

XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2021.

Uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TICS) en alumnos universitarios en el contexto COVID-19.

Eidman, Leandro y Basualdo Falleau, Susy Evelyn.

Cita:

Eidman, Leandro y Basualdo Falleau, Susy Evelyn (2021). *Uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación (TICS) en alumnos universitarios en el contexto COVID-19. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-012/251>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/even/khY>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

USO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y COMUNICACIÓN (TICS) EN ALUMNOS UNIVERSITARIOS EN EL CONTEXTO COVID-19

Eidman, Leandro; Basualdo Falleau, Susy Evelyn
Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El tecnoestrés ha sido objeto de estudio en el ámbito laboral. En situación de pandemia COVID-19, la incorporación de las tecnologías de la información y comunicación (TICs) en los jóvenes se convirtió en una herramienta esencial en sus estilos de vida. El objetivo de la presente investigación fue describir los niveles de tecnoestrés en estudiantes universitarios de población Argentina en contexto de pandemia por Sars-CoV-2. El tipo de estudio fue descriptivo bajo un diseño no experimental de corte transversal. Se calcularon estadísticos descriptivos y porcentajes de adherencia al ítem. La muestra estuvo conformada por 1656 participantes residentes en diferentes provincias de Argentina de edades comprendidas entre 18 y 66 años (MEDAD = 24.69, DE = 6.52, 78.2% mujeres, 21% varones y 0.8% prefirió no informar). Los resultados informaron una alta implicancia de los factores de ansiedad, fatiga, escepticismo, ineficacia y adicción en relación al estrés tecnológico. Los niveles de tecnoestrés oscilaron entre altos y muy altos de. Se puede concluir que el tecnoestrés es una experiencia psicosocial negativa que depende de la relación existente entre las demandas y los recursos disponibles que tengan las personas, ampliando así la posibilidad de padecer síntomas psicopatológicos mediante el uso de las tecnologías.

Palabras clave

Estrés tecnológico - Estudiantes universitarios - Niveles de tecnoestrés - Experiencia psicosocial

ABSTRACT

USE OF INFORMATION AND COMMUNICATION TECHNOLOGIES (ICTS) AMONG UNIVERSITY STUDENTS IN THE CONTEXT OF COVID-19

Technostress has been the object of study in the work environment. During the COVID-19 pandemic, the incorporation of information and technologies (ICTs) in young people became an essential tool in their lifestyles. The aim of this research was to describe the levels of technostress in Argentine university students in the context of SARS-CoV-2 pandemic. The type of study was descriptive under a non-experimental cross-sectional design. Descriptive statistics and adherence percentages were calculated for each item. The sample consisted of 1656 participants residing in different provinces of Argentina, aged 18 to

66 years (Mage = 24.69, SD = 6.52, 78.2% female, 21% male and 0.8% preferred not to specify). The results reported a high involvement of the factors of anxiety, fatigue, skepticism, inefficacy, and addiction in relation to technological stress. Levels of technostress ranging from high to very high were observed. It can be concluded that technostress is a negative psychosocial experience that depends on the relationship between the demands and the available resources that people have thus increasing the possibility of suffering psychopathological symptoms using technologies.

Keywords

Technological stress - University students - Technostress levels - Psychosocial experience

Introducción

A fines de diciembre de 2019 el agente etiológico denominado SARS-CoV-2 fue identificado como causante de casos de neumonía grave en la ciudad china de Wuhan (Organización Panamericana de la Salud, 2020). En consecuencia, la mayoría de los países intentaron aislar casos, rastrear contactos y proteger a las poblaciones vulnerables, implementando medidas de distanciamiento físico (Organización Mundial de la salud, 2020). Las vivencias ligadas a la pandemia y la implementación de aislamiento social preventivo obligatorio decretado el 20 de marzo en nuestro país (Decreto N° 297/2020), han provocado en las personas, numerosas manifestaciones psicológicas con diferente profundidad y persistencia, de acuerdo a las vulnerabilidades individuales y las fortalezas para adaptarse a los cambios (Brunetti & Gargoloff, 2020). Como consecuencia, nuestra sociedad estrechó los vínculos con el uso de las TICs en todos sus aspectos, particularmente como solución ante la posibilidad de continuar los estudios académicos. En este contexto, el tecnoestrés ha sido considerado como un fenómeno global que surgió como respuesta a los efectos nocivos ocasionados por el uso frecuente de las tecnologías (Penado Abilleira, 2020). En sus orígenes, el término estuvo estrechamente vinculado al ámbito laboral (Jiménez, 2010; Salanova et al., 1999; Salanova, 2003) entendido como una enfermedad de adaptación causada por la falta de habilidad para manejar las nuevas tecnologías de manera beneficiosa (Brod, 1984). Posteriormente, Weil y Rosen

