

Enfermedades Psicosociales en Estudiantes Universitarios

Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional (RILCO)



[Esta foto](#) de Autor desconocido está bajo licencia [CC BY-NC-ND](#)

Compiladores

Julio Álvarez Botello

Eva Martha Chaparro Salinas

Maria del Carmen Hernández Silva

Enfermedades Psicosociales en Estudiantes Universitarios

Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad
Organizacional (RILCO)

Julio Álvarez Botello

Eva Martha Chaparro Salinas

María del Carmen Hernández Silva

(Compiladores)

RILCO

Enfermedades Psicosociales en Estudiantes Universitarios

Primera edición (versión digital), diciembre 2025

D.R. © Julio Álvarez Botello, Eva Martha Chaparro Salinas, María del Carmen Hernández
Silva

(Compiladores)

D.R. © Universidad Autónoma del Estado de México

Diseño y diagramación: Río Subterráneo Editores

www.riosubterraneo.com.mx

ISBN 978-970-96736-7-8

El contenido de cada uno de los apartados de este libro es responsabilidad exclusiva de su(s) autor(es).

Prohibida la reproducción total o parcial por cualquier medio sin la autorización escrita del titular de los derechos patrimoniales.

Todos los derechos reservados.

Hecho en México.

CONSEJO EDITORIAL

Coordinador general:

Eva Martha Chaparro Salinas

Colaboradores:

Yéssica Yael Gomora Miranda

Miguel Caballero Santín

Iliana Guadarrama Varón

Dictaminación del libro y sus capítulos

El comité científico fue el encargado de la evaluación de cada capítulo del libro, fue realizado mediante la evaluación de doble arbitraje ciego, como consta en los archivos con que cuenta el comité editorial.

COMITÉ CIENTÍFICO

Miembros ajenos a la entidad editora internacionales

Dr. Carlos José Oliveira Silva Rodrigues	Universidad de Aveiro, Portugal
Dr. Ana Isabel Pires Beato Alves de Melo	Universidad de Aveiro, Portugal
Dr. Gonçalo Alves de Sousa Santinha	Universidad de Aveiro, Portugal
Dra. Marisol Pérez Campaña	Universidad de Holguín, Cuba
Dra. Aniuska Ortíz Pérez	Universidad de Holguín, Cuba
Dr. Reynaldo Velazquez Saldivar	Universidad de Holguín, Cuba
Dra. María Rodríguez Gámez	Universidad Técnica de Manabí, Ecuador
Dr. Sebastiana del Monserrate Ruiz C.	Universidad Técnica de Manabí, Ecuador
Dr. Norberto Pelegrín Entenza	Universidad Técnica de Manabí, Ecuador
Dr. Ericé Bezerra Correia	FACHUCA, Brasil
Dr. Emanuel Leite	Universidade de Pernambuco, Brasil
Dr. Emmanuel Sampaio	UNIVERSO, Brasil
Dr. Ademar Vieira Santos	UFAM, Brasil
Dr. Lázaro Rodríguez Ariza	Universidad de Granada, España
Dra. María Antonia Ruiz Moreno	Universidad de Granada, España
Dra. María Carmen Haro Domínguez	Universidad de Granada, España
Dra. Dainelis Cabezas Pullés	Universidad de Granada, España
Dra. Jenny María Ruiz Jiménez	Universidad de Granada, España
Dra. Virginia Fernández Pérez	Universidad de Granada, España
Dra. Maribel Ferrer Vicente	Universidad de Oriente, Cuba
Dra. María Mirna Castillo Rodríguez	Universidad de Oriente, Cuba
Dra. María del Rosario Moreno Pino	Universidad de Holguín, Cuba

Miembros ajenos a la entidad editora mexicanos

Dr. César Estrada Gutiérrez	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Edel Cruz García	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Yessica Yael Gómora Miranda	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Juan Alberto Ruiz Tapia	Universidad Autónoma Del Estado De México

Dr. Julio Álvarez Botello	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Miguel Octavio Caballero Santin	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Susana Ruiz Valdes	Universidad Autónoma Del Estado De México
Mtra. Iliana Yadira Guadarrama Varon	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Eva Martha Chaparro Salinas	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Verónica Zendejas Santín	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Enrique Guadarrama Tavira	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Leonor Elena López Canto	Universidad Autónoma de Yucatán
Dr. Mauricio José Hernández Sarti	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Daniel Cardoso Jiménez	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Elizabeth Céspedes Ochoa	Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas
Dr. Juan José Lechuga Arizmendi	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Mónica Fernanda Aranibar Gutiérrez	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Jenny Alvarez Botello	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Arely Gorostizaga Herrera	Tecnológico de Estudios Superiores de Chimalhuacán
Dr. Rigoberto Torres Tovar	Universidad Nacional Autónoma de México
Dr. Javier Romero Torres	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. Renata Nanyelin Cuevas Villa	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dra. María del Carmen Chávez Rodríguez	Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas
Dra. Lucía Beltran Castillo	Tecnológico de Estudios Superiores de Chimalhuacán
Dra. Mónica Liliana Rivera Obregón	Universidad Autónoma Del Estado De México
Dr. Luis Alfredo Gallardo Millán	Universidad Politécnica del Mar y la Sierra
Dra. Alejandra Karina Pérez Jaimes	Colegio Mexiquense Universitario
Dra. Olivia Jiménez Diez	Universidad Autónoma de Yucatán
Dra. María de los Ángeles Cervantes Rosas	Universidad Autónoma de Occidente
Dr. César Uziel Estrada Reyes	Colegio Mexiquense Universitario

Mtra. Irán Mata León	Universidad Cuautemoc Campus Querétaro
Dra. Myrna Delfina López Noriega	Universidad Autónoma del Carmen
Dr. Oscar Bernardo Reyes Real	Universidad de Colima
Dra. Graciela Meza Díaz	Colegio Mexiquense Universitario
Dra. Guadalupe González García	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Jennifer Mul Encalada	Universidad Autónoma de Yucatán
Dra. María Concepción Ramírez Barón	Universidad Autónoma de Baja California
Dra. Monica Del Valle Pérez	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. María del Carmen Hernández Silvia	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Sandra Miriam Alcántara Ramírez	Universidad Autónoma del Estado de México
Dr. Enoc Gutierrez Pallares	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Norma Angelica Mosqueda Raygoza	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Liliana Antonia Mendoza González	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Karina González Roldán	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Blanca Rosa García Rivera	Universidad Autónoma de Baja California
Dra. Marcela Jaramillo Jaramillo	Universidad Autónoma del Estado de México
Dra. Bertha Luz Martínez Hernández	Universidad Autónoma del Estado de México
Rosa Elena De Anda Montaña	Universidad Autónoma de Occidente

PRESENTACIÓN

El desarrollo y promoción de investigaciones dentro de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional es un reto dentro de nuestra región al mantener una lógica educativa dedicada a la formación profesional universitaria con una muy baja orientación a la investigación y el desarrollo tecnológico, es por eso que la importancia de redes como esta debe impulsar procesos investigativos que promuevan la profesionalización de investigadores dedicados a líneas de investigación que favorezcan el impacto social de la región latinoamericana, así como el consecuente desarrollo de tecnología que dé soporte a la implementación y mejora de niveles de vida con calidad y prosperidad.

La investigación propuesta y que se reporta en este libro tiene como objetivo el estudiar la afectación de las enfermedades psicosociales como lo son el estrés, el tecnoestrés, el moobing, el burnout y el boreout en el desarrollo de los estudiantes latinoamericanos en América Latina y sus diferentes países.

La organización que nos permitió realizar esta investigación y llegar a los resultados que se presentan a continuación permitieron la participación de 27 grupos de diferentes regiones de América Latina y algunos de ellos generando muestreos completos para generar sus propios resultados relevantes y soluciones locales.

Esperamos que esta obra sea de interés para todos aquellos que desean conocer sobre las enfermedades psicosociales, pero más aún que permita el involucramiento de más grupos de investigadores a una segunda parte de la investigación.

Saludos cordiales

Dr. en Adm. y Dr. en C. Ed. Julio Alvarez Botello

Presidente de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional

Enfermedades Psicosociales en Estudiantes Universitarios

ÍNDICE

Sección 1: Antecedentes			
Capítulo	Folio	Título	Página
1	15412	PROTOCOLO DEL PROYECTO	11
2	15413	PRUEBAS DE LOS INSTRUMENTOS UTILIZADOS EN LA INVESTIGACIÓN DE ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN EL ENTORNO LATINOAMERICANO	22
3	15414	RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR EN AMÉRICA LATINA	39

Sección 2: Resultados en el Entorno Latinoamericano			
Capítulo	Folio	Título	Página
4	15335	EL ABURRIMIENTO ACADÉMICO COMO RIESGO PSICOSOCIAL EMERGENTE EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS LATINOAMERICANOS: UNA EVALUACIÓN DEL SÍNDROME DE BOREOUT	51
6	15312	EVALUACIÓN DEL MOBBING EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR LATINOAMERICANOS	64
7	15336	IMPACTO DEL TECNOESTRÉS EN ESTUDIANTES DE INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR LATINOAMERICANAS	74
8	15310	ESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS EN LATINOAMÉRICA	83

Sección 3: Estudios regionales			
Capítulo	Folio	Título	Página
9	15402	EVALUACIÓN DEL MOBBING, BOREOUT, BURNOUT, TECNOESTRÉS Y ESTRÉS ESTUDIANTIL EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR EN SALTILLO, COAHUILA.	95
10	15384	EVALUACIÓN DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: ESTUDIO DE CASO EN UN AMBIENTE DE LA ZONA CENTRO DE MÉXICO	113
11	15386	RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL ENTORNO UNIVERSITARIO	123
12	15016	EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN UNA INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR DEL NORESTE DE MÉXICO	137
13	15388	EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ALUMNOS DEL PLANTEL ISIDRO FABELA ALFARO DE LA ESCUELA PREPARATORIA DE LA UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL ESTADO DE MÉXICO	151

14	15391	EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ALUMNOS DE LA LICENCIATURA EN LOGÍSTICA Y NEGOCIOS INTERNACIONALES, UAEMÉX	165
15	15392	ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: EL CASO DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE OCCIDENTE. UNIDAD REGIONAL GUASAVE.	182
16	15393	INCIDENCIA DE RIESGOS PSICOSOCIALES: BOREOUT, BURNOUT, TECNOESTRÉS, ESTRÉS ACADÉMICO, Y MOBBING EN UNIVERSITARIOS EN MÉRIDA, YUCATÁN.	194
17	15394	EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL TECNOLÓGICO DE QUERÉTARO	210
18	15395	ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL SUR DEL ESTADO DE MÉXICO.	222
19	15398	ENFERMEDADES PSICOSOCIALES PRESENTES ENTRE LOS ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA	239
20	15400	FACTORES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: CASO UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL VALLE DE TOLUCA, 2025	253
21	15404	ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES LATINOAMERICANOS. CASO "UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL VALLE DE TOLUCA" LERMA, ESTADO DE MÉXICO. 2025	266
22	15401	ESTUDIO DE ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN LA COMUNIDAD DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE COLOMBIA	276
23	15403	EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA Y NUTRIOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA.	297
24	15397	ESTRÉS LABORAL PERCIBIDO EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE LA INDUSTRIA PETROLERA	306
25	1399	EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES DE DERECHO INTERNACIONAL Y ACTUARÍA DE LA UAEMÉX: UN ESTUDIO DESCRIPTIVO	316

SECCIÓN I.
ANTECEDENTES

15412

**PROTOCOLO DE LA INVESTIGACIÓN EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN
INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR LATINOAMERICANAS**

Dr. Julio Alvarez Botello
Presidente, Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional
julioalvarezbotello@yahoo.com

000-0003-2858-2172

Dra. Eva Martha Chaparro Salinas
Profesor Investigador, Universidad Autónoma del Estado de México
bebachaparro@yahoo.com.mx

000-0001-7955-4628

Dra. María del Carmen Hernández Silva
Profesor Investigador, Universidad Autónoma del Estado de México
difucultural@yahoo.com.mx

000-0002-8021-3852

RED DE INVESTIGACIÓN

Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional
1004/2012RCA

CUERPO ACADÉMICO Y LGAC

Cuerpo Académico: “Administración de Organizaciones Educativas”
Clave PRODEP: UAEM-150

LGAC:

- Calidad y Productividad en los Procesos Educativos
- Tecnologías de Información y Comunicación aplicadas a la Educación

AREA DE CONOCIMIENTO CONAHCYT

Ciencias Sociales

MODALIDAD

Proyecto de investigación de cuerpo académico

TIPO DE INVESTIGACIÓN

Aplicada

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE A ABORDAR

El objetivo número 3 y 4 relacionados a:

Salud y bienestar.

Educación de Calidad.

PROPUESTA NUEVA O CONTINUIDAD

Esta investigación es de nueva creación y se desarrolla debido al interés personal y profesional de atención de enfermedades psicosociales y su influencia en la salud física de los estudiantes de las instituciones de educación superior en latinoamérica y la influencia que puede genera en la calidad del aprendizaje y la productividad de su entorno social.

Se está diseñando para, posteriormente y una vez concluida la presente investigación, generar una segunda etapa donde se pueda extender esta investigación en cada una de las enfermedades psicosociales relevantes identificadas, y con esto poder aspirar en algún momento a generar un modelo y metodología para la atención de esta enfermedad psicosocial y sus degenerativos físicos, psicológicos y organizacionales en este tipo de organizaciones.

RESUMEN Y PALABRAS CLAVE

La presente investigación pretende identificar los riesgos psicosociales a los que mayormente se están enfrentado los estudiantes universitarios en Latinoamérica, con la finalidad de atender la necesidad de disminuir el riesgo de aparición de influenciar la presencia de enfermedades psicosociales como el estrés, el burnout, entre otros, esto se logrará realizando una investigación cuantitativa, de alcance descriptivo, con diseño no experimental, el levantamiento de datos se realizará de manera transversal, utilizando la técnica de levantamiento de datos conocida como encuesta, el diseño del instrumento será original y se realizará por medios electrónicos mediante el involucramiento de miembros de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional en al menos 5 países de la región, los resultados y las propuestas generadas por la investigación serán documentadas en un libro, dos artículos científicos, 2 Trabajos terminales de grado en estudiantes de posgrado de la UAEM y se realizarán actividades de retribución social como la generación de WEBINARS para alcanzar a las universidades que hubieran participado y hacerlo de conocimiento generalizado de estas comunidades universitarias, así como 2 conferencias en dichas Instituciones de Educación Superior.

Palabras Clave: Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

ANTECEDENTES, JUSTIFICACIÓN Y PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Algunos autores que refieren investigaciones relacionadas a las enfermedades psicosociales en Universidades son los siguientes:

Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios

La vida universitaria implica interactuar en un contexto lleno de retos y cambios que pueden afectar la salud mental de los estudiantes. Aspectos como la depresión, manejo de sus emociones y problemas en sus hábitos de descanso, entre otros; pueden desarrollarse a lo largo de su trayectoria universitaria.

El presente estudio fue elaborado en la Universidad de Sonora, a una muestra de 688 estudiantes a fin de conocer aspectos sobre su salud mental, y sus habilidades para afrontarlos. Se tomó una escala que va de leve, a moderado y grave se realizó un análisis global y por carrera.

Los indicadores que se analizaron fueron: depresión, ira, manía, ansiedad, síntomas somáticos, psicosis, problemas de sueño, problemas de memoria, pensamientos obsesivos, disociación, disfunción de la personalidad, consumo de sustancias, maltrato doméstico, hiperactividad e impulsividad, fobia social, problemas de alimentación, ideas suicidas, intentos de suicidio y autolesiones.

Los resultados permitieron identificar que más de la mitad de los estudiantes tienen algún problema de salud mental y generar estrategias para la prevención (Cuamba, 2020).

Burnout estudiantil universitario. Conceptualización y estudio (Rosales, 2013)

Uno de los riesgos psicosociales es el burnout, el cual afecta a los diferentes sectores de la sociedad, y el caso de los estudiantes no es excepción.

Conocido como el síndrome del quemado, cuya característica es la alta concentración en sus ocupaciones principales, en este caso en sus actividades académicas. Se manifiesta por afecciones como sensación de no rendir o no dar lo mejor de sí mismo, desconfianza o inseguridad personal y desgaste emocional.

Entre los factores que lo detonan podemos encontrar:

- Sobrecarga académica
- Altos niveles de exigencia
- Condiciones de salud

Percepciones y manifestaciones de discriminación en el ámbito universitario. Un punto de partida para su erradicación

La discriminación es inaceptable en todas sus formas, aún con la apertura y los cambios que se viven en la sociedad, es una realidad que aún existen expresiones y actos que demeritan a las personas por su condición social, género, raza y orientación sexual. En este contexto, los espacios educativos de nivel superior pueden representar un foco de atención en este tipo de actitudes.

Este estudio realizado con la comunidad estudiantil de la Universidad Nacional de Costa Rica, como parte de los resultados se identificó que un sector de la población aplica estereotipos y prejuicios

para con personas no heterosexuales. Por otro lado, también denota la necesidad de una mayor inclusión e infraestructura más accesible para la comunidad con algún tipo de discapacidad. Por su lado, un sector de la población indígena y afrodescendiente experimenta la discriminación a través del uso de sistemas informáticos, al no tener acceso a ellos y resultar necesarios para realizar diversos trámites de su actividad universitaria (Jiménez, 2019).

Depresión en universitarios. Diversas conceptualizaciones y necesidad de intervenir desde una perspectiva compleja

La depresión es una afección presente en la vida de los universitarios, muchos de ellos viviéndolo en silencio. Aunado a eso, diversos estudiantes tienden a sentir ansiedad, miedo y angustia excesiva derivado por sus propias actividades.

A través de este estudio se identificó que los problemas académicos se encuentran asociados predictivamente con la depresión y la angustia. De igual forma, tener preocupaciones por personas cercanas o problemas familiares.

Importante mencionar que la depresión no es exclusiva de un género de la población, sin embargo existe una tendencia más elevada para casos en mujeres. Indistintamente, es necesaria su detección y tratamiento oportuno (Arredondo, 2021).

Proyecto: Evaluación de riesgos psicosociales en Instituciones de Educación Superior latinoamericanas

Una investigación a través de las siguientes bases de datos PubMed, EBSCO, PsycINFO, PSICODOC, LILACS, MEDIGRAPHIC, IMBIOMED, Redalyc, Dialnet, Scielo y Doyma, se realizó con el objetivo de caracterizar los factores de riesgo psicosocial laboral y las implicaciones en la salud de profesores latinoamericanos hispanohablantes. La investigación señaló que existen factores de riesgo psicosocial asociadas a las condiciones laborales relacionadas con políticas internacionales de educación superior. Asimismo, se destacaron vínculos de dichos factores con efectos psicológicos y biológicos en la salud, así como la importancia de los programas preventivos sobre la salud en el personal académico (Monroy y Juárez, 2019).

Una revisión sistemática de carácter exploratorio durante el periodo 1994-2019 acerca del *burnout* en docentes latinoamericanos, basada en el modelo PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) y las siguientes bases de datos: APA PsycNet, EBSCO, LA Referencia, SAGE Journals, Scielo, Science Direct, Scopus, Taylor & Francis y Web of Science; se dedicó contrastar metodologías y resultados. Entre los hallazgos destacan el uso del enfoque cuantitativo y la recolección de datos a través del Maslach Burnout Inventory (MBI). Se detectaron áreas de oportunidad en los procedimientos sobre ética y condiciones legales en la evaluación. Se concluyó que el *burnout* es un aspecto que se debe atender con programas preventivos, pues está presente en los docentes de Instituciones de Educación Superior (IES) (Rojas et al., 2021).

Se realizó una revisión documental sobre estrés laboral en universidades latinoamericanas durante periodo 1990-2021 en las bases de datos Dialnet, LA Referencia, EBSCO y Scopus, basada en la declaración PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*). Sus principales hallazgos son el incremento de las investigaciones en este tema y los docentes como actores que más están involucrados en este tipo de estudios (Flores et al., 2021).

Un estudio sobre docentes latinoamericanos, norteamericanos y europeos de educación básica y superior a través del Cuestionario de Factores Psicosociales en el Trabajo Académico, con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, correlacional, transversal; demostró que hay una correlación significativa entre los factores psicosociales y el estrés docente. Dentro de los resultados se observó que la ansiedad, la depresión y las creencias adaptativas guardan una estrecha relación con los factores de riesgo psicosocial que viven los profesores, en tanto la función docente está expuesta a cambios en el contexto mundial que modifican su labor y los exponen a altos niveles de estrés. (Alvites, 2019).

Los anteriores son solo estudios en los que se basará el presente estudio para el desarrollo del instrumento y el manejo del análisis y obtener los resultados pertinentes.

Al justificar el proyecto tenemos que el proyecto tiene un nivel de importancia sustantivo para la mejora de la calidad educativa que pretenden las Instituciones de nivel superior, así también se podrá identificar la necesidad de incorporar acciones concretas para disminuir los riesgos psicosociales en los estudiantes universitarios para evitar enfermedades psicosociales como le Estrés, Burnout, Boreout, entre otros.

Por tanto la problemática a analizar tiene que ver tanto con la necesidad de mejorar la salud psicosocial de los estudiantes universitarios latinoamericanos así como con la calidad educativa en dichas instituciones, elementos intrínsecamente relacionados según se puede corroborar en los estudios referenciados previamente.

ALCANCES Y METAS:

El alcance de la investigación estaría concentrado en el estudio de la identificación de riesgos psicosociales, así como la identificación de causales que propicien estos.

El levantamiento en diferentes universidades de América Latina, por medio de la aplicación de instrumentos cuantitativos que faciliten el análisis objetivo de datos y conclusiones que puedan reflejar la situación general de los objetivos de esta investigación.

El alcance en cuanto a la población se define de acuerdo a la relación que tiene el cuerpo académico en función de haber promovido y coordinar una red de investigación con influencia en 13 países y con más de 360 investigadores que se les solicitará su participación para poder levantar una encuesta en la comunidad estudiantil de sus universidades.

MÉTODO:**A. OBJETIVO GENERAL Y OBJETIVOS ESPECÍFICOS:****OBJETIVO GENERAL**

Identificar aquellas enfermedades psicosociales en las comunidades escolares de las universidades Latinoamericanas, así como las principales causales de éstas.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Realizar un marco teórico pertinente para el estudio de los riesgos psicosociales en universidades latinoamericanas.

Determinar los principales riesgos psicosociales en universidades latinoamericanas.

Identificar el nivel de influencia de las tecnologías digitales en el desarrollo de riesgos psicosociales en universidades latinoamericanas.

Desarrollar propuestas que beneficien la calidad educativa en las universidades latinoamericanas.

Promover la generación de trabajos de investigación en las maestrías en Administración que se imparten en la Facultad de Contaduría y Administración de la UAEM como fortalecimiento de dichos programas.

Desarrollar propuestas que beneficien la incorporación de tecnologías digitales en las universidades latinoamericanas.

B. TIPO DE ESTUDIO

Es una investigación de tipo cuantitativo debido a la población que se pretende alcanzar y los objetivos que se quieren lograr en la investigación, en este sentido el alcance de la investigación permitirá describir la situación actual de los riesgos psicosociales a los que se están enfrentando los estudiantes universitarios en América Latina, identificaremos si existen elementos comunes o diferencias sustantivas en los resultados comparativos entre países. El estudio documentará la realizada latinoamericana y propondrá una serie de propuestas en función de los resultados obtenidos los cuales se socializarán como parte de la retribución social de la investigación, los resultados y propuestas se les harán llegar a las autoridades de las universidades que acepten sean levantados la encuesta con sus comunidades educativas.

C. DISEÑO GENERAL DE LA INVESTIGACIÓN

Con el presente trabajo se llevará a cabo una investigación con diseño cuantitativo, descriptivo, no experimental y transversal, generando investigaciones documentales y principalmente de campo en universidades latinoamericanas.

La investigación tendrá un diseño no experimental dado que se levantarán datos y se analizará la realidad de los participantes sin influenciar ninguna variable de estudio, así también el levantamiento se realizará en un punto de tiempo definido que permite conocer la situación actual y no diversos momentos en el tiempo.

D. DESCRIPCIÓN Y OPERACIONALIZACIÓN DE LAS VARIABLES

Las variables que se operacionalizarán para el estudio del estrés están basados en la propuesta de la OIT-OMS (OMS, 1995), el estudio de la European Agency for Safety and Health at Work (2022).

Cada una de la enfermedades que se estudiarán serán analizadas en base a un instrumento que explique la realidad de la comunidad estudiantil de la región latinoamericana, como lo serán el Estrés, el Tecnoestrés, el Boreout, Burnout y Moobing, en una primera etapa, como alcance de esta investigación.

La variable dependiente estará manifestada por las enfermedades psicosociales en universidades latinoamericanas.

Las variables independientes estarán dadas por:

- Riesgos emocionales
- Riesgos cognitivos
- Riesgos conductuales

A su vez cada una de estas deberá identificarse las características que definen los riesgos según sea el caso.

E. UNIVERSO Y MUESTRA

El estudio se restringe a una muestra de universidades latinoamericanas en al menos 5 países como países representativos de la región por su impacto e influencia en la región.

La muestra que se tomará es de un total de entre 380 y 400 miembros de las comunidades universitarias latinoamericanas teniendo un nivel de confianza de 95% y un error permisible del 0.05. Este primer paso nos permitirá probar instrumentos y su viabilidad.

Lo anterior se viabilizará debido a la participación del cuerpo académico dentro de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional la cual cuenta con 420 miembros, de 14 países diferentes, y el cuerpo es fundador de dicha red de investigación, por lo que se solicitarán los permisos para levantar vía remota las encuestas resultantes de la investigación.

F. DESCRIPCIÓN DE LAS TÉCNICAS Y PROCEDIMIENTOS

Se realizará un levantamiento mediante el uso de técnicas como la encuesta utilizando escala likert para el manejo del cuestionario aplicando desde el software “Google forms” y la obtención masiva de información, se utilizará el paquete estadístico “SPSS” para la captura y análisis de datos generando estudios e interpretaciones en base a estadísticos descriptivos.

Se desarrollarán los instrumentos para el estudio de cada variable y deberán probarse la viabilidad, objetividad y fiabilidad de estos instrumentos.

G. INFRAESTRUCTURA DISPONIBLE

Se cuenta con equipo de cómputo e impresora por parte del hospital de esta propuesta investigativa, espacios de oficina, y accesos a bases de datos científicas como Conrecyt, Redalyc, entre otros.

H. PROGRAMA DE ACTIVIDADES CALENDARIZADO

ACTIVIDADES												
Actividad	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
IDENTIFICAR ANTECEDENTES DE LA PRESENTE INVESTIGACIÓN Y DOCUMENTACIÓN CIENTÍFICA RELEVANTE												
- Consulta de revistas científicas virtuales referente al tema	X											
- Búsqueda de artículos científicos relacionados	X											
- Documentar capítulo de libro “Estudios sobre riesgos psicosociales en Universidades”		X	X									
DISEÑO Y ADECUACIÓN DE INSTRUMENTOS Y LEVANTAMIENTO DE LA INFORMACIÓN												
- Diseño de instrumentos para el levantamiento de datos			X									
- Estudios de validez, confiabilidad y objetividad de instrumentos				X								
- Levantamiento de información en las diferentes Universidades latinoamericanas					X	X						
COMPARAR INFORMACIÓN ENTRE PAISES Y GENERAR LOS RESULTADOS ALCANZADOS												
- Desarrollar análisis de datos locales de universidades por país y en la región latinoamericana						X	X					

- Comunicar los resultados del levantamiento realizado (WEBINARS, Conferencias)									X	X	X	X		
PUBLICACIÓN DE RESULTADOS, REALIZACIÓN DE ARTÍCULOS CIENTÍFICOS Y LIBRO														
- Publicación de artículos en revistas indexadas											X	X	X	X
- Desarrollo y realización de un libro con los resultados del estudio.											X	X	X	X
- Asesoramiento y presentación de TTG comprometidas											X	X	X	X

I. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS Y HEMEROGRÁFICAS

- Alvites-Huamaní, C. (2019). Estrés docente y factores psicosociales en docentes de Latinoamérica, Norteamérica y Europa. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 141-178. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.393>
- Arredondo, Nora Helena Londoño, Restrepo, Liliana Catalina Calle, & Rojas, Zulma Berrio. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*, 13(4), 121-138. <https://dx.doi.org/10.20435/pssa.v13i4.1371>
- Cuamba Osorio, N., & Zazueta Sánchez, N. A. (2020). Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 10(2), 71-94.
- European Agency for Safety and Health at Work (2022). Estudio de riesgos psicosociales de la Universidad de Valencia (s.f.). Disponible en <https://www.uv.es/uvweb/servicio-prevencion-medio-ambiente/es/salud-prevencion/unidades/unidad-ergonomia-psicosociologia-aplicada/psicosociologia/evaluacion-riesgos-psicosociales-uv-1285969953701.html>
- Flores-Meza, G., Cuaya-Itzcoatl, I. G., & Rojas-Solís, J. L. (2021). Estrés laboral en el contexto universitario: Una revisión sistemática. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. <https://doi.org/10.46377/dilemas.v9i.2912>
- Jiménez Mata, Silvia; Mena Gómez, Sileny; Preinfalk Fernández, María Luisa (2019). Percepciones y manifestaciones de discriminación en el ámbito universitario. Un punto de partida para su erradicación
- Monroy-Castillo, A., & Juárez-García, A. (2019). Factores de riesgo psicosocial laboral en académicos de instituciones de educación superior en Latinoamérica: Una revisión

sistemática. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 248-272. doi: <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.361>

Organización Mundial de la Salud (1995). *Salud Ocupacional para todos. Estrategia Mundial*. 1995. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42109/1/951802071X_spa.pdf.

