



**Universidad  
Europea**

**Máster Universitario en Psicología General Sanitaria**

**Trabajo Fin de Máster**

**LA REPERCUSIÓN DE LAS REDES SOCIALES EN LAS RELACIONES DE PAREJA JÓVENES ADULTOS:  
REVISIÓN SISTEMÁTICA**

**Presentado por: Laura De Cia González**

**Tutor/a: Ana Pova Quaresma Tavares**

**Curso: 2023/2024**

**Convocatoria: Extraordinaria**

## Resumen

*El uso de las redes sociales se ha convertido en un acto rutinario en la vida de las personas. Tal es el impacto de dicho uso, que está afectando al modo en el que nos expresamos, relacionamos y comunicamos con los demás, es decir, en cómo se forman relaciones y en cómo se mantienen. El objetivo de la presente investigación fue indagar sobre la influencia que puede llegar a tener el uso de las redes sociales en la intimidad y la satisfacción de las relaciones de parejas entre jóvenes adultos, y en cómo ciertos factores como la edad, duración de la relación, el tiempo dedicado en las redes y los tipos de interacciones afectan a dicha intimidad y satisfacción. Para realizar esto, se ha realizado una revisión sistemática, siguiendo las pautas implantadas según la declaración PRISMA, de aquellos estudios recogidos en las bases de datos PubMed, Web Of Science, Scopus y PsicolInfo. Gracias a este proceso, se han obtenido un total de 777 estudios, que tras aplicar todos los criterios de inclusión y exclusión quedaron como resultado final un total de 16 estudios utilizados en dicha revisión sistemática. Los resultados obtenidos indican que un elevado tiempo dedicado a las redes sociales, una menor edad y duración de la relación se relaciona con una disminución en la satisfacción e intimidad de la pareja, y, además, que ciertas interacciones realizadas por los miembros de la pareja en sus perfiles de redes sociales aumenta la satisfacción e intimidad de esta.*

**Palabras claves:** *Redes sociales, relaciones de pareja, Influencia, intimidad, satisfacción, Revisión sistemática.*

## **Abstract**

*The use of social networks has become a routine act in people's lives. Such is the impact of such use, which is affecting the way in which we express ourselves, relate and communicate with others, that is, how relationships are formed and how they are maintained. The objective of the present research was to investigate the influence that the use of social networks can have on the intimacy and satisfaction of relationships between young adults, and how certain factors such as age, duration of the relationship, the time spent on networks and the types of interactions affect that privacy and satisfaction. To do this, a systematic review has been made, following the guidelines implemented according to the PRISMA declaration, of those studies collected in the PubMed, Web Of Science, Scopus and PsicoInfo databases. As a result of this process, a total of 777 studies were obtained, which after applying all the inclusion and exclusion criteria resulted in a total of 16 studies used in this systematic review. The results show that a high time spent on social networks, a lower age and duration of the relationship is related to a decrease in the satisfaction and privacy of the couple, and, in addition, that certain interactions made by members of the couple in their social network profiles increases the satisfaction and intimacy of this.*

**Keywords:** *Social networks, relationships, Influence, intimacy, satisfaction, systematic review.*

## Índice

<b>1.Marco Teórico</b> .....	5
<b>1.1. Redes sociales y relaciones románticas</b> .....	5
<b>1.2. Redes sociales y satisfacción de parejas</b> .....	6
<b>1.4. Redes sociales e intimidad de la relación</b> .....	8
<b>1.5. Justificación</b> .....	12
<b>1.6. Objetivos</b> .....	12
<b>2. Metodología</b> .....	13
<b>2.1. Fuentes de Información</b> .....	13
<b>2.2. Estrategia de Búsqueda</b> .....	14
<b>2.3 Criterios de elegibilidad</b> .....	14
<b>2.4 Proceso de Selección de Estudios</b> .....	14
<b>3. Resultados</b> .....	17
<b>3.1 Análisis descriptivo de los estudios</b> .....	35
<b>2.1 Redes sociales y la intimidad de la pareja</b> .....	37
<b>2.2 Redes sociales y la satisfacción de pareja</b> .....	37
<b>2.3. Influencia de la edad</b> .....	39
<b>2.4. Redes sociales y la duración de la relación</b> .....	39
<b>4.Discusión</b> .....	40
<b>5.Conclusión</b> .....	44
<b>5.Bibliografía</b> .....	45

### Índice de tablas

<b>Tabla 1</b> Principales investigaciones sobre la influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja de jóvenes adultos .....	17
<b>Tabla 2</b> Número de estudios según el año de publicación.....	36
<b>Tabla 3</b> Síntesis del número de artículos por variable estudiada.....	40

### Índice de figuras

<b>Ilustración 1</b> Diagrama de flujo según PRISMA.....	16
--	----

## **1.Marco Teórico**

Hoy día vivimos en una era donde predomina y destaca el uso digital y tecnológico por parte de la sociedad (Cole et al.,2009). Esto se debe, principalmente, a los diferentes objetivos y fines que se llegan a conseguir con dicho uso; entre los que destacan, los fines informativos, lucrativos, comunicativos y/o relacionales, entre otros. Por lo cual, es tal el impacto de la tecnología en la sociedad que está afectando al desarrollo social y personal, debido a que se está implantando como rutina, y forma de vida, el uso de las diferentes plataformas digitales, a cualquier edad, y con diferentes objetivos. (Treviño y Millán, 2007).

Cabe destacar, que uno de los cambios más señalados dentro del gran desarrollo digital y tecnológico, ha sido el realizado en los medios de comunicación y plataformas digitales, más específicamente en las redes sociales, debido a las grandes aportaciones, por parte de estos métodos de comunicación y difusión, de innovaciones y consecuencias a la sociedad, sobre todo en referencia a las relaciones interpersonales o sociales, pero, sobre todo en las relaciones de pareja (Gámez et al., 2018).

Las redes sociales surgieron a finales de los 90 (Ellison y Boyd, 2013), sin embargo, aunque al principio no tuvieron tanta importancia, se han ido modificando y elevando su potencia en el mundo de la sociabilización, hasta llegar al punto actual, en el cual son un factor importante e influyente en las relaciones románticas (Cuervo,2013). Dentro de estas redes sociales, cabe destacar, la red social Facebook, encabezada como la red social más usada mundialmente (Statista, 2023) y más investigada con respecto al impacto en las relaciones de pareja (Rus y Tiemensma, 2017). Asimismo, dentro del gran grupo de aplicaciones que forman parte de Facebook, Instagram es una de las que más relevancia ha ido ganando con el tiempo, convirtiéndose actualmente en la red social más atractiva por la sociedad, a nivel mundial, superando Whatsapp y después Facebook (DataReportal, 2024).

### **1.1. Redes sociales y relaciones románticas**

Autores, como Ellison y Boyd (2013), hablan del impacto positivo que presenta las redes sociales como medio para mantener las relaciones debido a las diversas interacciones entre los contenidos de las personas usuarias, las creaciones de diferentes vínculos y la innovación de variedad de perfiles usuarios. Vogels y Anderson (2020), establecieron más concretamente la unión entre las redes sociales y la importancia de mantener las relaciones, pero en este caso, románticas. Sin embargo, no solo esto es así, también existen investigaciones que hablan sobre el impacto negativo que tienen estas plataformas sobre las relaciones de pareja (Fox,2016). Por lo cual, las conclusiones obtenidas de investigaciones que estudian el tipo de influencia, positiva o negativa, que ejerce el uso de las redes sociales en las relaciones interpersonales, no muestran

resultados relevantes para concluir que son nocivas o dañinas, o por el contrario beneficiosas para las relaciones (Cole et al., 2018).

Estudios afirman la gran influencia positiva que presenta el uso de las redes sociales, más concretamente Facebook, en el inicio y mantenimiento de las relaciones de parejas, sobre todo en población juvenil, y más si se encuentran en diferentes lugares viviendo, es decir, manteniendo una relación a distancia. (Eichenberg.,2017; Fox et al., 2013). Además, el uso de las redes sociales se considera un aspecto positivo en las relaciones de pareja, ya que da lugar a la demostración de interés y de afecto recíproco entre ellos. Asimismo, es un canal para seducir a la pareja y demostración del vínculo hacia los demás (Castellos, 2015).

Sin embargo, cabe destacar que la duración de la pareja también influye en el uso de las redes sociales o smartphome, ya que, a más duración de la relación, menor uso de redes sociales, como Facebook entre otras. (Casero, y Ouled-Driss, 2016).

De igual forma, la utilización de las redes sociales ha dado lugar a un cambio en la forma de comunicación entre las personas, y paralelamente, para las parejas. (Rus y Tiemensma, 2017). La población juvenil, es la que más afectada se encuentra con respecto al uso de las redes sociales, ya que se ha ido acentuando el uso de estas últimas debido a este tipo de población, y por concluyente, son los que dicen mantenerse mejor conectados con su entorno, y también con su pareja, gracias a este método de comunicación (Castellos, 2015).

Por lo cual, las parejas, a través de las redes sociales fabrican un entorno de comunicación, compromiso y afectividad, gracias a las publicaciones de cariño e interacciones entre ellos. Sin embargo, a su vez, esto puede contribuir de manera nociva, ya que, en vez de utilizar las redes sociales para dicho uso positivo, a veces se le da una utilidad negativa dando lugar a sentimientos de incertidumbre, inseguridad, abusos, vigilancia, malentendidos, celos, infidelidad... (Castellos, 2015), transformándose en conductas aversivas y agresivas, que se van normalizando y volviendo más asiduas y recurrentes en las parejas, sobre todo entre los más jóvenes (Ferreira, 1992 como se citó en Gámez et al., 2016, p. 2). Esto sucede, entre otras cosas, sobre todo por la idealización sobre el amor romántico y dicho mito, dando como consecuencia a la exculpación de estos comportamientos abusivos como muestra de amor (Gómez et al., 2016 como se citó en Soldevilla et al., 2012).

## **1.2. Redes sociales y satisfacción de parejas**

Cabe destacar que numerosos estudios han investigado la relación del uso de Facebook con el impacto en la satisfacción de pareja, sobre todo en población joven, y algunos de estos estudios demuestran cómo el uso continuo de esta red social puede dar lugar a discusiones, enfrentamientos y hasta celos dentro de una relación de pareja (Clayton et al, 2013; Elphinson

et al., 2011; McAndrew et al., 2013; Muise et al., 2009). Además de esto, también se relaciona con una atención excesiva con el perfil de su pareja dentro de esta red social, y por lo cual a la intromisión de la intimidad de la pareja (Elphinson et al., 2011; Lyndon et al., 2012; Marshall et al., 2012; Muise et al., 2014), relacionándose estos tres últimos aspectos mencionados con una menor satisfacción de pareja (Muise et al., 2014). Cabe destacar también, que dicho uso excesivo del Facebook en las relaciones de pareja puede dar lugar a aspectos relacionados con la infidelidad (Eicheberg et al., 2017; Fox et al., 2013; Fox., 2016).

De igual forma, se han obtenido estudios que han señalado el aumento de la violencia entre las parejas, sobre todo en población joven, que utilizan en mayor nivel las redes sociales, favoreciendo las conductas de agresión, vigilancia, abusos y control hacia el otro miembro de la pareja a través de internet y el móvil o smartphone (Gámez et al., 2018). Es más, según Rodríguez et al., (2018) en su estudio "Ciberagresores en el noviazgo adolescente y su relación con la violencia psicológica, el sexismo y los celos", un 91.3% de las personas que participaron el estudio, en algún momento de su relación, ha tenido cierto comportamiento de abuso hacia la persona que era su pareja. Por lo cual, también destaca el uso inadecuado de la población juvenil con respecto a las redes sociales.

Acorde a estos resultados, según Saldivia et al. (2017), un 84% de la población juvenil participante en su estudio han sido víctimas de violencia por parte de sus parejas, y un 80.5% fueron víctimas de violencia psicológica.

Es más, según Rodríguez y Rodríguez (2016), debido a las conductas agresivas y abusivas como el control, vigilancia, celos, obsesiones y relaciones de poder, que dan lugar al uso indebido de las redes sociales, se da como consecuencia la pérdida de autonomía, libertad y a las dependencias emocionales.