(1997) ampliaron la perspectiva hacia diferentes ámbitos (e.g. universitario y familiar) definiendo el constructo como cualquier impacto negativo en las actitudes, los pensamientos, los comportamientos o en la fisiología que fuera causada directa o indirectamente por la tecnología. Fue así como, se determinó que la causa del tecnoestrés se origina por la creciente necesidad de usar diariamente las TICs, provocando en los usuarios dependencia, sobrecarga mental y dificultades debido a la sobreestimulación (Jiménez, 2010).

Más cercano a la actualidad, Salanova et al. (2011) mediante la creación del Modelo espiral de la salud ocupacional, explicaron al tecnoestrés como un desajuste entre la interacción de recursos y las demandas tecnológicas mediadas por recursos humanos. En consecuencia, Llorens et al. (2011) lo definieron como un estado psicológico negativo que despierta en el usuario síntomas de ansiedad, fatiga mental, actitudes escépticas, creencias de ineficacia y conductas adictivas.

Debido a la situación de pandemia actual se desarrolló un creciente interés por el estudio del impacto de las (TICs) en los procesos educativos, adentrándose progresivamente en las nuevas formas de transmitir conocimientos por parte de los docentes, como así también, en los modos de aprendizaje y de obtener información por parte de los alumnos (Penado Abilleira et al., 2021). En este sentido, Cherian et al. (2020) informaron que los estudiantes universitarios de población India refirieron elevados niveles de tecnoestrés, mientras que sus niveles de bienestar psicológico disminuían y su rendimiento académico se veía afectado de forma negativa. En la misma línea, un estudio realizado en población de estudiantes universitarios mexicanos, concluyó que mientras mayor era el uso de las TICs, mayores fueron los niveles de ansiedad, fatiga y adicción al uso de las tecnologías (Villavicencio et al., 2020).

La ausencia de investigaciones locales sobre los niveles de estrés psicológico producido por el uso de las TICs en estudiantes universitarios en contexto de pandemia COVID-19 puso de relieve la importancia de su estudio. Es por ello que, se delinearon los siguientes objetivos: 1) describir los niveles de tecnoestrés en estudiantes universitarios argentinos y 2) describir el nivel de adherencia por ítem según las dimensiones del tecnoestrés.

Método

Participantes

El tipo de muestreo fue no probabilístico y voluntario. Estuvo conformado por 1656 estudiantes universitarios de población Argentina en contexto de pandemia por COVID-19. La edad promedio fue de 24.69 ($DE=6.52$, $Mín=18$, $Máx=66$). El 78.2% ($n=1295$) eran mujeres, el 21% ($n=347$) eran varones y el 0.8% ($n=14$) prefirió no informar. En cuanto a su lugar de residencia el 42.3% ($n=700$) informó vivir en la provincia del Chaco, el 18% ($n=298$) en Buenos Aires, el 9.9% ($n=164$) en la Ciudad de Buenos Aires, el 15.7% ($n=260$) en la provincia de Corrientes, el 6% (n

= 53) en la provincia de Formosa, el 2.9% ($n=48$) en la provincia de San Juan, el 2.2% ($n=36$) en la provincia de Córdoba el 2.9% ($n=26$) y el 7.8% ($n=71$) se encontraban distribuidos entre las restantes provincias argentinas. La muestra fue relevada desde el 20 de agosto hasta el 25 de febrero del 2021.

Medición

Cuestionario sociodemográfico ad-hoc. Mediante este instrumento se obtuvieron datos sobre la edad, el sexo, la institución a la que asistían, si utilizaba el celular para fines académicos, si tenía computadora propia, si contaba con internet en su hogar, la frecuencia con la que utilizaba el celular y la computadora para fines académicos y cómo valoraba su experiencia con el uso de las TICs.

