



## Especialización en Psicología Laboral

---

### El tecnoestrés en la salud mental de los trabajadores: una revisión documental

CANDIDATA A ESPECIALISTA

---

*Joselyn Anabel Vega S.*  
*joselyn.vega@uisek.edu.ec*



**DIRECTOR**

---

Dr. Manuel Pando  
Moreno  
*manolop777@yahoo.co  
m.mx*

---

Fecha: 05 de septiembre  
de 2021

**R E S U M E N** El uso de Tecnologías de la Información y de la Comunicación (TIC) en espacios de trabajo es cada vez más frecuente, y a ello se asocia el estrés que pueden generar a los usuarios debido a diferentes factores; a esto se le ha dado el nombre de tecnoestrés. Este artículo se propone revisar algunos documentos en relación con el tecnoestrés para comprender sus implicaciones en los espacios laborales y el riesgo que puede implicar para la salud mental de los trabajadores. El número de estudios en el tema es limitado y serán necesarias más investigaciones para ampliar el conocimiento al respecto y poder plantear soluciones dentro de las organizaciones.

**Objetivo:** Realizar una revisión exploratoria del estado del arte del tecnoestrés para comprender sus implicaciones en el campo laboral como un riesgo psicosocial vinculado al uso de las TIC.

**Método:** Revisión de alcance del tecnoestrés en tres bases de datos: PubMed, Scopus y SciELO.

**Resultados:** 10 documentos cumplieron con los criterios de inclusión dentro de los cuales se hallaron 22 variables de estudio; siendo la variable *diseño organizacional del trabajo digital* la que apareció con mayor frecuencia.

**Conclusión:** La implementación de modelos de prevención del tecnoestrés en las organizaciones permitirá reducirlo dentro de las organizaciones generando espacios de trabajo que beneficien a la salud mental de los empleados. Además, se sugiere continuar con el estudio del tecnoestrés para generar planes de prevención dentro de las organizaciones y que a futuro éstos se puedan tornar en políticas públicas.

**Palabras clave:** tecnoestrés, tecnologías de la información, riesgos laborales, estrés en el trabajo

## ABSTRACT

The use of Information and Communication Technologies (ICT) in workspaces is increasingly frequent, this has relation with the stress that they can generate for users due to different factors; this has been called technostress. This article aims to understand its implications in workspaces and the risk that it could have in the mental health of workers. The number of studies on this topic is limited and more research will be necessary to expand knowledge about it and to promote solutions within organizations.

**Objective:** Carry out an exploratory review of the state of the art of technostress to understand its implications in the workplace as a psychosocial risk linked to the use of TIC.

**Method:** Review of the scope of technostress in three databases: PubMed, Scopus and SciELO.

**Results:** 10 documents met the inclusion criteria within 22 variables were found, the most frequent one was the organizational design of digital work.

**Conclusion:** The implementation of techno-stress prevention models in organizations will reduce it as a risk, generating workspaces that benefit the mental health of employees. In addition, it is suggested to continue with the study of technostress to produce prevention plans that will become public policies in the future.

**Keywords:** technostress, information technologies, occupational risks, stress at work.

---

---

## Introducción

La tecnología constituye una herramienta que ha permitido mejorar la calidad de vida del ser humano disminuyendo y optimizando el tiempo que se requiere para la realización de ciertas labores. Sin embargo, su veloz evolución ha generado cambios importantes en el estilo de vida de la humanidad, y mucho más en aquellos quienes están en constante contacto con las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC). Así, por ejemplo, hace ya algunos años se originó lo que ahora se conoce como la economía digital que está asociada con el uso intensivo de la tecnología; esta particular situación ha desencadenado una serie de riesgos a nivel psicosocial. (Cuervo T. , Orviz, Arce, & Fernández, 2017). Es decir, las sociedades actuales exigen nuevas adaptaciones a los trabajadores, sobre todo en el campo de la tecnología, y en ocasiones éstos son incapaces de asumir todas las exigencias, o hacen un uso inadecuado de las TIC dando lugar a nuevos riesgos psicosociales en el trabajo como el tecnoestrés (Aragüez, 2017).

