($M = 1.63$; $DT = 0.91$).

Tabla 4*Estadísticos descriptivos de los ítems de la escala de phubbing (N = 441)*

Ítems	Min.	Máx.	M	DT	Asim.	K
1	1.00	5.00	2.83	0.99	0.28	-0.41
2	1.00	5.00	2.06	0.86	0.55	-0.10
3	1.00	5.00	1.63	0.91	1.60	2.38
4	1.00	5.00	2.21	0.89	0.57	0.01
5	1.00	5.00	1.74	0.98	1.23	0.69
6	1.00	5.00	4.35	0.86	-1.35	1.42
7	1.00	5.00	3.79	1.28	-0.81	-0.46
8	1.00	5.00	2.78	1.22	0.28	-0.83
9	1.00	5.00	2.34	1.00	0.51	-0.06
10	1.00	5.00	2.00	1.11	0.94	-0.01

Nota: 1.00-1.99: nivel bajo; 2.00-2.99: nivel moderadamente bajo; 3.00-3.99: nivel moderadamente alto; > 4.00: nivel alto.

Los datos se complementan con los valores de asimetría y curtosis observados en la Tabla 4. En general, los cinco ítems muestran una asimetría positiva, lo que indica que la mayoría de las respuestas se concentran en los valores más bajos de la escala. Esta tendencia es especialmente evidente en el ítem 3 (Asim. = 1.60) y el ítem 5 (Asim. = 1.23), mientras que el ítem 1 muestra una distribución más equilibrada (Asim. = 0.28). En cuanto a la curtosis, se presentan índices positivos en el ítem 3 ($K = 2.38$), ítem 4 ($K = 0.01$) e ítem 5 ($K = 0.69$), lo que sugiere una mayor concentración de respuestas alrededor de la media. Por el contrario, los ítems 1 ($K = -0.41$) y 2 ($K = -0.10$) presentan valores negativos, lo que indica una distribución algo más dispersa.

Por otra parte, en los cinco ítems restantes, destinados a medir *la obsesión y la necesidad por el smartphone (Dimensión 2)*, se observan índices más elevados en el ítem 6, donde un 55.80 % del alumnado señala que su teléfono móvil siempre está a su alcance; en el ítem 10, en el que un 42.90 % manifiesta que nunca el tiempo dedicado a actividades sociales, personales o profesionales se ve reducido por el uso del móvil y en el ítem 7, en el que un 40.40 % indica que lo primero que hace al despertarse es revisar los mensajes en el móvil. En contraste, el ítem con puntuación más baja es el ítem 8, donde un 29.30 % del alumnado afirma que muy pocas veces se sienten vacíos sin su teléfono. Asimismo, cabe destacar que un 36.50 % menciona que muy pocas veces aumenta su uso del teléfono móvil cada día (Ítem 9).

Como se observa en la Tabla 4, las puntuaciones medias respaldan estos resultados: se registra un índice promedio alto en el ítem 6 ($M = 4.35$; $DT = 0.86$) y moderadamente alto en el ítem 7 ($M = 3.79$; $DT = 0.86$). En contraste el ítem 10 presenta un nivel bajo ($M = 2.00$; $DT = 1.11$), seguido de los ítems 8 ($M = 2.78$; $DT = 1.22$) y 9 ($M = 2.34$; $DT = 1.00$), con puntuaciones moderadamente bajas.

En cuanto a los valores de asimetría y curtosis para esta dimensión, los ítems 8 (Asim. = 0.28), 9 (Asim. = 0.51) y 10 (Asim. = 0.94) muestran una asimetría positiva, lo que refleja una mayor concentración de respuestas en los valores bajos de la escala. Por el contrario, los ítems 6 (Asim. = -1.35) y 7 (Asim. = -0.81) presentan valores negativos, lo que indica una concentración de respuestas en los valores altos. En cuanto a la curtosis, se observa un índice positivo en el ítem 6 ($K = 1.42$), lo que indica una mayor concentración de respuestas alrededor de la media. En contraste, los ítems 7 ($K = -0.46$) y 8 ($K = -0.83$) presentan una curtosis negativa, lo que sugiere una mayor dispersión. Por su parte, los ítems 9 ($K = -0.06$) y 10 ($K = -0.01$) muestran valores cercanos a cero, lo que indica una distribución cercana a la normal.

