



**Universidad
Europea** VALENCIA

Máster Universitario en Psicología General Sanitaria

Trabajo Fin de Máster

**CÓMO INTERFIERE EN LA AUTOESTIMA, BIENESTAR GENERAL Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EL
USO DE LAS APLICACIONES DE CITAS Y EL *GHOSTING***

Presentado por: Andrea Nuria Jarcau

Tutor/a: Dr. Javier Esparza Reig

Curso: 2024/25

Convocatoria: Ordinaria

Resumen

Actualmente, las aplicaciones de citas en línea se han establecido como el método más común para formar relaciones interpersonales. En este contexto, se ha producido un nuevo método de rechazo: el *ghosting*. El presente estudio examina la relación entre estos fenómenos y tres variables psicológicas: la autoestima, el bienestar general y la satisfacción con la vida, explorando posibles diferencias en función del sexo. Se utilizó un diseño transversal con una muestra de 213 participantes de entre 18 y 52 años. Los análisis estadísticos no evidenciaron diferencias significativas entre usuarios/as y no usuarios/as de las aplicaciones de citas en línea, ni según la frecuencia de uso ni la experiencia de *ghosting*, independientemente del sexo. Estos hallazgos sugieren que, en condiciones normales, el uso de estas plataformas y el *ghosting* no presentan un efecto significativamente perjudicial en las variables psicológicas de interés. No obstante, se destaca la necesidad de futuras investigaciones longitudinales y cualitativas que permitan explorar con mayor profundidad las posibles implicaciones a largo plazo, así como la experiencia subjetiva de quienes utilizan estas plataformas. Esto contribuiría a la construcción de una teoría sólida, considerando que, hasta el momento, no existe un consenso claro sobre los efectos de estas plataformas.

Palabras clave: aplicaciones de citas en línea, autoestima, bienestar general, ghosting, satisfacción con la vida

Abstract

Currently, online dating applications have established themselves as the most common method of developing interpersonal relationships. In this framework, a new method of rejection has emerged: ghosting. The present study examines the relationship between these phenomena and three psychological variables: self-esteem, general well-being and life satisfaction, exploring possible sex differences. A cross-sectional design was used with a sample of 213 participants aged 18 to 52 years. Statistical analyses showed no significant differences between users and non-users of online dating applications, neither according to frequency of use nor ghosting experience, regardless of gender. These findings suggest that, under normal circumstances, the use of these platforms and ghosting do not have a significantly detrimental effect on the psychological variables studied. However, it highlights the need for future longitudinal and qualitative research to explore in greater depth the possible long-term implications, as well as the subjective experience of those who use these platforms. This would contribute to the elaboration of a robust theory, considering that, to date, there is no clear consensus on the effects of these applications.

Key words: ghosting, life satisfaction, online dating applications, self-esteem, well-being

Índice

1.	Introducción	1
2.	Objetivos e Hipótesis	5
3.	Metodología.....	6
3.1.	Diseño	6
3.2.	Procedimiento	6
3.3.	Participantes	7
3.4.	Instrumentos	11
3.4.1.	Uso de las Aplicaciones de Citas y su Frecuencia	11
3.4.2.	Ghosting.....	11
3.4.3.	Autoestima.....	11
3.4.4.	Satisfacción con la Vida.....	12
3.4.5.	Bienestar general	12
3.5.	Análisis de Datos.....	12
4.	Resultados	13
4.1.	Diferencias Entre Usuarios/as ACL y No Usuarios/as	13
4.2.	Influencia de la Frecuencia de Uso de ACL en las Variables	13
4.3.	Diferencias Entre Usuarios/as que Han Sufrido <i>Ghosting</i> y Aquellos que No	13
5.	Discusión	14
5.1.	Limitaciones y Futuras Líneas de Investigación	17
5.2.	Implicaciones Teóricas y Prácticas	18
6.	Conclusión.....	19
7.	Bibliografía	21
8.	Anexos.....	29

1. Introducción

Para muchas personas adultas, formar parte de una relación feliz y duradera es un objetivo a perseguir en sus vidas (Reis y Downey, 1999). Esto se puede atribuir a que ser parte de una relación sentimental aporta muchos beneficios para los individuos, entre los cuales se destacan un incremento en la salud física y mental, junto con una mayor sensación de bienestar y de satisfacción con la vida (Czyżowska et al., 2020).

El desarrollo de la tecnología en las últimas décadas ha representado una transformación en el modo en que establecen contacto y comienzan una relación, mediante la aparición de aplicaciones de citas en línea (ACL); la proporción en la que las personas heterosexuales hoy en día conocen a sus parejas mediante ACL ha aumentado en la última década, mientras que otros métodos de conocer a otra persona ha disminuido (Rosenfeld et al., 2019). Según el estudio de Faesing (2020), se considera actualmente el método más común de iniciar una relación sentimental es a través de las ACL, y se espera que el número de usuarios/as aumente en los próximos años. A nivel nacional, la popularidad de estas nuevas tecnologías también se ha visto reflejada, puesto que, de acuerdo con Biurrun (2024), en España el número de usuarios/as alcanza más de los 1,5 millones de personas.

Las ACL son sitios de redes de software móvil creadas para formar conexiones entre personas que buscan relaciones románticas, casuales, sexuales o incluso amistades con desconocidos vía internet (Orchard, 2019; Smith y Anderson, 2016). Dentro de las ACL, la más conocida y descargada por los/as usuarios/as es Tinder, fundada en el año 2012, seguida de otras que han ganado bastante popularidad como Bumble o Grindr (Freier, 2015; Hobbs et al., 2017; Wu y Trottier, 2022). Las ACL resultan de gran utilidad para desarrollar conexiones interpersonales y relaciones, así como conocer a un mayor número de posibles parejas que geográficamente se encuentren cerca, además de contar con la opción de elegir con quién relacionarse. Esto último, se debe a la característica que tienen las ACL, en las que hasta que no se obtenga un *match* (acto en el que dos personas indican que les interesa su perfil de manera mutua, a partir de las imágenes publicadas), no se puede iniciar una conversación en línea (Anzani et al., 2018; Strugo y Muise, 2019).

No obstante, una repercusión de utilizar este tipo de dinámicas dentro la ACL puede conllevar a una subjetiva percepción de ser evaluado/a en esta y, en consecuencia, es capaz de inducir con frecuencia ansiedad y/o estrés a los/as usuarios/as, a causa del método *gamificado* en el que se basan estas aplicaciones (Musan, 2020). Esto es debido a la función *swiping* que presentan, es decir, de deslizar a la izquierda (si no te gusta el perfil de la persona) o a la derecha (si te gusta el perfil de la persona), en base a si la otra persona cumple o no con las preferencias del usuario o usuaria (James,

2015). Además, existe la concepción de que, debido a lo mencionado, las ACL se han convertido en una forma de entretenimiento, en el que los y las usuarias son evaluados y juzgados por su físico, en lugar de ser una herramienta seria para conocer gente (James, 2015; Šiša, 2020; Timmermans y De Caluwé, 2017). Esto puede conllevar, además, presión por el aspecto físico, porque cuando los/as usuarios/as están creando su perfil en línea tienen total libertad de elección de la imagen que quieren reflejar; lo que muchas veces, supone una alteración de la propia imagen para que sea lo más deseable posible, y así, incrementar las posibilidades de recibir atención en la aplicación (Langert, 2021; Strubel y Petrie, 2017). Por tanto, puede suponer una diferencia bastante amplia entre el yo ideal y el yo percibido, y que puede resultar en un mayor nivel de autocrítica y baja autoestima (Langert, 2021; Strubel y Petrie, 2017).

La autoestima se refiere a la valoración que cada persona realiza sobre sí misma, en base a su capacidad y valía de acuerdo con las sensaciones y vivencias experimentadas a lo largo de la vida, y que puede presentar tanto connotaciones positivas como negativas. Una autoestima positiva conlleva diversos beneficios, como la autoeficacia, el éxito académico y laboral, así como una aptitud de relacionarse socialmente de manera adecuada (Cast y Burke, 2002; Orth y Robins, 2022). La relación entre las ACL y la autoestima ha sido de gran interés, en especial en estos últimos años, debido a su gran proliferación entre las personas jóvenes y teniendo en consideración que durante la pandemia del COVID-19 el uso de estas por los usuarios y usuarias incrementó (Faesing, 2020). Sin embargo, existe una notable heterogeneidad en los hallazgos reportados por los distintos estudios.

