



Aislamiento existencial y uso de aplicaciones de citas: un estudio desde la psicología humanista existencial en jóvenes de 25 a 30 años de San Isidro

Alumno: Durañona, Adolfo Fermín

ID: 178308

Facultad: Humanidades

Carrera: Licenciatura en Psicología

Tutora: Florencia Gregorio

Firma del alumno:

A handwritten signature in black ink, consisting of a series of overlapping loops and lines, representing the name Adolfo Fermín Durañona.

Índice

Introducción.....	3
Presentación del tema.....	3
Planteamiento del problema.....	4
Pregunta De Investigación.....	4
Justificación de la temática.....	4
Relevancia de la temática.....	5
Objetivos.....	5
Objetivo general.....	5
Objetivos específicos.....	6
Antecedentes.....	6
Estado del arte.....	8
Marco teórico.....	10
1. Filosofía existencial.....	10
2. Psicoterapia existencial.....	12
3. Logoterapia.....	13
4. Aplicaciones de apps de citas y sus modalidades de uso.....	15
4.1 Arquitectura de plataformas de citas.....	15
4.2 . Patrones conductuales y temporales de uso.....	15
4.3 Dimensiones motivacionales y relacionales.....	16
Desarrollo Metodológico.....	16
Hipótesis.....	16
Tipo de investigación.....	16
Población, muestra y Unidad de Análisis.....	16
Instrumentos.....	17
Procedimiento.....	17
Consideraciones Éticas.....	18
Resultados.....	19
1. Análisis cuantitativo.....	19
Datos demográficos.....	19
Manifestaciones de la preocupación por el aislamiento existencial.....	20
Modalidades de uso de las aplicaciones de citas, considerando las motivaciones, frecuencias y tipos de vínculos buscados.....	23
Relación entre la vivencia subjetiva del aislamiento existencial y las modalidades de uso de las aplicaciones de citas.....	25
Función que adquiere el uso de estas aplicaciones frente a la angustia derivada del aislamiento existencial.....	27
2. Análisis cuantitativo.....	28
a) ¿Cómo se expresa la preocupación por el aislamiento en estos jóvenes?.....	28
b) ¿Cómo usan las aplicaciones estos jóvenes?.....	29
c) ¿Qué lugar ocupan estas aplicaciones frente a la preocupación por la soledad?.	31

d) ¿Qué logran los jóvenes con las aplicaciones?.....	32
Alcances y limitaciones	34
Discusión	35
Conclusión	39
Referencias Bibliográficas	41
Anexo 1	44
Consentimiento informado.....	44
Anexo 2	45
Cuestionario Ad hoc.....	45

Introducción

Presentación del tema

Estar vivos implica atravesar situaciones desafiantes. Existen cuestiones relativas a la existencia misma que generan angustia, entendida como el "conflicto que emana del enfrentamiento del individuo con los supuestos básicos de la existencia" (Yalom, 1984/1980, p. 19). Desde este punto de partida, se entiende que todos los seres humanos comparten estos supuestos básicos y desarrollan diferentes maneras de lidiar con ese conflicto, con esas "preocupaciones últimas", como bien anticipa el título de esta investigación. Frente a dichos conflictos, existirían "mecanismos de defensa específicos" cuya función sería "defender al individuo frente a cada uno de los temores existenciales" (Yalom, 1984/1980, p. 19).

En el mundo actual, las aplicaciones de citas "han transformado las formas tradicionales de socialización y promovido nuevas maneras de conocer y relacionarse con posibles parejas románticas y/o sexuales" (Castro & Barrada, 2020, p. 1). Sin embargo, existe también una cara más controversial de estas aplicaciones, en tanto contribuirían a una modalidad vincular nueva con diversos efectos posibles sobre el modo en que las personas se relacionan, tanto digital como presencialmente. Retomando los conceptos de Bauman (2003), es posible pensar que una de las consecuencias de estas aplicaciones sería la actual "fragilidad de los vínculos humanos", que contribuiría a una fragmentación creciente de los lazos sociales.

Frente a esta problemática creciente, cabe pensar que existe un modo particular de utilizar tecnologías presentadas como herramientas de conectividad que, sin embargo, podrían estar contribuyendo a un mayor aislamiento. Investigaciones recientes evidencian un incremento de la soledad subjetiva en adultos jóvenes, incluso en contextos de alta conectividad digital: un informe de Gallup y Meta (2023) halló que entre el 25% y el 27% de los jóvenes de entre 15 y 29 años se sienten muy o bastante solos, dato que, si bien corresponde a un rango etario más amplio que el de esta investigación, resulta un antecedente relevante para pensar la problemática en adultos jóvenes en general. Este tipo de datos respalda la idea de que las aplicaciones de citas, si bien fueron introducidas como una herramienta de vinculación, podrían estar siendo utilizadas también como una defensa frente a un conflicto existencial. Este conflicto, que dichas aplicaciones pretendían atenuar, parecería incluso haberse visto acentuado: otro estudio, referido a la población adolescente, encontró que las redes sociales tendrían un impacto directo en el aislamiento social (Espino García, Ruiz Recéndiz, Lozano Zúñiga & Leyva Ruiz, 2025), lo cual constituye un antecedente relevante, aunque referido a otra franja etaria, sobre la relación entre tecnología y aislamiento.

Planteamiento del problema

En la creciente era digital han surgido nuevas aplicaciones que proponen modalidades vinculares inéditas, que alteran la manera en que los individuos se relacionan y generan una nueva configuración de lo social (Rodríguez & Aragón, 2022). Las aplicaciones de citas, en particular, funcionan como un espacio de interacción virtual que permite reproducir prácticas de vinculación y generar potenciales vínculos. Estas aplicaciones ofrecen la sensación de una amplia disponibilidad de personas a la hora de conocer a alguien nuevo (Vaquero, 2022), y se ha señalado que "modifican los escenarios de interacción y priorizan la superficie virtual por sobre la copresencial" (Linne & Fernández López, 2019, p. 103), lo cual permite preguntarse cuán reales resultan estos vínculos múltiples que parecen construirse bajo la lógica del match. De esta pregunta se desprende, a su vez, el interrogante de si no habría algo de otro orden no vinculado directamente con la búsqueda de citas en sí que circularía en la motivación subjetiva de quienes utilizan estas aplicaciones.

Las motivaciones de quienes utilizan estas aplicaciones son variadas y suelen presentarse combinadas entre sí (Balbín Gómez, 2024). Sin embargo, esta investigación se propuso explorar específicamente aquellas cuestiones más profundas que subyacen a las motivaciones más manifiestas o superficiales de sus usuarios. Se indagó, en particular, la relación entre la multiplicidad de personas disponibles en el entorno virtual, el uso recurrente de las aplicaciones, y un posible modo particular de lidiar con el vacío o la angustia (Yalom, 1984/1980) que emergen frente a alguna de las preocupaciones últimas descritas por este autor: la libertad, la muerte, la carencia de sentido y el aislamiento existencial. Específicamente, esta investigación se centró en el aislamiento existencial, a fin de otorgar mayor claridad y foco a la exploración. Por ello, se buscó explorar si dicho uso responde, al menos en parte, a una motivación no explicitada por los propios usuarios.

Pregunta De Investigación

¿Qué relación existe entre la preocupación por el aislamiento existencial (vivenciada, entre otras formas, como miedo a la soledad) y el uso recurrente de aplicaciones de citas en jóvenes de 25 a 30 años de San Isidro?

Justificación de la temática

Esta investigación se justifica, en primer término, por una vacancia identificada en la bibliografía revisada. Si bien existen numerosos estudios sobre las aplicaciones de citas desde la sociología (Bauman, 2003, 2005; Illouz, 2019), la comunicación (Linne & Fernández López, 2019) y la psicología social del comportamiento adictivo (Fernández del Río et al., 2019; Timmermans & De Caluwé, 2017), es escasa la producción que aborde este fenómeno desde una perspectiva humanista existencial, centrada en la experiencia subjetiva del sujeto frente a las preocupaciones

aislamiento existencial. Por lo que este trabajo busca contribuir a cubrir parcialmente esa vacancia.

Por otro lado, consideramos que, el recorte poblacional elegido (franja de 25 a 30 años en San Isidro) es interesante ya que no fue encontrada literatura que enmarque este tipo de rango etario. Siendo dicha etapa un momento del ciclo vital marcado por transiciones propias de la adultez joven (independencia, consolidación laboral, presión social por la conformación de pareja). Asimismo, busca comprender el uso de aplicaciones de citas no solo como una conducta a describir, sino como una posible estrategia de afrontamiento frente a una angustia existencial de fondo, puede resultar de utilidad para profesionales de la salud mental que trabajan con adultos jóvenes.

Relevancia de la temática

La relevancia del estudio surge de una paradoja que atraviesa a la sociedad contemporánea: el auge de tecnologías que prometen mayor conectividad coincide, según diversos antecedentes citados en esta tesina (Gallup y Meta, 2023; Espino García et al., 2025), con un incremento de la soledad subjetiva entre los jóvenes. Comprender qué lugar ocupan estas aplicaciones en la experiencia subjetiva de sus usuarios contribuye a una lectura más matizada de esta paradoja, evitando tanto la estigmatización de la tecnología como su aceptación sin cuestionamientos. Desde el punto de vista clínico, consideramos que resulta relevante para profesionales de la salud mental que trabajan con población joven adulta contar con marcos de comprensión que permitan pensar el uso de aplicaciones de citas no únicamente como una conducta a modificar o como un síntoma aislado, sino como una posible estrategia de afrontamiento frente a angustias existenciales de fondo, lo cual puede orientar intervenciones que apunten a trabajar dicha angustia de manera más directa.

Por otro lado, esta investigación propone un puente entre un marco teórico clásico y un fenómeno actual, entendiendo que las preocupaciones últimas no dejan de manifestarse por el hecho de que las personas dispongan de nuevas tecnologías para relacionarse, sino que podrían encontrar en ellas nuevas formas de expresión, o de evitación.

Objetivos

Objetivo general

Analizar la incidencia de la preocupación por el aislamiento existencial en las dinámicas y motivaciones de uso de aplicaciones de citas en jóvenes de 25 a 30 años de San Isidro.

Objetivos específicos

- Caracterizar las manifestaciones de la preocupación por el aislamiento existencial en jóvenes de 25 a 30 años.
- Describir las modalidades de uso de las aplicaciones de citas, considerando las motivaciones, frecuencias y tipos de vínculos buscados.
- Identificar la relación entre la vivencia subjetiva del aislamiento existencial y las modalidades de uso de las aplicaciones de citas.
- Comprender la función que adquiere el uso de estas aplicaciones frente a la angustia derivados del aislamiento existencial.

Antecedentes

La cuestión relativa a la soledad en los seres humanos ha sido siempre de gran relevancia, y más se ha empezado a cuestionar a medida que esta parecía estar desapareciendo a causa de la globalización y la constante interacción digital. Es evidente que la búsqueda de vínculos significativos no es algo actual, sino que ha estado presente a lo largo de la historia (Baumeister & Leary, 1995). Esto contribuye a pensar que es condición humana la de buscar a otros con quien compartir la vida. “Las personas en general se resisten fuertemente a la disolución de las relaciones y los vínculos sociales” (Baumeister & Leary, 1995, p. 503). Es así que se evidencia esta necesidad y apego que se produce a la pertenencia con los demás, que eso deje de estar es incluso amenazante para nuestra salud. “Más generalmente, la felicidad en la vida está fuertemente correlacionada con tener algunas relaciones personales cercanas” (Baumeister & Leary, 1995, p. 506). Si esos vínculos afectivos dejan de estar, algo de esa felicidad producida por ellos se pierde, poniendo en riesgo un factor protector de las personas. Respaldando lo dicho, la tesis de Cacioppo, Cacioppo y Boomsma (2013) describe que la soledad tiene una función evolutiva similar al hambre o al dolor: actuar como una señal que impulsa a restaurar conexiones sociales cuando éstas son insuficientes. Incluso hay estudios que afirman que “la soledad evolucionó para promover y proteger conexiones sociales beneficiosas para la salud” (Cacioppo & Cacioppo, 2018), por lo que es posible decir que, como cualquier emoción, es una señal que nos mueve a una conducta. Con esa comprensión del sentimiento de soledad es que se pensará la utilización de aplicaciones de ‘citas’ en el afán de conectarse con otros, de modo virtual, a modo de tapar un vacío existencial.

Por otro lado, siempre ha sido relevante también el modo en el que las personas se vinculaban con sus parejas sexuales, y los rituales de conquista. La transformación de los rituales de emparejamiento ha sido un objeto de estudio recurrente en las ciencias sociales. Históricamente, el acto sexual implicaba un periodo prolongado de interacciones presenciales orientadas a consolidar metas, estatus y valores compartidos antes de formalizar un compromiso (Glenn & Marquardt, 2001). Lo cual requiere de espera, y una posibilidad de lidiar con la frustración. Sin embargo, hacia finales

del siglo XX y principios del XXI, la irrupción de la modernidad tardía alteró drásticamente estas lógicas. Autores como Beck y Beck-Gersheim (1998), a través de su Teoría de la Individualización de los Vínculos Íntimos, postularon que los ciclos relacionales modernos comenzaron a caracterizarse por un constante comenzar, disolver y reiniciar la búsqueda afectiva. Esto trae a la mesa la cuestión de la búsqueda de placer inmediato que produce una gratificación constante que no da lugar ni espacio a la frustración (Timmermans & De Caluwé, 2017). Además, introduce la situación actual también desarrollada de que los vínculos humanos no están siendo tan sólidos como antes.