Rojas-Solís, J. L., Totolhua-Reyes, B. A., & Rodríguez-Vásquez, D. J. (2021). Síndrome de Burnout en docentes universitarios latinoamericanos: Una revisión sistemática. *Espiral*, 14(29). <https://doi.org/10.25115/ecp.v14i29.4657>

Rosales Ricardo, Yury, & Rosales Paneque, Fredy R.. (2013). Burnout estudiantil universitario: Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 337-345. Recuperado en 14 de abril de 2024, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009&lng=es&tlng=es.

PRODUCTOS COMPROMETIDOS

A. ARTÍCULOS

Se comprometen 2 artículos en revistas indexadas.

B. LIBRO

Se compromete la elaboración y publicación de un libro que documente los resultados de la investigación.

C. TRABAJOS PARA OBTENCIÓN DE GRADO

Se comprometen dos trabajos terminales de grado de egresados de las maestrías en Administración (Maestría en Administración de Recursos Humanos o Maestría en Administración de Sistemas de Calidad) de la Facultad de Contaduría y Administración de la UAEM.

RETRIBUCIÓN SOCIAL

Se realizarán como resultado de esta investigación una serie de acciones específicas como comunicación social mediante un simposium acoplado en el XV Congreso Internacional de Competitividad Organizacional al cual tendrán acceso las comunidades universitarias participantes del proyecto y presentación de resultados en foros promovidos por redes de investigación y universidades interesadas.

Se comprometen:

- 1 Simposium “Enfermedades Psicosociales en el ámbito laboral”
- 2 Webinars promovidos para las comunidades universitarias participantes.
- 2 Conferencias a las universidades participantes en el proceso.

15413

PRUEBAS DE LOS INSTRUMENTOS UTILIZADOS EN LA INVESTIGACIÓN DE ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN EL ENTORNO LATINOAMERICANO

Dr. Julio Alvarez Botello

Presidente de la red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional

ORCID: 0000-0003-2858-2172

Dra. Eva Martha Chaparro Salinas

Profesor-Investigador Universidad Autónoma del Estado de México

ORCID: 0000-0001-7955-4628

Mtra. Natzel Andrés Pantoja

Profesor, Poder Judicial del Estado de México

Natzy2013@hotmail.com

RESUMEN

En este capítulo se reportan los resultados de la validación de los instrumentos que fueron diseñados o adaptados, según el caso, para poder ser utilizados en la investigación teniendo en cuenta las siguientes pruebas: Confiabilidad, Validez (Validez de criterio, Validez de constructo, Validez de contenido) y la Objetividad. Los resultados obtenidos de cada uno de los instrumentos nos permiten validar positivamente los 5 instrumentos utilizados en esta investigación.

Palabras clave: Confiabilidad, Validez, Objetividad

ABSTRACT

This chapter reports the validation results of the instruments that were designed or adapted, as applicable, for use in the research, considering the following tests: Reliability, Validity (Criterion Validity, Construct Validity, Content Validity), and Objectivity. The results obtained for each instrument allow us to positively validate the five instruments used in this research.

Keywords: Reliability, Validity, Objectivity

INTRODUCCIÓN:

El proceso de validación de los instrumentos de esta investigación fue desarrollado de acuerdo a las sugerencias realizadas por Roberto Hernández Sampieri (2014) en su libro Metodología de la Investigación (capítulo 9, página 200-210).

La confiabilidad de un instrumento de medición se utiliza para identificar el grado en el que un instrumento que genera resultados consistentes y coherentes (Hernández, 2014; pp. 200).

La validez se refiere a identificar si las variables que se están tratando de medir efectivamente son las que se están midiendo, para esto se realizan 3 pruebas, una para la validez de contenido, la validez de criterio y la validez de constructo (Hernández, 2014; pp. 200-204).

La objetividad se refiere a la identificación de la independencia del instrumento respecto de sesgos y tendencias del investigador investigadores que están administrando el instrumento (Hernández, 2014; pp. 206).

RESULTADOS

A continuación se presentan las pruebas realizadas y los resultados obtenidos en cada una de ellas.

PRUEBAS PARA EL INSTRUMENTO DE BOREOUT

Se procede a documentar las pruebas realizadas y los resultados obtenidos, con sus respectivas interpretaciones.

CONFIABILIDAD

La prueba utilizada fue basada en el cálculo del Alpha de Cronbach, obteniéndose los siguientes resultados:

Alpha de Cronbach:

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.632	18

El resultado es positivo al tener un indicador un 0.632 que es mayor al 0.5 solicitado por la prueba.

VALIDEZ

En el caso de la validez se realizaron 3 pruebas, dos de ellas estadísticas y una más en referencia al contenido del instrumento.

- VALIDEZ DE CONTENIDO

Variable dependiente	Variable independiente	Referencia bibliográfica
BOREOUT ESTUDIANTIL	ABURRIMIENTO EN EL TRABAJO DESINTERÉS EN EL TRABAJO INFRAEXIGENCIA EN EL TRABAJO	Cabrera, L. (2014). Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. Revista de la Universidad Industrial Santander Salud, 46(3), 259-265.

En cuanto al contenido este instrumento se basó totalmente en la propuesta de Cabrera, realizando las adecuaciones de lenguaje propias del objeto de estudio que se estableció para esta investigación, cumpliendo esta validación.

- VALIDEZ DE CRITERIO

Para la validez de criterio se utilizó el indicador de correlación de Pearson.

Correlación de Pearson:

Correlaciones		BOREOUT01	BOREOUT02	BOREOUT03	BOREOUT04	BOREOUT05	BOREOUT06	BOREOUT07	BOREOUT08	BOREOUT09	BOREOUT10	BOREOUT11	BOREOUT12	BOREOUT13	BOREOUT14	BOREOUT15	BOREOUT16	BOREOUT17	BOREOUT18
BOREOUT01	Correlación de	1	.487**	.207**	-.070**	-.120**	.353**	-.024	-.077**	.332**	.378**	-.226**	.058**	.159**	.202**	-.174**	.299**	.306**	-.106**
	Sig. (bilateral)		0	0	0	0	0	0.121	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	N	4215	4193	4181	4189	4194	4197	4182	4181	4187	4183	4186	4187	4185	4182	4177	4177	4177	4184
BOREOUT02	Correlación de	.487**	1	.437**	-.195**	-.214**	.463**	-.084**	-.108**	.472**	.491**	-.273**	0.008	.165**	.185**	-.210**	.373**	.312**	-.134**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.6	0	0	0	0	0	0
	N	4193	4198	4165	4176	4179	4182	4166	4165	4171	4167	4171	4171	4169	4166	4161	4161	4161	4168
BOREOUT03	Correlación de	.207**	.437**	1	.125**	.045**	.131**	.045**	.036*	.150**	.182**	0.009	.114**	.124**	.117**	.056**	.148**	.131**	.075**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0.004	0	0.004	0	0.02	0	0	0.58	0	0	0	0	0	0	0
	N	4181	4165	4186	4162	4168	4170	4157	4154	4160	4156	4159	4160	4157	4155	4149	4149	4156	4157
BOREOUT04	Correlación de	-.070**	-.195**	.125**	1	.435**	-.256**	.274**	.250**	-.255**	-.240**	.373**	.185**	-.050**	.293**	-.173**	-.130**	-.130**	.260**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.001	0	0	0	0	0
	N	4189	4176	4162	4194	4177	4179	4166	4164	4170	4166	4168	4169	4167	4164	4159	4159	4166	4167
BOREOUT05	Correlación de	-.120**	-.214**	.045**	.435**	1	.285**	.426**	.259**	-.271**	-.267**	.394**	.181**	.062**	-.095**	.311**	-.217**	-.160**	.296**
	Sig. (bilateral)	0	0	0.004	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	N	4194	4179	4168	4177	4199	4187	4174	4173	4179	4173	4177	4176	4174	4171	4166	4166	4172	4173
BOREOUT06	Correlación de	.353**	.463**	.131**	-.256**	.285**	1	-.114**	.120**	.556**	.537**	-.326**	0.005	.149**	.273**	-.216**	.418**	.355**	-.148**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0.114**	0	0	0	0.744	0	0	0	0	0	0	0
	N	4197	4182	4170	4179	4187	4203	4177	4176	4182	4177	4181	4181	4179	4175	4171	4171	4177	4178
BOREOUT07	Correlación de	-.024	-.084**	.045**	.274**	.426**	-.114**	1	.323**	-.116**	-.136**	.300**	.176**	.090**	-.024	.232**	-.096**	-.057**	.273**
	Sig. (bilateral)	0.121	0	0.004	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.127	0	0	0	0	0
	N	4182	4166	4157	4166	4174	4177	4188	4163	4169	4164	4167	4166	4161	4159	4157	4164	4165	4165
BOREOUT08	Correlación de	-.077**	-.108**	.036*	.250**	.259**	-.120**	.323**	1	-.117**	-.113**	.443**	.159**	.081**	0.022	.310**	-.089**	-.093**	.290**
	Sig. (bilateral)	0	0	0.02	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.147	0	0	0	0	0
	N	4181	4165	4154	4164	4173	4176	4163	4187	4170	4164	4166	4167	4165	4161	4156	4156	4162	4163
BOREOUT09	Correlación de	.332**	.472**	.150**	-.255**	.271**	.556**	-.116**	.117**	1	.663**	.333**	0.019	.178**	.214**	-.264**	.428**	.382**	-.146**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0.116**	0	0	0	0.23	0	0	0	0	0	0	0
	N	4187	4171	4160	4170	4179	4182	4169	4170	4193	4173	4175	4174	4173	4168	4163	4163	4169	4170
BOREOUT10	Correlación de	.378**	.491**	.182**	-.240**	-.267**	.537**	-.136**	-.113**	.663**	1	.350**	0.022	.176**	.256**	-.236**	.480**	.413**	-.137**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.164	0	0	0	0	0	0
	N	4183	4167	4156	4166	4173	4177	4164	4164	4173	4189	4170	4170	4169	4164	4160	4160	4165	4166
BOREOUT11	Correlación de	-.226**	-.273**	0.009	.373**	.394**	-.326**	.300**	.443**	-.333**	-.350**	1	.202**	.075**	-.078**	.497**	-.237**	-.220**	.390**
	Sig. (bilateral)	0	0	0.58	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	N	4186	4171	4159	4168	4177	4181	4167	4166	4175	4170	4192	4175	4173	4168	4163	4163	4169	4170
BOREOUT12	Correlación de	.058**	0.008	.114**	.185**	.181**	0.005	.176**	.159**	0.019	0.022	.202**	1	.431**	.064**	.192**	-.014	0.002	.201**
	Sig. (bilateral)	0	0.6	0	0	0	0.744	0	0	0.23	0.164	0	0	0	0	0	0.353	0.905	0
	N	4187	4171	4160	4169	4176	4181	4167	4167	4174	4170	4175	4193	4174	4169	4165	4164	4170	4171
BOREOUT13	Correlación de	.159**	.165**	.124**	.056**	.062**	.149**	.090**	.081**	.178**	.176**	.075**	.431**	1	.051**	.075**	.164**	.100**	.079**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.001	0	0	0	0
	N	4185	4169	4157	4167	4174	4179	4166	4165	4173	4169	4173	4174	4191	4170	4168	4166	4171	4172
BOREOUT14	Correlación de	.202**	.189**	.117**	-.050**	-.095**	.273**	-.024	0.022	.214**	.256**	-.078**	.064**	.051**	1	0.028	.247**	.473**	0.009
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0.001	0	0	0.127	0.147	0	0	0	0	0	0.001	0.072	0	0	0.579
	N	4182	4166	4155	4164	4171	4175	4161	4161	4168	4164	4168	4169	4170	4188	4163	4162	4169	4171
BOREOUT15	Correlación de	-.174**	-.210**	.056**	.293**	.311**	-.216**	.232**	.310**	-.264**	.236**	.497**	.192**	.075**	0.028	1	-.172**	-.170**	.424**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.022	0	0	0	0
	N	4177	4161	4149	4159	4166	4171	4159	4156	4163	4160	4163	4165	4168	4163	4183	4158	4164	4166
BOREOUT16	Correlación de	.299**	.373**	.148**	-.173**	-.217**	.418**	-.096**	-.089**	.428**	.480**	-.237**	-.014	.164**	.247**	-.172**	1	.427**	-.129**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.353	0	0	0	0	0	0	0
	N	4177	4161	4149	4159	4166	4171	4157	4156	4163	4160	4163	4164	4166	4162	4158	4183	4167	4168
BOREOUT17	Correlación de	.306**	.312**	.131**	-.130**	-.160**	.355**	-.057**	-.093**	.382**	.413**	-.220**	0.002	.100**	.473**	-.170**	.427**	1	.129**
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.905	0	0	0	0	0	0
	N	4184	4168	4156	4166	4172	4177	4164	4162	4169	4165	4169	4170	4171	4169	4164	4167	4190	4176
BOREOUT18	Correlación de	-.106**	-.134**	.075**	.260**	.296**	-.148**	.273**	.290**	-.146**	.137**	.390**	.201**	.079**	0.009	.424**	-.129**	-.129**	1
	Sig. (bilateral)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0.579	0	0	0	0
	N	4185	4169	4157	4167	4173	4178	4165	4163	4170	4166	4170	4171	4172	4171	4166	4168	4176	4191

De lo anterior se puede identificar que todas las afirmaciones del instrumento tienen relaciones moderadas o altas con al menos otra afirmación del instrumento corroborando la validez de criterio.

- VALIDEZ DE CONSTRUCTO

En cuanto a la validez de constructo se decidió realizar la prueba mediante un análisis factorial utilizando la matriz de correlaciones de KMO y Bartlett con el método de componentes principales para la extracción y para la rotación el método de Varimax.

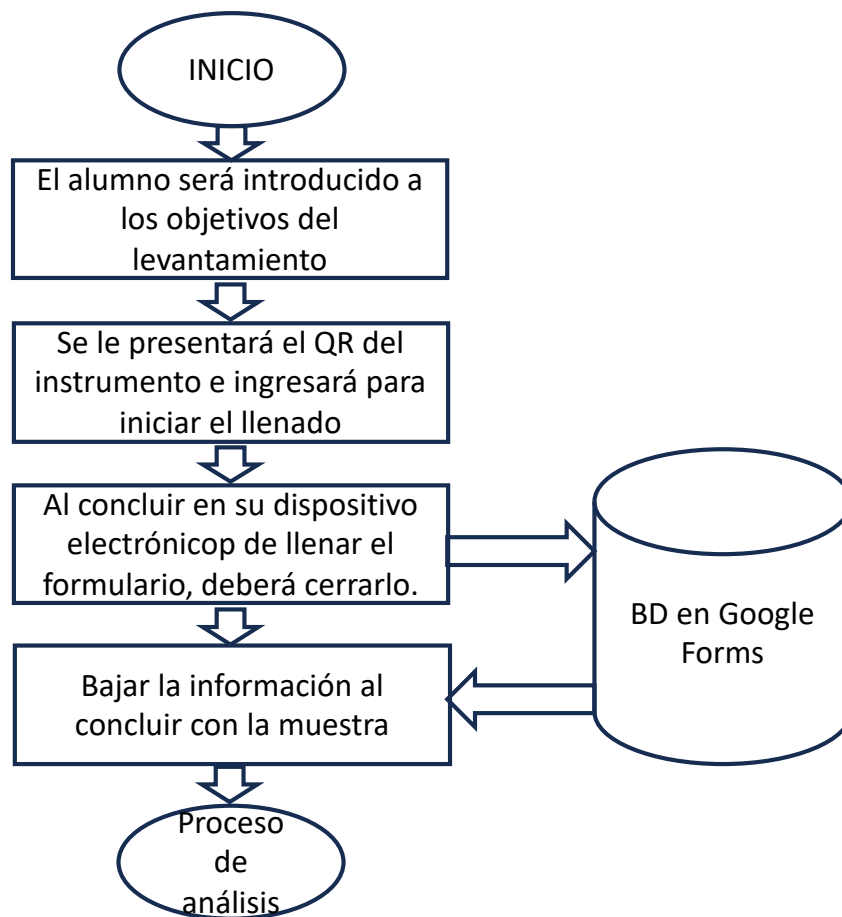
KMO-Bartlett:

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0.893
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	18090.23
gl		153
Sig.		0

Con esto resultados se puede afirmar que se tiene un instrumento válido en su constructo al dar como resultado mayor a 0.5.

OBJETIVIDAD

En el caso de esta prueba de objetividad se diseñó un procedimiento de aplicación para evitar diferencias sustantivas en los resultados debido al mecanismo de aplicación y también evitar la influencia de aplicadores, de esta manera al realizarlo de manera electrónica y en la misma plataforma todos los encuestados, se tiene un mínimo de influencia por parte de los investigadores y de otros actores a la hora de decidir sobre las diferentes respuestas.



PRUEBAS INSTRUMENTO BURNOUT ESTUDIANTIL

Se procede a documentar las pruebas realizadas y los resultados obtenidos, con sus respectivas interpretaciones.

CONFIABILIDAD

La prueba utilizada fue basada en el cálculo del Alpha de Cronbach, obteniéndose los siguientes resultados:

Alpha de Cronbach:

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.935	19

El resultado es positivo al tener un indicador un 0.632 que es mayor al 0.5 solicitado por la prueba.

VALIDEZ

En el caso de la validez se realizaron 3 pruebas, dos de ellas estadísticas y una más en referencia al contenido del instrumento.

- VALIDEZ DE CONTENIDO

Variable dependiente	Variable independiente	Referencia bibliográfica
BURNOUT	<ul style="list-style-type: none"> - AGOTAMIENTO PERSONAL - AGOTAMIENTO ACADÉMICO - AGOTAMIENTO RELACIONADO CON EL PROFESOR 	Kristensen, TS, Borritz, M., Villadsen, E. y Christensen, KB (2005). El Inventario de Burnout de Copenhague: Una nueva herramienta para la evaluación del burnout. Trabajo y Estrés, 19(3), 192-207. https://doi.org/10.1080/02678370500297720

En cuanto al contenido este instrumento se basó totalmente en la propuesta de Kristensen, realizando las adecuaciones de lenguaje propias del objeto de estudio que se estableció para esta investigación, cumpliendo esta validación.

- VALIDEZ DE CRITERIO

Para la validez de criterio se utilizó el indicador de correlación de Pearson.

Correlación de Pearson:

Correlaciones	BURNOUT1	BURNOUT2	BURNOUT3	BURNOUT4	BURNOUT5	BURNOUT6	BURNOUT7	BURNOUT8	BURNOUT9	BURNOUT10	BURNOUT11	BURNOUT12	BURNOUT13	BURNOUT14	BURNOUT15	BURNOUT16	BURNOUT17	BURNOUT18	BURNOUT19
BURNOUT1 Correlación de	1	.760**	.631**	.528**	.715**	.420**	.549**	.511**	.507**	-.223**	.516**	.463**	.527**	.358**	.415**	.380**	.282**	.357**	.328**
Sig. (bilateral)																			
N	4199	4172	4173	4178	4178	4176	4185	4178	4181	4175	4169	4173	4180	4181	4172	4174	4175	4181	4171
BURNOUT2 Correlación de	.760**	1	.634**	.542**	.731**	.468**	.530**	.502**	.506**	-.211**	.524**	.463**	.526**	.365**	.416**	.393**	.291**	.353**	.339**
Sig. (bilateral)																			
N	4172	4180	4156	4161	4162	4158	4169	4161	4164	4158	4153	4156	4164	4164	4156	4157	4159	4164	4155
BURNOUT3 Correlación de	.631**	.634**	1	.637**	.689**	.462**	.504**	.505**	.498**	-.229**	.575**	.511**	.518**	.352**	.409**	.386**	.291**	.359**	.355**
Sig. (bilateral)																			
N	4173	4156	4182	4162	4163	4159	4169	4164	4166	4160	4153	4157	4166	4165	4156	4160	4159	4165	4156
BURNOUT4 Correlación de	.528**	.542**	.637**	1	.659**	.520**	.496**	.534**	.533**	-.447**	.569**	.555**	.563**	.402**	.453**	.424**	.305**	.388**	.425**
Sig. (bilateral)																			
N	4178	4161	4162	4186	4168	4165	4174	4168	4170	4165	4158	4162	4169	4171	4163	4163	4164	4170	4160
BURNOUT5 Correlación de	.715**	.731**	.689**	.659**	1	.525**	.571**	.544**	.560**	-.227**	.571**	.521**	.584**	.392**	.459**	.431**	.303**	.389**	.382**
Sig. (bilateral)																			
N	4178	4162	4163	4168	4186	4164	4175	4167	4170	4165	4158	4163	4170	4171	4162	4164	4164	4170	4160
BURNOUT6 Correlación de	.420**	.468**	.462**	.520**	.525**	1	.429**	.446**	.454**	-.169**	.456**	.433**	.460**	.349**	.395**	.369**	.294**	.347**	.358**
Sig. (bilateral)																			
N	4176	4158	4159	4165	4164	4183	4172	4166	4168	4163	4156	4160	4168	4168	4159	4161	4162	4168	4158
BURNOUT7 Correlación de	.549**	.530**	.504**	.496**	.571**	.429**	1	.607**	.617**	-.184**	.590**	.512**	.608**	.424**	.477**	.454**	.335**	.415**	.398**
Sig. (bilateral)																			
N	4185	4169	4169	4174	4175	4172	4194	4176	4179	4173	4168	4172	4178	4179	4170	4173	4173	4179	4169
BURNOUT8 Correlación de	.511**	.502**	.505**	.534**	.544**	.446**	.607**	1	.696**	-.215**	.624**	.601**	.641**	.480**	.541**	.533**	.395**	.513**	.488**
Sig. (bilateral)																			
N	4178	4161	4164	4168	4167	4166	4176	4187	4173	4167	4161	4166	4172	4174	4164	4167	4168	4173	4163
BURNOUT9 Correlación de	.507**	.506**	.498**	.533**	.560**	.454**	.617**	.696**	1	-.208**	.645**	.617**	.676**	.523**	.588**	.575**	.419**	.551**	.529**
Sig. (bilateral)																			
N	4181	4164	4166	4170	4170	4168	4179	4173	4190	4170	4165	4168	4175	4176	4167	4169	4170	4176	4166
BURNOUT10 Correlación de	-.223**	-.211**	-.229**	-.447**	-.227**	-.169**	-.184**	-.215**	-.208**	1	-.221**	-.230**	-.219**	-.142**	-.172**	-.164**	-.074**	-.147**	-.163**
Sig. (bilateral)																			
N	4175	4158	4160	4165	4165	4163	4173	4167	4170	4184	4159	4163	4169	4170	4161	4163	4164	4170	4160
BURNOUT11 Correlación de	.516**	.524**	.575**	.569**	.571**	.456**	.590**	.624**	.645**	-.221**	1	.674**	.703**	.508**	.583**	.569**	.421**	.513**	.501**
Sig. (bilateral)																			
N	4169	4153	4153	4158	4158	4156	4168	4161	4165	4159	4178	4157	4163	4164	4155	4157	4158	4165	4156
BURNOUT12 Correlación de	.463**	.463**	.511**	.555**	.521**	.433**	.512**	.601**	.617**	-.230**	.674**	1	.721**	.519**	.580**	.574**	.408**	.526**	.522**
Sig. (bilateral)																			
N	4173	4156	4157	4162	4163	4160	4172	4166	4168	4163	4157	4182	4168	4169	4161	4164	4163	4169	4159
BURNOUT13 Correlación de	.527**	.526**	.518**	.563**	.584**	.460**	.608**	.641**	.676**	-.219**	.703**	.721**	1	.546**	.611**	.590**	.429**	.552**	.539**
Sig. (bilateral)																			
N	4180	4164	4166	4169	4170	4168	4178	4172	4175	4169	4163	4168	4189	4177	4168	4170	4171	4176	4166
BURNOUT14 Correlación de	.358**	.365**	.352**	.402**	.392**	.349**	.424**	.480**	.523**	-.142**	.508**	.519**	.546**	1	.752**	.717**	.508**	.629**	.594**
Sig. (bilateral)																			
N	4181	4164	4165	4171	4171	4168	4179	4174	4176	4170	4164	4169	4177	4190	4172	4172	4173	4178	4168
BURNOUT15 Correlación de	.415**	.416**	.409**	.453**	.459**	.395**	.477**	.541**	.588**	-.172**	.583**	.580**	.611**	.752**	1	.776**	.534**	.666**	.630**
Sig. (bilateral)																			
N	4172	4156	4156	4163	4162	4159	4170	4164	4167	4161	4155	4161	4168	4172	4181	4163	4164	4169	4159
BURNOUT16 Correlación de	.380**	.393**	.386**	.424**	.431**	.369**	.454**	.533**	.575**	-.164**	.569**	.574**	.590**	.717**	.776**	1	.557**	.696**	.638**
Sig. (bilateral)																			
N	4174	4157	4160	4163	4164	4161	4173	4167	4169	4163	4157	4164	4170	4172	4163	4183	4168	4173	4163
BURNOUT17 Correlación de	.282**	.291**	.291**	.305**	.303**	.294**	.335**	.395**	.419**	-.074**	.421**	.408**	.429**	.508**	.534**	.557**	1	.597**	.545**
Sig. (bilateral)																			
N	4175	4159	4159	4164	4164	4162	4173	4168	4170	4164	4158	4163	4171	4173	4164	4168	4184	4177	4165
BURNOUT18 Correlación de	.357**	.353**	.359**	.388**	.389**	.347**	.415**	.513**	.551**	-.147**	.513**	.526**	.552**	.629**	.666**	.696**	.597**	1	.692**
Sig. (bilateral)																			
N	4181	4164	4165	4170	4170	4168	4179	4173	4176	4170	4165	4169	4176	4178	4169	4173	4177	4190	4171
BURNOUT19 Correlación de	.328**	.339**	.355**	.425**	.382**	.358**	.398**	.489**	.529**	-.163**	.501**	.522**	.539**	.594**	.630**	.638**	.545**	.692**	1
Sig. (bilateral)																			
N	4171	4155	4156	4160	4160	4158	4169	4163	4166	4160	4156	4159	4166	4168	4159	4163	4165	4171	4181

De lo anterior se puede identificar que todas las afirmaciones del instrumento tienen relaciones moderadas o altas con al menos otra afirmación del instrumento corroborando la validez de criterio.

- VALIDEZ DE CONSTRUCTO

En cuanto a la validez de constructo se decidió realizar la prueba mediante un análisis factorial utilizando la matriz de correlaciones de KMO y Bartlett con el método de componentes principales para la extracción y para la rotación el método de Varimax.