En general, existe una mayor obsesión y necesidad por el *smartphone*, en comparación con la perturbación en la comunicación, pero, aun así, desde un enfoque pragmático, deben valorarse en conjunto puesto que ofrecen datos que vinculados precisan de especial atención. Así, en términos globales, el índice general de *phubbing* entre la población estudiada se interpreta como moderadamente bajo ($M = 2.58$, $DT = 0.62$). Como se observa en la Tabla 5, los resultados reflejan que la D2. *Obsesión por el smartphone* presenta una media moderadamente alta ($M = 3.05$, $DT = 0.73$) en comparación con la D1. *Perturbación de la comunicación*, cuya media es moderadamente baja ($M = 2.09$, $DT = 0.67$).

Tabla 5

Estadísticos descriptivos de las dimensiones de la escala de phubbing (N = 441)

	Min.	Máx.	M	DT	Asim.	K
D1. Perturbación comunicación	1.00	4.40	2.09	0.67	0.57	-0.10
D2. Obsesión necesidad teléfono	1.00	4.80	3.05	0.73	-0.94	-0.35
<i>Phubbing</i> global	1.20	4.50	2.58	0.62	0.23	-0.26

Nota: 1.00-1.99: nivel bajo; 2.00-2.99: nivel moderadamente bajo; 3.00-3.99: nivel moderadamente alto; > 4.00: nivel alto.

Este contraste sugiere que, dentro del grupo evaluado, en consonancia con el análisis anteriormente descrito, el uso del teléfono móvil se asocia más con una necesidad constante de tener el dispositivo disponible y consultarlo frecuentemente, que con una interferencia directa en la comunicación interpersonal.

Discusión

Después de haber analizado en qué medida está presente el *phubbing* entre el alumnado de las titulaciones universitarias relativas al campo educativo, así como los posibles efectos colaterales que

puede suscitar un uso inapropiado de estos dispositivos tecnológicos, podemos observar que esta conducta desadaptativa está presente entre los/las universitarios/as (Silva et al., 2017a, 2017b).

Los datos obtenidos evidencian que el índice de prevalencia de *phubbing* es medio (Muñoz-Carril et al., 2025), sobre todo en aquellas cuestiones vinculadas con la obsesión y necesidad por el teléfono móvil, referentes a la presencia, cercanía y atención hacia este dispositivo y, con la percepción de sentirse vacío sin su empleo. Esto está en línea con lo aportado por Díaz-Vicario et al. (2019), quienes afirman que el dispositivo móvil está siempre al alcance de los jóvenes, formando parte de su vida cotidiana debido a la seducción que genera la tecnología y a las innumerables posibilidades que ofrece. Además, tal y como señala Guzmán-Brand y Gelvez-García (2022), cabe destacar que simplemente el hecho de estar cerca de los teléfonos móviles ya aumenta las posibilidades de que el foco de atención presencial disminuya, estando más pendientes de recibir cualquiera notificación que de la propia conversación. Por otra parte, en lo referente a la percepción de sentirse vacío sin el uso del *teléfono*, Melumad y Tuan-Pham (2020) recogen que estos dispositivos pueden llegar a actuar como un objeto de apego o como un lugar de comodidad y de seguridad sintiendo una dependencia emocional si no se tienen cerca, o incluso desencadenar otras afecciones como la ansiedad, insomnio o depresión. Otros autores, señalan que esto también puede deberse a la dependencia de la interacción digital ante la necesidad mórbida de emplear el *smartphone* y estar conectado constantemente, como uno de los criterios principales de la presencia de *phubbing* (Álvarez-Cabrera et al., 2021).

Interpretando los índices obtenidos en esta investigación, podemos concluir que no se identifica una situación de sumo riesgo (o extremadamente alarmante) en cuanto a la presencia de este fenómeno entre el alumnado universitario. Los niveles de nomofobia observados en este estudio, de carácter moderado, son consistentes con los hallazgos de investigaciones similares, como la de Muñoz-Carril et al. (2025). Sin embargo, las respuestas del alumnado participante invitan a reflexionar sobre la posibilidad de que exista cierta falta de consciencia sobre las disrupciones reales y la auténtica dependencia que experimentan. Es decir, es posible que hasta que las consecuencias experimentadas sean realmente graves, la población tenga la percepción de que emplea el teléfono móvil de manera saludable, normalizando conductas digitales desajustadas.