Esta fragilidad estructural fue conceptualizada por Zygmunt Bauman (2005) en su Teoría de la Fragilización de los Vínculos Íntimos, introduciendo la noción de relaciones "de bolsillo". En estas configuraciones pre-digitales, los miembros ya limitaban deliberadamente su nivel de compromiso como un mecanismo de defensa para protegerse de afecciones displacenteras como el rechazo o el abandono (Lasén, 2014). Con la llegada de los primeros smartphones, el imperativo sociocultural se volcó definitivamente al consumo de cuerpos. Bauman (2005) hace la comparación entre el modo de relación que tienen las personas con el mercado y el modo de vinculación entre las personas, para fundamentar su teoría y evidenciar cómo ambas siguen una misma línea. Poniendo así en una misma línea a las personas con los productos que ofrece el mercado. Esto es lo que puede pensarse en relación a las aplicaciones de citas y el *swipe* como un mercado en el que mirar productos a consumir. (Illouz, 2019). Investigaciones de 2014 comenzaron a advertir que el uso de aplicaciones de citas introducía la falsa expectativa de una disponibilidad ilimitada de alteridades (Timmermans, & De Caluwé, 2017). Al priorizarse la cantidad de interacciones sobre el esfuerzo invertido en el conocimiento mutuo, operaba una devaluación adaptativa de la pareja, percibiéndola como un objeto fácilmente reemplazable (Aziz, 2019). Esto contribuye a la idea de que no se tolera la frustración que puede producir un encuentro con un otro que es diferente y con quien se requiere un tiempo para poder establecer un vínculo más sólido.

Asimismo, los modelos teóricos clásicos de la psicología de la comunicación empezaron a mostrar desajustes al ser aplicados al entorno virtual. La Teoría de la Penetración Social de Altman y Taylor, junto con los modelos de desarrollo relacional de Knapp, postulaban que la construcción de la intimidad requería una progresión gradual basada en la autorrevelación recíproca (Timmermans & De Caluwé, 2017), es decir, tiempo y dedicación. No obstante, los estudios empíricos de la década pasada sugieren un bloqueo estructural en las plataformas de citas: los usuarios raramente conseguían trascender hacia etapas de intensificación vincular profunda debido a la naturaleza efímera del medio (Timmermans & De Caluwé, 2017). Esto demostraría que las aplicaciones no contribuyen necesariamente al encuentro de una pareja ya sea estable o sexual porque no se produce ni siquiera ese primer intercambio de encuentro real.

Por esto que se está empezando a mencionar, en los últimos años, como es de esperarse, debido a que es un fenómeno en auge y de alta accesibilidad, ha habido mucha investigación de distinta índole en relación a las aplicaciones de "citas". No solo se ha investigado sobre el impacto de

estas en los aspectos psicológicos de las personas, sino también sobre las motivaciones de uso y el impacto social y cultural que estas tienen en las prácticas y vínculos.

Las aplicaciones de citas parecieran haber venido a ser una herramienta para las personas que no encontraban una pareja en los ámbitos de presencialidad que habitaban. Si bien, por ejemplo, Tinder “está inicialmente diseñada como una aplicación de citas” (Timmermans & De Caluwé, 2017), es claro que ha tomado otros rumbos en su uso. Aunque es visible que “las aplicaciones móviles de citas se han convertido en un medio popular para conocer posibles parejas” (Tyson, Perta, Haddadi, & Seto, 2016, p. 1), es notable que se han diversificado las motivaciones e intereses de los usuarios a la hora de crearse perfiles en estas aplicaciones.

Para ser más específicos en un territorio cercano a la muestra, hemos de exponer una investigación llevada a cabo en General Pueyrredón, un partido de la Provincia de Buenos Aires. Dicha investigación ha puesto en orden los sueños y temores que presentaban los jóvenes usuarios de aplicaciones de “citas” de este lugar, poniendo de manifiesto la influencia de los valores sociales y prácticas culturales en la motivación de uso de los usuarios de las aplicaciones. El sueño más frecuentemente mencionado era el de “formar una familia”, y uno de los temores más mencionados era el miedo a la soledad. A su vez, los sujetos de investigación mencionan múltiples cuestiones relativas a lo laboral y el éxito. (Gentile, 2019) Esto contribuye con una búsqueda de dar luz a la relación existente con la preocupación por el aislamiento existencial como motivación de uso de este tipo de aplicaciones, ya que los sujetos de investigación explicitan el mismo miedo que se pretende encontrar en la muestra.

A su vez, el uso de estas aplicaciones ha modificado ciertos significados y valores, y se han convertido en espacios de socialización (Fernández-Fernández, Calvo-González, Rodríguez-Pérez, Rodríguez-Menéndez, 2018). Esta creación de nuevos sentidos coexiste con el peso de las nociones interiorizadas de los jóvenes sobre el amor y lo afectivo y los mandatos tradicionales (Palumbo, 2018). De esta manera, es visible que el uso de las aplicaciones pasó de ser “para conocer posibles parejas” a “un espacio de socialización” (Fernández-Fernández, Calvo-González, Rodríguez-Pérez, Rodríguez-Menéndez, 2018) más general, aparentemente.

Estado del arte

También, en México se realizó un estudio para comprender los motivos de uso de Tinder (una de las aplicaciones de “citas” más usadas), se encontraron un total de doce categorías en relación a los motivos de uso de los usuarios (Arreola Rodríguez & Sánchez Aragón, 2022). Entre ellos, están los que la descargan cuando están aburridos, otros para buscar relaciones sexuales casuales, o para buscar compatibilidad, etc. Esta diversificación de categorías puede dar a pensar en si no hay ciertas

búsquedas más profundas (en relación a los existenciales) que están siendo manifestadas en estas expresiones o búsquedas superfluas/ cotidianas. Sin embargo, es notable que todas esas motivaciones aluden de alguna manera a un modo de evitar el aislamiento, como bien se mencionó anteriormente.

Además, se ha investigado que estas motivaciones tienen que ver con necesidades particulares de los usuarios, y que estas influyen en el momento de que se lleva a cabo un encuentro presencial con aquel usuario del otro lado de la pantalla (Balbín Gómez, 2024). Esta misma investigación encuentra que las personas que más recurren a la sociabilización a través de estas plataformas suelen ser quienes tienen una percepción negativa de sí mismos (autoconcepto).

Por otro lado, un estudio realizado por Bonilla-Zorita, Griffiths & Kuss (2023) ha encontrado que una alta implicancia en las aplicaciones de 'citas' tiene consecuencias negativas en el estado de ánimo, e incluso puede generar sensación de *craving* que es la sensación de un adicto al desear consumir la sustancia de la que depende. Esto muestra que las aplicaciones también pueden tener un efecto negativo y que promueve conductas que terminan en un aislamiento aún mayor del que se buscaba salir. De hecho, otro estudio realizado en 2024 por Thomas, Binder, y Matthes, que buscaba analizar si el feedback de los *matches* reduce la soledad ha demostrado que recibir más *matches* dentro de la aplicación no produce reducciones significativas en la soledad. Esto invita a pensar también en la profundidad que implica el sentimiento de soledad, que no puede ser tapado por cuestiones superficiales, sino que requiere de conexiones reales y profundas para que alcancen a satisfacer la necesidad profunda de pertenecer, para no sufrir la soledad.

Bajo la lógica de las adicciones y la búsqueda de placer inmediato es que puede sumarse el hecho de que las personas estén menos dispuestas a tolerar cierta frustración que implica el conocer a alguien de modo presencial y tener que tolerar las diferencias que surjan en ese momento, sin poder escapar o *ghostear* (término que refiere a la repentina ausencia de respuestas por chat con una persona que se venía conversando). Esto resulta en que "la inestabilidad y el cambio de relaciones comprometidas a largo plazo a relaciones donde prime el disfrute y el placer sexual exclusivo puede impedir que estas personas aprendan a construir y mantener una relación valiosa y satisfactoria con los demás" (Fernández Del Río, Ramos-Villagrasa, Castro & Barrada, 2019).

De hecho, diversas investigaciones cuantitativas demuestran que actualmente entre el 65% y el 80% de los jóvenes mantienen o han mantenido vínculos basados exclusivamente en el sexo casual o en encuentros esporádicos (Fernández Del Río, Ramos-Villagrasa, Castro, & Barrada, 2019). En esta nueva modalidad vincular, el diseño tecnológico de las plataformas digitales ha normalizado lógicas de interacción que alteran profundamente los procesos de subjetivación y salud mental. García Pérez (2024) señalan que comportamientos altamente problemáticos en la presencialidad, como ignorar o cortar abruptamente el contacto sin dar explicaciones (*ghosting*), que han pasado a ser modos aceptables de comunicación (o ausencia de esta) en las plataformas. Este

diseño algorítmico busca mitigar el costo emocional inmediato del rechazo, pero a expensas de erosionar la responsabilidad afectiva y la empatía, produciendo el aislamiento del que esta investigación refiere.

Resultantemente, la imposibilidad de profundizar en los vínculos digitales ha generado un fenómeno contemporáneo de saturación. Una describe cómo la gestión simultánea de múltiples interacciones superficiales produce una intensa frustración y un agotamiento psicológico crónico. Esto ha forzado a los usuarios actuales a implementar periodos recurrentes de abstinencia o "descansos de las apps" (*dating app fatigue*) como un mecanismo de autocuidado frente al malestar (Holtzhausen, Fitzgerald, Thakur, Ashley, Rolfe & Pit, S. W. (2020). Lejos de resolver la necesidad de pertenencia, las aplicaciones actúan bajo un paradigma estrictamente comercial de mercantilización de la persona, transformando al prójimo en un producto de consumo que en poco tiempo se vuelve obsoleto (Hobbs, Owen & Gerber, 2017). Es por esto que el uso recurrente de estas interfaces, en lugar de lograr una elaboración de la angustia o un evitamiento exitoso, tiende a consolidar climas de desconfianza intrínseca, paranoia relacional y una profunda vulnerabilidad emocional (Hobbs, Owen, & Gerber, 2017), que predispone a más sentimientos de vacío o soledad.

Este proyecto propone recolectar esta información para servirse de ella y comprender que hay múltiples factores que han sido encontrados a la hora de investigar en la motivación de uso de estas aplicaciones, y el efecto que han tenido en las prácticas sociales. Se enfocará en lo que pueden representar más profundamente esos factores, y cómo pueden aparecer otros que no han sido contemplados. Con estos criterios y datos en mente, se investigará en la población elegida, poniendo en juego estas variables que evidentemente han sido influyentes en previas investigaciones, pero que quizás han pasado por alto, como el peso de los valores y la relación más profunda que existe en ese uso particular de las aplicaciones de "citas" con las cuatro preocupaciones existenciales, más específicamente, la preocupación del aislamiento.

El propósito no es darle una connotación negativa a la soledad, sino traer a la conciencia la importancia de estar conectados de manera profunda y real entre las personas, y que hay las aplicaciones de citas han servido para intentar tapar algo de una vivencia dolorosa del aislamiento, que no es lo mismo que simplemente estar solo.

Marco teórico

1. Filosofía existencial

La **filosofía existencialista** supone que los humanos nacen sin un propósito predeterminado, sino que deben crearlo durante su vida a través de las decisiones que van tomando. "El hombre empieza por existir, se encuentra, surge en el mundo, y que después se define... el

hombre no es otra cosa que lo que él se hace.” (Sartre, 1946, p 31). Esto justifica su tesis central de que “la existencia precede a la esencia”, ya que alude a que no hay esencia que pueda ser construida sin una existencia a la cual los humanos son arrojados previamente. Además, esto se complementa con el término Heideggeriano del “Dasein” o “ser-en-el-mundo” (1927) que propone que justamente el individuo se encuentra inserto en el mundo de un modo concreto en un momento determinado, y es desde ese “ahí” que este se interroga y actúa, construyendo su ser. Esto justifica que nadie viene al mundo ni nadie es solo en el mundo, por lo que se entiende que es desde el contexto también que la persona va a entender su identidad y construir sus deseos.

Es claro, desde un punto de vista existencialista, que no hay una naturaleza humana, ni una esencia, como plantea Sartre en “El existencialismo es un humanismo” en el año 1946, como se mencionó anteriormente. Sin embargo, es esta misma mirada existencial la que nos otorga la idea de que el hombre “es responsable de todos los hombres” (Sartre, 1946, p. 33), ya que en su actuar, responde por toda la humanidad, ya que es parte de una construcción de dicha esencia, que solo existe a posteriori de la existencia humana misma. A esto es que él denomina “subjetivismo” en el sentido propio del existencialismo. Es de este modo que en esta investigación se comprende a las personas como parte de una humanidad que es compartida por ser construida por cada uno, como lo presentado por Sartre, y en interacción con los demás, como aporta Heidegger.

En el seminario dictado por Jean-Paul Sartre en el 1945 citado anteriormente, él define varios conceptos que colaboran a este modo de entender la existencia humana. Es en este seminario que él plantea que la angustia es la “ausencia total de justificación al mismo tiempo que la responsabilidad con respecto a todos.” Esta noción de angustia provee la óptica de que, no solo el ser humano está íntimamente relacionado con los demás por compartir su condición humana con los demás, sino también, simultáneamente, que la responsabilidad de haber elegido, la carga solo, y eso es fuente de angustia. Es esta elección la que comienza por definir al hombre, y la que por ende produce un compromiso con su vida y la del resto de los hombres. Es por eso que el existencialismo no es una filosofía del quietismo, sino de la acción, que exige un compromiso ante esa realidad abrumadora de ser dueños del destino, propio y colectivo. Podría decirse que “no es pesimista, sino activista” (Frankl, 1946, p. 142). en palabras de Victor Frankl.

Siguiendo con conceptos de esta filosofía, la libertad es condición del ser, y por ende está presente en cada momento, y en cada decisión. “Nuestra libertad no es algo que pueda ser dejado de lado: ser es ser libres en situación” (Sartre, 1946, p. 38). Esto implica que momento a momento, no solo existe la posibilidad de cambio, sino también que momento a momento hay una elección que tiene que ser reafirmada o modificada, lo cual presenta nuevamente la cuestión de la angustia por la libertad que implica responder por uno y por todos los hombres. De aquí la asociación existencialista de que “el hombre es angustia” (Sartre, 1946, p. 13), porque el hombre es libre, pero eso lo lleva a comprometerse, y eso a elegir por él y los demás. Es evidente que no todos los hombres parecieran estar angustiados permanentemente, pero es Sartre mismo quien dice que muchos “ enmascaran

su propia angustia, que huyen de ella” (Sartre, 1946, p. 13). Y eso es algo que se trasladará a la perspectiva con la que se pensarán a los sujetos de esta investigación.