Por lo cual, las personas estamos continuamente en contacto online, más es el uso de esta tecnología si estas personas están en una relación de pareja, ya que el uso de estas puede llegar a reducir el alejamiento físico entre los miembros de la pareja, por medio de mensajes instantáneos e incluso con emoticonos y stickers, que dan lugar a un beneficio en la relación, y por lo cual mejorar la comunicación y posterior conexión entre ellos (Maffesoli, 2001). Pero dicha práctica puede cambiar, o variar, hasta llegar al punto de volverse cotidiano y dañino, y provocar una ignorancia en la pareja debido al uso de la tecnología (phubbing), dependencia emocional y celos patológicos (Roberts y David., 2016), además de dañar la comunicación y la calidad del tiempo pasado por parte de las parejas (González-Rivera et al., 2018; McDaniel et al., 2016; Roberts et al., 2016). Es más, según varios estudios, son más las mujeres las que hacen mayor uso del celular y presentan mayores niveles de conflictos en sus relaciones, debido a dicho uso, que los hombres (Peñuela et al., 2014; Felice, 2013). Además de esto, cabe destacar,

que las mujeres son las que utilizan comportamientos de mantenimiento de la relación en redes sociales en mayor nivel que los hombres (Legkavkas y Pazniokaité,2019). Así como diferentes estudios declararon que el sexo femenino presentaba niveles más elevados de celos que los hombres (McAndrew et al, 2013; Muise et al., 2009). Y, sin embargo, son estas las que en mayor medida identifican los factores negativos que están influyendo en su relación de pareja (Carbonell et al.,2012; Villafuerte et al., 2016).

### **1.3. Redes sociales e intimidad de la relación**

Además de todo lo mencionado, es destacable cómo el uso de las redes sociales influye en la intimidad de la relación, tanto a nivel de privacidad de esta, como a nivel de cercanía, autorrevelación al otro y conexión, debido al tiempo dedicado a dicho uso por parte de los miembros de la pareja (Pollet et al., 2011).

Las relaciones de pareja se pueden definir como una fusión de dos personas de carácter voluntario, recíproco y totalmente autónomo, dónde ambos comparten un propósito y plan de vida en conjunto, con fuertes lazos y sentimientos de consistencia en común, y en el cual ambos, tienen una promesa de compromiso juntos, con fuertes lazos de reciprocidad e intimidad entre otros. (Palacios, 1998).

Asimismo, las relaciones de pareja también presentan conflictos, los cuales se clasifican en desacuerdos e incompatibilidades, dando lugar a conductas incorrectas y hostiles que afectan a la satisfacción en la relación (Kammrath, 2006).

Uno de los modelos que indagan sobre dichos conflictos de pareja, se denomina modelo transaccional sistémico de afrontamiento diádico (Bodenmann,1995; Bodenmann et al.,2005). Este modelo, de los muchos otros que existen, nos habla sobre la influencia que presenta el estrés cotidiano en la satisfacción de las relaciones de pareja, es decir, en la intimidad, comunicación y confort de las relaciones de pareja, y en como estos conceptos pueden influir en la disolución de la pareja. Dicho modelo aclara, que, a mayor estrés, menos tiempo compartido, por lo cual menor intimidad emocional, además también disminuye la cantidad y calidad de comunicación entre los miembros, y menos bienestar presentaran ambos por individual (problemas físicos y psicológicos) y conjuntamente hablando. Por lo cual, cuanto menos comunicación presente la pareja, mayor porcentaje de lejanía y separación presentaran, y se presentaran más conflictos. (Bodenmnn, 2004).

Por lo cual, la forma de comunicarse entre las parejas ha cambiado al punto de predominar las redes sociales como medio de conversación. Sin embargo, se ha podido comprobar que esta intrusión de las redes sociales o tecnología en las relaciones de pareja, provocan ciertos niveles de estrés afectando de forma negativa a estas. Es más, puede llegar a



afectar incluso al confort de los individuos tanto individualmente como conjuntamente. (McDaniel et al., 2016; Roberts et al.,2016; Wang et al., 2017)

Por otra parte, cabe destacar que las parejas y personas que utilizan las redes sociales para comunicarse con los demás, pueden llegar a alcanzar mayor nivel de intimidad en un tiempo más reducido que cuando se realiza personalmente cara a cara (Zanata,2007). Sin embargo, al establecer conversaciones virtuales, la comunicación se da a través de una pantalla, y por lo cual, los inconvenientes son la inexistencia de comunicación no verbal, el alejamiento físico, la falta de conexión real entre las personas, y el tiempo, ya que las conversaciones online no se establecen en el momento, como se hace físicamente, si no que cada persona tiene su tiempo y momento ilimitado para contestar. (Herrera, Pacheco Palomar y Zavala, 2010).

Sin embargo, con respecto a los beneficios que aportan las redes sociales con respecto a la intimidad, se destacaría la sencillez de obtener relaciones íntimas online, y por lo cual, ciertas personas más inseguras con respecto a la comunicación real les aportan aspectos muy positivos, desde mejorar la autoestima, el autoconcepto y las habilidades sociales, entre otras cosas, debido al sentimiento de compañía que presentan (Sheldon,2008). Incluso, pueden llegar tener una relación virtual de amistad, cuya comunicación socioafectiva puede resultar mayor que incluso estableciéndose cara a cara (Búrdalo, 2000; Chan y Cheng, 2010, Young, 2009; Zywica y Danowski, 2008).

Por otro lado, es imprescindible hablar de las redes sociales y la privacidad que estas aportan. Además de la facilidad de poder divulgar contenido en cualquier plataforma, también es importante mantener en privado las conversaciones que se mantienen, e incluso las interacciones que se realizan entre las personas, e incluso entre las parejas, ya que se han convertido en una herramienta tan rutinaria y social, que, sobre todo los más jóvenes, no practican esta privacidad con mucha cautela (Delgado, 2022). Ciertos estudios han afirmado que ciertas parejas llegan al punto de invadir la intimidad del otro, debido a los sentimientos de inseguridad y desconfianza sobre el hecho de que pueda estar estableciendo otra relación con otra persona, o el hecho de comunicarse románticamente con alguien, llegando a coger su smartphone sin su consentimiento para poder visualizar todas sus redes sociales, e incluso con su consentimiento, pedirle que le enseñe todo (Peñuela et al., 2014). Es más, según este estudio de Peñuela et al. (2014), se mostró que las mujeres hacían un mayor uso del smartphone, y por lo cual, de las redes sociales, y presentaban mayores conflictos en sus relaciones que los hombres, sin embargo, ambos seguían afirmando que dicho uso aportaba más aspectos positivos que negativos, aunque a veces se generasen conflictos como los anteriormente mencionados de invasión de la privacidad.

Asimismo, las redes sociales se utilizan, entre otras cosas, para publicar fotografías, intereses, pensamientos con otras personas, reaccionar a estas acciones de otros perfiles, y comunicarnos y conversar con los demás. Por lo cual, estos comportamientos son normalmente positivos, sin embargo, en ciertas ocasiones pueden dar lugar a conflictos y amenazas dentro de las relaciones de pareja (McDaniel y Drouin, 2019). Sin embargo, ciertas acciones pueden dar lugar a un aumento de la satisfacción de la pareja como son el exponer su estado civil de “en una relación”, públicamente en las redes sociales, o incluir a su pareja en la foto de su perfil, e incluso compartir fotos con él en su perfil de las redes sociales (Utz y Beukeboom, 2011). En general, ciertos autores expusieron el hecho correlacional de presentar una mayor satisfacción en la relación con las acciones de publicar fotografías en línea con su pareja, o exponer información relevante de su relación de pareja (Saslow et al., 2012). Asimismo, Toma y Choi (2015) también demostraron que ciertas acciones en las redes sociales como declarar su relación pública, publicar más fotografías de la pareja y dejar publicaciones o comentarios en el perfil de su pareja presentaban mayor compromiso y satisfacción en la relación de aquellos que no lo hacían.

Sin embargo, también existen estudios que declaran que las redes sociales como Instagram o Facebook dan la opción, a la sociedad que le da uso, de exponer su imagen real o su imagen ideal (Utz y Beukeboom, 2011). Es más, se ha investigado que las personas que hacen uso de estas redes sociales suelen exponer, en línea, fotografías de uno mismo atractivas y especialmente bonitas (Siibak, 2009; Strano, 2008; Young, 2008). Y lo mismo sucede con la imagen de su relación, que ciertas personas realizan acciones dentro de las redes sociales, que realmente no harían (Seidman et al., 2019). Y, por lo cual, existe la probabilidad de que aquellas parejas que se encuentran menos satisfechas en sus relaciones expongan en sus perfiles imágenes diádicas como forma de representación de felicidad a los de demás, idealizando sus relaciones de pareja, realizando acciones o comportamientos a través de una pantalla, aunque en la realidad no sea así. Por lo cual, Instagram, entre otras cosas, sirve como medio para observar cómo se ven afectadas, y afectan, las relaciones de pareja dentro de esta, debido a su uso (Rus y Tiemensma, 2017; Toma y Choi, 2015).

De igual forma, Elphinston y Noller (2010) afirmó, en un estudio realizado sobre la relación entre la intrusión de Facebook, los celos en las relaciones románticas y sus consecuencias a través del método clínico de medida de intrusión de Facebook (FIQ), que el 91% de la muestra juvenil mostró tener conflictos con su pareja debido a las publicaciones en la red, y un 73% presentó celos. Esto manifiesta que el tipo de publicaciones en las redes sociales también afecta a las relaciones de pareja jóvenes.

Por lo cual, la información publicada en Facebook, y en otras redes sociales, dan lugar tanto a celos, inseguridad y vigilancia, entre otros (Muise et al., 2009), como a una mayor satisfacción en la relación de parejas jóvenes (Papp, Danielewicz y Cayemberg, 2012), esto se puede deber al cómo y cuánto se utilicen las redes sociales dentro de una relación de pareja. Es decir, pasar tiempo excesivo en las redes sociales provoca insatisfacción en las relaciones de pareja con respecto a aquellas que le dan un uso más moderado a las redes sociales o tecnologías. (Sánchez y Bresó, 2016). Esto se relaciona con el término de phubbing, definiéndose como la acción de prestar una menor atención a la persona que se encuentra físicamente a nuestro lado, o a uno mismo, y más al celular (Gómez Treviño, 2013). Generando así una menor calidad y satisfacción en las relaciones de pareja, ya que no hay existencia de afecto, atención, comunicación y sentimientos mutuos, debido al uso excesivo del celular (Roberts y David, 2016). Sin embargo, cabe destacar el dato que expuso Abbasi (2018), afirmando que la desconexión romántica era un antecedente destacable de la adicción al Facebook, y que esto a su vez da lugar a una mayor insatisfacción en la relación, como bien hemos mencionado anteriormente.

Asimismo, varios estudios han afirmado que la forma en la que uno del otro miembro de la pareja percibe el uso de la tecnología por el otro, afecta a la satisfacción en la relación. Es más, incluso la intimidad se ve comprometida según esta percepción. Por lo cual, clarificar el uso de las redes sociales como un asunto conflictivo entre la pareja, forma una incomodidad entre ambos afectando negativamente la intimidad de esta, y por concluyente, da lugar a la aparición de disputas dentro de la relación. (Mano et al., 2013; McDaniel et al., 2016; Hertlein et al., 2014).

Según varios estudios, se puede concluir con el hecho de que la intimidad, emocional en este caso, es un factor importante y bastante influyente en la satisfacción dentro de la relación, incluso ciertos estudios demuestran que afecta más esta intimidad que la sexual de forma independiente. (Dandurand et al., 2013; Greff et al., 2001; Zimmer-Gembeck., 2014).

Además, cabe destacar que otros autores afirman que las parejas que presentan altos niveles de intimidad también presentan altos niveles de confianza, afecto y valía (Aron et al., 1997). Es más, algunos autores destacan el hecho de que la intimidad y la satisfacción están relacionadas de forma positiva, incluso algunos estudios demuestran de que esta intimidad sirve como amortiguador contra el conflicto o aspectos dañinos para la relación (Huston et al., 1994). Por concluyente, el nivel de satisfacción de una relación de pareja, influida por la intimidad, puede dar lugar a la disolución o unión fuerte entre las relaciones de pareja (Hassbrauck et al., 2002; Schreus et al., 1996).

#### **1.4. Redes sociales y edad de las parejas**

Por otro lado, ciertos estudios demuestran que la edad de las parejas no afecta negativamente a la satisfacción ni intimidad de las relaciones de estas. Es decir, no existe relación entre la edad y las conductas de celos, abusos y control por parte de las parejas. Sin embargo, si es cierto que hoy día, el colectivo juvenil es el que más uso le da a las redes sociales, y cada vez en edades más tempranas, por lo que afecta al posterior desarrollo y visión de la vida, incluida las relaciones de pareja románticas. (Brown y Bobkowski, 2011; Shulman y Connolly, 2013).

Si es cierto, que los adultos jóvenes utilizan la tecnología más frecuentemente, como medio para comunicarse, indagar, conocer e informarse (Subrahmanyam y Smahel, 2011).

#### **1.5. Redes sociales y duración de las relaciones de pareja**

Sin embargo, con respecto a la duración de la relación, si se han obtenido datos que revelan la influencia de este hecho con respecto a la satisfacción e intimidad de las parejas adultas jóvenes, ya que a más duración, mayor satisfacción en la relación (Ahmetoglu, Swami y Chamorro-Premuzic, 2010; Hurley y Reese-Weber, 2012).