Escala de Tecnoestrés (Llorens et al., 2011). El cuestionario consta de 22 ítems divididos en 5 subescalas que miden las dimensiones de: escepticismo, fatiga, ansiedad, ineficacia y adicción. Los ítems se responden en una escala Likert de 7 puntos (0 = *nada* a 6 = *siempre*) y las puntuaciones se clasifican desde muy bajas a muy altas. La consistencia interna supera en todas las dimensiones un puntaje mínimo de $.70$. Se utilizó la versión del instrumento adaptada a la Argentina en contexto COVID-19 (Eidman & Basualdo, en prensa). La escala cuenta con una adecuada evidencia de validez de contenido, aparente, de constructo y con excelentes puntuaciones de consistencia interna (fatiga, α ordinal = $.93$ y α nominal = $.95$; ansiedad, α ordinal = $.87$ y α nominal = $.90$; ineficacia α ordinal = $.90$ y α nominal = $.91$ y adicción α ordinal = $.76$ y α nominal = $.84$) lo cual determina que es un instrumento válido y confiable para evaluar el tecnoestrés en población de estudiantes universitarios argentinos.

Procedimiento

Las técnicas utilizadas para medir las variables se distribuyeron a través de las redes sociales bajo la modalidad *google forms*®. Los participantes fueron voluntarios y no recibieron retribución alguna por su colaboración. Los sujetos que participaron del presente estudio fueron informados sobre los objetivos de la investigación y las características de la colaboración solicitada. El formulario contenía en su portada como campo obligatorio aceptar el consentimiento informado ajustado a la declaración de Helsinki de 1964 y sus enmiendas posteriores o sus normas éticas equivalentes, y aprobado por la Ley 25.326 de protección de los datos personales que se ocupa de las implicancias éticas de las investigaciones en salud en las que participen seres humanos, con el fin de proteger sus derechos fundamentales ponderando, a su vez, la necesidad de promover la investigación en salud.

Análisis de Datos

Los datos fueron sistematizados y analizados mediante el programa estadístico SPSS-20 (Statistical Package for the Social Sciences, 2011). Como paso previo al análisis, se realizó una depuración de la base de datos a través de la identificación de da-

tos perdidos. En cuanto al análisis de los datos para los objetivos propuestos, se utilizaron estadísticos descriptivos de frecuencias absolutas y relativas (medidas de tendencia central). Para examinar cuáles de las situaciones mencionadas en las dimensiones despiertan estrés tecnológico, se calcularon los porcentajes de adherencia para cada ítem en cada opción de respuesta.

Resultados

Niveles de Tecnoestrés en Estudiantes Universitarios Argentinos

En las Tablas 1 y 2 se presentan los análisis descriptivos de las variables evaluadas.

Tabla 1
Datos sociodemográficos de la muestra

Variable	Etiqueta	n	%
Género	Femenino	1295	78.2
	Masculino	347	21.0
	Prefiero no decir	14	0.8
Institución a la que asiste	Pública	1128	68.1
	Privada	504	30.4
	Semi-Pública	24	1.4
¿Utiliza el celular para fines académicos?	Si	1577	95.2
	No	79	4.8
¿Tiene computadora propia?	Si	1449	87.5
	No	207	12.5
¿Cuenta con Internet en su hogar?	Si	1598	96.5
	No	58	3.5
¿Con que frecuencia utiliza su computadora para fines académicos?	Menos de dos horas diarias	211	12.7
	Entre dos y cuatro horas diarias	483	29.2
	Entre cuatro y seis horas diarias	437	26.4
	Más de seis horas diarias	450	27.2
¿Con que frecuencia utiliza su celular para fines académicos?	No uso	75	4.5
	Menos de dos horas diarias	617	37.3
	Entre dos y cuatro horas diarias	528	31.9
	Entre cuatro y seis horas diarias	251	15.2
¿Cómo califica su experiencia personal con las TICs (computadoras, celulares, redes sociales, etc.) para su uso académico?	Más de seis horas diarias	193	11.7
	No uso	67	4
	Mala	50	3.0
	Regular	504	30.4
	Buena	780	47.1
	Muy Buena	322	19.4

Nota. n = 1656.