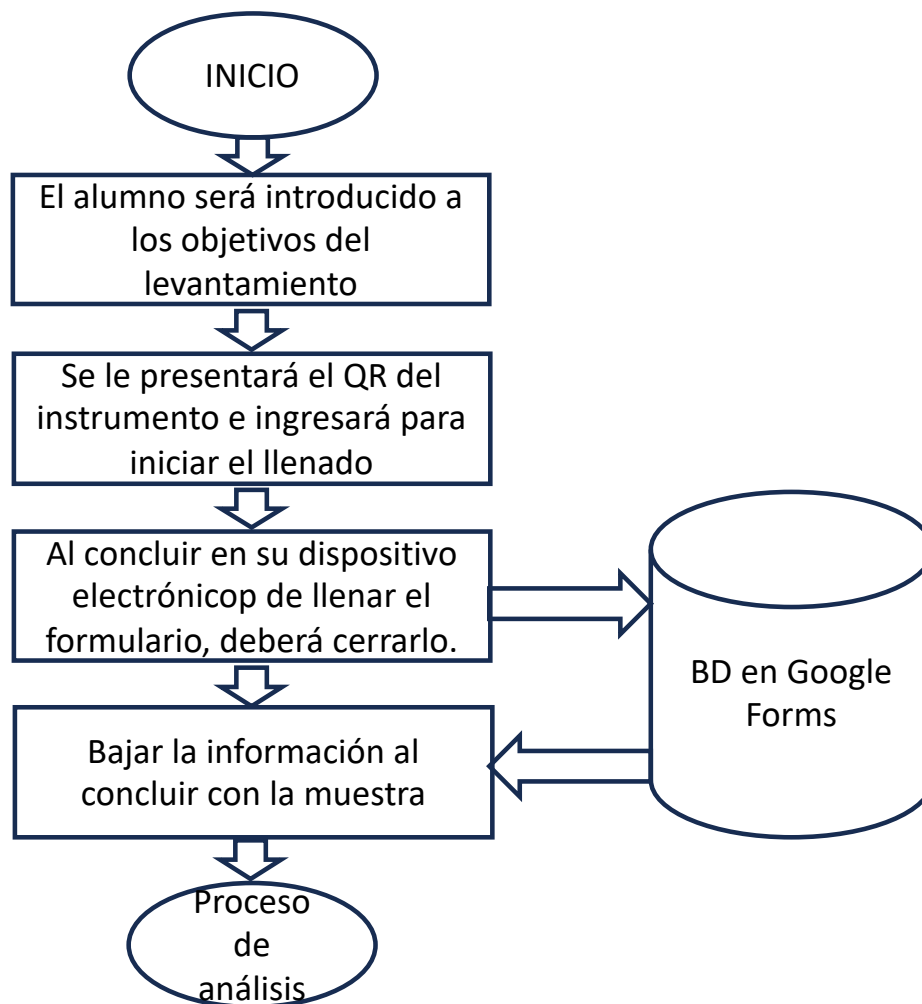
KMO-Bartlett:

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo		0.963
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	51937.33
gl		171
Sig.		0

Con esto resultados se puede afirmar que se tiene un instrumento válido en su constructo al dar como resultado mayor a 0.5.

OBJETIVIDAD

En el caso de esta prueba de objetividad se diseñó un procedimiento de aplicación para evitar diferencias sustantivas en los resultados debido al mecanismo de aplicación y también evitar la influencia de aplicadores, de esta manera al realizarlo de manera electrónica y en la misma plataforma todos los encuestados, se tiene un mínimo de influencia por parte de los investigadores y de otros actores a la hora de decidir sobre las diferentes respuestas.



PRUEBAS INSTRUMENTO MOOBING ESTUDIANTIL

Se procede a documentar las pruebas realizadas y los resultados obtenidos, con sus respectivas interpretaciones.

CONFIABILIDAD

La prueba utilizada fue basada en el cálculo del Alpha de Cronbach, obteniéndose los siguientes resultados:

Alpha de Cronbach:

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.959	22

El resultado es positivo al tener un indicador un 0.632 que es mayor al 0.5 solicitado por la prueba.

VALIDEZ

En el caso de la validez se realizaron 3 pruebas, dos de ellas estadísticas y una más en referencia al contenido del instrumento.

- VALIDEZ DE CONTENIDO

Variable dependiente	Variable independiente	Referencia bibliográfica
MOOBING ESTUDIANTIL	<ul style="list-style-type: none"> - ACOSO ORIENTADO A LA PERSONA - ACOSO ORIENTADO CON EL TRABAJO - ACOSO INTIMIDATORIO 	<p>Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. (2021). Identification of Workplace Bullying: Reliability and Validity of Indonesian Version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R). International journal of environmental research and public health, 18(8), 3985.</p> <p>https://doi.org/10.3390/ijerph18083985</p>

En cuanto al contenido este instrumento se basó totalmente en la propuesta de Erwandi, realizando las adecuaciones de lenguaje propias del objeto de estudio que se estableció para esta investigación, cumpliendo esta validación.

- VALIDEZ DE CRITERIO

Para la validez de criterio se utilizó el indicador de correlación de Pearson.

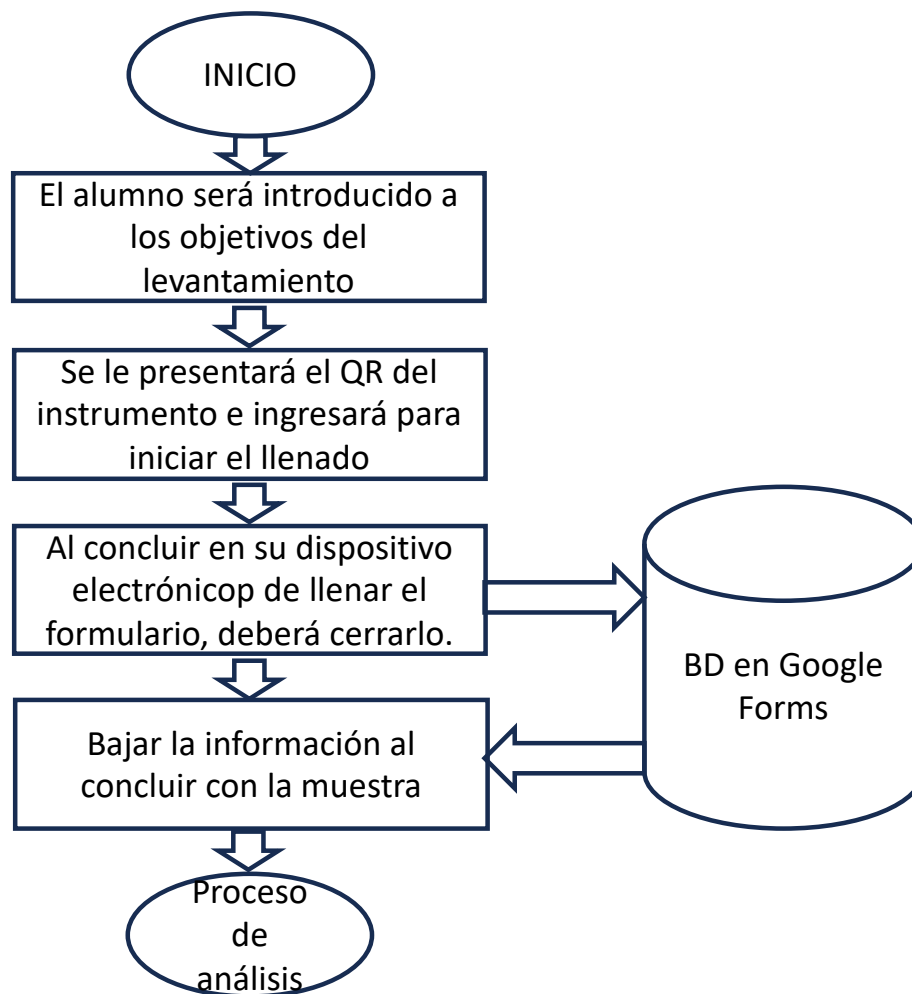
Correlación de Pearson:

Correlaciones	MOBBING01	MOBBING02	MOBBING03	MOBBING04	MOBBING05	MOBBING06	MOBBING07	MOBBING08	MOBBING09	MOBBING10	MOBBING11	MOBBING12	MOBBING13	MOBBING14	MOBBING15	MOBBING16	MOBBING17	MOBBING18	MOBBING19	MOBBING20	MOBBING21	MOBBING22		
MOBBING01	Comulación de	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4170	4158	4151	4133	4135	4149	4146	4147	4131	4130	4148	4143	4139	4145	4148	4147	4143	4147	4143	4147	4143	4148	
MOBBING02	Comulación de	0.427**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	1	334**	302**	322**	322**	373**	358**	332**	314**	324**	369**	333**	320**	300**	347**	347**	381**	385**	330**	343**	346**	335**	
MOBBING03	Comulación de	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4173	4139	4154	4138	4132	4149	4151	4146	4136	4133	4146	4142	4148	4131	4130	4146	4130	4146	4148	4148	4146	4148	
MOBBING04	Comulación de	0.302**	0.334**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4151	4153	4164	4148	4152	4145	4142	4144	4149	4146	4144	4148	4139	4143	4139	4143	4139	4141	4139	4141	4139	4154	
MOBBING05	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4133	4154	4148	4167	4157	4152	4149	4148	4155	4152	4150	4146	4140	4146	4149	4147	4143	4148	4144	4145	4143	4138	
MOBBING06	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4155	4158	4152	4170	4170	4156	4154	4155	4159	4156	4154	4148	4144	4151	4153	4151	4151	4152	4149	4150	4148	4143	
MOBBING07	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4149	4149	4142	4149	4154	4149	4161	4147	4153	4149	4147	4141	4137	4143	4146	4144	4140	4145	4143	4143	4141	4136	
MOBBING08	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4147	4151	4144	4148	4155	4149	4147	4161	4152	4149	4147	4141	4137	4145	4146	4144	4140	4145	4143	4143	4141	4136	
MOBBING09	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4153	4156	4149	4155	4159	4155	4152	4168	4157	4155	4149	4145	4151	4154	4148	4152	4148	4143	4149	4150	4148	4143	
MOBBING10	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4150	4153	4146	4152	4156	4152	4149	4149	4157	4155	4152	4147	4141	4147	4145	4151	4154	4148	4151	4149	4145	4147	
MOBBING11	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4148	4151	4144	4150	4154	4150	4147	4147	4155	4152	4153	4145	4141	4147	4145	4151	4154	4148	4144	4149	4145	4143	
MOBBING12	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4143	4146	4139	4144	4148	4144	4141	4141	4141	4141	4141	4138	4138	4143	4146	4144	4144	4140	4140	4145	4141	4142	
MOBBING13	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4139	4142	4135	4140	4144	4140	4137	4137	4145	4142	4141	4138	4134	4140	4142	4140	4136	4141	4137	4139	4136	4130	
MOBBING14	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4145	4148	4143	4146	4151	4147	4143	4145	4151	4148	4147	4143	4140	4160	4148	4146	4142	4147	4143	4144	4144	4136	
MOBBING15	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4148	4151	4144	4149	4153	4149	4146	4146	4154	4151	4150	4146	4142	4148	4143	4149	4145	4130	4146	4147	4144	4139	
MOBBING16	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4147	4150	4143	4147	4151	4147	4144	4144	4152	4149	4148	4144	4140	4146	4142	4147	4143	4149	4143	4149	4146	4141	
MOBBING17	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4143	4146	4139	4143	4147	4143	4140	4140	4148	4145	4144	4140	4136	4142	4145	4147	4138	4148	4143	4145	4142	4137	
MOBBING18	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4147	4150	4143	4147	4151	4147	4144	4144	4152	4149	4148	4144	4140	4146	4142	4147	4143	4149	4143	4149	4146	4141	
MOBBING19	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4143	4146	4139	4143	4147	4143	4140	4140	4148	4145	4144	4140	4136	4142	4145	4147	4138	4148	4143	4145	4142	4137	
MOBBING20	Comulación de	0.488**	0.427**	0.302**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0.417**	0	0	0	0	
	Sig. (Bilateral)																							
	N	4146	4148	4141	4145	4149	4145	4143	4143	4150	4147	4145	4142	4139	414									

Con esto resultados se puede afirmar que se tiene un instrumento válido en su constructo al dar como resultado mayor a 0.5.

OBJETIVIDAD

En el caso de esta prueba de objetividad se diseñó un procedimiento de aplicación para evitar diferencias sustantivas en los resultados debido al mecanismo de aplicación y también evitar la influencia de aplicadores, de esta manera al realizarlo de manera electrónica y en la misma plataforma todos los encuestados, se tiene un mínimo de influencia por parte de los investigadores y de otros actores a la hora de decidir sobre las diferentes respuestas.



PRUEBAS INSTRUMENTO TECNOESTRÉS ESTUDIANTIL

Se procede a documentar las pruebas realizadas y los resultados obtenidos, con sus respectivas interpretaciones.

CONFIABILIDAD

La prueba utilizada fue basada en el cálculo del Alpha de Cronbach, obteniéndose los siguientes resultados:

Alpha de Cronbach:

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.953	35

El resultado es positivo al tener un indicador un 0.632 que es mayor al 0.5 solicitado por la prueba.

VALIDEZ

En el caso de la validez se realizaron 3 pruebas, dos de ellas estadísticas y una más en referencia al contenido del instrumento.

- VALIDEZ DE CONTENIDO

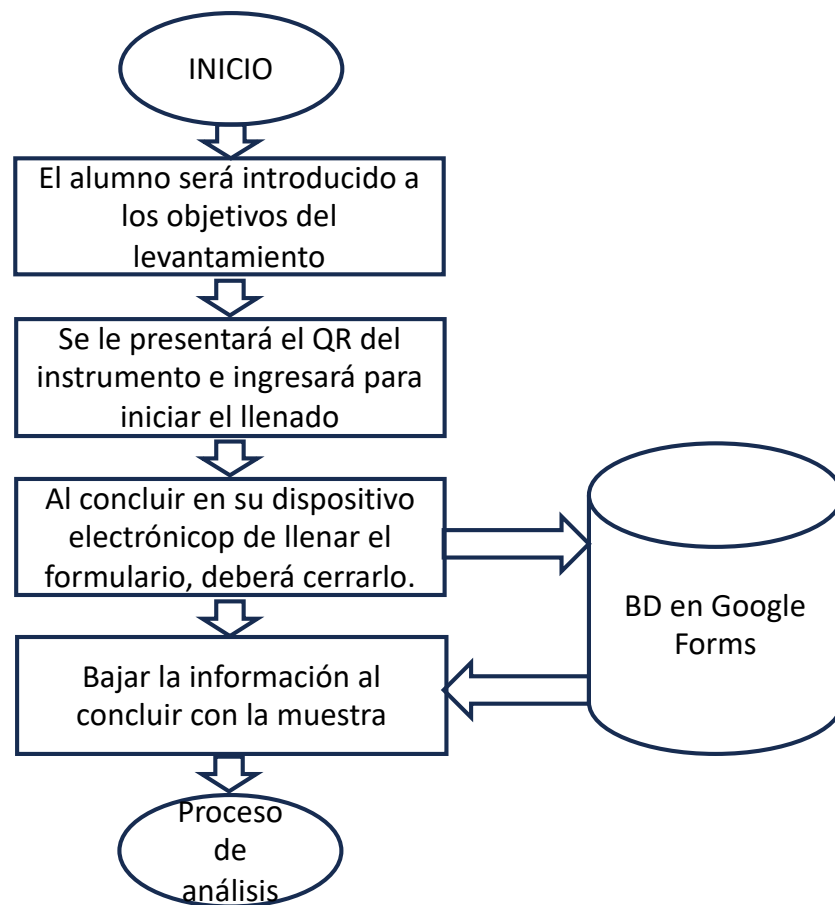
Variable dependiente	Variable independiente	Referencia bibliográfica
TECNOESTRÉS ESTUDIANTIL	SOBRECARGA INFORMACIONAL INVASIÓN DE LA PRIVACIDAD INCERTIDUMBRE TÉCNICA FALTA DE CONTROL	Coppari, Norma Beatriz; Bagnoli, Laura; Codas, Geronimo; López, Heidi; Martínez, Úrsula; Martínez, Larissa; Montanía, Maureen (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines, vol. 15, núm. 2, pp. 40-55 Universidad Nacional de Mar del Plata Argentina

En cuanto al contenido este instrumento se basó totalmente en la propuesta de Coppari, realizando las adecuaciones de lenguaje propias del objeto de estudio que se estableció para esta investigación, cumpliendo esta validación.

Con esto resultados se puede afirmar que se tiene un instrumento válido en su constructo al dar como resultado mayor a 0.5.

OBJETIVIDAD

En el caso de esta prueba de objetividad se diseñó un procedimiento de aplicación para evitar diferencias sustantivas en los resultados debido al mecanismo de aplicación y también evitar la influencia de aplicadores, de esta manera al realizarlo de manera electrónica y en la misma plataforma todos los encuestados, se tiene un mínimo de influencia por parte de los investigadores y de otros actores a la hora de decidir sobre las diferentes respuestas.



PRUEBAS INSTRUMENTO ESTRÉS ESTUDIANTIL

Se procede a documentar las pruebas realizadas y los resultados obtenidos, con sus respectivas interpretaciones.

CONFIABILIDAD

La prueba utilizada fue basada en el cálculo del Alpha de Cronbach, obteniéndose los siguientes resultados:

Alpha de Cronbach:

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0.952	25

El resultado es positivo al tener un indicador un 0.632 que es mayor al 0.5 solicitado por la prueba.

VALIDEZ

En el caso de la validez se realizaron 3 pruebas, dos de ellas estadísticas y una más en referencia al contenido del instrumento.

- VALIDEZ DE CONTENIDO

Variable dependiente	Variable independiente	Referencia bibliográfica
ESTRÉS ESTUDIANTIL	CLIMA ORGANIZACIONAL ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL TERRITORIO ORGANIZACIONAL TECNOLOGÍA INFLUENCIA DEL LÍDER FALTA DE COHESIÓN RESPLADO DEL GRUPO	Llaneza, F.J. (2010). Ergonomía y psicología aplicada. Editorial Lex Nova S.A., 15 edición.

En cuanto al contenido este instrumento se basó totalmente en la propuesta de Llaneza, realizando las adecuaciones de lenguaje propias del objeto de estudio que se estableció para esta investigación, cumpliendo esta validación.

- VALIDEZ DE CRITERIO

Para la validez de criterio se utilizó el indicador de correlación de Pearson.

Correlación de Pearson:

Correlaciones	ESTR0501	ESTR0502	ESTR0503	ESTR0504	ESTR0505	ESTR0506	ESTR0507	ESTR0508	ESTR0509	ESTR0510	ESTR0511	ESTR0512	ESTR0513	ESTR0514	ESTR0515	ESTR0516	ESTR0517	ESTR0518	ESTR0519	ESTR0520	ESTR0521	ESTR0522	ESTR0523	ESTR0524	ESTR0525																		
ESTR0501	1	.493**	.504**	.424**	.341**	.383**	.339**	.339**	.372**	.421**	.428**	.344**	.351**	.398**	.338**	.368**	.357**	.364**	.382**	.401**	.368**	.353**	.332**	.336**	.312**																		
ESTR0502		1	.530**	.476**	.346**	.311**	.322**	.361**	.312**	.418**	.434**	.327**	.298**	.364**	.349**	.383**	.294**	.376**	.336**	.401**	.377**	.365**	.311**	.324**	.322**																		
ESTR0503			1	.512**	.387**	.307**	.389**	.391**	.391**	.426**	.434**	.344**	.344**	.382**	.347**	.418**	.385**	.344**	.418**	.424**	.411**	.370**	.317**	.312**	.312**																		
ESTR0504				1	.433**	.412**	.377**	.407	.370**	.417**	.433**	.340**	.344**	.406**	.401**	.422**	.411**	.384**	.418**	.426**	.414**	.384**	.380**	.349**	.383**																		
ESTR0505					1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**	.380**	.407																		
ESTR0506						1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**	.380**																		
ESTR0507							1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**																		
ESTR0508								1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**																	
ESTR0509									1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**																
ESTR0510										1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**															
ESTR0511											1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**														
ESTR0512												1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**													
ESTR0513													1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**												
ESTR0514														1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**											
ESTR0515															1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**										
ESTR0516																1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**									
ESTR0517																	1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**								
ESTR0518																		1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**							
ESTR0519																			1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**						
ESTR0520																				1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**					
ESTR0521																					1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**				
ESTR0522																						1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**			
ESTR0523																							1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**		
ESTR0524																								1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**	
ESTR0525																									1	.433**	.402**	.409	.402**	.433**	.402**	.370**	.370**	.407	.401**	.405	.389**	.388**	.407	.407	.406	.402**	.370**

De lo anterior se puede identificar que todas las afirmaciones del instrumento tienen relaciones moderadas o altas con al menos otra afirmación del instrumento corroborando la validez de criterio.

- VALIDEZ DE CONSTRUCTO

En cuanto a la validez de constructo se decidió realizar la prueba mediante un análisis factorial utilizando la matriz de correlaciones de KMO y Bartlett con el método de componentes principales para la extracción y para la rotación el método de Varimax.

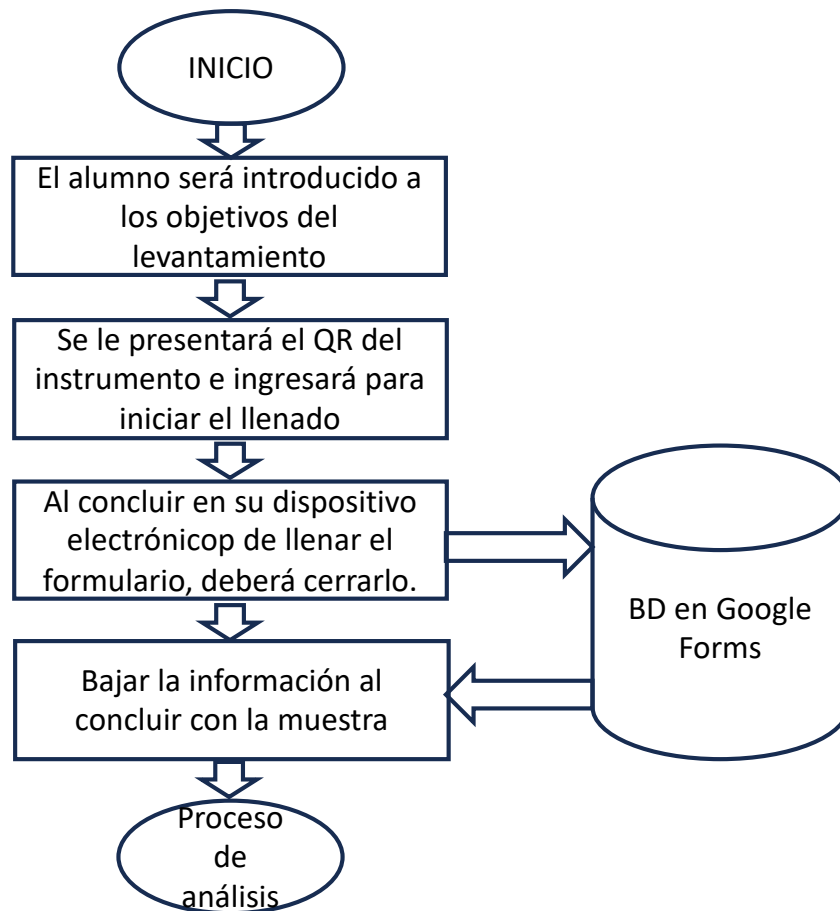
KMO-Bartlett:

Prueba de KMO y Bartlett		
Medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo	0.97	
Prueba de esfericidad de Bartlett	Aprox. Chi-cuadrado	52206.54
gl	300	
Sig.	0	

Con esto resultados se puede afirmar que se tiene un instrumento válido en su constructo al dar como resultado mayor a 0.5.

OBJETIVIDAD

En el caso de esta prueba de objetividad se diseñó un procedimiento de aplicación para evitar diferencias sustantivas en los resultados debido al mecanismo de aplicación y también evitar la influencia de aplicadores, de esta manera al realizarlo de manera electrónica y en la misma plataforma todos los encuestados, se tiene un mínimo de influencia por parte de los investigadores y de otros actores a la hora de decidir sobre las diferentes respuestas.



BIBLIOGRAFÍA:

- Cabrera, L. (2014). Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. *Revista de la Universidad Industrial Santander Salud*, 46(3), 259-265.
- Coppari, Norma Beatriz; Bagnoli, Laura; Codas, Geronimo; López, Heidi; Martínez, Úrsula; Martínez, Larissa; Montanía, Maureen (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos

Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. (2021). Identification of Workplace Bullying: Reliability and Validity of Indonesian Version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R).

Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (6th ed.). McGraw-Hill Editores.

International journal of environmental research and public health, 18(8), 3985.

<https://doi.org/10.3390/ijerph18083985>

Kristensen, TS, Borritz, M., Villadsen, E. y Christensen, KB (2005). El Inventario de Burnout de Copenhague: Una nueva herramienta para la evaluación del burnout.

Lianza, FJ (2010). Ergonomía y psicología aplicada. Editorial Lex Nova SA, 15 edición.

Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines, vol. 15, núm. 2, pp. 40-55

Universidad Nacional de Mar del Plata Argentina

Trabajo y Estrés, 19(3), 192-207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>

15414

RESULTADOS DE LA EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR EN AMÉRICA LATINA

Dra. María del Carmen Hernández Silva

Profesor Investigador, Universidad Autónoma del Estado de México

difucultural@yahoo.com.mx

000-0002-8021-3852

Dra. Eva Martha Chaparro Salinas

Profesor Investigador, Universidad Autónoma del Estado de México

bebachaparro@yahoo.com.mx

000-0001-7955-4628

Mtra. Natzel Andrés Pantoja

Profesor, Poder Judicial del Estado de México

Natzy2013@hotmail.com

Resumen

Resulta importante reconocer que la dinámica social actual ha dado lugar a una sociedad cada vez más interconectada a través de dispositivos digitales, caracterizada por una carga extenuante de trabajo con efectos directos en la salud mental. En este sentido, la Organización de las Naciones Unidas, a través de la Agenda 2030, reconoce dentro de su Objetivo 3: Salud y Bienestar la importancia de la prevención y atención de la salud mental. Este compromiso también involucra a las instituciones de educación superior, motivo por el cual surge la presente investigación, cuyo objetivo general es identificar el nivel de incidencia de cinco riesgos psicosociales: *boreout*, *burnout*, estrés, *mobbing* y tecnoestrés en estudiantes universitarios de América Latina. El estudio se desarrolló bajo una metodología cuantitativa, con un muestreo no probabilístico por conveniencia y mediante la aplicación de un cuestionario integrado por 119 ítems. Entre los resultados más relevantes se observa que los estudiantes presentan niveles que oscilan entre bajo y medio en los riesgos psicosociales, destacando aquellos vinculados con el uso de las tecnologías digitales como los de mayor incidencia.

Palabras clave: Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

Abstract

It is important to recognize that current social dynamics have given rise to an increasingly interconnected society through digital devices, characterized by an exhausting workload with direct effects on mental health. In this regard, the United Nations, through the 2030 Agenda, recognizes the importance of mental health prevention and care within its Goal 3: Good Health and Well-being. This commitment also involves higher education institutions, which is why this research was developed. Its overall objective is to identify the incidence of five psychosocial risks: *boreout*, *burnout*, stress, *mobbing* and techostress in university students in Latin America. The study was developed under a quantitative methodology, with a non-probabilistic convenience sampling and through the application of a questionnaire integrated by 119 items. Among the most relevant results it is observed that students present levels that oscillate between low and medium in psychosocial risks, highlighting those related to the use of digital technologies as those of greater incidence.

mobbing, and technostress among university students in Latin America. The study was conducted using a quantitative methodology, with non-probability convenience sampling and the application of a 119-item questionnaire. Among the most relevant results, it is observed that students present levels ranging from low to medium in psychosocial risks, highlighting those linked to the use of digital technologies as the most prevalent.

Keywords: Educational Quality, Psychosocial Risks, University Students

INTRODUCCIÓN

Los riesgos psicosociales es un término que al igual que la era digital describen a nuestra sociedad contemporánea, caracterizada por el uso generalizado de dispositivos electrónicos, el manejo constante de datos y la interacción a través de redes permanentemente interconectadas que modificaron las actividades laborales, sociales y académicas. Es en este contexto tecnológico el cual posibilita que personas ubicadas en diferentes partes del mundo puedan establecer comunicación sincrónica y acceder de manera inmediata a información, pero también genera distintos riesgos psicosociales como consecuencia de la actual organización del trabajo y que repercute en aspectos físicos y mentales del trabajador.

En el caso del ámbito educativo, el uso de dispositivos digitales por parte de estudiantes universitarios ha impulsado la creación de entornos virtuales que facilitan la comunicación, promueven nuevas dinámicas de trabajo y favorecen la conformación de comunidades de aprendizaje. Sin embargo, esta misma dinámica, plantea retos significativos para los jóvenes, ya que enfrentan desafíos propios de una sociedad digitalizada y con un alto nivel de competitividad; trayendo consigo altos niveles de estrés por adquirir las competencias y habilidades del mercado laboral.

En este sentido, si bien es cierto que la era digital ofrece ventajas como la conectividad global y el acceso rápido a la información; también resulta innegable que, de manera paralela a estas bondades que trae el uso de la tecnología, aumentan las preocupaciones relacionadas con la salud mental y las consecuencias de no atender de forma oportuna los riesgos psicosociales, ya que como bien refiere la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OECD) “existe una necesidad urgente de implementar políticas más integradas y sólidas para apoyar la salud mental” (2021, p.2).