#### **1.6. Justificación**

Hasta la fecha, pueden hallarse diferentes investigaciones que abarcan la problemática y los beneficios que aportan las redes sociales en las relaciones de pareja, sobre todo, en relación a la violencia, celos, infidelidad, comunicación y satisfacción dentro de la relación (Jara et al., 2016). Sin embargo, aunque las redes sociales son un tema bastante elegido y estudiado, existen ciertos estudios que abarcan la relación entre el impacto de las redes sociales y la satisfacción en la relación o en la intimidad de esta, pero de forma independiente, o incluso investigaciones que estudian ambas variables pero en una red social en concreto (Facebook), además de presenciar numerosas investigaciones bastantes carentes de contenido específico, para concretar con una conclusión pulcra y evidente. Por lo cual, no existe ninguna revisión sistemática que investigue la influencia de las redes sociales en la satisfacción e intimidad de las relaciones de pareja, y dicho estudio tendrá como objetivo identificar mediante una revisión sistemática el impacto que genera el uso de las redes sociales dentro de las relaciones de pareja, en relación a la intimidad y satisfacción en la relación.

#### **1.7. Objetivos**

Debido a esto, y al conflicto que conlleva a las relaciones de pareja el uso de las redes sociales, algunas de ellas han establecido ciertos límites y normas con respecto al uso de la tecnología, como método para solventar los conflictos (Delgado, 2021), pero la mayoría carece de estas normas.

Por todo esto, el presente estudio tiene como objetivo general, conocer la influencia que ejercen las redes sociales en las relaciones de pareja jóvenes adultos, y el impacto que ejercen en la intimidad y satisfacción de estas.

A su vez, los objetivos específicos son los siguientes:

1. Comprender si el uso de las redes sociales (frecuencia, duración y tipo de interacciones que las parejas jóvenes tienen en plataformas de redes sociales) tienen influencia en la intimidad de la pareja (nivel de cercanía emocional, conexión, apertura entre los miembros de la pareja y la privacidad de estas).
2. Comprender si el uso de las redes sociales tiene influencia en la satisfacción de pareja (comunicación, bienestar y satisfacción general que experimentan las parejas jóvenes en su relación romántica).
3. Identificar si la edad de los miembros de la pareja puede influir en la relación entre el uso de redes sociales y las variables satisfacción e intimidad.
4. Identificar si la duración de la relación puede influir en cómo las redes sociales afectan a la relación.

## **2. Metodología**

El presente trabajo consiste en una revisión sistemática basada en la recopilación de información sobre la literatura científica actualizada, entre los meses de octubre y diciembre de 2023. Se buscó información teniendo en cuenta los objetivos planteados sobre el impacto e influencia que genera el uso de las redes sociales dentro de las relaciones de pareja con respecto a la intimidad y satisfacción de esta. Para la elaboración de este, se han seguido las pautas implantadas por la declaración PRISMA (Page et al., 2021).

### **2.1. Fuentes de Información**

En primer lugar, se realizó una búsqueda general en 4 bases de datos científicas diferentes, siendo estas: Web of Science, Pubmed, Dialnet y PsicoInfo, a través del recurso de la biblioteca CRAI DULCE CHAÓN de la Universidad Europea.

Se concluyó que la base de datos DIANET no presentaba investigaciones relacionadas con el presente tema del trabajo y sus variables, por lo que se tuvo que descartar dicha base de datos y sustituirla por Scopus, la cual si presentaba estudios relevantes para la elaboración de este estudio. En definitiva, las bases de datos científicas utilizadas para el presente trabajo fueron: Web of Science, Pubmed, Scopus y PsicoInfo.

## 2.2. Estrategia de Búsqueda

Para la realización de la búsqueda sistemática se utilizó la siguiente fórmula: *social media OR social network\* OR instagram or facebook) AND (couple\* OR couple relation\* OR young relation\* OR young couple) AND (intima\* OR satisfaction).*

## 2.3 Criterios de elegibilidad

Se procedió a realizar un cribado según los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de inclusión:

- Estudios publicados entre 2013-2023 (Se ha optado por seleccionar aquellos estudios publicados en los últimos 10 años debido a la gran innovación que ha obtenido el tema del presente estudio con respecto a las redes sociales, y la irrelevancia que conlleva incorporar estudios con demasiada antigüedad)
- Trabajos en inglés y español.
- Estudios que investigan la relación entre redes sociales y relaciones de pareja que hacen referencia a las variables intimidad y/ o satisfacción de pareja.
- Estudios empíricos: estudios cuantitativos, cualitativos o mixtos que pueden ser longitudinales, transversales o experimentales.
- Parejas en relaciones estables no matrimoniales, con una duración igual o superior a 3 meses.
- Jóvenes adultos heterosexuales entre los 18 y 30 años.
- Acceso a texto completo.

Criterios de exclusión

- Revisiones bibliográficas o sistemáticas, metaanálisis, libros o presentaciones en congresos y estudios no originales.
- Estudios que no aborden directamente la relación entre redes sociales o no proporcionen información sobre la metodología.
- Estudios centrados exclusivamente en poblaciones no adultas (adolescentes, niños, etc.)
- Estudios sin acceso al artículo completo.
- Parejas matrimoniales y/o parejas con una duración inferior a 3 meses.
- Publicaciones escritas en un idioma diferente al castellano o inglés.

## 2.4 Proceso de Selección de Estudios

Para seleccionar los artículos obtenidos se realizó un cribado considerando los criterios de inclusión y exclusión establecidos.

En primer lugar, se realizó un filtro de artículos según la fecha de publicación, idioma y tipo de publicaciones, de los 777 estudios resultantes tras encontrar la ecuación de búsqueda

correcta (290 en WOS, 179 en PsicoInfo, 66 en Pubmed, 242 en Scopus), en la que se obtuvo un resultado de 491 investigaciones que si se publicaron dentro de esos criterios establecidos y 286 fueron descartados.

Tras el primer cribado, se eliminaron los duplicados, dando lugar a 114 artículos eliminados y 377 artículos seleccionados.

Por otra parte, de esos 377, solo 194 tenían acceso al texto completo, por lo que se descartaron 183 por no poder acceder a la publicación completa.

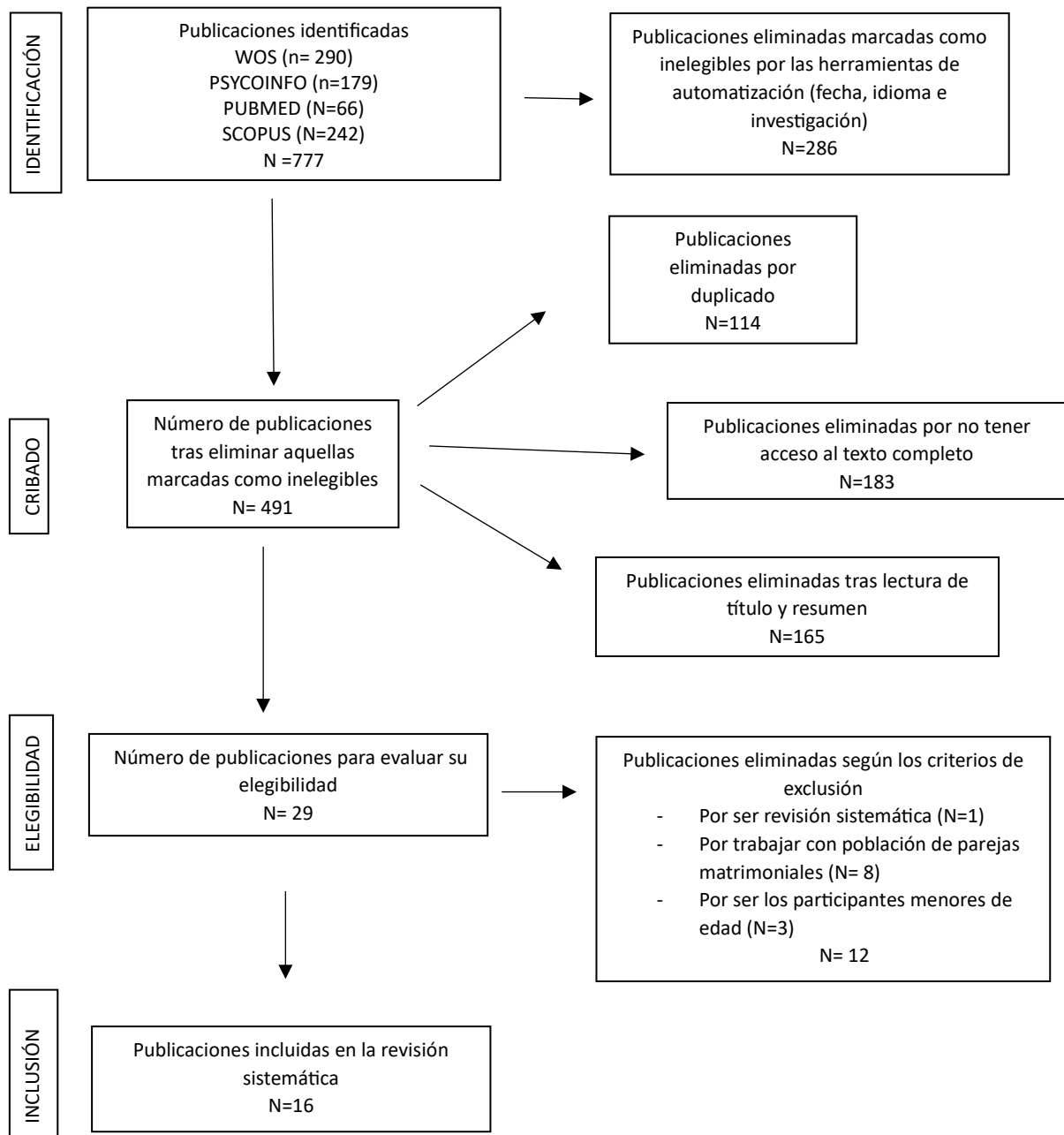
Una vez se realizan estos filtros, se procedió a la lectura más detallada del resumen y resultados, para verificar que los artículos realmente cumplen con los criterios de edad y tipo de pareja. En definitiva, se eliminaron 164 artículos que no cumplían los criterios de edad y tipo de pareja, dando lugar a 29 artículos relevantes y acorde a nuestra investigación.

Por último, se procedió a la lectura completa de esos 29 artículos, realizando el último filtrado y descartando 12 artículos que no relacionaban realmente las variables de este estudio. Por lo cual, el total de artículos seleccionados para este trabajo han sido 16.

Dicho proceso de lectura, análisis y filtrado de los artículos con el fin de obtener los artículos adecuados para esta investigación se realizó de forma independiente por parte de la investigadora encargada de realizar dicho trabajo.

### Ilustración 1

Diagrama de flujo según PRISMA





### 3. Resultados

A continuación, se expondrán en la Tabla 1, la síntesis de los resultados obtenidos en la presente investigación.

**Tabla 1**

*Principales investigaciones sobre la influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja de jóvenes adultos*

Autores y año de publicación	Objetivos	País	Muestra	Instrumentos de evaluación	Diseño de investigación (Análisis de investigación)	Principales resultados o conclusiones
Pickens et al. (2019)	Indagar sobre cómo las parejas se monitorean y comunican límites y reglas con respecto al uso de la tecnología en su relación.	Estados Unidos	25 parejas (50 personas) con más de 18 años y estar en una relación comprometida.	Cuestionario demográfico de cada miembro de la muestra. Entrevista semiestructurada a ambos miembros de la pareja en conjunto y presencial (25 parejas en total).	Cualitativo, análisis Constructivista de las entrevistas.	Los resultados revelaron que la mayoría de las parejas no establecen límites o reglas claras en relación con el uso de la tecnología en su relación, y que esta indeterminación, junto con el uso rutinario de estas, provocaba conflictos en la relación.