2. Psicoterapia existencial

La **psicoterapia existencial** es un modelo psicoterapéutico que toma principios de la filosofía existencial para entender al consultante de un modo particular para abordarlo en la clínica. Esta corriente considera que el sufrimiento humano no puede comprenderse únicamente en términos clínicos, biológicos o adaptativos, sino que surge del enfrentamiento inevitable con las condiciones básicas de la existencia, siendo estas las categorías de *muerte, libertad, aislamiento existencial y falta de sentido*. Estas son las que Yalom llamará “preocupaciones últimas” (1980) que son las que en definitiva producen angustia cuando las personas toman conciencia de estas, causando la sensación de angustia existencial, o en casos extremos de sinsentido, aparece el término “vacío existencial” traído por Frankl, otro autor de esta corriente, en 1946.

Para definirlo en palabras propias de Yalom, en su libro *Psicoterapia existencial* (1980), el autor define la psicoterapia existencial como “un enfoque dinámico que se concentra en las preocupaciones enraizadas en la existencia del individuo” (p. 15). El autor propone que, a diferencia de los conflictos freudianos de “instintos duales que se oponen entre sí”, y que “chocan con las exigencias del mundo real” (Yalom, 1980, p. 18), en la psicoterapia existencial, se comprende que el conflicto “emana del enfrentamiento del individuo con supuestos básicos de la existencia... preocupaciones esenciales... propiedades intrínsecas que ineludiblemente forman parte de la existencia del ser humano en el mundo” (Yalom, 1980, p. 19). Estas preocupaciones esenciales son cuatro: “la muerte, la libertad, el aislamiento y la carencia de un sentido vital” (Yalom, 1980, p. 18).

Además, el autor plantea que en el ser humano “la angustia surge del miedo a la muerte, del aislamiento, de la carencia de base y de sentido vital” (Yalom, 1980, p. 21), lo que lo llevará a querer defenderse de esta angustia. Este es el modelo que servirá de brújula en el presente proyecto para comprender por qué las aplicaciones de citas pueden ser un modo de frenar esa conciencia de la preocupación, por ende, una manifestación de un mecanismo de defensa en la definición existencial. Los “mecanismos de defensa específicos... cumplen la función específica de defender al individuo frente a cada uno de los temores existenciales primarios” (Yalom, 1980, p. 21).

Para mayor especificidad, se mencionará que el Yalom propone, en una primera instancia, “tres tipos diferentes de aislamiento: interpersonal, intrapersonal y existencial” (Yalom, 1980, p. 425). Aunque afirma de los primeros dos que “ambos se encuentran muy relacionados con el existencial” (Yalom, 1980, p. 427) y que “se viven como si se tratara del mismo sentimiento” (Yalom, 1980, p. 427). El aislamiento interpersonal es aquel que “generalmente se experimenta como soledad, se refiere al aislamiento de otros individuos” (Yalom, 1980, p. 425), e intrapersonal es aquel en el que “la persona se separa de algunas partes de sí misma... cada vez que uno suprime los propios

sentimientos o deseos ... cada vez que uno acepta los deberes o mandatos como si fueran los propios deseos” (Yalom, 1980, p. 426). Es con esta afirmación que se puede decir también que hay algo de la no integración con uno mismo que produce la misma angustia que se menciona al hablar de la angustia existencial, ya que seguir mandatos impuestos, que no resuenen con deseos propios, puede producir un encuentro con el aislamiento existencial.

En relación a lo presentado anteriormente, es interesante para la presente investigación, el hecho de que por “impedimentos de la función interpersonal, el individuo cae en aislamiento existencial” (Yalom, 1980, p. 436). Es por eso que en relación a la hipótesis planteada, se respalda con este autor la idea de que “el miedo al aislamiento existencial es la fuerza motriz que actúa detrás de muchas de las relaciones interpersonales” (Yalom, 1980, p. 436). Por esto, es posible que las aplicaciones de citas sean un lugar en el que se vuelca esa fuerza, contemplando las posibilidades de vinculación, que como plantea Bauman (2003) , “la esfera comercial lo abarca todo, como las relaciones” (Bauman, 2003).

3. Logoterapia

Por otro lado, la **logoterapia** es un puente muy claro entre la filosofía existencialista y el humanismo que Sartre defiende en su seminario citado al comienzo de esta sección, como parte del existencialismo mismo. Una de las premisas fundamentales de esta corriente implica que la búsqueda por parte del hombre del sentido de su vida constituye una fuerza primaria... de sus impulsos instintivos” (Frankl, 1946, p. 121).

Viktor Frankl, autor de esta corriente en psicoterapia, propone conceptos que serán de gran utilidad para esta investigación. Entre ellos está la idea de que “el hombre no se limita a existir, sino que decide cómo será su existencia, en qué se convertirá en el minuto siguiente” (Frankl, 1946, p. 150). Si bien, estamos arrojados a la existencia, como dice Heidegger, eso no lo es todo. No estamos allí simplemente como seres pasivos frente a esta, y resolvemos a medida que el existir nos atraviesa. Frankl presenta al hombre como un agente activo en la construcción de su propia vida, y en el descubrimiento del sentido de esta. Está claro cuando él escribe que “al hombre no se lo reclama, como predicán muchos filósofos existencialistas, que soporte lo absurdo de la vida, al contrario, se le pide que asuma racionalmente su capacidad para captar la sensatez incondicional de la vida” (Frankl, 1946, p. 140).

Por otro lado, la logoterapia tiene en sus conceptos principales, otros que refuerzan la idea de que estamos de algún modo íntimamente relacionados entre nosotros como humanidad, y no solo relacionados, sino que convocados a estar juntos. Esto enfatiza aún más la afirmación de que el aislamiento existencial es fuente de angustia ya que pone en riesgo algo fundamental de la experiencia humana. Es el caso de la “característica esencial del hombre ... "autotranscendencia de la existencia": ser hombre implica dirigirse hacia algo o alguien distinto de uno mismo” (Frankl, 1946, p.

133). Y es en ese proceso que uno “perfecciona sus capacidades” (Frankl, 1946, p. 133). Por ende, las afirmaciones de Sartre se vuelcan aquí de un modo más concreto y hasta con una profundización más profunda de la cuestión, en la que no solo elegimos por los demás, sino también, esa elección involucra a los demás y los hace parte de la existencia conjunta. Además, Frankl agrega esta cuestión de la autotranscendencia como algo esencial en el ser humano, más allá de las preocupaciones esenciales planteadas por Yalom, que él respalda.

Además, Frankl propone que la “la libertad es la cara negativa de cualquier fenómeno humano, cuya cara positiva es la responsabilidad” (Frankl, 1946, p. 151). No hay una sin la otra en su tesis, y es esta cara positiva la que nos pone en marcha frente a la búsqueda del sentido en los acontecimientos de la vida. Responsabilidad es la habilidad de responder ante esos desafíos que la vida trae, y el cómo responder es justamente lo que el hombre tiene la libertad de elegir. Frankl va a plantear tres caminos para el descubrimiento del sentido en su libro *Psicoanálisis y existencialismo: De la psicoterapia a la logoterapia* (1944), los llamados valores (de creación, actitud, y experiencia). El hombre es libre de elegir optar por estos caminos para descubrir sentido hasta en la adversidad, para no convertir su dolor en sufrimiento, o bien puede virar hacia la voluntad de poder o placer por ejemplo, como caminos alternativos que pueden llevar, según Frankl (1944), al vacío existencial. En este libro mencionado anteriormente, Frankl justamente propone que el vacío aparece cuando falta el sentido, y es causa y consecuencia de caminos que no conducen al sentido, y por ende al sufrimiento. Nuevamente, se puede afirmar que la libertad es una condición del ser humano que está presente “en cada instante” (Frankl, 1946, p. 141) y es por eso que se reafirma que es “el hombre se define a sí mismo” (Frankl, 1946, p. 150).

Por último, para complementar con lo humanístico existencial, si bien será la referencia principal, se usará la palabra soledad para hacer referencia al sentimiento que Yalom menciona como posible resultado del aislamiento existencial. Para eso, se utilizará la definición de soledad de Eric Fromm que entiende que la soledad está ligado en la razón del humano a la idea de “su «separatividad» , de su desvalidez frente a las fuerzas de la naturaleza y de la sociedad” (Fromm, 1956, p. 10). Aquí es visible como hay una noción negativa de la soledad, ya que es la que parece dejar a las personas indefensas ante los demás, o ante la existencia misma, y pareciera complementarse a la tesis de que es fuente de angustia, como menciona Yalom, ya que Fromm luego describe la soledad como una “existencia separada y desunida una insoportable prisión” (Fromm, 1956, p. 10). “Eric Fromm postulaba que el aislamiento es la fuente primaria de angustia” (Yalom, 1980, p. 430), y es Otto Rank quien destaca la importancia del “trauma de nacimiento” (Rank, 1924) que justifica que “este dilema es el conflicto universal del ser humano”(Yalom, 1980, p. 435), ya que “el precio a pagar por la separación y el crecimiento es el aislamiento” (Yalom, 1980, p. 435). Además, en favor de esta investigación, Fromm plantea que “en el amor se encuentra... un remedio para la soledad” (Fromm, 1956, p. 85). No solo aquí confirmamos más aún la necesidad de vincularnos con los demás, sino también del modo particular en el que estos vínculos deben darse para que sean satisfactorios. No todas las modalidades de vínculos son igualmente satisfactorias.

4. Aplicaciones de apps de citas y sus modalidades de uso.

4.1 Arquitectura de plataformas de citas

Según Elsa Kugelberg (2025), las aplicaciones de citas se han convertido en “unas de las principales vías para conocer potenciales parejas” (Kugelberg, 2025, p. 1761). Esto implica, en consecuencia, un nuevo escenario de interacción social, con nuevas reglas, estructuras y modalidades de interacción social. La autora propone que estas aplicaciones ejercen poder sobre los usuarios a través de su diseño, produciendo así estas nuevas formas de interacción (Kugelberg, 2025, p. 1762).

Una modalidad de interacción particular de estas aplicaciones se experimenta por medio de la arquitectura de coincidencia o “*match architecture*” (Kugelberg, 2025, p. 1767). que propone. Estructura donde la interacción directa sólo es posible tras la manifestación explícita y simultánea de interés mutuo. Esto protege de alguna manera al usuario de no tener que tener interacción con personas por las que no tiene interés (Kugelberg, 2025). Esto es reforzado por los “filtros (de) preferencia” (Kugelberg, 2025, p. 1768) que facilita a los usuarios encontrar potenciales parejas “relevantes” e ignorar a los usuarios “irrelevantes”. Esto produce un refuerzo de un encuentro únicamente con quien el usuario considera a la altura de sus estándares. No solo se genera esto a nivel subjetivo, sino que el algoritmo aprende con la interacción de los usuarios, qué perfiles son considerados menos atractivos y en consecuencia “esto otorga a estos usuarios menos *matches*” (Kugelberg, 2025, p. 1770). Estas estructuras producen una refuerzo de categorías discriminatorias y jerarquías sociales, que pasan a convertirse en reglas del juego dentro del funcionamiento algorítmico.

Otra diferencia con la interacción planteada en otras redes sociales donde se comparten publicaciones más “públicas” es que “el usuario no puede ver con quienes interactúan los demás usuarios, ni puede saber quienes son sus amigos o familiares” (Kugelberg, 2025, p. 1767), a diferencia de espacios públicos presenciales. Por eso , es que las aplicaciones generan de alguna manera un círculo más cerrado y privado donde el usuario navega libremente.

4.2 . Patrones conductuales y temporales de uso

Para mencionar la manera que tienen las personas de utilizar las aplicaciones, se utilizará una investigación de Marina F. Thomas del 2025. Aquí se demuestra que la mayor parte del tiempo los usuarios lo pasan haciendo *swipe* a los perfiles. Ella menciona que “con el aumento en el número de perfiles disponibles, la probabilidad de aceptaciones mutuas (Pronk & Denissen, 2020) y la disposición al compromiso (Brady, 2022) disminuyen” (Thomas, Binder & Matthes, 2025, p. 2). Por ende, no hay una relación directamente proporcional entre la cantidad de perfiles que se observan y la cantidad de interacciones virtuales que se tienen. Esto sostiene la asincronía en el modo de uso,

posponiendo una elección de una potencial pareja, y quedándose el uso en un “modo de locomoción” (Thomas, Binder & Matthes, 2025, p. 6) en el que “los individuos inician intuitivamente el movimiento hacia un nuevo estado, haciendo las cosas de manera pragmática sin tener necesariamente un objetivo en mente” (Thomas, Binder, & Matthes, 2025, p. 6).

4.3 Dimensiones motivacionales y relacionales

Thomas, Binder & Matthes (2025) destacan que la intención de agendar citas presenciales o encontrar pareja es solo uno de los múltiples propósitos de uso. De hecho, se señala que aproximadamente la mitad de los usuarios no busca citas en persona, sino que "como motivaciones, los usuarios de aplicaciones de citas afirman intentar obtener validación personal, apaciguar su miedo a estar solteros y entender su valor como pareja" (Thomas, Binder & Matthes, 2025, p. 2). Esto produce un conocimiento sobre los múltiples motivos de uso que hay detrás del uso de estas aplicaciones.

Desarrollo Metodológico

Hipótesis

Existe una asociación positiva entre la frecuencia de vivencias de aislamiento y temor a la soledad, y la frecuencia de uso de aplicaciones de citas cuando dicho uso está motivado por evitar o aliviar esas vivencias, en jóvenes de 25 a 30 años de San Isidro.

Tipo de investigación

La investigación es de enfoque cuantitativo, alcance correlacional y diseño no experimental transversal. Los datos se recolectan mediante un cuestionario Ad hoc en un único momento y se analizaron con estadística descriptiva (frecuencias y porcentajes). En la discusión, los resultados se interpretan a la luz de la psicoterapia existencial, sin atribuir relaciones causales, buscando revelar el sentido de una conducta: el uso recurrente de apps de "citas" en relación con las preocupaciones existenciales.

Población, muestra y Unidad de Análisis

La población está compuesta por personas de 25 a 30 años residentes en el partido de San Isidro que utilizan o utilizaron aplicaciones de citas de manera recurrente durante al menos tres meses.

La unidad de análisis es cada participante. Se empleó un muestreo no probabilístico por conveniencia, de participación voluntaria a 26 personas. Los criterios de inclusión fueron: edad entre 25 y 30 años, residencia en San Isidro, uso de aplicaciones de citas por un mínimo de tres meses y aceptar voluntariamente acceder a la investigación firmando el consentimiento informado.

