



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.

<http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

Año: XI Número: 3 Artículo no.:65 Período: 1 de mayo al 31 de agosto del 2024

TÍTULO: Autoestima en estudiantes universitarios del área de Nutrición.

AUTORES:

1. Dr. Ángel Esteban Torres-Zapata.
2. Máster. Juan Eduardo Moguel-Ceballos.
3. Dra. Teresa de Jesús Brito-Cruz.

RESUMEN: La autoestima integrada por dimensiones físicas, cognitivas, sexuales, sociales y morales, contribuyen a la imagen personal, y esto puede afectar la salud mental y el rendimiento académico. El propósito es determinar los niveles de autoestima de estudiantes de nutrición de tres instituciones de educación superior. El estudio fue multicéntrico con enfoque cuantitativo y muestreo no probabilístico. Se utilizó la escala de Rosenberg para medir los niveles de autoestima. El 50,98% de los universitarios presentaron niveles de autoestima altos, el 49,02% mostró dificultades de autoestima. Existe una diferencia estadísticamente significativa con base al nivel de autoestima según la edad, recomendándose la implementación de estrategias de mentoría y canalización, permitiendo así una atención acorde a la edad y los ciclos escolares.

PALABRAS CLAVES: autoestima, competencia, escala de Rosenberg, salud mental.

TITLE: Self-esteem in university students in the area of Nutrition.

AUTHORS:

1. PhD. Ángel Esteban Torres-Zapata.
2. Master. Juan Eduardo Moguel-Ceballos.

3. PhD. Teresa de Jesús Brito-Cruz.

ABSTRACT: Self-esteem, made up of physical, cognitive, sexual, social and moral dimensions, contributes to personal image and this can affect mental health and academic performance. The purpose is to determine the self-esteem levels of nutrition students from three higher education institutions. The study was multicenter with a quantitative approach and non-probabilistic sampling. The Rosenberg scale was used to measure levels of self-esteem. 50.98% of university students presented high levels of self-esteem, 49.02% showed self-esteem difficulties. There is a statistically significant difference based on the level of self-esteem according to age, recommending the implementation of mentoring and channeling strategies, thus allowing attention according to age and school cycles.

KEY WORDS: self-esteem, competence, Rosenberg scale, mental health.

INTRODUCCIÓN.

En la etapa universitaria, los estudiantes de pregrado experimentan una serie de expectativas, objetivos, metas, sueños e ilusiones, que manifiestan mediante la expresión de sus emociones e incluso mediante la estructuración de su propia autoestima, concibiéndose a esta como la construcción de la imagen de sí mismos a partir de la suma de las partes que influyen en su autopercepción (Torres-Zapata et al., 2022). La concepción del desarrollo de una autoestima y la graduación de niveles es un indicador del éxito o fracaso de una persona; tener una autoestima alta es un indicador de éxito, poniendo como manifiesto que personas con este nivel tienden a ser más activas, menos sensibles a las críticas y poseedores de un buen control sobre sus emociones, sentimientos y sobre el manejo del estrés (Vargas & Vásquez, 2019).

Tanto en el ámbito de formación profesional como de desarrollo personal, los estudiantes universitarios se encuentran expuestos al trabajo bajo presión y a la sobrecarga de actividades escolares que impactan su desarrollo académico, mediante la presencia de factores, que influyen e impactan su rendimiento, tales como el estrés, el nivel de autoestima insuficiente, e incluso la presencia de burnout académico,

partiendo de sus capacidad de afrontamiento y mecanismo de adaptación del sujeto a las exigencias del entorno en el que se desarrolla (Llanes-Castillo, et al., 2022); por tanto, el nivel de autoestima influye en su comportamiento, y por ende, en su desempeño académico.

Un regulador del comportamiento y determinante de la aptitud personal y social es la autoestima, el cual es un componente multidimensional, que se reconoce como una variable interpersonal trascendental para el monitoreo del estado de inclusión o exclusión de la existencia de esta en los sujetos, siendo esta una actitud conformada por el proceso de autoevaluación a partir de la percepción de aspectos positivos y negativos que se poseen sobre sí mismo (Torres-Zapata et al., 2023).

La autoestima está configurada a partir de la existencia de tres componentes; primeramente, el componente cognitivo, el cual es concebido como un conjunto de autoesquemas que contribuyen a la configuración de una idea, conocimiento, opinión, creencia, idiosincrasia y el manejo de la información personal. Seguidamente, se cuenta con el componente afectivo, el cual denota una valoración de aspectos positivos y negativos, que el sujeto en esencia posee, y por último, el componente conductual el cual se orienta a la ejecución de un comportamiento coherente y consecuente a partir de la tensión, intensidad y decisión de actuar (González-Vázquez, 2019; Torres-Zapata et al., 2023). La autoestima representa un estado anímico, el cual puede ser catalogado por niveles (autoestima alta, autoestima media y autoestima baja), la cual puede ser influida o determinada por un conjunto de situaciones propias de cada individuo (Vargas & Vásquez, 2019).