---

Cole et al. (2018)	Explorar la relación entre los comportamientos específicos de las parejas en Facebook con la satisfacción en dicha relación.	Estados Unidos	115 estudiantes universitarios, de 18 a 27 o más años, en una relación estable y heterosexual, con una antigüedad mínima de 3 meses y con una cuenta activa en Facebook.	Cuestionario demográfico de cada participante de la muestra. Registro por parte del investigador, de la frecuencia de las interacciones de cada miembro de la pareja, de forma presencial.	Cuantitativo, Codificación de estos comportamientos como normativos en cada relación en Facebook. Por último, se realizaron estadísticas descriptivas para el comportamiento o exclusivo de cada relación en Facebook	La conclusión de este estudio fue que aquellos que mostraban en su perfil de Facebook su estado civil (“en una relación”) e implicaban a su pareja en la foto de este perfil mostraban niveles más altos de satisfacción en su relación en comparación con aquellos que no lo indicaban. Por el contrario, acciones de dar me gusta, comentar y etiquetar no se relacionaron con el nivel de satisfacción con su relación.
--------------------	--	----------------	--	--	---	--

---

Mano et al. (2013)	Explorar la relación entre el tiempo dedicado a las redes sociales en línea, la intimidad y la satisfacción en las relaciones de pareja.	Estados Unidos	233 estudiantes universitarios, mayores de 18 años y en una relación.	Cada participante recibió un paquete de medidas de autoinforme. Cuestionario demográfico de cada miembro de la pareja. Posterior encuesta en línea para cada participante de forma individual sobre la cantidad de tiempo que esa persona y su pareja pasan en las redes sociales.	Cuantitativo A continuación, se pasaron las siguientes escalas de evaluación: RAS, DAS Y PAIR. El análisis de datos se realizó mediante correlación bivariada y modelado de ecuaciones estructurales	Los hallazgos obtenidos en este estudio fueron que el uso percibido por parte del otro miembro de la pareja afectaba negativamente a la intimidad de esta, pero el uso propio no. También se concluyó la relación directa entre intimidad y satisfacción en la relación. Sin embargo, no hubo relación entre el uso de las redes sociales por parte de la pareja y la satisfacción de esta. Pero, se descubrió que la intimidad es un efecto mediador entre el uso y la satisfacción en la relación.
Vázquez y Pastor (2019)	Describir el uso y percepción de las redes sociales y la mensajería	España	207 universitarios entre 18 y 25	Se envió un cuestionario online individual a cada	Cualitativo, Posteriormente se analizaron	Los resultados que se obtuvieron en esta investigación muestran lo siguiente:

---

instantánea en las relaciones de pareja. Y, además, analizar la relación entre la frecuencia del uso de estas, el abuso emocional y la satisfacción en la relación de pareja.

años que estén en una relación de pareja o que hayan estado en un pasado.

participante por mensaje instantáneo o correo electrónico.

los datos mediante estadísticas descriptivas y no paramétricas.

-Hay mayor uso de mensajería instantánea que redes sociales por parte de la pareja.  
-Las parejas utilizan estos medios de comunicación sobre todo cuando hay distancia física en la pareja.  
-Las mujeres utilizan en mayor nivel estos medios de comunicación que los hombres.  
-Las parejas consideran su uso excesivo podría provocar problemas en la intimidad de la pareja.  
- Las mujeres utilizan en mayor nivel que los hombres estos medios para insultar a sus parejas, aunque en general concluyen con el uso de estos medios como algo positivo para la comunicación dentro de la relación.  
- A más edad, menos influencia tienen estos medios tecnológicos en la pareja.

- A más tiempo dedicado al uso de la mensajería instantánea con la pareja, más abuso emocional se daba, tanto ejercido como sufrido.
- Correlación negativa entre el nivel de satisfacción de la pareja y el tiempo dedicado a la comunicación mediante mensajería instantánea.

Sánchez Fuentes et al. (2023)	Examinar las propiedades psicométricas del FJS (Escala de celos de Facebook) en una muestra de origen colombiano.	Colombiana	1212 personas de origen colombiano (485 hombres y 727 mujeres) de un rango de edad comprendido entre los 15-54 años, la mayoría	Se realizó un cuestionario sociodemográfico, la adaptación de la Escala de Celos de Facebook, La Escala de Conflicto de Pareja Romántica, La Escala de Autoestima de Rosenberg y la Escala de Celos Románticos, de manera online e individual.	Cuantitativo. Los datos fueron analizados mediante estadísticas descriptiva y análisis factorial exploratorio	Los resultados obtenidos con este estudio fueron los siguientes: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Los factores actividad de la pareja, vigilancia de la pareja y relación romántica y sexual de la pareja están relacionados entre sí.</li> <li>- Ser mujer se asociaba a una mayor vigilancia en la pareja.</li> <li>- A menor edad mayor nivel de celos hacia Facebook.</li> </ul>
-------------------------------	---	------------	---	--	---	--

			heterosexuales, y debían de estar en una relación y que ambos tuvieran perfil de Facebook.			<p>-Cuanto menor sea la duración de la relación de pareja, más cantidad de celos se presenta en relación con Facebook.</p> <p>-El uso frecuente de Facebook se relacionó con un mayor nivel de celos.</p> <p>-Las personas que sienten celos en su relación, también lo sienten por el uso del Facebook.</p> <p>-Una mayor autoestima está asociada con un nivel de celos menor.</p>
Linares et al. (2021)	Indagar la influencia de ciertas características como las actitudes sexistas, la justificación de la violencia, la impulsividad, el sexo y la edad en relación con el CDA (ciber- dating	España	697 adultos jóvenes (548 mujeres y 149 hombres), estudiantes, cuyo rango de edad era de 18-35 años,	Se envió de forma online e individual, un cuestionario sociodemográfico, el CDQA, el DASS-18, el UPPS-P y el AGVQ, rellenado por todos los participantes.	Cuantitativo. Los datos fueron analizados estadísticamente (MCA) y descriptivamente.	<p>Los resultados obtenidos en esta investigación fueron los siguientes:</p> <p>- Se comprobó una mayor actitud de cibercontrol por parte de los jóvenes, que de ciberagresión.</p> <p>- Las conductas controladoras y agresivas se relacionan con una incapacidad de gestión emocional e</p>

	abuse), y visualizar las diferencias en CDA entre víctima y perpetración, considerando los factores de riesgo antes mencionados.		que estaban o habían estado en una relación.		impulsividad y con un uso elevado del teléfono. - A mayor edad menos niveles de conductas controladoras y menos uso de teléfonos inteligentes e impulsividad. - Las mujeres presentaban más niveles de control, pero menos actitudes sexistas y justificación de la violencia.	
Satici et al. (2021)	El objetivo de esta investigación fue examinar el papel mediador de la angustia psicológica en la relación entre adicción en las redes sociales y la satisfacción de la relación romántica.	Turquía	334 estudiantes universitarios (214 mujeres y 120 hombres), con edades comprendidas entre 18 y 29 años, en una	Los participantes de la muestra rellenaron, presencialmente, un cuestionario sociodemográfico, el RAS, el SMD y el DASS-21.	Cualitativo. Los datos se analizaron mediante estadísticas descriptivas, pruebas de supuestos estadísticos y	Los resultados de la presente investigación fueron -La adicción a las redes sociales pronostica una disminución de la satisfacción en las relaciones de pareja, influenciada, en parte, por el malestar psicológico. -La adicción a las redes sociales eleva los síntomas de depresión, ansiedad y estrés en los miembros de las parejas,

		relación de pareja.		análisis de mediación	y esto hace descender la satisfacción en la relación.	
Velarde y Casas-Mas (2019)	Los objetivos de la presente investigación son los siguientes: 1- Cuales son las causas específicas de la comunicación entre parejas. 2- Examinar la privacidad de la comunicación virtual entre las parejas. 3- Averiguar la predilección por la comunicación virtual o por la presencial.	2800 personas (1428 hombres y 1372 mujeres), con edades comprendidas entre 16 y 74 años, en una relación de pareja.	España	Se obtuvieron los datos mediante una encuesta online rellena por cada participante de la muestra, de manera independiente, sobre las interacciones realizadas virtualmente el día anterior, y sobre las plataformas utilizadas.	Cuantitativo. Posteriormente se clasifíco la muestra mediante un diseño muestral, y los datos obtenidos se analizaron mediante metodología de análisis cuantitativas, discriminativas y de segmentación.	Las conclusiones obtenidas en este estudio fueron las siguientes: -Las personas más jóvenes son los que más uso les dan a las relaciones virtuales. - Falta de privacidad a la hora de comunicarse virtualmente con sus parejas, ya que un alto porcentaje se encuentran acompañados por otras personas cuando mantienen una conversación virtual con su pareja. -Esta virtualización de la comunicación de la pareja da lugar a conversaciones más desinteresadas, banales y aburridas. - Parejas no convivientes valoran mejor las relaciones presenciales de



pareja, al contrario de las que conviven o han convivido.

- La mitad de las mujeres prefieren relaciones de pareja presenciales, la otra mitad no.
- Los hombres en general no piensan que las relaciones presenciales sean mejor que las virtuales.

Quiroz y Mickelson (2021)	Investigar si el tipo de uso de las redes sociales (activo y pasivo) están relacionados con el bienestar en las relaciones de pareja (satisfacción y compromiso en la relación).	Estados Unidos	432 personas de al menos 18 años, que hablaban inglés, y que se encontraban en una relación, monógama,	En primer lugar, se realizó una clasificación de las características sociodemográficas de la muestra. A continuación, los participantes rellenaron un cuestionario online que media las medidas de salud de las relaciones (mediante la Escala de	Cuantitativo Los datos fueron analizados mediante analíticas descriptivas, correlación bivariada y ANOVA unidireccional.	Los resultados obtenidos en este estudio demuestran: - La influencia del uso, pasivo y/o activo, de las redes sociales, en el bienestar de las relaciones románticas. - La elevada frecuencia del uso pasivo de las redes sociales por parte de las mujeres, se relaciona con una disminución en la satisfacción en la pareja.
---------------------------	--	----------------	--	---	---	--

			de al menos 3 meses.	Evaluación de Relaciones y Nivel de Compromiso de la Escala del Modelo de Inversión), medidas de redes sociales (mediante preguntas abiertas) y covariables potenciales (medida por INCOM).		<ul style="list-style-type: none"> <li>- El elevado uso activo de las redes sociales por parte de las mujeres, se relaciona con una disminución en el compromiso con la relación.</li> <li>- Con respecto a los hombres, solo se obtuvieron resultados relacionales entre el uso activo de las redes sociales con la disminución del compromiso en la relación, sin tener en cuenta la frecuencia de uso.</li> </ul>
Garris (2020)	Explorar cómo el uso de la tecnología interpersonal, especialmente de los teléfonos inteligentes, influía en la formación mantenimiento y disolución de las	Estados Unidos	16 estudiantes de pregrado y postgrado (11 mujeres y 5 hombres), con edades comprendidas entre 18 y 25 años, que	En primer lugar, el investigador realizó una entrevista semiestructurada piloto, a cinco voluntarios que no formaban parte de la muestra.	Cualitativo El posterior análisis de los datos se realizó mediante codificación abierta, axial y selectiva.	<p>Los resultados de este estudio afirmaron lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El uso de la tecnología influye en ciertos aspectos dentro de las relaciones de pareja: acceso, intimidad, límites y presencia.</li> <li>- El uso del teléfono se relaciona positivamente con el contacto (o acceso) entre los miembros de la</li> </ul>

---

relaciones de parejas en  
adultos jóvenes.

mantenían  
una relación  
de pareja.

A continuación, se realizó  
una entrevista  
semiestructurada, de  
forma individual, a cada  
participante de la  
muestra.

pareja cuando se encuentran en la  
distancia, y con el sentimiento de  
unión de esta.

- No establecer unos límites con  
respecto al uso de la tecnología, por  
parte de la pareja, se relaciona  
negativamente con la relación de la  
pareja.

- El uso de la tecnología aumenta la  
intimidad en las parejas y hace menos  
conflictiva una discusión entre los  
miembros de esta.

-La comunicación en línea apoyaba la  
divulgación, especialmente al  
principio de las relaciones,  
contribuyendo a la formación de una  
relación saludable.

-Las parejas consideran que el uso de  
los teléfonos inteligentes podría  
reducir el contacto emocional con su  
pareja, y viceversa.

---

Sharabi y Hopkins (2021)	Explorar e indagar sobre la relación entre las actividades y comportamientos de las parejas, en la red social Instagram, y la calidad de dichas relaciones.	Estados Unidos	178 personas, en una relación de pareja, cuyas edades estaban comprendidas entre 18 y 34 años.	Dicho estudio se basó en los datos obtenidos por cada uno de los participantes, de manera independiente, de los cuestionarios enviados de forma online, y de las observaciones directas de las interacciones de las parejas en la red social Instagram. Se utilizaron medidas de autoinforme: para evaluar la calidad de la relación se utilizó el IMS, para la atención a las alternativas se utilizó una escala de tres ítems, y para la búsqueda de pareja alternativa se utilizaron tres ítems de la	Cualitativo. Los resultados fueron analizados mediante estadísticas descriptivas, correlaciones bivariadas y codificación observacional de las publicaciones de Instagram.	En esta investigación se obtuvieron resultados que indicaban: -Las parejas que apreciaban calidad en su relación de pareja, usaban menos la red social Instagram. - A mayor número de fotos, comentarios y me gusta publicados por los miembros de la pareja en Instagram, mayores el nivel de compromiso de ambos con la relación en Instagram, y mayor es el nivel de, satisfacción, inversión y compromiso en la relación personal. - Los miembros de las parejas que prestaban más atención a las alternativas presentes en Instagram, tenían más probabilidades de buscar a otra pareja en esta plataforma.
-----------------------------------	---	-------------------	--	--	--	---

---

---

escala de conflictos  
relacionados con  
Facebook.

