



SOLEDAD Y PHUBBING EN UNIVERSITARIOS PERUANOS: EL ROL MEDIADOR DEL FEAR OF MISSING OUT

LONELINESS AND PHUBBING IN PERUVIAN UNIVERSITY STUDENTS: THE MEDIATING ROLE OF THE FEAR OF MISSING OUT

Jossué Correa-Rojas

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas

Jossue.correa@upc.pe

<https://orcid.org/0000-0002-4166-7210>

Mirian Grimaldo

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas

Mirian.grimaldo@upc.pe

<https://orcid.org/0000-0003-4197-1906>

Angela Janer-Hidalgo

Universidad Internacional de la Rioja

angela.janer@unir.net

<https://orcid.org/0000-0002-4155-2472>

Cómo citar: Correa-Rojas, J., Grimaldo, M., y Janer-Hidalgo, A. (2024). Soledad y Phubbing en universitarios peruanos: El rol mediador del Fear of Missing Out. *Health and Addictions/Salud y Drogas, Online First, octubre, 17, 2024*. <https://doi.org/10.21134/964>

Resumen

Introducción: El objetivo principal de la presente investigación fue determinar el efecto de la soledad sobre el Phubbing, cuando el *Fear of Missing Out* (FoMO) media esta relación. **Método:** El diseño es explicativo de variables latentes, se han aplicado tres escalas (Escala de Soledad, Escala de *Fear of Missing Out*, y Escala de *Phubbing*) a una muestra de 405 universitarios procedentes de dos universidades privadas de Lima Metropolitana. **Resultados:** Se encontró que existe un efecto indirecto, estadísticamente significativo, de la soledad sobre el *Phubbing*, a través del FoMO. Asimismo, el efecto total del modelo resultó estadísticamente significativo. También, que la variable independiente (la soledad) explica significativamente el FoMO y la variable mediadora (el FoMO) predice el *Phubbing*. **Conclusiones:** La soledad tiene un efecto indirecto sobre el Phubbing a través del FoMO, esto implica que la soledad directamente no predice el Phubbing, pero cuando la persona experimenta miedo a sentirse excluido, esto si resulta relevante para determinar el *Phubbing*.

Abstract

Introduction: The main objective of the present research was to determine the effect of loneliness on Phubbing when Fear of Missing Out (FoMO) mediates this relationship. **Method:** The design is explanatory of latent variables, and three scales (Loneliness Scale, Fear of Missing Out Scale, and Phubbing Scale) were applied to a sample of 405 university students from two private universities in Metropolitan Lima. **Results:** It was found that there is an indirect, statistically significant effect of loneliness on Phubbing, through FoMO. Also, the total effect of the model was statistically significant. Furthermore, the independent variable (loneliness) significantly explains FoMO, and the mediating variable (FoMO) predicts Phubbing. **Conclusions:** Loneliness has an indirect effect on Phubbing through FoMO, implying that loneliness does not directly predict Phubbing, but when a person experiences fear of missing out, the effect of loneliness becomes relevant for the development of Phubbing.

Palabras clave

Soledad, *Fear of Missing Out*, *Phubbing*, universitarios, salud mental, bienestar.

Key Words

Loneliness, Fear of Missing Out, phubbing, university students, mental health, well-being

1. Introducción

En la actualidad, el uso del internet ha dado lugar al desarrollo de diversos dispositivos los cuales tienen como finalidad ampliar los canales para utilizar esta herramienta. Entre ellos, el *Smartphone* ha tenido una amplia aceptación en adultos emergentes (IKEA, 2019; Statista, 2024). No obstante, este desarrollo tecnológico ha traído consigo la aparición de fenómenos que se circunscriben al entorno del ciberespacio, pero que tienen sus bases en motivaciones personales y patrones disfuncionales de interacción social (Przybylski et al., 2013).

Una encuesta desarrollada en España reveló que el 77% de adultos tienen la sensación de que durante las celebraciones la gente prefiere utilizar su *smartphone* antes de mantener una comunicación cara a cara; el 65% volvería a casa si se olvida el celular; nueve de cada diez personas afirmaron que el hogar es el lugar en donde más tiempo pasan conectados; el 57% refiere sentirse aislado ya que están en la misma habitación con otros familiares, pero nadie conversa (IKEA, 2018). Estos datos no difieren de lo reportado en Perú, donde se ha encontrado que el 80% de las personas se conectan a internet para acceder a sus redes sociales (Statista, 2024).

Asimismo, un estudio realizado por la *Australian Psychological Society* y la Universidad de Swinburne reveló que el 30% de los adultos jóvenes australianos experimentan ansiedad al socializar y se sienten excluidos de algún grupo. Además, se encontró que las personas que se identifican como solitarias tienen peor salud física y mental, y son más propensas a deprimirse (Lim, 2018). Estos sentimientos de soledad, no solo afectan a población adulta mayor (van Beljouw et al., 2014), sino también tienen efectos sobre poblaciones jóvenes (Erol & Cirak, 2019; Salas-Blas et al. 2022).

La soledad hace referencia a la experiencia displacentera que está íntimamente relacionada con la escasa intimidad interpersonal (Jones & Carver, 1991; Plenau & Perlman, 1982), hace alusión a la discrepancia que percibe la persona sobre la cantidad de relaciones que mantiene y las que desea (Montero-López & Sánchez-Sosa, 2001). Es una experiencia subjetiva que se caracteriza por la percepción de ausencia de relaciones significativas (de Jong Gierveld & van Tilburg, 2023). Desde la perspectiva teórica de Jong-Gierveld (1987) la soledad alude a la presencia de emociones negativas como resultado de la ausencia de relaciones significativas.