Al estudiar esta relación, por un lado, se identificó una disminución en la autoestima de los hombres, así como un aumento de la hipervigilancia y pensamientos negativos de la imagen de uno mismo, en comparación con las mujeres. Estas últimas, por lo contrario, experimentaron un incremento de la autoestima junto una percepción positiva del atractivo de una misma (O’Keele, 2020; Strübel, 2023; Strubel y Petrie, 2017). No obstante, otros investigadores destacaron que, al igual que los hombres, las mujeres también experimentaban una menor autoestima debido al uso prolongado de las ACL, pero únicamente en aquellos casos en los que consideraba que la aplicación tenía un rol significativo en sus vidas, en aquellos en los que se había experimentado *ghosting* (nueva forma de rechazo en línea) o bien, cuando se percibía que realizaban una excesiva navegación de los perfiles disponibles, haciendo un uso frecuente de las aplicaciones (Echevarria et al., 2022; Freedman et al., 2024; Malz, 2020; Thomas et al., 2022). Siguiendo la misma línea, pero comparando las personas usuarias de las ACL con las que no son usuarias, se identificaba una reducción significativa de la autoestima por parte de los usuarios, tanto hombres como mujeres (Çörekçioğlu y Cesur, 2024).

Por otro lado, estas disminuciones o incrementos en la autoestima no fueron reflejadas en otros estudios; en los que los resultados no indicaron cambios en este componente o no eran lo suficientemente significativos, al comparar sujetos usuarios/as y no usuarios/as de las ACL, diferencias que tampoco se observaron en cuanto al sexo biológico (Fesin, 2020; Gatter y Hodkinson, 2016; Holtzhausen et al., 2021; Strubel y Petrie, 2022). Como predictores de la autoestima, el tiempo invertido en las ACL no se considera como tal un buen predictor de la autoestima ni de la alteración de la percepción de uno mismo, no produciéndose alteraciones en estas o bien se mantiene en niveles moderado-altos poco significativos (Bonilla-Zorita et al., 2023; Faesing, 2020; Langert, 2021; Malz, 2020; Sanhaji, 2020).

La autoestima se encuentra dentro del constructo del bienestar general y es un buen predictor de esta, que está a su vez, relacionado directamente con la salud mental (Her y Timmermans, 2021; Holtzhausen et al., 2020; Zeigler-Hill, 2011). El bienestar es un concepto multidimensional y se entiende como la manera positiva en la que individuo se siente a nivel personal y social, que se traduce a un estado de felicidad con bajos niveles de distrés (Jarden y Roache, 2023; Ruggeri et al., 2020). En lo que respecta a las ACL, dependiendo del uso que se dé de estas, si la atención se dirige de manera excesiva a la propia imagen, para lograr obtener la atención de otros usuarios/as mediante el físico, y hay una comparación constante con los demás, existen posibilidades de que la salud mental llegue a estar perjudicada (Krügger y Spilde, 2020; Sowislo y Orth, 2013).

Gran parte de los investigadores han señalado una repercusión en la salud mental y bienestar de los/as usuarios/as debido al uso de las ACL, mediante desarrollo o empeoramiento de síntomas depresivos y/o ansiosos y de distrés psicológico, tanto en hombres como en mujeres (Ciocca et al., 2022; Echevarria et al., 2022; Holtzhausen et al., 2020; Lenton-Brym et al., 2021; Sanhaji, 2020; Strubel y Petrie, 2022). En estos, también se observó un aumento significativo de la ansiedad social, posiblemente derivada de la constante comparación en apariencia física con los demás (Çörekçioğlu y Cesur, 2024; Erevik et al., 2020; Lenton-Brym et al., 2021). Cuando, además, se hace un uso compulsivo y frecuente de estas herramientas, la repercusión en la salud mental y bienestar es significativamente perjudicial (Her y Timmermans, 2020; Holtzhausen et al., 2020; Langert, 2021). Sin embargo, estas diferencias en cuanto a la sintomatología depresiva en individuos usuarios/as de las ACL, al comparar con sujetos no usuarios tanto hombres como mujeres, no se llegaron a identificar en todas las investigaciones (Erevik et al., 2020; Strubel y Petrie, 2022).

El bienestar, a su vez, está correlacionado de manera directa con la satisfacción con la vida (Jarden y Roache, 2023). La satisfacción con la vida hace referencia al proceso cognitivo de una percepción subjetiva de ostentar de un favorable estilo de vida, relacionado con variables ambientales

y personales, y valorada en función de una óptima salud física y mental (Lewinsohn, 1991; Veenhoven, 1996). Hasta el momento, la relación entre el uso de las ACL y la satisfacción con la vida no ha sido estudiada; no obstante, al ser un constructo estrechamente relacionado con la felicidad, se considera una variable de interés (Haybron, 2004). El bienestar, además, también puede verse afectado si durante un periodo de tiempo prolongado, se recibe un alto grado de rechazo durante el uso de las ACL (Ford y Collins, 2010; Her y Timmermans, 2020). Como en las ACL se ofrece una gran variedad de opciones de perfiles a conocer, es común y previsible que el rechazo suceda (Hobbs et al., 2017; LeFebvre, 2018). Una nueva forma de rechazo que se experimenta en gran medida en línea y que cada vez se observa con más frecuencia es el *ghosting* (LeFebvre, 2017).

El *ghosting* se considera por los usuarios y usuarias una versión más extrema de evitación, en comparación con otras estrategias de rechazo, y que se caracteriza por la falta de claridad que hay en el momento de finalización del contacto, por su unilateralidad y por su carácter irreversible (Dean Marshall et al., 2025; Freedman et al., 2022; Freedman et al., 2024; LeFebvre et al., 2019). Los usuarios y usuarias expresan que “al ser tan sencillo el hecho de escoger quién te interesa (mediante el mero gesto de deslizar la pantalla) igual de sencillo y de eficiente tendría que ser desprenderse de esta elección”, considerándose, así, como uno de los estándares dentro de las ACL en lugar de ser una excepción (Dean Marshall et al., 2025; Šiša, 2022). La persona rechazada no puede obtener respuesta ni claridad ante la situación, situándola en un contexto de incertidumbre y ambigüedad, elementos característicos de las ACL (LeFebvre, 2017; LeFebvre et al., 2019; LeFebvre, 2020; Thylstrup y Veel, 2019).

Esta situación, si se repite a largo plazo, puede conllevar sentimientos negativos sobre uno mismo, de decepción y de exclusión, así como una mayor probabilidad de desarrollar una autoestima poco saludable y que puede afectar a la salud mental (Deri y Zitek, 2017; LeFebvre, 2020; Timmermans et al., 2019). Algunos autores afirman que existe una tendencia a una menor autoestima y sentimientos de afectos negativos derivados de la experiencia del *ghosting* parece ser un rasgo común en estos usuarios/as (Freedman et al., 2022; Šiša, 2022; Timmermans et al., 2021). En los casos en los que los individuos presentaban una autoestima poco sana desde antes de recibir *ghosting*, los efectos de este último resultaban ser mayores (Rietveld, 2022; Timmermans et al., 2021). A pesar de lo descrito, cabe destacar que tanto los/as usuarios/as que han practicado este tipo de rechazo a otras personas, como los que han lo han sufrido, están igual de predispuestos a realizarlo a otras personas (Dean Marshall et al., 2024; Šiša, 2020). No obstante, no todos los estudios señalan que el rechazo tenga un impacto significativamente negativo en el bienestar de los/as usuarios/as (Musn, 2020; Rietveld, 2022). De igual forma que para la autoestima, Koning et al. (2023) no hallaron una relación

directa entre este constructo con el *ghosting*; únicamente en aquellos casos en los que los/as usuarios/as percibían la situación como negativa.