Tabla 2
Estadísticos descriptivos de las variables

VARIABLES	M(DE)	95% IC	Rango	n
Edad	24.69 (6.52)	[24.37,25.00]	18-66	1656
Ansiedad	2.54 (0.03)	[2.47,2.61]	6-24	1656
Fatiga	3.52 (0.36)	[3.44,3.59]	6-24	1656
Escepticismo	2.28 (0.02)	[2.22,2.34]	6-24	1656
Ineficacia	1.80 (0.30)	[1.74,1.86]	6-24	1656
Adicción	3.98 (0.30)	[3.92,4.04]	6-36	1656

Nota. IC: Intervalo de confianza.

En la Tabla 3 se pueden observar los niveles de tecnoestrés según las dimensiones que evalúa el constructo. Mediante el análisis de frecuencias por dimensiones, el 82.5% presentó niveles de fatiga que oscilaron entre alto y muy alto, el 76.9% informó niveles de ansiedad en el mismo rango, al igual que el 75.8% en la dimensión adicción. A su vez, el 76.4% presentó niveles de escepticismo que variaron entre medio alto y alto. Por último, el 62.8% manifestó niveles de ineficacia que varían en igual rango.

Tabla 3
Niveles de estrés psicológico

Dimensiones	Niveles de tecnoestrés											
	Muy Bajo		Bajo		Medio Bajo		Medio Alto		Alto		Muy Alto	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Ansiedad	80	4.8	54	3.3	115	6.9	135	8.2	569	34.4	703	42.5
Fatiga	36	2.2	27	1.6	56	3.4	172	10.4	329	19.9	1036	62.6
Escepticismo	92	5.6	-	-	203	12.3	829	50.1	435	26.3	97	5.9
Ineficacia	151	9.1	-	-	395	23.9	781	47.2	258	15.6	70	4.2
Adicción	7	0.4	37	2.2	100	6.0	258	15.6	463	28.0	791	47.8

Nota. n = 1656.

Adherencia por ítem según Dimensiones de Tecnoestrés

Se realizó un análisis de frecuencias y porcentajes para poder obtener resultados sobre la adherencia por ítem según las situaciones planteadas en las dimensiones que evalúan el estrés tecnológico. En la Tabla 4 se pueden observar los resultados obtenidos. En detalle, para la dimensión Ansiedad, el 43.4% respondió que entre algunas veces y bastantes veces, se sintió tenso y ansioso al estudiar con tecnologías y el 46.6% reportó que entre algunas veces y con frecuencia, estudiar con ellas lo hizo sentir incómodo, irritable e impaciente. Pasando ahora a la dimensión Fatiga, el 53.7% informó que entre bastantes veces y siempre, les resultaba difícil relajarse después de un día de estudio utilizando las TICs, al igual que el 70.6% refirió que cuando terminaba de estudiar se sentía agotado/a. En lo que a la dimensión Escepticismo respecta, el 52.2% informó que entre raras veces y con frecuencia, con el paso del tiempo perdió interés en las TICs, al igual que el 54.4% refirió que dudaba del resultado de sus estudios. En relación a la dimensión Ineficacia, el 60.1%

informó que entre raras veces y bastantes veces les resultó difícil estudiar con las TICs, al igual que el 40.4% que refirió que entre algunas veces y siempre estaba inseguro/a de acabar bien sus tareas cuando las utilizaba. Finalmente, en cuanto a la di-

mensión Adicción, el 63.3% informó que entre bastantes veces y siempre, utilizó en exceso las tecnologías, en la misma línea que, el 57.7% refirió haber presentado un impulso interno que lo/la obligaba a utilizar las TICs en cualquier lugar y momento.