La autoestima ha sido concebida desde tiempos remotos como una experiencia con un enfoque interpersonal, desde la individualidad e intimidad del sujeto, la cual le permite llevar a cabo un proceso de valoración a partir de la evaluación de sí mismo, desde su perspectiva personal y desde el análisis de las situaciones en las que se encuentra inmerso y sus posibles consecuencias (Chilca, 2017).

Al referirnos a la autoestima, hemos de abordar en ambos externos, esto con base a la presencia en niveles que oscilan de baja autoestima a alta autoestima (González-Vázquez, 2019); por un lado, la

autoestima baja propiciará que los estudiantes universitarios se sientan de forma inapropiada en el desarrollo de su vida, llevándolo a construir pensamientos negativos influyentes, respecto a no ser merecedor de cosas buenas, impulsándolo a llevar a cabo elecciones erróneas, que impactan de forma desfavorable sus metas, e incluso, propiciando comportamientos destructivos que afectan su vida personal y académica, y por ende, su bienestar (Vargas & Vásquez, 2019).

Las personas que se encuentran en este estado tienden a retener más la información negativa externa, que perciben de sí mismos en lugar de retener la positiva, lo cual propicia que se desarrolle una percepción distorsionada de sí mismos, permitiendo así que quienes experimentan una autoestima baja tienden a ser más aprehensivos y perciban las interacciones sociales como un ataque personal, aun cuando esto no sea así (Durán & Crispin, 2020).

En el otro extremo se tiene a la autoestima alta, la cual es positiva o favorecedora para el estudiante universitario, ya que quienes la experimentan, poseen un alto estado de bienestar, llevándolos a sentirse y lucir bien, manifestando en todo momento ser personas efectivas y productivas, las cuales responden bien al entorno, desarrollando una consciencia social de reciprocidad y ayuda (Maya & Rivero, 2020). Debido a múltiples factores relacionados con el contexto educativo, familiar, social y personal, la autoestima puede experimentar variaciones desde aumentar o disminuir, lo cual influye en la configuración de su carácter, y por consecuencia, de su personalidad.

Aun cuando en la infancia se es más susceptible a las afectaciones a la autoestima por diversos motivos, la adolescencia y la adultez no están exentos de dichos cambios influenciados por las experiencias que van desde la sensación de fracaso, las experiencias negativas así como el miedo y el temor, que pueden influir para que la autoestima baje o disminuya, mientras que por otro lado, los éxitos, las buenas relaciones y el amor pueden aumentarla y permitir que esta se consolide incrementando en el estudiante universitario su nivel de bienestar (Torres-Zapata et al., 2023); por ende, el nivel de autoestima de los universitarios influye de forma global en su vida cotidiana desde la esfera personal hasta la profesional.

Sin duda alguna, la autoestima influye en las personas de forma decisiva sin importar la edad o la cultura, a los estudiantes universitarios su desarrollo les permite apropiarse de las destrezas cognitivas que los habilitan para solucionar conflictos y obtener mejores resultados académicos (Vargas & Vásquez, 2019), siendo así, que este fenómeno es motivo de consulta en las instituciones de educación superior del país y del mundo en relación al abordaje de la orientación estudiantil, poniendo de manifiesto que el 83% de estudiantes universitarios que asisten a consulta por problemas y dificultades académicas asocian su situación actual a la presencia de niveles altos de tensión aunados a niveles muy bajos de autoestima que desencadenan problemas interpersonales, que se encauzan a la académico, llevándolos a afectar su trayectoria escolar e incluso a la deserción escolar (Torres-Zapata et al., 2020). Con base a estudios de la autoestima en estudiantes universitarios en el área de la salud, se ha comprobado, que la autoestima funge como proceso regulador de la conducta, así como un factor determinante para el logro de procesos de adaptación tanto en la esfera social como en la esfera que compete a la salud, las cuales generan en los estudiantes universitarios una influencia que impacta el rendimiento general en la universidad; dichos estudios han evidenciado, que los estudiantes de pregrado del área de la salud vivencian en su entorno altos estresores psicosociales, que repercuten en su salud mental, estableciendo con ello una interrelación del impacto de la baja autoestima en el rendimiento académico y profesional (Vargas & Vásquez, 2019; González-Vázquez, 2019; Durán & Crispin, 2020); objeto de estudio que llama la atención de las Instituciones de Educación Superior del país para su observancia y atención.