Los resultados del estudio revelan una alta disponibilidad y un uso inmediato del teléfono móvil, advirtiendo una priorización del manejo del dispositivo ante cualquier otro estímulo de interacción y una dependencia creciente del dispositivo. No obstante, este patrón no parece interferir en las actividades diarias, lo que podría indicar una pobre consciencia sobre los potenciales perjuicios de ese comportamiento. Además, la ausencia de quejas explícitas en las interacciones sociales no implica la

ausencia de malestar, sino que podría reflejar una normalización del uso del teléfono móvil durante las interacciones cara a cara.

En esta línea y según Deschamps et al. (2025) el *phubbing* genera sentimientos negativos como frustración, tristeza y soledad en quienes son ignorados, lo que deteriora especialmente las relaciones familiares. Además, se asocia con un aumento de la ansiedad, el estrés y el agotamiento académico-laboral, promueve la interrupción de tareas y reduce la interacción social. En contextos educativos y profesionales, impacta negativamente en la productividad, dificulta la comunicación y disminuye la cohesión grupal. Cabe destacar que González-Cortés et al. (2020) señalan que ya en los años 2000 diversos estudios advertían sobre el desarrollo incremental de este fenómeno y las negativas consecuencias que se le asocian.

Finalmente, se entiende necesario aludir a las limitaciones del estudio. En primer lugar, los datos proceden de autoinformes, por lo que los resultados se basan en la percepción de los y las participantes y pueden verse condicionados por sesgos asociados a este tipo de instrumentos (p. ej., deseabilidad social o errores de recuerdo). En consecuencia, los hallazgos deben interpretarse con cautela. En segundo lugar, se recurrió a un muestreo no probabilístico por conveniencia, lo que restringe la representatividad de la muestra y limita la posibilidad de generalizar los resultados a la población universitaria del ámbito de ciencias de la educación en su conjunto.

En cualquier caso, los resultados obtenidos permiten extraer varias implicaciones relevantes. En primer lugar, la presencia de niveles moderados de *phubbing* sugiere que este comportamiento constituye un fenómeno habitual en el contexto universitario y que, por tanto, requiere ser considerado desde una perspectiva preventiva. En términos prácticos, se hace necesario impulsar acciones de sensibilización y educación digital orientadas a promover un uso más consciente del teléfono móvil, especialmente en situaciones de interacción social y académica. Tratando de desarrollar e integrar criterio psicopedagógico en torno a los peligros que puede acarrear un abuso o uso excesivo de los dispositivos móviles. No solo teniendo en cuenta el perfil del estudiantado universitario y la mejora de su bienestar, sino también su proyección como profesionales del ámbito educativo, que los situará en el epicentro de este desafío con una responsabilidad añadida.

Los resultados obtenidos pudieran variar sensiblemente si la muestra de población hubiese sido de un rango etario diferente. Se entiende recomendable profundizar en el análisis de este fenómeno mediante diseños longitudinales que permitan evaluar su evolución y explorar relaciones causales con variables relevantes (por ejemplo, bienestar psicológico, motivación académica, calidad de las relaciones interpersonales o hábitos de estudio). Del mismo modo, convendría ampliar la diversidad muestral y considerar perfiles universitarios heterogéneos, con el objetivo de analizar posibles

diferencias en función de variables sociodemográficas o académicas. Además, se presume interesante implementar en futuros estudios un enfoque de carácter cualitativo, lo que contribuiría a reforzar la validez de los resultados y a comprender con mayor precisión los factores asociados a este fenómeno. No obstante, los datos recogidos ofrecen un panorama interesante y exhortan a seguir investigando sobre los efectos de las pantallas en el bienestar de las personas. Además, reclaman la conveniencia de incorporar estrategias institucionales y pedagógicas que favorezcan la autorregulación del uso del dispositivo (por ejemplo, pautas de uso en el aula, dinámicas de trabajo que reduzcan la multitarea digital o programas de bienestar digital), con el fin de minimizar potenciales efectos negativos a nivel psicológico, social y educativo.