---

Bouchar et al. (2021)	Examinar si la visibilidad de la relación deseada la visibilidad de la relación real sobre las relaciones de parejas en Facebook era predicha por su nivel de compromiso relacional.	Australi a	139 parejas, con edades comprendidas entre 17 y 30 años, con cuentas activas en Facebook durante al menos 3 meses, y estar en una relación de pareja de al	Se le proporcionó a cada participante de forma individual, una serie de cuestionarios para que lo rellenaran presencialmente, siendo el primero un cuestionario sociodemográfico. Para medir el compromiso relacional utilizarón la Escala de Inversión (Rusbult et al., 1998); la visibilidad en la relación se midió a través	Cuantitativo  Los datos fueron analizados mediante un cribado de datos y análisis descriptivos, y mediante pruebas del APIMeM.	Se obtuvieron varias conclusiones una vez realizada dicha investigación. Estas conclusiones fueron: -El compromiso en la relación, solo por parte de las mujeres, revelaba el grado de visibilidad de la relación deseada en Facebook. - Existe una relación positiva entre el deseo de visibilidad de la relación de pareja y la visibilidad real en Facebook, tanto para hombres como para mujeres. - La visibilidad de la relación deseada, por parte de las mujeres, influye entre su compromiso relacional y la
-----------------------------	--	---------------	---	---	---	---

---

---

			menos 3 meses.	del cuestionario de Visibilidad de la relación deseada en Facebook (Emery et al.,2004); el estado civil declarado se midió a través de una medida de conocimiento de las relaciones en Facebook; la visibilidad transitoria de la relación se midió a través de las interacciones de Facebook, generado por la aplicación AMISTAD.		visibilidad de la relación real en Facebook.
Campbell y Murray (2015)	El objetivo del presente estudio fue desarrollar un instrumento para operacionalizar el impacto del uso de la	Estados Unidos	241 estudiantes de pregrado y postgrado, entre 18 y 78	Se envió de manera electrónica, e individualizada, a cada participante de la muestra, un cuestionario	Cuantitativo El posterior análisis de los datos de realizó mediante un	Los resultados obtenidos en esta investigación fueron los siguientes: - La percepción del uso de la tecnología, por parte de los individuos

---

---

tecnología en la intimidad  
de las relaciones de  
pareja,

años, en una  
relación de  
pareja.

sociodemográfico y el  
cuestionario TIRA.

análisis factorial  
exploratorio y la  
aplicación de  
ANOVA para las  
correlaciones y  
análisis de  
varianzas  
unidireccionales  
.

de una pareja, influye en la intimidad  
de esta.

- Existe una relación negativa entre el uso de la tecnología por parte de la pareja y la satisfacción de esta.
  - El uso de la tecnología perjudica la intimidad de la relación.
  - A menor edad de los individuos, más influencia del uso de la tecnología (positiva y negativa) en sus relaciones de pareja, sobre todo al principio de estas. A mayor edad, menos influencia de este uso en sus relaciones de pareja.
  - A mayor duración de la pareja junta, menos influencia del uso de las redes sociales en su relación de pareja.
-

---

Norton et al. (2018)	<p>El objetivo principal de esta investigación fue examinar el impacto que tienen la tecnología en las relaciones de pareja, más específicamente, indagar la asociación entre el cruce de límites en línea, la intrusión en línea, la satisfacción en la relación y la capacidad de respuesta de la pareja.</p>	Inglaterra	<p>6.756 parejas de diferentes países europeos, mayores de 18 años.</p>	<p>Se envió por correo electrónico, una encuesta en línea a cada participante, de forma individual, para que la rellenasen, mediado por una empresa de Internet. La muestra se seleccionó de manera representativa en cada país. Dicho cuestionario medía la aceptabilidad para el cruce de límites en línea, la inclusión de socios, la satisfacción en la relación, la capacidad de respuesta de los socios y las variables de control (sociodemográficas y sustancial).</p>	<p>Cuantitativo. Para el análisis de datos se realizó el IBM PASW (para análisis preliminar), y un análisis factorial mediante análisis de componentes principales.</p>	<p>Los resultados obtenidos en esta investigación fueron los siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- No hubo relación entre la aceptabilidad por parte de la pareja del cruce de límites online y la intrusión de la pareja, tanto para hombres como para mujeres.</li> <li>- La intrusión de la pareja, tanto para hombre como para mujeres, se relacionó con una disminución en la satisfacción y capacidad de respuesta de esta.</li> <li>-El cruce de fronteras online por parte del otro miembro de la pareja, se relaciona con una disminución de la satisfacción y de respuesta percibida por esta, tanto para hombres como para mujeres, y viceversa.</li> <li>-Los hombres que decían presentar mayor nivel de aceptabilidad para cruzar fronteras online, presentaban</li> </ul>
----------------------	---	------------	---	--	---	---

---



---

más probabilidades de presentar una menor satisfacción en la relación por parte del otro miembro de la pareja.

---

Orosz et al. (2015)	Comprobar que las personas que revelan información relacionada con sus relaciones en Facebook presentan un amor romántico y celos más pronunciados hacia su pareja que aquellos que no comparten dicha información públicamente.	Hungría	532 participantes (380 mujeres y 152 hombres) con edades comprendidas entre 16 y 69 años, que mantenían una relación de pareja.	La muestra se reclutó mediante un cuestionario en línea en Facebook, cuya pregunta inicial que daba lugar a la corrección o no del cuestionario era si estaba actualmente saliendo o en una relación con alguien. Las medidas utilizadas fueron la escala de amor romántico (Rubin's ,1970), la escala de celos interpersonales (Mathes y Severa,1981) y la Escala de Intensidad de	Cuantitativo. El posterior análisis de los datos se realizó mediante un análisis de regresión múltiple jerárquico.	Los resultados de este estudio fueron los siguientes: -Los individuos que demuestran su relación en Facebook (con o sin el nombre de su pareja), presentan mayor grado de un amor romántico, y un mayor nivel de celos, de aquellas parejas que no se consideran "oficiales en Facebook" - Mostrar y publicar el estado civil en el Facebook, se relaciona con una demostración de compromiso y estabilidad con su pareja, interpretándose como un gesto matrimonial digital.
---------------------	--	---------	---	---	--	---

---

---

Facebook (Ellison y otros, 2007).

---

Sánchez et al. (2017)	El objetivo de este estudio fue indagar la calidad de la pareja en línea, de jóvenes y adultos, y su asociación con la satisfacción de la relación romántica, teniendo en cuenta los efectos de la edad, género y duración de la relación.	España	431 estudiantes universitarios, con edades comprendidas entre 18 y 26 años, y que mantienen una relación de pareja.	Los participantes de la muestra rellenaron un autoinforme de manera presencial. Se utilizaron medidas ad hoc para obtener estadísticas descriptivas sociodemográficas. A continuación, se midió el estado civil mediante dos preguntas del Dating Questionnaire, también se midió la satisfacción de la relación mediante seis ítems del Network of Relationship Inventory, y por último la calidad de	Cuantitativo. El posterior análisis de datos se realizó mediante Análisis Factoriales Confirmatorios y análisis descriptivos.	Los resultados obtenidos en esta investigación fueron los siguientes: -Las parejas jóvenes presentaban niveles moderados de intimidad en línea y estrategias de comunicación, y bajos niveles de celos, intrusión y control en línea. -Los hombres, más que las mujeres, coqueteaban, en mayor frecuencia, con diferentes personas durante una relación de pareja, aportando la mayor relevancia al físico como la característica más importante cuando conocen a alguien de forma online. -Con respecto a la edad y duración de la pareja, no se encontraron resultados significativos.
-----------------------	--	--------	---	--	---	---

---

---

pareja online mediante el  
cuestionario Cyberdating  
Q\_A.

- Relación positiva entre la calidad en línea de la pareja y la satisfacción general de la relación. Es más, la satisfacción se explica positivamente con la intimidad y la intrusión en línea, y negativamente por las cibercitas y las estrategias de comunicación emocional.

---

*Fuente: Elaboración propia.*

### 3.1 Análisis descriptivo de los estudios

El presente estudio quedó formado por un total de 16 estudios, los cuales, según el tipo de investigación utilizada se dividen en estudios cualitativos (n=3) y cuantitativos (n=13). Además, la muestra se compone de jóvenes adultos, de diferentes países, estudiantes o no, con edades comprendidas entre 18 y 30 años, que se encuentran en una relación de pareja, con más de tres meses de antigüedad.

Asimismo, los objetivos establecidos por los estudios de dicha investigación son similares, con el objetivo general de investigar la influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja de adultos jóvenes.

De igual forma, los resultados obtenidos en esta investigación abarcan estudios realizados en diferentes países del mundo, siendo estos Estados Unidos (n= 7), Colombia (n=1), España (n= 4), Hungría (n=1), Australia(n=1), Inglaterra(n=1), y Turquía(n=1).

Por otro lado, en relación con el rango de años de publicación, comprendido entre 2013 hasta 2023, se han obtenido los siguientes que se van a mostrar a continuación en la tabla 2.

**Tabla 2**

*Número de estudios según el año de publicación*

Año de publicación	N
2013	1
2014	0
2015	2
2016	0
2017	1
2018	2
2019	3
2020	1
2021	5
2022	0
2023	1

Por lo cual, se puede concluir con que estos últimos años no se han publicado muchos artículos con respecto a este tema, siendo el 2021 el año que más atención se ha prestado.

## **2.1 Redes sociales y la intimidad de la pareja**

Tres de los estudios, exponen la importancia que aporta el establecimiento de límites online dentro de las relaciones de pareja. Es más, en estas tres investigaciones se concluye que la mayoría de las parejas no establecen límites, normas o reglas explícitas con respecto al uso de las redes sociales, y eso provoca una mayor insatisfacción en la pareja, dando lugar a un mayor cruce de límites online por parte de los miembros de esta, y viceversa, ya que ambos conceptos se relacionan bidireccionalmente siendo uno consecuencia del otro, en diferente orden. Sin embargo, ambos tienen la misma causalidad: el no establecimiento de límites online por parte de las parejas. (Norton et al.,2018; Pickens et al.,2019; Garris,2020).

Asimismo, cinco de los artículos revelaron a su vez, que el uso percibido y dedicado a las redes sociales, por parte de ambos miembros de la pareja, también afectaba a la intimidad y privacidad de estas, y a su vez ésta intimidad también estaba relacionada con la satisfacción en la relación. Más específicamente, se concluyó con el hecho de que el uso de la tecnología puede llegar a disminuir el contacto emocional e íntimo, y viceversa, aunque estén presencialmente juntos, y por lo cual disminuir la satisfacción de estas. Por lo cual, la intimidad es un factor que media entre el uso de las redes sociales y la satisfacción en la relación, dando lugar a la relación de a mayor nivel de intimidad, mayor satisfacción en la relación y menor es el uso percibido de las redes sociales por parte de la pareja. (Mano et al,2012; Vázquez y Pastor,2019; Garris,2020; Campbell y Murray,2015; Sánchez et al., 2017).

## **2.2 Redes sociales y la satisfacción de pareja**

Además, tres de las investigaciones establecieron la relación entre ciertas acciones realizadas, por parte de los miembros de la pareja, en las redes sociales Facebook e Instagram, y el nivel de satisfacción que presentaba la pareja. Más concretamente, en el estudio realizado por Core et al. (2018) muestra que aquellas parejas que presentaban su estado civil de “en una relación”, y además en su foto de perfil aparecía su pareja, en la red social Facebook, mostraban niveles más altos de satisfacción en la pareja de aquellos que no presentaban estas características. Sin embargo, también concluye con el hecho de que las acciones como “dar me gusta”, “comentar” y “etiquetar” por parte de los miembros de la pareja, en Facebook, no influían en la satisfacción de la relación, afirmación que, por el contrario, en otro estudio realizado por Sharabi y Hopkins (2021), no mostró dicho resultado. En dicho estudio las acciones de “subir fotos”, “comentar” y “dar me gusta”, por parte de los miembros de la pareja, dentro de la red social Instagram, se relacionaban directamente con el nivel de satisfacción, compromiso e inversión de la pareja. Es decir, a mayor cantidad de acciones realizadas, de las anteriormente

escritas, por parte de ambos miembros de la pareja, mayor nivel de compromiso, satisfacción e inversión presenta la pareja.

Además, acorde con los resultados descritos por Core et al. (2018), el estudio realizado por Orosz et al. (2015) aportaba que, en efecto, exponer el estado civil en Facebook daba lugar a un acto importante por parte de la pareja, ya que las parejas consideran una sentencia de compromiso importante, y por lo cual indican y señalan un amor romántico más elevado de aquellos que no muestran este hecho en su perfil, pero, a su vez, estos individuos que le dan esa importancia a las acciones realizadas en las redes sociales para mostrar y declarar que están en una relación, también muestran mayor nivel de celos.