Dado el tamaño y el tipo de muestreo, los resultados no son generalizables y se interpretan como exploratorios.

Las variables de análisis fueron:

- uso de aplicaciones de citas (frecuencia, antigüedad y propósitos de uso) y preocupación por el aislamiento existencial, indagada mediante sus manifestaciones (autopercepción de distancia social, mandatos sociales y temor a la soledad futura).

Instrumentos

Se diseñó un cuestionario ad hoc autoadministrado en formato digital (Google Forms), con preguntas de opción múltiple y escalas de frecuencia de tipo ordinal (siempre, muchas veces, a veces, pocas veces, nunca) (ver anexo 2).

Si bien el cuestionario fue de elaboración propia, la interpretación se apoya en la psicoterapia existencial: siguiendo a Yalom (1984/1980), el abordaje de las preocupaciones últimas requiere una mirada empática y sin prejuicios. Por ello, los porcentajes y frecuencias no se leen de manera meramente descriptiva, sino que se interpretan en relación con los sentidos posibles que adquiere el uso de la tecnología frente a la soledad. Se resguardaron la confidencialidad y el anonimato de los participantes.

Los datos entre corchetes son los que faltan y debés completar con lo que realmente hiciste. Si me pasás el cuestionario (anexo 2), puedo ayudarte a armar la tabla de operacionalización y a revisar que los ítems coincidan con las dimensiones.

Procedimiento

En una primera instancia, a partir de los objetivos, las variables y el marco teórico, se elaboró un cuestionario ad hoc con ítems organizados según las dimensiones de cada variable.

En una *segunda instancia* se realizó la recolección de datos. El cuestionario, en formato digital (Google Forms), se difundió mediante redes sociales, grupos de WhatsApp contactos entre el 21/07/2026 y el 28/08/2026. Al ingresar al link, cada persona accedió a una hoja informativa sobre los objetivos del estudio, el carácter voluntario y anónimo de la participación, el tratamiento confidencial de los datos y la posibilidad de abandonar en cualquier momento, y debió brindar su consentimiento informado para continuar. Asimismo, debieron responder a la sección en la que se verificaron los criterios de inclusión (edad entre 25 y 30 años, residencia en San Isidro y uso de aplicaciones de citas por un mínimo de tres meses); quienes no los cumplían quedaban excluidos del cuestionario. La

administración fue autoadministrada, en un único momento, con una duración aproximada de 15 minutos.

En la *tercera instancia* de la investigación se llevó a cabo el procesamiento y análisis de los datos. Las respuestas se exportaron a una planilla de cálculo, verificando que cumplieran los criterios de inclusión y la ausencia de duplicados o respuestas incompletas.

Las categorías de las escalas ordinales se codificaron numéricamente (por ejemplo, de 1 = nunca a 5 = siempre) y las variables categóricas se codificaron por separado. El análisis se realizó con planillas de Excel.

En la *cuarta y última instancia* se llevó a cabo la interpretación de los resultados.

Los resultados estadísticos se articularon con el marco teórico de la psicología existencial, en particular con el aislamiento existencial como preocupación última (Yalom, 1984/1980), a fin de interpretar los sentidos posibles del uso de aplicaciones de citas frente a las vivencias de aislamiento y soledad. Esta interpretación se planteó como lectura teórica de las asociaciones halladas, sin atribuir relaciones causales.

Consideraciones Éticas

Para preservar la intimidad de los encuestados, la privacidad de sus datos y su autonomía, el cuestionario incluye un apartado de consentimiento informado al inicio del formulario (ver anexo 1). En este texto se aclara de forma explícita que la participación es completamente voluntaria, confidencial y anónima. Los datos recolectados serán utilizados únicamente con fines académicos y de investigación para la presente tesina de grado, asegurando que no existirá ningún elemento que permita identificar individualmente a los participantes encuestados.

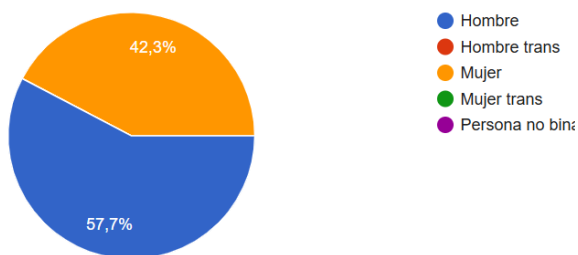
Resultados

1. Análisis cuantitativo

A continuación se presentarán los resultados de la encuesta realizada por un total de 26 personas que cumplen los criterios de inclusión para ser parte de la muestra (n=26). A continuación, se presentan las distribuciones absolutas y porcentuales organizadas en función de los cuatro objetivos específicos establecidos en la investigación.

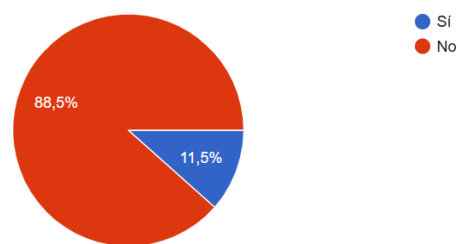
Datos demográficos

Género: en relación al género un 57,7%(n=) era hombre mientras que un 42,3%(n=) mujer.

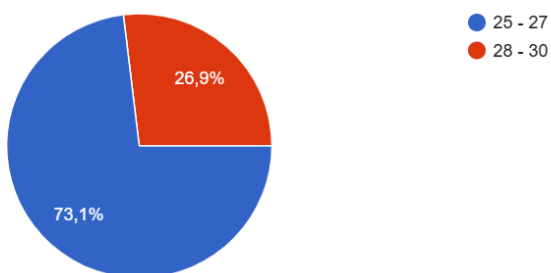


Situación amorosa: ¿Estás en pareja?

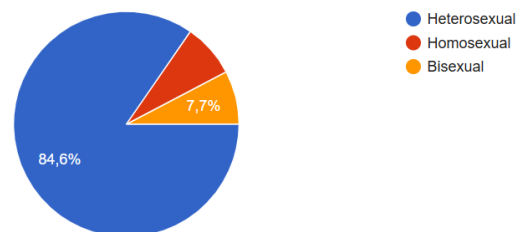
Un 88% de los participantes no estaba en pareja, mientras que el restante 11,5% si lo estaba.



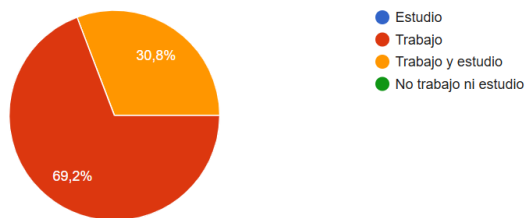
Edad: En relación a la edad, un 73,1% tenía entre 25 y 27 años, y un 26,9% entre 28 y 30 años.



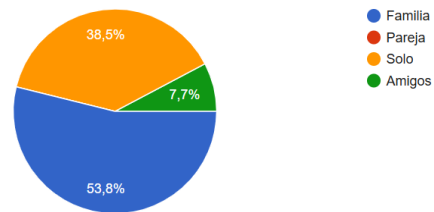
Orientación sexual: En relación a la orientación sexual de los participantes, un 84,6% afirman ser heterosexuales, un 7,7% afirman ser homosexuales, y otro 7,7%, bisexuales.



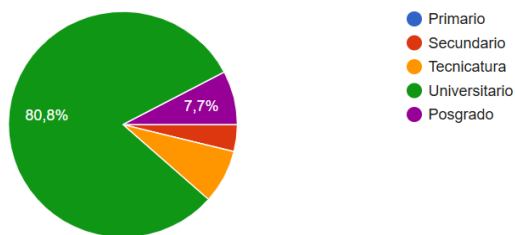
Situación ocupacional: El 100% de la muestra trabaja, pero un 30,8% trabaja y estudia simultáneamente.



Vivienda: En relación a con quiénes viven, un 53,8% vive con sus familias, un 38,5%, solo, y un 7,7% vive con amigos.



Nivel académico alcanzado: En relación a los estudios alcanzados, un 80,8% finalizó sus estudios universitarios, un 7,7% tiene título de posgrado, otro 7,7% finalizó alguna tecnicatura, y el restante 3,8% alcanzó el secundario.

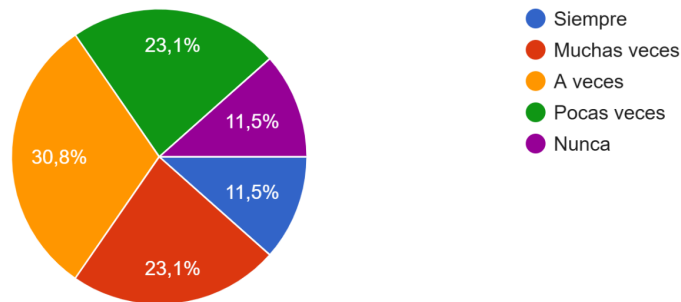


Manifestaciones de la preocupación por el aislamiento existencial

• **Miedo a quedarse solo/a:** un 30,8% (n=8) manifiesta sentir miedo a la soledad «A veces», mientras que un 23,1% (n=6) señala experimentarlo «Muchas veces» y otro 23,1% (n=6) «Pocas veces». Por su parte, un 11,5% (n=3) refiere sentirlo «Siempre» y un 11,5% (n=3) «Nunca».

¿Tienes miedo a quedarte solo/a?

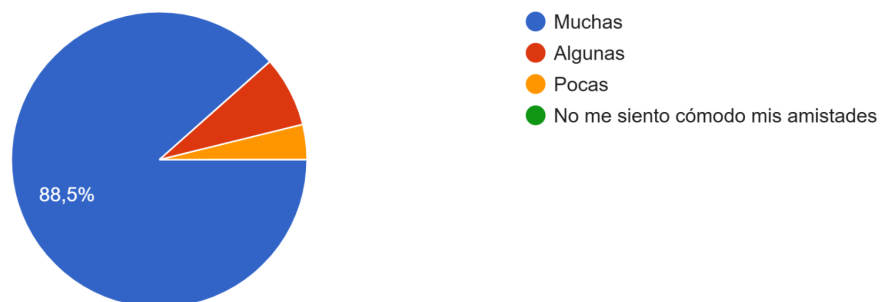
26 respuestas



- **Sensación de distancia o desconexión social:** el 57,7% (n=15) refiere sentirse distante o desconectado/a de las personas de su entorno «Pocas veces», el 19,2% (n=5) «Algunas veces», el 15,4% (n=4) «Nunca» y el 7,7% (n=2) «Muchas veces».

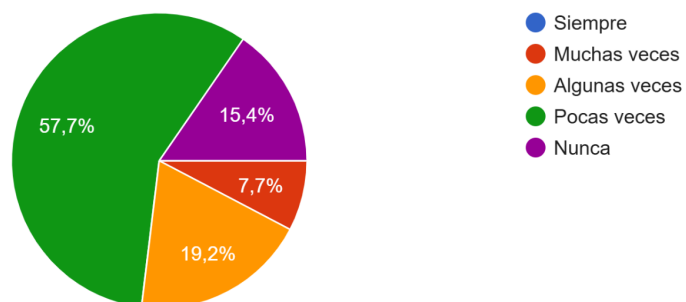
¿Tienes amistades que valoras?

26 respuestas



¿Te sientes distante o desconectado de las personas que te rodean?

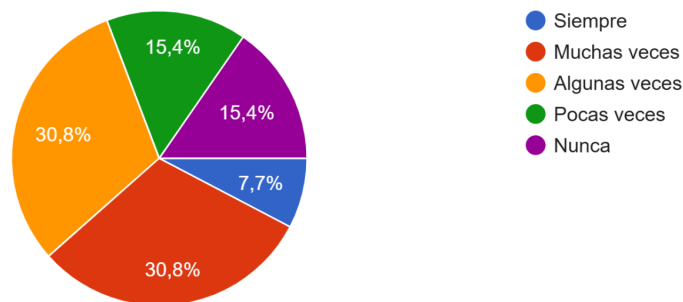
26 respuestas



- **Falta o vacío por no estar en pareja:** de los participantes que no están en pareja (n=23), el 34,8% (n=8) percibe que le falta algo «Muchas veces», un 26,1% (n=6) «Algunas veces», un 17,4% (n=4) «Pocas veces», un 13,0% (n=3) «Nunca» y un 8,7% (n=2) «Siempre».

Si no estas en pareja, ¿sientes que te falta algo por no estarlo? (aunque creas que no deberías sentirte así)

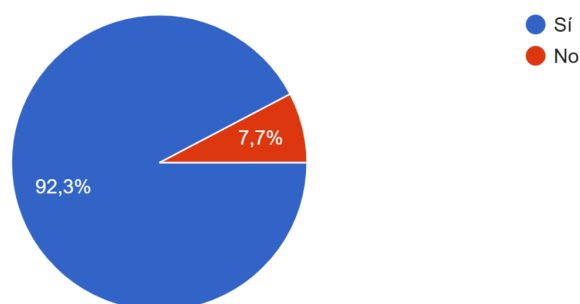
26 respuestas



- **Realización de actividades o pasatiempos gratificantes:** esta variable está registrada en la base como respuesta cerrada Sí/No. El 92,3% (n=24) de los encuestados afirma tener actividades recreativas que disfruta, mientras que un 7,7% (n=2) responde que no.

¿Tienes actividades recreativas que disfrutas?

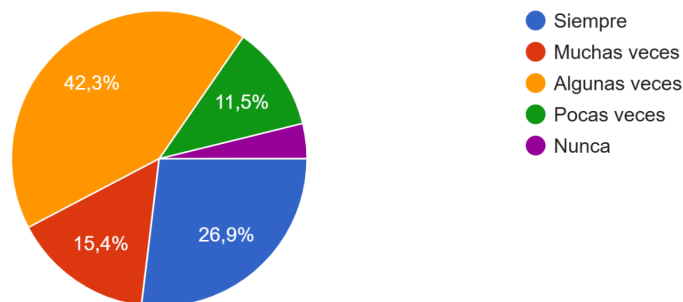
26 respuestas



- **Pensamientos recurrentes sobre el futuro en pareja o soltero/a:** un 42,3% (n=11) respondió «Algunas veces», un 26,9% (n=7) «Siempre», un 15,4% (n=4) «Muchas veces», un 11,5% (n=3) «Pocas veces» y un 3,8% (n=1) «Nunca».