La importancia del cuidado de la autoestima está siendo subestimada aun cuando de forma global se reconoce su existencia y su impacto en la vida de las personas, su aplicabilidad de forma preventiva cada vez va tomando mayor importancia ante la visibilidad de problemas perceptibles, que se interrelación con su existencia y su nivel (Stevens & Moral, 2022). Dichos problemas ligados a la autoestima pueden ser aquellos que perjudican y repercuten en las relaciones sociales, el maltrato en

sus diversas manifestaciones, el desempeño académico manifestado en el rendimiento académico, y por ende, en la eficiencia terminal, procesos de desesperanza que lleva a manifestaciones de trastornos afectivos como lo es la depresión, y en casos más severos, la ideación o el riesgo suicida, siendo estas conductas detonantes para la búsqueda del apoyo profesional o bien para el despertar del interés en la cooperación de la sociedad en la atención preventiva a este fenómeno conductual ligado al desarrollo de la autoestima (Gómez et al., 2020).

Es válido señalar, que son pocos los instrumentos existentes para evaluar esta variable; los más conocidos y usados a nivel internacional son: el Cuestionario de Rosenberg y el Inventario de Autoestima de Coopersmith, siendo el cuestionario de Rosenberg un cuestionario orientado a explorar la autoestima personal entendida como los sentimientos de valía personal y de respeto a sí mismo, y el Inventario de Autoestima de Coopersmith, cuya finalidad es medir las actitudes valorativas hacia el sí mismo, en las áreas: personal, familiar y social, ambos validados en varios países de América Latina como Brasil y México (Martínez & Alfaro, 2019; Díaz-Rábago et al., 2022).

Por lo anterior, el objetivo de este estudio es determinar los niveles de autoestima en estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de tres Instituciones de Educación Superior (IES) en México, cuya caracterización proporcionará una descripción de esta población para así poder desarrollar acciones que ayuden a mejorar la autoestima en jóvenes universitarios.

Metodología.

Es un estudio multicéntrico, con enfoque cuantitativo, observacional, descriptivo con corte transversal con muestreo no probabilístico de casos consecutivos. El estudio presenta un muestreo no probabilístico, siguiendo el criterio de conveniencia, accesibilidad y disponibilidad de los participantes, incluyéndose a la totalidad de alumnos de nuevo ingreso a las tres IES en estudio. Se excluyó a aquellos estudiantes que dejaron campos sin responder.

Para medir el nivel de autoestima en los estudiantes sujetos de estudio, se utilizó la escala de Rosenberg (1989), que tiene como objeto de evaluar el sentimiento de satisfacción que la persona tiene de sí misma, la cual es autoadministrada que consta de 10 ítems, frases de las que cinco están enunciadas de forma positiva y cinco de forma negativa para controlar el efecto de la aquiescencia autoadministrada. Se puntúan entre 1 y 4 puntos, lo que permite obtener puntuaciones entre 10 y 40 puntos. Los criterios de respuesta son de "muy en desacuerdo" a "muy de acuerdo".

Los rangos para determinan el nivel de autoestima son: 30 a 40 puntos – autoestima elevada, considerada como un nivel de autoestima normal; 26 a 29 puntos – autoestima media, este nivel indica que no se presentan problemas de autoestima graves; sin embargo, sería conveniente mejorarla; menos de 25 puntos – autoestima baja, en este tipo de rango existen problemas de autoestima significativos. Las propiedades psicométricas de la escala traducida y validada en castellano demuestran que tiene una consistencia interna adecuada entre 0,76 y 0,78 y una fiabilidad de 0,80, por lo que se considera una escala válida y confiable para medir la autoestima (Martínez & Alfaro, 2019).

El instrumento fue digitalizado y programado mediante la herramienta Formulario de Google Drive, mismo se realizó de agosto a septiembre del 2022 a estudiantes de nuevo ingreso en el área de la salud de tres Instituciones de Educación Superior (IES) del sureste y uno del centro México. Se incluyó a todos los estudiantes que aceptaron participar voluntariamente. La participaron en este estudio de forma voluntaria, una vez explicados los objetivos de éste, asegurando el anonimato tanto de los estudiantes como así también de los resultados, respetando la autonomía de los estudiantes, como así también se respetó la confidencialidad de los mismos; este estudio no influye negativamente con los procesos académicos de cada estudiante, respetando el principio de no maleficencia.

La información fue organizada y tabulada en una base de datos diseñada por el grupo investigador en una hoja de cálculo desarrollada en el programa Microsoft Excel Office 2016 y analizada en el Software estadístico IBM SPSS versión 22. El análisis estadístico se realizó aplicando la estadística descriptiva,

calculando distribuciones de frecuencia absoluta y relativa para las variables categóricas y medidas de tendencia central y dispersión para las variables cuantitativas. Para la presentación de los datos se realizaron tablas y gráficas.