Tal y como se ha indicado, hasta la fecha se han realizado varios estudios sobre el impacto que puede tener el uso de las ACL en la autoestima y bienestar de sus usuarios/as. No obstante, existen controversias en cuanto a los hallazgos, considerando que hay mucha diversidad entre estos, manteniendo así, ambiguas las posibles repercusiones asociadas a estas plataformas. Por lo que se estima necesario llevar a cabo este estudio, y de este modo, aportar mayor claridad frente a estas discrepancias. Asimismo, teniendo en cuenta que, al tratarse de un tema que está en auge, conocer los efectos que tienen las ACL en los individuos puede resultar de gran utilidad para aumentar la literatura al respecto. Esto permitiría alcanzar un mayor entendimiento de la situación y sentar las bases teóricas necesarias para orientar futuras intervenciones o propuestas de cambios. En lo que refiere al *ghosting*, al tratarse de una temática todavía novedosa que hasta el momento no ha sido de interés en gran parte de las investigaciones, y tomando en consideración que aparenta ser un elemento muy común y normalizado entre las personas que hacen uso de las ACL, también se ha estimado relevante tener una mayor comprensión de este y de sus posibles repercusiones, permitiendo así, desarrollar estrategias de prevención e intervención en este contexto.

2. Objetivos e Hipótesis

En base a los hallazgos de los estudios mencionados, en los que se investiga la relación entre el uso de ACL con distintas variables, se ha planteado como objetivo general de la presente investigación evaluar el impacto que tienen las ACL y el fenómeno de *ghosting* en la autoestima, bienestar general y satisfacción de la vida en sus usuarios y usuarias.

Como primer objetivo específico, se ha planteado determinar si las ACL afectan de manera negativa a hombres y mujeres en los constructos de autoestima, bienestar general y satisfacción con la vida, en comparación con individuos que no son usuarios/as de las ACL. Se plantea este objetivo en base al creciente número de usuarios y usuarias de estas plataformas, cifra que se espera que continúe en aumento en los próximos años (Faesing, 2020). Teniendo en cuenta la literatura previa, como primera hipótesis, se espera que los resultados indiquen que aquellas personas usuarias de las ACL, tanto hombres como mujeres, presenten una menor autoestima, un menor bienestar y menor satisfacción con la vida, en comparación con las personas no usuarias (Langert, 2021; Thomas et al., 2022). También se ha considerado la variable de satisfacción con la vida en el presente estudio, ya que ha sido escasamente abordada en investigaciones anteriores y podría aportar información de interés para la comunidad científica.

Como segundo objetivo específico, se ha propuesto identificar si el uso frecuente de las ACL en los individuos tiene un impacto en las variables de autoestima, bienestar y satisfacción con la vida, y si existen diferencias significativas entre hombres y mujeres. Se ha considerado pertinente abordar este objetivo, ya que una mayor frecuencia en el uso de las ACL conlleva un empleo intensificado de la función de *swipe*. Esta dinámica supone una mayor exposición a los/as usuarios/as a la visualización de perfiles que, a su vez, puede elevar las expectativas de éxito en las interacciones. No obstante, cuando dichas expectativas no se cumplen, puede derivar en una disminución de la autoestima y del bienestar (Faesing, 2020; Strubel y Petrie, 2017). Por ende, la segunda hipótesis plantea que el uso frecuente de las ACL se asocia con niveles más bajos de autoestima, bienestar y satisfacción con la vida, observadas tanto en hombres como en mujeres (Çörekçiöğlu y Cesur, 2024).

Finalmente, respecto al fenómeno del *ghosting*, debido a la limitada investigación existente sobre este tema, se considera relevante continuar explorando los efectos de esta conducta, que parece ser particularmente prevalente en la sociedad actual (LeFebvre, 2017). Se propone como tercer y último objetivo específico, analizar de qué manera la experiencia de *ghosting* en las ACL puede influir en la autoestima, bienestar y satisfacción con la vida en los usuarios y usuarias. La tercera hipótesis formula que dicha influencia tendrá un impacto negativo en todas las variables mencionadas, con consecuencias perjudiciales para ambos sexos biológicos (Freedman et al., 2022; LeFebvre, 2020).

3. Metodología

3.1. Diseño

El estudio realizado es un diseño transversal, en el que se tuvieron en cuenta tres variables dependientes (autoestima, bienestar y satisfacción con la vida) y dos variables independientes (ACL y *ghosting*). El muestreo utilizado fue no probabilístico, concretamente de tipo incidental y por bola de nieve.

3.2. Procedimiento

La muestra fue obtenida a través de un cuestionario formulado en la plataforma de Google Forms, difundido por redes sociales (WhatsApp e Instagram) y presencialmente en la Universidad Jaume I, mediante un enlace web y código QR.

El único requisito de inclusión establecido para poder realizar el cuestionario era ser mayor de edad. En el primer apartado de la encuesta se especificaba la finalidad del estudio, la ley de protección de los datos, asegurando su anonimato, así como los datos de contacto para cualquier aclaración, de

ser necesaria. Completar el formulario tenía una duración aproximada de 10 minutos en total. En cuanto a la participación en el estudio, era totalmente voluntaria y no estaba remunerada. Para poder llevar a cabo el estudio se solicitó su aprobación al Comité Ético de la Universidad Europea de Valencia, España (ver Anexo 1).

3.3. Participantes

La muestra está compuesta por un total de 216 participantes, comprendidos entre las edades de 18 y 52 años, con una edad media de 23,9 años. La muestra incluye un 63% mujeres (n = 136), un 35,5% hombres (n = 77) y el resto 1% (n = 1) se identificaron como de otra manera (transexual y no binario) y una persona (0,5%) no quiso responder. Gran parte de la muestra es de nacionalidad española (81,5%). La muestra se compone tanto de sujetos que han hecho uso de las ACL (n = 123; 56,9%) como de aquellos que no han hecho uso (n = 93; 43,1%), y de este modo, poder medir el primer objetivo propuesto, es decir, comprobar si existen o no diferencias en las variables dependientes entre ambos grupos (ver Tabla 1).

Tabla1.

Tabla frecuencias de las variables categóricas de hombres y mujeres

		Sexo	Frecuencias	% del Total
Uso app	Verdadero	Mujer	75	34,7%
		Hombre	46	21,3%
	Falso	Mujer	61	28,2%
		Hombre	31	14,4%
Principal motivo uso app	Relación sentimental	Mujer	22	15,8%
		Hombre	9	6,5%
	Relación sexual	Mujer	2	1,4%
		Hombre	9	6,5%
	Conocer gente	Mujer	26	18,7%
		Hombre	11	7,9%
	Otros	Mujer	28	20,2%
		Hombre	19	13,7%

Tabla frecuencias de las variables categóricas de hombres y mujeres (cont.)

		Sexo	Frecuencias	% del Total
Logro propósito	Verdadero	Mujer	31	22,5%
		Hombre	12	8,7%
	Falso	Mujer	53	38,4%
		Hombre	39	28,3%
Habla con más de 1 persona a la vez	Verdadero	Mujer	65	46,4%
		Hombre	30	21,4%
	Falso	Mujer	19	13,6%
		Hombre	23	16,4%
	Nunca	Mujer	19	13,8%
		Hombre	14	10,1%
Frecuencia comunicación con los matches	Casi nunca	Mujer	21	15,2%
		Hombre	16	11,6%
	A veces	Mujer	21	15,2%
		Hombre	13	9,4%
	Casi siempre	Mujer	15	10,9%
		Hombre	6	4,3%
	Todos los días	Mujer	6	4,3%
		Hombre	4	2,9%
	Verdadero	Mujer	5	3,6%
		Hombre	17	12,2%
Responde siempre a los mensajes recibidos por la app		Mujer	79	56,8%
	Falso	Hombre	35	25,2%

Tabla frecuencias de las variables categóricas de hombres y mujeres (cont.)

		Sexo	Frecuencias	% del Total
Inicia la conversación	Siempre	Mujer	1	0,7%
		Hombre	14	10,1%
	A veces	Mujer	59	42,8%
		Hombre	30	21,7%
	Nunca	Mujer	23	16,7%
		Hombre	8	5,8%
Encuentros con los <i>matches</i>	Verdadero	Mujer	59	42,8%
		Hombre	32	23,2%
	Falso	Mujer	24	17,4%
		Hombre	20	14,5%
	Verdadero	Mujer	82	57,7%
		Hombre	50	35,3%
Tinder es parte de mi vida diaria	Falso	Mujer	3	2,1%
		Hombre	4	2,8%
	Nada satisfecho/a	Mujer	18	12,6%
		Hombre	14	9,8%
	Casi satisfecho/a	Mujer	22	15,4%
		Hombre	12	8,4%
Nivel satisfacción app	Algo satisfecho/a	Mujer	29	20,3%
		Hombre	19	13,3%
	Bastante satisfecho/a	Mujer	14	9,8%
		Hombre	8	5,6%
	Totalmente satisfecho/a	Mujer	4	2,8%
		Hombre	0	0,0%

Tabla frecuencias de las variables categóricas de hombres y mujeres (cont.)

