

Capítulo 1

Uso de redes sociales y comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena

Milena Paulette Torres Morán, Josué Daniel Pulley Salcedo, Carlos Ibrahin Matus Escandón, Heidy Patricia Salinas Zambrano

Resumen

El presente artículo analizó la relación entre el uso de redes sociales y la comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, empleando un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, transversal y descriptivo correlacional, teniendo una muestra conformada por 28 estudiantes seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia, aplicando instrumentos como una encuesta estructurada y la escala INCOM-E, utilizados para medir la tendencia a la comparación interpersonal, Estos datos procesados mediante un análisis estadístico descriptivo, apoyado en tablas cruzadas y frecuencias, se cargaron al programa SPSS. Los resultados obtenidos mostraron niveles medios de comparación, con mayor énfasis en logros académicos que en opiniones, asimismo el uso frecuente de redes sociales con fines comunicativos y académicos, aunque no se encontró un predominio claro de conductas comparativas, los datos evidencian que las plataformas digitales influyen en los procesos de autoevaluación, fomentando una comparación que podría afectar el bienestar psicológico. Se concluye que es necesario incentivar el uso responsable de las plataformas y desarrollar estrategias institucionales que consoliden la salud mental universitaria.

Palabras clave: redes sociales; comparación interpersonal; salud mental; estudiantes universitarios; psicología.

Torres Morán, M. P., Pulley Salcedo, J. D., Matus Escandón, C. I., & Salinas Zambrano, H. P. (2025). Uso de redes sociales y comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena. En H. M. Castillo Del Valle, G. A. Sornoza Zavala, & W. A. Zambrano Vélez, (Coords). *Salud mental en la era digital. Redes sociales, violencia y bienestar psicosocial (Volumen I)*. (pp. 17-36). Religación Press. <http://doi.org/10.46652/religacionpress.374.c792>



Introducción

Las redes sociales han transformado las formas de comunicación, generando nuevos escenarios de interacción que influyen en la construcción de la identidad de adolescentes y adultos jóvenes. Estas plataformas ofrecen beneficios como la socialización, la obtención de información académica y el fortalecimiento de vínculos, pero también representan riesgos vinculados a la adicción, la ansiedad y las comparaciones sociales negativas (Blackburn & Hogg, 2024). En el contexto universitario, los estudiantes de la carrera de Psicología se hallan en un hito decisivo de su formación académica y personal, lo cual los hace especialmente susceptibles a los efectos de las redes sociales. Analizar esta relación es fundamental tanto desde el punto de vista científico como para entender mejor los procesos psicológicos asociados; también desde lo social, para la planificación de estrategias que promuevan el bienestar en el entorno educativo, especialmente en los estudiantes universitarios de la Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), donde la exposición digital es constante.

El uso de redes sociales se define como la interacción que los individuos realizan en plataformas digitales con fines de comunicación, información y entretenimiento (Layan Azem, 2023, p. 1). La comparación interpersonal negativa hace referencia al proceso en el que los individuos evalúan sus logros, apariencia o desempeño frente a las representaciones idealizadas que observan en redes, lo que puede generar emociones de inferioridad y disminución del bienestar, como lo hace resaltar Sánchez Valtierra et al. (2024):

El uso intensivo de las redes sociales por parte de los adolescentes plantea diversas problemáticas que afectan directamente su bienestar psicológico. Entre las más significativas, se observa un incremento en la ansiedad y la depresión, exacerbadas por la constante comparación social y la presión por obtener aprobación a través de me gusta y comentarios. (p. 3156)

La teoría de la comparación social de Festinger (1954), aplicada al ámbito digital, explica que los individuos tienden a evaluarse en función de otros, fenómeno intensificado en redes sociales debido a la exposición constante a contenidos selectivos (Mingxuan Du, 2024, pág. 1). El modelo multidimensional del uso de redes sociales sostiene que los efectos psicológicos de estas plataformas dependen de la frecuencia de uso, las motivaciones y el tipo de interacción que los usuarios mantienen en ellas, Dorrestein et al. (2025, s. f.).

Estas teorías constituyen la base conceptual para analizar cómo los estudiantes de Psicología construyen su autopercepción y enfrentan comparaciones negativas en un contexto universitario atravesado por la interacción digital cotidiana.

La literatura internacional resalta tanto beneficios como riesgos. Por un lado, Rojas Encalada et al. (2025, p. 2) enfatiza que es necesario equilibrar los efectos positivos y negativos de las redes sociales. En cambio, Mingxuan Du (2024, p. 2) demostró que las personas con ansiedad y depresión experimentan mayor vulnerabilidad en el entorno digital, potencialmente elevando los niveles de los trastornos emocionales ya mencionados. También Sánchez Valtierra et al. (2024, p. 3159) encontraron que las redes sociales pueden permitir a individuos múltiples formas de comunicación, autoexpresión creativa, contenido educativo y entretenimiento.

