

IMPACTO DEL USO DE REDES SOCIALES EN LA AUTOESTIMA DE ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA: PROPUESTA DE INTERVENCIÓN INTEGRAL.

Impact of Social Media Use on the Self-Esteem of Nursing Students: Proposal for a Comprehensive Intervention.

Paniagua Maciel, Zully María¹

1. Universidad Nacional de Concepción, Docente Facultad de Medicina. Concepción - Paraguay

RESUMEN

El presente artículo analiza la relación entre el uso de redes sociales y la autoestima en estudiantes de enfermería de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de Concepción, Paraguay. Se aplicó un enfoque cuantitativo, transversal y correlacional, utilizando la Escala de Autoestima de Rosenberg y un cuestionario sobre uso de redes sociales. Los resultados revelaron una correlación negativa entre el uso prolongado de redes sociales y los niveles de autoestima, indicando la necesidad de estrategias institucionales para promover un uso digital saludable. Se propone un modelo de intervención integral basada en talleres de concienciación, campañas de salud digital y fortalecimiento del apoyo psicológico, con el fin de contribuir al bienestar emocional y la formación integral de los futuros profesionales de enfermería.

Palabras clave: Redes sociales, Autoestima, Estudiantes de Enfermería, salud mental.

*Cómo referenciar este artículo/
How to reference this article*

Paniagua Maciel, Zully María. Impacto del uso de redes sociales en la autoestima de estudiantes de enfermería: propuesta de intervención integral. Rev. Medicinae Signum. 2026; 5(1):33-35.

ABSTRACT

This study analyzes the relationship between social media use and self-esteem among nursing students at the Faculty of Nursing and Midwifery in Concepción, Paraguay. A quantitative, cross-sectional, and correlational design was applied using the Rosenberg Self-Esteem Scale and

a questionnaire on social media habits. Results showed a negative correlation between prolonged social media use and self-esteem levels, highlighting the need for institutional strategies to promote healthy digital habits. An integrated intervention model is proposed, including awareness workshops, digital health campaigns, and enhanced psychological support to foster emotional well-being and holistic professional development.

Key words: Social media, Self Concept, Students, Nursing, Mental health.


INTRODUCCIÓN

Las redes sociales se han convertido en un elemento central de la vida cotidiana, especialmente entre jóvenes universitarios. Si bien facilitan la comunicación y el aprendizaje colaborativo, su uso excesivo puede asociarse con problemas de autoestima,

ansiedad y bienestar emocional. En el ámbito de la enfermería, donde el equilibrio psicológico es fundamental para el desempeño profesional, comprender esta relación es clave para implementar estrategias preventivas y de intervención efectivas. El presente estudio busca analizar dicha relación y

Fecha de recepción: noviembre 2025. Fecha de aceptación: noviembre 2025

*Autor de correspondencia: Paniagua, Zully. E-mail: zuma.pama@gmail.com

 Este es un artículo fue publicado en acceso abierto, bajo licencia de Creative Commons Reconocimiento-Compartir Igual 4.0 Internacional.

ofrecer una propuesta práctica basada en evidencia.

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, transversal y correlacional. La población estuvo compuesta por estudiantes de la Facultad de Enfermería y Obstetricia de Concepción, con una muestra representativa de 100 participantes seleccionados aleatoriamente. Se aplicaron dos instrumentos: (1) la Escala de Autoestima de Rosenberg, que evalúa el nivel de autoestima en una escala de 10 ítems; y (2) un cuestionario estructurado sobre hábitos de uso de redes sociales, tiempo de conexión y percepción de bienestar. Los datos fueron analizados mediante estadística descriptiva y correlacional, utilizando coeficientes de Pearson para determinar la relación entre las variables.