		Sexo	Frecuencias	% del Total
Satisfacción con la vida	Verdadero	Mujer	124	57,4%
		Hombre	65	30,1%
	Falso	Mujer	12	5,6%
		Hombre	12	5,6%
En general me siento satisfecho/a conmigo mismo/a	Ha mejorado	Mujer	14	10,1%
		Hombre	9	6,5%
	Se ha mantenido igual	Mujer	57	41,3%
		Hombre	34	24,6%
	Ha disminuido	Mujer	12	8,7%
		Hombre	9	6,5%
Ghosting app	Verdadero	Mujer	57	41,0%
		Hombre	43	30,9%
	Falso	Mujer	27	19,4%
		Hombre	9	6,5%
Ghosting y autoestima	Verdadero	Mujer	32	28,1%
		Hombre	19	16,7%
	Falso	Mujer	32	28,1%
		Hombre	28	24,6%

El ítem de autoestima “en general me siento satisfecho/a conmigo mismo/a”, consistía en una escala Likert de 10 opciones de respuesta (representando 1 nada satisfecho/a y 10 totalmente satisfecho/a), en el que la media de mujeres y hombres fue de 7,51 ($SD = 1,78$) y 7,73 ($SD = 1,88$), respectivamente.

3.4. Instrumentos

Los participantes indicaron su identidad de género, edad, nacionalidad, orientación sexual y situación laboral.

3.4.1. *Uso de las Aplicaciones de Citas y su Frecuencia*

Se incluyeron ítems para obtener información básica sobre el uso de las ACL. En primer lugar, se elaboró el siguiente ítem dicotómico (verdadero/falso) sobre el uso de las ACL: “Indica si has utilizado alguna vez alguna aplicación de citas (ejemplo: Tinder, Bumble, Grindr, Meetic, etc.)”. Aquellos participantes que respondieron al ítem con “Verdadero”, se solicitó que completaran los siguientes ítems, que recogían información sobre su frecuencia de uso, nivel de satisfacción con las ACL (desde nada satisfecho/a, a totalmente satisfecho/a), principal motivo de uso (relación sentimental, relaciones sexuales, conocer gente u otros), la cantidad de personas con las que se comunica por la ACL, logro del propósito (verdadero/falso), si iniciaban la conversación (siempre, a veces, nunca), la frecuencia con la que se comunicaban con otros/as usuarios/as, si respondían siempre a los mensajes recibidos por la ACL (verdadero/falso) y si habían tenido encuentros con aquellas personas con las que se había hecho *match* en la ACL.

3.4.2. *Ghosting*

Para evaluar el *ghosting* se elaboraron una serie de ítems, dirigidos únicamente a aquellos participantes que habían hecho uso alguna vez de las ACL. Para poder conocer su relación con el *ghosting* se aplicó el ítem “indica si has experimentado en algún momento *ghosting* en alguna aplicación de citas”, con dos opciones de respuesta (verdadero/falso). Si se respondía con “verdadero”, se procedía con los dos siguientes ítems sobre en qué momento sufrió el *ghosting* (al inicio de la conversación, al cambiar de método de contacto, tras un encuentro u otros) y si ha hecho *ghosting* a otras personas (verdadero/falso).

3.4.3. *Autoestima*

La autoestima se ha medido a partir de un ítem basado en la Escala de Autoestima de Rosenberg (Rosenberg, 1965): “En general me siento satisfecho/a conmigo mismo/a”, para todos los participantes en general. Otro ítem dirigido únicamente a los individuos que habían hecho uso alguna vez de las ACL, “tras el uso de la aplicación, consideras que tu autoestima...” con tres opciones de respuesta (ha mejorado, ha disminuido o se ha mantenido igual). Y además, para aquellos individuos que habían respondido “verdadero” al ítem sobre si habían experimentado en algún momento

ghosting en las ACL, se prosiguió con el ítem dicotómico (verdadero/falso): “indica si crees que te afectó a tu autoestima”.

3.4.4. Satisfacción con la Vida

La satisfacción con la vida se evaluó mediante un ítem dicotómico (verdadero/falso): “Estás satisfecho/a con tu vida”.

3.4.5. Bienestar general

Para medir el bienestar, se ha hecho uso del cuestionario de salud general de Goldberg (GHQ-12). Es un cuestionario breve y de fácil comprensión, que tiene como propósito identificar posibles trastornos psicológicos en contextos de atención primaria o en población general adulta (Goldberg y Williams, 1988; Hewitt et al., 2010). El instrumento está formado por un total de 12 ítems de tipo Likert con cuatro alternativas de respuesta.

En lo que refiere a sus características psicométricas, investigaciones previas (Bones-Rocha et al., 2011) encontraron una elevada consistencia interna (coeficiente alfa de Cronbach = 0,86). En concreto, la fiabilidad global obtenida para la presente investigación fue de 0,86 (0,87 para los hombres y 0,86 para las mujeres).

3.5. Análisis de Datos

Los datos fueron analizados utilizando el programa Jamovi en su versión 2.4.7. Todos los participantes que completaron el formulario cumplieron con los requisitos previamente establecidos ($n = 216$), no obstante, tras la depuración de datos se excluyeron tres participantes de la muestra total para su análisis. Se realizó un análisis de estadísticos descriptivos con el objetivo de evaluar la fiabilidad general del cuestionario GHQ-12, la cual fue medida mediante el alfa de Cronbach (α Cronbach = 0,86). Además, se calculó la fiabilidad de manera separada para los hombres (α Cronbach = 0,87) y para las mujeres (α Cronbach = 0,86) que conformaban la muestra. El análisis para el contraste de hipótesis entre los dos grupos (personas que han utilizado las ACL y aquellas que no las han utilizado, así como entre hombres y mujeres, en función del objetivo medido) se completó utilizando la prueba t de Student y la prueba U de Mann-Whitney, en función de la normalidad de la distribución. Para predecir los valores de las variables dependientes (autoestima, bienestar general y satisfacción con la vida) se llevó a cabo un análisis de regresión lineal simple.

4. Resultados

4.1. Diferencias Entre Usuarios/as ACL y No Usuarios/as

A partir de los análisis de datos previamente descritos, se han identificado las diferencias entre las personas que utilizan ACL y aquellas que no lo hacen, en las variables de autoestima, bienestar general y satisfacción con la vida. Los resultados se han presentado diferenciados por sexo.

Tanto en los hombres como en las mujeres, la variable de bienestar general sigue una distribución normal, mientras que las variables restantes no. En lo que refiere a las mujeres, no hay diferencias en la autoestima ($U = 289,50$; $p = 0,44$), bienestar general ($t = 0,86$; $p = 0,39$), ni satisfacción con la vida ($U = 2261,50$; $p = 0,82$). En los hombres tampoco se encontraron diferencias en las variables de autoestima ($U = 95,00$; $p = 0,15$), bienestar general ($t = 1,03$; $p = 0,31$) ni satisfacción con la vida ($U = 604,00$; $p = 0,08$).

4.2. Influencia de la Frecuencia de Uso de ACL en las Variables

En lo que respecta a las mujeres, ninguna de las variables analizadas resultó significativa. Los datos obtenidos para cada una de estas variables fueron los siguientes: autoestima ($\beta[1, 79] = 0,09$; $p = 0,43$; $R^2 = 1\%$), bienestar general ($\beta[1, 80] = 0,10$; $p = 0,38$; $R^2 = 1\%$) y satisfacción con la vida ($\beta[1, 80] = 0,04$; $p = 0,74$; $R^2 = 0\%$). En cuanto a los hombres, ninguna de las tres variables seleccionadas fue significativa: autoestima ($\beta[1, 49] = -0,19$; $p = 0,19$; $R^2 = 3\%$), bienestar general ($\beta[1, 51] = 0,07$; $p = 0,61$; $R^2 = 1\%$) y satisfacción con la vida ($\beta[1, 51] = -0,03$; $p = 0,83$; $R^2 = 0\%$).