En contraste con los estudios que destacan efectos positivos, Muñoz et al. (2024, p. 13) evidenciaron que la adicción a redes sociales está vinculada a depresión, ansiedad y bajo compromiso académico. En Latinoamérica, concluyeron que a pesar de tener beneficios se debería realizar más estudios e indagar a más profundidad, de igual manera se menciona la mala influencia en los individuos en relación con los aspectos físicos ideales por el consumo y la influencia de las redes sociales, consecuentemente esto afecta al bienestar psicológico (Fabianne et al., 2024, p. 19). Finalmente, Muñoz Franco et al. (2024, p. 13), señalaron que en situaciones de consumo inadecuado el impacto negativo de las redes en la salud mental se intensifica.

Estos hallazgos coinciden en que el uso excesivo y emocionalmente dependiente de las plataformas digitales puede exacerbar procesos de autoevaluación negativa y comparación interpersonal, especialmente en jóvenes universitarios que se encuentran en etapas de desarrollo personal y profesional.

El uso intensivo de redes sociales genera resultados contradictorios en la literatura científica. Mientras que algunos trabajos resaltan sus beneficios en la autorrevelación y en el fortalecimiento de la identidad, Moreno Padilla et al. (2025, p. 14), otros enfatizan su relación con depresión, ansiedad y baja autoestima (Mingxuan Du, 2024, p. 2). El vacío que se identifica radica en la falta de estudios enfocados en la comparación interpersonal negativa en adultos jóvenes universitarios, particularmente en el contexto ecuatoriano. Por consiguiente, se plantea la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo se relaciona el uso de redes sociales con la comparación interpersonal negativa en estudiantes universitarios de segundo semestre de la carrera de Psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena?

La actual investigación surge de la necesidad de reconocer la influencia del uso de las redes sociales en estudiantes universitarios, debido a que contribuye al análisis de los procesos cognitivos de autoevaluación. En el plano práctico, los resultados concederán la identificación de patrones de uso de redes sociales y sus implicaciones en la comparación interpersonal, esto servirá como base para crear programas de orientación universitaria y talleres psicoeducativos enfocados en la gestión emocional, el fortalecimiento de la autoestima y el uso responsable de las plataformas digitales. Estas acciones pueden integrarse a los servicios de bienestar estudiantil de la universidad, promoviendo estrategias preventivas frente a problemáticas como la dependencia digital, la ansiedad social o la baja autovaloración porque se podría aportar a la creación de programas de acompañamiento universitario; y en el plano social, la investigación adquiere relevancia al contribuir a la comprensión

de una problemática que trasciende el ámbito académico y afecta directamente la salud mental de los jóvenes. La comparación constante con los demás, alimentada por la cultura de las redes, impacta en la forma en que los estudiantes construyen su identidad y sus expectativas de éxito. Por ello, visibilizar esta relación en el contexto ecuatoriano puede impulsar campañas de sensibilización y políticas educativas orientadas a un uso más saludable y crítico de los medios digitales, fomentando una comunidad universitaria más empática y resiliente.

De esta manera, la investigación además de ampliar el conocimiento teórico sobre la comparación interpersonal en entornos digitales propone también un enfoque transformativo, orientado a promover la salud mental, la autorregulación y el bienestar psicológico de los futuros profesionales de la Psicología.

La Universidad Estatal Península de Santa Elena (UPSE), ubicada en la provincia de Santa Elena, Ecuador, se concibe como un espacio en el que los estudiantes de Psicología se enfrentan diariamente al uso de redes sociales. En este campo, las plataformas digitales representan, además de un canal de interacción académica y social, un medio en el que se desarrollan procesos de comparación interpersonal que repercuten en la construcción de identidad y el bienestar emocional. De igual manera, la realidad ecuatoriana comparte características con otros contextos latinoamericanos: la presencia constante de internet, el consumo excesivo de plataformas digitales y limitaciones socioeconómicas lo que puede contribuir a la vulnerabilidad psicológica. En este marco, analizar la relación entre redes sociales y comparación interpersonal negativa se vuelve esencial para fortalecer los programas de prevención y apoyo en salud mental universitaria.

En este contexto, la presente investigación se orienta a comprender de qué manera el uso de las redes sociales puede incidir en los procesos de autoevaluación y comparación interna que experimentan los estudiantes universitarios. Por ello, se plantea como

objetivo analizar la relación entre la comparación interpersonal y el uso de las redes sociales en jóvenes adultos universitarios estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena, considerando que este fenómeno puede tener implicaciones directas en su bienestar emocional, su autoestima y su adaptación al entorno académico.

