PH PRO HOMINUM
REVISTA DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

Artículo original

Consumo tecnológico y precarización del vínculo amoroso en jóvenes universitarios/as

Technological Consumption and Romantic Bond Precarization in University Students

https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0517

Andrea Velásquez Muñoz[1*]
https://orcid.org/0000-0002-2200-3419
andrea.velasquez@ulagos.cl

Recibido: 25/04/2026 **Aceptado:** 16/07/2026

RESUMEN

El consumo tecnológico ha transformado las formas de socialización, intimidad y construcción de vínculos amorosos en jóvenes universitarios/as, configurando nuevas modalidades de presencia, comunicación, validación y espera. Este ensayo aborda la fragilización del vínculo amoroso juvenil desde una perspectiva teórico-crítica, con el propósito de analizar cómo la cultura digital puede incidir en la regulación emocional, la tolerancia a la frustración, la gestión del conflicto y la proyección de relaciones estables. La reflexión se basa en una revisión narrativa de aportes provenientes de la sociología, la psicología, los estudios sobre cultura digital y antecedentes recientes del contexto chileno. Se articulan categorías como comensalismo, soledad conectada, amor líquido, mercado afectivo, phubbing, ghosting y micro-ansiedad digital. El análisis permite proponer que la pantalla opera no solo como mediación comunicativa, sino también como dispositivo cultural que reconfigura la intimidad, favoreciendo vínculos marcados por inmediatez, vigilancia, comparación social, evitación del conflicto y precariedad afectiva. Se plantea una hipótesis interpretativa que vincula estas transformaciones con los proyectos de vida, la formación de pareja y la intención reproductiva en jóvenes universitarios/as. El ensayo ofrece una contribución teórica para comprender los desafíos afectivos contemporáneos y destaca la necesidad de fortalecer procesos de alfabetización relacional, educación afectiva y reflexión crítica sobre cultura digital en la educación superior.

Palabras Clave: tecnología digital; relaciones interpersonales; estudiantes; vínculos afectivos; fecundidad

1. [1]Universidad de Los Lagos-Chile.
∗ Autor de correspondencia: andrea.velasquez@ulagos.cl

ABSTRACT

Technological consumption has transformed the ways in which university students experience socialization, intimacy, and romantic bonds, shaping new forms of presence, communication, validation, and waiting. This essay addresses the fragilization of young romantic bonds from a theoretical-critical perspective, aiming to analyze how digital culture may influence emotional regulation, tolerance for frustration, conflict management, and the projection of stable relationships. The reflection is based on a narrative review of contributions from sociology, psychology, digital culture studies, and recent evidence from the Chilean context. It articulates categories such as commensality, connected solitude, liquid love, affective markets, phubbing, ghosting, and digital micro-anxiety. The analysis suggests that screens operate not only as communicative mediations, but also as cultural devices that reconfigure intimacy, promoting bonds marked by immediacy, surveillance, social comparison, conflict avoidance, and affective precariousness. The essay proposes an interpretive hypothesis linking these transformations to life projects, couple formation, and reproductive intention among university students. It offers a theoretical contribution to understanding contemporary affective challenges and highlights the need to strengthen relational literacy, affective education, and critical reflection on digital culture in higher education.

Keywords: digital technology; interpersonal relations; students; affective bonds; fertility

INTRODUCCIÓN

El malestar relacional que hoy se observa en diversos espacios universitarios, expresado en dificultades para sostener conversaciones cara a cara, ansiedad frente al silencio, fragilidad ante el conflicto, intolerancia a la espera y dependencia de la validación inmediata, puede comprenderse como parte de una transformación más amplia de los procesos de socialización afectiva en la modernidad tardía. Dicha transformación se encuentra marcada por la expansión del consumo tecnológico, la hiperconectividad y la progresiva sustitución de ritos cotidianos de encuentro por interacciones mediadas por pantallas (Han, 2020; Turkle, 2011, 2015).