Referencias

- ALCONZ ALARCON, Grisel Ruth; CRISPIN CRUZ, Amilcar Jaime; CRUZ LOPEZ, Yhasira Celeste; GARNICA DELGADO, Deysi Gavi; & TAQUICHIRI CODORI, Mariela Isabel (2024). Uso del teléfono móvil y nomofobia: Un estudio en la juventud de Oruro. *Horizonte Académico*, 4(2), 172-184. <https://doi.org/10.70208/3007.8245.v4.n2.39>
- ÁLVAREZ MENÉNDEZ, María; & MORAL JIMÉNEZ, María de la Villa (2020). Phubbing, uso problemático de teléfonos móviles y de redes sociales en adolescentes y déficits en autocontrol. *Health and Addictions*, 20(1), 113-125. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i1.487>
- ÁLVAREZ-CABRERA, Percy; PARRA-CARVALLO, Ronald Frank; JEREZ-HAMDAN, Rodrigo Eduardo; & ARIAS-LAURA, Carmen Gloria (2021). Niveles de nomofobia y phubbing en estudiantes de la Universidad Santo Tomás de la Ciudad de Arica. *Fides Et Ratio*, 22(22), 91-108. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2021000200006
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5ª ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5ª ed., text rev.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787>
- BLANCA, María; & BENDAYAN, Rebecca (2018). Versión española de la Escala de Phubbing: Adicción a Internet, intrusión de Facebook y miedo a perderse algo como correlatos. *Psicothema*, 30(4), 449-454. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.153>
- CAPILLA GARRIDO, Estefanía; CUBO DELGADO, Sixto; & GUTIÉRREZ ESTEBAN, Prudencia (2024). Phubbing and its impact on the individual's psychological well-being. *Acta Psychologica*, 248, Artículo 104388. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104388>

- CHEN, Yan Jyun; HU, Ching Yuan; WU, Wen Tien; LEE, Ru Ping; PENG, Cheng Huan; YAO, Ting Kuo; CHANG, Chia Ming; CHEN, Hao Wen; & YEH, Kuang Ting (2025). Association of smartphone overuse and neck pain: A systematic review and meta-analysis. *Postgraduate Medical Journal*, 101(1197), 620-626. <https://doi.org/10.1093/postmj/qgae200>
- CHOTPITAYASUNONDH, Varoth; & DOUGLAS, Karen (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304-316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- COMITÉ DE ÉTICA DA INVESTIGAÇÃO E DA DOCENCIA (2019). *Código ético da investigação da Universidade da Coruña*. Universidade da Coruña. <https://www.udc.es/es/ceid/>
- CORREA-ROJAS, Jossué; GRIMALDO-MUCHOTRIGO, Mirian; & MALVACEDA ESPINOZA, Eli (2022). FoMO, adicción a Facebook y soledad como determinantes del phubbing en universitarios limeños. *Psykhē*, 31(2), 1-11. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22579>
- CORTEZ-REYES, Amanda Daniela; QUISPE-PAUCARA, Verónica; CASTAÑETA-LECOÑA, Alvaro; & CALDERON-QUISPE, Micaela (2024). Síndrome “text neck” y su asociación con el grado de flexión cervical y el tiempo de uso del dispositivo móvil en jóvenes. *MED-FMENT Salud Pública en Acción*, 5(2), 1-8. <https://doi.org/10.53287/eikn3723fe59b>
- CRESPO-BERTI, Luis Andrés (2022). Metacognición y disrupción digital inmersiva en TIC desde los nativos digitales. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes 2.0*, 14(2), 48-56. <https://doi.org/10.37843/rted.v14i2.334>
- CUESTA CAMBRA, Ubaldo; CUESTA DÍAZ, Victoria; MARTÍNEZ MARTÍNEZ, Luz; & NIÑO GONZÁLEZ, José Ignacio (2020). Smartphone: En comunicación, algo más que una adicción. *Revista Latina de Comunicación Social*, (75), 367-381. <https://doi.org/10.4185/RLCS-2020-1431>
- DESCHAMPS, Amélie; FORTIER, Marie Eve; MUÑOZ GÓMEZ, Natalia; AUGER, Anne Marie; FITZPATRICK, Caroline; & BRODEUR, Magaly (2025). Understanding phubbing behavior: A scoping review of qualitative and mixed-methods studies. *Computers in Human Behavior Reports*, 18, Artículo 100684. <https://doi.org/10.1016/j.chbr.2025.100684>
- DÍAZ-VICARIO, Anna; MERCADER, Cristina; & GARÍN, Joaquín (2019). Uso problemático de las TIC en adolescentes. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 21(7), 1-11. <https://doi.org/10.24320/redie.2019.21.e07.1882>
- DOCUMENTALES PALEOTUBE (2021, enero 11). *Generación Pantallas. ¿Una generación enferma?* - Documental [Vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=igHWj>
- GAIRÍN-SALLÁN, Joaquín; & MERCADER, Cristina (2018). Usos y abusos de las TIC en los adolescentes. *Revista de Investigación Educativa*, 36(1), 125-140. <https://doi.org/10.6018/rie.36.1.284001>