El tecnoestrés es un término que fue acuñado por primera vez por Craig Brod en 1984 y lo definía como una enfermedad de adaptación producida por la falta de habilidad para trabajar con las nuevas tecnologías de manera saludable (Salanova Soria, 2003). Es entonces, considerado como un tipo de estrés provocado por la exposición continuada al uso de TIC que puede producir ansiedad y temor frente a su uso, o provocar una cierta dependencia. Otro factor a considerar es la relación del tecnoestrés con efectos psicosociales negativos provocados por el uso desmesurado de las nuevas tecnologías (Jiménez, 2010).

El concepto de tecnoestrés surge entonces como una respuesta al contexto y circunstancias actuales de la humanidad, y ha ido cambiando durante los años. En el año 2007 se estableció una de las definiciones más utilizadas a lo largo de la bibliografía, y conceptualiza al tecnoestrés como aquel estrés que es generado por uso de las TIC (Cuervo T. , Orviz, Arce, & Fernández, 2017). Los diferentes autores acuerdan en que se trata de una de las consecuencias de los intentos y luchas por lidiar con las tecnologías en constante evolución (Cuervo T. , Orviz, Arce, & Fernández, 2017).

Con estos antecedentes se considera necesario dentro de quienes trabajan en el campo de la seguridad y salud ocupacional, el establecer cuáles han sido los estudios llevados a cabo en cuanto al tema para profundizar en las posibles propuestas de intervención y prevención del tecnoestrés.

---

## Método

El trabajo consistió en una revisión de alcance de bajo riesgo por lo que no se requirió de aprobación ética, y se efectuó en base a la revisión de literatura disponible buscando encontrar cuáles son los aspectos más frecuentemente estudiados en relación al tecnoestrés que repercuten en la salud mental de los trabajadores.

Las bases de datos consultadas fueron: PubMed, Scopus y SciELO, y el método para el manejo y control de calidad de datos fue el propuesto por Arksey y O'Malley con las sugerencias hechas

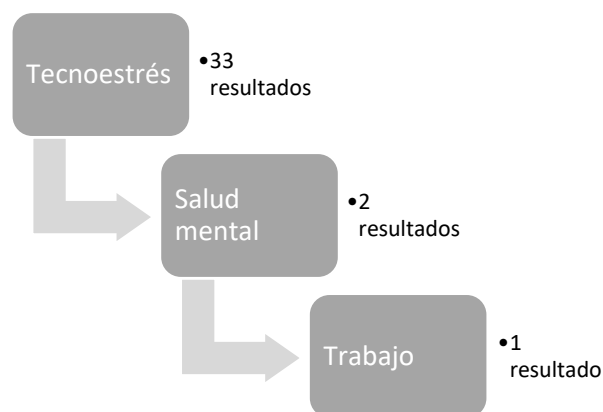
por Levac y sus colaboradores (Colquhoun, y otros, 2014), y que consiste en el desarrollo de los pasos que se desarrollan a continuación:

1. **Identificar la pregunta de investigación:** ¿Cuáles son los aspectos del tecnoestrés, que repercuten en la salud mental de los trabajadores, que han sido más estudiados?
2. **Identificar los estudios relevantes:** Con base en los términos “tecnoestrés” (tanto en inglés como en español) se realizó una primera búsqueda en las bases de datos PubMed, Scopus y SciELO; posteriormente y con base en el interés de la investigación se limitó la búsqueda con los términos “salud mental”. Con estos resultados, se encontraron algunos artículos que no se encontraban dentro del campo laboral por lo que se decidió incluir en la búsqueda el término “trabajo”. Además, se tomaron en cuenta únicamente aquellos artículos de los últimos diez años que estuviesen en relación con la pregunta de investigación; es decir, que presenten una relación entre el tecnoestrés y la salud mental de los trabajadores.
3. **Selección de estudios:** La decisión sobre qué estudios entran o no dentro del presente trabajo se realizó en base a los criterios de inclusión PECO, donde:
  - P (Patient) = población trabajadora
  - E (Exposición) = factor de riesgo tecnoestrés
  - C (Control / comparación) = personas que refieran tecnoestrés en el trabajo versus aquellas que no lo refieran
  - O (Outcome) = afectación en la salud mentalSe excluirán los estudios que no cumplan con criterios PECO.
4. **Gráficos de datos:** Se realizó una tabla descriptiva de cada estudio que se revisó para poder compararlos entre sí. La tabla mostrará esta información: Título del artículo, autores, año, tipo de estudio, base de datos, hallazgos relevantes, variables estudiadas. Además, se establecerán gráficos comparativos entre las diferentes búsquedas para tener una visión más clara de los hallazgos.
5. **Cotejar, resumir y reportar los resultados**
  - a. Mostrar filtración de datos y análisis.
  - b. Reportar hallazgos en relación con preguntas de investigación, discusión de su potencial en otras investigaciones e implicaciones prácticas.
  - c. Análisis de hallazgos en relación con los objetivos del estudio y la pregunta de investigación.