Una revisión sistemática realizada durante la pandemia por COVID-19, reveló que la soledad aumenta el riesgo de sufrir depresión y posiblemente ansiedad; además, la duración de la soledad se correlacionó con una mayor intensidad de los problemas de salud mental (Loades et al., 2020). Farrell et al. (2023) encontraron que niveles altos de soledad se asociaban significativamente con un peor bienestar. Otros estudios refuerzan el papel de la soledad sobre los trastornos afectivos en adultos (Lliebre-Rodríguez et al., 2021; Pedrero-Peréz et al., 2023). También se ha encontrado que es factor de riesgo para alcoholismo (Adès & Lejoyeux, 1994; Salvo & Castro, 2010), depresión (OR=5.37[3.66-7.89]), ansiedad (OR=3.60[2.38-5.46]) e insomnio (OR=2.88[1.97-4.22]) en adultos (Rodríguez et al., 2021).

La soledad puede motivar la aparición de comportamientos inadecuados y que podrían surgir de estas sensaciones displacenteras relacionadas con la ausencia de relaciones significativas (de Jong-Gierveld, 1987). Además, la revisión de la literatura muestra que los niveles de

soledad se han incrementado después de la pandemia en niños y niñas, adolescentes (Farrell et al., 2023) y adultos (Rodríguez-Berrio et al., 2022). Sin embargo, los estudios que involucran esta variable son limitados sobre todo tratándose de adultos emergentes y tampoco se ha explorado el papel que juega sobre los fenómenos del comportamiento relacionados con el uso de la tecnología.

El impacto de la tecnología sobre las interacciones sociales es innegable, prueba de ello son todos los fenómenos que han surgido como resultado de la interacción de las personas con el entorno tecnológico y virtual (Regalado-Chamorro et al., 2022). Entre estos fenómenos del comportamiento relacionados con la tecnología, se encuentra el *Phubbing*, este consiste en ignorar a una persona por preferir el teléfono celular, menospreciando la comunicación interpersonal directa (Karadağ et al., 2015), destaca por sus efectos sobre la calidad de las relaciones interpersonales y se le considera un problema contemporáneo común entre adultos emergentes; sobre todo en estudiantes universitarios, quienes por sus características son más propensos de padecerlo (Grimaldo et al., 2020). Se ha encontrado que el *Phubbing* incrementa el efecto negativo de la adicción a redes sociales sobre la salud mental (González-Rivera et al., 2018; Ergun et al., 2023), se relaciona directa y significativamente con la depresión (Ivanova et al., 2020), deteriora la calidad de las relaciones familiares (Roberts & Meredith, 2016) y de pareja (García et al., 2023).

Sin embargo, el tratarse de un constructo en desarrollo, el *Phubbing* no cuenta con un marco teórico profundo que permita explicar su surgimiento y desarrollo; no obstante, Karadağ et al. (2015) señalan que se trata de un fenómeno compuesto por dos dimensiones: obsesión por el móvil y perturbación de la comunicación. Los estudios han mostrado que afecta la calidad de las relaciones interpersonales y se asocia con otras variables del entorno tecnológico como la adicción a videojuegos, adicción al internet y sobre todo está íntimamente relacionado con el *Fear of Missing Out* (FoMO) (Blanca & Bendayan, 2018; Correa-Rojas et al., 2020; Karadağ et al., 2015).

El FoMO hace referencia a la sensación de inquietud constante, a menudo intensa, originada por la preocupación de que sus amigos u otras personas cercanas puedan experimentar experiencias gratificantes en las redes sociales y que la persona no forme parte de ello (Varchetta et al., 2020). En su conceptualización se involucra la constante de que otros tienen mejores experiencias, esto lleva a la persona a permanecer socialmente conectado con la esperanza de experimentar lo mismo que otros y podría manifestarse como una forma de ansiedad social (Przybylski et al., 2013).

El estudio del FoMO se fundamenta en la Teoría de la Autodeterminación (TAD), la cual ofrece un marco para comprender las bases motivacionales de la personalidad y el comportamiento social (Martela, 2020; Stover et al., 2017). De acuerdo con la TAD, la salud psicológica y la autorregulación se basan en la satisfacción de tres necesidades psicológicas básicas: *competencia*, capacidad de actuar eficazmente en el mundo; *autonomía*, es decir autoría o iniciativa personal; y, *pertenencia*, cercanía o conexión con los demás (Martela, 2020). Investigaciones realizadas en contextos educativos (Ryan & Deci, 2017) y entornos virtuales (Ryan et al., 2006) demuestran su asociación con la regulación del comportamiento. Desde la TAD, el FoMO podría concebirse como una especie de mecanismo autorregulatorio con el cual se busca satisfacer de forma inmediata las necesidades psicológicas básicas, a través de la

validación social y afectiva en redes sociales (Przybylski et al., 2013). Lo que si bien inicialmente podría generar una satisfacción momentánea, termina debilitando la salud psicológica de las personas (Elhai et al., 2020).

La revisión de la literatura demuestra que el FoMO es un fenómeno que ha ocupado el interés de investigadores (Leroy, et al., 2023; Rippé et al., 2023). Ello debido a otros fenómenos que se dan en el ciberespacio. Por ejemplo, es mediador de las consecuencias negativas y uso excesivo de redes sociales (Oberst et al., 2017), entre dependencia al teléfono móvil y calidad de sueño en universitarios y universitarias (Arrivillaga et al., 2023; Huang et al., 2023), entre soledad y uso problemático de las redes sociales (Mao et al., 2021; Yin et al., 2023), entre la búsqueda de sensaciones y consumo conspicuo en eventos (Dursun et al., 2023). Por su parte, Akat et al., (2022), demostraron que el FoMO es mediador entre la tríada oscura de la personalidad y el *Phubbing* en estudiantes universitarios.

Pese a la existencia de estudios que han expuesto los efectos de la Soledad y el FoMO en población adulta, su estudio todavía es limitado. Aun cuando estas variables correlacionan con otras que atentan contra la salud mental (Farrell et al., 2023; Lliebre-Rodriguez et al., 2021; Pedrero-Peréz et al., 2023). Sin embargo, Li et al. (2023) encontraron que la soledad predice el uso de redes sociales a través del FoMO, lo que sugiere que la soledad por sí misma no lleva a una persona a establecer impulsivamente conexiones en redes sociales, para que esto suceda es necesario que estén presente temores individuales sobre la falta de conexión social. El FoMO es un mediador de las relaciones que se puedan establecer con la soledad, pues añade a los sentimientos displacenteros de ausencia de relaciones significativas, la interacción de procesos cognitivos complejos en los que se acentúan los temores por sentir que se pierde experiencias más gratificantes que otros si experimentan (Matthes et al., 2023).