La universidad recibe a jóvenes que han crecido en un ecosistema comunicacional distinto al de generaciones anteriores. El teléfono inteligente no opera solo como herramienta de comunicación, sino también como extensión del ocio, del reconocimiento social, de la pertenencia grupal, de la regulación del malestar y de la experiencia amorosa. Esta constatación no supone asumir una postura tecnofóbica, sino interrogar qué tipo de subjetividad afectiva se configura cuando la conexión es permanente, la presencia puede ser intermitente y la validación se cuantifica en señales digitales (U.S. Surgeon General, 2023).

Este ensayo plantea, como hipótesis interpretativa, que el consumo tecnológico intensivo podría participar en la precarización del vínculo amoroso en jóvenes universitarios/as, no porque la tecnología determine mecánicamente sus relaciones, sino porque forma parte de condiciones subjetivas, comunicacionales y afectivas que tensionan la capacidad de sostener vínculos estables, tolerar la espera, tramitar el conflicto y proyectar un futuro compartido. Esta tesis dialoga con la noción de amor líquido de Bauman (2003), la crítica de Illouz (2007, 2012) al mercado afectivo contemporáneo, los planteamientos de Turkle (2011, 2015) sobre la soledad conectada, la reflexión de Han (2020) sobre la

desaparición de los ritos y el aporte de Fischler (2011) sobre el comensalismo como práctica social de pertenencia.

En este texto, la precarización del vínculo amoroso se entiende como una condición de fragilidad afectiva caracterizada por reversibilidad del compromiso, ansiedad relacional, vigilancia digital, baja tolerancia a la espera y dificultad para tramitar conflictos o proyectar relaciones estables. No designa una pérdida absoluta del deseo de amar, sino una forma de vinculación atravesada por incertidumbre, disponibilidad técnica permanente y menor sostén simbólico para imaginar un futuro compartido.

Desde el punto de vista procedimental, el texto corresponde a un ensayo teórico-crítico de carácter documental y reflexivo, basado en una revisión narrativa y análisis crítico de literatura proveniente de la sociología, la psicología, los estudios sobre cultura digital y antecedentes recientes del contexto chileno. No se trata de una investigación empírica ni pretende establecer relaciones causales directas; su propósito es proponer una hipótesis interpretativa que articula consumo tecnológico, precarización del vínculo amoroso, proyectos de vida e intención reproductiva en jóvenes universitarios/as. La revisión narrativa se organizó mediante una búsqueda intencionada de literatura teórica y empírica relacionada con cultura digital, vínculos afectivos, bienestar juvenil, relaciones interpersonales, intención reproductiva y contexto chileno reciente, seleccionando fuentes por pertinencia temática, actualidad, relevancia conceptual e idoneidad para sustentar una reflexión teórico-crítica interdisciplinaria.

En el caso chileno, esta reflexión adquiere especial relevancia ante la caída sostenida de la fecundidad y la postergación de la maternidad y la paternidad. La decisión de tener hijos/as requiere imaginar un proyecto de vida compartido, confiar en la estabilidad de los vínculos, aceptar incertidumbre y sostener compromisos de largo plazo. Por ello, explorar la relación entre consumo tecnológico, fragilidad vincular e intención reproductiva permite ampliar la comprensión de un problema demográfico, psicosocial, cultural, afectivo y generacional (Centro de Estudios Públicos [CEP], 2026a; Instituto Nacional de Estadísticas [INE], 2026).

MARCO TEÓRICO

Cultura digital, comensalismo y regulación emocional

Uno de los espacios más afectados por la expansión de la cultura digital es la mesa familiar. Históricamente, el almuerzo o la cena compartida constituyeron un rito central de socialización humana. Fischler (2011) conceptualiza el comensalismo como la práctica de comer juntos alrededor de una misma mesa, no solo como acto alimentario, sino como experiencia social productora de pertenencia, identidad y comunidad. En torno a la comida compartida, niñas, niños y adolescentes aprendían turnos de habla, escucha, espera, lectura gestual, silencios, reciprocidad y tolerancia a la frustración.

En muchos hogares contemporáneos, sin embargo, la mesa se ha fragmentado. Se come a deshora, frente al televisor, en la pieza o con una mano en la comida y la otra haciendo scroll. La pantalla puede acompañar la comida, desplazar la conversación, neutralizar el silencio y evitar la incomodidad del encuentro. Esta transformación no debe atribuirse únicamente a niños, niñas o jóvenes: los adultos también se encuentran capturados por jornadas laborales extensas, cansancio emocional y exigencias de disponibilidad permanente. El dispositivo aparece como solución práctica, pero su uso reiterado podría debilitar aprendizajes fundamentales para la vida afectiva posterior: espera, escucha, frustración, reciprocidad y presencia.