Por otro lado, dos de los artículos afirmaban la relación directa entre el uso del teléfono, y por lo tanto de las redes sociales y mensajería instantánea, como medio de comunicación entre la pareja, sobre todo si esta se encuentra lejos, dan lugar a su vez a una mayor cercanía y unión por parte de la pareja. (Garris,2020; Vázquez y pastor, 2019). Si es cierto, que el artículo realizado por Velarde y Casas-Mas (2019), muestra la falta de privacidad desempeñada hoy día a la hora de comunicarse virtualmente, dando lugar a una casi inexistencia de tiempo privado, es decir sin compañía o personas alrededor, a la hora de contestar o mantener una comunicación online con sus parejas, dando lugar a conversaciones más superficiales y sin apenas calidad en la comunicación.

Asimismo, cinco de los estudios demuestran ciertas diferencias entre hombres y mujeres con respecto al uso de las redes sociales, dando lugar a un mayor uso de las redes sociales por parte de las mujeres, que los hombres. Sin embargo, estas le dan una mayor importancia a la comunicación presencial, que a la virtual, cosa que los hombres no manifiestan, ya que consideran ambas por igual. Y, además, las mujeres que presentan un mayor uso pasivo de las redes sociales manifiestan una relación negativa entre la frecuencia de uso de estas y la satisfacción en su relación. Por otro lado, aquellas que realizan un uso más activo de estas, muestran una asociación entre dicho uso y el compromiso en la relación. Sin embargo, los hombres indican que, para ellos, un elevado nivel activo de uso de las redes sociales da lugar a un bajo compromiso en la relación, sin darle importancia a la frecuencia de uso. (Quiroz y Mickelson,2021; Vázquez y pastor, 2019; Velarde y Casas-mas,2019). Por otro lado, con respecto a la visibilidad de la relación de pareja en las redes sociales, también existen diferencias significativas entre hombres y mujeres, ya que las mujeres le dan más importancia a la visibilidad de la relación deseada, llegando incluso a influir en su compromiso en la relación de la pareja y la visibilidad real de esta en redes sociales, dando lugar así a la relación entre el compromiso

relacional de las mujeres y su posterior nivel de visibilidad en la red social Facebook, no siendo así en el caso de los hombres. Cabe mencionar, que ambos están de acuerdo en la existencia de una unión entre la visibilidad deseada y la real de la relación (Bouchar et al., 2021). Además, dos de los artículos mostraban que las mujeres presentaban un nivel de vigilancia y control en la pareja superior a los hombres (Linares et al.,2021; Sánchez- Fuentes et at.,2023). Sin embargo, dos artículos mostraban que los hombres presentan una mayor aceptabilidad de cruce de límites online y una mayor tendencia a prestar atención a las alternativas en internet, que las mujeres (Norton et al.,2018; Sánchez et al., 2017)

Seis artículos mostraron, a su vez, la correlación entre el uso elevado, o adicción, de las redes sociales, o mensajería instantánea o teléfono inteligente, y las conductas de control, vigilancia y celos, dando lugar a una elevada insatisfacción dentro de las relaciones de pareja, ya que dicho uso excesivo, sobre todo por parte de los jóvenes, han provocado mayores niveles de desconfianza, externa e interna (angustia patológica), y mayor nivel de abuso, tanto ejercido como sufrido. Además, dicho abuso de las TIC, relacionado con una mala gestión emocional, puede considerarse factor de alto riesgo que da lugar a la ciberagresión. (Fuentes et al.,2023; Linares et al.,2021; Pickens et al., 2019; Quiroz y Mickelson., 2021; Satıcı et al., 2021; Vázquez y Pastor, 2019).

### **2.3. Influencia de la edad**

Cinco de los artículos muestran la influencia de la edad con respecto a la percepción y uso de las redes sociales y la satisfacción en la relación de pareja, dando lugar a mayor edad, menos influencia, importancia y uso de las TIC en las relaciones de pareja, y por lo cual menos conductas de control e impulsividad y menos celos. (Campbell y Murray,2015; Linares et al., 2021; Sánchez et al.,2017; Sánchez-Fuentes et al,2023; Vázquez y Pastor,2019; Velarde y Casas-Mas,2019).

### **2.4. Redes sociales y la duración de la relación**

Tres de las investigaciones afirman también la influencia de la duración de la relación con respecto al uso de la tecnología, y la satisfacción de las parejas, dando lugar a la conclusión de que, a mayor duración y antigüedad de una pareja, menos importancia les dan a las TIC, menos cantidad de celos y mayor satisfacción en la pareja (Campbell y Murray,2015; Sánchez et al.,2017; Sánchez-Fuentes et al,2023).

Para finalizar, en la siguiente tabla 3, se expondrá de manera más clarificada el número de artículos según las variables estudiadas en esta investigación.

**Tabla 3**  
*Síntesis del número de artículos por variable estudiada*

VARIABLES ESTUDIADAS	NÚMERO DE ARTÍCULOS
Intimidad en la pareja	8
Satisfacción de pareja	16
Influencia de la edad	5
Duración de la relación	3

#### 4. Discusión

El objetivo de esta investigación consistió en identificar, a través de una revisión sistemática, la influencia que ejercen las redes sociales en la satisfacción e intimidad de las parejas de adultos jóvenes, y la importancia que puede tener la edad de los miembros de la pareja, la duración de la relación, la frecuencia y tipo de interacciones que estas parejas tienen dentro de las plataformas de redes sociales.

Los resultados obtenidos han mostrado que el uso de las redes sociales por parte de los miembros de una pareja joven adulta tiene diferentes efectos con respecto a la satisfacción e intimidad de esta.

Con respecto a la influencia entre el uso de las redes sociales y la satisfacción en la relación, se han obtenido, por un lado, factores positivos, ya que las redes sociales son un método de comunicación y unión para los miembros de las parejas cuando se encuentran alejados físicamente (Eichenberg.,2017; Fox et al., 2013; Garris,2020; Vázquez y pastor, 2019). Además, ciertos tipos de acciones realizadas por las parejas de adultos jóvenes, en redes sociales, están relacionadas con el bienestar en la relación sociales, más concretamente, las cuales son el establecer el estado civil “en una relación” y añadir la foto de perfil conjunta por parte de cada uno (Core et al.,2018; Utz y Beukeboom, 2011). Estos comportamientos pueden deberse a la presión social online que hoy día se presenta con el fin de mostrar y demostrar a los demás una autopercepción correcta con respecto a sí mismos, y con su relación (Back et al., 2010; Wilson et al., 2012), ya que la aceptación de los seres queridos que nos rodean es un factor fundamental para las relaciones de pareja (Sprecher et al., 2002). Además, ciertos estudios demuestran que la falta de implicación y publicación de un miembro de la pareja, con respecto a su relación, por redes sociales, da lugar a una imagen fría de esa persona e incluso de mala calidad en la relación, y por lo cual a un aumento de alternativas de parejas presentes en estas redes sociales por parte de ese miembro. (Robards y Lincoln, 2016). Por lo cual todo esto mencionado, junto con el hecho de que en las redes sociales siempre se visualiza la parte



romántica y bonita de las relaciones de pareja, dejando a un lado los conflictos y desacuerdos que también se presentan, da lugar a una necesidad de comparación social por las redes sociales, intentando mostrar una imagen poco realista y sincera de las relaciones y de cómo deberían de ser estas, y paralelamente afectando a la salud mental de los individuos y de la pareja (Abbasi y Alghamdi, 2017)

Este último resultado se contrapone con otros estudios que demuestran que no solo influyen estas variables, si no también otras interacciones como “dar me gusta”, “comentar” o “publicar fotos” (Core et al., 2018; Sharabi y Hopkins.,2021). Dicha contradicción puede deberse al hecho de que las acciones de establecer una foto de perfil con tu pareja, y expresar el estado civil, son acciones que etiquetan y comprometen, en mayor medida, a cada miembro de la pareja individualmente con su relación, más que otras acciones como “dar me gusta” o “comentar” (Aron et al.,1992).

Cabe destacar también, que los aspectos negativos que se han concluido en esta investigación, con respecto a los objetivos establecidos, han sido más elevados que los positivos. En primer lugar, cabe destacar, que acorde con lo anteriormente mencionado del hecho de que publicar el estado civil por parte de la pareja se considera positivo, esto a su vez, también puede considerarse un acto negativamente influyente para la pareja, ya que según el estudio de Orosz et al. (2015), esto eleva la cantidad de celos debido al aumento, paralelamente, del amor romántico que supone este gesto (Gómez et al., 2016 como se citó en Soldevilla et al., 2012).

Asimismo, aunque el uso de las redes sociales supone un aspecto positivo para la comunicación a distancia, también puede suponer un aspecto negativo debido a la falta de privacidad que hoy día se tiene a la hora de establecer virtualmente una comunicación con alguien (Delgado, 2022)., debido a la presencia de personas a la hora de establecer dicha comunicación, por lo cual la calidad de la comunicación disminuye dando lugar a conversaciones superficiales (Velarde y Casas-Mas.,2019).

Por otro lado, se puede afirmar que el tiempo dedicado a las redes sociales afecta de diferentes modos a las relaciones de pareja, por un lado, el tiempo excesivo dedicado al uso de estas, o abuso, dan lugar a un mayor nivel de conductas de control, vigilancia, celos, desconfianza y abuso por parte de los miembros de la pareja(Elphinson y Noller.,2011; Muise et al.,2013), incluso este abuso junto con la ambigüedad presente en las redes sociales y una mala gestión emocional, da lugar a mayores niveles de angustia y, como consecuencia, a la presencia de conductas ciberagresivas por parte de los miembros de la pareja, con el fin de calmar dicha angustia y celos provocados(Rodriguez et al.,2015); dando lugar a sí mismo, a una disminución de satisfacción e intimidad de esta (Fuentes et al.,2023 Quiroz y Mickelson.,2021; Linares et al.,2021; Pickens et al.,2019; Satici et al.,2021; Vázquez y Pastor,2019).

Para finalizar, se puede concluir que existen diferencias entre hombres y mujeres con respecto a algunos aspectos como son el uso activo y pasivo de las redes sociales, la preferencia sobre la comunicación virtual o presencial, y la importancia de la visibilidad de la pareja en redes sociales y sus consecuencias; en primer lugar, se concluye con el hecho de que las mujeres utilizan más las redes sociales de forma activa que los hombres, ya que consideran que existe una relación entre dicho uso y el compromiso en las relaciones, en contraposición a los hombres que piensan que un elevado uso, no frecuencia, da lugar a una disminución en el compromiso, en segundo lugar, son las mujeres las que le dan mayor importancia que los hombres a la comunicación presencial, y, por último, son las mujeres las que le otorgan mayor importancia a la visibilidad de la relación que los hombres. (Felice, 2013; Quiroz y Mickelson,2021; Peñuela et al., 2014; Vázquez y pastor, 2019; Velarde y Casas-mas,2019). Además, también se ha evidenciado que las mujeres presentan mayor nivel de celos y conductas de control que los hombres (Linares et al.,2021; McAndrew et al, 2013; Muise et al., 2009; Sánchez- Fuentes et at.,2023). Esto puede deberse al uso y percepción que les da el hombre a las redes sociales es diferente al de las mujeres (Bailey,2009) y por lo cual, la satisfacción, compromiso y posterior infidelidad también (Tregel et al., 2011). Además, aunque los jóvenes son los que les dan mayor uso a las redes sociales hoy día, según Abbasi (2019) la infidelidad online no está relacionada con el concepto de edad.

Con respecto a la influencia del uso de las redes sociales en la intimidad de la pareja, se ha obtenido que el tiempo y modo de uso, por parte de las parejas adultas, de las redes sociales, puede afectar de forma significativa a la intimidad de la relación (Pollet et al.,2011). Tanto es así, que el no establecimiento de límites o normas, por parte de ambos miembros de la pareja, sobre el dicho uso, puede provocar un distanciamiento y confusión entre ambos, dando lugar a una disminución en la satisfacción en la relación (Hertlein ,2012; Norton et al.,2018; Pickens et al.,2019; Garris,2020).

Además, se ha concluido con el hecho de que, el tiempo dedicado a las redes sociales, puede llegar a afecta negativamente a la satisfacción en la relación (Sánchez y Bresó, 2016). Esto puede deberse a que, a mayor tiempo percibido y dedicado al uso de las redes sociales, menor es el del contacto emocional, físico e íntimo, aunque estén presencialmente juntos, y por lo cual menor es la intimidad, privacidad y comunicación, y como concluyente menor es la cercanía e intimidad. (Bodenmnn, 2004; Campbell y Murray,2015; Garris, 2020; Mano et al,2012; Sánchez et al.,2017; Vázquez y Pastor,2019).