Resultados.

La muestra final estuvo compuesta por 255 estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Nutrición de tres IES de México, y en la tabla 1 se aprecian las características generales de la muestra de estudio.

Tabla 1. Características generales de la muestra.

Características		Total	IES 1	IES 2	IES 3
Estudiantes	f	255	27	58	170
	%	100	10.59	22.75	66.67
Femenino	f	187	24	43	120
	%	73.33	9.41	16.86	47.06
Masculino	f	68	3	15	50
	%	26.67	1.18	5.88	19.61
Preparatoria pública	f	204	17	48	139
	%	80.00	6.67	18.82	54.51
Preparatoria privada	f	51	10	10	31
	%	20.00	3.92	3.92	12.16
Edad	□	19.45 ± 3.54	20.81 ± 6.43	19.93 ± 4.28	19.35 ± 2.38

En la tabla 2, se muestran los resultados respecto a las características emocionales de los estudiantes según el instrumento de Rosenberg.

Tabla 2. Nivel de autoestima de la muestra total.

IES		Interpretación		
		Autoestima elevada 30 - 40	Autoestima media 26 - 29	Autoestima baja < 25
General	f	130	104	21
	%	50.98	40.78	8.24
	□	31.09 ± 1.98	27.56 ± 1.16	23.21 ± 1.86
1	f	17	9	1
	%	6.67	3.53	0.39
	□	32.18 ± 1.89	27.56 ± 1.16	25
2	f	29	25	4
	%	11.37	9.80	1.57

	□	31.79 ± 1.69	27.52 ± 1.27	21.15 ± 3.35
	f	84	70	16
3	%	32.94	27.45	6.27
	□	32.29 ± 2.36	27.6 ± 1.09	23.38 ± 2.24

En la tabla 3, se visualizan los resultados del nivel de autoestima según el género.

Tabla 3. Nivel de autoestima de acuerdo con el género.

Género		Autoestima elevada 30 - 40	Interpretación	
			Autoestima media 26 - 29	Autoestima baja < 25
Masculin	f	38	28	2
	o %	55.88	41.18	2.94
	□	32.37 (2.5)	27.43 (0.97)	24 (1)
Femenin	f	92	76	19
	o %	49.20	40.64	10.16
	□	32.08 ± 2.01	27.63 ± 1.22	22.95 ± 2.72

Se llevó a cabo una comparación de medias entre la variable de género y los resultados de la evaluación de autoestima, donde no se encontraron diferencias significativas. Por otra parte, se realizó una prueba de ANOVA para observar si existían diferencias entre los grupos de acuerdo con el grado de autoestima que presentaron los participantes con respecto a la edad, encontrando diferencia estadísticamente significativa ($p= 0.054$).

Discusión.

La autoestima es multidimensional, ya que se integra por aspectos de tipo físico, cognitivo, sexual, social y moral, siendo un proceso de construcción de la imagen personal que se va configurando a lo largo de la vida. En la adolescencia, la valoración y percepción que se tiene de sí mismo resulta una de las más importantes para la configuración y consolidación de la identidad; en este proceso de transición y construcción se adhieren la capacidad para coordinar, resolver y normalizar los atributos contradictorios, y se reduce la experiencia de conflicto sobre el tipo de gente que la persona realmente quiere ser (Núñez et al., 2019).

Dicho proceso de valoración influyen en el desempeño de sus actividades cotidianas en el desarrollo de su desempeño profesional, por lo que es necesario que los estudiantes de pregrado del área de la salud posean un nivel de autoestima suficiente, que les brinde la seguridad y confianza en la adquisición de competencias laborales, que los habiliten para su inserción en el campo profesional; no obstante, cabe señalar, que la autoestima en estudiantes del área de la salud suele ser media y baja (Durán & Crispin, 2020); por tanto, se visualiza la necesidad de establecer estrategias que ayuden a fortalecer y mejorar el nivel de autoestima de los estudiantes universitarios, posibilitándolos con ello en incrementar la adquisición de habilidades blandas que contribuirán a su desarrollo personal, académico y profesional.

A partir de este abordaje es que se enfatiza la importancia de llevar a cabo este estudio, ya que las IES tienen el compromiso de identificar en sus aspirantes el nivel de autoestima, que permita al alumno apreciarse y asumir la responsabilidad de dirigir su vida, debido a que ello constituye las herramientas que le facilitan la armonía y la convivencia con el ambiente, así como también las destrezas cognitivas que le permitirán progresar en su carrera universitaria (Chávez & Peralta, 2019); en especial, en programas relacionados con la salud, permitiendo con ello, robustecer el desarrollo de competencias socioemocionales orientadas al desarrollo de habilidades blandas que desarrollen profesionales de la salud aptos para la interrelación con quiénes estarán a su cuidado.