Desde edades tempranas, el celular o la tablet también pueden operar como reguladores externos del malestar infantil. El dispositivo se entrega para que el niño coma, permanezca quieto, no llore o calme una pataleta. En apariencia, la pantalla resuelve el problema inmediato; sin embargo, puede desplazar procesos esenciales de autorregulación emocional. Estudios recientes han descrito asociaciones entre el uso frecuente de dispositivos móviles para calmar a niños/as y mayores dificultades de reactividad emocional, funciones ejecutivas o control esforzado (Konok et al., 2024; Radesky et al., 2023).

La función del dispositivo como "chupete electrónico" no debe leerse como falla parental individual, sino como parte de un ecosistema social marcado por sobrecarga laboral, cansancio, falta de apoyo comunitario y una industria tecnológica diseñada para capturar atención. Aun así, cuando toda incomodidad es rápidamente cancelada por estímulos digitales, la espera podría eliminarse más que aprenderse, el malestar interrumpirse más que simbolizarse y el silencio rellenarse más que habitarse. Este aprendizaje podría trasladarse luego a la adolescencia, la vida universitaria y las relaciones de pareja, especialmente cuando el vínculo exige pausa, negociación, conflicto y vulnerabilidad (Turkle, 2011, 2015).

Hiperconectividad, ansiedad digital y fragilidad vincular

La paradoja central de la cultura digital contemporánea es que los sujetos pueden estar permanentemente conectados y, al mismo tiempo, afectivamente solos. Teléfonos inteligentes, redes sociales, plataformas de streaming y mensajería instantánea generan una sensación de disponibilidad constante, pero esa cercanía técnica no garantiza presencia, escucha ni reconocimiento emocional. El U.S. Surgeon General (2023) advierte que las redes sociales pueden ofrecer conexión y apoyo, pero también exponer a jóvenes a comparación social, alteraciones del sueño, presión por responder de inmediato y afectación del bienestar.

Esta forma de soledad conectada remite a una experiencia en la que el sujeto permanece enlazado a dispositivos y redes, pero carece de vínculos suficientemente estables, disponibles y encarnados. Ver al otro en línea, reaccionar a sus historias o leer sus mensajes intensifica la expectativa de reciprocidad, aunque no asegure una respuesta profunda ni un lazo sostenido. Así, la hiperconexión puede producir una vulnerabilidad específica: estar continuamente expuesto a señales del otro sin poder confirmar su disponibilidad afectiva (Turkle, 2011, 2015).

En el espacio universitario, la comunicación digital intensiva también tiende a diluir la diferencia entre registros comunicativos. En una misma interfaz conviven el mensaje familiar, el chat de pareja, el meme, el grupo de curso y el correo institucional. Esta horizontalidad borra jerarquías, contextos, temporalidades y roles, y favorece una socialización comunicativa regida por la lógica del chat: inmediatez, abreviación, impulsividad y escasa conciencia del destinatario. Algunas expresiones de hiperinformalidad académica no siempre constituyen falta deliberada de respeto, sino efectos de este entorno comunicativo.

La misma lógica atraviesa las relaciones amorosas. La pareja ya no se vive solo en el encuentro corporal, sino también en la administración continua de señales digitales: hora de conexión, tiempo de respuesta, reacciones, historias vistas,

publicaciones, seguidores, likes y comentarios. El doble check azul, el retraso en la respuesta o la visualización sin contestación pueden operar como microeventos afectivos que activan inseguridad y rumiación. La plataforma multiplica la información, pero no necesariamente reduce la incertidumbre; con frecuencia, la intensifica.