La pregunta sobre un futuro en pareja o soltero, ¿es un tema recurrente en tu mente?

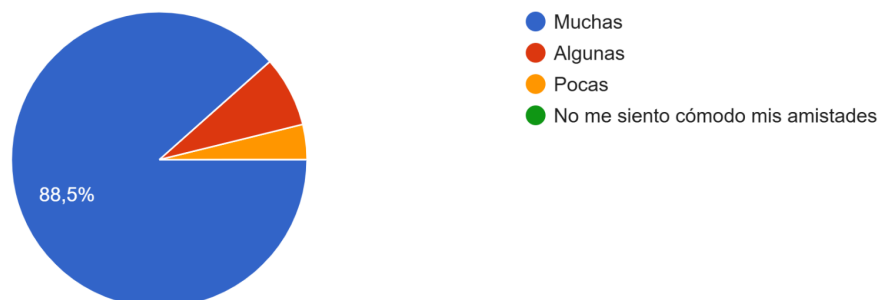
26 respuestas



- **Percepción sobre sus vínculos socioafectivos:** un 88,5% (n=23) afirmó tener «Muchas» amistades que valora, un 7,7% (n=2) señaló tener «Algunas» y un 3,8% (n=1) indicó «Pocas»; ningún encuestado eligió la opción «No me siento cómodo con mis amistades».

¿Tienes amistades que valoras?

26 respuestas

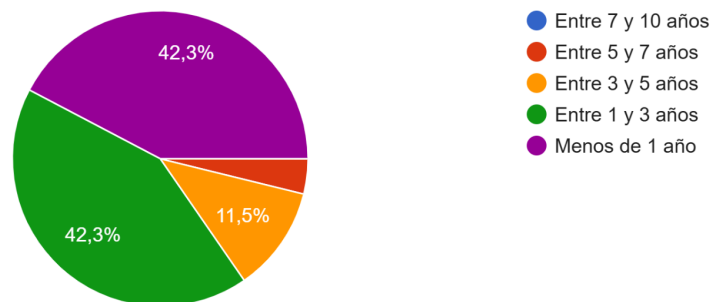


Modalidades de uso de las aplicaciones de citas, considerando las motivaciones, frecuencias y tipos de vínculos buscados

- **Antigüedad en el uso de aplicaciones de citas:** un 42,3% (n=11) señaló utilizar alguna app hace «Menos de 1 año» y otro 42,3% (n=11) respondió «Entre 1 y 3 años». Por otra parte, un 11,5% (n=3) indicó «Entre 3 y 5 años» y el 3,8% restante (n=1) refirió «Entre 5 y 7 años».

¿Hace cuanto tiempo que usas alguna aplicación de citas?

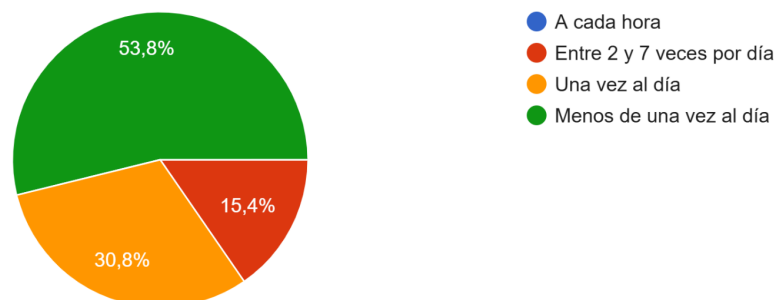
26 respuestas



- **Frecuencia diaria de uso:** el 53,8% de la muestra (n=14) ingresa a las aplicaciones «Menos de una vez al día», un 30,8% (n=8) lo hace «Una vez al día», y un 15,4% (n=4) accede entre 2 y 7 veces por día.

¿Cada cuantas horas entras a la aplicación?

26 respuestas



- **Motivaciones principales de ingreso** (pregunta de opción múltiple):

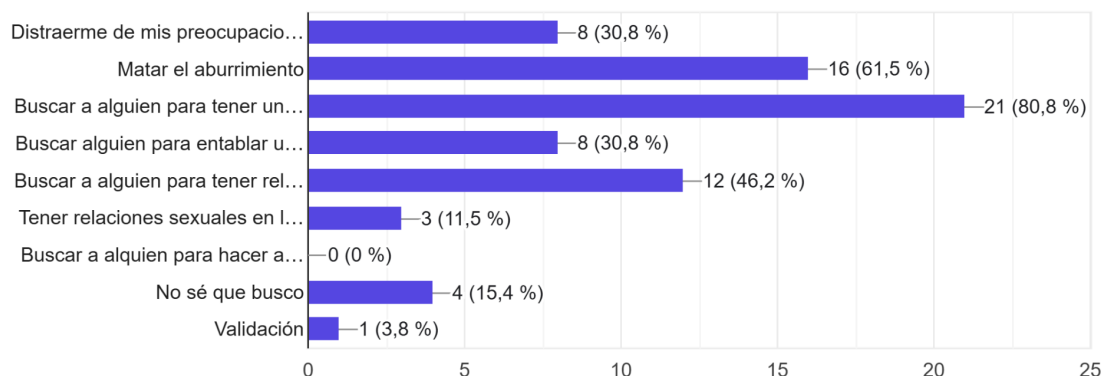
- Buscar a alguien para tener una cita: 80,8% (n=21).
- Matar el aburrimiento: 61,5% (n=16).
- Buscar relaciones sexuales casuales: 46,2% (n=12).
- Distraerme de mis preocupaciones: 30,8% (n=8).
- Buscar pareja estable: 30,8% (n=8).
- No sé qué busco: 15,4% (n=4).

- Tener relaciones sexuales en las próximas horas: 11,5% (n=3).

- Validación: 3,8% (n=1).

¿Qué buscas al usar la aplicación?

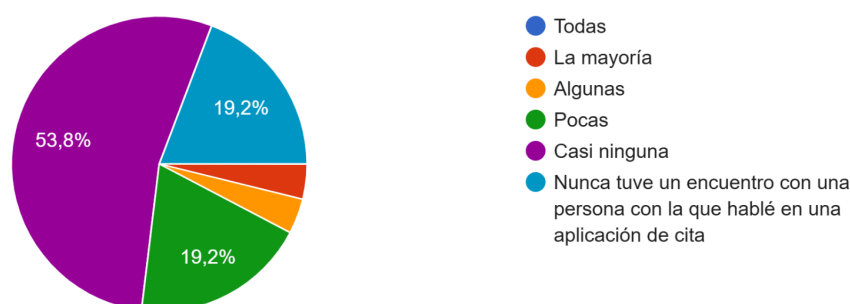
26 respuestas



• **Concreción de encuentros presenciales:** un 53,8% (n=14) de los encuestados afirma concretar encuentros presenciales con «Casi ninguna» de las personas con las que habla; un 19,2% (n=5) lo logra «Pocas veces» y un 19,2% (n=5) declara «Nunca haber tenido un encuentro presencial»; un 3,8% (n=1) refiere tener encuentros con «Algunas» y un 3,8% (n=1) con «La mayoría».

¿Con cuántas de las personas con las que hablas en esas aplicaciones sueles tener un encuentro presencial?

26 respuestas

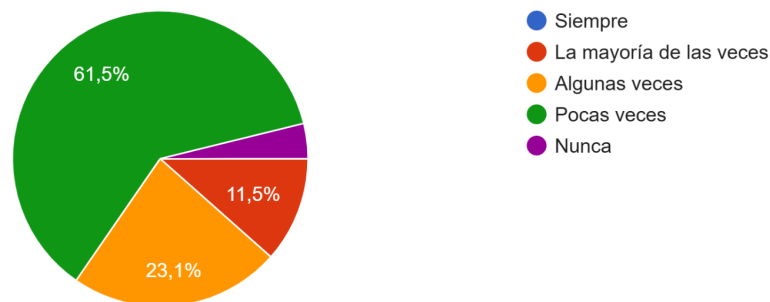


Relación entre la vivencia subjetiva del aislamiento existencial y las modalidades de uso de las aplicaciones de citas

• **Efectividad percibida de la aplicación:** un 61,5% (n=16) considera que la app le resulta útil para lograr sus objetivos «Pocas veces», un 23,1% (n=6) «Algunas veces», un 11,5% (n=3) «La mayoría de las veces» y un 3,8% (n=1) «Nunca».

¿Piensas que la aplicación te resulta útil para encontrar eso que buscas?

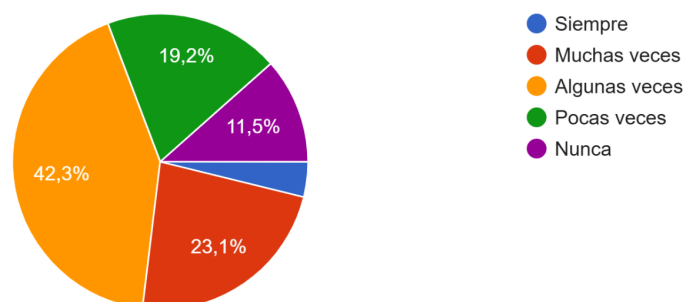
26 respuestas



• **Presión por mandatos sociales:** el 42,3% (n=11) siente que debe cumplir con mandatos sociales sobre la vida en pareja «Algunas veces», el 23,1% (n=6) «Muchas veces», el 19,2% (n=5) «Pocas veces», el 11,5% (n=3) «Nunca» y un 3,8% (n=1) «Siempre».

¿Sientes que tienen que cumplir con algún mandato social relacionado a la vida en pareja?

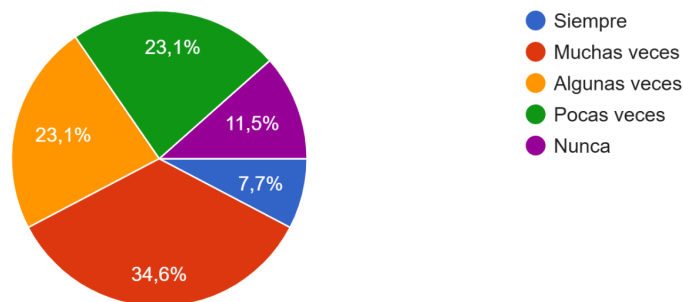
26 respuestas



• **Creencia sobre la necesidad de pareja estable:** el 34,6% (n=9) considera que «Muchas veces» necesita una pareja estable para sentirse mejor, un 23,1% (n=6) «Pocas veces», un 23,1% (n=6) «Algunas veces», un 11,5% (n=3) «Nunca» y un 7,7% (n=2) «Siempre».

¿Crees que tienes que encontrar a una pareja estable para sentirte mejor?

26 respuestas

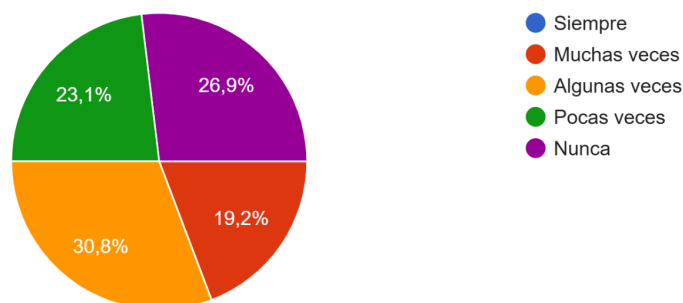


Función que adquiere el uso de estas aplicaciones frente a la angustia derivada del aislamiento existencial

- **Uso regulador emocional (escapar/sentirse mejor):** un 30,8% (n=8) recurre a las apps de citas para alterar o cambiar su estado de ánimo «Algunas veces», un 26,9% (n=7) «Nunca», un 23,1% (n=6) «Pocas veces» y un 19,2% (n=5) «Muchas veces».

¿Recuerdas a aplicaciones de citas para cambiar tu estado de ánimo (escapar, sentirte mejor)?

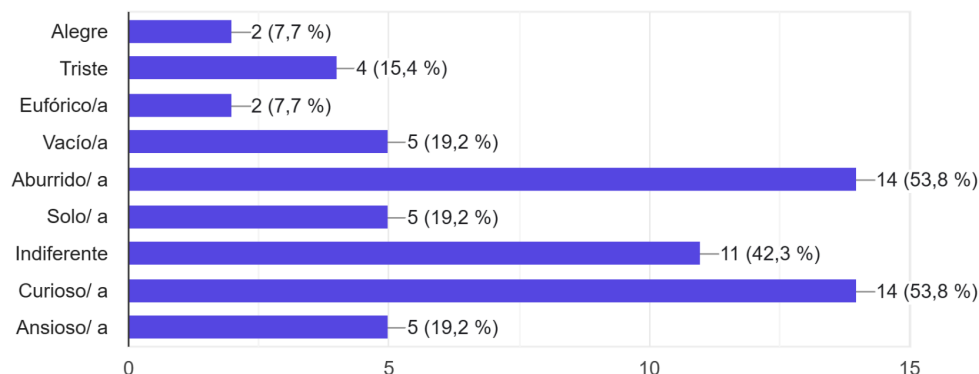
26 respuestas



- **Estados afectivos al momento del ingreso:** Entre las emociones prevalentes previa o simultáneamente al uso se observan: Aburrido/a (53,8%, n=14), Curioso/a (53,8%, n=14), Indiferente (42,3%, n=11), Ansioso/a (19,2%, n=5), Vacío/a (19,2%, n=5), Solo/a (19,2%, n=5), Triste (15,4%, n=4), Eufórico/a (7,7%, n=2) y Alegre (7,7%, n=2).

Al momento de ingresar a la aplicación, ¿qué estados de ánimo experimentas con más frecuencia?

26 respuestas



2. Análisis cuantitativo

a) ¿Cómo se expresa la preocupación por el aislamiento en estos jóvenes?