4.3. Diferencias Entre Usuarios/as que Han Sufrido *Ghosting* y Aquellos que No

La variable de bienestar general sigue una distribución normal, mientras que el resto de las variables no, tanto en la muestra de hombres como en la de mujeres. En el caso de las mujeres, no se encontraron diferencias significativas en la autoestima ($U = 622,00$; $p = 0,20$), bienestar general ($t = 0,69$; $p = 0,49$) ni en satisfacción con la vida ($U = 703,50$; $p = 0,22$). Resultados similares fueron observados en la muestra de hombres, ya que no se hallaron diferencias en autoestima ($U = 147,00$; $p = 0,45$), bienestar general ($t = 0,91$; $p = 0,37$) ni en la satisfacción con la vida ($U = 144,00$; $p = 0,09$).

5. Discusión

El objetivo principal del presente estudio ha sido evaluar el impacto que tiene las ACL y el fenómeno de *ghosting* en la autoestima, bienestar general y satisfacción con la vida de los usuarios y las usuarias.

Como primera hipótesis, se planteó que los hombres y las mujeres que habían utilizado las ACL presentarían puntuaciones más bajas en las tres variables independientes estudiadas, en comparación con aquellos/as que no las habían utilizado. Los resultados obtenidos sugieren el rechazo de dicha hipótesis, ya que no se observaron diferencias significativas entre los dos grupos en ninguna de las tres variables analizadas, ni en función del sexo de los/as participantes. Dichos hallazgos son consistentes con los de otros estudios en los que no se observó una diferencia significativa en la puntuación de la autoestima entre quienes hacían uso de las ACL y quienes no las utilizaban, tanto en hombres como en mujeres (Faesing, 2020; Gatter y Hodkinson, 2016; Strubel y Petrie, 2017; Strubel y Petrie, 2022). De manera similar, en dos estudios previos no se observaron diferencias en la variable de bienestar entre ambos grupos y sexos, aunque sí en relación con la sintomatología depresiva (Erevik et al., 2020; Strubel y Petrie, 2022). En cuanto a la variable de satisfacción con la vida, dado que no existe literatura previa que haya evaluado su impacto en este contexto, no es posible realizar un contraste.

Sin embargo, en algunos estudios sí que encontraron diferencias significativas en sus hallazgos, en los que los individuos que no hacían uso de las ACL mostraban una autoestima más elevada, en comparación con los/as usuarios/as que sí habían hecho uso de estas (Çörekçioğlu y Cesur, 2024; Rönnestad, 2017). Rönnestad (2017), en cambio, observó diferencias poco significativas en la autoestima en relación con el sexo, donde las mujeres presentaban una autoestima más reducida en comparación con los hombres. Sin embargo, según la investigación de Strubel y Petrie (2017), fueron los hombres quienes se vieron más afectados en comparación con los demás grupos, mostrando una menor autoestima y una percepción negativa de sí mismos. En cuanto a la variable de bienestar, varios estudios reportaron diferencias entre ambos grupos, observándose que los usuarios y usuarias de las ACL presentaban una mayor prevalencia de síntomas depresivos, ansiosos y de malestar psicológico, así como estados de ánimo negativos, lo que indicaba un menor nivel de bienestar. Estas diferencias se observaron en ambos sexos (Ciocca et al., 2022; Çörekçioğlu y Cesur, 2024; Erevik et al., 2020; Holtzhausen et al., 2020; Strubel y Petrie, 2022).

En relación con la segunda hipótesis establecida, es decir, a mayor frecuencia de uso, se observarían puntuaciones más bajas en todas las variables independientes estudiadas, en ambos sexos, los datos adquiridos no respaldaron este supuesto. Dado que los resultados obtenidos no revelaron diferencias significativas en ninguna de las variables, ni en hombres ni en mujeres. Varias investigaciones previas señalaron que no existe una relación significativa entre los niveles de autoestima y la frecuencia de uso de las ACL, dado que los niveles de autoestima permanecieron estables para ambos géneros (Bonilla-Zorita et al., 2023; Faesing, 2020; Sanhaji, 2020). Además, en aquellos casos donde se observaron variaciones en los niveles de autoestima, dichas diferencias no fueron estadísticamente significativas (Holtzhausen et al., 2020; Malz, 2020). Se señaló que la frecuencia de uso afectaba únicamente a aquellos/as usuarios/as que consideraban que las ACL son importantes para ellos (Malz, 2020). De manera similar, aunque en menor medida, dos estudios también encontraron que no existían diferencias significativas en la frecuencia de uso en relación con el bienestar, mostrando niveles estables del estado de ánimo, tanto en hombres como en mujeres (Bonilla-Zorita et al., 2023; Musan, 2020).

No obstante, muchos otros investigadores sí que hallaron diferencias debidas a la frecuencia de uso en la autoestima de los/as usuarios/as en sus resultados, indicando así una posible relación entre las variables (Thomas et al., 2022). En diversos estudios, estas diferencias se observaron entre sexos, indicando que únicamente la autoestima de los hombres se veía afectada de manera negativa por el uso y frecuencia de las ACL, mientras que las mujeres presentaban una autoestima más elevada y una mejor percepción de sí mismas (Malz, 2020; O'Keeffe, 2020; Strübel, 2023; Strubel y Petrie, 2017). Estas diferencias también se identificaron significativamente en la variable de bienestar, presentando una mayor sensación de tristeza, así como, más síntomas depresivos y/o ansiosos, en especial en aquellos/as usuarios/as que hacen un uso compulsivo de las ACL (Her y Timmermans, 2020; Langert, 2021; Lenton-Brym et al., 2021; Sanhaji, 2020). En esta variable no se encontraron diferencias entre sexos (Lenton-Brym et al., 2021; Sanahji, 2020). Estas diferencias entre sexos se hicieron evidentes únicamente en el estudio de Strübel (2023), en el que se reportaron síntomas depresivos, de distrés psicológico y un estado de ánimo negativo con mayor proporción en hombres, en comparación con las mujeres.

La tercera y última hipótesis (existencia de diferencias significativas en las variables estudiadas debido a la influencia del *ghosting* en las ACL, tanto en hombres como en mujeres) tampoco se sostiene en base a los resultados obtenidos. Los resultados del presente trabajo no han determinado una relación significativa entre estas variables y el hecho de haber experimentado *ghosting*, en ningún género. Por un lado, estos resultados se respaldan también por un número breve de investigaciones,

en las que, del mismo modo, no identificaron diferencias en aumento o disminución de síntomas relacionados con la autoestima, bienestar y satisfacción con la vida, ni tampoco diferencias entre sexos (Konings et al., 2023; Musan, 2020; Rietveld, 2022). Konings et al. (2023) describieron que experimentar este tipo de rechazo podía afectar únicamente a aquellos individuos que percibían la experiencia como negativa.

Por otro lado, en un pequeño porcentaje de estudios cualitativos, algunos participantes manifestaron su descontento con el fenómeno del *ghosting* y la ambigüedad que este conlleva, que les provocó una percepción negativa de sí mismos, afectando de manera perjudicial su autoestima (LeFebvre, 2020; Šiša, 2022; Timmermans et al., 2021). Este impacto fue especialmente notable en aquellos individuos que presentaban niveles más bajos de autoestima (Timmermans et al., 2021). En otro estudio experimental, se identificó que el *ghosting* podría desencadenar un estado de ánimo negativo, caracterizado por sentimientos de tristeza y dolor, así como una disminución de la autoestima y un menor sentido de pertenencia (Freedman et al., 2022).

La ausencia de diferencias significativas en las variables dependientes de interés (autoestima, bienestar general y satisfacción con la vida) es coherente con la literatura existente. Esto se debe a la interrelación de estas tres variables, dado que una disminución en la autoestima tiende a generar un impacto negativo en el bienestar general, lo que establece una relación directa entre ambas (Orth y Robins, 2013). De manera análoga, la satisfacción con la vida también se ve influenciada por el bienestar general, manteniendo una relación no inversa entre estos factores (Ojha y Kumar, 2017). Por lo tanto, estos resultados podrían indicar una relación directa entre estos parámetros, lo que conllevaría a que la ausencia de diferencias significativas en una de estas variables implicase la ausencia también las restantes. El hecho de que no se hayan observado diferencias significativas entre hombres y mujeres en relación con el uso de las ACL y el *ghosting* sugiere que ambos sexos se ven igualmente afectados por estos fenómenos.