Otros estudios consultados muestran que el FoMO es mediador en la relación de diferentes fenómenos del comportamiento ligados con el uso de la tecnología (Arrivillaga et al., 2023; Huang et al., 2023; Oberst et al., 2017), correlacionando positivamente con los sentimientos de soledad y *Phubbing* (Correa-Rojas et al., 2022; Leroy, et al., 2023). La evidencia empírica también sugiere que la soledad se relaciona con el FoMO. Por ejemplo, Li et al., (2023) hallaron que la soledad diaria predecía el uso de las redes sociales a través del FoMO. Por su parte, Leroy et al. (2023) identificaron que el FoMO y la soledad tienen una relación positiva y de magnitud moderada ($r=.56$; $p<.001$). Similar a lo reportado por Correa et al. (2022) en una muestra de adultos emergentes ($r=.31$; $p<.001$).

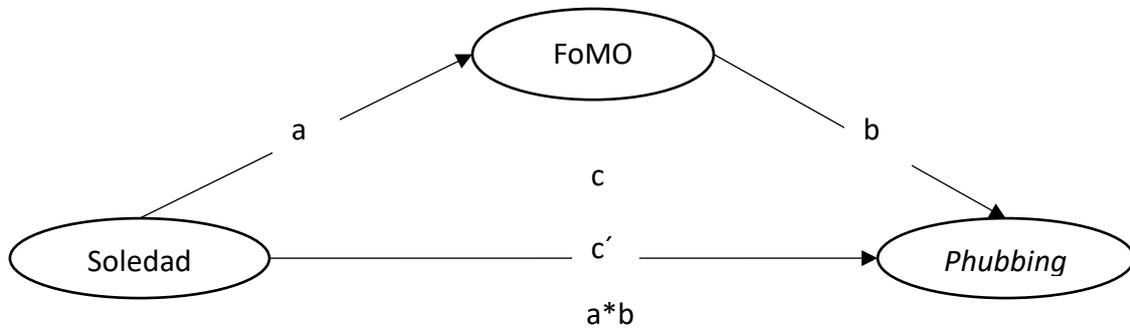
Se entiende que una persona que experimenta soledad no tendría intenciones de realizar *Phubbing*; sin embargo, cuando esta soledad está relacionada con experiencias y ausencia de relaciones significativas en el ciberespacio es posible que el miedo a sentirse excluido (FoMO) pueda desencadenar una necesidad de conectarse a sus redes lo que provocaría un desajuste social tanto en el ámbito de las relaciones sociales presenciales como virtuales ((de Jong Gierveld & van Tilburg, 2023; Przybylski et al., 2013).

Ante lo expuesto, el propósito principal de la presente investigación fue identificar la relación de la soledad y *Phubbing* a través del FoMO en una muestra de universitarios peruanos. En la Figura 1, se expone el modelo hipotético derivado de la revisión de bibliografía y sustentado en la evidencia empírica. Al respecto, se hipotetiza que la soledad no tiene efectos directos sobre el *Phubbing*, pero cuando el FoMO está presente mediando dicha relación, la soledad

predice directa y significativamente el *Phubbing*. También se plantea que la soledad predice positivamente el FoMO y que este a su vez explica el *Phubbing*.

Figura 1

Modelo teórico hipotético de la mediación



Nota: VI (X): Soledad, VD (Y): *Phubbing*, Variable mediadora (M): *Fear of Missing Out*, c: Efecto total ($c' + a*b$)
 c' : Efecto directo, $a*b$: Efecto indirecto

2. Método

2.1. Tipo de estudio

El estudio es de tipo cuantitativo, en el que se implementa un modelo explicativo con variables latentes, con la finalidad de explorar la mediación del FoMO, sobre la relación entre soledad y *Phubbing* (Ato & Vallejo, 2015). En el estudio se definen las variables de la siguiente manera: la soledad es la variable independiente (x: Soledad), el FoMO es la variable mediadora (M: FoMO) y el *Phubbing* es la variable dependiente (y: *Phubbing*).

2.2. Participantes

La muestra estuvo conformada por 405 estudiantes procedentes de dos universidades privadas de Lima Metropolitana, todos elegidos por conveniencia. Se tuvieron en cuenta los siguientes criterios: ser mayor de edad, y tener el mismo nivel sociocultural. La edad promedio de los participantes fue de 21.16 (± 3.41) años, donde el 35.8% son varones (M=21.28, DE=2.73) y el 64.2% son mujeres (M=21.09, DE=3.41). En relación con la formación académica, un 58,8% son estudiantes de primer ciclo académico de carreras de psicología (31.4%), ingeniería (20.2%), administración (15.8%), medicina (14.1%), educación (11.6%) y biología (6.9%).

2.3. Instrumentos

Escala de *Phubbing* (Karadağ et al., 2015)

Para medir el *Phubbing* se utilizó la adaptación realizada por Correa-Rojas et al. (2022), este es un autoinforme compuesto por 10 ítems que se distribuyen en dos dimensiones: Distorsión de

la comunicación (DC) y Obsesión por el móvil (OM). Los ítems presentan un escalamiento de respuesta tipo Likert cuyos valores van de 1 (*nunca*) a 5 (*siempre*). En relación con la estructura interna de la escala se corroboró la existencia de un factor general latente a través de un análisis factorial confirmatorio mediante la aplicación de un modelo bifactor, lo que hace posible utilizar un puntaje global; en relación con su fiabilidad se encontraron valores adecuados ($\omega=.871$ [.844-.890]).