A partir de lo planteado por Yalom (1984/1980) sobre el aislamiento existencial, en el sentido de que el miedo a este actuaría como motor de muchos vínculos interpersonales, resulta llamativo que solo 3 participantes (11,5%) hayan indicado que nunca sienten miedo a quedarse solos. Esto respaldaría, en parte, la idea de que esta preocupación es inherente a la existencia humana: más del 70% de los participantes afirma sentir este miedo de manera frecuente, quedando como grupo reducido quienes declaran sentirlo "*pocas veces*" o "*nunca*".

Resulta interesante que este temor no se explicaría únicamente por factores objetivables de la vida social de los participantes: solo el 7,7% afirma sentirse desconectado de su entorno "muchas veces", y casi el 90% declara tener numerosas amistades que valora. Asimismo, el 60% de los participantes convive con otras personas y, aun así, presenta este temor. Esto permitiría pensar la experiencia del temor al aislamiento como perteneciente a una dimensión de la existencia que excede lo estrictamente racional o social. La relación entre la necesidad de vincularse con otros y el temor a no contar con ellos podría vincularse con una dimensión más existencial de la persona, ligada al sentido de autotranscendencia que, según Frankl (1991/1946), involucra a los demás en la propia existencia.

Este temor no se corresponde, entonces, con la calidad de la red social real de los participantes ni con su nivel de disfrute cotidiano, ya que más del 90% declara realizar actividades que le resultan gratificantes. Se observaría así una brecha entre el individuo y los demás, generadora de una sensación de temor asociada a la preocupación por el aislamiento existencial (Yalom, 1984/1980). En este sentido, los factores protectores que, según Baumeister y Leary (1995),

contribuyen al bienestar subjetivo, no parecerían ser suficientes para atenuar este temor de base existencial.

Por otro lado, se observa un alto porcentaje de participantes que consideran que algo les falta por no tener pareja: casi el 85% de los participantes solteros manifiesta sentir que *"le falta algo"* por esta razón. Aquí se expresa de forma concreta cómo la angustia de la soledad adquiere una forma institucionalizada a partir de los mandatos sociales vigentes. Como señala Illouz (2019), existe un foco cultural puesto en la figura de la pareja, casi como si se tratara de un objetivo o un producto a alcanzar, lo cual permite pensar en un modo en que la cultura da forma a una angustia de raíz existencial. La alta presencia de la pregunta por el futuro en pareja entre los participantes sugiere, además, que la búsqueda de un vínculo significativo estaría motivada, al menos en parte, por el encuentro con esta angustia y el temor a la soledad, más que por un deseo espontáneo suscitado por el contacto con otra persona, hipótesis que se ve reforzada, como se desarrollará más adelante, por el escaso contacto presencial efectivo registrado entre los participantes.

b) ¿Cómo usan las aplicaciones estos jóvenes?

Al observar las modalidades de uso de las aplicaciones de citas, la evidencia empírica muestra una combinación entre una antigüedad de uso relativamente reciente y un consumo diario moderado. Cabe aclarar que ningún participante registra un uso menor a tres meses, dado que ese fue uno de los criterios de inclusión de la muestra.

El 84,6% (n=22) de los participantes presenta una antigüedad de uso acotada, dividida equitativamente entre quienes usan la aplicación desde *"Menos de 1 año"* (42,3%) y quienes lo hacen *"Entre 1 y 3 años"* (42,3%). Este hábito, además, no se traduce en un uso compulsivo o hiperconectado: el 53,8% (n=14) accede *"Menos de una vez al día"* y el 30,8% (n=8) ingresa *"Una vez al día"*. Esto permite pensar que, si bien buena parte de la muestra se encontraría eventualmente con la angustia del aislamiento existencial, gran parte de su rutina cotidiana estaría ocupada por el estudio, el trabajo o actividades de disfrute, y que la aplicación aparecería más bien en momentos puntuales de soledad o aburrimiento, tal como manifiesta el 61,5% (n=16) de los encuestados. No se observó, por otra parte, una relación clara entre la antigüedad de uso y la frecuencia diaria de acceso: tanto entre quienes comenzaron a usar la aplicación en el último año como entre quienes lo hacen desde hace más tiempo, se registran frecuencias de acceso muy variables, desde menos de una vez al día hasta entre cinco y siete veces.

Al analizar las motivaciones de ingreso, se confirma la presencia de intenciones múltiples y superpuestas (Balbín Gómez, 2024). Si bien la meta explícita de *"Buscar a alguien para tener una cita"* es la más seleccionada (80,8%, n=21), coexiste con motivos de evasión o de gestión afectiva inmediata: el 61,5% (n=16) utiliza la aplicación para *"Matar el aburrimiento"* y el 30,8% (n=8) para *"Distraerse de las preocupaciones"*. Asimismo, la expectativa de vínculo orientada a encuentros

casuales o sexo sin compromiso (46,2%, n=12) predomina por sobre la búsqueda de una pareja estable (30,8%, n=8), lo cual podría vincularse con lo que señala Bauman (2003) respecto de la preferencia contemporánea por vínculos libres de ataduras y de compromisos duraderos, en tanto lo efímero ofrecería la promesa constante de algo nuevo.

Desde el marco existencial, esta búsqueda de novedad podría interpretarse también como una forma de evadir la angustia asociada a la falta de sentido, de la que el aburrimiento sería una de sus manifestaciones (Yalom, 1984/1980), en la medida en que dicha falta se intenta resolver a través de una aplicación orientada a la conexión con otros. Sin embargo, esta estrategia resultaría poco eficaz: la evidencia muestra una baja concreción de encuentros presenciales pese al uso sostenido de la aplicación, lo cual brindaría sustento a la hipótesis de que existe una cuestión existencial más profunda detrás de estos usos y motivaciones.

Los datos dialogan con la teoría de la fragilización de los vínculos íntimos de Bauman (2003, 2005) y con el análisis de la mercantilización de los afectos propuesto por Illouz (2019). Las plataformas se configurarían así como un espacio de "relaciones de bolsillo" (Bauman, 2003), en el que el usuario buscaría gratificación o distracción inmediata frente al aburrimiento o al vacío, evitando los costos emocionales que implica la frustración. Desde una óptica similar, Beck y Beck-Gernsheim (1998) y Timmermans y De Caluwé (2017) señalan que la lógica contemporánea privilegiaría la búsqueda de placer inmediato por sobre los procesos de conocimiento mutuo que requieren tiempo y tolerancia a la diferencia. Podría hipotetizarse que esto se relaciona con la escasa concreción de encuentros presenciales hallada en la muestra, en la medida en que dicho encuentro implica exponer el cuerpo y la posibilidad de un vínculo que no resulte gratificante o que derive en rechazo.

Un resultado que tensiona especialmente estos hallazgos surge al contrastar las motivaciones manifiestas con la concreción efectiva de encuentros presenciales. Aunque el 80,8% de los participantes declara buscar citas, se observa una marcada inconsistencia respecto de lo efectivamente concretado en el plano presencial: el 53,8% (n=14) señala haber concretado encuentros con "*Casi ninguna*" persona, el 19,2% (n=5) "*Pocas veces*", y otro 19,2% (n=5) declara no haber tenido "*Nunca*" una cita presencial surgida de la aplicación (lo que acumula más del 92% de baja o nula concreción presencial). Este dato invita a preguntarse qué es lo que efectivamente aporta a los usuarios la sola visualización de otras personas disponibles para un posible encuentro.

Este fenómeno de permanencia en el plano virtual brinda sustento a la hipótesis interpretativa de que las aplicaciones de citas funcionarían, para estos jóvenes, como una estrategia de afrontamiento evasivo frente al temor a la soledad y al aislamiento existencial (Yalom, 1984/1980). En la misma línea, Linne y Fernández López (2019) señalan que las respuestas de los usuarios priorizarían la superficie virtual por sobre el encuentro copresencial, generando una sensación de disponibilidad ilimitada de otras personas (Timmermans & De Caluwé, 2017). La aplicación funcionaría así como un refugio que calmaría momentáneamente la angustia mediante la promesa de

conexión (match), sin implicar el riesgo vincular propio del encuentro encarnado. Como señalan Thomas, Binder y Matthes (2024), la acumulación de interacciones virtuales o matches no reduciría la soledad de fondo; por el contrario, la dificultad para concretar vínculos significativos podría contribuir al agotamiento conocido como dating app fatigue (Holtzhausen et al., 2020), reforzando el clima de vacío y aislamiento que el uso de la aplicación buscaba originalmente aliviar.

c) ¿Qué lugar ocupan estas aplicaciones frente a la preocupación por la soledad?

Al evaluar la articulación entre la vivencia subjetiva del aislamiento existencial y las modalidades de uso, los resultados sugieren que las aplicaciones de citas ocuparían, para estos jóvenes, el lugar de una defensa de tipo evasivo: ofrecerían una ilusión de resolución que calmaría momentáneamente la angustia, sin lograr elaborar el conflicto de fondo, lo cual contribuiría a perpetuar el malestar en quienes las utilizan.

Esta función defensiva se evidenciaría en la persistencia del hábito de uso pese a la baja eficacia percibida por los propios participantes. Aunque el 65,3% de la muestra considera que la aplicación le resulta útil para alcanzar sus objetivos solo “Pocas veces” (61,5%) o “Nunca” (3,8%), los jóvenes continúan utilizándola de manera recurrente a lo largo de meses y años. Desde el marco existencial de Yalom (1984/1980), cuando una conducta se sostiene a pesar de no lograr aquello que declara buscar, podría interpretarse que no responde únicamente a una elección racional, sino también a la necesidad de defenderse de un temor de base: en este caso, el miedo al aislamiento y, a la vivencia de vacío asociada a la soledad.

Por otra parte, los datos muestran que esta búsqueda estaría fuertemente mediatizada por el imperativo social. El 69,2% de los participantes percibe que debe cumplir con mandatos sociales relacionados con la vida en pareja, y el 65,4% considera que necesita una pareja estable para sentirse mejor. Estos hallazgos podrían asociarse con lo señalado por Palumbo (2018) y Gentile (2019) respecto de la vigencia de los mandatos tradicionales de emparejamiento. Las aplicaciones de citas funcionarían, en este marco, como un intento de responder a esas exigencias sociales que moldean una forma de temor existencial, aunque los datos sugieren que, simultáneamente, mantendrían a las personas distanciadas entre sí, sin resolver dicho temor.

Podría pensarse, siguiendo a Yalom (1984/1980), que esta presión social termina siendo interiorizada como una necesidad propia de “estar en pareja” para aliviar la soledad. La aplicación de citas se constituiría así en el canal más accesible para dar respuesta a ese mandato sociocultural, funcionando más como un modo de evasión que como una solución efectiva a esos sentimientos.

Estos resultados sugieren que las aplicaciones de citas no operarían como plataformas efectivas de resolución vincular, sino como dispositivos que postergarían la angustia de fondo. Tal como plantea Frankl (1991/1946) desde la logoterapia, la soledad o el vacío existencial no podrían

resolverse mediante mecanismos superficiales o lógicas de consumo (Bauman, 2003), sino que requerirían de la autotrascendencia y el compromiso con otra persona real. Al obturar el encuentro presencial (92,2% de nula o baja concreción) y favorecer la interacción efímera, las aplicaciones ofrecerían una ilusión de conectividad que calmaría momentáneamente la incertidumbre pero que, al no derivar en vínculos significativos (Thomas, Binder & Matthes, 2024), terminaría reafirmando la baja eficacia percibida de la herramienta y perpetuando la preocupación de fondo por el aislamiento existencial.

d) ¿Qué logran los jóvenes con las aplicaciones?

Al indagar en la función que adquiere el uso de las aplicaciones de citas frente a la angustia derivada del aislamiento existencial, los hallazgos sugieren que estas plataformas no funcionarían principalmente como herramientas de vinculación interpersonal, sino como mecanismos de regulación emocional frente a la angustia.

Los estados afectivos más frecuentes al momento de ingresar a la aplicación darían cuenta de un malestar latente que buscaría ser apaciguado: más de la mitad de los participantes (53,8%, n=14) accede en un estado de aburrimiento, y el 42,3% (n=11) lo hace desde la indiferencia. Resulta significativa, además, la proporción de encuestados que declara ingresar bajo vivencias asociadas al malestar psicológico, tales como ansiedad (19,2%), vacío (19,2%), soledad (19,2%) y tristeza (15,4%). Desde la logoterapia y el análisis existencial (Frankl, 1991/1946), el aburrimiento y el vacío no serían meras ausencias de entretenimiento, sino expresiones del vacío existencial; frente a esto, el ingreso a la aplicación podría interpretarse como un intento de transformar ese estado en uno de expectativa y estímulo, en línea con el alto porcentaje que declara ingresar por curiosidad (53,8%).

Este patrón puede vincularse, a modo de analogía conceptual, con la lógica descrita en el campo de las adicciones comportamentales. Fernández del Río, Ramos-Villagrasa, Castro y Barrada (2019) sostienen que este tipo de dificultad para tolerar el malestar se relaciona con un diseño de plataforma orientado a sostener la búsqueda de satisfacción, generando estados de craving ante la ausencia de interacciones o matches, en tanto rasgo deliberado del diseño de la aplicación (Kugelberg, 2025). Cabe aclarar que esta analogía no implica sostener que los participantes presenten una adicción en sentido clínico sino que la arquitectura de la plataforma compartiría mecanismos de diseño con los descritos en ese campo, lo cual podría explicar en parte la sostenibilidad del uso en el tiempo.

Teniendo en cuenta lo mencionado, una de las funciones centrales que cumpliría la aplicación para estos jóvenes sería la regulación y evasión de afectos displacenteros. El 73,1% de la muestra manifiesta haber recurrido a la plataforma al menos alguna vez para modificar su estado de ánimo (entre “*Muchas veces*”, 19,2%; “*Algunas veces*”, 30,8%; y “*Pocas veces*”, 23,1%). Este comportamiento podría interpretarse, en diálogo con Yalom (1984/1980), como una estrategia de

afrontamiento evasivo: el escaneo de perfiles (swipe) funcionaría como una maniobra de distracción que dificultaría el contacto directo con la angustia existencial. Sin embargo, la dificultad para lograr un alivio duradero podría explicar, a su vez, la sensación de necesidad reforzada por el diseño de la aplicación (Bonilla-Zorita, Griffiths & Kuss, 2023). Si bien la frecuencia de este uso evasivo es variable entre los participantes, resulta llamativo que solo el 26,9% declare no haberlo hecho nunca, frente al 73,1% que reconoce haber recurrido a la aplicación con este fin al menos alguna vez; cabe considerar, no obstante, que esta menor frecuencia podría estar más asociada a una menor frecuencia general de uso que a una ausencia real de esta función evasiva, hipótesis que excede lo que los datos permiten confirmar directamente.