Por consiguiente, con respecto a la edad de los miembros y duración de la relación de pareja, se ha obtenido que ambos influyen de igual manera, es decir que conforme se va aumentando la edad de los miembros de la pareja, menos uso e importancia se les da a las redes

sociales, y por lo cual menor es la cantidad de conductas de control, impulsividad y celos (Campbell y Murray, 2015 ; Linares et al., 2021; Sánchez et al.,2017 ; Sánchez-Fuentes et al,2023; Vázquez y Pastor, 2019; Velarde y Casas-Mas,2019).Y lo mismo ocurre con la duración de la relación, ya que, a mayor duración, menor es el uso e importancia que se les da a las TIC, y por lo cual mayor es la intimidad y satisfacción de estas (Campbell y Murray,2015; Sánchez et al.,2017; (Sánchez-Fuentes et al,2023).Esto se debe a que disminuyendo el uso de las redes sociales, menores cantidades de conflictos online se presentarán, y por lo cual, mayor será el compromiso entre ambas. (Ahmetoglu, Swami y Chamorro-Premuzic, 2010; Hurley y Reese-Weber, 2012; Lenhart y Duggan, 2014; Rahaman, 2015).

Las implicaciones de dicha investigación son relevantes para concienciar y conocer lo que actualmente está ocurriendo con respecto al uso del amplio mundo de las redes sociales y su impacto las relaciones de pareja jóvenes. Hoy día, es necesario indagar sobre los factores importantes que pueden estar alimentando relaciones tóxicas desde tempranas edades, y sus consecuencias virtuales que pueden estar acarreado y normalizando las parejas de hoy día, como la intrusión de la intimidad, el control, los celos, inseguridades, o la excesiva importancia de la visibilidad en las redes. Por lo cual dicha investigación ofrece datos y resultados bastantes relevantes con respecto a la influencia que está obteniendo las redes sociales en las relaciones de pareja.

Asimismo, dicho estudio no está carente de limitaciones, es más entre estas se encuentran la falta de estudios actuales que estudien la relación entre la influencia de las redes sociales y la intimidad en las relaciones de pareja, e incluso la relación entre la influencia de las redes sociales y la edad y duración de los miembros de la pareja.

Además, debido a la carencia de metaanálisis, el presente estudio destaca por haberse realizado a través de una metodología descriptiva, dejando a un lado la posibilidad de obtener datos estadísticos, que pudieran aportar calidad a los datos obtenidos.

De igual forma, aunque los procesos previos de búsqueda de información, selección y cribado se realizaron de la forma más exhaustiva posible, existen ciertos sesgos presentes en dicho estudio, como es el de selección, debido a que todos los estudios de dicha investigación solo se incluyeron en dos determinados idiomas, el inglés y el castellano, ignorando estudios de otros idiomas que pudieran ser relevantes para dicho estudio.

En investigaciones futuras, sería conveniente obtener más información con respecto a este tema, sería aconsejable estudiar por qué se establecen dichas influencias, aportando información sobre características individuales personales, y sociales. Asimismo, sería necesario que en dichas investigaciones se tuviese más en cuenta los posibles sesgos informativos, y se realizarán con mayor precisión y especificidad, no de carácter tan general como la mayoría de

los estudios encontrados para esta investigación. Así estudios futuros deben enfocar en comprender las variables que moderan o median la relación entre el uso de redes sociales y la calidad de las relaciones de pareja, como la frecuencia de uso, el tipo de contenido compartido, y las características individuales de los usuarios.

La repercusión de las redes sociales en las relaciones de pareja de jóvenes adultos es un tema de creciente relevancia tanto para la investigación como para la práctica clínica por el uso creciente del uso de las redes sociales. Así estudios futuros deben enfocar en comprender las variables que moderan o median la relación entre el uso de redes sociales y la calidad de las relaciones de pareja, como la frecuencia de uso, el tipo de contenido compartido, y las características individuales de los usuarios.

A su vez, como implicación para la práctica clínica, la presente revisión sistemática informa a los psicólogos de cómo las redes sociales afectan a las relaciones suscitando una contribución para la prevención sobre los posibles riesgos y beneficios, y promoviendo un uso más consciente y saludable de estas plataformas. Por otro lado, la investigación aporta un mayor entendimiento de cómo las redes sociales influyen en las dinámicas de pareja. Además, los terapeutas pueden personalizar sus enfoques terapéuticos para abordar problemas específicos en la intimidad y satisfacción.

## **5.Conclusión**

Dicho estudio finaliza aportando datos que afirman que el uso de las redes sociales afecta a la intimidad y satisfacción en la relación, según el tiempo dedicado a ellas (a mayor tiempo, mayor desconfianza, celos, abuso e inseguridad, y por lo cual menor intimidad y satisfacción), según las interacciones mostradas en ambos perfiles,(aunque no se hayan investigado específicamente y de forma correcta dichas interacciones), según la edad y duración de la pareja ( a mayor edad de los miembros y mayor duración de la pareja, menor uso e importancia se les da a las redes sociales y mayor satisfacción e intimidad), según la distancia de los miembros de la relación ( a mayor distancia, mayor comunicación online y mayor intimidad y satisfacción), y según el establecimiento de límites ( si no hay, menor intimidad y satisfacción debido al cruce de estos por parte de ambos miembros de la pareja), y según la importancia que se le dé a la visibilidad de la pareja en las redes sociales ( a mayor importancia, mayor control y celos y menor intimidad y satisfacción).

## 5. Bibliografía

- Abbasi, I. S., y Alghamdi, N. G. (2017). The Pursuit of Romantic Alternatives Online: Social Media Friends as Potential Alternatives. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 44(1), 16–28. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2017.1308450>
- Abbasi, I.S. (2019). Social media addiction in romantic relationships: ¿Does user's age influence vulnerability to social media infidelity? *Journal of Personality and Individual Differences*, 139, 277–280. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.10.038>
- Abbasi, I. S. (2018). The link between romantic disengagement and Facebook addiction: ¿Where does relationship commitment fit in? *American Journal of Family Therapy*, 46(4), 375–389. <https://doi.org/10.1080/01926187.2018.1540283>
- Aron, A., Aron, E. N., y Smollan, D. (1992). Inclusion of Other in the Self Scale and the structure of interpersonal closeness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(4), 596–612. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.4.596>
- Aron, A., y Westbay, L. (1996). Dimensions of the prototype of love. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 535–551. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.3.535>
- Ahmetoglu, G., Swami, V., y Chamorro-Premuzic, T. (2010). The relationship between dimensions of love, personality, and relationship length. *Archives of sexual behavior*, 39(5), 1181–1190. <https://doi.org/10.1007/s10508-009-9515-5>
- Bailey, S. (2009). Couple Relationships: Communication and Conflit Resolution. *CFLE, Family and Human Development Specialist*. Recuperado de: <https://www.msuextension.org/health/documents/MT200917HR.pdf>
- Garris, B.R. (2020): Modern Love: You, Me, and Smartphone Makes Three. *Marriage and Family Review*, 56 (4), 343-368. <https://doi.org/10.1080/01494929.2020.1712574>
- Bodenmann, G. (1995). A Systemic-Transactional View of Stress and Coping in Couples. *Swiss Journal of Psychology*, 54, 34-49.
- Bodenmann, G. (2005). Dyadic Coping and Its Significance for Marital Functioning. In T. A. Revenson, K. Kayser, y G. Bodenmann (Eds.), *Couples coping with stress: Emerging perspectives on dyadic coping* (pp.33–49). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11031-002>

- Brown, J. D., y Bobkowski, P. S. (2011). Older and newer media: Patterns of use and effects on adolescents' health and well-being. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 95–113. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00717.x>
- Bouchard, G., Harrigan, I., y Tobin, S. J. (2021). The use of Facebook in romantic relationships: An actor-partner interdependence mediation model predicting relationship visibility. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(7), 2084–2098. <https://doi.org/10.1177/02654075211006788>
- Campbell, E. C., y Murray, C. E. (2015). Measuring the Impact of Technology on Couple Relationships: The Development of the Technology and Intimate Relationship Assessment. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 14(3), 254–276. <https://doi.org/10.1080/15332691.2014.953657>
- Carbonell, X., Chamarro, A., Griffiths, M., Oberst, U., Cladellas, R., y Talarn, A. (2012). Uso problemático de Internet y móvil en adolescentes y jóvenes españoles. *Anales de Psicología*, 28(3), 789-796. <https://doi.org/10.6018/analesps.28.3.156061>
- Casero, A., y Ouled-Driss, I. (2016). Relación de pareja, uso de redes sociales y mensajería instantánea en los estudiantes de la Universidad de las Islas Baleares. *Revista ABRA*, 36(53), pp. 1-15. <https://doi.org/10.15359/abra.36-53.2>
- Clayton, R. B., Nagurney, A., y Smith, J. R. (2013). Cheating, breakup, and divorce: is Facebook use to blame? *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 16(10), 717–720. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0424>
- Cole, A., Leonard, M. T., y McAuslan, P. (2018). Social media and couples: What are the important factors for understanding relationship satisfaction? *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 21(9), 582–586. <https://doi.org/10.1089/cyber.2017.0425>
- Cole, J., Suman, M., Schramm, P., Lunn, R., Zhou, L., Salvador, A., Dunahee, M. (2009). Digital Future Report 2009: Surveying the digital future, Year Eight [http://www.digitalcenter.org/wpcontent/uploads/2013/02/2009\\_digital\\_future\\_report\\_year8.pdf](http://www.digitalcenter.org/wpcontent/uploads/2013/02/2009_digital_future_report_year8.pdf)
- Cuervo Rodríguez, J. J., (2013). Parejas viables que perduran en el tiempo. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 9(2), 257-270. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2013.0002.02>

- Dandurand, C., y Lafontaine, M.-F. (2013). Intimacy and Couple Satisfaction: The Moderating Role of Romantic Attachment. *International Journal of Psychological Studies*, 5(1). <https://doi.org/10.5539/ijps.v5n1p74>
- Del Mar Sánchez-Fuentes, M., Moyano, N., Alcaraz-Iborra, M., Parra-Barrera, S. M., y Quílez-Robres, A. (2023). Validación de la Escala Abreviada de Celos de Facebook entre Hombres y Mujeres Colombianos. *Acta Colombiana De Psicología*, 26(2), 50–64. <https://doi.org/10.14718/acp.2023.26.2.5>
- Ellison, N. B. y Boyd, d. (2013). Sociality through Social Network Sites. In Dutton, W. H. (Ed.), *The Oxford Handbook of Internet Studies*. Oxford: Oxford University Press, pp. 151-172. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199589074.013.0008>,
- Elphinston, R.A., y Noller, P. (2011). Time to Face It! Facebook Intrusion and the Implications for Romantic Jealousy and Relationship Satisfaction. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14 11, 631-5. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0318>
- Eichenberg, C., Huss, J., y Küsel, C. (2017). From online dating to online divorce: An overview of couple and family relationships shaped through digital media. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 39(4), 249–260. <https://doi.org/10.1007/s10591-017-9434-x>
- Fox, J. (2015). The Dark Side of Social Networking Sites in Romantic Relationships. In *The Psychology of Social Networking Vol.1: Personal Experience in Online Communities* (pp.78-89). Warsaw, Poland: De Gruyter Open Poland. <https://doi.org/10.1515/9783110473780-009>
- Fox, J., Warber, K. M., y Makstaller, D. C. (2013). The role of Facebook in romantic relationship development: An exploration of Knapp's relational stage model. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(6), 771–794. <https://doi.org/10.1177/0265407512468370>
- Hernando-Gómez, Á., Maraver-López, P., y Pazos-Gómez, M. (2016). Experiencias positivas y negativas en relaciones de pareja de jóvenes y adolescentes. *Revista de Psicología*, 25(2). <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2016.44745>
- Gámez-Guadix, M., Borrajo, E., y Calvete, E. (2018). Abuso, control y violencia en la pareja a través de Internet y los Smartphones: Características, evaluación y prevención. *Papeles del Psicólogo*, 39(3), 218–227

- Gómez Treviño, J. A. (24 de septiembre de 2013). *El “phubbing”, otra amenaza para las relaciones interpersonales y laborales*. Lex Informática. <http://www.lexinformatica.com/blog/el-phubbing-otra-amenaza-para-las-relaciones-interpersonales-y-laborales/>
- González-Rivera, J. A., Hernández, I., Martínez, R., Matos, J., Galindo, M., y García, S. (2018). Interferencia de la tecnología en las relaciones de pareja y su impacto en la salud mental de la mujer puertorriqueña. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 29(1), 56–71.
- Greeff, A. P., y Malherbe, H. L. (2001). Intimacy and marital satisfaction in spouses. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 27(3), 247–257. <https://doi.org/10.1080/009262301750257100>
- Hand, M. M., Thomas, D., Buboltz, W. C., Deemer, E. D., y Buyanjargal, M. (2013). Facebook and Romantic Relationships: Intimacy and Couple Satisfaction Associated with Online Social Network Use. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 16(1), 8–13. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0038>
- Hassebrauck, M., y Fehr, B. (2002). Dimensions of relationship quality. *Personal Relationships*, 9(3), 253–270. <https://doi.org/10.1111/1475-6811.00017>
- Herrera Harfuch, M. F., Pacheco Murguía, M. P., Palomar Lever, J., y Zavala Andrade, D. (2010). La Adicción a Facebook Relacionada con la Baja Autoestima, la Depresión y la Falta de Habilidades Sociales. *Psicología Iberoamericana*, 18(1), 6-18.
- Hertlein, K. M., y Blumer, M. L. C. (2014). *The couple and family technology framework: Intimate relationships in a digital age*. Routledge/Taylor and Francis Group.
- Hertlein, K. M. (2012). Digital dwelling: Technology in couple and family relationships. *Family Relations: An Interdisciplinary Journal of Applied Family Studies*, 61(3), 374–387. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2012.00702.x>
- Hughes, S., Champion, A., Brown, K., y Pedersen, C. L. (2021). #CoupleGoals: Self-Esteem, relationship outcomes, and the visibility of romantic relationships on social media. *Sexuality and Culture*, 25(3), 1041–1057. <https://doi.org/10.1007/s12119-020-09808-3>
- Huston, T. L., y Chorost, A. F. (1994). Behavioral buffers on the effect of negativity on marital satisfaction: A longitudinal study. *Personal Relationships*, 1(3), 223–239. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00063.x>
- Hurley, L., y Reese-Weber, M. (2012). Conflict Strategies and Intimacy: Variations by Romantic Relationship Development and Gender. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 6(2), 200–210. <https://doi.org/10.5964/ijpr.v6i2.101>