Metodología

La presente investigación se enmarca en el enfoque cuantitativo, debido a que pretende examinar y determinar la relación que existe entre el uso de las redes sociales y la comparación interpersonal, este enfoque se distingue por recopilar datos medibles y analizarlos mediante procesos estadísticos para comprobar hipótesis y reconocer patrones de conducta; así como lo afirma Hernández Sampieri et al. (2014), dicho enfoque se apoya en la medición numérica y análisis estadístico para establecer pautas y validar teorías (p. 4).

Este estudio se inscribe en un paradigma positivista que garantiza el rigor científico de los hallazgos, el paradigma positivista permite analizar de forma objetiva la relación entre el uso de redes sociales y la comparación interpersonal según Mejía-Rivas (2022), “la realidad es absoluta y medible (...) la relación entre investigador y fenómeno de estudio debe ser controlada, puesto que no debe influir en la realización del estudio” (p. 11).

Para alcanzar los objetivos, se ha optado por un diseño no experimental, transversal y descriptivo-correlacional que responde a las características del problema, y busca analizar la relación entre el uso de las redes sociales y la comparación interpersonal sin manipular deliberadamente las variables, como enfatiza Fidias (2012), “el diseño de investigación es la estrategia general que adopta el investigador para responder al problema planteado” (p. 27).

Se apoya en el método deductivo que posibilita pasar de lo general a lo particular, como bien afirma Bernal (2010), “este método de razonamiento consiste en tomar conclusiones generales para obtener explicaciones particulares” (p. 59), este método resulta adecuado porque la investigación se basa en teorías psicológicas y sociales sobre el impacto de las redes sociales, la conducta y la autoimagen.

Esta investigación se clasifica como descriptiva y correlacional, ya que tiene como finalidad caracterizar y detallar el comportamiento de las variables permitiendo observar y describir fenómenos tal como se manifiestan en su contexto natural, sin intervenir ni modificar sus condiciones, como sugiere Bernal (2010), “se considera como investigación descriptiva aquella en que reseñan las características o rasgos de la situación o fenómeno objeto de estudio” (p. 113).

La población tiene como unidad de análisis a los estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena. Bernal (2010), enfatizó que “la población se define como el conjunto de todas las unidades de muestreo”. Así mismo el autor agrega que “la totalidad de elementos o individuos que tienen ciertas características similares y sobre las cuales se desea hacer referencia” (p. 160).

Se aplicó un muestreo no probabilístico por conveniencia, seleccionado a partir de los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología de la Universidad Estatal Península de Santa Elena que accedieron voluntariamente a participar en el estudio. Este tipo de muestreo se emplea cuando el investigador elige a los participantes que están disponibles o son accesibles, lo que permite obtener información útil en contextos donde no se requiere representatividad estadística, pero sí pertinencia con el objeto de estudio. De acuerdo con Bernal (2010), “el muestreo por conveniencia consiste en tomar a las personas que estén disponibles para el investigador, es decir, aquellas que por su proximidad o fácil acceso puedan aportar información al estudio” (p. 163).

En el presente trabajo se aplicó el instrumento de recolección de datos, ya que permitió obtener información directamente de los estudiantes acerca del uso de las redes sociales y la comparación interpersonal. Fidias Arias (2012), define a la encuesta como “una teoría que pretende obtener información que suministra un grupo o muestra de sujetos acerca de sí mismos o en relación con un tema en particular” (p. 72), lo que la hace adecuada para el objetivo de este estudio. Complementando a la encuesta, la investigación empleó la escala de Likert para medir las percepciones y actitudes de los estudiantes respecto al uso de redes sociales y la comparación interpersonal. Los autores Hernández Sampieri et al. (2014), definen la escala de Likert como “un conjunto de ítems que se presentan en forma de afirmaciones para medir la reacción del sujeto en tres, cinco o siete categorías” (p. 238). El instrumento de recolección de datos fue la prueba de INCOM-E, de acuerdo con sus creadores Gibbons y Buunk (2005), se define como “una escala que evalúa las diferencias individuales en la tendencia de cada persona a compararse con los demás, es decir en la orientación hacia la comparación social” (p. 563). El test ya mencionado fue validado con el Alfa de Cronbach el cual dio como resultado de 0.951, lo que indica una consistencia interna excelente, como enfatizó Lee Cronbach (1951), “Es un índice usado para medir la confiabilidad del tipo ‘consistencia interna’ de una escala, es decir, para evaluar la magnitud en que los ítems de un instrumento están correlacionados” (pp. 297-334).