En síntesis, lo que estos jóvenes de 25 a 30 años obtendrían mediante el uso de las aplicaciones de citas sería la construcción de una sensación de presencia que anestesiaría transitoriamente el malestar. En diálogo con los planteos de Bauman (2003, 2005) sobre la fragilización de los lazos y de Linne y Fernández López (2019) sobre la interacción virtual, la aplicación cumpliría la función de una "conexión de bolsillo" siempre disponible. Aunque este mecanismo no resolvería el problema de fondo, en tanto, como señalan Thomas, Binder y Matthes (2024), la conectividad digital no erradicaría la soledad profunda, sí lograría proporcionar un alivio sintomático y momentáneo, protegiendo a la persona de la experiencia desestructurante del vacío y el aislamiento existencial.

Alcances y limitaciones

La presente tesina intentó describir, en la muestra estudiada, las manifestaciones de la preocupación por el aislamiento existencial y su asociación con las modalidades de uso de aplicaciones de citas, así como ofrecer una primera aproximación interpretativa desde el marco humanista existencial. No obstante, es necesario señalar una serie de limitaciones.

En primer lugar, la muestra fue pequeña (26 personas) y se conformó mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, de participación voluntaria. Por lo que no permite generalizar los resultados a la población de jóvenes de 25 a 30 años de San Isidro, sino únicamente describir a quienes integraron la muestra. Asimismo, el diseño fue transversal: el instrumento se administró en un único momento, lo cual impide observar la evolución de las variables en el tiempo y captar con mayor profundidad procesos que, por su naturaleza, son dinámicos.

En relación con la interpretación de los datos, se debe aclarar que, dado el tamaño reducido de la muestra y el enfoque correlacional del estudio, los resultados deben leerse como relevantes para describir y comprender a este grupo particular, y no como hallazgos generalizables o estadísticamente representativos. Por otra parte, tratándose de un cuestionario autoadministrado sobre temas sensibles como la soledad y la angustia existencial, no puede descartarse cierto grado de deseabilidad social en las respuestas.

Por último, el instrumento utilizado fue de creación propia (ad hoc), elaborado específicamente para responder a los objetivos de esta tesina, y no cuenta con un proceso de validación psicométrica (confiabilidad y validez) equivalente al de escalas ya existentes. Por lo mencionado, hubiera sido de utilidad emplear una escala validada y perteneciente al mismo marco teórico, como la Existential Isolation Scale (EIS), lo cual no fue posible por tratarse de una investigación sin financiamiento externo y por el costo de acceso a dicho instrumento. Por otra parte, agregar que, al momento de diseñar el cuestionario, no se hallaron numerosas escalas validadas desde un marco humanista-existencial, lo cual constituyó una limitación adicional al momento de elegir el instrumento de medición.

Discusión

Luego de presentar las inferencias derivadas de los datos recolectados, resulta pertinente señalar algunas cuestiones que surgieron como contradicciones o nuevos interrogantes en relación con la investigación y la temática abordada.

En primer lugar, los datos demográficos tuvieron un desarrollo acotado en el análisis de inferencias, dado que no mostraron una variabilidad significativa entre las categorías relevadas: la mayoría de los participantes presentaba una situación socioeconómica y educativa similar. Si bien no se cuenta con datos que permitan afirmar que los residentes de San Isidro constituyen, en general, una población económicamente acomodada, es posible advertir que esta homogeneidad podría estar relacionada con los espacios de difusión utilizados para la encuesta, lo cual constituye una limitación adicional a las ya mencionadas en el apartado anterior.

Sin embargo, esta homogeneidad demográfica no se tradujo en respuestas similares entre los participantes. Por ejemplo, las respuestas vinculadas al miedo a la soledad entre las tres personas que se encontraban en pareja al momento de responder no resultaron similares entre sí. Este dato abre el interrogante de hasta qué punto la compañía efectiva de otra persona logra atenuar el temor a la soledad, y sugiere la necesidad de profundizar en investigaciones futuras sobre la calidad de los vínculos románticos como variable relevante, más allá de la mera existencia de una relación de pareja. Asimismo, invita a retomar el planteo existencial de que la angustia asociada al aislamiento no se resuelve necesariamente mediante la presencia del otro, sino que puede requerir ser afrontada y significada por cada persona.

Por otro lado, la totalidad de los participantes indicó que el estudio y/o el trabajo ocupan un lugar central en su vida cotidiana, y aun así una parte de ellos manifestó estar atravesada, en alguna medida, por la preocupación por el aislamiento existencial o por vivencias de soledad. Esto pone en cuestión si la ocupación cotidiana constituye, en los términos en que fue indagada, una forma de evitación de dicha angustia, o si simplemente coexiste con ella sin neutralizarla.

Estas observaciones remiten a una limitación ya señalada respecto del diseño transversal de este estudio. Al indagar sobre experiencias relativas a una angustia presente a lo largo de toda la existencia, no puede asumirse que las respuestas obtenidas correspondan a un tipo estable de persona o a un período particular de su vida, sino que probablemente reflejen un momento puntual dentro de un proceso que puede manifestarse en cualquier etapa de la vida.

Por otro lado, sería interesante replicar esta investigación en una población que no haya finalizado el nivel secundario o que no cuente con recursos suficientes para vivir de forma

independiente, a diferencia de buena parte de quienes participaron de esta encuesta. Cabe preguntarse qué lugar ocupan las angustias existenciales en personas que atraviesan dificultades para cubrir sus necesidades básicas. Siguiendo la jerarquía de necesidades de Maslow (1943), resulta discutible si la vida en pareja se ubica del lado de las necesidades sociales o constituye, para algunas personas, una vía de autorrealización.

Esta pregunta reabre la discusión acerca de cómo los productos culturales dan forma a las preocupaciones existenciales, los deseos y los modos de vincularse. Sherry Turkle, en *Alone Together* (2011), plantea que la tecnología resulta seductora en la medida en que responde a necesidades humanas: las personas se sienten solas y necesitan intimidad, pero al mismo tiempo le temen a esa intimidad y al compromiso que conlleva. Turkle sostiene, además, que la tecnología no es solo un medio de interacción, sino que moldea activamente las formas en que las personas se vinculan: "la tecnología se propone como la arquitecta de nuestras intimidades" (Turkle, 2011, p. 1). En el caso particular de las aplicaciones de citas, el mecanismo del swipe y la ilusión de una disponibilidad infinita de opciones funcionan como un atractivo que promete calmar la vivencia de soledad, al tiempo que ofrecen descargas constantes de gratificación y validación que obturan momentáneamente la angustia, tal como se señaló previamente.

Si bien Turkle no aborda la variable socioeconómica ni la desarrolla en términos de clase, cabe preguntarse qué modalidad vincular se observaría en personas que utilizan estas aplicaciones como distracción frente a preocupaciones de un nivel más básico como por ejemplo desempleo, falta de recursos económico, y si en esos contextos la función que cumplen las aplicaciones de citas sería la misma que la hallada en esta muestra.

Resulta interesante, asimismo, observar las diferencias en el peso de los mandatos sociales, el temor a la soledad y los motivos de uso entre los participantes más jóvenes y los de mayor edad de la muestra. Si bien podría esperarse que a mayor vivencia de soledad correspondiera un mayor temor a quedarse solo/a, esto no se verifica en los datos obtenidos. Esto abre el interrogante de si, a medida que una persona vivencia con mayor frecuencia ciertas angustias existenciales, logra desarrollar modos de afrontarlas que impiden que se conviertan en ansiedad.

En los resultados se observa, en efecto, una transformación en el modo en que se experimenta y manifiesta el aislamiento existencial según la edad. En el segmento de 25 a 27 años, la inquietud adopta la forma de una ansiedad orientada al futuro: el 78,9% de este grupo manifiesta miedo a quedarse solo/a (sumando las categorías "*A veces*", "*Muchas veces*" y "*Siempre*"). En la franja de 28 a 30 años, en cambio, dicho temor anticipatorio desciende al 28,6%, cediendo lugar a una soledad vivenciada en el presente: la experiencia directa de sentirse "*Solo/a*" al momento de abrir la aplicación se cuadruplica en el grupo de mayor edad (del 10,5% al 42,9%), acompañada de incrementos en los estados afectivos de "*Tristeza*" (de 10,5% a 28,6%) y "*Vacío*" (de 15,8% a 28,6%). De este modo, la angustia existencial parecería desplazarse de un temor prospectivo hacia un estado

afectivo actual que motiva el acceso a la plataforma. Este hallazgo abre, a su vez, nuevas preguntas: ¿logran estas personas convivir con la soledad sin que ello implique ansiedad respecto de su carácter permanente, o se trata más bien de una aceptación de dicho sentimiento sin temor a que perdure en el tiempo? Cabe considerar también que el diseño de las preguntas de esta investigación tiende a interpretar la noción de compañía en clave amorosa, aun cuando el marco teórico refiere a una noción más amplia de soledad y compañía; no puede descartarse, por lo tanto, que algunas personas de la muestra deseen efectivamente una vida más solitaria en lo que respecta al plano de la pareja.

En relación con otra variable cuya diferencia etaria resulta relevante, se observa una diferencia notable en las condiciones de vivienda: mientras que en el tramo de 25 a 27 años predomina la residencia en el hogar familiar (63,2%; $n = 12$), en el tramo de 28 a 30 años la convivencia con la familia de origen disminuye de forma marcada (28,6%; $n = 2$), dando lugar al predominio del hogar unipersonal (57,1%; $n = 4$). Este cambio en las condiciones de convivencia se asocia, además, con un incremento en la presión percibida por cumplir mandatos sociales ligados a la vida en pareja: dicha percepción aumenta del 63,2% en el subgrupo más joven al 85,7% en el de mayor edad.

En diálogo con la sociología de las emociones (Illouz, 2019; Gentile, 2019), tanto la soledad del espacio habitacional propio como la proximidad a los 30 años actuarían como amplificadores del mandato de emparejamiento. Este dato habilita nuevas preguntas sobre qué significa subjetivamente, para cada participante, mudarse en soledad: si se trata de una emancipación respecto de mandatos recibidos, o si, por el contrario, estos mandatos continúan sosteniéndose incluso en esa nueva situación habitacional. Sería relevante, en investigaciones futuras, indagar en qué medida media un deseo genuino y en qué medida la dificultad de desprenderse de discursos interiorizados sobre la vida en pareja.

Una última cuestión de interés surge en torno a la compulsividad: en relación con este aspecto, los resultados permiten descartar la idea de un uso adictivo o descontrolado en términos conductuales, dato que generó controversia al momento del análisis, dado que los participantes reportaron ciertos afectos asociados a conductas de búsqueda compulsiva, aunque pocos declararon verse efectivamente conducidos hacia ese tipo de conducta. Podría pensarse que el nivel socioeconómico y educativo de la muestra favorece una mejor regulación de estos afectos de malestar.

La gran mayoría de los participantes (84,6%) exhibe una baja intensidad de acceso diario: el 53,8% ingresa *“Menos de una vez al día”* y el 30,8% lo hace *«Una vez al día»*, mientras que sólo una minoría (15,4%) revisa la aplicación con frecuencia (*“Entre 2 y 7 veces por día”*). Sin embargo, al indagar en la dimensión psicológica de la conducta, la compulsividad que no se manifiesta en la frecuencia de acceso aparece en la función de regulación afectiva que cumple la aplicación, como se

señaló previamente: la mitad de los encuestados admite recurrir a ella como mecanismo de evasión para modificar su estado de ánimo, entre “*Muchas veces*” (19,2%) y “*Algunas veces*” (30,8%). Este resultado es contrario a lo hallado por Timmermans y De Caluwé (2017), y refuerza la hipótesis de una relación entre el uso de aplicaciones de citas y una cuestión existencial más profunda, en la medida en que estos datos de uso aparecen acompañados del temor a la soledad mencionado anteriormente.

Las observaciones mencionadas no formaban parte de los objetivos originales de la investigación, pero resultan pertinentes en la medida en que enriquecen las preguntas que dieron origen a este estudio y abren nuevos interrogantes para futuras investigaciones.

En primer lugar, gran parte de estas cuestiones remite a la relación entre las preocupaciones existenciales y una cultura que propone experiencias que moldean las preguntas y angustias que, desde el marco teórico aquí presentado, atraviesan la existencia humana. En segundo lugar, se observa una coincidencia con los planteos de Bauman (2003) sobre los modos modernos de vinculación, no obstante, la frecuencia de uso hallada permite cuestionar en qué medida ese efecto se extrapola efectivamente a los vínculos reales de los participantes, cuestión que sólo podría dilucidarse recolectando información sobre sus relaciones sexoafectivas, algo que excedía los objetivos de esta investigación.

Quedan, por último, otras preguntas abiertas, como las posibles diferencias en el uso de estas aplicaciones entre comunidades LGBT y heterosexuales; sin embargo, el escaso número de participantes LGBT en esta muestra impide realizar inferencias válidas sobre ese colectivo, por lo que se trataría de una línea de investigación futura independiente.

Conclusión

El desarrollo de esta investigación permitió abordar el fenómeno del uso de aplicaciones de citas en jóvenes de 25 a 30 años de San Isidro, no solo desde una perspectiva instrumental o sociológica, sino indagando en las vivencias subjetivas que subyacen a su uso recurrente. El análisis de los datos a la luz del marco teórico existencial permite pensar que el enfrentamiento con las preocupaciones últimas planteadas por Yalom (1984/1980), en particular el aislamiento existencial, se asocia de manera relevante con estas conductas en los jóvenes estudiados.

En relación con la pregunta de investigación, los resultados sugieren que dicha relación no es directa, sino que estaría mediada por un intento de aliviar la angustia derivada de la preocupación última por el aislamiento existencial.