Escala de Soledad (De Jong Gierveld & Kamphuis, 1985)

Se empleó la versión adaptada por Ventura-León y Caycho-Rodríguez (2017), está compuesta por 11 ítems, que recogen información sobre situaciones donde la cantidad de relaciones interpersonales es menor al deseado o sobre el nivel deseado de intimidad que espera cada individuo. Las opciones de respuestas van entre 1 (*Nunca*), 2 (*A veces*), y 3 (*Siempre*). La calificación se obtiene dicotomizando las respuestas, un punto si se responde más o menos o no en los ítems 1, 4, 7, 8 y 11. En los otros reactivos se otorga un punto si se responde más o menos o sí. La estructura interna de la medida corroboró su unidimensionalidad y la fiabilidad se delimitó por consistencia interna con un omega igual a .83.

Escala de *Fear of Missing Out* (Przybylski et al., 2013)

Mide la preocupación constante de que otros estén haciendo algo más interesante o gratificante y uno se está perdiendo dicha experiencia. La escala consta de diez ítems calificados en una escala Likert (1= nada cierto, 2= ligeramente cierto, 3= moderadamente cierto, 4= muy cierto, 5= extremadamente cierto). Se utilizó la adaptación realizada por Correa-Rojas et al. (2020) cuyos datos confirman la estructura unidimensional y reportan una adecuada consistencia interna ($\omega=.89$).

2.4. Procedimiento

La administración de los instrumentos se realizó mediante un formulario *online* (*Google forms*) en los meses de abril y diciembre del 2022. Durante el proceso de evaluación se siguieron las recomendaciones de la *American Educational Research Association* (AERA), *American Psychological Association* (APA) y el *National Council on Measurement in Education* (NCME) (AERA et al., 2019). En cuanto a las instrucciones y la legibilidad de las preguntas, se priorizó una redacción precisa y clara. Una vez recolectados los datos fueron almacenados y encriptados asegurando así la anonimidad de los participantes y la confidencialidad de sus respuestas.

2.5. Análisis de datos

Los análisis se realizaron mediante el uso de los paquetes estadísticos IBM SPSS versión 25 y R Studio específicamente se trabajó con el paquete *lavaan* (Rosseel, 2012). El análisis descriptivo se incluye los puntajes mínimos (Min) y máximos (Max), media (M) y desviación estándar (DE), se analizaron las relaciones con el coeficiente producto momento de Pearson (*r*), cuya significancia estadística es $p \leq .05$ (Aldas & Uriel, 2017; Brown, 2023), su interpretación consideró .10 (magnitud pequeña), .30 (magnitud mediana) y .50 (magnitud grande) (Cohen, 1992). Luego se

realizó una regresión lineal múltiple para verificar la pertinencia del modelo de mediación (Ato & Vallejo, 2015). También, se ejecutó la mediación con el método de mínimos cuadrados no ponderados diagonalizados (DWLS), donde Y_i : Puntaje en Escala de *Phubbing*, M : Puntaje en Escala FoMO, X : Puntuación en Escala de Soledad, para determinar la significancia estadística de las variables en el modelo se consideró que los intervalos de confianza de los coeficientes de regresión fueran superiores a cero. En caso c y c' resultaban estadísticamente significativas, corresponde a una mediación parcial; en cambio, si c es estadísticamente significativa y c' no, se trata de una mediación completa (Ato & Vallejo, 2015).

2.6. Consideraciones éticas

El estudio ha seguido las consideraciones éticas de la investigación con seres humanos, se informó a todas los participantes mediante el consentimiento informado sobre el objetivo del estudio y como ejercer sus derechos de protección de datos, así como de la naturaleza voluntaria de su participación en la investigación.

3. Resultados

En la Tabla 1, se exponen las medidas descriptivas de las puntuaciones de las variables involucradas. En cuanto al *Phubbing*, se observa que su promedio no muestra una tendencia favorable ni a puntajes máximos, ni mínimos. La fiabilidad de los puntajes de las medidas resultó adecuada. En lo referente a la Soledad, se aprecia un comportamiento poco diferenciado de su promedio respecto a sus puntajes mínimos y máximos. Se puede observar una situación similar en los resultados de FoMO. Las correlaciones muestran como la *soledad* apenas alcanza correlaciones positivas y de magnitud pequeña con el *Phubbing* y sus dimensiones; mientras que el FoMO, si presenta correlaciones de magnitud moderada, de tendencia positiva y estadísticamente significativa.

Tabla 1

Análisis descriptivo de las variables de estudio

Nº	Variables	Min	Max	M	DE	ω	1	2	3	4	5
1	<i>Phubbing</i>	10.00	50.00	27.64	5.98	.80	-				
2	Obsesión por el móvil	5.00	25.00	12.52	3.23	.75	.86**	-			
3	Perturbación de la comunicación	5.00	25.00	15.12	3.63	.70	.89**	.52**	-		
4	Soledad	0.00	11.00	5.28	2.85	.75	.17**	.14**	.16**	-	
5	<i>Fear of Missing Out</i>	10.00	50.00	22.52	6.36	.82	.43**	.31**	.43**	.37**	-

Nota. Min: puntaje mínimo; Max: puntaje máximo; M: media; DE: desviación estándar; α : coeficiente alfa

Modelo de regresión lineal múltiple

Antes de realizar el modelo de mediación, se ejecutó una regresión lineal múltiple con la finalidad de verificar el efecto de la *soledad* sobre *Phubbing* (Tabla 2). El modelo explica el 18% de la varianza en el *Phubbing*. La prueba de ANOVA sugiere la pertinencia del modelo ($F=44.41$; $p < .001$). Se encontró que la *soledad* no tiene un efecto directo sobre el *Phubbing*; sin embargo, se

observa que el FoMO si resulta ser un predictor directo y estadísticamente significativo. Los valores de *Variance Inflation Factor* (VIF) sugieren ausencia de multicolinealidad ($VIF < 2$), se constató la independencia de los residuos (Durbin-Watson=1.98), la distribución de los residuos tiene distribución normal (KS = 0.05; g.l. = 405; $p > .05$)