Fenómenos como el phubbing, el ghosting y el bloqueo digital expresan este ecosistema relacional. El phubbing introduce la pantalla como un tercero dentro de la interacción cara a cara: el otro está físicamente presente, pero atencionalmente ausente. La evidencia meta-analítica sobre partner phubbing muestra asociaciones con menor satisfacción relacional, menor calidad de la relación y peor bienestar emocional, aunque la mayoría de los estudios disponibles son transversales y no permiten inferencias causales fuertes (Ni et al., 2025). El ghosting, por su parte, permite terminar un vínculo sin sostener la mirada ni ofrecer cierre, desplazando la conversación por el silencio, el bloqueo o la desaparición (Navarro et al., 2020).

Amor líquido, mercado afectivo y precarización del vínculo

Bauman (2003) describió el amor líquido como una forma de vínculo propia de sociedades atravesadas por la incertidumbre, la flexibilidad y el temor al compromiso duradero. En ese marco, las relaciones afectivas tienden a volverse reversibles y a someterse a una lógica de obsolescencia. Illouz (2007, 2012) profundiza esta lectura al mostrar cómo el capitalismo emocional y la cultura de consumo reconfiguran la experiencia amorosa mediante la comparación constante, la disponibilidad permanente y la evaluación rápida.

Las aplicaciones de citas y las redes sociales no solo amplían las oportunidades de encuentro, sino que también introducen una arquitectura de elección basada en perfiles, imágenes, métricas y descarte. La lógica del swipe se instala como sensibilidad cultural: elegir rápido, descartar rápido, evitar la incomodidad y mantener alternativas abiertas. No desaparece necesariamente el deseo de amar; lo que se vuelve más difícil es sostener la exclusividad, la espera, la negociación y el conflicto. La abundancia de opciones produce, paradójicamente, más inseguridad que libertad.

A diferencia del ideal romántico moderno, que prometía permanencia, profundidad y destino compartido, el amor de plataforma tiende a organizarse desde la optimización: compatibilidad, respuesta rápida, validación recíproca y baja fricción. Sin embargo, el amor real implica desacuerdo, rutina, cansancio, límites, cuidado, dependencia mutua y reparación. Cuando estas dimensiones aparecen, el vínculo puede ser interpretado como fallido, aburrido o reemplazable. En este sentido, la precarización del vínculo no significa que los jóvenes amen menos, sino que el deseo de conexión se despliega en condiciones relacionales frágiles, ansiosas y reversibles.

La evidencia internacional y latinoamericana ha mostrado asociaciones entre uso problemático de redes sociales, FoMO, comparación social, soledad, ansiedad, síntomas depresivos, alteraciones del sueño y dificultades de interacción interpersonal. Estas relaciones no deben ser interpretadas de manera causal

simplista, pero permiten sostener que la tecnología digital forma parte del ecosistema contemporáneo de bienestar y malestar juvenil (Przybylski et al., 2013; Servidio et al., 2024; U.S. Surgeon General, 2023). En jóvenes universitarios/as, etapa de construcción de autonomía, identidad, pareja y proyecto de vida, esta mediación resulta especialmente relevante.

Contexto chileno: proyectos de vida e intención reproductiva

En Chile, esta discusión adquiere especial relevancia ante la profundización de la crisis demográfica. Las cifras provisionales del Instituto Nacional de Estadísticas muestran que los nacimientos disminuyeron 46,9% entre 1993 y 2025, mientras que la tasa global de fecundidad cayó 59,4% en el mismo período, alcanzando por primera vez un valor inferior a un hijo por mujer: 0,99 nacidos vivos promedio por mujer en 2025 (INE, 2026).

La Encuesta CEP N.º 96 complejiza la interpretación de estos datos. El problema no parece reducirse a que las personas simplemente no quieran tener hijos/as. El boletín señala que las personas declaran que idealmente tendrían más hijos/as de los que efectivamente tienen: 2,4 en promedio frente a 1,7. La brecha es especialmente marcada entre jóvenes de 18 a 29 años: 77% no tiene hijos/as, pero solo 14% declara que no querría tenerlos. Esto sugiere un fenómeno de postergación, más que una renuncia absoluta a la maternidad o paternidad (CEP, 2026a, 2026b).