---

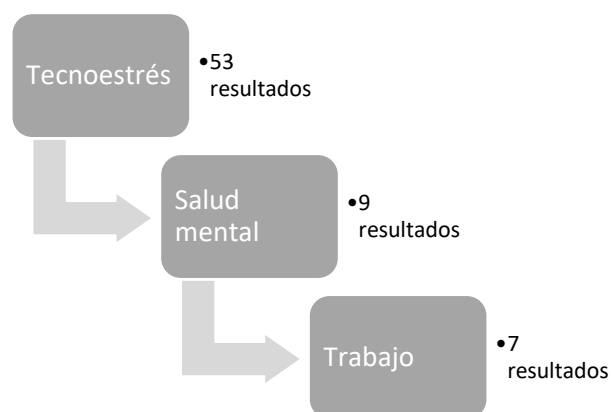
## Resultados

La búsqueda con el término “tecnoestrés” en la base de datos Scopus arrojó 33 documentos, pero al agregar el término “salud mental” únicamente se encontraron dos resultados, y al sumarle la palabra “trabajo” se halló un único artículo.

**Gráfico 1: Resultados de búsqueda en Scopus**

Con estos resultados, se decidió tomar en cuenta los dos artículos que contienen los términos “tecnoestrés” y “salud mental” para revisar en qué factores se han enfocado y cuáles fueron sus principales hallazgos.

Por otro lado, en la base de datos de PubMed, al iniciar la búsqueda con la palabra “tecnoestrés” se encontraron 53 artículos en relación con el tema. Al agregar a la búsqueda el término “salud mental” los resultados bajaron a 9; y finalmente, con la palabra “trabajo” se hallaron 7 artículos, pero dos de ellos no estaban en relación con el tema del tecnoestrés pues únicamente aparecían como parte del resumen en el artículo, pero no se trataban de estudios específicamente vinculados al tecnoestrés. Los títulos de esta base de datos que se excluyeron son: *COVID-19 Anxiety – A longitudinal survey study of psychological and situational risks among finnish workers* (Savolainen, Oksa, Savela, Celuch, & Oksanen, 2021), y *Mobile Phones and Mental Well-Being: Initial evidence suggesting the importance of staying connected to family in rural, remote communities in Uganda* (Pearson, Mack, & Namanya, 2017).

**Gráfico 2: Resultados de búsqueda en PubMed**

Por su parte el buscador SciELO encontró 4 artículos con los requerimientos de búsqueda, y se tomaron los cuatro para el presente trabajo. Además, se debe señalar que uno de los artículos encontrados en esta base de datos también se encontró en PubMed.

Con todo esto, los artículos que se tomaron en cuenta pues cumplían con todos los parámetros de inclusión fueron diez; de los cuales se extrajeron los factores tomados en cuenta en cada estudio y que estaban relacionados al tecnoestrés llegando a ser 35 que se han agrupado en 22 variables, las mismas que se presentan en la siguiente tabla:

**Tabla 1: Número de veces que se encontraron las variables en los documentos revisados**

Variable estudiada	No. de veces que aparece en los documentos	Variable estudiada	No. de veces que aparece en los documentos
Satisfacción Laboral	1	Salud mental	2
Compromiso Laboral	1	Ambiente de trabajo	1
Inseguridad tecnológica	2	Afinidad digital	1
Sobrecarga tecnológica	3	Género	2
Tecno-invasión	1	Edad	1
Tecno-complejidad	1	Factores de Riesgo psicosocial	1
Tecno-incertidumbre	2	Doble presencia	2
Diseño organizacional del trabajo digital	6	Calidad de Servicio	1
Demandas psicosociales	1	Ambigüedad de rol	1
Estrés	2	Cantidad y contenido de trabajo	1
Ansiedad	1	Fatiga	1

Con esto se pudo establecer que la variable que más se encontró dentro de la bibliografía revisada es la de "Diseño organizacional del trabajo digital". Este factor agrupa algunos de los aspectos abordados en los estudios, éstos son: capacitación en TIC, facilitación de la información, provisión de apoyo técnico y facilitación de la participación.