Tabla 2

Modelo de regresión lineal del Phubbing

Variables	B (β)	SE	t	p	IC 95% B	
Intercepto	18.59	1.01	18.48	<.01	16.62	20.57
Soledad	.03 (.01)	0.10	0.25	.80	-.18	.23
<i>Fear of Missing Out</i>	.40 (.42)	0.05	8.67	<.01	.31	.49

Nota. B: coeficiente beta; β = coeficiente beta estandarizado; SE: error estándar; t; prueba de t; IC: intervalo de confianza

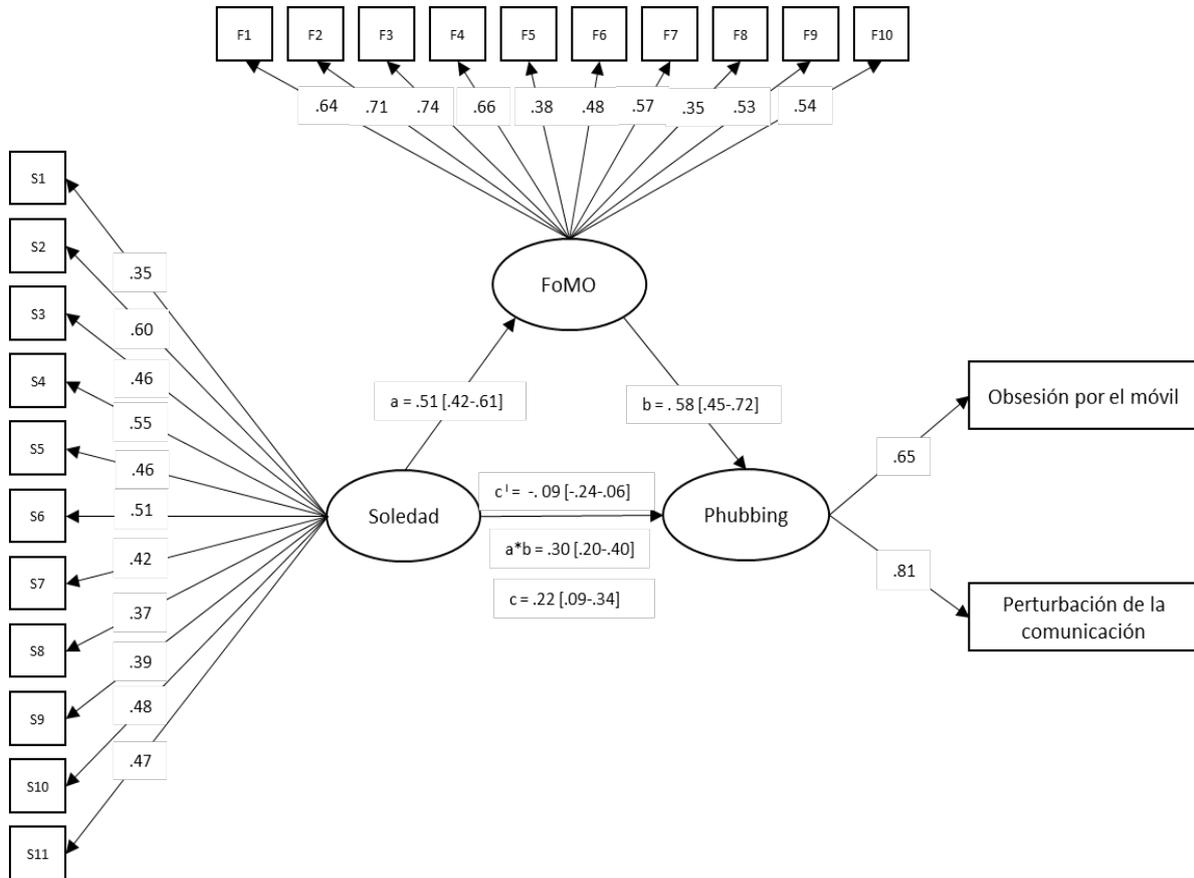
Una vez identificado que la variable *soledad* no tiene un efecto directo sobre el *Phubbing*, se ha realizado un modelo de mediación simple con variables latentes a través del método DWLS ($\chi^2=853.536$; $g.l.=227$), los resultados demuestran que hay un efecto indirecto estadísticamente significativo de la *soledad* sobre el *Phubbing*, a través de *FoMO* ($\beta = .30$; $p < .001$). Asimismo, el efecto total del modelo también resulta estadísticamente significativo ($c = .22[.09-.34]$).

En la Figura 2, se puede observar que la variable independiente explica el *FoMO* (.51[.42-.61]) y que esta a su vez predice eficientemente el *Phubbing* (.58[.45-.72]), ambos intervalos de confianza tienen un límite inferior superior a cero, lo que sugiere que estas relaciones son estadísticamente significativas.

En cuanto al efecto directo de la soledad sobre el *Phubbing* no resulta estadísticamente significativo ($c = -.09[-.24-.06]$), mientras que el efecto indirecto si resulta solvente ($a*b = .30[.20-.40]$). A partir de estos resultados se puede concluir que se trata de un modelo de mediación completa pues el efecto directo no resulto estadísticamente significativo, mientras que el efecto total si lo fue (Ato & Vallejo, 2015).

Figura 2

Modelo de mediación simple de la soledad sobre el Phubbing, a través del FoMO



4. Discusión

El objetivo principal de este estudio fue determinar el efecto de la soledad sobre el *Phubbing*, con el FoMO actuando como mediador de esta relación en una muestra de universitarios de Lima Metropolitana. Los resultados permitieron corroborar el cumplimiento de un modelo de mediación completo entre las variables involucradas. Se encontró que la soledad no determina de forma directa el *Phubbing*; sin embargo, cuando el FoMO media esta relación, el efecto indirecto resulta positivo y estadísticamente significativo. También se encontró que la soledad tiene efecto directo sobre el FoMO y que el FoMO determina positivamente el *Phubbing*.