- GARCÍA-JIMÉNEZ, Antonio; LÓPEZ-DE-AYALA LÓPEZ, María Cruz; & MONTES-VOZMEDIANO, Manuel (2020). Características y percepciones sobre el uso de las plataformas de redes sociales y dispositivos tecnológicos por parte de los adolescentes. *ZER: Revista de Estudios de Comunicación*, 25(48), 269-286. <https://doi.org/10.1387/zer.21556>
- GONZÁLEZ-CORTÉS, Eugenia; CÓRDOBA-CABÚS, Alba; & GÓMEZ, Marisol (2020). Una semana sin smartphone: Usos, abuso y dependencia del teléfono móvil en jóvenes. *Bordón Revista de Pedagogía*, 72(3), 105-121. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2020.79296>
- GUZMÁN-BRAND, Víctor; & GELVEZ-GARCIA, Laura (2022). Phubbing en los adolescentes un comportamiento que afecta la interacción social. *Una revisión sistemática. Revista Estudios Psicológicos*, 2(4), 7-19. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2022.04.001>
- HERNÁNDEZ GRACIA, Tirso Javier; DUANA ÁVILA, Danée; HERNÁNDEZ GRACIA, José Francisco; & TORRES FLÓREZ, Dagoberto (2021). La presencia de phubbing en estudiantes del nivel superior. *Panorama*, 15(28), 0-6. <https://doi.org/10.15765/pnrm.v15i28.1818>
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (2022). *Encuesta sobre equipamiento y uso de Tecnologías de Información y Comunicación (TIC) en los hogares*. <https://www.ine.es/dyngs/Prensa/TICH2025.htm>
- JEON, Mina; LEE, Mi-Sun; YOON, Ji-Young; & BHANG, Soo-Young (2022). Mental health literacy of Internet gaming disorder and problematic smartphone use among Korean teenagers. *PLOS ONE*, 17(7), Artículo e0270988. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0270988>
- KARADAĞ, Engin; TOSUNTAŞ, Şule Betül; ERZEN, Evren; DURU, Pinar; BOSTAN, Nalan; MIZRAK ŞAHİN, Berrak; ÇULHA, İlkey; & BABADAĞ, Burcu (2016). The virtual world's current addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 250-269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- MALO CERRATO, Sara; MARTÍN PERPIÑÁ, María de las Mercedes; & CORNELLÀ FONT, María Gracia (2023). Factores psicosociales y comportamiento de bajo riesgo de uso de TIC en adolescentes. *Comunicar*, 31(75), 103-113. <https://doi.org/10.3916/C75-2023-08>
- MÁRQUEZ, Israel (2017). El *smartphone* como metamedio. *Observatorio (OBS*)*, 11(2), 61-71. <https://doi.org/10.15847/obsOBS11220171033>
- MELUMAD, Shiri; & TUAN-PHAM, Michel (2020). The smartphone as a pacifying technology. *Journal of Consumer Research*, 47(2), 237-255. <https://doi.org/10.1093/jcr/ucaa005>
- MUÑOZ-CARRIL, Pablo; BARGIELA, Inés; ESTÉVEZ, Iris; & BONILLA-DEL-RÍO, Mónica (2025). Analysis of phubbing among university students: A study of its prevalence, incidence factors and predictors. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(10), Artículo 201. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15100201>



- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2019/2021). *Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE11)* (11ª ed.). <https://icd.who.int/es/>
- PANOVA, Tayana; & CARBONELL, Xabier (2018). Is smartphone addiction really an addiction? *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 252-259. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.49>
- PARMAKSIZ, Izzet (2019). Relación de phubbing, un problema de comportamiento, con asertividad y pasividad: Un estudio sobre adolescentes. *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(3), 34-45. <https://doi.org/10.15345/iojes.2019.03.003>
- PÉREZ-ZÚÑIGA, Ricardo; MERCADO-LOZANO, Paola; MARTÍNEZ-GARCÍA, Mario; MENA-HERNÁNDEZ, Ernesto; & PARTIDA-IBARRA, José Ángel (2018). La sociedad del conocimiento y la sociedad de la información como la piedra angular en la innovación tecnológica educativa. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 8(16), 847-870. <https://doi.org/10.23913/ride.v8i16.371>
- PLAZA DE LA HOZ, Jesús (2021). Evolución del uso de las TIC por parte de los adolescentes en los últimos años: Luces y sombras. *Aloma*, 39(1), 40-47. <https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.39-47>
- RAHMAH, Mawadah; & SANYATA, Sigit (2024). Phubbing and its impact on student communication and relationships: A qualitative study on coping strategies and social implications. *Al-Ishlah: Jurnal Pendidikan*, 16(4), 4876-4889. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v16i4.5801>
- RICOY, María Carmen; MARTÍNEZ-CARRERA, Sara; & MARTÍNEZ-CARRERA, Isabel (2022). Social overview of smartphone use by teenagers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), Artículo 15068. <https://doi.org/10.3390/ijerph192215068>
- ROIG-VILA, Rosabel; LÓPEZ-PADRÓN, Alexander; & URREA-SOLANO, Mayra (2023). Dependencia y adicción al smartphone entre el alumnado universitario: ¿Mito o realidad? *Alteridad*, 18(1), 34-47. <https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.03>
- SILVA, Isabel; TEIXEIRA, Zélia de Macedo; & SOLIZ, Margarida (2017a). Adaptação do Smartphone Addiction Inventory para a população portuguesa. *Revista de Estudos e Investigação em Psicologia y Educación*, 13, 158-162. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2648>
- SILVA, Isabel; TEIXEIRA, Zélia de Macedo; & SOLIZ, Margarida (2017b). Padrões de uso do smartphone potencialmente disfuncionais em adultos portugueses. *Revista de Estudos e Investigação em Psicologia y Educación*, 13, 163-167. <https://doi.org/10.17979/reipe.2017.0.13.2654>
- SUN, Juhung; & MILLER, Claude (2023). Insecure attachment styles and phubbing: The mediating role of problematic smartphone use. *Computers in Human Behavior*, 149, Artículo 4331787. <https://doi.org/10.1155/2023/4331787>

- TACCA-HUAMÁN, Daniel Rubén; CUAREZ-CORDERO, Renzo; & TACCA-HUAMÁN, Ana Luisa (2021). Phubbing, family atmosphere and self-esteem in Peruvian teenagers in the context of social isolation. *RIMCIS – International and Multidisciplinary Journal of Social Sciences*, 10(3), 1-21. <https://doi.org/10.17583/rimcis.7096>
- UNCU, Fatoş; GÜNEŞ, Dilek; KILINÇ ÖZLEM, Nur; & GÜNEŞ, Muhammet Emin (2024). A study evaluating the relationship between phubbing levels and empathic attitudes of college students. *Health Sciences Quarterly*, 4(1), 53-60. <https://doi.org/10.26900/hsq.2180>
- VALIENTE BARROSO, Carlos Vicente; MARTÍNEZ VICENTE, Marta; SASTRE, Santiago; GARCÍA PIÑERA, Daniel; & ALVARADO IZQUIERDO, Jesús María (2021). Relación entre consumo de alcohol, uso de Internet y teléfono móvil, sintomatología prefrontal y mindfulness disposicional en estudiantes universitarios. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 21(2), 207-220. <https://www.ijpsy.com/volumen21/num2/580.html>
- VILLALBA PALACIN, Vicente; FAURE, Adrien; SÁNCHEZ, Lydia; & CALDERÓN, Caterina (2025). Perfiles de phubbing de estudiantes universitarios y su relación con factores sociodemográficos y psicológicos. *Methaodos. Revista de Ciencias Sociales*, 13(1), Artículo m251301a07. <https://doi.org/10.17502/mrcs.v13i1.862>

Fecha de recepción: 22 de noviembre de 2025

Fecha de revisión: 20 de febrero de 2026

Fecha de aceptación: 24 de febrero de 2026

Fecha de publicación: 12 de marzo de 2026