Tabla 4
Adherencia por ítem según Dimensiones de Tecnoestrés

Dimensiones / Ítems	Adherencia por ítem													
	Nada		Casi Nada		Raramente		Algunas Veces		Bastante		Con Frecuencia		Siempre	
	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Ansiedad														
Me siento tenso y ansioso al estudiar con tecnologías	169	10.2	182	11.0	165	10.0	407	24.6	311	18.8	214	12.9	208	12.6
Me asusta pensar que puedo destruir una gran cantidad de información por el uso inadecuado de las mismas	326	19.7	201	12.1	251	15.2	345	20.8	194	11.7	168	10.1	171	10.3
Dudo de utilizar tecnologías por miedo a cometer errores	506	30.6	258	21.6	273	16.5	295	17.8	94	5.7	89	5.4	41	2.5
Estudiar con ellas me hace sentir incómodo, irritable e impaciente	307	18.5	232	14.0	192	11.6	409	24.7	221	13.3	159	9.6	136	8.2
Fatiga														
Me resulta difícil relajarme después de un día de estudio utilizándolas	154	9.3	142	8.6	141	8.5	328	19.8	353	21.3	269	16.2	269	16.2
Cuando termino de estudiar con TIC, me siento agotado/a	55	3.3	63	3.8	92	5.6	275	16.6	423	25.5	307	18.7	441	26.6
Estoy tan cansado/a cuando acabo estudiar con ellas que no puedo hacer nada más	157	9.5	132	8.0	246	14.9	451	27.2	211	12.7	275	16.6	184	11.1
Es difícil concentrarme después de estudiar con tecnologías	140	8.5	155	9.4	227	13.7	424	25.6	304	18.4	239	14.4	167	10.1
Escepticismo														
Con el paso del tiempo, las tecnologías me interesan cada vez menos	272	16.4	178	10.7	277	16.7	497	30.0	248	15.0	120	7.2	64	3.9
Cada vez me siento menos implicado/a en el uso de las TIC	370	22.3	265	16.0	343	20.7	387	23.4	155	9.4	91	5.5	45	2.7
Me siento más desconfiado/a de si las tecnologías contribuyen a algo en mi estudio	430	26.0	272	16.4	286	17.3	341	20.6	166	10.0	116	7.0	45	2.7
Dudo del resultado del estudio con estas tecnologías	303	18.3	233	14.1	248	15.0	434	26.8	206	12.6	127	7.7	93	5.6
Ineficacia														
En mi opinión, soy ineficaz utilizando tecnologías	515	31.1	376	22.7	234	14.1	336	20.3	104	6.3	45	2.7	46	2.8
Es difícil estudiar con tecnologías de la información y de la comunicación	245	14.8	282	17.0	226	13.6	548	33.1	222	13.4	67	4.0	66	4.0
La gente dice que soy ineficaz utilizando tecnologías	874	52.8	344	20.8	217	13.1	139	8.4	41	2.5	33	2.0	8	0.5
Estoy inseguro/a de acabar bien mis tareas cuando utilizo las TIC	358	21.6	301	18.2	273	16.5	389	23.5	137	8.3	112	6.8	86	5.2
Adicción														
Creo que utilizo en exceso las tecnologías en mi vida	88	5.3	69	4.2	114	6.9	336	20.6	373	22.5	267	16.1	409	24.7
Utilizo continuamente las tecnologías, incluso fuera de mi horario de estudio	17	1.0	26	1.6	36	2.2	135	8.2	332	20.0	338	20.4	772	46.6
Me encuentro pensando en tecnologías continuamente incluso fuera del horario de estudio	39	2.4	56	3.4	81	4.9	209	12.6	309	18.7	359	21.7	603	36.4
Un impulso interno me obliga a utilizarlas en cualquier lugar y en cualquier momento	145	8.8	149	9.0	171	10.3	318	19.2	289	17.5	276	16.7	308	18.6
Dedico más tiempo a las tecnologías que a estar con amigos/as, familia y practicar hobbies, etc	135	8.2	174	10.5	278	16.8	377	22.8	277	16.7	232	14.0	183	11.1

Nota. *n* = 1656.

Discusión

El objetivo general del presente trabajo radicó en describir los niveles de tecnoestrés en estudiantes universitarios de población Argentina en contexto de COVID-19. Se buscó identificar el porcentaje por dimensión y el porcentaje de adherencia al ítem que evalúa cada dimensión del constructo. Los resultados mostraron que el 95.2% de los participantes utiliza su celular para fines académicos en un 69.2% entre dos y cuatro horas y menos de dos horas. A su vez, el 87.5% utiliza su computadora para los mismos fines en un 53.6% más de seis horas y entre cuatro y seis horas diarias.