En este sentido, diversas organizaciones internacionales han realizado esfuerzos conjuntos con el objetivo de visibilizar la importancia de la prevención, atención y erradicación de los riesgos psicosociales, así como sus consecuencias en la salud mental de estudiantes universitarios; sin distinción de género, nacionalidad o condición socioeconómica.

Esto se debe a que el contexto sociocultural desempeña un papel determinante en el bienestar psicológico de los estudiantes. Por lo tanto, la salud mental no puede comprenderse únicamente desde las competencias intrapersonales; ya que también está profundamente ligada por factores contextuales y que en párrafos anteriores nos referimos (Organización de las Naciones Unidas para

la Educación, la Ciencia y la Cultura [UNESCO],2024; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2013; OECD,2021).

Dentro del ámbito nacional, distintas organizaciones han centrado su trabajo académico en el diagnóstico de los riesgos psicosociales en entornos laborales, sin embargo, el presente trabajo de investigación tiene como población objetivo estudiantes en universitarios en América Latina; por lo que para efectos de la presente investigación nos centraremos en: *boreout*, *burnout*, *Moobing*, Tecnoestrés, Estrés.

Estos riesgos psicosociales son considerados actuales, y derivadas de la dinámica social contemporánea caracterizada por una alta demanda de productividad y eficiencia, que, ha traído consigo una serie de enfermedades y trastornos mentales derivado de la carga y estrés laboral; pues son considerados como “aquellos padecimientos médicos o psicológicos que se presentan como consecuencia de las condiciones laborales a las que son expuestos los trabajadores” (Villavicencio y García, 2022, p. 97).

Boreout

El *boreout* es considerado como un riesgo psicosocial y actualmente clasificado como un síndrome laboral el cual afecta al trabajador en el aspecto físico, mental y emocional, y se caracteriza por un desinterés, aburrimiento, pérdida de productividad e infraexigencia (Cabrera, 2024; Villavicencio y García, 2022).

Si bien es cierto que las personas con *boreout* presentan distintos efectos, también es cierto que estos se presentan de forma paulatina, y de acuerdo con Vega y Baque (2023):

Los efectos se ven manifestados por tres comportamientos observables: el primero es el aburrimiento laboral, el cual se presenta en la pérdida de interés por parte del trabajador en las actividades cotidianas del trabajo; la segunda es una crisis de significado del trabajo, es decir que el trabajador ha perdido el propósito por las actividades laborales y la motivación en este contexto; y finalmente, una crisis de crecimiento dentro de la organización (p.19).

Es por esta razón que el *boreout* se considera como un riesgo psicosocial relevante en el campo de la psicología laboral ya que sus efectos pueden afectar la productividad laboral, el desarrollo profesional y la estabilidad emocional de los trabajadores (Terán-Cázares, et. al., s.f.).

Burnout

En lo que respecta al síndrome de *burnout* o síndrome del quemado, es considerado como un padecimiento laboral causante de alteraciones negativas en la vida laboral y personal; este síndrome se caracteriza por un agotamiento, sensación de ineficiencia, así como un estrés constante y prolongado hasta considerarse crónico, provocando alteraciones psicofisiológicas en el trabajador y en las instituciones laborales consecuencias negativas en la productividad y clima laboral (Iovo, 2020; Olivares-Faúdez, 2016; Arias y Muñoz, 2016).

Dadas las consecuencias negativas del burnout así como el incremento de este síndrome laboral en los últimos años, la OMS (2025) y la Organización Internacional del Trabajo (OIT) reconocen la importancia de crear estrategias para prevenir y atender aquellas situaciones laborales negativas, así como la relevancia de promover la salud en el entorno laboral.

El *burnout* no es el único síndrome laboral que se puede desarrollar por un clima laboral hostil y que requiere de nuevas directrices para su prevención y erradicación, a continuación, se menciona unos de los riesgos psicosociales más longevos, pero con más consecuencias en la vida personal y laboral.

Mobbing

En el ámbito de la psicología laboral, el *mobbing* comenzó a ser considerado objeto de estudio a principios del siglo XXI, y de acuerdo a la literatura en el campo, es catalogado como un riesgo psicosocial que se presenta de forma recurrente en espacios laborales y que conlleva un ejercicio de violencia psicológica ejercido de manera sistemática a un empleado por una o varias personas (Córdova, et. al., 2022; Martín y Pérez, 1998).

Algunas de las acciones ejercidas por el y/o los victimarios son:

- **Limitación de la comunicación:** al prohibir el derecho a expresarse en el entorno laboral.
- **Limitar contacto social:** No se dirige la palabra a la víctima, procurando además que nadie lo haga.
- **Desprestigio ante sus compañeros:** mediante bromas y burlas sobre su contexto socioeconómico, religión, grupo étnico, entre otros.
- **Desacreditar su capacidad profesional y laboral:** Se asigna a la víctima tareas muy por debajo o muy por encima de su capacidad, o no se le permite hacer nada (González y Rodríguez, 2005, p. 4).

Actualmente existen diversas investigaciones respecto a los efectos de *mobbing* en espacios laborales y académicos, pues, es importante reconocer que no solo en entornos laborales se puede identificar este riesgo psicosocial, al respecto Salinas-Guayacundo (2019) reconoce que las instituciones educativas son propensas a presentar episodios de *mobbing*, más que otros espacios organizacionales, y, por lo general se presenta hacia los docentes de parte de un superior jerárquico, directivo, por parte de colegas o incluso de estudiantes.

Tecnoestrés

Uno de los riesgos psicosociales contemporáneos asociados al uso de las tecnologías digitales es el denominado tecnoestrés, el cual surge como consecuencia de las exigencias del mercado laboral en torno a la adquisición de competencias digitales, así como del uso constante de las Tecnologías

de la Información y la Comunicación (TIC) en la vida cotidiana. Este fenómeno ha generado efectos negativos en los individuos, entre los que se encuentra “el efecto desfavorable en las actitudes, pensamientos, conductas o fisiología experimentadas por el usuario de las tecnologías, el cual afecta a las personas en los ámbitos laboral, educativo, familiar y social” (Coppari et al., 2024; p.125).

Una de las áreas en donde existe un incremento del tecnoestrés es el educativo, particularmente en la educación superior ya que este es el nivel educativo considerado como enlace al campo laboral profesional, por lo que algunas de las investigaciones recientes señalan que existe una preocupación por el uso excesivo y de las tecnologías, su dependencia para realizar actividades académicas y de ocio, emigrando la parte social a la virtualidad en docentes y alumnos; así como la fatiga por el uso constante de estos entornos virtuales (Coppari et al., 2024; Quiroz-González, et. al.,2022; Masías et.al., 2023; Ortiz-López y Cabezas-Pompeya, 2021).

Estrés

El estrés es un término que se escucha de manera cotidiana, por lo que en ocasiones en entorno laborales poco sanos suele ser invisibilizado; esto no demerita la importancia de su estudio, prevención y atención ya que el estrés puede ser considerado como “el proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las cuáles debe dar una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus recursos de afrontamiento” (Espinosa-Castro, 2020; p.64)

Este riesgo psicosocial se puede encontrar en distintos entornos, como lo es el laboral y académico; ya que, al responder a la demanda del ambiente, la persona con estrés “muestra un desequilibrio interno que afecta el funcionamiento fisiológico, la respuesta individualizada genera afecciones directas en su conducta” (Silva-Ramos et.al., 2020; p. 76).

Luego entonces resulta importante mencionar que el estrés es un término multifactorial, ya que existen distintas causas del estrés y que de acuerdo con Alejandra (2012) algunos de los factores más recurrente son: exceso de trabajo, falta de recompensa por un buen rendimiento, poca escucha en las quejas, inseguridad en el empleo, poca o nula capacidad de toma de decisiones, entre otras.

METODOLOGÍA

La presente investigación se realizó bajo un enfoque cuantitativo de nivel descriptivo, no experimental, pues no se manipula las variables, por lo que únicamente se recoge información mediante un instrumento.

Universo y muestra

Se considero como población a las universidades adscritas a la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional (RILCO) y como *población accesible* aquellas

universidades adscritas que aceptaron la invitación para la aplicación del instrumento de riesgos psicosociales. En total la población accesible se integra por 27 instituciones de educación superior y un universo de estudio 5130 estudiantes inscritos en dichas instituciones durante el periodo de recolección de datos (véase tabla 1).

Así mismo, para la aplicación del instrumento un muestreo no probabilístico por conveniencia ya que este tipo de muestreo permite seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos, es decir, aquellos estudiantes que aceptaron voluntariamente formar parte de la investigación (Otzen y Manterola, 2017).

Tabla 1.

Clasificación empleada para la aplicación del instrumento “Riesgos psicosociales”

NO. CONSEC.	NOMBRE DE LA INSTITUCIÓN O REGIÓN	PARTICIPANTES
1.	Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl-UAEMéx /Ing. En Transporte, Comercio Internacional, y Educación para la salud	140
2.	Centro Universitario UAEM Zumpango	92
3.	Colombia	328
4.	Colombia/Programa de Administración de Empresas/ Unidades Tecnológicas de Santander	57
5.	Cuba	57
6.	Ecuador	11
7.	Edo. Méx. /Melchor Ocampo/Inst. Universitario de Formación Integral/Pedagogía, Negocios Internacionales, Derecho, Admón. Logística	201
8.	Ensenada	190
9.	Estado de México /Cuautitlán Izcalli/UAEMéx - UAP Cuautitlán Izcalli/Licenciatura en Logística y Negocios Internacionales	389
10.	Estado de México, México/Toluca/Facultad de Arquitectura y Diseño/ Administración y Promoción de la Obra Urbana	69
11.	Estado de México/Atlacomulco/ Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria/Bachillerato Universitario	442
12.	Facultad de Medicina UACAM	87
13.	México/Cuautitlán Izcalli/UAEMéx - UAP Cuautitlán Izcalli/Actuaría y Derecho Internacional	124
14.	México-Centro	707
15.	México-Norte	498
16.	México-Sur	606
17.	Querétaro/Querétaro/ Universidad Tecnológica	60

18.	Sur de Estado de México	218
19.	Sur del Estado de México/Tejupilco/JAEMéx/Administración y Psicología	95
20.	Tabasco/Ciudad del Carmen/Universidad Autónoma del Carmen/Nutrición, Psicología, Enfermería	129
21.	TecMilenio	35
22.	Toluca /Toluca y Acambay/Universidad Pedagógica Nacional 151, Toluca	201
23.	Universidad Autónoma de Chihuahua	11
24.	Universidad Autónoma del Noreste	5
25.	Universidad Tecnológica de Nezahualcóyotl	5
26.	Universidad Tecnológica del Valle de Toluca	154
27.	Universidad Tecnológica del Valle de Toluca (TSU)	219
TOTAL		5130

Nota aclaratoria: tabla elaborada por el autor con datos recopilados durante el estudio.

Para la recolección de información se aplicaron cinco instrumentos, uno para cada riesgo psicosocial a estudiar: Boreout, Burnout, Estrés, Mobbing y Tecnoestrés. En lo que respecta a la validación de los instrumentos se emplearon los indicadores de Alfa de Cronbach y se realizaron las pruebas de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y esfericidad de Bartlett, demostrando evidencia de consistencia interna y adecuación de la muestra. Por lo que respecta a la recopilación de la información la totalidad de los instrumentos se integraron en un único cuestionario de 119 ítems, administrado mediante la plataforma Google Forms (ver tabla 2).

Tabla 2.

Validación de instrumentos “Riesgos psicosociales”

Riesgo psicosocial	Variable dependiente	Variable independiente	Indicador de confiabilidad					
			Alpha de Cronbach		Prueba de KMO y Bartlett			
			Valor	N elementos	Medida Kaiser-Meyer-Olkin	Aprox. Chi-cuadrado	gl	Sig.
Boreout estudiantil	Boreout estudiantil	<ul style="list-style-type: none"> Aburrimiento en el trabajo Desinterés en el trabajo Infraexigencia en el trabajo 	0.632	18	0.893	18090.23	153	0
Burnout estudiantil	Burnout	<ul style="list-style-type: none"> Agotamiento personal Agotamiento académico Agotamiento relacionado con el profesor 	0.935	19	0.963	51937.33	171	0
Mobbing estudiantil	Mobbing estudiantil	<ul style="list-style-type: none"> Acoso orientado a la persona Acoso orientado con el trabajo Acoso intimidatorio 	0.959	22	0.978	57488.31	231	0

Tecnoestrés estudiantil	Tecnoestrés estudiantil	<ul style="list-style-type: none"> ● Sobrecarga informacional ● Invasión de la privacidad ● Incertidumbre técnica ● Falta de control 	0.953	35	0.975	68610.9	595	595
Estrés estudiantil	Estrés estudiantil	<ul style="list-style-type: none"> ● Clima organizacional ● Estructura organizacional ● Territorio organizacional ● Tecnología ● Influencia del líder ● Falta de cohesión ● Respaldo del grupo 	0.952	25	0.97	52206.54	300	0

Nota aclaratoria: tabla elaborada por el autor con datos recopilados durante el estudio.

RESULTADOS Y DISCUSION

De acuerdo con los datos recolectados, los estudiantes universitarios en América Latina presentan un nivel moderado del síndrome de Boreout, con un promedio general de 2.96. Es dentro de esta dimensión que la variable independiente *aburrimiento en el trabajo académico* alcanzó el promedio más alto con un promedio de 3.14, mientras que las variables *desinterés* obtuvo un 2.74 e *infraexigencia* con un promedio de 3.0 que también se encuentran en un nivel moderado; lo anterior apunta que los estudiantes universitarios reconocen algunas actividades académicas como monótonas lo que conlleva a un desinterés y pérdida de motivación para realizar las actividades encomendadas.

En cuanto al síndrome de Burnout estudiantil, los resultados globales indican que se obtuvo un nivel bajo (2.71). No obstante, se observa una diferencia entre sus dimensiones: agotamiento personal alcanzó un promedio de 3.00, reflejando la frecuencia con la que los estudiantes se sienten cansados al realizar actividades académicas; agotamiento académico tuvo un promedio de 2.78 (nivel moderado), indicando que la carga de actividades y las exigencias diarias generan cierto cansancio físico y emocional; mientras que agotamiento relacionado con los profesores presentó un promedio de 2.34 (nivel bajo), lo que sugiere que, en general, las interacciones con el profesorado no constituyen un factor determinante de desgaste.

Por otra parte, los resultados relativos al *Mobbing* muestran un nivel bajo con un promedio de (1.39). Es dentro de este riesgo psicosocial donde se encuentran las variables de: *acoso orientado a la persona* con un promedio de 1.29 (bajo); *acoso orientado al trabajo* 1.38 (bajo) y *acoso intimidatorio* 1.40 (bajo). Esto indica que, aunque algunos estudiantes puedan

experimentar episodios de acoso durante su vida académica, estos no constituyen una práctica habitual en los entornos universitarios. Este hallazgo es relevante, ya que evidencia que, pese a ser un riesgo bajo, existe la posibilidad de violencia psicológica en la población estudiantil; por lo que es necesario una mayor educación y concientización al respecto como bien refiere Cordova (2022).

En relación con el Tecnoestrés, a nivel general los estudiantes presentan un nivel bajo (1.81), con promedios igualmente bajos sus cuatro dimensiones: sobrecarga informacional (2.13), invasión de privacidad (1.63), incertidumbre técnica (1.94) y falta de control (1.59). Siendo dentro de estas dimensiones la relativa a la regulación de las emociones y la autopercepción en distintos espacios virtuales, lo que podría constituir un riesgo futuro si no se desarrollan competencias digitales adecuadas para gestionar la información. Por último, el estrés estudiantil se ubica en un nivel bajo con un promedio de 2.36, con valores similares en sus dimensiones: clima organizacional (2.43), estructura organizacional (2.47), territorio organizacional (2.53), tecnología (2.59), influencia del líder (2.12), falta de cohesión (2.17) y respaldo del grupo (2.27). Siendo la dimensión relativa los conocimientos adquiridos por la institución para ser competitivo en el mercado laboral, sin embargo, los estudiantes no generan un nivel de presión significativo que afecte directamente su desempeño académico.

CONCLUSIONES

Los riesgos psicosociales se encuentran latentes en las universidades de América latina, sin embargo, se concluye que los cinco riesgos estudiados se encuentran en un promedio de medio a bajo; por lo que es consolidar medidas que permitan identificar, prevenir y atender las acciones y/o conductas consideradas como parte de estos riesgos psicosociales.

Sin duda algunas el tema de salud es preponderante en la sociedad actual, por lo que es necesario que las instituciones de educación superior creen estrategias para difundir su importancia en la comunidad universitario, permitiendo la creación de políticas instituciones que permitan una triada entre la salud mental, las tecnologías digitales y los contenidos académicos, de modo que, las universidades sean vistas como instituciones que brinden herramientas digitales, psicológicas y disciplinares que permitan atender las necesidades de los estudiantes universitarios.

Los resultados de esta investigación pretenden servir a futuras investigaciones que permitan crear nuevas estrategias para incorporar el tema de la salud mental en la educación superior en América Latina.

REFERENCIAS

- Alejandra, L.L., Aguirre, A. y Vásquez, E. M. (2012). El estrés laboral y los trastornos psiquiátricos en profesionales de la medicina. *Revista CES salud pública*, 3(2). 280-288. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4164138.pdf>
- Arias, W. L. y Muñoz A. (2016). Síndrome de burnout en personal de enfermería de Arequipa. *Revista cubana de Salud Pública*, 42(4). 559-575. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumen.cgi?IDARTICULO=68264>
- Cabrera, L. (2024). Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción. *Atacama Journal of Health Sciences*, 3 (2). 109-111. <https://salud.uda.cl/ajhs/index.php/ajhs/article/download/157/175/426>
- Coppari, N., Bagnoli, L., González L., Marecos, C. y Romero – Lévera. (2024). Usos de las tecnologías, *Psicología y salud*, 34(1). 123-133. <https://doi.org/10.25009/pys.v34i1.2850>
- Córdova, E. R., Rodríguez, A. I., Suasnavas, P. R. (2022). Instrumentos de identificación del mobbing o acoso laboral en Iberoamérica: una mirada desde el riesgo psicosocial. *Revista Cuatrimestral "Conecta Libertad"*, 6(3). 57-76. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/297>
- González, J.L. y Rodríguez, M.J. (2005). Cuestionario de estrategias de acoso en el trabajo. El LIPT- 60 Leymann Inventory of Psychological Terrorization Modificado. Editorial EOS.
- Gutiérrez, G. A., Celis, M. A., Jiménez, S. M., Farias, F. y Suárez, J. de J. (2006). Síndrome de burnout. *Arch Neurocién*, 11 (4). 305-309. https://www.researchgate.net/publication/379146319_Sindrome_de_burnout_Temas_electo?enrichId=rgreq-c3f0383cc308d6ba267b07bc1191b982-XXX&enrichSource=Y292ZXJQYWdlOzM3OTE0NmMxOTtBUzoxMTQzMTI4MTIzMDcxMjM5MDAxNzExMDQwNDM5NzI5&el=1_x_3&esc=publicationCoverPdf
- Herrera Fustamante, J, M. (2021) *Impacto ocupacional del trabajo remoto en docentes durante la emergencia sanitaria en una institución educativa. Chota - Cajamarca 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]
- Lovo J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Revista entorno*, 70. 110-120. <https://camjol.info/index.php/entorno/article/view/10371>
- Martín, F. y Pérez, J. (1998). El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo. <https://www.insst.es/documents/94886/191012/NTP+476+El+hostigamiento+psicol%C3%B3gico+en+el+trabajo+mobbing.pdf>
- Masías, Y., Aco, E. A., Colque, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de OECD. (2021). *Abordar el impacto en la salud mental de la crisis de COVID-19: Una respuesta integrada de toda la sociedad.*

https://www.oecd.org/content/dam/oecd/es/publications/reports/2021/05/tackling-the-mental-health-impact-of-the-covid-19-crisis-an-integrated-whole-of-society-response_baf4498e/7da96bf1-es.pdf

- Olivarez-Faúndez. (2016). Christina Maslach, comprendiendo el burnout. <https://www.researchgate.net/publication/311611859>
- OMS. (2013). *Plan de acción sobre salud mental 2013-2020*.OMS. https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf
- OMS.(2025). La OMS y la OIT piden nuevas medidas para abordar los problemas de salud mental en el trabajo. <https://www.who.int/es/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work>
- Ortíz López, K. y Cabezas-Heredia, E. (2021). Análisis de fatiga visual y tecnoestrés en los docentes de la unidad educativa. *Technology Rain Journal*,1(1). ISSN: 2953-464X
- Otzen, T. y Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio. *Int. J. Morphol*, 32(1),227-232. <https://scielo.conicyt.cl/pdf/ijmorphol/v35n1/art37.pdf> primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Yachay*, 12 (2), 67-77. ISSN: 2412-2963
- Quiroz-González, E., Ortiz- Giraldo, V.,Villavicencio-Ayub. (2022). Tecnoestrés y tecnoadicción: el papel de la tecnoddependencia en trabajadores de Colombia y México. *Salud Uninorte*, 39(3).347-363. <https://dx.doi.org/10.14482/sun.39.02.020.359>
- Sálinas - Guayacundo, W. A. (2019). Mobbing en un entorno educativo: revisión de caso en una Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., Meza-Zamora, M. E. C.(2020).*Investigación y ciencia*, 28(79).75-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Terán-Cázares, M. M.,González-Garza, I. A.y Blanco-Jiménez, M. (s.f.). El rasgo cultural de participación y su incidencia en el síndrome del boreout en PYMES siderúrgicas en Monterrey, Nuevo León. Red Internacional de Investigadores en Competitividad. <https://riico.net/index.php/riico/article/view/2202/2055>
- UNESCO. (2024). *Apoyando la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación superior*. https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391501_spa
- universidad del departamento de Boyacá. *Revista EAN*, 88.189-205. DOI: <https://doi.org/10.21158/01208160.n88.2020.2527>
- Vega, F.A. y Baque, E. R. (2023). El nuevo Síndrome de Boreout ¿Qué sabemos sobre él? En Marcillo, M. M.,Proaño, W. P., Rodríguez, A. y Soledispa, S.G.(Comp.), *Gestión, administración y planeación estratégica con enfoques sistémico*. Editorial Alema.
- Villavicencio E. y García B. E. (2022). Adaptación de las Escala de Síndrome de Boreout para trabajadores mexicanos. *Informes psicológicos*. 23(2), pp. 95-107. <http://dx.doi.org/10.10000/infpsic.v23n2a01>

SECCIÓN II.
RESULTADOS EN EL ENTORNO LATINOAMERICANO

15335

EL ABURRIMIENTO ACADÉMICO COMO RIESGO PSICOSOCIAL EMERGENTE EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS LATINOAMERICANOS: UNA EVALUACIÓN DEL SÍNDROME DE BOREOUT

Autor: Miguel Octavio Caballero
Santín Universidad Autónoma del
Estado de México

ORCID: [0009-0005-7954-002X](https://orcid.org/0009-0005-7954-002X)

Correo electrónico: mocaballeros@uaemex.mx

Co-Autor1: Paulina García
Villaseñor Universidad Autónoma del
Estado de México

ORCID: [0009-0001-1205-436X](https://orcid.org/0009-0001-1205-436X)

pgarciav009@profesor.uaemex.mx

Resumen

La presente investigación aborda al Síndrome de Boreout (aburrimiento crónico, infra exigencia y desinterés) considerándolo un riesgo psicosocial emergente en las Instituciones de Educación Superior (IES) de América Latina y diferenciándolo del Burnout (generado por la sobre exigencia). El objetivo principal de esta investigación se centra en evaluar las características propias de este síndrome y su prevalencia en estudiantes universitarios mediante una metodología cuantitativa descriptiva que se enfocó en una muestra de 380 a 400 estudiantes actuales de Universidades miembros de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional (RILCO). Mediante la aplicación de un instrumento de elaboración propia adaptado al contexto estudiantil se reveló un nivel general moderado del síndrome. El aburrimiento en el trabajo (académico) promedió de forma más alta dentro del rango moderado significando el motor principal del Boreout. La conclusión valida la existencia de este síndrome y señala la necesidad de apuntalar esfuerzos académicos conjuntos e integrales para combatirlo, sugiriendo avanzar hacia una investigación correlacional.

Palabras clave: Boreout, Aburrimiento, Infra exigencia, Riesgo Psicosocial.

Abstract

The present research addresses the Boreout Syndrome (chronic boredom, under-challenge, and lack of interest), considering it an emerging psychosocial risk in Higher Education Institutions (HEIs) in Latin America, and differentiating it from Burnout (generated by over-challenge). The main objective of this research focuses on evaluating the specific characteristics of this syndrome and its prevalence

in university students through a descriptive quantitative methodology. This methodology targeted a sample of 380 to 400 current students from universities that are members of the Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional (RILCO, or the Latin American Research Network on Organizational Competitiveness). Through the application of a self-developed instrument adapted to the student context, a generally moderate level of the syndrome was revealed. Boredom at work (academic) averaged the highest within the moderate range, signifying the principal driver of Boreout. The conclusion validates the existence of this syndrome and indicates the need to underpin joint and comprehensive academic efforts to combat it, suggesting a progression towards correlational research.

Keywords: Boreout, Boredom, Under-challenge, Psychosocial Risk.

Introducción

Hoy en día, la Educación Superior en los diferentes países de América Latina se caracteriza por hacer que los estudiantes deban de desenvolverse académica y socialmente hablando, en entornos cada vez más exigentes y retadores.

Con el transcurso del tiempo, se ha advertido de forma sutil y paulatina, que el riesgo inherente a esta situación ha ido fortaleciéndose, lo que ha generado preocupación por la salud mental y el bienestar psicológico de los estudiantes universitarios (Torales & Barrios, 2017). Desde un punto de vista psicopedagógico, se han detectado y bautizado fenómenos muy bien identificados como el Burnout (Rosales, 2013), el Estrés (Flores-Meza et al., 2021) y diversos problemas de Salud Mental, entre ellos la depresión y la ansiedad (Cuamba Osorio & Zazueta Sánchez, 2020; Arredondo et al., 2021). Cabe hacer mención que todas estas problemáticas tienen como factor común la sobre carga de actividades, las altas expectativas (autoimpuestas principalmente) y la presión de terceros por lograr sobresalir para llegar a convertirse en profesionistas exitosos.

Es muy probable que de todas las problemáticas conocidas y estudiadas la que recibe menos reflectores en comparación con el resto es el síndrome de Boreout, pasando normalmente inadvertido por los radares que indican las probables causas de un deficiente desempeño académico. Este síndrome, caracterizado por el aburrimiento crónico derivado de la falta de exigencia o la monotonía en las tareas académicas, puede llevar a una significativa disminución del interés y la motivación, afectando negativamente el rendimiento y la satisfacción del estudiante (García-González et al., 2020) (Torales & Barrios, 2017).

Si se analiza de inicio desde otra perspectiva, el Boreout puede surgir a partir de una percepción carente de sentido en las actividades académicas, sobre todo en las de investigación, lo que desmotiva impactando negativamente el proceso enseñanza aprendizaje: la falta de reto, las tareas repetitivas y las lecturas carentes de valor son sustento de dicha problemática.

Este síndrome se distingue del burnout, que resulta de una sobre exigencia y agotamiento extremo, al manifestarse por infra exigencia, falta de estimulación y desinterés, afectando negativamente la productividad y el bienestar general del estudiante (Robles-Zambrano & Ros-Álvarez, 2024). Lo anterior conllevaría que los estudiantes se encuentren ausentes mentalmente, o desconectados emocionalmente, en las aulas haciendo poco efectivo el esfuerzo de sus catedráticos sesión a sesión.

El estudio de este fenómeno es relativamente reciente, pero ha llevado a sumar de forma importante en la investigación sobre la temática. Al ser los Estudios Universitarios un proceso formativo obligatorio que conlleva altas expectativas, se esperaría que se convierta en la ocupación del propio educando, recurriendo entonces a diferentes actividades de “evasión” tal y como lo son el uso excesivo de redes sociales, el consumo de alcohol, o incluso el abandono de los estudios, en lugar de abordar las causas subyacentes de su desinterés (Torales & Barrios, 2017). Esta denuncia conlleva una demanda para comprender de forma precisa aquellos factores que pueden denotarse en el estudio aparente, las diversas distracciones o la emulación de la propia productividad.

El Boreout se convierte así en una emoción aversiva que, si bien se distingue de la tristeza o la frustración, puede generar respuestas conductuales y cognitivas similares a estas emociones (Krannich et al., 2018).