La baja fecundidad juvenil no puede explicarse solo como rechazo a la familia ni únicamente como efecto de restricciones económicas. Los datos del CEP indican que las razones para tener menos hijos/as que los ideales se relacionan con costos económicos y desarrollo personal, especialmente entre jóvenes y mujeres, para quienes la maternidad o paternidad se vincula con trayectorias académicas, proyectos profesionales, planes de vida e incertidumbre futura (CEP, 2026a). La XI Encuesta Nacional de Juventudes también aporta un marco relevante al mostrar trayectorias juveniles más prolongadas, heterogéneas y atravesadas por exigencias de autonomía, salud mental, formación de pareja y proyección familiar (Instituto Nacional de la Juventud [INJUV], 2025).

En este escenario, el vínculo amoroso se vuelve una pieza central del análisis. Para tener hijos/as no basta el deseo abstracto de maternidad o paternidad; se requiere imaginar un proyecto compartido, sostener una relación relativamente estable, confiar en el otro y negociar tiempos, cuidados, recursos y expectativas. Si las relaciones afectivas se perciben más frágiles, ansiosas o reversibles, la intención reproductiva podría verse tensionada. Por ello, la caída de la natalidad podría analizarse también desde dimensiones subjetivas y relacionales: miedo al compromiso, precariedad emocional, ansiedad digital, incertidumbre laboral, sobrecarga de género y debilitamiento de la confianza interpersonal.

La perspectiva de género es indispensable. Las mujeres jóvenes no enfrentan la maternidad en las mismas condiciones que los hombres enfrentan la paternidad. La decisión de tener hijos/as se encuentra atravesada por expectativas sociales diferenciadas, desigual distribución del cuidado, penalización laboral, exigencias corporales y discursos sobre la “buena madre” (Illouz, 2007, 2012). Las redes sociales pueden intensificar estas contradicciones al mostrar modelos idealizados de maternidad, belleza, productividad y vida familiar, junto con relatos de agotamiento, violencia obstétrica, sobrecarga mental o renuncias personales. La postergación reproductiva puede interpretarse, en muchos casos, como una estrategia de protección ante condiciones materiales, afectivas y relacionales insuficientes.

Implicancias para la educación superior

La universidad no puede limitarse a la formación de competencias disciplinares. También debe asumir que las transformaciones familiares, tecnológicas y afectivas inciden de manera directa en la convivencia, la salud mental, la comunicación y los proyectos de vida de los jóvenes universitarios/as. Cuando las y los jóvenes presentan dificultades para sostener la espera, regular la frustración, distinguir registros comunicativos o tramitar conflictos, ello no debería interpretarse solo como un déficit individual, sino como la expresión de un proceso cultural más amplio.

En este contexto, la educación superior enfrenta el desafío de contribuir a la alfabetización relacional. Esto supone generar espacios donde las y los jóvenes puedan reflexionar críticamente sobre el uso de tecnologías, la comunicación digital, los límites, la intimidad, el consentimiento, la ansiedad relacional, la gestión del conflicto, la corresponsabilidad afectiva y la construcción de proyectos de vida. No se trata de moralizar el uso de pantallas, sino de recuperar una pregunta central por la calidad de los vínculos en una época de hiperconexión.

La alfabetización relacional también tiene implicancias para la salud sexual y reproductiva. Abordar la intención reproductiva no puede reducirse a entregar información sobre fertilidad, anticoncepción o riesgos biomédicos; exige abrir conversaciones sobre pareja, deseo, miedo, cuidado, condiciones materiales, género y bienestar psicológico. La decisión de tener o no tener hijos/as se configura mucho antes del momento reproductivo concreto: se va formando en experiencias tempranas de cuidado, en la calidad de los vínculos, en la confianza interpersonal, en la percepción del futuro y en la posibilidad de imaginar una vida compartida.

CONCLUSIONES

Este ensayo planteó que el consumo tecnológico podría vincularse con los procesos de fragilización del vínculo amoroso juvenil al configurar modos de comunicación, regulación emocional y presencia mediados por inmediatez, comparación, vigilancia y evitación del conflicto. Esta hipótesis no implica atribuir a la tecnología un efecto causal directo, sino comprenderla como parte de un ecosistema cultural más amplio que transforma las condiciones de la intimidad.