Los porcentajes informados en el uso de las TICs indican que los estudiantes universitarios argentinos en contexto de pandemia experimentan síntomas afectivos relacionados con un alto nivel de activación psicofisiológica del organismo y desarrollan actitudes negativas hacia las tecnologías de la información. Esto se observa en el elevado porcentaje de adherencia a los ítems donde informan: sentirse tensos y ansiosos al utilizar las tecnologías, que estudiar con ellas los hace sentir incómodos, irritables e impacientes, que les resulta difícil relajarse después de un día de estudio utilizando las TICs y cuando terminan de estudiar utilizándolas se sienten agotados. Estos resultados son

consistentes con lo informado por Llorens et al. (2011) quienes refirieron que cuando una persona experimenta tecnoansiedad sufre una activación fisiológica no placentera acompañada de tensión y malestar por la utilización futura de algún tipo de medio tecnológico, lo cual contribuye a la presencia de actitudes escépticas respecto a su uso, a pensamientos negativos sobre la capacidad de las personas y sus competencias en el manejo de las TICs. Actualmente, esto podría atribuirse a la implementación del aislamiento social preventivo obligatorio donde la única posibilidad de poder continuar con los estudios se encuentra mediada por el uso de las tecnologías.

A su vez, los resultados informan que la mayoría de los estudiantes experimentan sentimientos de rechazo, pensamientos hostiles y negativos sobre sus propias capacidades y/o habilidades para utilizar de forma correcta las TICs. La evidencia al respecto se determina por la elevada adherencia de las respuestas en los ítems, donde informan que: pierden el interés en las TICs, dudan del resultado de sus estudios utilizando las mismas y están inseguros de acabar sus tareas cuando las utilizan. Estos resultados son coincidentes con los hallados en la India por Cherian et al. (2020) quienes informaron que el uso de las TICs se encuentra relacionado a niveles elevados de tecnoestrés produciendo actitudes escépticas y sentimientos de ineficacia en los usuarios. Se podría inferir que estos resultados son esperables y que no es únicamente la tecnología lo que conduce a experimentar estos indicadores, sino también, la valoración que hacen los estudiantes sobre la experiencia con las tecnologías ante la situación de pandemia.

Por último, los hallazgos informan que los estudiantes presentan elevados niveles de conductas adictivas hacia las TICs, en tanto sienten un impulso interno que los obliga a depender de ellas. Es así como, la mayoría refiere que se encuentra pensando en tecnologías, incluso fuera del horario de estudio y, además, dedican mayor tiempo a las tecnologías y no tanto a otras actividades esenciales (e.g. deporte, relaciones interpersonales, etc.). Estos resultados se encuentran en coincidencia con lo reportado en estudios precedentes relacionados a la tecno-adicción (Villavicencio et al., 2020). Podría interpretarse que al no tener otras opciones para el avance en sus estudios y para comunicarse con sus pares, acaban dependientes e inseparables de las TICs, siendo el eje sobre el cual estructuran sus vidas.

Dentro de las limitaciones del estudio pueden mencionarse que la muestra fue obtenida con un muestreo no probabilístico lo cual influyó directamente en los supuestos que subyacen a la mayoría de los análisis estadísticos. Por lo tanto, las posibilidades de generalizar los resultados hallados en la presente investigación se encuentran limitados a muestras con características similares. El diseño utilizado fue de carácter transversal lo cual no permite evaluar el valor predictivo y la evolución de las variables estudiadas. Por último, fueron escasas las investigaciones precedentes sobre la temática de estudio ante un contexto de pandemia lo cual dificultó la posibilidad de discutir en profundi-

dad los resultados.

Sería necesario avanzar en futuras líneas de investigaciones para obtener información acerca de la problemática, obtener datos sobre correlaciones entre variables que profundicen el estudio del tecnoestrés en el ámbito universitario, por ejemplo: la frecuencia del uso de las tecnologías, el año de cursada y el rendimiento académico.