La relevancia del presente estudio recae en la imperante necesidad de reconocer y medir la presencia del Boreout entre estudiantes universitarios, un riesgo psicosocial aún por explorar formalmente en las Instituciones de Educación Superior Latinoamericanas. Menospreciar esta problemática puede afectar significativamente a la propia formación profesional de los egresados, el bienestar y la propia integridad de los estudiantes. Por ello, comprender su existencia y los factores que lo hacen aflorar es una tarea fundamental para proponer acciones preventivas y realizar ajustes académicos pertinentes.

Conceptualización del Boreout

El Boreout se explica a partir de la interacción de tres componentes esenciales (Cabrera, 2014):

- **Aburrimiento:** un estado prolongado de apatía y frustración, en el que la persona experimenta desorientación y una sensación constante de no saber qué hacer durante su jornada (Rothlin & Werder, 2011).
- **Infraexigencia:** la percepción de que las tareas no se encuentran a la altura de las capacidades de la persona careciendo de relevancia.
- **Desinterés:** la falta de identificación con las actividades, lo que se traduce en una apatía generalizada respecto a los objetivos y al propio desempeño (Villalobos, 2020).

El componente conductual: Estrategias Pro-Boreout

Una característica distintiva del Boreout, que lo separa del común aburrimiento, es la necesidad de aparentar ocupación ante los demás para evitar denotar la falta de tareas y se asignen nuevas responsabilidades (Rothlin & Werder, 2009).

Existe la denominación "Pro Boreout" y hace referencia a un distanciamiento de las labores u obligaciones que pueden incluir desde la disminución del empeño académico o laboral para entretenerse o hasta para realizar pendientes personales que no tienen nada que ver en absoluto con la formación profesional. Esta conducta se manifiesta como un mecanismo de afrontamiento ineficaz que perpetúa el ciclo de desinterés y subutilización de capacidades, impidiendo un desarrollo académico pleno (Boldo et al., 2018).

Es más, hoy en día se acentúa esta falta de compromiso formativo (por así llamarlo) al acceso generalizado de dispositivos electrónicos y permanente conectividad, distrayendo de la esencia fundamental de los Estudios de Nivel Superior. Aunado a lo anterior, el uso indiscriminado e inconsciente de las tecnologías de Inteligencia Artificial, simulan o maquillan aún más estos síntomas, que llegan a ser tan relevantes como potencialmente dañinos para la comunidad estudiantil. Aunque estas prácticas dificultan la detección del síndrome, sus efectos sobre la salud pueden ser comparables a los del estrés crónico (Lufkin, 2021).

Evidencia empírica en contextos relacionados

Debemos mencionar un hecho relevante en nuestro estudio: la gran mayoría de estudios sobre Boreout se ha llevado a cabo en entornos laborales, reportando la literatura una relación negativa entre nuestro objeto de estudio y el propio rendimiento, así como con el mismo Compromiso Organizacional. Adicionalmente, en entornos de alta exigencia como el de atención médica de la misma forma se ha detectado, sugiriendo que la falta de propósito, mismo sentido a las diferentes responsabilidades de los trabajadores del sector Salud, la existencia del Boreout incidiendo naturalmente en el rendimiento del personal. Entonces, resulta imperante la necesidad de examinar la aplicación y detectar el Boreout académico en entornos universitarios en diferentes latitudes, para así compararlos en ambientes en los que las propias presiones sociales y las expectativas tanto autoimpuestas como de terceros sean tierra fértil para que germine, a pesar de la ausencia de una relación laboral.

METODOLOGÍA

Diseño de la Investigación

La presente investigación se enmarcó mediante un enfoque cuantitativo con un alcance descriptivo. El diseño fue no experimental y transversal, ya que la recolección de datos se realizó en un momento único con el propósito de describir la prevalencia y las características de los riesgos psicosociales sin manipular en ningún momento las variables de estudio (Hernández & Mendoza, 2018).

Población y Muestra

Población: Compuesto por población estudiantil de IES (Instituciones de Educación Superior) Latinoamericanas que forman parte de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional (RILCO).

Muestra: Se definió una muestra inicial de entre 380 y 400 miembros de las propias IES , con un nivel de confianza del 95% y un error permisible del 0.05. Este tamaño de muestra es considerado representativo para el análisis de viabilidad de los instrumentos.

Técnica de Muestreo: No probabilístico, por conveniencia, seleccionando Universidades pertenecientes a RILCO mediante la red de investigadores coordinada por el Cuerpo Académico.

Técnicas de Levantamiento de Datos e Instrumentos

Técnica: Encuesta por cuestionario (como instrumento), realizada por medios electrónicos (Google Forms), garantizando la anonimidad y la facilidad de participación a distancia.

Instrumento (Boreout): Para el estudio específico del Boreout, se utilizó un instrumento original adaptado al contexto estudiantil, basado en la propuesta de Cabrera (2014) sobre el Síndrome de Boreout laboral.

Dimensiones evaluadas: La escala se estructura en torno a la tríada teórica central: Aburrimiento en el Trabajo, Desinterés en el Trabajo e Infra exigencia en el Trabajo.

Escala de Medición: Se empleó una escala tipo Likert, típicamente de 5 puntos, para medir la frecuencia de las manifestaciones.

Validación de los Instrumentos

La calidad del instrumento Boreout se evaluó mediante los siguientes procedimientos psicométricos:

Confiabilidad (Consistencia Interna): Se calculó el Alpha de Cronbach para el instrumento de Boreout Estudiantil, obteniéndose un valor de $\alpha = 0.632$. Este valor, si bien se encuentra en el límite inferior de la consistencia interna aceptable para investigación exploratoria (Oviedo & Campo-Arias, 2005), se considera adecuado para un instrumento adaptado y en etapa de prueba inicial. El instrumento constó de 18 elementos.

Validez de Contenido: La validez se basó en la referencia bibliográfica del constructo original de Boreout (Cabrera, L., 2014), adaptando las variables de aburrimiento, desinterés e infra exigencia al contexto de las actividades académicas.

Validez de Constructo (Análisis Factorial): Se aplicó la prueba Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y el test de Esfericidad de Bartlett para evaluar la adecuación muestral y la pertinencia de la estructura factorial.

KMO (Adecuación Muestral): Se obtuvo un valor de 0.893 . Este resultado indica una excelente adecuación muestral para el análisis factorial, sugiriendo una alta correlación entre los ítems y la validez del constructo.

Significancia de Bartlett: El valor de significancia $p=0.000$ (Aprox. Chi-cuadrado = 18090.23) permite rechazar la hipótesis nula de que la matriz de correlación es una matriz identidad, confirmando la existencia de factores subyacentes.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Resultados Descriptivos del Boreout Estudiantil

El análisis de los datos recabados en el estudio transversal (N=380-400) permitió caracterizar la prevalencia del Boreout Estudiantil en la población evaluada. La interpretación de los promedios obtenidos se realizó utilizando la baremación de escala Likert (1.0 a 2.5: Nulo/Bajo; 2.5 a 3.5: Moderado; 3.5 a 5.0: Alto).

Tabla 1. Niveles de Boreout Estudiantil y sus Dimensiones (N=380-400)

Dimensión del Boreout	Promedio Escala (1-5)	Nivel de Boreout	Nivel de Aportación
Aburrimiento en el Trabajo	3.14 (3.70 - 2.55)	Moderado	El más alto
Infraexigencia en el Trabajo	3.00 (3.51 - 2.55)	Moderado	Moderado
Desinterés en el Trabajo	2.74 (2.87 - 2.37)	Moderado	El más bajo
Puntuación Global de Boreout	~3.00	Moderado	

Fuente: Elaboración propia.

Los resultados indican que el nivel general del "Síndrome de Boreout" en los estudiantes universitarios latinoamericanos es **Moderado**. Al desglosar la tríada del Boreout, se observa que:

1. **Aburrimiento en el Trabajo (Académico):** Es el factor con el mayor promedio dentro del rango "Moderado" (con valores ítem que alcanzan 3.70), confirmándose como el componente más prominente de la tríada.
2. **Infra exigencia en el Trabajo (Académico):** Mantiene un nivel "Moderado" y contribuye significativamente al Boreout general.
3. **Desinterés en el Trabajo (Académico):** Aunque es "Moderado", registra el promedio más bajo de la tríada.

Discusión: El Aburrimiento como Motor del Boreout Académico

Los hallazgos de este estudio, que sitúan el Boreout Estudiantil en un nivel **Moderado** y señalan al **Aburrimiento** como el principal motor del síndrome, generan una discusión fundamental en la literatura de riesgos psicosociales académicos:

La Prevalencia del Boreout en Contraste con el Burnout

El Boreout Estudiantil Moderado, identificado a través de la metodología cuantitativa, se presenta como un riesgo psicosocial tan relevante como el Burnout o el Estrés, cuyos niveles pueden variar dependiendo de la población y el momento (Monroy & Juárez, 2019; Rojas et al., 2021). Sin embargo, el Boreout ofrece una perspectiva que trasciende la simple sobrecarga (Burnout) e introduce el concepto de carga cualitativa de las actividades. En otras palabras, el estudiante puede tener una carga de trabajo promedio, pero si esta es percibida como repetitiva o sin propósito, se activa el Boreout.

El Aburrimiento como Factor Predominante.

Que el Aburrimiento sea el factor más alto, incluso por encima de la Infra exigencia y el Desinterés, indica que el problema no reside tanto en la cantidad de tareas como en la monotonía o falta de significado del contenido educativo (Aburrimiento). El estudiante puede sentirse capaz de rendir más, pero es el desgano frente a las actividades diarias lo que impulsa el Boreout. Consecuentemente se valida la literatura basada en investigaciones en entornos laborales, en la que el aburrimiento crónico en el trabajo afecta negativamente la salud y el desempeño (Grandón, 2020; Cubas Carmona, 2023).

Implicaciones de las Conductas Evasivas (Estrategias Pro-Boreout).

Las manifestaciones conductuales asociadas al Boreout Académico (como el envío de correos, chatear o realizar actividades entretenidas particularmente en clases o en horas designadas para las labores universitarias) son una clara señal de que los estudiantes recaen en estrategias pro Boreout (Rothlin & Werder, 2009). Esta conducta evasiva permite simular la ocupación, prolongar la jornada académica con actividades no productivas y usar el tiempo "ocioso" para evitar tareas que consideran sin sentido. El hecho de que estas conductas para "matar el tiempo" sean cuantificables en los resultados de la encuesta sugiere una crisis de sentido y propósito en el currículo o la metodología de enseñanza.

Propuestas y Continuidad de la Investigación

Partiendo del análisis previo, en el que se identifica la existencia del Boreout en la comunidad estudiantil de las IES de estudio, lo consideramos consecuentemente como un importante factor de riesgo psicosocial emergente que requiere atención y estrategias de intervención específicas, dada su diferenciación del burnout al enfocarse en la infra exigencia y el desinterés.

Esta distinción subraya la necesidad de investigar las trayectorias del aburrimiento académico y sus resultados a largo plazo, ya que las disminuciones graduales en el aburrimiento podrían no traducirse en mejoras académicas inmediatas, aunque sí en el bienestar general (Grazia et al., 2021). La literatura existente plantea que, ante un riesgo psicosocial de nivel Moderado impulsado por el Aburrimiento, se sugieren las siguientes líneas de acción e investigación:

1. **Enriquecimiento Curricular (Propuesta):** Desarrollar propuestas que logren beneficiar la calidad educativa mediante el **enriquecimiento de tareas** (evitando la repetición y la irrelevancia) e incorporar metodologías activas y retadoras que conecten el contenido con el propósito profesional (evitando la Infraexigencia y el Aburrimiento). Esto se alinea con el Objetivo Específico del proyecto original de desarrollar propuestas que beneficien la calidad educativa mediante valor percibido.
2. **Validación Longitudinal y Correlacional (Continuidad):** La investigación debe avanzar a una segunda etapa (como se planeó en el documento inicial) para establecer relaciones causales y correlacionales. Es crucial determinar si el Boreout se relaciona inversamente con el Rendimiento Académico (como lo hace con el Rendimiento Laboral) y directamente con el uso de Tecnologías Digitales como medio de evasión. Esto permitiría abordar el Objetivo Específico de identificar la influencia de las tecnologías digitales en el desarrollo de riesgos psicosociales.
3. **Diseño de un Modelo de Atención Psicosocial (Continuidad):** Dada la confirmación de la existencia de Boreout, el paso natural a dar es el de “diseñar un modelo con su propia metodología que tenga como propósito la atención de esta enfermedad psicosocial, considerando sus degenerativos físicos, psicológicos y organizacionales”, como se ha propuesto en los propios objetivos de la red de investigación RILCO.

CONCLUSIONES

Retomando las preguntas de investigación formuladas en la presente investigación, se presentan las siguientes conclusiones que las responden y que motivaron el análisis inicial de los datos:

- **Prevalencia del Boreout Estudiantil:** El Boreout Estudiantil se encuentra en un nivel **Moderado** dentro de las IES Latinoamericanas evaluadas. La aparición de este síndrome confirma la existencia de riesgos psicosociales en el entorno académico no limitados únicamente a la sobrecarga y el estrés. Este hallazgo enfatiza la necesidad de ampliar el espectro de riesgos psicosociales considerados en el ámbito universitario, incorporando

perspectivas que aborden la infra exigencia y la falta de estímulo intrínseco como elementos disfuncionales (Cano et al., 2024).

- **Factores Predominantes de Boreout:** La dimensión de **Aburrimiento en el Trabajo (Académico)** es el factor más prominente de la tríada del Boreout, con promedios altos dentro del rango moderado. Sugiere de forma consecuente que el mayor desafío para la salud psicosocial del estudiante es la percepción de que el contenido o la metodología de enseñanza son monótonos o carentes de un sentido práctico y retador.
- **Implicación en la Calidad Educativa y Salud:** La identificación del Boreout reconoce la problemática inicial del proyecto, demostrando que existe una necesidad sustantiva de incorporar acciones concretas para disminuir los riesgos psicosociales en los estudiantes universitarios, ya que al ser una patología que afecta directamente su bienestar y la calidad educativa de las IES requiere de una relevancia imperante en la actualidad.
- **Continuidad Investigativa:** Los resultados validan la necesidad de pasar a la etapa de **investigación correlacional**, enfocándose en la relación entre el Boreout, el Rendimiento Académico y el uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TICs) como mecanismo de evasión del aburrimiento. Asimismo, es crucial examinar cómo esta evasión digital podría exacerbar los síntomas del aburrimiento académico al ofrecer distracciones superficiales en lugar de un compromiso significativo con el aprendizaje (Torales & Barrios, 2017).
- **Marco generacional:** Las derivaciones propias de este estudio requieren un marco comparativo generacional, en el que se visualicen los cambios en actitudes y percepciones de los estudiantes de las IES Latinoamericanas a lo largo del tiempo, identificando así las condiciones propias de este síntoma y su evolución.

Finalmente, esta propuesta de progresión en la línea de investigación permitirá un diseño más preciso de intervenciones que aborden las causas subyacentes del Boreout y promuevan un ambiente de aprendizaje significativamente estimulante y productivo.

Referencias:

- Arredondo, N. H. L., Restrepo, L. C. C., & Rojas, Z. B. (2021). Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados. *Revista Psicología e Saúde*, 13(4), 121-138. DOI: 10.20435/pssa.v13i4.1371.
- Boldo, C. S., Villavicencio, G. T., & Lozano, E. G. S. (2018). ¿Y esto para qué me va a servir? Jóvenes universitarios y literacidades investigativas. *Revista de La Educación Superior*, 47(188), 139. <https://doi.org/10.36857/resu.2018.188.511>
- Cabrera, L. (2014). Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. *Revista de la Universidad Industrial Santander Salud*, 46(3), 259-265.
- Cano, F., Pichardo, C. M., Arráez, A. J., Romero-López, M., & Berbén, A. belén G. (2024). Identifying higher education students' profiles of academic engagement and burnout and analysing their predictors and outcomes. *European Journal of Psychology of Education*. <https://doi.org/10.1007/s10212-024-00857-y>
- Cuamba Osorio, N., & Zazueta Sánchez, N. A. (2020). Salud mental, habilidades de afrontamiento y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Psicumex*, 10(2), 71-94.
- Cubas Carmona, A. M. Y. (2023). Síndrome de Boreout y Autopercepción del Rendimiento Laboral en el Personal de una Entidad Privada del Sector Salud - Chiclayo, 2023 [Tesis de Maestría, Universidad César Vallejo].
- Daza, D., Plaza, M. T., & Hernández, H. E. (2017). Factores de riesgo intralaboral asociados al clima organizacional y su efecto sobre el síndrome del Boreout en el sector salud. *Revista ESPACIOS*, 38(58).
- Flores-Meza, G., Cuaya-Itzcoatl, I. G., & Rojas-Solís, J. L. (2021). Estrés laboral en el contexto universitario: Una revisión sistemática. *Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores*. DOI: 10.46377/dilemas.v9i.2912.
- Gamonal Sanchez, E. J. (2023). Compromiso organizacional y síndrome de boreout en trabajadores de una entidad gubernamental de Cutervo, 2021 [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán].
- García-González, B. E., Villavicencio-Ayub, E., & García, M. V. L. (2020). Síndrome de Boreout en trabajadores baby boomers, x y millennials de la Ciudad de México. *Psicología Iberoamericana*, 26(2), 88. <https://doi.org/10.48102/pi.v26i2.26>

- Grazia, V., Mameli, C., & Molinari, L. (2021). Being bored at school: Trajectories and academic outcomes. *Learning and Individual Differences*, 90, 102049. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2021.102049>
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (6th ed.). McGraw-Hill Editores.
- Jiménez Mata, S., Mena Gómez, S., & Preinfalk Fernández, M. L. (2019). Percepciones y manifestaciones de discriminación en el ámbito universitario. Un punto de partida para su erradicación. [No se pudo identificar la revista o fuente, citación del documento base].
- Krannich, M., Goetz, T., Lipnevich, A. A., Bieg, M., Roos, A., Becker, E. S., & Morger, V. (2018). Being over- or underchallenged in class: Effects on students' career aspirations via academic self-concept and boredom. *Learning and Individual Differences*, 69, 206. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2018.10.004>
- Lufkin, L. (2021). The damaging effects of 'boreout' at work. BBC Worklife. Recuperado de: <https://www.bbc.com/worklife/article/20210701-the-damaging-effects-of-boreout-at-work>.
- Merdan, E., Erdem, T. & Gümüşsoy, Y. (2022). Boreout sendromunun üretkenlik karşıtı iş davranışı üzerine etkisinde sanal kaytarmanın aracılık rolü. *Business & Management Studies: An International Journal*, 10(1), 176-191.
- Monroy-Castillo, A., & Juárez-García, A. (2019). Factores de riesgo psicosocial laboral en académicos de instituciones de educación superior en Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 248-272. DOI: 10.20511/pyr2019.v7n3.361.
- Oviedo, H. C. & Campo-Arias, A. (2005). Aproximación al uso del coeficiente alfa de Cronbach. *Revista colombiana de psiquiatría*, 34(4), 572-580.
- Robles-Zambrano, G. K., & Ros-Álvarez, D. (2024). Effects Of Boreout And Burnout On Workers' Well-Being. *Deleted Journal*, 3. <https://doi.org/10.56294/hl2024.480>
- Rojas-Solís, J. L., Totolhua-Reyes, B. A., & Rodríguez-Vásquez, D. J. (2021). Síndrome de Burnout en docentes universitarios latinoamericanos: Una revisión sistemática. *Espiral*, 14(29). DOI: 10.25115/ecp.v14i29.4657.
- Rosales Ricardo, Y., & Rosales Paneque, F. R. (2013). Burnout estudiantil universitario: Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 337-345.
- Rothlin, P. & Werder, P. (2011). El nuevo síndrome laboral boreout: recupera la motivación. *Debolsillo*.

Rothlin, P., & Werder, P. R. (2008). *Boreout! Overcoming Workplace Demotivation*. Kogan Page.

Terán Cázares, M. M., Rodríguez Garza, B. N., & González Garza, I. A. (2021). El síndrome BO y su incidencia en la gestión de capital humano. *VinculaTégica*, 7(2), 1129–1141. DOI: 10.29105/vtga7.1-169.

Torales, J., & Barrios, I. (2017). El aburrimiento en estudiantes universitarios. *Educación Médica*, 20(4), 207. <https://doi.org/10.33588/fem.204.900>

Villalobos, S. (2020). Síndrome de Boreout y calidad de sueño en colaboradores de una organización de Chiclayo [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán].

15312

EVALUACIÓN DEL MOBBING EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR LATINOAMERICANOS

Dra. Eva Martha Chaparro Salinas

Profesor Investigador Universidad Autónoma del Estado de México

ORCID: 000-0001-7955-4628

bebchaparro@yahoo.com.mx

Dra. María del Carmen Hernández Silva

Profesor Investigador Universidad Autónoma del Estado de México

ORCID: 000-0002-8021-3852

difucultural@yahoo.com.mx

Mtra. Natzel Andrés Pantoja

Profesora Poder Judicial del Estado de México

Natzy2013@hotmail.com

RESUMEN

Este capítulo evalúa el mobbing (acoso psicológico) como riesgo psicosocial en estudiantes de instituciones de educación superior latinoamericanas, en el marco de un proyecto que también considera boreout, burnout, tecnoestrés y estrés académico. La justificación responde a la necesidad de contar con evidencia regional que permita dimensionar la magnitud del fenómeno, sus correlatos académicos y de salud, y orientar estrategias de prevención. El objetivo fue estimar el nivel de mobbing reportado por estudiantes y discutir sus implicaciones institucionales. Se siguió un diseño cuantitativo, transversal y descriptivo; la información se recabó mediante el Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R), un instrumento validado internacionalmente. El análisis se enfocó en tres dimensiones: actos negativos hacia la persona, actos negativos relacionados con el trabajo y acoso intimidatorio. Los resultados muestran un nivel bajo de mobbing (promedios entre 1.2 y 1.4), lo que sugiere que la incidencia general es reducida; no obstante, incluso intensidades bajas se asocian con malestar psicológico, peor rendimiento y menor integración académica. Se discuten implicaciones para el diseño de protocolos de prevención, denuncia y atención, así como para la formación docente en manejo de conflictos, la promoción de climas de aula respetuosos y el fortalecimiento de redes de apoyo estudiantil. Se concluye que las instituciones deben sostener políticas de tolerancia cero al acoso, integrar el monitoreo de riesgos psicosociales y asegurar rutas de acompañamiento oportuno.

Palabras clave: mobbing, acoso psicológico, educación superior, riesgos psicosociales, estudiantes universitarios

ABSTRACT

This chapter assesses mobbing (psychological harassment) as a psychosocial risk among students in Latin American higher education institutions, within a broader project that also examines burnout, burnout, technostress, and academic stress. The rationale is to provide regional evidence to gauge the magnitude of the phenomenon, its academic and health correlates, and to inform prevention strategies. The objective was to estimate students' reported levels of mobbing and to discuss institutional implications. A quantitative, cross-sectional, descriptive design was used; data were collected using the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R), a widely validated instrument. Analysis focused on three dimensions: person-related negative acts, work-related negative acts, and intimidating behavior. Results show a low level of mobbing (means between 1.2 and 1.4), suggesting a generally reduced incidence; nevertheless, even low intensities are associated with psychological distress, poorer academic performance, and reduced academic integration. Implications for prevention, reporting and care protocols are discussed, alongside faculty training in conflict management, respectful classroom climates, and enhanced student support networks. We conclude that institutions should maintain zero-tolerance policies, integrate psychosocial risk monitoring, and ensure timely accompaniment routes.

Keywords: mobbing, psychological harassment, higher education, psychosocial risks, university students

INTRODUCCIÓN

Los riesgos psicosociales en educación superior han ganado centralidad por su efecto en la salud mental, el aprendizaje y la permanencia estudiantil. En América Latina, las presiones académicas se entrelazan con desafíos socioeconómicos y tecnológicos que reconfiguran la experiencia universitaria. Este capítulo se centra en el mobbing, pero sitúa el fenómeno en un entramado más amplio que incluye boreout, burnout, tecnoestrés y estrés académico.

Boreout. El boreout describe el aburrimiento crónico y la infracarga de demandas significativas, que derivan en desmotivación y cinismo. Rothlin y Werder (2009) lo conceptualizan como la ‘epidemia silenciosa’ de contextos con tareas poco desafiantes. Evidencia reciente muestra asociaciones entre aburrimiento laboral/académico, menor involucramiento y conductas contraproducentes (Harju, Hakanen & Schaufeli, 2014, 2016).

Burnout. El burnout se define por agotamiento, cinismo e ineficacia (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Su medición más extendida es el Maslach Burnout Inventory (MBI) y su etiología se comprende desde modelos demandas-recursos. Aun cuando el foco clásico fue el trabajo asalariado, su traslación al ámbito educativo revela que cargas altas, bajo control y escaso apoyo incrementan el riesgo.

Tecnoestrés. El uso intensivo de TIC puede generar tecnopresión y tecnoansiedad, sintetizadas en los ‘creadores de tecnoestrés’: tecno-sobrecarga, tecno-invasión, tecno-complejidad, tecno-inseguridad y tecno-incertidumbre (Tarafdar et al., 2007; Ayyagari, Grover & Purvis, 2011). En población académica, se han descrito perfiles de tecnoestrés vinculados con mayor fatiga, ansiedad y menor autoeficacia (Salanova, Llorens & Cifre, 2013).

Estrés académico. La teoría transaccional del estrés (Lazarus & Folkman, 1984) provee un marco para comprender cómo las demandas percibidas exceden los recursos de afrontamiento. En estudiantes, el estrés se relaciona con manejo del tiempo, expectativas y apoyos sociales (Misra & McKean, 2000; Barbayannis et al., 2022).

Mobbing. El mobbing —acoso psicológico sistemático— implica actos negativos reiterados que degradan la dignidad, la reputación o las condiciones de trabajo/estudio (Leymann, 1996; Einarsen, Hoel, Zapf & Cooper, 2011). Comprende comportamientos dirigidos a la persona (p. ej., humillaciones), al trabajo (p. ej., sobrecarga punitiva) y conductas intimidatorias. El NAQ-R es uno de los instrumentos más usados para medir exposición a actos negativos (Einarsen, Hoel & Notelaers, 2009). Revisiones señalan que el acoso se explica por estructuras habilitadoras, motivos

y precipitantes organizacionales (Salin, 2003), y se asocia con ansiedad, depresión y bajo desempeño (Nielsen & Einarsen, 2012).

En el caso de la presente investigación se consultó diversos investigadores en ambientes educativos superiores y se analizaron los resultados obtenidos y las técnicas utilizadas tanto para levantar información relacionada al mobbing en estudiantes universitarios, como los procesos de análisis realizados para llegar a las conclusiones que finalmente documentan, en este sentido se consultaron las investigaciones de Félix Martín daza y Jesús Pérez Bilbao (1998) en su documento el hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing, así también mobbing en un entorno educativorevisión de caso en una universidad del departamento de Boyacá, el autor William alberto Salinas-Guayacundo (2020), Heinz Leim ann (1990) con su reporte de investigación nitulado Mobbing y Terror Psicológico en los lugares de Trabajo, Gonzalez de Rivera, JL y Rodríguez-Abuin, MJ (2005) con el documentop intitulado Cuestionario de estrategias de acoso en el trabajo. El LIPT-60, Dadan Erwandi *, Abdul Kadir and Fatma Lestar (2021) con su artículo Identification of Workplace Bullying: Reliability and Validity of Indonesian Version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R), el artículo cuyo título es Escalas Breves sobre Mobbing (MOBB-10 y CONSE-10) de los autores Joan Boda-Grau², Estanislao Pastor-Mallo, Carme Gil-Ripoll, Andreu Vigil-Colet y Esteban Agulló Tomás (2013), finalmente el último documednto que sirvió de referencia para desarrollar la propia investigación en te+minos de mobbing fue Instrumentos de identificación del mobbing o acoso laboral en Iberoamérica: una mirada desde el riesgo psicosocial Estructuras factoriales y primera aproximación al estudio de su fiabilidad y validez de los autores Edwin Ramiro Córdova Campaña, Alfonsina Isabel Rodríguez Vásconez, Pablo Roberto Suasnavas Bermúdez, Aimee Vilaret Serpa (2022).

Objetivos

- Estimar el nivel de mobbing en estudiantes de educación superior latinoamericanos mediante el NAQ-R.
- Describir diferencias por dimensiones (persona, trabajo, intimidación) y discutir implicaciones institucionales.
- Proponer líneas de prevención, atención y monitoreo continuo de riesgos psicosociales.