Este hallazgo implica que, cuando mayor es la soledad que experimenta una persona, más alta será la sensación de inquietud, originada por la preocupación de que otros puedan tener experiencias gratificantes y que no se forma parte de dichas experiencias (Varchetta et al., 2020). Por lo tanto, existe una mayor predisposición a desarrollar conductas obsesivas hacia el móvil y a perturbar la comunicación, aspectos que son manifestaciones del *Phubbing* (Karadag et al., 2015; Blanca & Bendayan, 2018).

A pesar de la rigurosidad metodológica, los hallazgos de este estudio no son comparables con otras investigaciones, debido a que no se ha implementado un modelo similar. Sin embargo, estos resultados si hacen evidente la presencia del FoMO como una variable que puede mediar relaciones que afectan el bienestar de las personas, manifestándose en conductas de dependencia al teléfono móvil, problemas en la calidad del sueño o el uso problemático de redes sociales (Arrivillaga et al., 2023; Dursun et al., 2023; Huang et al., 2023; Mao et al., 2021; Oberst et al., 2017; Yin et al., 2023). Los resultados presentados aquí, son parcialmente comparables con los datos del estudio realizado por Akat et al. (2022), donde demostraron que el FoMO actúa como mediador entre la tríada oscura de la personalidad y el *Phubbing* en estudiantes universitarios (Akat et al., 2022). Lo que implica que el FoMO es un mediador que puede resultar importante para entender el desarrollo e intensidad de algunas de las conductas mal adaptativas que se producen en relación con el uso de la tecnología (Dursun et al., 2023; Ergün et al., 2023)

La soledad tiene efectos directos sobre *Phubbing*, cuando el FoMO media esta relación, esto es hasta cierto punto coherente con estudios previos en donde se encontró que los sentimientos de soledad se relacionan significativamente con el *Phubbing* aun cuando esta relación solo alcanzó magnitudes pequeñas (Correa et al., 2020; Correa et al., 2022; Correa et al., 2023). Asimismo, es de esperar que una persona que experimenta soledad no realice *Phubbing*; sin embargo, el FoMO hace que los individuos tiendan desconectarse de lo presencial para recurrir a un espacio virtual en donde aparentemente se sienten más seguros a interactuar, quizá por la amplitud de oportunidades que ofrece el ciberespacio o tal vez porque en la distancia es más sencillo manejar experiencias de rechazo.

La soledad no determina el *Phubbing* directamente, pero esta relación es estadísticamente significativa a través del FoMO, pues este desencadena un conflicto entre la persona y la relación con otros, pues ello parte de la idea que puedan estar haciendo cosas más interesantes en las que se está siendo excluido. Esto reforzaría la idea del FoMO como un mecanismo regulatorio desarrollado para intentar subsanar la frustración de las necesidades psicológicas básicas (Przybylski et al., 2013). En este sentido, la frustración de las necesidades psicológicas de autonomía y relación serían las más afectadas, lo que llevaría al desarrollo de conductas no autodeterminadas, estableciéndose un patrón relacional en el que se parte de la expectativa de aprobación externa. Además, la persona no reconocería en su vida, relaciones cercanas, lo que la llevaría a buscar en el ciberespacio una alternativa de solución, aun cuando esta sea perjudicial a largo plazo (Ryan & Deci, 2000; Ryan et al., 2006).

4.1. Limitaciones

Es necesario destacar que los hallazgos presentados deben tener en cuenta las principales limitaciones del estudio relacionadas sobre todo con el tipo de muestreo utilizado, ya que al ser no probabilístico los resultados solo son interpretables para la muestra de estudio. Aun así, estos resultados permiten arrojar ciertas interpretaciones del objeto de investigación y plantear

futuras líneas de estudio. Sería conveniente realizar esta investigación con una muestra más grande y no solo de un mismo país, sino ampliar el estudio a diferentes países latinoamericanos para analizar los resultados desde una perspectiva comparada.

4.2. Conclusiones

La evidencia empírica recolectada en la presente investigación permite concluir que la soledad se relaciona positiva y significativamente con el *Phubbing* a través del FoMO. En este sentido, el FoMO podría funcionar como un mecanismo autorregulatorio para satisfacer las necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relación. De este modo, la soledad tiene efectos directos sobre el *Phubbing* cuando está presente el miedo a perderse algo. Esto puede deberse a que cuando se experimentan sentimientos de soledad se trata de encontrar en el *smartphone* las relaciones significativas que no se encuentran en la vida cotidiana en la interacción directa con los demás.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen intereses en conflicto.

Contribución de los autores

JCR: Búsqueda bibliográfica; redacción; análisis de datos; revisión. MG: Búsqueda bibliográfica; redacción; revisión. AJH: Búsqueda bibliográfica; redacción; revisión

5. Referencias

- Adès, J., & Lejoyeux, M. (1994). Addictive behavior in the elderly. *Revue Du Praticien*, 44(11), 1439–1442.
- AERA, APA, & NCME. (2019). *Estándares para Pruebas Educativas y Psicológicas*. In Estándares para Pruebas Educativas y Psicológicas. <https://doi.org/10.2307/j.ctvr43hg2>
- Akat, M., Arslan, C., & Hamarta, E. (2022). Dark Triad Personality and Phubbing: The Mediator Role of FoMO. *Psychological Reports*, 126(4), 1803–1821. <https://doi.org/10.1177/00332941221109119>
- Aldas, J., & Uriel, E. (2017). *Análisis multivariante aplicado con R* (2a ed). Paraninfo.
- Arrivillaga, C., Hallauer, C. J., Montag, C., & Elhai, J. D. (2023). Emotion dysregulation factors associated with problematic smartphone use severity: The mediating role of fear of missing out. *Addictive Behaviors*, 143, 107708. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2023.107708>
- Ato-García, M., & Vallejo-Seco, G. (2015). *Diseños de investigación en psicología*. Pirámide