- Jara, A., Altamiranda, A., Colmenares, C., y Ríos-Sarmiento, H. (2016). Influencia de las redes sociales en las relaciones de pareja. En A. Salamanca Carreño (Ed). *Avances de investigación en medicina veterinaria y producción animal*, (pp. 144-148). Editorial de la Universidad Cooperativa de Colombia.
- Kammrath, L. K., y Dweck, C. (2006). Voicing Conflict: Preferred Conflict Strategies Among Incremental and Entity Theorists. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(11), 1497-1508. <https://doi.org/10.1177/0146167206291476>
- Kemp, S. (2024, January 31). *Digital 2024: Global Overview Report — DataReportal — Global Digital Insights*. DataReportal — Global Digital Insights. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
- Legkauskas, V., y Pazniokaitė, G. (2018). Gender Differences in Relationship Maintenance Behaviors and Relationship Satisfaction. *Social Welfare: Interdisciplinary Approach*, 8(2), 30–39. <https://doi.org/10.21277/sw.v2i8.367>
- Lenhart A., y Duggan M. (2014). Couples, the Internet and Social media. *How American couples use digital technology to manage life, logistics and emotional intimacy within their relationships*. Pew Research Center, <http://pewrsr.ch/1iPhgRs>
- Linares, R., Aranda, M., García-Domingo, M., Amezcua, T., Fuentes, V., y Moreno-Padilla, M. (2021). Cyber-dating abuse in young adult couples: Relations with sexist attitudes and violence justification, smartphone usage and impulsivity. *PloS One*, 16(6), e0253180. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253180>
- Lyndon, A., Bonds-Raacke, J., y Cratty, A. D. (2011). College students' Facebook stalking of ex-partners. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(12), 711–716. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0588>
- Marshall, T. C., Bejanyan, K., Di Castro, G., y Lee, R. A. (2012). Attachment styles as predictors of Facebook-related jealousy and surveillance in romantic relationships. *Personal Relationships*, 20(1), 1–22. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01393.x>
- Maffesoli, M. (2008). Michel Maffesoli: o imaginário é uma realidade. *Revista FAMECOS*, 8(15), 74–82. <https://doi.org/10.15448/1980-3729.2001.15.3123>
- McAndrew, F. T., y Shah, S. S. (2013). Sex differences in jealousy over Facebook activity. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2603–2606. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.06.030>

- McDaniel, B. T., y Coyne, S. M. (2016). "Technoference": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85–98. <https://doi.org/10.1037/ppm0000065>
- Muise, A., Christofides, E., y Desmarais, S. (2009). More information than you ever wanted: does Facebook bring out the green-eyed monster of jealousy? *Cyberpsychology y behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 12(4), 441–444. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0263>
- Norton, A. M., Baptist, J., y Hogan, B. (2017). Computer-Mediated communication in intimate relationships: associations of boundary crossing, intrusion, relationship satisfaction, and partner responsiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 44(1), 165–182. <https://doi.org/10.1111/jmft.12246>
- Orosz, G., Szekeres, Á., Kiss, Z. G., Farkas, P., y Roland-Lévy, C. (2015). Elevated romantic love and jealousy if relationship status is declared on Facebook. *Frontiers in Psychology*, 6. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00214>
- Palacios, J.; Rodrigo, M.J. (2014) *Familia y Desarrollo Humano*; Alianza Editorial
- Papp, L. M., Danielewicz, J., y Cayemberg, C. (2012). "Are we Facebook official?" Implications of dating partners' Facebook use and profiles for intimate relationship satisfaction. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 15(2), 85–90. <https://doi.org/10.1089/cyber.2011.0291>
- Pickens, J. C., y Whiting, J. B. (2019). Tech Talk: Analyzing the negotiations and rules around technology use in intimate relationships. *Contemporary Family Therapy*, 42(2), 175–189. <https://doi.org/10.1007/s10591-019-09522-9>
- Pollet, T. V., Roberts, S. G. B., y Dunbar, R. I. M. (2011). Use of Social Network Sites and Instant Messaging Does Not Lead to Increased Offline Social Network Size, or to Emotionally Closer Relationships with Offline Network Members. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(4), 253-258. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0161>
- Quiroz, N. A. y Sánchez, F. O. (2016). *Influencia que tiene el uso de celulares en las relaciones interpersonales de los estudiantes de la carrera de Comunicación Social de cuarto año de la Universidad Centroamericana (UCA), en el periodo del año 2016*. [Doctoral

<http://repositorio.uca.edu.ni/4375/1/UCANI4849.pdf>

- Quiroz, S. I., y Mickelson, K. D. (2021). ¿Are online behaviors damaging our in-person connections? Passive versus active social media use on romantic relationships. *Cyberpsychology*, 15(1), 1-20. <https://doi.org/10.5817/CP2021-1-1>
- Rahaman H. M. (2015). Romantic Relationship Length and its Perceived Quality: Mediating Role of Facebook-Related Conflict. *Europe's journal of psychology*, 11(3), 395–405. <https://doi.org/10.5964/ejop.v11i3.932>
- Robards, B., y Lincoln, S. (2016). Making It “Facebook Official”: Reflecting on Romantic Relationships Through Sustained Facebook Use. *Social Media + Society*, 2(4). <https://doi.org/10.1177/2056305116672890>
- Roberts, J. A., y David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, pp. 134-141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Rodríguez-Domínguez, C., Durán Segura, M., y Martínez-Pecino, R. (2018). Ciberagresores en el noviazgo adolescente y su relación con la violencia psicológica, el sexismo y los celos. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 18(1), 17–27. <https://doi.org/10.21134/haaj.v18i1.329>
- Rodriguez, L. M., DiBello, A. M., Øverup, C. S., y Neighbors, C. (2015). The Price of Distrust: Trust, Anxious Attachment, Jealousy, and Partner Abuse. *Partner abuse*, 6(3), 298–319. <https://doi.org/10.1891/1946-6560.6.3.298>
- Rus, H. M., y Tiemensma, J. (2017). “It's complicated.” a systematic review of associations between social network site use and romantic relationships. *Computers in Human Behavior*, 75, 684–703. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.004>
- Sánchez Gómez, M., y Bresó Esteve, E. (2016). Efecto de la inteligencia emocional y las tecnologías de la información y la comunicación en la satisfacción sentimental. *Àgora de salut*, 3, 371-379. <http://dx.doi.org/10.6035/AgoraSalut.2016.3.39>
- Satici, B., Kayis, A. R., y Griffiths, M. D. (2021). Exploring the association between social media addiction and relationship satisfaction: Psychological Distress as a Mediator. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(4), 2037–2051. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00658-0>

- Seidman, G., Langlais, M., y Havens, A. (2019). Romantic relationship-oriented Facebook activities and the satisfaction of belonging needs. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(1), 52–62. <https://doi.org/10.1037/ppm0000165>
- Schreurs, K. M. G., y Buunk, B. P. (1996). Closeness, autonomy, equity, and relationship satisfaction in lesbian couples. *Psychology of Women Quarterly*, 20(4), 577–592. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1996.tb00323.x>
- Sharabi, L. L., y Hopkins, A. (2021). Picture perfect? Examining associations between relationship quality, attention to alternatives, and couples' activities on Instagram. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(12), 3518–3542. <https://doi.org/10.1177/0265407521991662>
- Sheldon, P. (2008). The relationship between unwillingness-to-communicate and students' Facebook use. *Journal of Media Psychology: Theories, Methods, and Applications*, 20(2), 67–75. <https://doi.org/10.1027/1864-1105.20.2.67>
- Siibak, A. (2009). Constructing the Self through the Photo selection - Visual Impression Management on Social Networking Websites. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 3(1), Article 1. <https://cyberpsychology.eu/article/view/4218>
- Sprecher, S., Felmlee, D., Orbuch, T. L., y Willetts, M. C. (2002). Social networks and change in personal relationships. In A. L. Vangelisti, H. T. Reis, y M. A. Fitzpatrick (Eds.), *Stability and change in relationships* (pp. 257–284). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511499876.015>
- Strano, M. M. (2008). User Descriptions and Interpretations of Self-Presentation through Facebook Profile Images. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2(2), Article 5. <https://cyberpsychology.eu/article/view/4212>
- Statista. (2024, March 25). *Usuarios mundiales de las redes sociales líderes en 2024* Statista. <https://es.statista.com/estadisticas/600712/ranking-mundial-de-redes-sociales-por-numero-de-usuarios/>
- Shulman, S., y Connolly, J. (2013). The challenge of romantic relationships in emerging adulthood: Reconceptualization of the field. *Emerging Adulthood*, 1(1), 27–39. <https://doi.org/10.1177/2167696812467330>

- Subrahmanyam, K., y Šmahel, D. (2011). *Digital youth: The role of media in development*. Springer Science + Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6278-2>
- Thibes, M. Z. (2007). *Orkut: o público, o privado e o íntimo na era das novas tecnologias da informação* [Dissertação Mestrado, Universidade de São Paulo]. <http://www.teses.usp.br/teses/disponiveis/8/8132/tde-12072010-135357/>
- Treviño Espinosa, F. y A. Millán Orozco (2007). “La influencia de la telefonía celular en el entorno social de los jóvenes universitarios de Tampico, Tamaulipas (México)”. *Comunicación e Xuventude*, 211-228
- Toma, C. L., y Choi, M. (2015). The Couple Who Facebooks Together, Stays Together: Facebook Self-Presentation and Relationship Longevity Among College-Aged Dating Couples. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 18(7), 367–372. <https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0060>
- Treger, S., y Sprecher, S. (2011). The influences of sociosexuality and attachment style on reactions to emotional versus sexual infidelity. *Journal of sex research*, 48(5), 413–422. <https://doi.org/10.1080/00224499.2010.516845>
- Utz, S., y Beukeboom, C. J. (2011). The role of social network sites in romantic relationships: Effects on jealousy and relationship happiness. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 16(4), 511–527. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2011.01552.x>
- Vázquez Salgado, N., y Pastor, Y. (2019). Uso de redes sociales y mensajería instantánea en relaciones de pareja en la juventud: un estudio preliminar. *Health and Addictions/Salud Y Drogas*, 19(1), 87–98. <https://doi.org/10.21134/haaj.v19i1.418>
- Velarde, O. y Casas-Mas, B. (2019). La comunicación virtual con la pareja. *OBETS Revista de Ciencias Sociales*, 14(2), 491-525. <https://doi.org/10.14198/OBETS2019.14.2.08>
- Villafuerte-Garzón, Cristian Moisés, y Vera-Perea, María. (2019). Phubbing y género en un sector académico en Quito: Uso, abuso e interferencia de la tecnología. *Convergencia Revista de Ciencias Sociales*, (79), 01. <https://doi.org/10.29101/crcs.v0i79.9156>
- Vogels, E. A., y Anderson, M. (8 de mayo de 2020). Dating and Relationships in the Digital Age. *Pew Research Center: Internet, Science and Tech*. <https://pewrsr.ch/2SMGGZw>
- Wang, X., Xie, X., Wang, Y., Wang, P., y Lei, L. (2017). Partner phubbing and depression among married Chinese adults: The roles of relationship satisfaction and relationship

length. *Personality and Individual Differences*, 110, 12–17. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.014>

Young, K. (2008). Online social networking: an Australian perspective. *International Journal of Emerging Technologies and Society*, 7(1),39-57. <http://hdl.handle.net/10453/10397>

Zimmer-Gembeck, M.J., Arnhold, V., y Connolly, J.M. (2014). Intercorrelations of Intimacy and Identity Dating Goals with Relationship Behaviors and Satisfaction among Young Heterosexual Couples. *The Social Sciences*, 3, 44-59. <https://doi.org/10.3390/socsci3010044>