METODOLOGÍA

Diseño. Estudio cuantitativo, transversal y descriptivo.

Población y muestra. Estudiantes de instituciones de educación superior latinoamericanas de diversas áreas. Muestreo no probabilístico por conveniencia, con representación de múltiples países y programas académicos.

Ética. Consentimiento informado, anonimato y confidencialidad; participación voluntaria sin incentivos.

Instrumento. Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R; Einarsen, Hoel & Notelaers, 2009), con tres dimensiones: actos negativos hacia la persona, relacionados con el trabajo e intimidación. Evidencia de validez y fiabilidad ($\alpha > .85$) en múltiples contextos, incluidas adaptaciones en América Latina (p. ej., Aoki et al., 2024, en profesionales de enfermería en Brasil).

Procedimiento. Aplicación en línea; limpieza y codificación de datos; cálculo de promedios por dimensión y total.

Análisis. Estadística descriptiva (medias y desviaciones estándar) e interpretación según puntos de corte convencionales: 1.0–2.4 bajo o nulo; 2.5–3.5 moderado; 3.6–5.0 alto.

RESULTADOS

Nivel global. El promedio total del NAQ-R se ubica en rango bajo (≈ 1.2 – 1.4), lo que indica baja frecuencia de exposición a actos negativos.

Persona. La dimensión 'actos hacia la persona' se sitúa en el tramo inferior (≈ 1.29), sugiriendo que prácticas de desprestigio personal y humillación no son reportadas como frecuentes por la mayoría del estudiantado.

Trabajo. La dimensión 'actos relacionados con el trabajo' (≈ 1.38) refleja baja presencia de asignación de tareas degradantes, obstáculos deliberados o retención de información con intención de daño académico.

Intimidación. La dimensión 'intimidación' (≈ 1.40) se mantiene en nivel bajo; no obstante, por su naturaleza, aun episodios aislados merecen seguimiento.

Distribución y variabilidad. Aunque la media es baja, es probable que exista una cola superior de casos con exposición moderada/alta que requieran atención focalizada.

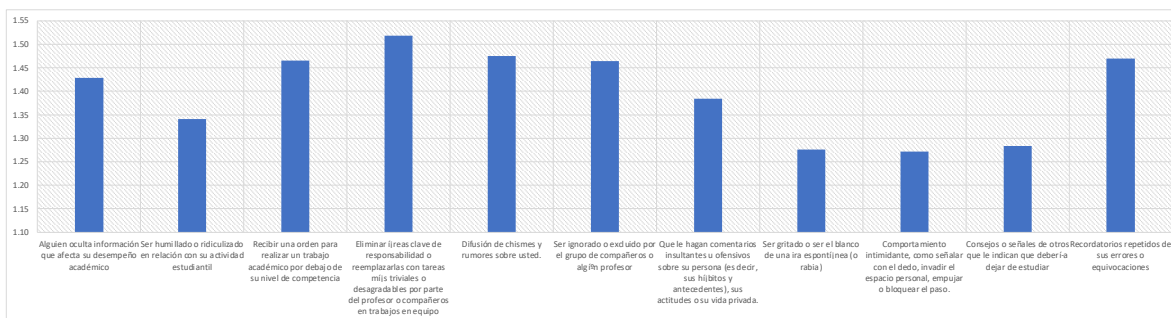
Comparación con literatura. La pauta de baja incidencia es consistente con estudios donde el acoso existe pero no es generalizado; sus efectos, sin embargo, son desproporcionados para quienes lo padecen (Einarsen et al., 2011; Leymann, 1996).

En el caso de los datos obtenidos después de analizar el levantamiento realizado en América Latina, incluyendo países como Brasil, Colombia, Ecuador, Perú y México se generaron un total de 4851 levantamientos.

En el caso de la primera variable independiente del moobing, estudiada, tenemos lo siguiente:

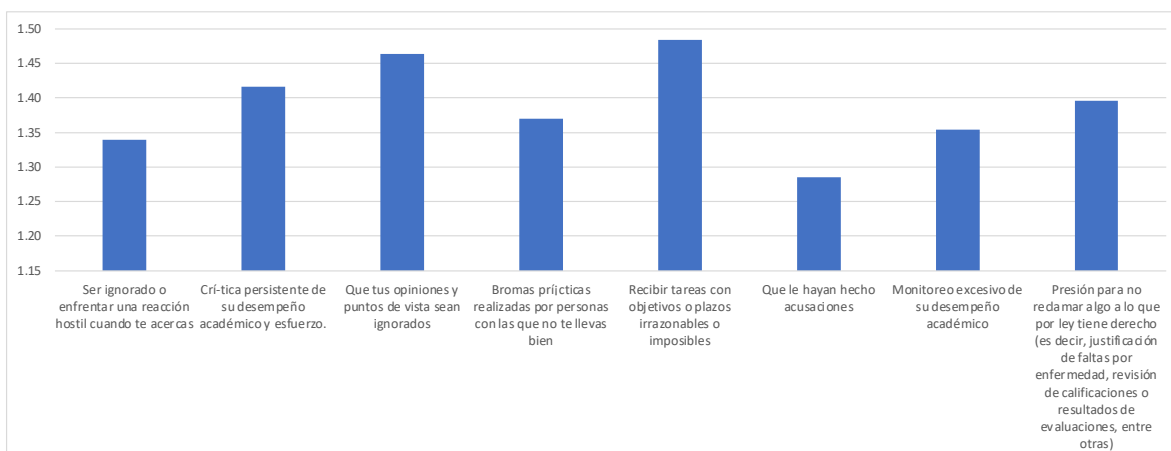
Acoso orientado a la persona:

Se obtuvo un puntaje promedio de 1.40 lo cual lo coloca en nivel bajo. En detalle el comportamiento de las preguntas se dió como se muestra en la gráfica que se preparó para este fin.



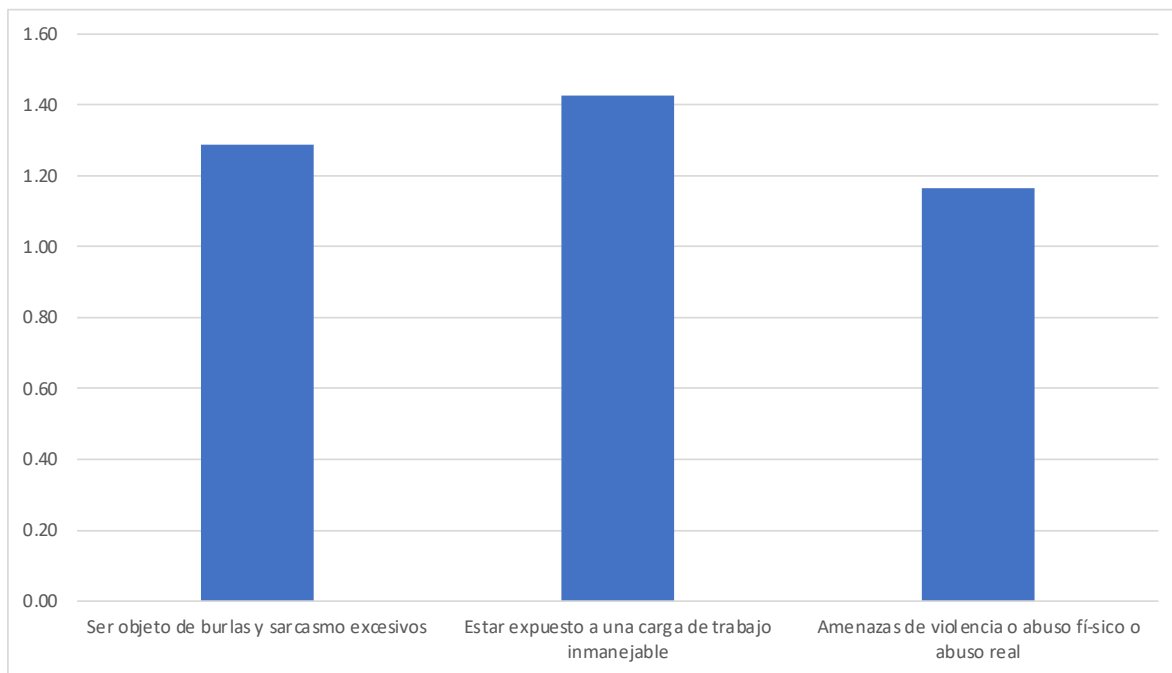
Como puede intuirse a partir de la gráfica anterior se tienen mayor incidencia en temas relacionados al acoso orientado a la persona en términos órdenes recibidas en actividades académicas inferiores al nivel de capacidades de los estudiantes, reemplazar tareas clave por tareas triviales y ser excluido por el grupo o el profesor, son las más mencionadas como elementos a trabajar.

Acoso orientado al trabajo:



En cuanto al acoso orientado en el trabajo, los causales más importantes en este sentido están recibir trabajos para ser ejecutados en tiempos irrazonables o imposibles de cubrirse en el plazo solicitado, ser ignorado a la hora de externar la opinión de los temas académicos o de la relación con otros alumnos o con los profesores, así como la crítica constante del desempeño académico y esfuerzo invertido en la preparación.

Acoso intimidatorio:



En este caso se centrasen uno de los tres causales, el referido a cargas de trabajo inmanejables académicamente hablando.

DISCUSIÓN

Implicaciones para la salud mental y el rendimiento. Aun con niveles bajos promedio, la exposición reiterada a actos negativos se vincula con ansiedad, depresión y bajo compromiso, lo que puede afectar la permanencia y el rendimiento. El marco transaccional del estrés permite entender cómo las evaluaciones cognitivas de amenaza, junto con recursos limitados, convierten microagresiones en estresores crónicos (Lazarus & Folkman, 1984).

Factores organizacionales. La evidencia sugiere que la estructura y cultura institucional explican parte importante del mobbing: ambigüedad de roles, tolerancia a la incivildad, estilos de liderazgo

laissez-faire y climas competitivos actúan como condiciones habilitadoras (Salin, 2003). Por ello, la intervención debe trascender al individuo e incluir reglas claras, supervisión activa y liderazgo ético.

Prevención y respuesta. Se recomienda implementar políticas explícitas de tolerancia cero, protocolos de denuncia no revictimizantes, y servicios de apoyo psicosocial. La formación docente en manejo de conflictos y estrategias de aula respetuosas es clave, junto con campañas de sensibilización y mecanismos de bystander intervention.

Integración con otros riesgos. El mobbing puede coexistir con tecnoestrés (p. ej., acoso mediado por plataformas), burnout (agotamiento por climas hostiles) y boreout (infradesafío que facilita la exclusión). Intervenciones multifactoriales —ajustes de carga, fortalecimiento de recursos, alfabetización digital— pueden reducir el riesgo agregado.

Monitoreo y mejora continua. Se sugiere institucionalizar encuestas periódicas, segmentar resultados por cohorte y género, y emplear tableros de seguimiento con indicadores de clima, denuncias atendidas y tiempos de respuesta. La evidencia comparativa permitirá detectar áreas de riesgo y evaluar la efectividad de las medidas.

CONCLUSIONES

De esta manera las conclusiones a las que podemos llegar a partir de la información recabada y analizada por medio de los análisis resultantes serían las siguientes:

- 1) Estimar una incidencia baja de mobbing en el estudiantado analizado, con medias entre 1.2 y 1.4.
- 2) Reconocer que incluso niveles bajos requieren políticas de prevención, detección y atención, dada su asociación con malestar psicológico y bajo desempeño.
- 3) Priorizar intervenciones organizacionales (normativa, liderazgo, clima) y de apoyo psicosocial (orientación, consejería, tutorías).
- 4) Integrar el monitoreo de riesgos psicosociales en la gestión de calidad educativa y asegurar rutas de acompañamiento accesibles y oportunas.
- 5) Recomendar estudios longitudinales y comparativos para identificar factores protectores y de riesgo específicos en la región.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aoki, R. N., Alonso, C. M. A., & Dantas, R. A. S. (2024). Bullying among nursing professionals in Brazil: Validity and reliability of the Brazilian version of the NAQ-R instrument. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 32, e3969. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6758.3969>
- Ayyagari, R., Grover, V., & Purvis, R. (2011). Technostress: Technological antecedents and implications. *MIS Quarterly*, 35(4), 831–858. <https://doi.org/10.2307/41409963>
- Barbayannis, G., Bandiera-Paiva, P., Panagiotopoulos, S., et al. (2022). Academic stress and mental well-being in college students: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(10), 6424. <https://doi.org/10.3390/ijerph19106424>
- Córdova, E. R., Alfonsina Isabel Rodríguez, A. I., Suasnavas, P. R., Vilaret, A. (2022). Instrumentos de identificación del mobbing o acoso laboral en Iberoamérica: una mirada desde el riesgo psicosocial. *Revista cuatrimestral Contecta Libertad*, Vol. 6, Núm. 3, pp. 57-76, ISSN: 2661-6904.
- Einarsen, S., Hoel, H., & Notelaers, G. (2009). Measuring exposure to bullying and harassment at work: Validity, factor structure and psychometric properties of the Negative Acts Questionnaire–Revised (NAQ–R). *Work & Stress*, 23(1), 24–44. <https://doi.org/10.1080/02678370902815673>
- Einarsen, S., Hoel, H., Zapf, D., & Cooper, C. L. (Eds.). (2011). *Bullying and harassment in the workplace: Developments in theory, research, and practice* (2nd ed.). CRC Press.
- Estanislao, J. B., Andreu, C. G., Agulló, E. (2013). Escalas Breves sobre Mobbing (MOBB-10 y CONSE-10): Estructuras factoriales y primera aproximación al estudio de su fiabilidad y validez. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional* / Vol. 32 - Número 1, Enero - Junio 2013 pp. 53-73 / ISSN 0120-3800.
- Gonzalez de Rivera, JL y Rodríguez-Abuin, MJ. (2005). Cuestionario de estrategias de acoso en el trabajo. *El LIPT-60*. Editorial EOS, Madrid.
- Harju, L. K., Hakanen, J. J., & Schaufeli, W. B. (2014). Job boredom and its correlates in 87 Finnish organizations. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 56(9), 911–918. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000000248>
- Harju, L. K., Hakanen, J. J., & Schaufeli, W. B. (2016). Can job crafting reduce job boredom and increase work engagement? A three-year cross-lagged panel study. *Journal of Vocational Behavior*, 95–96, 11–20. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2016.07.001>
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 192–207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Leymann, H. (1996). The content and development of mobbing at work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2), 165–184. <https://doi.org/10.1080/13594329608414853>

- Leymman, H. (1990). *Mobbing y Terror Psicológico en los lugares de Trabajo*. Violence and Victims, Vol. 5, No. 2, 1990 © 1990 Springer Publishing Company.
- Martín, F., Pérez, J. (1998). NTP 476: El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing. INSHT. España.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Misra, R., & McKean, M. (2000). College students' academic stress and its relation to their anxiety, time management, and leisure satisfaction. *American Journal of Health Studies*, 16(1), 41–51.
- Nielsen, M. B., & Einarsen, S. (2012). Outcomes of exposure to workplace bullying: A meta-analytic review. *Work & Stress*, 26(4), 309–332. <https://doi.org/10.1080/02678373.2012.734709>
- Rothlin, P., & Werder, P. R. (2009). *Boreout!: Overcoming workplace demotivation*. Kogan Page.
- Salanova, M., Llorens, S., & Cifre, E. (2013). The dark side of technologies: Technostress among users of information and communication technologies. *International Journal of Psychology*, 48(3), 422–436. <https://doi.org/10.1080/00207594.2012.680460>
- Salin, D. (2003). Ways of explaining workplace bullying: A review of enabling, motivating and precipitating structures and processes. *Human Relations*, 56(10), 1213–1232. <https://doi.org/10.1177/00187267035610003>
- Salinas-Guayacundo, W. A. (2020). Mobbing en un entorno educativo: revisión de caso en una universidad del departamento de Boyacá. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, (88), 189-205. DOI: <https://doi.org/10.21158/01208160.n88.2020.2527>
- Tarafdar, M., Tu, Q., Ragu-Nathan, B. S., & Ragu-Nathan, T. S. (2007). The impact of technostress on role stress and productivity. *Journal of Management Information Systems*, 24(1), 301–328. <https://doi.org/10.2753/MIS0742-1222240109>

15336

IMPACTO DEL TECNOESTRÉS EN ESTUDIANTES DE INSTITUCIONES DE EDUCACIÓN SUPERIOR LATINOAMERICANAS

Autor:

Universidad Autónoma del Estado de México

[ORCID: Opcional](#)[Correo electrónico](#)

Co-Autor1

Universidad Autónoma del Estado de México

[ORCID: Opcional](#)[Correo electrónico](#)

Co-Autor2

Universidad Autónoma del Estado de México

[ORCID: Opcional](#)[Correo electrónico](#)

Resumen

Las actividades académicas, laborales y sociales del mundo actual conllevan además de atención y tiempo, el uso de diversos medios tecnológicos que permiten realizarlas de manera más rápida y sistematizada. Sin embargo, la tecnología se ha convertido en una exigencia ante la cual, por un lado, no todos se sienten preparados, y por otro, el uso excesivo de la misma, genera un impacto en la vida de quienes la utilizan.

En el ámbito académico, la tecnología ha permitido derribar las barreras del tiempo y el espacio, pero también ha acaparado la atención de los estudiantes, entre las aplicaciones de mensajería, las plataformas para video conferencias, los sistemas de consulta de servicios escolares, y el uso de las redes sociales como medio oficial para compartir comunicados institucionales, ha causado que los usuarios tengan que estar en contacto constante con diferentes dispositivos tecnológicos.

En la presente investigación, se aborda el término del tecnoestrés y se evalúa en qué nivel se encuentra presente e interfiere en las actividades de los estudiantes de instituciones de educación superior de Latinoamérica. Para tal efecto se considera como variable dependiente el tecnoestrés, y como independientes la sobre carga informacional, invasión de la privacidad, incertidumbre técnica y falta de control.

Palabras clave

Tecnoestrés, consecuencias, estudiantes, Latinoamérica.

Abstract

Academic, work, and social activities in today's world require not only attention and time, but also the use of various technological media that allow them to be carried out more quickly and systematically. However, technology has become a requirement for which, on the one hand, not everyone feels prepared, and on the other, its excessive use impacts the lives of those who use it.

In the academic field, technology has allowed us to break down the barriers of time and space, but it has also captured the attention of students. Between messaging applications, video conferencing platforms, school service query systems, and the use of social media as an official means of sharing institutional communications, this has caused users to be in constant contact with different technological devices.

This research addresses the term technostress and evaluates its level of presence and interference in the activities of students at higher education institutions in Latin America. For this purpose, technostress is considered as the dependent variable, and information overload, invasion of privacy, technical uncertainty and lack of control are considered as independent variables.

Key words:

Technostress, consequences, students, Latin America.

Introducción

A través del estudio del Comportamiento Humano en las Organizaciones, se puede identificar la influencia de la interrelación que existe entre individuo, grupo y organización. En este contexto lo mejor de cada individuo permeará en el éxito de los grupos, y lo mejor de cada grupo, en el éxito de la organización. Sin embargo, para poder aprovechar el máximo potencial de las personas, es necesario que mantengan un estado de equilibrio de sus funciones físicas, mentales y emocionales, ya que éstas pueden verse alteradas por diferentes factores del entorno en el que se desenvuelven, siendo uno de los más frecuentes, el estrés.

El estrés es un factor que puede ser estudiado desde los diferentes contextos que lo detonan: laboral, académico, y uno de los más presentes con el avance de la tecnología, el tecnoestrés.

La tecnología, es un medio que ha venido a romper paradigmas y todo tipo de barreras, a hacer realidad aquello que antes se consideraba inalcanzable, gracias a ella; el tiempo y las fronteras territoriales ya no son impedimento para la comunicación, la ciencia ha visto sus avances más significativos a favor de la salud, y la industria ha optimizado grandes procesos. Es innegable

el beneficio de la tecnología en todos los aspectos de la sociedad. Sin embargo, su uso ha generado diversos impactos en la vida y salud de quienes hace uso de ella; en algunos casos, por su uso desmedido, y en otros por la resistencia o dificultad que encuentran en valerse de ella.

Las instituciones de educación superior, representan un entorno en donde el uso de la tecnología es demandante. A lo largo de los años, hemos visto la transición de la modalidad presencial, a la virtual; de las butacas, a las pantallas; de los gises, a los pizarrones interactivos y de los libros a la inteligencia artificial. A raíz de la pandemia por COVID-19, el uso de estas herramientas digitales se convirtió en una obligación, y por consecuencia en un estilo de vida para los estudiantes y docentes. Videoconferencias, correos, mensajes de texto, plataformas y un sinfín de aplicaciones móviles son la realidad que acompaña a las universidades, generando en sus usuarios un desequilibrio físico o emocional.

Conforme a la Organización Mundial de la Salud (2023), el estrés es un estado de preocupación a causa de una situación complicada, y si bien, es una respuesta natural a diversos estímulos; la manera en la que una persona reacciona al estrés marca la forma en que afecta en su bienestar.

De acuerdo con (Araujo Castillo, Aragon Olacua, & Mango Quispe, 2023) el término tecnoestrés tiene su origen con Craig Brod, derivado del incremento en el uso de la tecnología informática en el ámbito laboral, ya que el desconocimiento de dichas herramientas provocaba una enfermedad moderna, ante la falta de adaptación para el uso de recursos tecnológicos. En éste contexto fue definido como una enfermedad de adaptación a causa de la ausencia de competencias digitales para interactuar de forma saludable con las nuevas tecnologías.

Por su parte, (Masías Ynocencio, Aco Corrales, & Colque Candia, 2023) citan a Galarza (2018) quien refiere que el tecnoestrés nace a partir de una percepción de desequilibrio entre recursos existentes y demandas vinculadas con la tecnología, y se distingue por desarrollar actitudes desfavorables hacia las TIC, y la existencia de síntomas emocionales relacionados a una elevada activación de tecno ansiedad.

En un contexto universitario, en el caso de los docentes; (Triana-Pérez, Puerta-Sarria, & Rojas-Peña, 2024) citan a (Wang & Li, 2019) refiriéndose al tecnoestrés como un fenómeno que se presenta cuando hay un desequilibrio entre las habilidades de un docente y las demandas y recursos del entorno universitario, incluso; cuando las habilidades no son adecuadas para dar cumplimiento a las demandas universitarias en lo que refiere al uso de tecnologías.

El tecnoestrés conlleva a ciertas conductas que denotan su presencia en la vida de una persona, (Cardenas-Velasquez & Bracho-Paz, 2020) mencionan que implica una adicción a estar conectado, preferir la tecnología como medio para relacionarse con el mundo, sentir la necesidad de comprar lo más actual en el mercado, disminución de funciones como la comunicación estructurada, asociación de conceptos y déficit de atención por el uso excesivo de la tecnología.

(Arredondo-Hidalgo & Caldera-González, 2022) señalan que las causas del tecnoestrés derivan en los tecno recursos, las tecno competencias y las tecno demandas. Asimismo, refieren que en un contexto estudiantil, diversas investigaciones mencionan que la ansiedad, el agotamiento y falta de motivación son efectos del tecnoestrés, generando afectaciones en el bienestar de una persona y en el rendimiento académico.

Variables del tecnoestrés

(Villavicencio-Ayub, Ibarra Aguilar, & Calleja Nazira, 2020), citan a Salanova et al., 2007, quienes señalan que existen tres experiencias distintas al tecnoestrés:

- *Tecnoansiedad*: Cuando se presentan elevados niveles de activación fisiológica no placentera, sentir malestar por tener que hacer uso de las TIC, desencadenando así, escepticismo por el uso de la tecnología, y negatividad sobre la auto capacidad y competencia con el uso de las TIC.
- *Tecnofatiga*: Se distingue por cansancio, agotamiento mental y cognitivo ante el uso de tecnología; lo que lleva a pensar que se tiene ineficiencia ante el uso de la tecnología
- *Tecnoadicción*: Compulsión incontrolable al uso de las TIC, por periodos prolongados y en todo lugar y momento.

En este documento, se presentan los resultados del estudio sobre la presencia de comportamientos que generan tecnoestrés en estudiantes de instituciones latinoamericanas de nivel superior, así como el nivel en el que este factor se hace presente.

Metodología

El objetivo general es conocer el nivel de tecnoestrés en estudiantes de instituciones latinoamericanas de nivel superior. De manera específica se busca identificar los comportamientos

en los que el tecnoestrés se hace presente, así como los efectos que éste detona en la vida de los estudiantes.

El estudio permite responder sobre ¿Cuál es el nivel de tecnoestrés que existe en los estudiantes de instituciones latinoamericanas de nivel superior? y ¿Qué impacto tiene el tecnoestrés en su desarrollo académico y en su vida personal?

Se trata de una investigación cuantitativa, descriptiva, no experimental y transversal. La variable dependiente está representada por el tecnoestrés, y para las independientes, se consideraron la sobre carga informacional, invasión de la privacidad, incertidumbre técnica y falta de control.

El levantamiento de datos se realizó mediante la encuesta denominada “Evaluación del tecnoestrés en Instituciones de Educación Superior Latinoamericanas”, basado en el cuestionario de tecnoestrés, de (Coppari, y otros, 2018), confirmando la validez de contenido al aplicarse las pruebas de Alpha de Cronbach de 0.953, prueba de KMO y Bartlett de 0.975. Al realizar las pruebas de correlación de Pearson se puede mostrar que todas las preguntas incluidas en el instrumento arrojaron una correlación mayor a 0.4 con al menos otra pregunta del mismo.

Asimismo se realizaron para la objetividad del instrumento, un procedimiento de aplicación común para todos los estudiantes.

La aplicación se llevó a cabo de manera electrónica a través de la herramienta Google Forms, utilizando la escala de Likert; en una muestra de 4572 estudiantes, pertenecientes a instituciones de 5 países de la región. Posteriormente, para la captura y análisis de datos se utilizó el paquete estadístico SPSS.

Resultados:

La interpretación de resultados se hizo bajo el siguiente rango: Promedios de 1.0 a 2.4, representan un bajo nivel de tecnoestrés. Entre 2.5 y 3.5, tecnoestrés moderado. Finalmente, entre 3.6 a 5.0, alto nivel de tecnoestrés.

En función de lo anterior, la variable sobrecarga informacional, obtuvo un promedio global de 2.13, lo que representa un nivel de tecnoestrés bajo, siendo los aspectos de mayor impacto, interrumpir las actividades de clase o estudio por hacer uso de equipos como el celular, tableta, reloj inteligente o similares; así como fijarse constantemente en el celular, tableta o reloj para comprobar si se ha recibido mensajes.

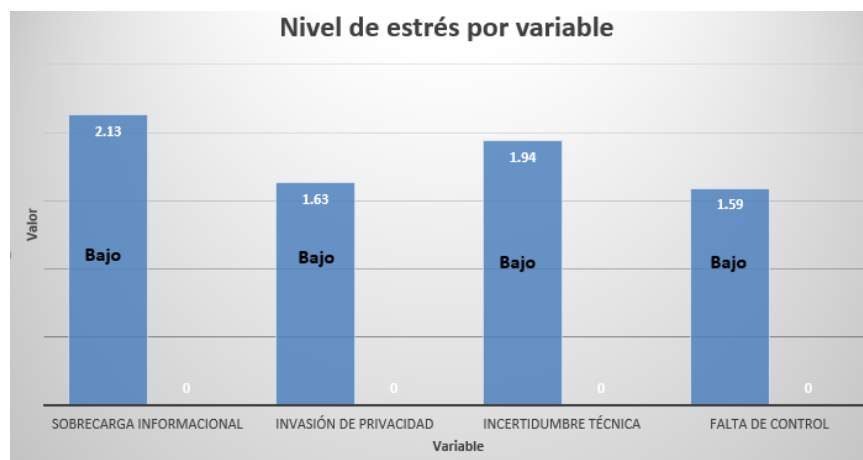
Para la variable invasión de la privacidad, el promedio global fue de 1.63, por lo que su aportación del nivel de tecnoestrés es bajo. De ello, el factor de mayor influencia fue sentir ansiedad cuando el celular se queda sin batería, saldo, internet; o no se encuentran.

Para la variable de incertidumbre técnica, el promedio global fue de 1.94. En este sentido, la aportación al nivel de tecnoestrés es baja, y el aspecto más elevado correspondió al hecho de revisar el celular mientras comen.

Finalmente, en la variable de falta de control, la aportación al nivel de tecnoestrés fue baja, al registrar un promedio global de 1.59, siendo el aspecto con mayor incidencia el sentir que es más fácil y preferir la comunicación con otras personas a través de medios electrónicos, que hacerlo presencialmente.