El siguiente elemento que se encontró frecuentemente en los artículos revisados fue el de sobrecarga tecnológica, que implica una carga de horas de trabajo utilizando TIC y una sobrecarga de información que se debe manejar.

También se tomó en cuenta el tipo de estudio que se llevó a cabo, y se encontró variedad de metodologías, aunque la que más se repitió fue el estudio cuantitativo y cualitativo; y en cuanto a los años de publicación se puede determinar que el 50% de los documentos han sido publicados entre 2020 y 2021.

---

## Discusión

Al examinar los resultados obtenidos mediante las búsquedas en las tres bases de datos se hace evidente que los estudios en temas de tecnoestrés consideran necesario el diseño organizacional del trabajo digital, es decir de la implementación de programas preventivos que incidan a nivel organizacional para reducir los riesgos vinculados al tecnoestrés. Algunos autores coinciden en que se deberían realizar ajustes a la carga laboral, regular planes formativos sistemáticos que permitan a los trabajadores desarrollar destrezas tecnológicas, y



que es fundamental que exista apoyo y soporte en el uso de TIC para reducir la inseguridad tecnológica que puede generar estrés en los empleados (García-González, Torrano, & Gracia-González, 2020). En otro sentido, se habla de la creación de organizaciones saludables donde se estructuren y se gestionen los procesos de trabajo para lograr el bienestar de los trabajadores.

En este mismo sentido, se precisa la implementación de políticas públicas para concientizar y sensibilizar a la población en el uso racional de las TIC, que vayan de la mano con el desarrollo exponencial de las nuevas tecnologías. Es así que, en Europa ya se ha dado el primer paso al hablar en temas del derecho a la desconexión dentro del campo de la seguridad y la salud laboral (González, 2020). Esto gracias a estudios que han dado cuenta de que en la actualidad se exige a los trabajadores brindar una respuesta a tiempo lo cual implica estar siempre conectado y por esto se debe tomar las precauciones necesarias para mejorar el vínculo de los individuos y los medios digitales (Alcas, et al., 2019).

Otro de los aspectos que se han estudiado y se debe tener en cuenta es la relación entre el uso de TIC por el teletrabajo y los problemas familiares que esto ha conllevado, como en los estudios donde se habla sobre doble presencial, pues parece existir una dificultad para conciliar el trabajo y la vida familiar. Esto ha sido muy claro en profesiones como la docencia, donde además se suma una sobrecarga de trabajo ya que los profesores requieren de un mayor tiempo para la preparación de sus clases (González, 2020).

Por lo tanto, y en conclusión, los estudios acuerdan en que el tecnoestrés constituye un factor de riesgo psicosocial que impacta actualmente a casi toda la población trabajadora, por lo cual es necesario el plantear modelos de prevención de tecnoestrés en las organizaciones, y para ellos el primer paso es identificarlo y medirlo. Así, uno de los instrumentos usados en el campo de la investigación es el RED-TIC que se basa en el modelo inicial RED (Recursos, Emociones y Demandas). Este instrumento de medida del tecnoestrés amplía las variables intervinientes y consecuentes del tecnoestrés; y evalúa los constructos: demandas de las TIC, recursos laborales, recursos personales, emociones, satisfacción con las TIC, actitudes hacia las TIC, síntomas físicos y psicosomáticos, bienestar psicológico (Salanova & Nadal, 2002). Sin embargo, en el presente trabajo no se realizó un análisis de este instrumento puesto que se encontraron distintas herramientas para medir diferentes factores, no así el tecnoestrés como tal; pero podría ser recomendado como parte de la metodología para futuras investigaciones.