La pantalla líquida permite sostener vínculos, acceder a información y construir comunidades, pero también puede operar como sustituto de la conversación, la espera y la presencia. En jóvenes universitarios/as, estas transformaciones podrían asociarse con formas de vinculación más frágiles, ansiosas o reversibles, con posibles implicancias sobre proyectos de vida, formación de pareja e intención reproductiva.

En Chile, donde la fecundidad ha alcanzado mínimos históricos y persiste una brecha entre hijos/as ideales y efectivos, resulta necesario ampliar el marco interpretativo más allá de la economía. La baja fecundidad debe analizarse junto con desigualdades de género, salud mental, cultura digital, confianza interpersonal y calidad de los vínculos.

En este sentido, el manuscrito aporta a la educación superior al subrayar la necesidad de promover alfabetización relacional, educación afectiva y reflexión

crítica sobre el uso de tecnologías digitales en la vida universitaria, como parte de una formación integral orientada al cuidado, la convivencia y la construcción de futuros compartidos.

REFERENCIAS

Bauman, Z. (2003). *Liquid love: On the frailty of human bonds*. Polity Press.

Centro de Estudios Públicos. (2026a). *Boletín Encuesta CEP N.º 96*. https://www.cepchile.cl/boletin-encuesta-cep-n-96/

Centro de Estudios Públicos. (2026b). *Encuesta CEP N.º 96, abril-mayo 2026*. https://www.cepchile.cl/encuesta/encuesta-cep-n-96-abril-mayo-2026/

Fischler, C. (2011). Commensality, society and culture. *Social Science Information, 50*(3-4), 528-548. https://doi.org/10.1177/0539018411413963

Han, B.-C. (2020). *La desaparición de los rituales*. Herder Editorial.

Illouz, E. (2007). *Cold intimacies: The making of emotional capitalism*. Polity Press.

Illouz, E. (2012). *Why love hurts: A sociological explanation*. Polity Press.

Instituto Nacional de Estadísticas. (2026, 27 de mayo). *Estadísticas vitales: cifras provisionales 2025 confirman que los nacimientos en Chile disminuyeron un 46,9% en 32 años*. https://www.ine.gob.cl/sala-de-prensa/prensa/general/noticia/2026/05/27/estad%C3%ADsticas-vitales-cifras-provisionales-2025-confirman-que-los-nacimientos-en-chile-disminuyeron-un-46-9-en-32-a%C3%B1os

Instituto Nacional de la Juventud. (2025). *XI Encuesta Nacional de Juventudes*. INJUV. https://www.injuv.gob.cl/

Konok, V., Gigler, D., Bereczky, B. M., & Miklósi, Á. (2024). Cure for tantrums? Longitudinal associations between parental digital emotion regulation and children's self-regulatory skills. *Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry, 3*, 1276154. https://doi.org/10.3389/frcha.2024.1276154

Navarro, R., Larrañaga, E., Yubero, S., & Víllora, B. (2020). Ghosting and breadcrumbing: Prevalence and associations with online dating behavior among young adults. *Escritos de Psicología, 13*(2), 45-59. https://doi.org/10.24310/espsiescpsi.v13i2.9960

Ni, N., Wang, C., & Liu, X. (2025). A meta-analytic study of partner phubbing and its antecedents and consequences. *Frontiers in Psychology, 16*, 1561159. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1561159

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 29*(4), 1841-1848. https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014

Radesky, J. S., Kaciroti, N., Weeks, H. M., Schaller, A., & Miller, A. L. (2023). Mobile device use for calming and emotional reactivity and executive functioning in children aged 3 to 5 years. *JAMA Pediatrics, 177*(1), 62-70. https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.4793

Servidio, R., Soraci, P., Griffiths, M. D., Boca, S., & Demetrovics, Z. (2024). Fear of missing out and problematic social media use: A serial mediation model of social comparison and self-esteem. *Addictive Behaviors Reports, 19*, 100536. https://doi.org/10.1016/j.abrep.2024.100536

Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. Basic Books.

Turkle, S. (2015). *Reclaiming conversation: The power of talk in a digital age*. Penguin Press.

U.S. Department of Health and Human Services. (2023). *Social media and youth mental health: The U.S. Surgeon General's Advisory*. https://www.hhs.gov/surgeongeneral/priorities/youth-mental-health/social-media/index.html