Resultados

Uso de redes sociales: es la participación, interacción y creación de contenido que generan las personas en diversas plataformas digitales como Instagram, TikTok, Facebook, X o Twitter, WhatsApp, entre otras. Las actividades que se pueden impartir dentro de estos entornos digitales son compartir información, comunicarse, publicar multimedia, consumir contenido como noticias, entretenimiento, lo que permite crear una identidad digital, desarrollando relaciones profesionales y personales.

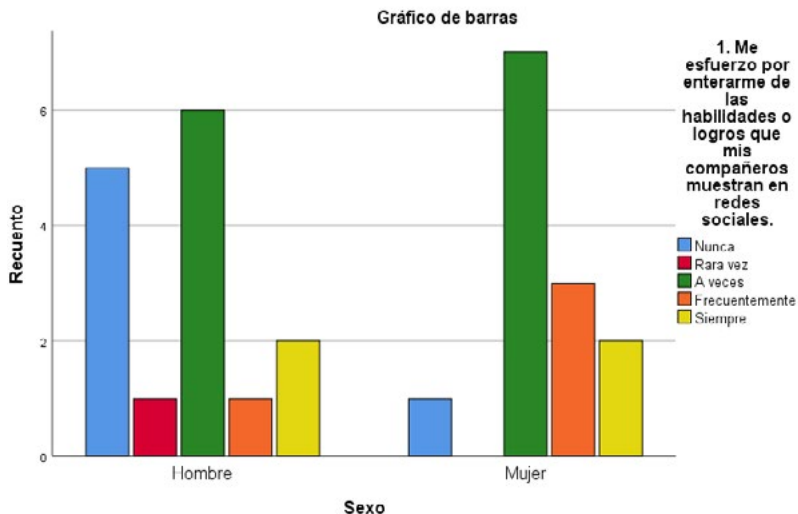
Comparación interpersonal: se define como el proceso mediante el cual un individuo evalúa sus propias características, habilidades, logros u opiniones al oponerlas con las de otras personas, esto puede tener un efecto en la motivación, autoestima y la percepción de uno mismo, ya sea de manera positiva o negativa, depende del tipo de comparación que se realice.

Tabla 1. Tabla cruzada Sexo ¿Me esfuerzo por enterarme de las habilidades o logros que mis compañeros muestran en redes sociales?

		1. ¿Me esfuerzo por enterarme de las habilidades o logros que mis compañeros muestran en redes sociales?					Total
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	
Sexo	Hombre	5	1	6	1	2	15
	Mujer	1	0	7	3	2	13
Total		6	1	13	4	4	28

Fuente: elaboración propia

Figura 1. ¿Me esfuerzo por enterarme de las habilidades o logros que mis compañeros muestran en redes sociales?



Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativo del análisis del “uso de redes sociales y la comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena” tratados en el programa SPSS (2025).

De acuerdo con el análisis realizado llegamos a la conclusión que tanto hombres como mujeres tienden principalmente a responder “a veces” o “nunca”, asimismo, esto indica que la mayoría no monitorea de forma activa los logros de otras personas, por otro lado, se determinó que no existen diferencias marcadas por sexo, tanto hombres como mujeres presentan patrones similares.

Tabla 2. Tabla cruzada ¿Trato de identificar qué competencias tienen mis compañeros en redes sociales que yo no poseo?

3. ¿Trato de identificar qué competencias tienen mis compañeros en redes sociales que yo no poseo?							
		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	Total
Sexo	Hombre	5	2	4	3	1	15
	Mujer	2	0	7	3	1	13
Total		7	2	11	6	2	28

Fuente: elaboración propia

Figura 2. ¿Trato de identificar qué competencias tienen mis compañeros en redes sociales que yo no poseo?



Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativo del análisis del “uso de redes sociales y la comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena” tratados en el programa SPSS (2025).