---

## Referencias bibliográficas

- Alcas, N., Alarcón, H., Venturo, C., Alarcón, M., Fuentes, A., & López, T. (2019). *Tecnoestrés docente y percepción de la calidad de servicio en una universidad privada de Lima*. Obtenido de Propósitos y representaciones: <https://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.388>
- Aragüez, L. (2017). El impacto de las tecnologías de la información y de la comunicación en la salud de los trabajadores: el tecnoestrés. *e-Revista Internacional de la Protección Social*, 169-190. Obtenido de <https://idus.us.es/handle/11441/76351>
- Araya-Guzmán, S., Quiroz-Bustos, Á., & Salazar-Concha, C. (2021). Explorando la incidencia de creadores e inhibidores de tecnoestrés en la satisfacción laboral y compromiso laboral en usuarios finales de tecnologías de información y comunicación. *RISTI (Revista Iberica de Sistemas e Informacao)*, 534-547. Obtenido de [www.scopus.com](http://www.scopus.com)
- Berg-Beckhoff, G., Nielsen, G., & Ladekjær-Larsen, E. (2017). Use of information communication technology and stress, burnout, and mental health in older, middle-aged, and younger workers - results from a systematic review. *International Journal of occupational and environmental health*, XXIII(2), 160-171. doi:<https://doi.org/10.1080/10773525.2018.1436015>
- Bondanini, G., Giorgi, G., Ariza-Montes, A., Vega-Muñoz, A., & Andreucci-Annunziata, P. (2020). Technostress Dark Side of Technology in the Workplace: A Scientometric Analysis. *International journal of environmental research and public health*, XVII(21), 8013. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph17218013>
- Borle, P., Boerner-Zobel, F., Voelter-Mahlknecht, S., Hasselhorn, H., & Ebener, M. (2021). The social and health implications of digital work intensification. Associations between exposure to information and communication technologies, health and work ability in different socio-economic strata. *International archives of occupational and environmental health*, XCIV(3), 377-390. doi:<https://doi.org/10.1007/s00420-020-01588-5>
- Colquhoun, H., Levac, D., O'Brien, K., Straus, S., Tricco, A., Perrier, L., . . . Moher, D. (01 de Diciembre de 2014). Scoping reviews: time for clarity in definition, methods, and reporting. *Journal of Clinical Epidemiology*, LXVII(12), 1291-1294. doi:<https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2014.03.013>
- Cuervo, T., Orviz, N., Arce, S., & Fernández, I. (27 de Noviembre de 2017). *Tecnoestrés en la Sociedad de la Tecnología y la Comunicación*. doi:10.12961/aprl.2018.21.01.4

- Cuervo, T., Orviz, N., Arce, S., & Fernández, I. (2018). *Tecnoestrés en la Sociedad de la Tecnología y la Comunicación: revisión bibliográfica a partir de la Web of Science*. . Obtenido de Arch. Prev Riesgos Labor : [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-25492018000100018&lng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-25492018000100018&lng=es)
- Dragano, N., & Lunau, T. (Julio de 2020). Technostress at work and mental health: concepts and research results. *Current opinion in psychiatry*, XXXIII(4), 407-413. doi:10.1097/YCO.0000000000000613
- García, M. (2019). *El modelo decente de seguridad y salud laboral. Estrés y tecnoestrés derivados de los riesgos psicosociales como nueva forma de siniestralidad labora*. Obtenido de Relaciones Laborales y Derecho del Empleo: [http://ejcls.adapt.it/index.php/rldc\\_adapt/article/view/813](http://ejcls.adapt.it/index.php/rldc_adapt/article/view/813)
- García-González, M., Torrano, F., & Gracia-González, G. (2020). Estudio de los factores de riesgo psicosocial en profesoras de universidades online: una mirada desde adentro. *Interdisciplinaria*, 1-31. doi:10.16888/INTERD.2020.37.1.18
- González, G. (2020). El derecho a la desconexión digital de los empleados públicos: alcance y significado de un derecho emergente en el contexto de la crisis sanitaria. *Revista Catalana De Dret Public*, 54-71. doi:10.2436/rcdp.i0.2020.3505
- Jiménez, A. L. (2010). Tecnología como fuente de estrés: una revisión teórica al concepto de tecnoestrés. *Universidad Católica Andrés Bello*, XXI, 157-180. Obtenido de <http://revistasenlinea.saber.ucab.edu.ve/temas/index.php/temas/article/view/433/433>
- Pearson, A., Mack, E., & Namanya, J. (2017). *Mobile Phones and Mental Well-Being: Initial Evidence Suggesting the Importance of Staying Connected to Family in Rural, Remote Communities in Uganda*. doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169819>
- Posada-Quintero, H., Molano-Vergara, P., Parra-Hernández, R., & Posada-Quintero, J. (2020). Analysis of risk factors and symptoms of burnout syndrome in colombian school teachers under statutes 2277 and 1278 using machine. *Social Sciences*, IX(3). doi:10.3390/socsci9030030
- Salanova Soria, M. (2003). Trabajando con tecnologías y afrontando el tecnoestrés: el rol de las creencias de eficacia. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, XIX(3), 225-246. Recuperado el 3 de Agosto de 2021, de <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=231318057001>
- Salanova, M., & Nadal, M. (2002). *Sobre el concepto y medida del tecnoestrés: una revisión* .