Los resultados obtenidos en la investigación muestran, que de forma general, el 50.98 % presentan un nivel de autoestima elevada, lo cual se considera un nivel normal, según la escala utilizada, encontrándose un comportamiento diferente entre las tres IES de forma porcentual. Estos hallazgos son menores a lo presentado por Vargas y Vázquez (2019), que encontraron 91.54 %, pero superior a lo reportado por Gonzales y Guevara (2016) con el 24.5 % y similar a lo determinado por Camacho-Santa y Vera-Ovelar (2019) con el 35 % y Silva & Monteiro (2020) con 34.5 %.

La autoestima dentro del nivel alto refiere a personas con características de expresividad, asertividad, manifestando éxito académico y social, siendo personas que confían en sus propias percepciones y esperan siempre el éxito, desarrollando trabajos de alta calidad, manteniendo altas expectativas con respecto a trabajos futuros, aunado al desarrollo de la creatividad, además son personas que se auto respetan y sienten orgullo de sí mismos, caminan hacia metas realistas, pero también puede referirse a un sentido exagerado, arrogante, grandioso, injustificado, de superioridad engréida sobre otros.

El 40.78 % fueron clasificados con un nivel de autoestima media, lo que se traduce en la premisa de que los estudiantes universitarios, no presenta problemas de autoestima graves, pero es conveniente mejorarla. En la literatura, estos resultados son similares a lo reportado por Camacho-Santa y Vera-Ovelar (2019) con el 41%, pero inferiores a Gonzales y Guevara (2016) con el 51% y Silva & Monteiro (2020) con 53.7 %. En este nivel de autoestima, se clasifican las personas, que dependen de la aceptación social, igualmente tienen alto número de afirmaciones positivas, siendo más moderadas en sus expectativas y competencias que las que obtienen un nivel de autoestima alto.

Esta investigación ha permitido observar, que existen el 8.24% estudiantes del primer ciclo que tienen una autoestima baja. Estos resultados son similares a lo reportado por Vargas y Vázquez (2019), que encontraron 8.46%; Silva & Monteiro (2020) con 11.6 % pero inferiores a lo determinado por Gonzales y Guevara (2016) con el 24.5 % y Camacho-Santa y Vera-Ovelar (2019) con el 24%. Una autoestima baja se refiere a una definición desfavorable del Yo, y este puede ser juicio bien fundado de los defectos de alguien como persona, o una deformación, con un sentido patológico de inseguridad e inferioridad. Generalmente, se caracteriza por la poca capacidad que tienen las personas para enfrentar los problemas. Su estado de ánimo puede disminuir fácilmente por situaciones difíciles y se les complica asumirlas, pues no tienen confianza en sí mismos para hacerlo. A estos sujetos se les reconoce también porque evitan compromisos y nuevas responsabilidades; además, tienden a estar tristes, preocupados,

inseguros, temerosos, con sentimientos de culpa e inferioridad, con muchas autocríticas destructivas, pocas habilidades sociales y estado de ánimo bajo.

Al relacionar la variable autoestima con el género, se observa que no existen diferencias significativas, lo cual es similar con Camacho-Santa y Vera-Ovelar (2019), que encontraron diferencias que no son significativas, pero los resultados principales indican que los hombres tienen una mejor aceptación y valoración de sí mismo que el grupo de mujeres.

La transición de la edad de la adolescencia a la edad adulta es una etapa crucial de la vida de cualquier individuo. Durante esta fase, el individuo se enfrenta a muchos problemas y muchas veces es muy difícil mantener el nivel óptimo de autoestima personal y colectiva (Ramos-Oliveira, 2016). En este estudio, se confirma lo anterior, ya que al realizar un ANOVA con la edad se encontró diferencia estadísticamente significativa, lo cual es importante resaltar y tener en cuenta en futuros estudios.

Al conocer y evaluar la autoestima que poseen las y los estudiantes de la Licenciatura en Nutrición de tres IES en México, se hará posible comenzar a generar estrategias de acción para reforzarla y ponderarla, de tal modo que logren, al finalizar la carrera, una inserción laboral exitosa y un crecimiento afectivo adecuado, ya que la autoestima influye directamente en el comportamiento de los individuos e incide en la promoción del bienestar psicológico, pues la forma en que se evalúa a sí mismo, el individuo tiene repercusión en todas las áreas del desarrollo social, emocional, intelectual, conductual y escolar (Stevens, & Moral, 2022). Lo anterior cobra relevancia al considerar que le corresponde a la universidad actual preparar seres humanos integrales, mediante el desarrollo de aptitudes y la promoción de actitudes para que a nivel profesional sean capaces de resolver con éxito los problemas sociales, consolidando profesionales de la salud con un equilibrio en su bienestar emocional, permitiéndoles con ello poseer competencias socioemocionales que los habilitarán para la interacción social en su campo de inserción.