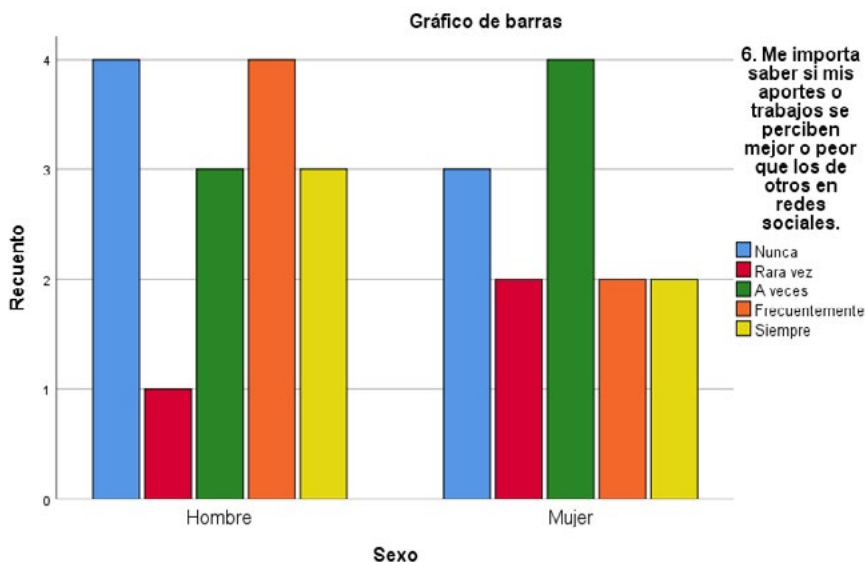
Los resultados se concentraron en las categorías “a veces” y “frecuentemente”, sobre todo las mujeres, lo que sugiere que existe cierto nivel de comparación social respecto a competencias profesionales o académicas observadas en redes, sin embargo, este no es un comportamiento extremadamente frecuente.

Tabla 3. Tabla cruzada sexo ¿Me importa saber si mis aportes o trabajos se perciben mejor o peor que los de otros en redes sociales?

6. ¿Me importa saber si mis aportes o trabajos se perciben mejor o peor que los de otros en redes sociales?		Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	
Sexo	Hombre	4	1	3	4	3	15
	Mujer	3	2	4	2	2	13
Total		7	3	7	6	5	28

Fuente: elaboración propia

Figura 3. ¿Me importa saber si mis aportes o trabajos se perciben mejor o peor que los de otros en redes sociales?



Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativo del análisis del “uso de redes sociales y la comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena” tratados en el programa SPSS (2025).

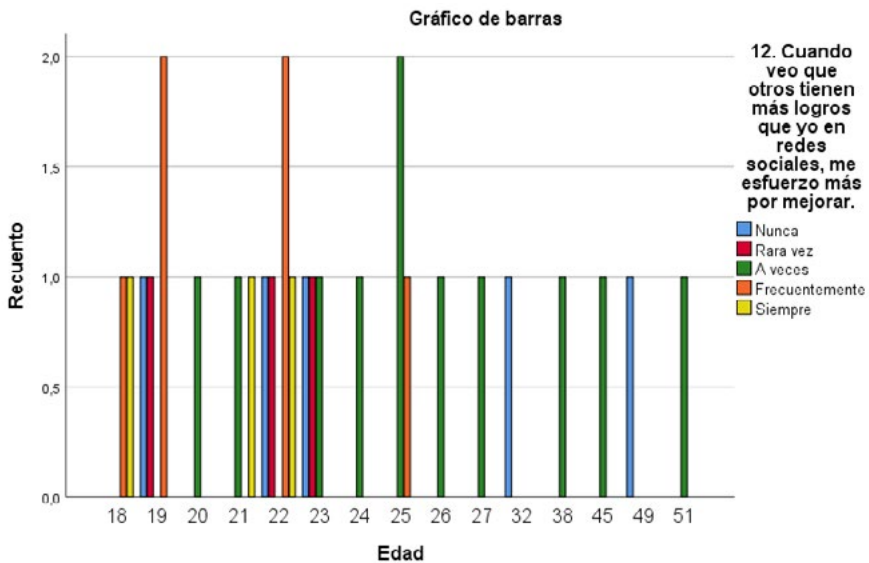
La mayoría de las respuestas se ubican entre las categorías “nunca”, “a veces” y “frecuentemente”, ninguna de las opciones tuvo un predominio fuerte, lo que nos lleva a concluir que existe una gran diversidad en cómo los estudiantes valoran el reconocimiento social de sus publicaciones.

Tabla 4. tabla cruzada edad ¿Cuándo veo que otros tienen más logros que yo en redes sociales, me esfuerzo más por mejorar?

12. ¿Cuándo veo que otros tienen más logros que yo en redes sociales, me esfuerzo más por mejorar?							
	Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Siempre	Total	
	18	0	0	0	1	1	2
	19	1	1	0	2	0	4
	20	0	0	1	0	0	1
	21	0	0	1	0	1	2
	22	1	1	0	2	1	5
	23	1	1	1	0	0	3
	24	0	0	1	0	0	1
Edad	25	0	0	2	1	0	3
	26	0	0	1	0	0	1
	27	0	0	1	0	0	1
	32	1	0	0	0	0	1
	38	0	0	1	0	0	1
	45	0	0	1	0	0	1
	49	1	0	0	0	0	1
	51	0	0	1	0	0	1
	Total	5	3	11	6	3	28

Fuente: elaboración propia

Figura 4. ¿Cuándo veo que otros tienen más logros que yo en redes sociales, me esfuerzo más por mejorar?



Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativo del análisis del “uso de redes sociales y la comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena” tratados en el programa SPSS (2025).

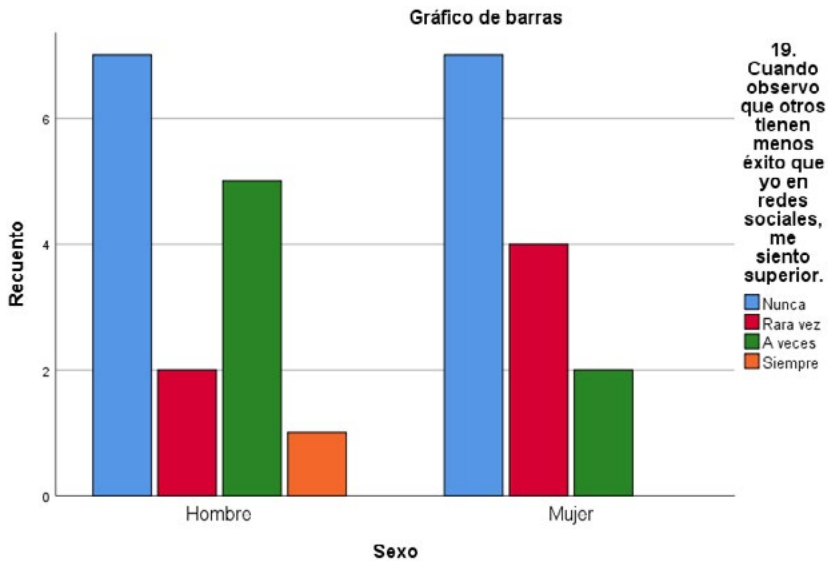
Los datos obtenidos se encuentran dispersos en diversas edades y categorías sin concentración clara por grupo etario, de igual manera se observa una tendencia moderada hacia “a veces” y “frecuentemente” lo que llevó a concluir que algunos estudiantes sí experimentan motivación al ver logros ajenos en redes, pero no es una reacción universal.

Tabla 5. Tabla cruzada sexo ¿Cuándo observo que otros tienen menos éxito que yo en redes sociales, me siento superior?

19. ¿Cuándo observo que otros tienen menos éxito que yo en redes sociales, me siento superior?		Nunca	Rara vez	A veces	Siempre	Total
Sexo	Hombre	7	2	5	1	15
	Mujer	7	4	2	0	13
Total		14	6	7	1	28

Fuente: elaboración propia

Figura 5. ¿Cuándo observo que otros tienen menos éxito que yo en redes sociales, me siento superior?



Fuente: elaboración propia con base de datos cuantitativo del análisis del “uso de redes sociales y la comparación interpersonal en estudiantes de segundo semestre de la carrera de psicología en la Universidad Estatal Península de Santa Elena” tratados en el programa SPSS (2025).

La categoría más frecuente para esta interrogante fue “nunca”, tanto para hombres como mujeres, lo que nos llevó a concluir que el sentimiento de superioridad hacia otros por su bajo rendimiento en redes sociales no es común en los estudiantes, siendo la categoría “siempre” casi inexistente.

Discusión

Los resultados obtenidos del análisis indican que los estudiantes presentan niveles medios de comparación interpersonal, se observa una tendencia mayor a la comparación de logros académicos que hacia la comparación de opiniones. Esto sugiere que, dentro del contexto universitario, los estudiantes tienden a autoevaluar su desempeño a partir de éxitos de sus compañeros, especialmente en el ámbito

académico. Este comportamiento puede ser comprendido mejor a partir de la teoría de la comparación social de Festinger (1954), la cual plantea que las personas suelen recurrir a la autoevaluación teniendo de referencia a otros, en especial en contextos competitivos o de búsqueda de validación.

De igual manera, el uso de redes sociales mostró una frecuencia alta, principalmente con fines de comunicación y actividades académicas, esto confirma la centralidad de las plataformas en la vida cotidiana de los estudiantes. La elevada puntuación en varios ítems refleja que las redes se han convertido, además de un medio de interacción, en un espacio de identidad y comparación simbólica. Los resultados coinciden con lo que menciona Ahmad Hassan et al. (2024, p. 1054), que la exposición continua a contenidos idealizados en la red puede dar lugar a distorsiones de la representación del sí mismo, efectuando altos niveles de ansiedad, depresión y autoestima baja.