- Blanca, M. J., & Bendayan, R. (2018). Spanish version of the phubbing scale: Internet addiction, facebook intrusion, and fear of missing out as correlates. *Psicothema*, 30(4), 449–454. <https://doi.org/10.7334/psicothema2018.153>
- Brown, G. T. L. (2023). Principles and assumptions of psychometric measurement. *Revista Digital de Investigación En Docencia Universitaria*, 17(2), e1834. <https://doi.org/10.19083/ridu.2023.1834>
- Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155–159. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.112.1.155>
- Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo, M., & Cambillo-Moyano, E. (2022). Psychometric Properties of the Phubbing Scale: Bifactor Model and Factorial Invariance in Peruvian University Students. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 22(2), 227–243. <https://doi.org/10.21134/haaj.v22i2.691>
- Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo, M., & Del Rosario-Gontaruk, S. (2020). Psychometric properties of the Fear of Missing out Scale (FoMOs) in Peruvian university students. *Aloma*, 38(2), 113–120. <https://doi.org/10.51698/ALOMA.2020.38.2.113-120>
- Correa-Rojas, J., Grimaldo-Muchotrigo, M., & Espinoza, E. M. (2022). FoMO, Adicción a Facebook y Soledad como Determinantes del Phubbing en Universitarios Limeños. *Psykhē*, 31(2), 1–11. <https://doi.org/10.7764/psykhe.2020.22579>
- Correa-Rojas, J., Rojas-Quispe, M., & Del Rosario-Gontaruk, S. (2023). FoMO, Facebook addiction and loneliness as determinants of online vulnerability among Peruvian university students. *Aloma*, 41(1), 95–102. <https://doi.org/10.51698/aloma.2023.41.1.95-102>
- de Jong Gierveld, J., & van Tilburg, T. G. (2023). Understanding social isolation and loneliness (H. S. Friedman & C. H. B. T.-E. of M. H. (Third E. Markey (eds.); pp. 554–560). Academic Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-323-91497-0.00143-0>
- de Jong-Gierveld, J. (1987). Developing and testing a model of loneliness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(1), 119–128. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.53.1.119>
- Dursun, M. T., Argan, M., Tokay Argan, M., & Dinç, H. (2023). Sensation seeking and conspicuous consumption in event-based activities: the mediation role of fear of missing out (FoMO). *International Journal of Event and Festival Management*, (ahead-of-print). <https://doi.org/10.1108/IJEFM-02-2023-0020>
- Elhai, J. D., Rozgonjuk, D., Liu, T., & Yang, H. (2020). Fear of missing out predicts repeated measurements of greater negative affect using experience sampling methodology. *Journal of Affective Disorders*, 262, 298–303. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.026>

- Ergün, N., Özkan, Z., & Griffiths, M. D. (2023). Social Media Addiction and Poor Mental Health: Examining the Mediating Roles of Internet Addiction and Phubbing. *Psychological Reports*, 0(0). <https://doi.org/10.1177/00332941231166609>
- Erol, O., & Cirak, N. S. (2019). Exploring the loneliness and internet addiction level of college students based on demographic variables. *Contemporary Educational Technology*, 10(2), 156–172. <https://doi.org/10.30935/cet.554488>
- Farrell, A. H., Vitoroulis, I., Eriksson, M., & Vaillancourt, T. (2023). Loneliness and Well-Being in Children and Adolescents during the COVID-19 Pandemic: A Systematic Review. *Children*, 10(2), 1–31. <https://doi.org/10.3390/children10020279>
- García, M. A., Lerma, M., Pérez, M. G., Medina, K. S., Rodríguez-Crespo, A., & Cooper, T. V. (2023). Psychosocial and personality trait associates of phubbing and being phubbed in hispanic emerging adult college students. *Current Psychology*, 0123456789. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04767-y>
- González-Rivera, J., Segura-Abreu, L., & Urbistondo-Rodríguez, V. (2018). Phubbing en las Relaciones Románticas: Uso del Celular, Satisfacción en la Pareja, Bienestar Psicológico y Salud Mental. *Interacciones: Revista de Avances En Psicología*, 4(2), 143–151. <https://doi.org/10.24016/2018.v4n2.117>
- Grimaldo, M. P., Correa, J. D., Jara, D., Cirilo, I. B., & Aguirre, M. T. (2020). Psychometric properties of the olson and barnes quality of life scale in lima students. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 20(2), 145–156. <https://doi.org/10.21134/haaj.v20i2.545>
- Huang, T., Liu, Y., Tan, T. C., Wang, D., Zheng, K., & Liu, W. (2023). Mobile phone dependency and sleep quality in college students during COVID-19 outbreak: the mediating role of bedtime procrastination and fear of missing out. *BMC public health*, 23(1), 1200. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16061-4>
- IKEA (2018). *¿Estamos hiperconectados?* <https://shorturl.at/jDIO3>
- Ivanova, A., Gorbaniuk, O., Blachnio, A., Przepiorka, A., Mraka, N., Polishchuk, V., Gorbaniuk, J. (2023). Mobile Phone Addiction, Phubbing, and Depression Among Men and Women: A Moderated Mediation Analysis. *Psychiatric Quarterly*, 91(3), 655-668. <https://doi.org/10.1007/s11126-020-09723-8>
- Jones, W. H., & Carver, M. D. (1991). Adjustment and coping implications of loneliness. In *Handbook of social and clinical psychology: The health perspective*. (pp. 395–415). Pergamon Press.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Şahin, B. M., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural

- equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Leroy, A., Lai, V., Tsay-Jones, A., Fagundes, C. (2023). Social Personality Psych - 2023 - LeRoy - Fear of missing out and depressive symptoms during the COVID-19 pandemic.pdf. *Social and Personality Psychology Compass*, 17(2), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/spc3.12828>
- Li, C., Wang, M., Li, Y., & Xu, Y. (2023). Daily loneliness and social media use: The role of fear of missing out. *PsyCh Journal*, 12(3), 467–469. <https://doi.org/10.1002/pchj.649>
- Lim, M. (2018). Australian loneliness report: a survey exploring the loneliness levels of Australians and the impact on their health and wellbeing. Australian Psychological Society and Swinburne University. <https://psychweek.org.au/2018-archive/loneliness-study/>
- Loades, M. E., Chatburn, E., Higson-Sweeney, N., Reynolds, S., Shafran, R., Brigden, A., Linney, C., McManus, M. N., Borwick, C., & Crawley, E. (2020). Rapid Systematic Review: The Impact of Social Isolation and Loneliness on the Mental Health of Children and Adolescents in the Context of COVID-19. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 59(11), 1218-1239.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2020.05.009>
- Llibre-Rodríguez, J., Noriega-Fernández, L., Guerra-Hernández, M. A., Zayas-Llerena, T., Llibre-Guerra, J. C., Alfonso-Chomat, R. C., & Gutiérrez-Herrera, R. (2021). Soledad y su asociación con depresión, ansiedad y trastornos del sueño en personas mayores cubanas durante la pandemia por COVID-19. *Anales de la Academia de Ciencias de Cuba*, 11(3), e1005.
- Mao, J., Fu, G., & Huang, J. (2021). The double-edged sword effects of active social media use on loneliness : The roles of interpersonal satisfaction and fear of missing out.
- Matthes, J., Stevic, A., Koban, K., Thomas, M., Forrai, M., & Karsay, K. (2023). Fear of Missing Out, Reflective Smartphone Disengagement, and Loneliness in Late Adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 26(10), 731-738. <https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0014>
- Martela, F. (2020). Self-determination theory. *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences, Models and Theories*, 369–373. <https://doi.org/10.1002/9781119547143.ch61>
- Montero-López, L., & Sánchez-Sosa, J. J. (2001). La soledad como fenómeno psicológico: un análisis conceptual. *Salud Mental*, 24(1), 19–27. <https://www.redalyc.org/pdf/582/58212404.pdf>
- Oberst, U., Wegmann, E., Stodt, B., Brand, M., & Chamarro, A. (2017). Negative consequences from heavy social networking in adolescents: The mediating role of fear of missing out. *Journal of Adolescence*, 55, 51–60. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.12.008>

- Pedrero-Pérez, E., Haro-León, A., Sevilla-Martínez, J., Díaz, E. (2023). La soledad: asociación con la salud mental en un estudio poblacional. *Behavioral Psychology*, 31(3). 463-478. <https://doi.org/10.51668/bp.8323302s>
- Plenau, L., & Perlman, D. (1982). *Loneliness A sourcebook of current theory, research and therapy*.
- Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Fear of Missing Out Scale: FoMOs. *Computers in Human Behavior*, 29, 1814–1848. <https://doi.org/10.1037/t23568-000>
- Rippé, C. B., Smith, B., & Gala, P. (2023). A psychological examination of attachment insecurity, loneliness, and fear of missing out as drivers of retail patronage among emerging adults. *International Journal of Consumer Studies*, 47(5), 1838–1852. <https://doi.org/10.1111/ijcs.12958>
- Roberts, J. A., & Meredith, D. (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, 134–141. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Rodríguez, J. D. J. L., Llerena, T. Z., Guerra, J. C. L., & Chomat, R. C. A. (2021). Loneliness and its connection with depression, anxiety, and sleep disorder. *Academia de Ciencias de Cuba*, 37(11), 1–8. <http://revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/1005/1237>
- Rodríguez-Berrio, A., Beloki Marañón, U., Mosteiro Pascual, A. y Sobremonte de Mendicuti, E. (2022). Soledats juvenils, atenció integrada i estratègies d'abordatge: anàlisi del cas de Gran Bretanya. *Revista d'Intervenció Socioeducativa*, 80(1). 37-57. <https://doi.org/10.34810/educacioSocialn80id392911>
- Rossel, Y. (2012). lavaan: An R Package for Structural Equation Modeling. *Journal of Statistical Software*, 48(2), 1–36. <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-Determination Theory: Basic Psychological Needs in Motivation, Development, and Wellness*. Guilford Press.
- Ryan, R. M., Rigby, C. S., & Przybylski, A. (2006). The Motivational Pull of Video Games: A Self-Determination Theory Approach. <https://doi.org/10.1007/s11031-006-9051-8>
- Salas-Blas, E., Vieira Ipinche, C. M., & Manzanares, E. L. (2022). Adicción a las redes sociales y soledad en estudiantes universitarios limeños. *Informació Psicològica*, 2(123), 2–14. <https://doi.org/10.14635/ipsic.1926>

- Salvo G, Lilian, & Castro S, Andrea. (2013). Soledad, impulsividad, consumo de alcohol y su relación con suicidalidad en adolescentes. *Revista médica de Chile*, 141(4), 428-434. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872013000400002>
- Statista (2024). Frecuencia de utilización de las redes sociales en Perú en 2023. <https://shorturl.at/gAJNR>
- Stover, J., Bruno, F., Uriel, F., & Fernández, M. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines*. 2(14), 105–1015. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=483555396010>
- van Beljouw, I. M. J., van Exel, E., de Jong Gierveld, J., Comijs, H. C., Heerings, M., Stek, M. L., & van Marwijk, H. W. J. (2014). “Being all alone makes me sad”: loneliness in older adults with depressive symptoms. *International Psychogeriatrics*, 26(9), 1541–1551. <https://doi.org/10.1017/S1041610214000581>
- Varchetta, M., Frascchetti, A., Mari, E., & Giannini, A. M. (2020). Social Media Addiction, Fear of Missing Out (FoMO) and Online Vulnerability in university students. *Revista Digital De Investigación en Docencia Universitaria*, 14(1). e1187. <https://doi.org/10.19083/ridu.2020.1187>
- Ventura León, J., & Caycho Rodríguez, T. (2017). Validez y fiabilidad de la escala de soledad de Jong Gierveld en jóvenes y adultos peruanos. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 9(1), 2. <https://doi.org/10.5872/psiencia/9.1.41>
- Yin, Y., Cai, X., Ouyang, M., Li, S., Li, X., & Wang, P. (2023). FoMO and the brain: Loneliness and problematic social networking site use mediate the association between the topology of the resting-state EEG brain network and fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 141, 107624. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107624>