La autorregulación de la conducta influye en la autoestima, siendo mediadora en la toma de decisiones, influyendo en la elección de objetivos y en el establecimiento de planes de actuación (Gómez, et al., 2020). La autoestima es el proceso mediante el cual el individuo examina sus actos, capacidades y atributos en comparación a sus criterios y valores personales que ha interiorizado. Ganar confianza en uno mismo es verdaderamente importante (Chávez, & Peralta, 2019). La autoestima es una actitud básica de gran trascendencia para la estructuración de la propia identidad y para la autorrealización de la personalidad; además, desempeña un papel mediador en el rendimiento escolar y en los procesos de percepción, interpretación y evaluación de uno mismo y de los demás, ocupando un lugar central en el área de la motivación (Gonzales & Guevara, 2016). El aspecto emocional influye en el bienestar del sujeto, y por ende, impacta el comportamiento en las esferas sociales y académicas e ahí la importancia de su abordaje y fortalecimiento.

La autoestima es la suma de la autoconfianza, del sentimiento de la propia competencia y del respeto y consideración que nos tenemos a nosotras mismas o nosotros mismos. Tener una baja autoestima es sentirse incapaz de afrontar los desafíos de la existencia (Camacho & Vera-Ovelar, 2019). Esto es de tal gravedad, que exige estar permanentemente a la defensiva contra todo y contra todos. Pronto aparecen los sentimientos negativos, las ideas obsesivas y erróneas; en consecuencia, el crecimiento personal queda bloqueado por estos mecanismos autodestructivos (Ramos-Oliveira, 2016). Las personas con baja autoestima, como defensa se ocultan tras un muro de desconfianza y se hunden en la soledad y el aislamiento. No es de sorprender, que en ocasiones recurran a drogas, al suicidio o al asesinato (Torres-Zapata et al., 2023), dando una alerta y un llamado para el establecimiento de estrategias institucionales para su prevención, atención e intervención.

Por lo anterior es importante indicar, que las instituciones educativas deberían introducir los principios y prácticas de la autoestima en sus currículos, porque esta es fundamental para que la persona alcance la plenitud y autorrealización física y mental, y logre conseguir metas importantes en su productividad

y creatividad. Entre los efectos positivos que se derivan de una autoestima alta están los siguientes: a) favorece el aprendizaje, b) ayuda a superar las dificultades personales, c) fundamenta la responsabilidad, d) desarrolla la creatividad, e) estimula la autonomía personal, f) posibilita una relación social saludable y g) garantiza la proyección futura de la persona entre otros (González-Vázquez, 2019), habilitándolos así con las herramientas socioemocionales necesarias para afrontar y desarrollarse de forma integral.

Es importante estudiar la autoestima en esta población por los diferentes trastornos mentales que pueden surgir por bajos niveles de autoestima entre los que se encuentran sobre todo los trastornos de depresión y los desórdenes alimentarios (Barrios et al., 2016); por lo anterior, es importante seguir estudiando esta población con muestreos probabilísticos que nos permitan generalizar los resultados, realizar estudios analíticos que permitan realizar comparaciones e identificar posibles factores de riesgo, así también es importante utilizar instrumentos que puedan definir cuantitativamente los niveles de autoestima para lograr mayor potencia estadística, y por lo tanto, obtener mejores resultados que puedan ayudar a caracterizar minuciosamente la autoestima en estos estudiantes así como los factores de riesgo y así establecer programas de intervención terapéutica (Chilca, 2017).

El siguiente estudio tiene su importancia y se justifica, a nivel teórico. La ejecución del presente estudio de investigación servirá de base para posteriores investigaciones; servirá como antecedente; y de este modo se tendrá un conocimiento más profundo de este problema. Asimismo, brindará la oportunidad de establecer conocimientos al describir la autoestima en estudiantes del primer ciclo de la Licenciatura en Nutrición de las IES participantes; todo ello durante el momento de estudio. Es importante señalar como una limitación de la presente investigación, la escasez de estudios o investigaciones específicas sobre la autoestima como variable independiente que sirvan como referente a la misma.

CONCLUSIONES.