Finalmente, se considera preciso destacar que la versión del inventario utilizada es la adaptación argentina (Eidman & Basualdo, en prensa) en contexto de pandemia por COVID-19. Esto indica que los hallazgos obtenidos se ajustan de forma ecológica a la situación de pandemia. Este trabajo contribuye a pensar en la implementación de estrategias que posibiliten la incorporación de herramientas y/o técnicas de afrontamiento frente al uso de las TICs y de esta forma, los estudiantes universitarios puedan continuar sus estudios mediados por el bienestar emocional, psicológico y social.

BIBLIOGRAFÍA

- Aragüez Valenzuela, 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*, 2 (2), 169-190.
- Brod, C. (1984). *Technostress: The human cost of the computer revolution*. Addison Wesley Publishing Company.
- Brunetti, A., & Gargoloff, P. R. (2020). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental, con especial foco en personas con trastornos mentales severos y persistentes. *Question*. <https://doi.org/10.24215/16696581e278>
- Carabel, T. C., Meneghel, I., Martínez, N. O., & García, S. A. (2020). Nuevos retos asociados a la tecnificación laboral: el tecnoestrés y su gestión a través de la Psicología Organizacional Positiva. *Aloma: revista de psicología, ciències de l'educació i de l'esport Blanquerna*, 38(1), 21-30.
- Chen, L., & Muthitacharoen, A. (2016). An empirical investigation of the consequences of technostress: Evidence from China. *Information Resources Management Journal*, 29(2), doi: 14-36. doi: 10.4018 / IRMJ.2016040102
- Decreto 297/2020, Boletín Oficial de la República Argentina N° 34, 334, Primera Sección, pp. 3-6 (2020)
- Eidman, L. & Basualdo Falleau, S.E. (en prensa). Adaptación y validación de la escala RED-tecnoestrés en población de estudiantes universitarios argentinos. *ACADEMO Revista de Investigación en Ciencias Sociales y Humanidades*.
- Jiménez, A. L. (2010). Tecnología como fuente de estrés: una revisión teórica al concepto de tecnoestrés. *Temas de comunicación*, (21), 157-180.
- Llorens, S., Salanova, M., & Ventura, M. (2011). *Guía de intervención: Tecnoestrés*. Editorial síntesis.

- Organización Mundial de la Salud (2020). *Alocución de apertura del Director General de la Organización Mundial de la Salud en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020*. Recuperado de: <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>.
- Organización Panamericana de la Salud. Actualización Epidemiológica: Nuevo coronavirus (COVID-19) 14 de febrero de 2020. Washington DC: Organización Panamericana de la Salud; 2020.
- Penado Abilleira, M., Rodicio-García, M. L., Ríos-de-Deus, M. P., & Mosquera-González, M. J. (2020). Technostress in Spanish University Students: Validation of a Measurement Scale. *Frontiers in psychology*, 11, 2602. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.582317>
- Penado Abilleira, M., Rodicio-García, M. L., Ríos-de-Deus, M. P., & Mosquera-González, M. J. (2021). Technostress in Spanish University Teachers During the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 496. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.617650>
- Salanova, 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*, 19(3), 225-246.
- Salanova, M., Cifre, E., & Martín, P. (1999). El proceso de Tecnoestrés y estrategias para su prevención. *Prevención, Trabajo y Salud*, 1, 18-28.
- Salanova, M., Llorens, S., Cifre, E., & Nogareda, C. (2007). *Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial*. Nota técnica de prevención, 730, 21ª serie. Madrid: Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- Salanova, M., Llorens, S., & Martínez, I. M. (2011). *Organizaciones saludables. Una mirada desde la psicología positiva*. Aranzadi.
- Velasquez, A. J. C., & Paz, D. C. B. (2020). El Tecnoestrés: Una consecuencia de la inclusión de las TIC en el trabajo. *Cienciamatría*, 6(1), 295-314.
- Villavicencio-Ayub, E., Ibarra Aguilar, D. & Calleja, N. (2020). Tecnoestrés en población mexicana y su relación con variables sociodemográficas y laborales. *Psicogente* 23 (44), 1-27. <https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3473>
- Weil, M., & Rosen, L. (1997). *Technostress: coping with technology @ work, @home, @play*. New York, USA: John Wiley & Son.