Los resultados confirmaron que la preocupación por el aislamiento y el miedo a la soledad se presentan de forma amplia y persistente en la muestra. La coexistencia de este temor con una alta valoración de las amistades reales y con satisfacción en actividades recreativas personales sugiere que la vivencia del aislamiento existencial no respondería únicamente a una carencia objetiva de red social, sino a una dimensión propia de la experiencia humana que no se resuelve solo con la presencia de otras personas. Asimismo, la marcada sensación de que *"falta algo"* por no estar en pareja mostraría cómo la angustia existencial adquiere formas moldeadas por los mandatos socioculturales, al tiempo que la cultura, a través de estas aplicaciones, parece ofrecer también modos de apaciguar dicha angustia.

En relación con las modalidades de uso y sus motivaciones, se observó un patrón caracterizado por un uso sostenido de la herramienta, con un acceso moderado y una coexistencia de motivos ambivalentes. Si bien la búsqueda explícita de citas fue el fin más frecuentemente declarado, esta coexistió de forma significativa con motivos de evasión, como las opciones *"matar el aburrimiento"* o *"distraerse de las preocupaciones"* incluidas en el cuestionario. Uno de los hallazgos más relevantes en este punto es la inconsistencia entre la motivación manifiesta y la concreción efectiva de encuentros presenciales, dado que el paso del plano virtual al físico fue prácticamente nulo entre los participantes.

En relación entre la vivencia subjetiva del aislamiento y la función que adquiere el uso de estas aplicaciones. Los datos permiten interpretar que las aplicaciones de citas operarían, para estos jóvenes, como un mecanismo de carácter evasivo frente a la angustia derivada del aislamiento existencial. El uso de la plataforma, el escaneo de perfiles y la acumulación de matches parecerían cumplir la función de atenuar momentáneamente estados afectivos displacenteros, como el aburrimiento, la ansiedad o el vacío, mediante una ilusión de disponibilidad y conectividad permanente. Estas aplicaciones ofrecerían así una suerte de "conexión de bolsillo" (Bauman, 2003) que calma la incertidumbre de manera inmediata, pero que, al inhibir la posibilidad de concretar

encuentros reales con otra persona, no permitiría una elaboración efectiva del conflicto existencial ni una reducción sostenida del sentimiento de soledad vinculado a la preocupación última por el aislamiento existencial.

Los resultados obtenidos son consistentes con la hipótesis planteada en esta investigación, las aplicaciones de citas no estarían cumpliendo, para estos jóvenes, un rol de resolución vincular efectiva, sino que funcionarían como dispositivos de regulación emocional y contención defensiva. Frente a la dificultad de tolerar la frustración, la incertidumbre y la vulnerabilidad que implica el encuentro presencial con otra persona, la superficie virtual ofrecería un refugio que calma el malestar y cierta angustia de manera momentánea, aunque perpetuando el clima de vacío y aislamiento.

Como propone Frankl (1991/1946) desde la logoterapia, la superación de la angustia por el aislamiento requeriría del compromiso, la autotranscendencia y el encuentro auténtico con el otro, dimensiones que la arquitectura efímera y mercantilizada de las plataformas digitales tendería a postergar. No obstante, estas interpretaciones se realizan a la luz de un diseño correlacional con una muestra reducida y no probabilística, por lo que deben entenderse como una lectura teórica plausible y no como una demostración concluyente de dichas relaciones.

Referencias Bibliográficas

- Aziz, F. (2019). Visual self-presentation on Tinder: A fluid culture of casual encounters. *Digital Culture & Society*, 5(1), 117–134. <https://doi.org/10.14361/dcs-2019-0108>
- Balbín Gómez, L. (2024). Emociones percibidas tras un encuentro presencial: el rol del autoconcepto y los motivos de uso de aplicaciones de citas.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529.
- Beck, U., & Beck-Gersheim, E. (1998). *El normal caos del amor: Las nuevas formas de la relación amorosa*. Paidós.
- Bonilla-Zorita, G., Griffiths, M. D., & Kuss, D. J. (2023). Dating app use and wellbeing: An application-based pilot study employing ecological momentary assessment and objective measures of use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(9), 5631.
- Cacioppo, J. T., & Cacioppo, S. (2018). Loneliness in the modern age: An evolutionary theory of loneliness (ETL). *Advances in Experimental Social Psychology*, 58, 127–197.
- Cacioppo, J. T., Cacioppo, S., & Boomsma, D. I. (2014). Evolutionary mechanisms for loneliness. *Cognition and Emotion*, 28(1), 3–21.
- Castro, Á., & Barrada, J. R. (2020). Dating Apps and Their Sociodemographic and Psychosocial Correlates: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6500. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186500>
- Fernández Del Río, E., Ramos-Villagrasa, P. J., Castro, Á., & Barrada, J. R. (2019). Sociosexuality and Bright and Dark Personality: The Prediction of Behavior, Attitude, and Desire to Engage in Casual Sex. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 2731.
- Fernández-Fernández, D., Calvo-González, S., Rodríguez-Pérez, S., & Rodríguez-Menéndez, M. D. C. (2018). ¡Tienes un Match! Autorrepresentaciones y rasgos comunicativos de las interacciones de jóvenes en Tinder.
- Frankl, V. E. (1992). *El hombre en busca de sentido: Introducción a la logoterapia* (4.ª ed.) (Trad. de I. Lasch). Beacon Press.

- Frankl, V. E. (1994). *Psicoanálisis y existencialismo: De la psicoterapia a la logoterapia*. Fondo de Cultura Económica.
- Fromm, E. (1956). *The art of loving*. Harper & Row.
- García Pérez, P., García Luis, L., & Izquierdo Izquierdo, L. (2024). Las relaciones de pareja y la era digital: un análisis a través de Tinder.
- García, E. E. E., Recendiz, M. D. J. R., Zuñiga, M. M. L., & Ruiz, J. C. L. (2025). Aislamiento social en adolescentes que usan redes sociales: diferencias por nivel educativo. *Latam: Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(2), 27.
- Gentile, N. (2019). Con qué sueñan los jóvenes ya qué le tienen temor. Un estudio exploratorio a nivel local.
- Glenn, N., & Marquardt, E. (2001). *Hooking up, hanging out, and hoping for Mr. Right: College women on dating and relationships today*. Institute for American Values.
- Heidegger, M. (1927). *Ser y tiempo* (Trad., prólogo y notas de Jorge Eduardo Rivera). Edición electrónica de www.philosophia.cl / Escuela de Filosofía Universidad ARCIS.
- Hobbs, M., Owen, S., & Gerber, L. (2017). Liquid love? Dating apps, sex, relationships and the digital transformation of intimacy. *Journal of Sociology*, 53(2), 271-284.
- Holtzhausen, N., Fitzgerald, K., Thakur, I., Ashley, J., Rolfe, M., & Pit, S. W. (2020). Swipe-based dating applications use and its association with mental health outcomes: A cross-sectional study. *BMC Psychology*, 8(1), 22.
- Illouz, E. (2019). *El fin del amor: Una sociología de las relaciones negativas* o su obra previa *Intimidades congeladas* (2007).
- Kugelberg, E. (2025). Dating Apps and the Digital Sexual Sphere. *American Political Science Review*, 119(4), 1761–1776. <https://doi.org/10.1017/S000305542400128X>
- Lacan, J. (1954-1955). *El Yo en la teoría de Freud y en la técnica psicoanalítica, El Seminario, Libro 2*. Paidós.
- Lasén, A. (2014). Las relaciones de bolsillo: la presencia digital de los objetos conectados. En *Mediaciones tecnológicas y transformaciones de los lazos sociales*. Universidad Complutense de Madrid.
- Linne, J., & Fernández Lopes, P. (2019). En búsqueda del match perfecto. Perfiles, experiencias y expectativas socioafectivas de jóvenes en torno a Tinder. *Última Década*, 27(51), 96-122.

- Palumbo, M. (2018). Motivaciones y expectativas en las búsquedas de vínculos eróticos y/o afectivos. *Cultura y Representaciones Sociales*, 13(25), 184-213.
- Rank, O. (1929). *The trauma of birth*. Harcourt, Brace & Company. (Obra original publicada en 1924).
- Rodríguez, K. R. A., & Aragón, R. S. (2022). ¿Por qué y para qué descargaste Tinder? Motivos de uso en usuarios solteros. *New Trends in Qualitative Research*, 14, e573-e573.
- Sartre, J.-P. (1946). *El existencialismo es un humanismo*. Ediciones Hachette.
- Thomas, M. F., Binder, A., & Matthes, J. (2024). The psychological influence of dating app matches: The more matches the merrier? *New Media & Society*.
- Thomas, M. F., Binder, A., & Matthes, J. (2025). Decision-making on dating apps: Is swiping more less and swiping right wrong?. *Media Psychology*, 1-32.
- Timmermans, E., & De Caluwé, E. (2017). Development and validation of the Tinder Motives Scale (TMS). *Computers in Human Behavior*, 70, 341–350.
- Timmermans, E., & De Caluwé, E. (2017). To Tinder or not to Tinder? The Big Five personality traits and Tinder motivations. *Computers in Human Behavior*, 73, 341–349.
- Turkle, S. (2012). *En defensa de la conversación: El poder de la conversación en la era digital* (Trad. J. C. Santos). Taurus.
- Tyson, G., Perta, V. C., Haddadi, H., & Seto, M. C. (2016). A first look at user activity on Tinder. *arXiv*. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1607.01952>
- Vaquero, S. (2022). Del contacto a la relación en Tinder. Un análisis etnográfico sobre el proceso de vinculación sexoafectiva mediada por aplicaciones de citas.
- Yalom, I. D. (1980). *Psicoterapia existencial*. Basic Books/Hachette Book Group.
- Yalom, I. D. (1980). *Psicoterapia existencial*. Editorial Herder.

Anexo 1

Consentimiento informado

La participación en esta investigación **es voluntaria y no se harán devoluciones** a quienes decidan participar.

La información brindada en esta encuesta es confidencial y anónima.

Dicha información se utilizará con fines académicos y de investigación para una tesina de grado de la Universidad de Belgrano, de la Licenciatura en Psicología.

Anexo 2

Cuestionario Ad hoc

Género * ☐ Hombre ☐ Hombre trans ☐ Mujer ☐ Mujer trans ☐ Persona no binaria ☐ Otro: _____	Estudio / Trabajo * ☐ Estudio ☐ Trabajo ☐ Trabajo y estudio ☐ No trabajo ni estudio	¿Hace cuanto tiempo que usas alguna aplicación de citas? * ☐ Entre 7 y 10 años ☐ Entre 5 y 7 años ☐ Entre 3 y 5 años ☐ Entre 1 y 3 años ☐ Menos de 1 año
Edad * ☐ 25 - 27 ☐ 28 - 30	Nivel académico alcanzado * ☐ Primario ☐ Secundario ☐ Tecnicatura ☐ Universitario ☐ Posgrado	¿Cada cuantas horas entras a la aplicación? * ☐ A cada hora ☐ Entre 2 y 7 veces por día ☐ Una vez al día ☐ Menos de una vez al día
¿Estás en pareja? * ☐ Sí ☐ No	¿Con quien vives? * ☐ Familia ☐ Pareja ☐ Solo ☒ Amigos ☐ Otro: _____	¿Qué buscas al usar la aplicación? * ☐ Distraerme de mis preocupaciones ☐ Matar el aburrimiento ☐ Buscar a alguien para tener una cita ☐ Buscar alguien para entablar una relación de pareja ☐ Buscar a alguien para tener relaciones sexuales casuales en algún momento ☐ Tener relaciones sexuales en las proximas horas ☐ Buscar a alguien para hacer amigos ☐ No sé que busco ☐ Otro: _____
Orientación sexual * ☐ Heterosexual ☐ Homosexual ☐ Bisexual ☐ Otro: _____		

¿Piensas que la aplicación te resulta útil para encontrar eso que buscas? * ☐ Siempre ☐ La mayoría de las veces ☐ Algunas veces ☐ Pocas veces ☐ Nunca	Al momento de ingresar a la aplicación, ¿qué estados de ánimo experimentas con más frecuencia? * ☐ Alegre ☐ Triste ☐ Eufórico/a ☐ Vacío/a ☐ Aburrido/ a ☐ Solo/ a ☐ Indiferente ☐ Curioso/ a ☐ Ansioso/ a ☐ Otro: _____
¿Con cuántas de las personas con las que hablas en esas aplicaciones sueles tener un encuentro presencial? * ☐ Todas ☐ La mayoría ☐ Algunas ☐ Pocas ☐ Casi ninguna ☐ Nunca tuve un encuentro con una persona con la que hablé en una aplicación de cita	La pregunta sobre un futuro en pareja o soltero, ¿es un tema recurrente en tu mente? * ☐ Siempre ☐ Muchas veces ☐ Algunas veces ☐ Pocas veces ☐ Nunca
¿Recurres a aplicaciones de citas para cambiar tu estado de animo (escapar, sentirte mejor)? * ☐ Siempre ☐ Muchas veces ☐ Algunas veces ☐ Pocas veces ☐ Nunca ☐ Otro: _____	¿Sientes que tienen que cumplir con algún mandato social relacionado a la vida en pareja? * ☐ Siempre ☐ Muchas veces ☐ Algunas veces ☐ Pocas veces ☐ Nunca

¿Crees que tienes que encontrar a una pareja estable para sentirte mejor? *

- ☐ Siempre
- ☐ Muchas veces
- ☐ Algunas veces
- ☐ Pocas veces
- ☐ Nunca

Si no estás en pareja, ¿sientes que te falta algo por no estarlo? (aunque creas que no deberías sentirte así) *

- ☐ Siempre
- ☐ Muchas veces
- ☐ Algunas veces
- ☐ Pocas veces
- ☐ Nunca

¿Te sientes distante o desconectado de las personas que te rodean? *

- ☐ Siempre
- ☐ Muchas veces
- ☐ Algunas veces
- ☐ Pocas veces
- ☐ Nunca

¿Tienes miedo a quedarte solo/a? *

- ☐ Siempre
- ☐ Muchas veces
- ☐ A veces
- ☐ Pocas veces
- ☐ Nunca

¿Tienes amistades que valoras? *

- ☐ Muchas
- ☐ Algunas
- ☐ Pocas
- ☐ No me siento cómodo mis amistades

¿Tienes actividades recreativas que disfrutas? *

- ☐ Sí
- ☐ No