Obtenido

de

[http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79668/Forum\\_2002\\_24.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://repositori.uji.es/xmlui/bitstream/handle/10234/79668/Forum_2002_24.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Savolainen, I., Oksa, R., Savela, N., Celuch, M., & Oksanen, A. (2021). COVID-19 Anxiety – A longitudinal survey study of psychological and situational risks among finnish workers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, XVIII(2), 794. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph18020794>

Título del artículo	Autores	Año	Tipo de estudio	Base de datos	Hallazgos relevantes	VARIABLES estudiadas
Explorando la incidencia de creadores e inhibidores de tecnoestrés en la satisfacción laboral y compromiso laboral en usuarios finales de tecnologías de información y	Araya-Guzmán, Sergio; Quiroz-Bustos, Álvaro; Salazar-Concha, Cristian.	2021	Exploratorio empírico	Scopus	La inseguridad tecnológica disminuye la satisfacción laboral, mientras que los inhibidores la aumentan.	Satisfacción laboral
					La satisfacción laboral incide positivamente en el compromiso laboral	Compromiso laboral
Nuevos retos asociados a la tecnificación laboral: El tecnoestrés y su gestión a través de la Psicología Organizacional Positiva	Cuervo-Carabel, Tatiana; Meneghel, Isabella; Orviz-Martínez, Natalia; Arce-García, Sergio	2020	Análisis de estudio de caso. Estudio longitudinal	Scopus	La psicología organizacional positiva puede ser eficaz en la gestión del tecnoestrés	Sobrecarga tecnológica
					Las intervenciones a partir del coaching reducen los creadores del tecnoestrés y potencian los inhibidores	Tecno-invasión
Technostress at work and mental health: concepts and research results	Dragano, Nico; Lunau, Thorsten	2020	Estudio descriptivo	PubMed	Los estudios empíricos en el tema son limitados con muestras pequeñas y de diseño transversal. Aún no hay un consenso sobre la definición de tecnoestrés.	Tecno-complejidad
						El uso de TIC per se no producen tecnoestrés en los trabajadores mayores. La Intensificación del trabajo digital puede afectar la salud mental y capacidad laboral.
Use of information communication technology and stress, burnout, and mental health in older, middle-aged, and younger workers - results from a systematic review	Berg-Beckhoff, Gabriele; Nielsen, Grace; Ladekjaer, Eva	2017	Revisión sistemática	PubMed	El tecnoestrés se puede evitar fácilmente a través de seguridad y cultura organizacional y una organización que provea de soporte tecnológico.	Tecno-incertidumbre
						Facilitación de la alfabetización
The social and health implications of digital work intensification. Associations between exposure to information and communication technologies, health and work ability in different socio-	Borle, Prem; Boerner, Franziska; Voelter, Susanne; Martin, Hans; Ebener, Melanie	2020	Cuantitativo transversal	PubMed	El uso de TIC per se no producen tecnoestrés en los trabajadores mayores. La Intensificación del trabajo digital puede afectar la salud mental y capacidad laboral.	Provisión de apoyo técnico
						Facilitación de la participación
Use of information communication technology and stress, burnout, and mental health in older, middle-aged, and younger workers - results from a systematic review	Berg-Beckhoff, Gabriele; Nielsen, Grace; Ladekjaer, Eva	2017	Revisión sistemática	PubMed	El tecnoestrés se puede evitar fácilmente a través de seguridad y cultura organizacional y una organización que provea de soporte tecnológico.	Demandas psicosociales
						Reacciones psicobiológicas de estrés
The social and health implications of digital work intensification. Associations between exposure to information and communication technologies, health and work ability in different socio-	Borle, Prem; Boerner, Franziska; Voelter, Susanne; Martin, Hans; Ebener, Melanie	2020	Cuantitativo transversal	PubMed	El uso de TIC per se no producen tecnoestrés en los trabajadores mayores. La Intensificación del trabajo digital puede afectar la salud mental y capacidad laboral.	Diseño de trabajo digital
						Salud mental
Use of information communication technology and stress, burnout, and mental health in older, middle-aged, and younger workers - results from a systematic review	Berg-Beckhoff, Gabriele; Nielsen, Grace; Ladekjaer, Eva	2017	Revisión sistemática	PubMed	El tecnoestrés se puede evitar fácilmente a través de seguridad y cultura organizacional y una organización que provea de soporte tecnológico.	Estrés
						Salud mental
The social and health implications of digital work intensification. Associations between exposure to information and communication technologies, health and work ability in different socio-	Borle, Prem; Boerner, Franziska; Voelter, Susanne; Martin, Hans; Ebener, Melanie	2020	Cuantitativo transversal	PubMed	El uso de TIC per se no producen tecnoestrés en los trabajadores mayores. La Intensificación del trabajo digital puede afectar la salud mental y capacidad laboral.	Ambiente de trabajo
						Afinidad digital
The social and health implications of digital work intensification. Associations between exposure to information and communication technologies, health and work ability in different socio-	Borle, Prem; Boerner, Franziska; Voelter, Susanne; Martin, Hans; Ebener, Melanie	2020	Cuantitativo transversal	PubMed	El uso de TIC per se no producen tecnoestrés en los trabajadores mayores. La Intensificación del trabajo digital puede afectar la salud mental y capacidad laboral.	Género
						Edad
The social and health implications of digital work intensification. Associations between exposure to information and communication technologies, health and work ability in different socio-	Borle, Prem; Boerner, Franziska; Voelter, Susanne; Martin, Hans; Ebener, Melanie	2020	Cuantitativo transversal	PubMed	El uso de TIC per se no producen tecnoestrés en los trabajadores mayores. La Intensificación del trabajo digital puede afectar la salud mental y capacidad laboral.	Salud mental