También debemos considerar que los niveles de comparación interpersonal observados fueron medios, lo que se puede interpretar como la capacidad de regulación de los estudiantes para poder manejar las dinámicas comparativas propias del entorno digital. Existe la posibilidad de que el uso académico de las redes, siendo uno de los principales motivos de conexión a redes, contribuya a moderar los efectos negativos de la exposición social, debido a que el propósito no se centra exclusivamente en la comparación estética o social, sino también en la colaboración y el aprendizaje.

Conclusiones

Las redes sociales fomentan los procesos de la comparación entre estudiantes universitarios, siendo esta comparación la vía en la que ejecutan la evaluación de su desempeño, logros y habilidades respecto a lo que observan en la productividad de otros. Las redes sociales, al transformarse en el lugar donde exponen su vida, contienen una

interacción donde la autoimagen se basa en las referencias que se usan de forma constante. Esta puede influir en la percepción de éxito en el entorno académico y a la valoración de la propia vida. La comparación entre personas, en los niveles intermedios, está dirigida a áreas académicas que son el reflejo de su preocupación en los aspectos de la competitividad en el contexto universitario. Mientras que puede inducir al esfuerzo, también puede ayudar a generar un sentimiento de insuficiencia si este es por idealizaciones.

El uso frecuente de las redes sociales propicia esta comparación ya que están cargadas de contenido que no representa la realidad, sino el que edita, selecciona y perfecciona la vida del otro. Por lo tanto, es importante que las instituciones educativas consideren el impacto que puede tener la interacción digital de sus estudiantes en el ámbito emocional, así como promover el uso responsable de las redes sociales, así como la autorreflexión y trabajar en el refuerzo de la autoestima como acciones necesarias para mitigar los efectos de la comparación continua. Los programas de acompañamiento emocional, las tutorías y los talleres psicoeducativos son un camino que puede ayudar a una formación más completa.

Por último, observar esta problemática en el contexto ecuatoriano es permitir el diseño de estrategias que sean contextualizadas y que respondan efectivamente a las necesidades de los estudiantes universitarios. La construcción de una identidad saludable y el refuerzo del bienestar psicológico son aspectos que tienen que ser prioridades en la vida académica; este trabajo ofrece la evidencia necesaria para contribuir a la creación de políticas que desarrollen a una comunidad universitaria más crítica, más empática y resiliente a las características del uso de medios digitales.

Referencias

- Ahmad, R., Hassan, S., Ghazali, N. N., Razak, A., & Al-Mashadani, F. (2024). *The Insta-Comparison Game: The Relationship between Social Media Use, Social Comparison, and Depression*. Elsevier.
- Arias, F. G. (2012). *El proyecto de investigación*. Editorial Episteme.
- Bernal, C. A. (2010). *Metodología de la investigación*. Pearson Educación.
- Blackburn, M. R., & Hogg, R. C. (2024). #ForYou? The impact of pro-ana TikTok. *PLOS ONE*. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0300000>
- Buunk, A. P., Belmonte, J., Peiró, J. M., Zurriaga, R., & Gibbons, F. X. (2005). Diferencias individuales en la comparación social: propiedades de la escala española de orientación hacia la comparación social. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 37(3), 561–579. <https://www.redalyc.org/pdf/805/80537308.pdf>
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297–334.
- Dorrestein, M., Nutley, S. B., & Thorell, L. B. (2025). Screen time, addictive use of social media, motives for social media use and social media content: Interrelations and associations with psychosocial problems. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-025-01357-2>
- Du, M., & Zhou, C. (2024). Association between problematic social media use and depression: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12(1). <https://doi.org/10.1186/s40359-024-01992-3>
- Fabianne, E. A., Boothryod, L. G., Thornborrow, T., Chamorro, A. M., Dutra, N. B., Brar, M., & Evans, E. H. (2024). Relationships between media influence, body image and sociocultural appearance ideals in Latin America: A systematic literature review. *Body Image*, 50. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2024.101739>
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), 117–140.
- García del Castillo, J. A., García Castillo, F., Dias, P. C., & García del Castillo López, Á. (2021). La teoría de la comparación social como promotora de las conductas de salud: Una aproximación teórica. *Health and Addictions / Salud y Drogas*, 21(2), 175–186.