Esta investigación ha permitido identificar, de forma general, que el (50.98%), los jóvenes universitarios muestran un nivel elevado de autoestima; no obstante, el 49.02% de la población muestra dificultades en el autoestima; esta población es el punto a trabajar como institución, debido a que al tener media-baja autoestima no sólo repercute en la personalidad sino en el desarrollo de las diversas actividades académicas, lo cual impacta y genera un bajo rendimiento académico; se requiere prestar atención a aquellos jóvenes universitarios que muestran índices bajos de seguridad, y es por ello, que se propone desarrollar e implementar estrategias de orientación a los universitarios sobre el impacto en los diversos aspectos de la vida que tiene una media-baja autoestima y proponer una canalización al departamento psicopedagógico de las IES para su atención y generar estrategias de intervención en las que se tomen en consideración la edad y los ciclos escolares, teniendo en cuenta los resultados presentados en esta investigación.

Dichas estrategias contribuirán a fortalecer la autoestima de los estudiantes de pregrado en el área de la salud, y dicho estado se verá reflejado en su desempeño académico, propiciando con ello un impacto en los índices de deserción y reprobación y por ende en la eficiencia terminal. Se requiere que a partir de dichos resultados se robusteza las competencias socioemocionales de los estudiantes universitarios para habilitarlos con herramientas que los ayuden a afrontar las necesidades o demandas de la etapa académica en la que transitan, y para con ello, asegurar su éxito académico y su desarrollo personal y profesional.

Conflictos de intereses.

Los autores del presente trabajo declaran no tener conflicto de intereses.

Agradecimientos.

Agradecemos a las instituciones participantes por la facilitación para desarrollar este trabajo, al Cuerpo Académico en Formación “Nutrición Aplicada y Educación”, que fueron de gran apoyo para la

realización de este producto, y a la dirección de la FCS por todas las facilidades brindadas; así mismo, agradecemos a la Dirección General de Investigación y Posgrado por el apoyo otorgado para la ejecución de este proyecto de Investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

1. Barrios, I, Piris, A, Torales, J, & Viola, L. (2016). Autoestima en estudiantes de medicina de la Universidad Nacional de Asunción, Paraguay. *Anales de la Facultad de Ciencias Médicas (Asunción)*, 49(2), 27-31. [https://doi.org/10.18004/anales/2016.049\(02\)27-032](https://doi.org/10.18004/anales/2016.049(02)27-032)
2. Camacho-Santa, C. C., & Vera-Ovelar, F. (2019). Niveles de autoestima en estudiantes de medicina de Santa Rosa del Aguaray. *Medicina Clínica y Social*, 3(1), 5-8. <https://doi.org/10.52379/mcs.v3i1.42>
3. Chávez, J. R., & Peralta, R. Y. (2019). Estrés académico y autoestima en estudiantes de enfermería, Arequipa-Perú. *Revista De Ciencias Sociales*, 25, 384-399. <https://doi.org/10.31876/rcs.v25i1.29629>
4. Chilca, M. L. (2017). Autoestima, hábitos de estudio y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Propósitos y Representaciones*, 5(1), 71. <https://doi.org/10.20511/pyr2017.v5n1.145>
5. Díaz-Rábago, A. B., Pérez-Montano, G., Puentes-Martínez, L., & Castillo-Morejón, M. (2022). Fiabilidad y validez de constructo del Inventario de Autoestima de Coopersmith en estudiantes de medicina. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 26(3), e5371. <https://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/5371>
6. Durán, J. J., & Crispin, D. (2020). Influencia de la autoestima en el rendimiento académico de estudiantes de la carrera de medicina de la Universidad Mayor de San Andrés. *Revista Médica La Paz*, 26(2), 9-15. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-89582020000200002&lng=es&tlng=es