Technostress Dark Side of Technology in the Workplace: A Scientometric Analysis	Bondanini, Giorgia; Giorgi, Gabriele; Ariza-Montes,	2020	Análisis cuantitativo	PubMed	Desde el 2003 existe un crecimiento exponencial en los estudios sobre tecnoestrés.	Artículos en referencia al tecnoestrés
Estudio de los factores de riesgo psicosocial en profesoras de universidades online: una mirada desde adentro	García-González, M; Torrano, F; García-González, G.	2020	Estudio cualitativo y cuantitativo	PubMed y SciELO	El incremento de la sobrecarga mental cuantitativa es generado por picos de trabajo y consituye un riesgo psicosocial. La sobrecarga mental cualitativa como producto de la rutina y la monotonía constituye un riesgo psicosocial importante. Uno de los aspectos que afecta a la salud mental de los docentes es el aislamiento social.	Factores de riesgo psicosocial Doble presencia Horas de trabajo y preparación
Tecnoestrés docente y percepción de la calidad de servicio en una universidad privada de Lima	Alcas Zapata, Noel et al.	2019	Análisis comparativo cuantitativo y cualitativo	SciELO	Existe una asociación entre el tecnoestrés docente y las percepciones de cada una de las dimensiones de la calidad de servicio. Los docentes presentan un estado conocido como de hiperconexión, lo cual afecta a su salud mental.	Percepción de la calidad de servicio Tecnoestrés
Technostress in Communication and Technology Society: Scoping Literature Review from the Web of Science	Cuervo-Carabel, Tatiana; Orviz, Natalia; Fernández, Ivá; Arce-García, Sergio	2018	Revisión de literatura	SciELO	Los estudios del tecnoestrés se centran en los factores precipitantes y atenuantes. Faltan estudios epíricos que permitan establecer protocolos organizacionales de intervención.	Sobrecarga de trabajo Ambigüedad de rol Sobrecarga de información Cantidad y contenido de trabajo Desconexión Dependencia tecnológica Capacitación Soporte y apoyo
Technostress, Career Commitment, Satisfaction with Life, and Work Family Interaction among Workers in Information and Communication Technologies	Carlotto, M; Welter, G; Jones, A.	2017	Análisis cualitativo y cuantitativo	SciELO	El conflicto entre el trabajo y la familia se asocian con una mayor tecno-fatiga y tecno-ansiedad. Se observaron diferencias de edad y género en relación al tecnoestrés, siendo las mujeres quienes lo presentan en mayor porcentaje.	Incredulidad Fatiga Ansiedad Ineficacia Doble presencia Género