Es relevante señalar que una proporción considerable de la muestra del estudio presentó puntuaciones positivas en los ítems relacionados con la autoestima y la satisfacción con la vida, así como en la puntuación global del cuestionario GHQ-12. Según Erevik et al. (2023) y Timmermans et al. (2021) la situación mental previa al uso de las ACL influye en la manera en que estas plataformas pueden afectar a los individuos. Es decir, el impacto del uso, y especialmente del uso frecuente, de las ACL se observa principalmente en aquellos individuos que, desde un inicio, presentan una autoestima menos saludable y/o un menor bienestar. No obstante, otros autores Malz (2020) sostienen que las ACL y el *ghosting* experimentado en estas plataformas tienen una repercusión en aquellas personas que otorgan una gran importancia a los eventos ocurridos dentro de estas (Konings et al., 2023; Malz,

2020; Timmermans et al., 2021). En este sentido, la ausencia de un impacto observable de las ACL en este estudio podría explicarse por el hecho de que los/as usuarios/as partían de una base sólida de salud mental y/o no consideraban como importantes los sucesos experimentados.

Otra posible explicación de la falta de diferencias significativas en las variables de interés, en ambos sexos biológicos, podría ser el factor temporal. Es posible que el impacto de las ACL y el *ghosting* en los individuos solo sea evidente si se prolonga a lo largo del tiempo de manera continua (Deri y Zitek, 2017; Strübel y Petrie, 2022). Es probable también, que la motivación y el modo en que se emplean las ACL tengan una mayor implicación que la frecuencia de uso en sí, lo que podría justificar la ausencia de resultados significativos en esta variable (Her y Timmermans, 2020; Pitcho-Prelorentzos et al., 2020).

En base a las comparaciones de los resultados de este trabajo con el de otras investigaciones, no es posible determinar la relación definitiva entre las variables estudiadas. Esto implica que es necesario llevar a cabo más investigaciones para determinar una teoría definitiva que se pueda sostener y fundamentar.

5.1. Limitaciones y Futuras Líneas de Investigación

Una de las principales limitaciones del presente estudio corresponde al diseño empleado, que es de tipo transversal. Este enfoque, al centrarse en un único momento temporal, no contempla observar posibles variaciones o cambios a lo largo del tiempo. Por lo tanto, sería interesante en futuras investigaciones hacer uso de un diseño longitudinal, ya que permitiría determinar de una manera más precisa el impacto de las ACL y *ghosting* en las variables de interés. Futuras líneas, además del diseño longitudinal mencionado, serían de interés si adoptasen un enfoque cualitativo, y de esta manera obtener información subjetiva por parte de los participantes, obteniendo una mayor comprensión de su percepción sobre las ACL y el *ghosting*. Es relevante destacar que existen pocos estudios que hayan utilizado esta metodología, lo que resalta la necesidad de profundizar en este tipo de enfoques (LeFebvre, 2020; Šiša, 2022; Timmermans et al., 2021).

Otra limitación a resaltar es que no se consideró la exclusión de participantes con trastornos psicológicos previos al inicio del estudio. De haber sido así, habría sido posible determinar con mayor fiabilidad si los síntomas psicológicos están relacionados con los efectos de las ACL y el fenómeno del *ghosting*, y no con características preexistentes de los participantes. Sería igualmente relevante que futuras investigaciones consideraran a las minorías en cuanto a orientación sexual, ya que podrían existir diferencias significativas que podrían influir en los resultados obtenidos.

Es importante señalar que la falta de una influencia significativa de la frecuencia de uso de las ACL en las variables objetivo del estudio podría explicarse por el tamaño reducido de la muestra de participantes que hacían un uso frecuente de las ACL, en comparación con aquellos que no presentaban este patrón de uso. Este desequilibrio en la distribución de los participantes podría haber generado un sesgo en los resultados obtenidos, por lo que se recomendaría un mayor número de participantes usuarios/as en futuros estudios.

Además, como las investigaciones previas de esta temática se han llevado a cabo en distintos países, podrían existir factores culturales que alteren los resultados en cada uno (Dion y Dion, 1996; Seepersad et al., 2008). Por ello, en futuros estudios sería interesante realizar una línea de investigación con varios grupos de diferentes países y comparar los resultados, determinando así si la variabilidad cultural conlleva diferencias en la relación con el uso de las ACL y el impacto de experimentar *ghosting*, y de qué manera.

La última limitación a señalar radica en el uso exclusivo de una única escala (GHQ-12). Aunque esta decisión se tomó considerando la longitud del formulario y el tiempo que los participantes debían dedicar, es posible que haya influido en la manera en que se midieron las variables, limitando la profundidad o precisión de los resultados obtenidos. Por ende, en futuras investigaciones, para medir las variables de interés, sería indicado hacer un uso completo de escalas y/o cuestionarios.

5.2. Implicaciones Teóricas y Prácticas

El trabajo realizado, apoya datos sobre el contexto actual en lo que respecta a las ACL y el fenómeno del *ghosting*, temas que aún son emergentes en el panorama científico. Además, se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030, particularmente con el objetivo número 3 de “Salud y Bienestar” (Miluska, 2020). Dado que la salud mental representa un problema de salud pública a nivel global, con una alta proporción de personas que desarrollan trastornos mentales a nivel mundial, y considerando que el rango edad de la mayoría de los afectados es de 15 a 24 años, es de interés investigar los posibles efectos de las ACL y el *ghosting* en este grupo etario que, además, constituye una parte significativa de los usuarios y usuarias de estas plataformas (Bowman et al., 2025; Iqbal, 2021). El presente estudio no ha identificado evidencias de consecuencias negativas significativas en los/as usuarios/as de ACL, ni en aquellas personas que han experimentado *ghosting* en estas plataformas. Estos resultados sugieren que, en condiciones normales, el uso de las ACL no tiene un efecto perjudicial en los usuarios y usuarias. Por tanto, no se considera necesario prescindir de dichas plataformas, aunque sí resulta relevante seguir explorando para comprender por qué en otros estudios sí se han identificado efectos negativos asociados a su uso. Además, al contar con un

conocimiento más profundo y concluyente sobre las posibles consecuencias permitiría desarrollar estrategias educativas adecuadas. Esto facilitaría la prevención de sus potenciales efectos adversos y, a su vez, contribuiría la promoción y mantenimiento de una buena salud mental en los usuarios y usuarias, reduciendo de esta manera el riesgo de desarrollo de trastornos psicológicos.

Este estudio no tiene como objetivo desacreditar las ACL, puesto que son herramientas útiles que los/as usuarios/as pueden emplear para satisfacer sus necesidades. Por ejemplo, aquellas personas que enfrentan dificultades para interactuar de forma presencial o que experimentan sentimientos de soledad pueden beneficiarse significativamente de las ACL, ya que permiten una interacción más sencilla, informal y sin la presión de la interacción directa (Strübel, 2023; Timmermans y DeCaluwé, 2017). Se pretendía destacar las posibles consecuencias que pueden surgir de un uso indebido de estas herramientas, dado que algunos estudios, previamente mencionados, han señalado implicaciones negativas relacionadas con su uso. En cuanto al *ghosting*, no siempre está relacionado con un rechazo basado en la apariencia física o una falta de interés por conocer a la otra persona; también puede ser empleado como una estrategia de protección frente a usuarios/as que muestran comportamientos agresivos en las ACL (LeFebvre et al., 2019; Timmermans et al., 2021).

El presente trabajo resulta de interés, ya que las ACL constituyen herramientas ampliamente utilizadas por la población para establecer relaciones interpersonales y están en continua expansión (Faesing, 2020). Esta situación pone de manifiesto la necesidad de estudiar su posible relación con diversas variables psicológicas y los efectos que podrían producirse por su uso. Asimismo, cabe destacar que, en cuanto a la relación entre el uso de las ACL y el fenómeno de *ghosting* con la variable de satisfacción con la vida, este estudio representa una de las primeras aproximaciones. No obstante, se recomienda continuar con la investigación en esta línea, con el objetivo de replicar los hallazgos y consolidar una teoría sobre esta relación. Esto resulta especialmente relevante, ya que la satisfacción con la vida es un constructo estrechamente vinculado con la felicidad y, como señalan Bray y Gunnell (2004), puede influir directamente en la salud mental del individuo.