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.
- Layan Azem, R. A. (2023). Social media use and depression in adolescents: A scoping review. *Behavioral Sciences*, 13(6). <https://doi.org/10.3390/bs13060475>
- Mejía-Rivas, J. (2022). Los paradigmas en la investigación científica. *Revista Ciencia Agraria*, 1(3), 7–14. <https://doi.org/10.35622/j.rca.2022.03.001>
- Moreno Padilla, M., Rafael, D. R., Silvia, M. D., & Cepeda Benito, A. (2025). Self-comparison with influencers but not general Instagram use moderate upward and downward social comparisons to #fitspiration and #bodypositive images. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 19(1).
- Muñoz Franco, R. M., López de la Adoración, D., & Sánchez García, A. (2024). Impacto de las redes sociales en el rendimiento académico de los adolescentes: Estudio de Instagram y TikTok. *Ciencia y Educación*, 4(2), 68–86.
- Rojas Encalada, M. A., Bonilla Noboa, O. R., Santillán Medrano, C., Córdova Sánchez, S., Velázquez Aguilar, D. R., & Cucalón Knope, N. (2025). Uso moderado de las redes sociales y sus efectos en la salud mental. *Revista Cumbres*, 11(1), 78–92.
- Sánchez Valtierra, J. A., Barajas Flores, J., Garzón Moreno, G. J., & Palacios Siancas, A. (2024). Evaluación del impacto de las redes sociales en el bienestar psicológico de adolescentes. *Journal Scientific*, 9(2), 3153–3172. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.8.2.2024.3153-3172>

Social Media Use and Interpersonal Comparison among Second-Semester Psychology Students at Peninsula State University of Santa Elena

Uso de Redes Sociais e Comparação Interpessoal em Estudantes do Segundo Semestre do Curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena

Milena Paulette Torres Morán

Universidad Estatal Península de Santa Elena | Santa Elena | Ecuador
<https://orcid.org/0009-0008-2643-4217>
milena.torresmoran5451@upse.edu.ec

Josué Daniel Pulley Salcedo

Universidad Estatal Península de Santa Elena | Santa Elena | Ecuador
<https://orcid.org/0009-0007-7327-4861>
josue.pulleysalcedo8437@upse.edu.ec

Carlos Ibrahin Matus Escandón

Universidad Estatal Península de Santa Elena | Santa Elena | Ecuador
<https://orcid.org/0009-0004-5084-5711>
carlos.matusescandon2863@upse.edu.ec

Heidy Patricia Salinas Zambrano

Universidad Estatal Península de Santa Elena | Santa Elena | Ecuador
<https://orcid.org/0009-0001-1216-5051>
heidy.salinaszambrano1795@upse.edu.ec

Abstract

This article analyzed the relationship between social media use and interpersonal comparison among second-semester Psychology students at Peninsula State University of Santa Elena. A quantitative approach was employed, with a non-experimental, cross-sectional, correlational-descriptive design. The sample consisted of 28 students selected through non-probabilistic convenience sampling. Instruments applied included a structured survey and the INCOM-E scale, used to measure the tendency for interpersonal comparison. The data, processed using descriptive statistical analysis supported by cross-tabulation and frequency tables, were loaded into the SPSS program. The results obtained showed moderate levels of comparison, with greater emphasis on academic achievements than on opinions. Likewise, frequent use of social media for communicative and academic purposes was found. Although no clear predominance of comparative behaviors was identified, the data indicate that digital platforms influence self-evaluation processes, fostering comparisons that could affect psychological well-being. It is concluded that it is necessary to promote responsible use of these platforms and develop institutional strategies that consolidate university mental health.

Keywords: social media; interpersonal comparison; mental health; university students; psychology.

Resumo

O presente artigo analisou a relação entre o uso de redes sociais e a comparação interpessoal em estudantes do segundo semestre do curso de Psicologia da Universidade Estadual Península de Santa Elena. Foi empregada uma abordagem quantitativa, com delineamento não experimental, transversal e descritivo-correlacional, tendo uma amostra composta por 28 estudantes selecionados por meio de uma amostragem não probabilística por conveniência. Foram aplicados instrumentos como um survey estruturado e a escala INCOM-E, utilizada para medir

a tendência à comparação interpessoal. Esses dados, processados por meio de uma análise estatística descritiva apoiada em tabelas cruzadas e de frequência, foram carregados no programa SPSS. Os resultados obtidos mostraram níveis moderados de comparação, com maior ênfase em conquistas acadêmicas do que em opiniões. Da mesma forma, verificou-se o uso frequente de redes sociais para fins comunicativos e acadêmicos. Embora não tenha sido identificada uma predominância clara de comportamentos comparativos, os dados evidenciam que as plataformas digitais influenciam os processos de autoavaliação, fomentando uma comparação que poderia afetar o bem-estar psicológico. Conclui-se que é necessário incentivar o uso responsável das plataformas e desenvolver estratégias institucionais que consolidem a saúde mental universitária.

Palavras-chave: redes sociais; comparação interpessoal; saúde mental; estudantes universitários; psicologia.