RESULTADOS

Tabla 2. Tiempo de uso de redes sociales

Categoría	Porcentaje
<1 hora	10
1-2 horas	25
2-4 horas	40
>4 horas	25

Tabla 2. Tiempo de uso de redes sociales

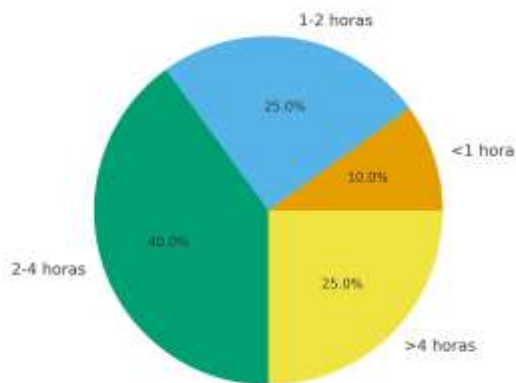


Tabla 3. Frecuencia de uso por tiempo del día

Periodo del día	Porcentaje
Mañana	20
Tarde	35
Noche	45

Tabla 3. Frecuencia de uso por tiempo del día

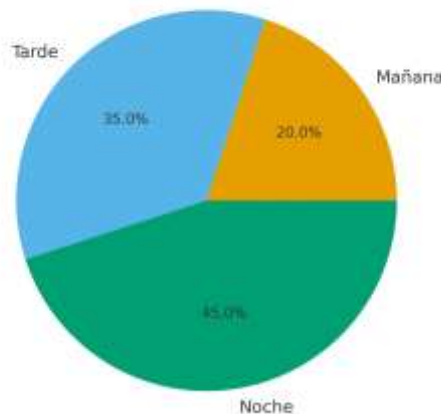
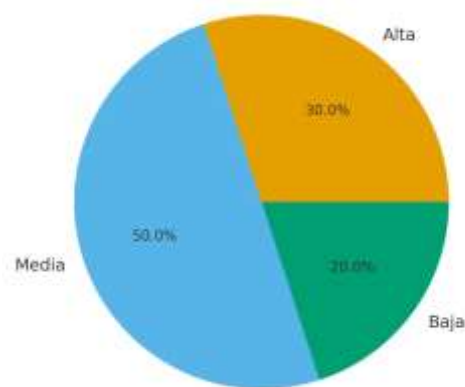


Tabla 5. Escala de Autoestima de Rosenberg.

Nivel de autoestima	Porcentaje
Alta	30
Media	50
Baja	20

Tabla 5. Escala de Autoestima de Rosenberg



El análisis correlacional mostró una relación negativa significativa ($r = -0.58, p < 0.05$) entre el tiempo de uso y los niveles de autoestima, indicando que a mayor tiempo de uso, menores niveles de autoestima.

DISCUSIÓN

Los resultados confirman una correlación negativa entre el tiempo de uso de redes sociales y los niveles de autoestima. Los estudiantes que pasan más de cuatro horas diarias en redes muestran niveles significativamente más bajos de autoestima. Estos hallazgos coinciden con estudios previos que vinculan la comparación social y la dependencia digital con la baja percepción personal. Es necesario implementar intervenciones institucionales orientadas a promover un uso consciente y saludable de las plataformas digitales.

CONCLUSIÓN

El uso excesivo de redes sociales tiene un impacto negativo significativo

sobre la autoestima de los estudiantes de enfermería. Se recomienda aplicar programas integrales de bienestar digital que incluyan educación emocional, acompañamiento psicológico y políticas institucionales sobre uso responsable de tecnologías. La intervención propuesta busca fortalecer la salud mental y el desempeño académico de los futuros profesionales de enfermería. A nivel institucional, se recomienda la inclusión de módulos sobre bienestar digital en la formación académica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- 1- Díaz Gandasegui V. Redes sociales y educación. *Rev Comun Educ.* 2011;5(2):45–56.
- 2- Moral M, Fernández M. Impacto del uso de redes sociales en la salud mental juvenil. *Rev Psicol Univ.* 2019;12(3):123–34.
- 3- Echeburúa E. Adicción a las nuevas tecnologías. *Psicología Conductual.* 2012;20(3):489–505.
- 4- Organización Mundial de la Salud. Informe sobre salud mental. Ginebra: OMS; 2022.
- 5- Rosenberg M. Society and the adolescent self-image. Princeton University Press; 1965.