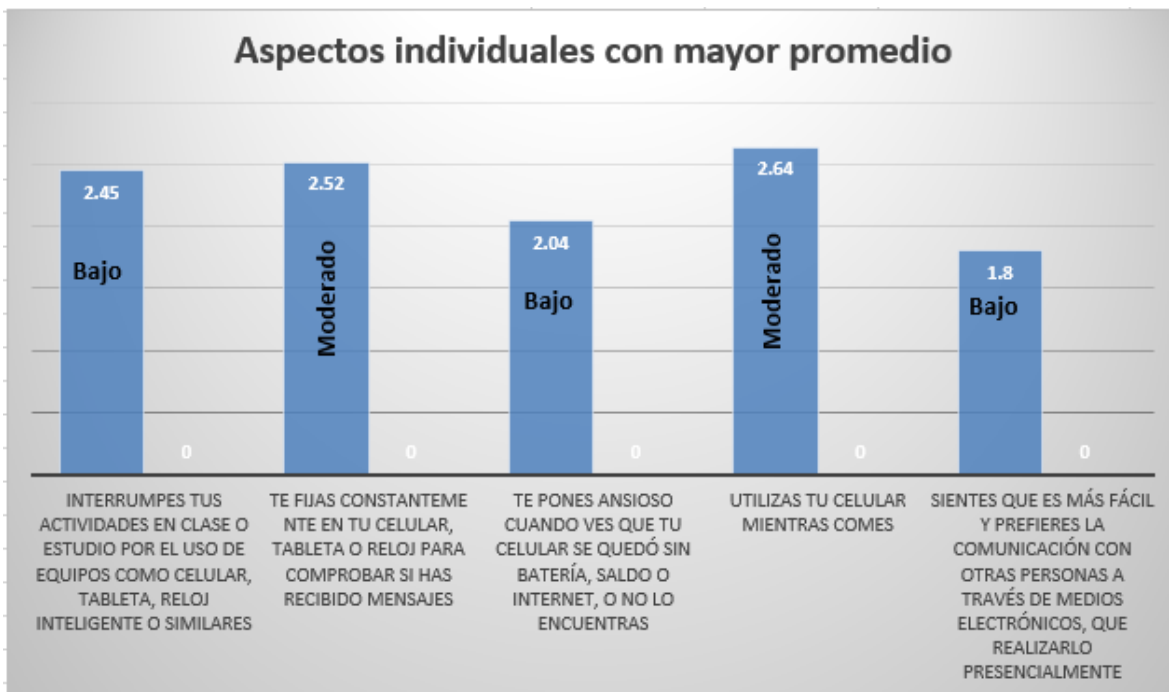
En las siguientes gráficas se puede observar los porcentajes globales y aspectos con mayor promedio.

Gráfica 1. Nivel de estrés por variable



Fuente: Elaboración propia

Gráfica 2. Aspectos individuales con mayor promedio



Fuente: Elaboración propia

Discusión

La tecnología es un medio que permite optimizar un sinnúmero de actividades en todos los ámbitos, laboral, académico, científico, y personal. En este sentido, debería ser utilizada como eso, un medio de apoyo, y no como un factor de dependencia en la vida cotidiana de las personas, que termina provocando estrés y diversos efectos en sus hábitos y comportamientos.

¿Qué tan fuerte es el impacto de la tecnología, que nos lleva a acercarnos virtualmente, pero al mismo tiempo nos aleja de nuestro círculo más cercano?. Precisamente, el tecnoestrés puede entenderse como esa falta de habilidad para gestionar de manera eficiente el uso de las tecnologías, sin que éstas lleguen a afectar nuestra salud, emociones y desarrollo social y profesional. El tecnoestrés no es exclusivo del ámbito laboral, o de los adultos; puede presentarse en todas las personas, y manifestarse a través de ansiedad, fatiga, o angustia por el uso excesivo de la tecnología, por el desconocimiento sobre su uso; o como un sentido de urgencia por estar revisando los diferentes dispositivos tecnológicos como el celular, tabletas, relojes inteligentes, etc.

Si bien, el puntaje global de la presente investigación permitió identificar que el nivel de tecnoestrés en estudiantes de nivel superior en instituciones latinoamericanas es bajo, abre una ventana importante para observar de cerca algunos factores y conductas que lo están

incrementando; sobre todo porque interfiere en necesidades humanas básicas, como es el caso de utilizar el celular mientras consumen sus alimentos; en su desarrollo académico, porque interrumpen sus actividades por estar ocupando sus dispositivos tecnológicos, y porque dispersan su atención al estar revisando constantemente si han recibido algún mensaje.

Otras de las conductas que será importante observar son las que pueden detonar en algún aspecto de salud, tales como usar el celular mientras están en el sanitario, dejar de dormir por estar conectados, y por consecuencia; despertar irritables.

Ahora, si lo enfocamos en cuestión del impacto en la interacción social, los aspectos que habrá de seguir de cerca son, la preferencia de los estudiantes por comunicarse a través de medios electrónicos, perder el interés de la convivencia física con sus familiares, amigos y pareja y la existencia de reclamos de su entorno afectivo por aislarse para conectarse, en lugar de hablar con ellos.

Conclusión:

Los resultados permiten responder a las preguntas de investigación en función de lo siguiente: la presencia de tecnoestrés en estudiantes de instituciones de nivel superior en Latinoamérica, de manera general es baja, sin embargo tiene factores con nivel moderado que impactan en la atención que prestan a sus clases, higiene del sueño y la calidad del tiempo e interacción con su círculo social. Si el tecnoestrés se presenta en niveles elevados, puede llevar a una tecnoansiedad, tecnofatiga y a una tecnoadicción por el contacto con los dispositivos electrónicos y desarrollo de actividades a través del internet.

Referencias

- Araujo Castillo, R. L., Aragon Olacua, L. F., & Mango Quispe, P. E. (2023). Tecnoestrés y Desempeño Laboral en los Docentes del Nivel Secundario en una Provincia De Arequipa. *Revista Agustina de Educación - RAE*.
- Arredondo-Hidalgo, M. G., & Caldera-González, D. (2022). Tecnoestrés en estudiantes universitarios. Diagnóstico en el marco del covid-19 en México.
- Cardenas-Velasquez, A. J., & Bracho-Paz, D. C. (2020). El Tecnoestrés: Una consecuencia de la inclusión de las TIC en el trabajo. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*.
- Coppari, N. B., Bagnoli, L., Codas, G., López, H., Martínez,, Ú., Martínez, L., & Montanía, M. (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos. *Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos*.
- Masías Ynocencio, Y., Aco Corrales, E. A., & Colque Candia, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Revista Yachay*.
- Organización Mundial de la Salud. (2023). Estrés. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>
- Triana-Pérez, Á. A., Puerta-Sarria, G. L., & Rojas-Peña, O. M. (2024). Síndrome de Burnout asociado al Tecnoestrés y las Practicas Pedagógicas durante el confinamiento pandémico por Sars-Cov2/Covid-19 en algunos centros deoperaciones académicas de UNIMINUTO. *Revista Gestión y Desarrollo Libre*.
- Villavicencio-Ayub, E., Ibarra Aguilar, D. G., & Calleja Nazira. (2020). Tecnoestrés en población mexicana y su relación con variables sociodemográficas y laborales.

15310

ESTRÉS ESTUDIANTIL EN EL CONTEXTO LATINOAMERICANO: FACTORES SOCIALES Y RETOS ACTUALES

Iliana Yadira Guadarrama Varón

Profesora de Tiempo Completo. Universidad Autónoma del Estado de México

0009-0002-5001-856X

iyguadarramav@uaemex.mx

Yessica Yael Gómora Miranda

Profesora de Tiempo Completo. Universidad Autónoma del Estado de México

0009-0003-1832-5700

yygomoram@uaemex.mx

Miguel Caballero Santín

Profesor de Tiempo Completo. Universidad Autónoma del Estado de México

0009-0005-7954-002X

mocaballeros@uaemex.mx

RESUMEN

El estrés es una respuesta del organismo ante situaciones adversas en donde se percibe un riesgo importante para afrontar los desafíos individuales. Su presencia en espacios educativos de nivel medio superior y superior sugiere el diseño de programas y políticas de apoyo que impulsen el bienestar estudiantil y la calidad educativa. El objetivo de este capítulo es analizar las principales causas de estrés estudiantil en contextos latinoamericanos, a través de variables específicas de estudio para presentar propuestas que beneficien las dinámicas sociales en los espacios universitarios. La investigación tiene un enfoque cuantitativo y de alcance descriptivo, con diseño no experimental y transversal. Se aplicó una encuesta electrónica a estudiantes de distintas universidades latinoamericanas, a través de *Google Forms*. El análisis de datos se realizó a través de SPSS. La muestra fue probabilística y representada por 387 participantes con un nivel de confianza estadística del 95 % y un margen de error de 0.05. La validez del instrumento se realizó a través de la Correlación de Pearson, todas las preguntas arrojaron al menos una correlación moderada con otro ítem. El coeficiente Alpha de Cronbach presentó una fiabilidad de 0.95 y la prueba de KMO y Barlett indicó un valor alto de 0.97. Los resultados muestran un estrés bajo en todas las categorías de análisis con un rango de 1.0 a 3.5, se distingue la tecnología como la variable con mayor puntaje (2.59). Se plantean algunas propuestas para mejorar el bienestar integral del estudiantado e incentivar espacios saludables en las universidades latinoamericanas.

Palabras clave: Estrés académico; estudiantes universitarios; Latinoamérica; Riesgos psicosociales.

ABSTRACT

Stress is the body's response to adverse situations in which it perceives a significant risk in facing individual challenges. Its presence in upper secondary and higher education settings suggests the

need to design support programs and policies that promote student well-being and educational quality. The objective of this chapter is to analyze the main causes of student stress in Latin American contexts, using specific study variables to present proposals that benefit social dynamics in university settings. The research has a quantitative and descriptive approach, with a non-experimental and cross-sectional design. An electronic survey was administered to students from different Latin American universities using Google Forms. Data analysis was performed using SPSS. The sample was probabilistic and represented by 387 participants with a statistical confidence level of 95% and a margin of error of 0.05. The validity of the instrument was assessed using Pearson's correlation, with all questions showing at least a moderate correlation with another item. Cronbach's alpha coefficient showed a reliability of 0.95, and the KMO and Bartlett test indicated a high value of 0.97. The results show low stress in all categories of analysis, with a range from 1.0 to 3.5. Technology stands out as the variable with the highest score (2.59). Some proposals are put forward to improve the overall well-being of students and encourage healthy spaces in Latin American universities.

Keywords: Academic stress; University students; Latin America; Psychosocial risks

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) el estrés es una condición que viven las personas cuando se enfrentan a momentos complejos donde la preocupación y la tensión se convierten en estados mentales (OMS, 2023). La propia existencia humana genera estados de estrés porque no siempre se tienen los recursos, herramientas, conocimientos, facultades, entre otros aspectos, para solventar adversidades que suelen presentarse en la vida cotidiana. El organismo responde fisiológicamente a una circunstancia desconocida y se somete a tensiones emocionales y mentales.

Cuando los proyectos, los compromisos o las necesidades sobrepasan las capacidades, habilidades o recursos de las personas, el organismo experimenta estresores que provocan exigencias de distintos tipos, por ejemplo: académicas, físicas, psicológicas y sociales (Silva et al, 2020).

Para algunos autores (Restrepo et al., 2020; Estrada et al., 2021; Estrada et al, 2024; Toribio y Franco, 2016; Espinosa, 2020; Silva et al., 2020; Zapata et al., 2024; Gasser et al., 2025) la formación académica y profesional que experimenta el estudiantado universitario implica un proceso de cambio y transformación en su vida en una sociedad pospandémica y tecnológica. La gran mayoría inicia su carrera universitaria en ciertas condiciones socioeconómicas, dudas sobre su propia elección profesional e incertidumbre sobre sus siguientes pasos. Son personas que inician una adultez temprana mientras deben ajustarse a nuevas normas, responsabilidades, aprendizajes y contextos institucionales que les demandarán un proceso de adaptación importante dentro de los primeros semestres.

En algunas ocasiones, familiarizarse con nuevos contextos y etapas de la vida estudiantil incluye experimentar sensaciones de insuficiencia ante desafíos que requieren atención y esfuerzo. En estos casos, el organismo reacciona perdiendo el equilibrio porque experimenta tensión emocional y física que interrumpe su bienestar y equilibrio (Espinosa, 2020; Toribio y Franco, 2016; Rosales y Rosales, 2013). Por ello, “el agotamiento físico, la ansiedad, el insomnio, el bajo rendimiento académico, el desinterés por la carrera, el ausentismo e incluso la deserción escolar” (Restrepo et al., 2020, p. 27) son aspectos que experimentan los estudiantes cuando perciben que sus necesidades exceden sus capacidades, y que no cuentan con los recursos suficientes para enfrentar situaciones adversas.

El estrés estudiantil puede cobrar mayor relevancia durante el inicio y hacia la recta final de la vida académica. Al comienzo, implica lo nuevo, la adaptabilidad y la flexibilidad al cambio, mientras que en la última etapa representa la puerta de entrada al ejercicio profesional. Sin embargo, hay variables propias del entorno educativo que requieren mejorarse para promover el bienestar integral del estudiantado, y mitigar las consecuencias de este factor de riesgo psicosocial en el rendimiento académico y en la calidad educativa.

En las siguientes páginas se llevará a cabo un análisis acerca de dichas variables de estudio que repercuten en el nivel de estrés que percibe la población estudiantil en las instituciones de educación superior latinoamericanas, tales como: la tecnología; el territorio organizacional; la estructura organizacional; el clima organizacional; el respaldo del grupo; la falta de cohesión y la influencia del líder. A partir de los datos obtenidos se generan algunas propuestas que podrían atenuar las repercusiones de este padecimiento durante la vida académica.

METODOLOGÍA

La presente investigación es cuantitativa de carácter descriptivo con diseño no experimental, en tanto se examina la realidad de los sujetos sin intervenir ni manipular ninguna de las variables del estudio. Es de tipo transversal dado que se analiza un único momento de medición. Se diseñó una encuesta como instrumento para el levantamiento de la información para aplicarse en estudiantes de distintas universidades de América Latina a través de medios electrónicos. La encuesta incluyó 25 ítems en una escala tipo Likert para valorar las percepciones de los y las participantes. El cuestionario se aplicó a través de *Google Forms* para obtener toda la información y construir la base de datos.

Asimismo, mediante el paquete estadístico SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) se analizaron los datos con base en estadística descriptiva.

El objetivo fue determinar los riesgos psicosociales a los que se enfrentan los estudiantes de nivel medio superior y superior, entre los que destaca el estrés estudiantil, el cual se abordará en este

capítulo. El estudio considera una muestra probabilística de 387 participantes que fueron seleccionadas en la población universitaria latinoamericana con un nivel de confianza estadística del 95 % y un margen de error de 0.05. Dicho levantamiento de datos estuvo soportado por académicos(as) de la Red Latinoamericana en Competitividad Organizacional. Este equipo de investigadores(as) aplicaron la encuesta en Brasil, Perú, Ecuador, México y Colombia.

Las variables utilizadas en el presente estudio se fundamentan en la propuesta de la OIT-OMS (OMS, 1995) y el estudio de la *European Agency for Safety and Health at Work* (2022). La investigación, toma en cuenta al estrés como variable dependiente. Las variables independientes son: 1) clima organizacional; 2) estructura organizacional; 3) territorio organizacional; 4) tecnología; 5) influencia del líder; 6) falta de cohesión, y 7) respaldo del grupo. Estas variables se construyeron en función de tres aspectos: 1) riesgos emocionales; 2) riesgos cognitivos y 3) riesgos conductuales.

La validez del cuestionario se realizó a través de la correlación de Pearson. Dicha medida estadística mostró que, entre las diversas preguntas, todas arrojaron al menos una correlación moderada con otro ítem del instrumento. El coeficiente Alpha de Cronbach, presentó una fiabilidad de 0.95, lo que indica un alto grado de homogeneidad. La prueba de KMO y Barlett indicó un valor alto de 0.97 que alude a un tamaño apropiado de la muestra y un valor significativo en la validez de constructo. Por ello, la validez del instrumento es confiable para proceder al análisis y propuestas fidedignas y confiables.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La tecnología, es una categoría definida por los sistemas y las herramientas digitales que contribuyen a la eficiencia operativa de las organizaciones para impactar de manera positiva el alto desempeño y la productividad. Para el presente estudio se elaboraron algunas preguntas relacionadas con los recursos y el equipo tecnológico para una labor académica óptima. Asimismo, se cuestionó si los conocimientos que reciben son actualizados y si fomentan la competitividad. A pesar de que esta variable permanece en un nivel bajo de estrés, es la más alta entre las analizadas con 2.59.

La infraestructura digital y tecnológica en cualquier IES tiene un papel fundamental para promover el alto desempeño de la comunidad estudiantil. Las necesidades académicas a medida que avanzan los semestres son más complejas y requieren de equipos actualizados, disponibles y habilitados para impulsar el aprovechamiento académico. Se trata de promover herramientas tecnológicas suficientes para la comunidad estudiantil, y al mismo tiempo, conseguir un balance en torno al uso de plataformas digitales.

Cabe destacar que es importante que el alumnado forme parte de IES que actualicen las competencias tecnológicas, pero también resulta fundamental promover el uso consciente de la

tecnología. La ansiedad en los jóvenes por el uso excesivo de dispositivos tecnológicos es un tema que se sugiere revisar con la finalidad de mejorar las condiciones de salud mental y física (López et al., 2020 y Bautista et al., 2020; Hernández et al., 2022). Por ello, se proponen programas sobre competencias digitales y su uso consciente. La idea es formar estudiantes en el campo tecnológico, y al mismo tiempo, incentivar pautas saludables de comportamiento en una sociedad que cada vez tiene menos tiempo y más actividades en una era de la inmediatez.

La categoría territorio organizacional abarca el entorno físico en donde la intensidad lumínica adecuada, la higiene y los bajos niveles de ruido estimulen el aprovechamiento académico. Las preguntas estuvieron vinculadas a espacios de trabajo y estudio suficientes para la comunidad universitaria, así como en la incomodidad que perciben para trabajar con otras personas. Además, se cuestionó si existen las condiciones para que la planeación y el control de actividades que permitan un buen rendimiento académico del estudiantado. Esta dimensión obtuvo un valor bajo de 2.53.

En los espacios universitarios latinoamericanos de carácter público, los recursos disponibles para poder mejorar el mobiliario o las áreas de trabajo individuales o en grupo puede ser una tarea compleja. Por ello, se sugiere mejorar las bibliotecas o espacios de estudio actuales para mantenerlos limpios, ventilados y con la menor contaminación de ruido posible en beneficio de la comunidad estudiantil.

De igual manera, se propone la implementación de herramientas basadas en programas sobre reducción de estrés de *Mindfulness* (atención plena) para fomentar los estados de presencia y respiración consciente para el estudiantado (Villa et al., 2025 y Fernández et al., 2023). Se trata de pequeñas acciones que pueden derivarse de los programas de tutoría en donde este tipo de prácticas ayuden a mitigar los niveles de tensión que viven los estudiantes independientemente de los lugares en donde realicen actividades. Si bien, el espacio físico es importante, muchas veces el ruido mental es el principal causante de estrés porque la gestión de los pensamientos y las emociones requiere de un trabajo individual y constante.

La estructura organizacional es una categoría relacionada con los tramos de control, los departamentos, las funciones y actividades que determinan la forma en que opera una organización.

Toma en cuenta las capacidades y habilidades de las personas para establecer los perfiles adecuados que atiendan las demandas de la organización. Para esta dimensión, las interrogantes estuvieron dirigidas hacia la presión que pueden sentir los y las estudiantes sobre sus evaluaciones de aprendizaje. Asimismo, la estructura formal y la burocracia percibida en los procesos

administrativos y el respeto en torno a la cadena de mando de la IES. En este sentido, el nivel de estrés fue de 2.47, es decir, una percepción baja de estrés.

Por lo anterior, se puede inferir que la estructura organizacional no es un estresor significativo, aunque las condiciones burocráticas institucionales podrían mejorar para reducir cierto nivel de tensión en el alumnado. Atender y mejorar la comunicación entre los departamentos para hacer más eficientes los trámites administrativos, es una labor importante en la vida universitaria. Incluso, algunos estudios han mostrado que la cultura organizacional, el desempeño individual y el diseño organizacional, mejoran la forma que el estrés se percibe en la comunidad estudiantil de las universidades (Pérez y Javier, 2023). En ese sentido, promover el uso de herramientas tecnológicas que fomenten procesos ágiles, transparentes y simplificados, será una contribución que suma a una mejor percepción del estudiantado para prevenir incrementos en el nivel de estrés en este rubro.

El clima organizacional es un elemento que impacta en la conducta, las emociones y las percepciones individuales dentro de las organizaciones y que puede ser favorable o no. De esta categoría se desprendieron algunas preguntas sobre el conocimiento de la misión, las metas, las políticas y las estrategias de la IES y el impacto en el desempeño académico del estudiantado. El análisis muestra que, desde el entorno educativo, el alumnado no identifica alguna relación representativa entre dichos elementos y por lo tanto el nivel de estrés para esta variable es bajo, con un valor de 2.43. Sin embargo, este indicador apunta que se pueden reforzar aspectos que mitiguen estresores a futuro.

Por lo anterior, se propone fortalecer la gestión académica para que mejore el desempeño de la población estudiantil, su permanencia en la formación universitaria y su desarrollo integral (salud mental, emocional y física). Algunos estudios han comprobado que al atender aspectos de la gestión institucional, se mitigan la desmotivación, el abandono escolar y el bajo aprovechamiento (Balter y Alexander, 2025). Se trata de alinear la misión, la visión y los objetivos de las IES hacia estrategias centradas en el bienestar integral de la población estudiantil y compartirlas para precisar sobre las acciones en beneficio del estudiantado.

Por su parte, el respaldo se define como la importancia de que existan entornos colaborativos que propicien la cercanía y el bienestar de las personas en beneficio de las organizaciones. En esta dimensión se revisaron preguntas sobre el apoyo académico que percibe la población estudiantil tanto de sus representantes como de su grupo de trabajo, y qué tanto estos grupos se identifican con sus metas profesionales. El análisis arrojó un nivel de estrés bajo en 2.27 puntos.

A pesar de que el nivel de estrés es bajo en términos del respaldo académico y administrativo, es un factor importante que puede repercutir significativamente si no se atiende de manera preventiva. La

forma en que las personas se sienten acompañadas en su etapa universitaria es un aspecto determinante para el bienestar psicosocial, y en general, para lograr ambientes saludables en donde el acompañamiento y la cercanía resultan fundamentales.

En este sentido, se sugiere revisar programas de apoyo como el coaching o la mentoría como prácticas y modelos de desarrollo personal para detectar áreas de oportunidad específicas en la comunidad estudiantil (Flores, 2021; Valero, 2019 y Bernárdez y Belmonte, 2020). Ambas herramientas de desarrollo humano permiten comprender cuáles son las áreas de oportunidad que requieren mayor atención en las personas. Se trata de valorar propuestas innovadoras enfocadas en el apoyo social, la mejora del rendimiento académico y la calidad de vida en la formación universitaria.

Con respecto a la falta de cohesión, esta categoría se define como la baja o nula participación de las personas dentro de las organizaciones, es decir, cuando la unión y la colaboración son elementos ausentes que impactan el cumplimiento de objetivos. Para esta variable las preguntas fueron sobre si la comunidad estudiantil contaba con colaboración estrecha con otros estudiantes. Asimismo, si existía desorganización en los equipos de trabajo y si era percibida cierta presión hacia los estudiantes por parte de sus equipos de trabajo. Ante estos cuestionamientos, la dimensión fue valorada en 2.17 manteniendo el rango de nivel de estrés bajo, pero no irrelevante, como el resto.

La integración en la población estudiantil es un aspecto importante para disminuir los niveles de tensión en los entornos académicos (Hernández y Sánchez, 2024). Promover un sentido de pertenencia a través de estrategias de integración, empatía y trabajo en equipo son elementos que pueden contribuir a espacios más integrados que incentiven un trabajo académico con participación en conjunto. Formar vínculos y conformar redes de apoyo que resuelvan situaciones adversas o momentos de crisis pueden reducir el aislamiento y la inseguridad.

En este tema, se propone la construcción de programas dirigidos hacia el estudiantado en donde se promueva la sinergia, la comunicación asertiva y la construcción de vínculos interpersonales sólidos para sumar esfuerzos y concretar metas de mayor alcance (Espinoza et al., 2025). Se sugieren modelos y/o programas que refuercen la colaboración y mitiguen la competencia. Se trata de formar personas que aprendan a cultivar el valor del trabajo colaborativo con perfiles, personalidades y capacidades diversas pero capaces de concretar objetivos en conjunto.

Finalmente, la influencia del líder es la capacidad que tienen las personas que están al frente de los equipos de trabajo para dirigir, coordinar y orientar hacia el logro de objetivos. Esta categoría indagó sobre el respaldo que recibe el estudiantado de su coordinador académico para hacer frente a las necesidades. Asimismo, cuestionó sobre la atención que perciben por parte de sus profesores, y el

interés de los coordinadores hacia su bienestar. Además, se revisó la confianza que perciben de sus coordinadores hacia su desempeño académico. El nivel de estrés fue 2.12, lo que coloca a esta variable en el nivel bajo más bajo de todas.

Este aspecto impulsa una mayor cercanía entre autoridades y alumnos(as) para promover un acompañamiento e interés genuino que motive a los estudiantes y los haga sentir parte de una comunidad sólida que se ocupa de atender aspectos psicosociales. Se propone capacitar al claustro docente y al equipo de coordinación en temas de liderazgo socioemocional; manejo de conflictos y comunicación no violenta, entre otros temas (Cobá y Cruz, 2025), para que las personas cuenten con las habilidades, capacidades y conocimientos que les permitan realizar intervenciones más específicas y adecuadas según el caso que se presente.

También se sugiere realizar diagnósticos más precisos sobre los programas de tutoría para evaluar de qué manera se pueden diseñar modelos específicos para los espacios académicos. Cada generación trae consigo nuevos desafíos y eso implica que se implementen estrategias distintas a través de programas que ya existen pero que requieren otros enfoques.

CONCLUSIONES

Los resultados presentados sobre estrés estudiantil en las siete variables analizadas muestran niveles bajos de estrés. Esto permite inferir que es momento de llevar a cabo programas preventivos en los espacios universitarios de la región latinoamericana. La gestión institucional y los aspectos internos vinculados con la cultura organizacional requieren de intervenciones concretas para mejorar la atención que recibe la población estudiantil. El acompañamiento y el respaldo que pueda percibir el alumnado formará parte de una base sólida para mejorar su trayectoria universitaria.

Los procesos administrativos eficientes ayudarán a mejorar las condiciones que experimentan los estudiantes a lo largo de su desarrollo profesional. Lograr comunicación eficiente y asertiva acompañada de una infraestructura tecnológica sumarán esfuerzos para mejorar la gestión administrativa. Las herramientas tecnológicas necesarias para incrementar las competencias académicas también requieren de una administración consciente para promover la salud física y mental de la población estudiantil. La formación de docentes, coordinadores y tutores en temas de gestión emocional para aprender a manejar situaciones complejas es un aspecto que podría contribuir a mitigar los factores de riesgo psicosocial como el estrés.