6. Conclusión

El presente estudio no evidencia influencias significativas de las ACL, su uso frecuente ni del fenómeno del *ghosting* sobre la autoestima, el bienestar general o la satisfacción con la vida, tanto en hombres como en mujeres, debido a la ausencia de diferencias estadísticamente significativas en los resultados obtenidos. Por lo que, se sugiere que el uso normativo de dichas plataformas no conlleva efectos perjudiciales para los individuos que las utilizan con regularidad, ni para aquellas personas que han experimentado situaciones de *ghosting*. Sin embargo, se considera esencial continuar con la

investigación para determinar con más profundidad la relación entre las ACL, el *ghosting* y las variables mencionadas, en ambos géneros. Esta línea de estudio cobra especial relevancia ante el uso creciente de estas plataformas, siendo crucial comprender su potencial impacto en la salud mental y los factores asociados, con el fin de preservar su bienestar, autoestima, satisfacción con la vida y otras variables relacionadas. En este sentido, se recomienda la realización de investigaciones futuras con un enfoque longitudinal y cualitativo, que permita explorar en profundidad las posibles implicaciones a largo plazo, así como las percepciones subjetivas de los usuarios y usuarias respecto a esta temática.

7. Bibliografía

- Anzani, A., DiSarno, M. y Prunas, A. (2018). Using smartphone apps to find sexual partners: A review of the literature. *Sexologies*, 27(3), e61–65. <https://doi.org/10.1016/j.sexol.2018.05.001>
- Biurrun, A. (2024, 13 febrero). Radiografía de las apps de citas en España: 4 millones de usuarios y el doble de hombres que mujeres. *La Razón*. https://www.larazon.es/tecnologia/radiografia-apps-citas-espana-4-millones-usuarios-doble-hombres-que-mujeres_2024021365cba69f344c980001c0ee97.html
- Bones-Rocha, K., Pérez, K., Rodríguez-Sanz, M., Borrell, C. y Obiols, J. E. (2011). Propiedades psicométricas del instrumento de cribado general Health Questionnaire (GHQ-12) en población general española. *Infocop Online*.
- Bonilla-Zorita, G., Griffiths, M. D. y Kuss, D. J. (2023). Dating app use and wellbeing: An application-based pilot study employing ecological momentary assessment and objective measures of use [research support, non-U.S. Gov't]. *International Journal of Environmental Research & Public Health [Electronic Resource]*, 20(9), 25. <https://doi.org/10.3390/ijerph20095631>
- Bowman, Z., Drummond, M., Church, J., Kay, J., & Petersen, J. M. (2025). Dating apps and their relationship with body image, mental health and wellbeing: A systematic review. *Computers in Human Behavior*, 165, 108515. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2024.108515>
- Bray, I. y Gunnell, D. (2006). Suicide rates, life satisfaction and happiness as markers for population mental health. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 41, 333-337. <https://doi.org/10.1007/s00127-006-0049-z>
- Cast, A. D. y Burke, P. J. (2002). A theory of self-esteem. *Social forces*, 80(3), 1041-1068. <https://doi.org/10.1353/sof.2002.0003>
- Ciocca, G., Fontanesi, L., Robilotta, A., Limoncin, E., Nimbi, F. M., Mollaioli, D., Sansone, A., Colonnello, E., Simonelli, C., DiLorenzo, G. y Jannini, E. A. (2022). Hypersexual behavior and depression symptoms among dating app users. *Sexes*, 3 (2), 298–307. <https://doi.org/10.3390/sexes3020023>

- Czyżowska, D., Gurba, E., Czyżowska, N. y Kalus, A. (2020). Intimate relationship and its significance for eudaimonic well-being in young adults. *Health Psychology Report*, 8(2), 155-166. <https://doi.org/10.5114/hpr.2020.93768>
- Çörekçioğlu, T. M. y Cesur, E. (2024). Evaluation of depression, anxiety, self-esteem, and social appearance anxiety levels and their relationship with technology-related sexual violence among people using online dating applications: a controlled study. *Neuropsychiatric Invest*, 62(1). <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&AuthType=ip,sso&db=asn&AN=175996603&lang=es&site=ehostlive&scope=site&authtype=sso&custid=s1136447>
- Dean Marshall, N., O'Shea, A., Akhtar, R., Abbs, T., Fogarty, E., Sajiv Kumar, P. y Partridge, B. J. (2025). "I expect it as part of the kind of package deal when you sign up to these things" —Motivations and experiences of ghosting. *Psychology of Popular Media*, 14(1), 111-119. <https://doi.org/10.1037/ppm0000504>
- Deri, S. y Zitek, E. M. (2017). Did You Reject Me for Someone Else? Rejections That Are Comparative Feel Worse. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 43(12), 1675–1685. <https://doi.org/10.1177/0146167217726988>
- Dion, K. K. y Dion, K. L. (1996). Cultural perspectives on romantic love. *Personal relationships*, 3(1), 5-17. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1996.tb00101.x>
- Echevarria, S. G., Peterson, R. y Woerner, J. (2022). College Students' Experiences of Dating App Facilitated Sexual Violence and Associations with Mental Health Symptoms and Well-Being. *The Journal of Sex Research*, 60(8), 1193-1205. <https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2130858>
- Erevik, E. K., Kristensen, J. H., Torsheim, T., Vedaa, Ø. y Pallesen, S. (2020). Tinder Use and Romantic Relationship Formations: A Large-Scale Longitudinal Study. *Frontiers in Psychology*, 11, 1757. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01757>
- Faelsing, L. M. (2020). *Swipe for self-esteem decline?: The impact of usage, frequency, and type of online dating applications on self-esteem* (Bachelor's thesis, University of Twente). <https://purl.utwente.nl/essays/81546>

- Freedman, G., Powell, D. N., Le, B. y Williams, K. D. (2022). Emotional experiences of ghosting. *The Journal of Social Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/00224545.2022.2081528>
- Freedman, G., Powell, D. N., Le, B. y Williams, K. D. (2024). Emotional experiences of ghosting. *The Journal of Social Psychology*, 164(3), 367-386. <https://doi.org/10.1080/00224545.2022.2081528>
- Freier, A., (2015). Tinder mobile app statistics and revenue. Recuperado de <http://www.businessofapps.com/tinder-mobile-app-statistics-and-revenue/>.
- Ford, M. B. y Collins, N. L. (2010). Self-esteem moderates neuroendocrine and psychological responses to interpersonal rejection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 98(3), 405–419. <https://doi.org/10.1037/a0017345>
- Gatter, K. y Hodkinson, K. (2016). On the differences between Tinder™ versus online dating agencies: Questioning a myth. An exploratory study. *Cogent Psychology*, 3(1), 1162414. <https://doi.org/10.1080/23311908.2016.1162414>
- Goldberg, D. (1978). *Manual of the general health questionnaire*. NFER publishy.
- Goldberg, D. P. y Williams P. (1988). *An user's guide to the General Health Questionnaire*. NFER-NELSON.
- Haybron, D. M. (2004). Happiness and the importance of life satisfaction. *Department of Philosophy, Rutgers University*, 1, 22.
- Her, Y. -C. y Timmermans, E. (2021). Tinder blue, mental flu? Exploring the associations between tinder use and well-being. *Information, Communication & Society*, 24(9), 1303-1319. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2020.1764606>
- Hewitt, C. E., Perry, A. E., Adams, B. y Gilbod, M. (2010). Screening and case finding for depression in offender populations: A systematic review of diagnostic properties. *Journal Affective Disorders* (2010). <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.06.029>.
- Hobbs, M., Owen, S. y Gerber, L. (2017). Liquid love? Dating apps, sex, relationships and the digital transformation of intimacy. *Journal of Sociology*, 53(2), 271-284. <https://doi.org/10.1177/1440783316662718>