7. Gómez, A. S., Núñez, C., Agudelo, M. P. Agudelo, & Caballo, V. E. (2020). Riesgo suicida y su relación con la inteligencia emocional y la autoestima en estudiantes universitarios. *Terapia psicológica*, 38(3), 403-426. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082020000300403>
8. Gonzales, K. M., & Guevara, C. (2016). Autoestima en los universitarios ingresantes de la facultad de medicina de la Universidad Nacional Mayor de San Marcos durante el año 2015. *Revista de Investigación Apuntes Psicológicos*, 1(1), 8-20. https://revistas.upeu.edu.pe/index.php/ri_apsicologia/article/view/871
9. González-Vázquez, B. (2019). ¿Como mejorar el aprendizaje? Influencia de la autoestima en el aprendizaje del estudiante universitario. *Revista Complutense de Educación*, 30(3), 781-795. <https://doi.org/10.5209/rced.58899>
10. Llanes-Castillo, A., Pérez-Rodríguez, P., Reyes-Valdéz, M. L., & Cervantes-López, M. J. (2022). Burnout: Efectos del confinamiento en estudiantes universitarios en México. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(3), 69-81. <https://doi.org/10.31876/rsc.v28i3.38451>
11. Martínez, G. D., & Alfaro, A. L. (2019). Validación de la escala de autoestima de Rosenberg en estudiantes paceños. *Fides et Ratio - Revista de Difusión cultural y científica de la Universidad La Salle en Bolivia*, 17(17), 83-100. Recuperado en 26 de febrero de 2023, de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2071-081X2019000100006&lng=es&tlng=es.
12. Maya, J., & Rivero, M. (2020). Asociación entre la autoestima y la depresión en estudiantes universitarios de la zona citrícola Nuevo León, México. *PsicoSophia*, 2(1), 1-11. <http://psicosophia.um.edu.mx/ojs/index.php/psicosophia/article/view/12>
13. Núñez, M. A., Clark, Y., Velarde, C. L., Esparza, I. G., Muñoz, S., & Parada, M. (2019). Autoestima y satisfacción con la vida en estudiantes universitarios de México, Bolivia y España. *Utopía y Praxis Latinoamericana*, 24(4), 104-115.

14. Ramos-Oliveira, D., (2016). Autoestima personal y colectiva: asociación con la identidad étnica en los brasileños. *Anuario de Psicología*, 46(2), 74-82. <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpsic.2016.07.004>
15. Silva, M. N. & Monteiro, J. C., (2020). Evaluación de la autoestima de jóvenes universitarias según criterio de raza/etnia. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 28, e3362. Epub October 19, 2020. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.3866.3362>
16. Stevens, R. P., & Moral, M. D. (2022). Empatía, inteligencia emocional y autoestima en estudiantes universitarios de carreras sanitarias. *Electronic Journal of Research in Education Psychology*, 20(57), 311-334. <https://doi.org/10.25115/ejrep.v20i57.5083>
17. Torres-Zapata, Á. E., Lara-Gamboa, C. C., Pérez-Jaimes, A. K., Estrada-Reyes, C. U., & Brito Cruz, T. del J. (2022). Emotional intelligence characterization in university students at a nutrition bachelor's degree. *Horizonte Sanitario*, 21(3), 365-372. <https://doi.org/10.19136/hs.a21n3.4839>
18. Torres-Zapata, A. E., Calderón-Morales, K. Y., Hernández-Montejo, J. A., Villanueva-Echavarría, J. R., & Brito Cruz, T. J. del. (2023). Estilos de aprendizaje influyentes para el desarrollo de las prácticas clínicas, en estudiantes universitarios del Área de la Salud. *Revista Conrado*, 19(91).
19. Torres-Zapata, Á. E., Rivera, J., Flores, P., García, M. P., & Castillo, D. A. (2020). Reprobación, síntoma de deserción escolar en licenciatura en Nutrición de la Universidad Autónoma del Carmen. *RIDE. Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 10(20), e009. <https://doi.org/10.23913/ride.v10i20.602>
20. Torres-Zapata, Á. E., Torres-Zapata, A., Acuña-Lara, J. P., Moguel-Ceballos, J. E., & Brito-Cruz, T. del J. (2023). Burnout, estrés y autoestima sobre el rendimiento académico en universitarios del área de la salud. *Revista Transdisciplinaria de Estudios Sociales y Tecnológicos*, 3(1), 47-60. <https://doi.org/10.58594/rtest.v3i1.63>

21. Vargas, A. C., & Vásquez, J. A. (2019). Nivel de autoestima de los estudiantes del primer ciclo de la Universidad Señor de Sipán – Chiclayo 2019. *Rev. Hacedor*, 3(2), 60-72. DOI: <https://doi.org/10.26495/rh1932.3206>

DATOS DE LOS AUTORES.

1. **Ángel Esteban Torres Zapata.** Doctor en Educación en el Centro internacional de posgrado (CIPAC) Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. etorre@pampano.unacar.mx

2. **Juan Eduardo Moguel Ceballos.** Maestro en ciencias de administración de la hospitalidad en la Universidad Internacional de Florida. Profesor Investigador de Tiempo Completo de la Facultad de Ciencias Económicas Administrativas de la Universidad Autónoma del Carmen. México. emoguel@pampano.unacar.mx

3. **Teresa del Jesús Brito Cruz.** Doctora en Psicopedagogía en el Instituto de Investigación y de Posgrado Luis Vives. Profesor Investigador de Tiempo Completo en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Autónoma del Carmen. México. tbrito@pampano.unacar.mx

RECIBIDO: 10 de enero del 2024.

APROBADO: 23 de febrero del 2024.