- Holtzhausen, N., Fitzgerald, K., Thakur, I., Ashley, J., Rolfe, M. y Pit, S. W. (2020). Swipe-based dating applications use and its association with mental health outcomes: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 8(1), 22. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-0373-1>
- Iqbal, M. (2021). Tinder revenue and usage statistics. *Business of Apps*. <https://www.businessofapps.com/data/tinder-statistics/>
- Jarden, A. y Roache, A. (2023). What is wellbeing?. *International journal of environmental research and public health*, 20(6), 5006. <https://doi.org/10.3390/ijerph20065006>
- Konings, F., Sumter, S. y Vandenbosch, L. (2023). It's not you, it's me: Experiences with ghosting on mobile dating applications and Belgian emerging adults' self-esteem. *Sexuality & Culture-an Interdisciplinary Journal*, 27(4), 1328–1351. <https://doi.org/10.1007/s12119-023-10065-3>
- Krüger, S. y Spilde, C. A. (2020). Judging books by their covers – Tinder interface, usage and sociocultural implications. *Information, Communication & Society*, 1–16. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2019.1572771>
- Langert, L. (2021). *Finding love or self-affirmation? Exploring online dating applications usage and its multifaceted consequences on users' well-being* (Master's thesis, University of Twente). <https://purl.utwente.nl/essays/85607>
- LeFebvre, L. E. (2017). Phantom lovers: Ghosting as a relationship dissolution strategy in the technological age. In N. M. Punyanunt-Carte & J. S. Wrench (Eds.), *The impact of social media in modern romantic relationships* (pp. 219-236). Lexington Books. <https://doi.org/10.5771/9781498544498>
- LeFebvre, L. E. (2018). Swiping me off my feet: Explicating relationship initiation on Tinder. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35, 1205–1229. <https://doi.org/10.1177/0265407517706419>
- LeFebvre, L. E., Allen, M., Rasner, R. D., Garstad, S., Wilms, A. y Parrish, C. (2019). Ghosting in Emerging Adults' Romantic Relationships: The Digital Dissolution Disappearance Strategy. *Imagination, Cognition and Personality*, 39(2), 125-150. <https://doi.org/10.1177/0276236618820519>

- LeFebvre, L. E., Rasner, R. D. y Allen, M. (2020). "I Guess I'll Never Know...": Non-Initiators Account-Making After Being Ghosted. *Journal of Loss and Trauma*, 25(5), 395-415. <https://doi.org/10.1080/15325024.2019.1694299>
- Lenton-Brym, A. P., Santiago, V. A., Fredborg, B. K. y Antony, M. M. (2021). Associations Between Social Anxiety, Depression, and Use of Mobile Dating Applications. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(2), 86-93. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0561>
- Lewinsohn, P. M., Redner, J. y Seeley, J. R. (1991). The relationship between life satisfaction and psychosocial variables: New perspectives. *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective*, 21, 141-169.
- Lucas, R.E., Diener, E. y Suh, E. (1996). Discriminant validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616–628. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.3.616>
- Malz, E. (2020). *The Relationship between Online Dating, Self-Esteem and Body Image* (Bachelor's thesis, University of Twente). <https://purl.utwente.nl/essays/81566>
- Musan, E. (2020). Does online dating harm your mental wellbeing?. *The relationship between online dating rejection and mental wellbeing and the moderating role of self-compassion*. University of Twente. <https://purl.utwente.nl/essays/81602>
- O'Keeffe, I. (2020). *Investigating the relationship between freemium mobile dating applications and consumer self esteem* (Doctoral dissertation, Dublin, National College of Ireland). <https://norma.ncirl.ie/id/eprint/4703>
- Orchard, T. (2019). Online dating sites. *Encyclopedia of Sexuality and Gender*, 1–3. https://doi.org/10.1007/978-3-319-59531-3_18-1
- Orth, U. y Robins, R. W. (2022). Is high self-esteem beneficial? Revisiting a classic question. *American psychologist*, 77(1), 5. <https://doi.org/10.1037/amp0000922>
- Pavot, W. y Diener, E. (2008). The satisfaction with life scale and the emerging construct of life satisfaction. *The journal of positive psychology*, 3(2), 137-152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>

- Pitcho-Prelorntzos, S., Heckel, C. y Ring, L. (2020). Predictors of social anxiety among online dating users. *Computer in Human Behavior*, 110, 106381. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106381>
- Reis, H. T. y Downey, G. (1999). Social cognition in relationships: building essential bridges between two literatures. *Social Cognition*, 17, 97–117. <https://doi.org/10.1521/soco.1999.17.2.97>
- Rietveld, J. (2022). *Online dating rejection types and their effect on users' well-being and the moderating role of self-esteem* (Master's Thesis, University of Tilburg). <https://arno.uvt.nl/show.cgi?fid=162565>
- Rönnestad, M. (2017). Swiping right for love?: A study about the relationship between Tinder usage and self-esteem. urn:nbn:se:uu:diva-324308
- Rosenberg, M. (1965). Rosenberg self-esteem scale. *Journal of Religion and Health*. <https://doi.org/10.1037/t01038-000>
- Rosenfeld, M. J., Thomas, R. J. y Hausen, S. (2019). Disintermediating your friends: How online dating in the United States displaces other ways of meeting. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 116(36), 17753-17758. <https://doi.org/10.1073/pnas.1908630116>
- Rosenfield, M. (2017). Marriage, Choice, and Couplehood in the Age of the Internet. *Sociological Science*, 4, 490-510. <https://doi.org/10.15195/v4.a20>
- Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á., Matz, S. y Huppert, F. A. (2020). Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries. *Health and quality of life outcomes*, 18, 1-16. <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01423-y>
- Sanhaji, M. (2020). *Online dating: A threat to our mental wellbeing or the self-validation we need?* University of Twente. <https://purl.utwente.nl/essays/82051>
- Seepersad, S., Choi, M. K. y Shin, N. (2008). How does culture influence the degree of romantic loneliness and closeness?. *The Journal of Psychology*, 142(2), 209-220. <https://doi.org/10.3200/JRLP.142.2.209-220>
- Šiša, A. (2022). Ghosting as a technologically assisted exit strategy on mobile dating apps. *Anthropological Notebooks*, 28(2), 1-22. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7497811>

- Smith, A. y Anderson, M. (2016). Facts about online dating. *Fact Tank*, 29. <http://www.pewresearch.org/fact-tank/2014/02/13/5-facts-about-online-dating/>
- Sowislo, J. F. y Orth, U. (2013). Does low self-esteem predict depression and anxiety? A meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 139(1), 213–240. <https://doi.org/10.1037/a0028931>
- Strübel, J. (2023). The most swipeable you: Experiences and self-perception of Tinder users. *The Journal of American Culture*, 46(1), 44-45. <https://doi.org/10.1111/jacc.13428>
- Strubel, J. y Petrie, T. A. (2017). Love me Tinder: Body image and psychosocial functioning among men and women. *Body Image*, 21, 34–38. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2017.02.006>
- Strübel, J. y Petrie, T. A. (2022). Tinder use, gender, and the psychosocial functioning of young adults. *The Journal of Social Media in Society*, 11(2). <https://thejsms.org/index.php/JSMS/article/view/1025>
- Strugo, J. y Muise, A. (2019). Swiping for the right reasons: Approach and avoidance goals are associated with actual and perceived dating success on Tinder. *The Canadian Journal of Human Sexuality*, 28(2), 93–104. <https://doi.org/10.3138/cjhs.2019-0010>
- Thomas, M. F., Binder, A. y Matthes, J. (2022). The agony of partner choice: The effect of excessive partner availability on fear of being single, self-esteem, and partner choice overload. *Computers in Human Behavior*, 126, 106977. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106977>
- Thylstrup, N. B. y Veel, K. (2019). Dating App as a mediating technology of organization. In T. Beyes, R. Holt, & C. Pias (Eds.), *The Oxford handbook of media, technology, and organization studies* (pp. 190-201). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780198809913.013.48>
- Timmermans, E. y De Caluwé, E. (2017). To Tinder or not to Tinder, that's the question: An individual differences perspective to Tinder use and motives. *Personality and Individual Differences*, 110, 2017, pp. 74-79. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.026>

- Timmermans, E., Hermans, A.-M. y Oprea, S. J. (2021). Gone with the wind: Exploring mobile daters' ghosting experiences. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 783-801. <https://doi.org/10.1177/0265407520970287>
- Veenhoven, R. (1996). The study of life-satisfaction. hdl.handle.net/1765/16311
- Wu, S. y Trottier, D. (2022). Dating apps: A literature review. *Annals of the International Communication Association*, 46(2), 91-115. <https://doi.org/10.1080/23808985.2022.2069046>
- Zeigler-Hill, V. (2011). The connections between self-esteem and psychopathology. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 41(3), 157-164. <https://doi.org/10.1007/s10879-010-9167-8>

8. Anexos

Anexo 1.

Solicitud de aprobación del estudio

Solicitud de registro de proyecto

¡Gracias por enviar la información al Comité de Investigación de la UE!

En breve te haremos llegar la evaluación del Comité de Investigación de la UE o bien la necesidad de que el proyecto sea evaluado por un Comité de Ética Clínico (CEIC/CEIm) externo a la UE o por un Comité Ético de Experimentación Animal (CEEA)