La necesidad de fomentar futuras investigaciones para lograr diagnósticos más precisos en los espacios académicos e intervenciones puntuales será de gran ayuda para impulsar el rendimiento académico, y mejorar la calidad de vida de los jóvenes en la etapa formativa universitaria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Balta S., & Sagastegui, P. A. (2025). Impacto de la gestión institucional en el bienestar de los estudiantes de educación superior: análisis sistemático. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.15637418>
- Bautista L., B., Hernández De la C. M., Martínez H., M. L & Hernández H. I. (2020) Actitudes y efectos asociados al uso de las TIC en alumnos de la Huasteca Sur Potosina. En *El uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación en el desempeño de jóvenes universitarios, un diagnóstico regional y multidimensional*, pp. 136-144.
- Bernárdez G., A. & Belmonte, M. L. (2020). Coaching educativo, una aproximación a sus ejes conceptuales. Revista Contribuciones a las <https://www.eumed.net/rev/cccss/2020/11/coaching-educativo.html>
- Cobá J. P., J. P., & Cruz G., E. (2025). Estrategias para la gestión del estrés y ansiedad en contextos educativos. *Desarrollo Sustentable, Negocios, Emprendimiento Y Educación*, 7(65), 108–125. <https://doi.org/10.51896/rilcods.v7i65.819>
- Espinosa C., J. F., Hernández L., J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez P., V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, V39(n1), pp. 63-69. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Espinoza B., A. D.; Pinargote C., M. A.; Antón E., W. E. & Marcillo V., C. M. (2025). *Convivencia estudiantil post-covid-19 y su impacto en la formación universitaria*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10084740>
- Estrada A. E. G, Roque M. M., Gallegos R. N. A., Mamani U. H. J, & Zuloaga A. M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- Estrada A., E. G., Farfán L., M., Lavilla C., W. G., Quispe A., J., Lavilla C., M. L., & Mamani R., M. (2024). Estrés académico y cansancio emocional en estudiantes universitarios: Un estudio transversal. *Gaceta Médica De Caracas*, 132(1). Recuperado a partir de https://saber.ucv.ve/ojs/index.php/rev_gmc/article/view/27976
- Estrada Araoz, E. G., Mamani Roque, M., Gallegos Ramos, N. A., Mamani Uchasara, H. J., y Zuloaga Araoz, M. C. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios peruanos en tiempos de la pandemia del COVID-19. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 40(1), 88-93. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4675923>
- European Agency for Safety and Health at Work (2022). Estudio de riesgos psicosociales de la Universidad de Valencia (s.f.). Disponible en <https://www.uv.es/uvweb/servicio-prevencion-medio-ambiente/es/saludprevencion/idades/unidad-ergonomia-psicosociologiaaplicada/psicosociologia/evaluacion-riesgos-psicosociales-uv-1285969953701.html>
- Fernández R., M., Rodas J., R. L., Grance S., J. M., Rodas J., L. R., Báez, D., Franco, F., Franco, N. M., & Benítez Aquino, M. F. (2023). Mindfulness para la reducción de síntomas de estrés,

- ansiedad y depresión en estudiantes universitarios de Yhú, Paraguay. *Revista científica Ciencias De La Salud*, 5, 01–07. <https://doi.org/10.53732/rccsalud/2023.e5115>
- Flores S., D. (2021). Coaching socioformativo y desarrollo social sostenible en la educación superior: el gran desafío de ingresar al mercado laboral. [Socioformative coaching and sustainable social development in higher education: the great challenge of entering the labor market]. *Ecociencia International Journal*, 3(4), 49-66. <https://doi.org/10.35766/ecociencia.21.3.4.4>
- Gasser, P., Grajeda, A., Cordova, J. P., La Fuente, I., Cordova, P., Naranjo, H., & Sanjinés, A. (2025). Coste mental en la educación superior: un estudio comparativo sobre el estrés académico como predictor de la salud mental en estudiantes universitarios durante y después de la pandemia de COVID-19. *Cogent Education*, 12(1). <https://doi.org/10.1080/2331186X.2024.2445968>
- Hernández A, L. G., & Sánchez L., M. L. (2024). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *RIDE Revista Iberoamericana Para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29). <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2200>
- López B., R. R., Deniz G. A. & Santa Ana E., M. B. (2020) Aceptación, Estrés y Adicción por el uso de las Tecnologías de Información y Comunicaciones en la educación profesional. En *El uso de las Tecnologías de la Información y Comunicación en el desempeño de jóvenes universitarios, un diagnóstico regional y multidimensional*, pp. 25-56.
- López A., E. L., & Javier N., H. J. (2023). Estrés académico y clima organizacional en estudiantes universitarios de una universidad pública en Perú en pospandemia Covid-19. *AiBi Revista De Investigación, Administración E Ingeniería*, 11(3), 94-104. <https://doi.org/10.15649/2346030X.3386>
- Moreno Z., T., Hernández C., J., & Castañeda B., A. (2022). TECNOESTRÉS EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *Revista De Psicología De La Universidad Autónoma Del Estado De México*, 11(25), 108-130. doi:10.36677/rpsicologia.v11i25.18723
- Organización Mundial de la Salud (1995). *Salud Ocupacional para todos. Estrategia Mundial*. 1995. Disponible en: http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/42109/1/951802071X_spa.pdf.
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Q., T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17–37. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Rosales R., Y., & Rosales P., Fredy R. (2013). Burnout estudiantil universitario: Conceptualización y estudio. *Salud mental*, 36(4), 337-345. Recuperado en 12 de diciembre de 2025, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000400009&lng=es&tlng=es.
- Silva R., M. F., López C. J. J., & Columba M., M. E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75-83.
- Toribio F. C. & Franco B. S. (2016) Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante, en *Salud y Administración Volumen 3 Número 7 Enero-Abril*, pp. 11-18.
- Valero, A. (2019). Coaching educativo: ¿Qué identidad docente nos revela esta nueva corriente? *Foro de Educación*, 17(27), 271-287. <http://dx.doi.org/10.14516/fde.657>

- Vega V., M., Bastardo C., X. y Giraldo de L., M. (2025). Factores Socioemocionales y Deserción Universitaria: un análisis desde la teoría de la inteligencia emocional. [Socioemotional Factors and University Dropout: an analysis from the theory of emotional intelligence]. *European Public & Social Innovation Review*, 10, 01-14. <https://doi.org/10.31637/epsir-2025-1173>
- Villa R., L. F., Vásquez A., J., Via y Rada V., J. F., Quispe S., E. M., Poma L., L. A., Romero G., H., Guanilo P., C. G., Pareja P., L. Y., Guanilo P, C. E., & Dávila M., R. C. (2025). El impacto de un programa de meditación Mindfulness sobre las estrategias de afrontamiento al estrés en estudiantes universitarios. *Retos*, 62, 1097-1106. <https://doi.org/10.47197/retos.v62.110712>
- Zapata L., J. S., Gutiérrez A., K., Bojórquez C., L., & Betancourt P., J. (2024). Academic stress and sleep quality in university students in two latin american countries. <https://www.ansiedadyestres.es/art/2024/anyes2024a12>

SECCIÓN III.
RESULTADOS REGIONALES

15402

EVALUACIÓN DEL MOBBING, BOREOUT, BURNOUT, TECNOESTRÉS Y ESTRÉS ESTUDIANTIL EN ESTUDIANTES DE EDUCACIÓN SUPERIOR EN SALTILLO, COAHUILA.

Carolina Alvarez Chaparro
 Instituto Mexicano del Seguro Social
 0009-0002-1827-6243
carolinaalvarezch98@gmail.com
 Lesvia Mayela Davila Mendez
 Instituto Mexicano del Seguro Social
 0009-0005-7698-7977
imdendez@hotmail.com
 Yolanda Ibeth Davila Medez
 Instituto Tecnológico de Saltillo
 0009-0007-4735-1587
Yoyisdavila@hotmail.com

Resumen

El presente capítulo aborda la identificación de factores psicosociales en estudiantes de medicina del trabajo y ambiental, dada la creciente evidencia de que el estrés académico, el burnout, el boreout, el mobbing y el tecnoestrés influyen de manera negativa en su salud y desempeño. El objetivo principal fue evaluar la prevalencia y características de dichos factores en la población estudiada para generar información que permita diseñar estrategias preventivas y de intervención. Se aplicó un estudio descriptivo con enfoque cuantitativo, utilizando cuestionarios estructurados para medir dimensiones como clima organizacional, estructura y territorio organizacional, tecnología, influencia de líderes, cohesión grupal y respaldo del grupo. Los resultados evidencian la presencia de niveles moderados de estrés estudiantil, indicios de boreout en quienes perciben baja estimulación académica, y síntomas de tecnoestrés asociados a la sobreexposición digital; asimismo, se observaron diferencias en la percepción del trabajo en equipo, destacando tanto experiencias positivas como conflictos interpersonales y desigualdad en la distribución de tareas. En conjunto, los hallazgos confirman la necesidad de fortalecer el acompañamiento institucional, mejorar las dinámicas de liderazgo y fomentar entornos académicos saludables y retadores que reduzcan los factores psicosociales de riesgo y promuevan el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.

Palabras clave: Factores psicosociales, estrés académico, boreout, burnout, tecnoestrés y mobbing.

Abstract

This chapter addresses the identification of psychosocial factors in occupational and environmental medicine students, given the growing evidence that academic stress, burnout, boreout, bullying, and

technostress negatively influence their health and performance. The main objective was to evaluate the prevalence and characteristics of these factors in the study population to generate information for designing preventive and intervention strategies. A descriptive study with a quantitative approach was conducted, using structured questionnaires to measure dimensions such as organizational climate, organizational structure and territory, technology, leadership influence, group cohesion, and group support. The results show the presence of moderate levels of student stress, signs of boreout in those who perceive low academic stimulation, and symptoms of technostress associated with digital overexposure. Likewise, differences were observed in the perception of teamwork, highlighting both positive experiences and interpersonal conflicts and unequal distribution of tasks. Overall, the findings confirm the need to strengthen institutional support, improve leadership dynamics, and foster healthy and challenging academic environments that reduce psychosocial risk factors and promote student well-being and academic performance.

Keywords: Psychosocial factors, academic stress, boreout, burnout, technostress, and bullying.

INTRODUCCIÓN

Síndrome de Boreout.

Es un fenómeno psicológico relacionado con el entorno laboral, que se caracteriza por el aburrimiento extremo, la falta de motivación y el desinterés en el trabajo debido a tareas poco estimulantes, repetitivas o que no representan un reto para la persona. El empleado siente que sus capacidades están desaprovechadas, lo que genera frustración y malestar.

De igual forma Daza et al (2017), señalan que el síndrome del Boreout, conlleva de un fenómeno organizacional, donde los colaboradores se comportan de forma apática ante las condiciones laborales en las que se encuentra inmerso, por consecuencia la persona se frustra consigo mismo ya que sus labores son monótonas y rutinarias, lo cual opacan su esfuerzo profesional.

Según Guaramanto (2014), los síntomas básicos que presenta un trabajador que padece de BO son:

1. Cansancio físico constante sin ninguna razón aparente.
2. Permanentemente permanece irritado, incluso en su casa.
3. Es totalmente apático a cualquier actividad laboral en su actual trabajo.
4. Es una persona introvertida.

Asimismo, el clima laboral inapropiado es un elemento que repercute en el desarrollo profesional de los colaboradores. Por consecuencia, el descontento laboral se debe a que las tareas son poco interesantes, y al mismo tiempo no se cuenta con diversos estímulos motivantes para llevarlas a cabo, por lo que estos elementos inciden en el desarrollo de la carrera profesional y compromiso laboral del personal, esto trae

consigo que las actividades sean inadecuadas y con pocos desafíos profesionales y organizacionales (Abubakar, 2020).

Este tipo de síndrome afecta a cualquier miembro de la sociedad sin respetar profesiones, ámbito social es así, que el propósito principal de este artículo es el de responder a la pregunta de cómo influyen los factores de riesgo psicosocial en la productividad de los colaboradores, Logramos identificar que existen factores psicosociales que causan a través del tiempo o de forma inmediata problemas a nivel fisiológico, psicológico y social.

El Instituto Nacional De Salud Pública de México (2022) la cual menciona que: La prolongación del estrés por el trabajo puede generar trastornos en la salud mental del empleado, como el "burnout" o desgaste emocional, afectando el desempeño laboral o causando actitudes poco saludables como el consumo de alcohol, tabaco y drogas, e incluso en casos extremos acciones fatales, motivadas además por un contexto adverso interno y externo.

Otro tema a mencionar es acerca del síndrome de Burnout (SB) o también conocido como síndrome de desgaste profesional, síndrome de sobrecarga emocional, síndrome del quemado o síndrome de fatiga en el trabajo, (Saborío Morales y Hidalgo Murillo, 2015, como se citó en OMS, 2000) la cual declaró "como un factor de riesgo laboral, debido a su capacidad para afectar la calidad de vida, salud mental e incluso hasta poner en riesgo la vida del individuo que lo sufre" de acuerdo con el autor se destaca como el factor de riesgo psicosocial nuevos elementos problemáticos.

Se identificó que estas afectaciones intralaborales como lo son el burnout, el estrés, el boreout, entre otras, tienen una gran influencia en aspectos más personales y emocionales, en conjunto también a sus actividades como tal dentro de la organización, estas claramente influyen en la productividad, la eficiencia y la eficacia del trabajador con respecto a sus labores.

Tomando como referencia lo anterior, desde el año 2015 y anualmente el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), ha aplicado la Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo (ENOE), a la población ocupada de México donde los resultados más significativos indica que para el 2019 cerca de 222 mil 879 personas renunciaron a su puesto de trabajo por insatisfacción laboral, entre las causas más comunes se encuentra el deterioro de condiciones laborales, así como los conflictos laborales

El estudio del síndrome del Boreout se acentúa en diversas teorías psicológicas las cuales se presentan a continuación con la finalidad de analizar el comportamiento del empleado estas son:

a) Teoría de la Atribución Causal. Las conductas de logro, se explican a partir del modelo de Weiner (1986), es un elemento fundamental en el boreout, ya que señala principalmente que las consecuencias psicológicas que la persona experimenta, en este contexto en el entorno laboral son de carácter emocional y en base a sus expectativas, tendrán influencia directamente en su estado motivacional del empleado, y por lo tanto determinara su conducta futura de logro.

b) Teoría de la motivación e Higiene En el año de (1959), Frederick Herzberg, et al., proponen su Teoría de la Motivación- Higiene, la cual sustenta que la actitud de los empleados hacia su trabajo determina su

contribución en el desempeño siendo que este puede ser positivo o negativo, conforme a las labores que realiza (Alshmemri, et. al., 2017).

c) Cultura Organizacional para Schein (1985), es el patrón de suposiciones básicas compartidas, inventadas, descubiertas o desarrolladas por un grupo dado a medida que aprende a enfrentar sus problemas de adaptación externa e integración interna, que ha funcionado lo suficientemente bien como para ser considerada válida y, por lo tanto, para ser considerada. enseñado a los nuevos miembros como la forma correcta de percibir, pensar y sentir en relación con esos problemas.

El síndrome de Burnout.

Uno de los conceptos desarrollados por la Biología, que más influencia ha ejercido en el área de la Psicología y Medicina, ha sido el de estrés. La comprensión de los mecanismos subyacentes, que pueden llevar a un individuo a superar sus capacidades de adaptación, ha sido un tema central en la moderna investigación psicológica. Aunque las llamadas enfermedades por adaptación han perdido el enfoque que originalmente se les había asignado, el concepto de estrés, como el modelo de quiebre ante tensiones sostenidas en el tiempo, con la consecuente presentación de alteraciones orgánicas en el individuo, sigue teniendo un rol central para la comprensión de muchos trastornos.

Este concepto novedoso, se desarrolla a partir de los trabajos fisiológicos pioneros de Selye (1960), que identifica el estrés como la suma de repuestas fisiológicas, principalmente hormonales, inducida como reacción a estresores. Es la activación del eje hipotálamo-hipófisis-cortico-suprarrenal, que genera la elevación de la producción de corticoides y la activación subsiguiente del eje simpático-médulo-suprarrenal. Cuando esta activación es sostenida en el tiempo, se presenta el síndrome general de adaptación, con todos los cambios y alteraciones funcionales, que pueden progresar a daños morfológicos en el individuo (Sandín, 2003). Estas repuestas inespecíficas generadas ante la inadaptación es lo que se conoce como estrés. El hombre, puede perfectamente adaptarse a condiciones insalubres o adversas sin perder el equilibrio de su medio interno, por un periodo breve de tiempo; pero si se prolonga, el cuerpo, en su afán de mantener la homeostasis general, sacrifica la estabilidad de sus partes, hasta que esa misma inestabilidad que se ha acumulado destruye todo el sistema..

El "Maslach Burnout Inventory" (MBI) de Maslach y Jackson (1981, 1986)), es un instrumento conformado por 22 ítems, que valoran en una escala de frecuencia de siete grados, los tres síntomas o dimensiones que definen el burnout que, según definen estas autoras, son Agotamiento emocional (en adelante AE), Despersonalización (en adelante DP) y baja Realización personal en el trabajo (en adelante RPT).

Es en este contexto, que se ha descrito el llamado síndrome de burnout, que consiste en un trastorno adaptativo crónico, asociado con el inadecuado afrontamiento a las demandas psicológicas del trabajo, que altera la calidad de vida de las personas (Gutiérrez Aceves et al., 2006).

López-Elizalde (2004), formuló los siguientes puntos clave para la prevención de burnout en personal de salud: 1. Desarrollar un proceso personal de adaptación de expectativas a la realidad cotidiana, 2. Formación, 3. Equilibrio de áreas vitales: familia, amigos, aficiones, descanso, trabajo 4. Fomento de buena atmósfera de equipo: espacios comunes, objetivos comunes, 5. Limitar la agenda laboral, 6. Tiempo adecuado para cada paciente, 7. Minimizar la burocracia con apoyo de personal auxiliar, 8. Formación continua dentro de la jornada laboral, 9. Coordinación con espacios comunes, objetivos compartidos y 10. Diálogo efectivo con las autoridades.

Estrés

Es el proceso que se pone en marcha cuando una persona percibe una situación o acontecimiento como amenazante o desbordante que perturban el equilibrio emocional del individuo. A menudo los hechos que lo ponen en marcha son los que están relacionados con cambios, exigen del individuo un sobreesfuerzo y por tanto ponen en peligro su bienestar personal (fisiológica, psicológica y conductual). La palabra estrés deriva del griego “Estrigeree” que significa provocar tensión, y fue utilizada por primera vez en el siglo XIV.

El estrés puede ser definido como el proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las cuáles debe dar una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus recursos de afrontamiento. Cuando la demanda del ambiente (laboral, social, etc.) es excesiva frente a los recursos de afrontamiento que se poseen, se van a desarrollar una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos, que implican activación fisiológica. Esta reacción de estrés incluye una serie de reacciones emocionales negativas (desagradables), de las cuáles las más importantes son: la ansiedad, la ira y la depresión³.

El estrés académico alcanza estándares altos en los estudios de nivel superior, caracterizado por una gran cantidad de responsabilidades: consultas, trabajos individuales y grupales, evaluaciones, proyectos, etc., de exigencia y calidad. Por estas razones, varios estudiantes han llegado a considerar la posibilidad de retirarse de la institución. Igualmente, los altos niveles de estrés en los universitarios pueden considerarse como obstáculos, inconvenientes o problema para el rendimiento académico, siendo recomendable mantener un nivel medio de éste para incrementar la posibilidad de obtener buenas calificaciones y aprendizaje. No obstante, es necesario conocer otras causas de estrés en los estudiantes, pues existen otros motivos, como familiares, personales, laborales y sentimentales etc., que generan ansiedad en ellos mismos y no solamente aspectos relacionados con la educación.

Existe una tendencia inversa, entre rendimiento académico y estrés, es decir, a un nivel de rendimiento académico menor, le corresponden mayor puntuación referida al estrés, y en un nivel moderado de estrés los estudiantes presentan un rendimiento académico bueno o superior, lo que puede ser el resultado de un manejo adecuado del estrés. Las principales causa del estrés académico son:

carga/horario, sistema de evaluaciones, sistema financiero, carga de trabajo, dificultad con material de estudiar, estilo de vida, competencia, adaptación y exigencia del curso; y entre las principales consecuencias se encontraron, la falta de concentración, fatiga intelectual, inapetencia a las tareas habituales, descuido, fatiga sexual, tristeza, descenso del rendimiento intelectual o físico, nerviosismo, modificación de la frecuencia cardíaca, tensión arterial, metabolismo y actividad física.

Por otro lado se pueden desarrollar a) Cardiopatías y estrés: Está demostrada la relación entre Patrón de Conducta Tipo A y el riesgo de padecer infarto de miocardio. b) Hipertensión y estrés: La activación del sistema nervioso autónomo provoca el aumento de la presión sanguínea mediante el aumento de la tasa cardíaca y la constricción de los vasos sanguíneos.

Con respecto a los niveles de estrés, las demandas frustrantes e irritantes que acarrear la interacción diaria con el medio ambiente, es decir, sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad, pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo.

Las bajas por estrés, los datos de accidentalidad, el análisis de las condiciones de trabajo, otros datos internos, etc. son los indicadores de un problema de estrés en una gran empresa. La Dirección de Recursos Humanos, los representantes de los trabajadores y los Servicios de Prevención, conscientes de los daños que la situación está causando, deciden abordar el problema en busca de la solución.

Se proponen las siguientes acciones:

1. Compromiso de la Dirección: Si la prevención que se hace en la empresa es la que decide el gerente, el abordaje del estrés y la metodología empleada requieren una plena participación,
2. Acción formativa e informativa: En el marco de la normativa legal en prevención de riesgos laborales, impartición de charlas y conferencias para mandos, de duración corta en las que se transmiten los conceptos fundamentales sobre los mecanismos generadores del estrés, del reconocimiento de los estresores en el ámbito laboral, y de los distintos enfoques para la eliminación o reducción de este padecimiento.
3. Identificación de los estresores: Análisis y estudio de los estresores presentes en la empresa, instalación, departamento, sección o grupo determinado, finalizando con una serie de propuestas correctivas y recomendaciones para su reducción.

Moobing

Es el hostigamiento psicólogo en el trabajo se ha constatado la existencia en las empresas de trabajadores sometidos a un hostigamiento psicológico tal, que presentan síntomas psicósomáticos y reacciones anormales hacia el trabajo y el ambiente laboral. Muchas de estas manifestaciones se ajustan a la definición de mobbing, término empleado en la literatura psicológica internacional para describir una situación en la que una persona o un grupo de personas ejercen una violencia psicológica extrema (en una o más de las 45 formas o comportamientos descritos por el Leymann Inventory of Psychological

Terrorization, LIPT), de forma sistemática (al menos, una vez por semana), durante un tiempo prolongado (más de 6 meses), sobre otra persona en el lugar de trabajo, según definición de H. Leymann. En castellano, se podría traducir dicho término como “psicoterror laboral” u “hostigamiento psicológico en el trabajo”.

De la definición anterior se deduce la existencia de dos partes enfrentadas entre las que se puede diferenciar, por una parte, a los “hostigadores” con comportamientos y actitudes hostiles, activas, dominadoras y, por otra, al agredido con actitudes y comportamientos de tipo reactivo o inhibitorio. La expresión de las situaciones de hostigamiento psicológico hacia un individuo se manifiesta de muy diversas maneras, a través de distintas actitudes y comportamientos. Leyman distingue 45 comportamientos hostiles que pueden ser de distinta naturaleza.

Al constituir un problema que se da a lo largo del tiempo es posible encontrar distintas etapas

1ª. fase, o fase de conflicto. Los conflictos son un acontecimiento común en la vida de relación, gran parte de ellos se resuelven de forma más o menos satisfactoria; bien por la resolución definitiva del conflicto, por el cambio de las circunstancias que lo provocaban, o porque vayan remitiendo con el tiempo.

2ª fase, o fase de mobbing o de estigmatización. Lo que al comienzo tal vez fuera un conflicto entre dos personas, puede llegar a ser un conflicto de muchas personas contra una, con la adopción de comportamientos hostigadores grupales. Independientemente de que actúen el complejo de culpa o la más absoluta carencia de escrúpulos, la víctima comienza a resultar una amenaza, o un incordio para la persona o grupo de personas que le somete a tan indeseables experiencias. La prolongación de esta fase es debida a actitudes de evitación o de negación de la realidad por parte del trabajador, otros compañeros no participantes, sindicatos, e incluso la dirección.

3ª fase, o fase de intervención desde la empresa. En esta fase y dependiendo del lugar, legislación y estilo de dirección de la empresa, se tomarán una serie de medidas, encaminadas a la resolución positiva del conflicto.

4ª fase, o fase de marginación o exclusión de la vida laboral. En este periodo el trabajador compatibiliza su trabajo con largas temporadas de baja, o queda excluido definitivamente del mundo laboral con una pensión de incapacidad, contribuyendo a las cargas económicas y sociales. En esta situación, la persona subsiste con diversas patologías consecuencia de su anterior o anteriores experiencias de psicoterror y se pueden deducir las consecuencias físicas, psíquicas y sociales que para el afectado tiene este fenómeno. La excesiva duración o magnitud de la situación de mobbing puede dar lugar a patologías más graves o a agravar problemas preexistentes. Así, es posible encontrar cuadros depresivos graves, con individuos con trastornos paranoides e, incluso, con suicidas.

En resumen, pueden señalarse una serie de efectos que, hasta ahora, sólo se han examinado clínicamente y no estadísticamente. Sin embargo, estos efectos son muy graves:

Socialmente: Aislamiento social, estigmatización, desempleo voluntario, inadaptación social.

Sociopsicológicos: Pérdida de recursos de afrontamiento; muchos recursos de afrontamiento están vinculados a situaciones sociales, y como éstas cambian en una dirección negativa, el sistema de afrontamiento se rompe.

Psicológicos: Una sensación de desesperación y de impotencia total, un sentimiento de gran furia acerca de la falta de remedios legales, gran ansiedad y desesperación.

Psicosomáticos y psiquiátricos: Depresiones, hiperactividad, compulsión, suicidios, enfermedad psicosomática.

Debemos suponer que las consecuencias económicas –como las psicosociales– son considerables. Una persona puede recibir un pago sin tener ningún trabajo real que hacer (o ninguno en absoluto), y esto puede seguir durante años. Largos períodos de licencia por enfermedad; una caída catastrófica en la producción de parte de todo el grupo; la necesidad de frecuentes intervenciones de los encargados de personal, consultores de personal, administradores de diversos grados, personal de salud laboral, consultores externos, los centros de cuidado de la salud de la empresa y así sucesivamente. Todo este esfuerzo adicional, combinado con la pérdida de trabajo productivo, puede estimarse en un monto de entre 30,000 y 100,000 dólares estadounidenses por año para el empleado expuesto a dicho *mobbing*. Sabemos de casos en los Estados Unidos de América, Reino Unido, Australia, Canadá, Alemania Occidental y Escandinavia, donde estas situaciones han durado diez años o más.

Tecnoestrés

El uso desadaptativo de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) puede desencadenar en tecnoddependencia, tecnoestrés y tecnoadicción. En este sentido, es necesario estudiar los efectos negativos que tienen el uso y abuso de las TIC, pues esto puede hacer difusa la línea entre la vida laboral y personal, aumentar el estrés de rol y disminuir la productividad.

La tecnoddependencia es la excesiva implicación de la persona con los dispositivos tecnológicos, lo que conlleva consecuencias nocivas para la salud. Por ejemplo, el uso del celular puede llevar al phubbing o reducción de los niveles de atención y empatía en una persona por prestar atención al teléfono. Los trastornos adictivos involucran la falta de control y la dependencia, factores que interfieren en la vida de las personas. Estas conductas pueden ir de un inicio moderado a una intensa obsesión, y concluyen en un síndrome de abstinencia, generan ansiedad, estado de conciencia alterado, irritabilidad, incapacidad

de desconectarse, cervicalgias, tendinitis, síndrome del túnel carpiano, alteraciones de la visión y depresión.

El tecnoestrés consiste en la dificultad que se tiene para responder a las demandas de la tecnología. Es un estado psicológico negativo que se relaciona con el uso y abuso de las TIC; se presenta cuando el individuo percibe un desequilibrio entre las demandas y los recursos necesarios.

La tecnoadicción es resultado de la incontrolable necesidad de utilizar tecnologías por tiempos prolongados, haciendo un uso compulsivo y excesivo. Esta es una adicción conductual que aparece cuando una persona desarrolla dependencia psicológica a un dispositivo tecnológico, con resultados negativos en su salud.

El uso de las tecnologías se ha introducido con rapidez en el mundo laboral, su uso y abuso ha generado diversas formas de trabajo y de organización de las empresas, sin embargo, las tecnologías pueden crear exigencias para el trabajador que, en ocasiones, es incapaz de asumir bien, sea por falta de información, adaptación o por el uso inadecuado de las mismas, ocasionando serios problemas de salud a los trabajadores, esto ha dado lugar a la aparición de nuevos riesgos psicosociales en el trabajo, como el tecnoestrés.

A nivel mundial, de acuerdo con la Organización Internacional del Trabajo (OIT), alrededor del 30% de la fuerza laboral experimenta estrés laboral, con tasas más altas en países en desarrollo (Aguado et al., 2013). En Ecuador, la prevalencia es considerablemente menor, oscilando entre el 2% y el 12% (González y León, 2012), (Trujillo, 2011) y (Ortiz et al., 2015).

El tecnoestrés es una alteración psicológica causada por el uso constante de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC). Esta condición surge debido a las exigencias laborales, los recursos disponibles, la percepción negativa y el nivel de conocimiento del usuario sobre el manejo de estas tecnologías, lo que puede provocar síntomas físicos como: cefaleas, problemas intestinales, alimenticios, musculares, visuales y psicológicos como: tristeza, ansiedad, desinterés, temor, ira, incertidumbre, desagrado, irritabilidad, entre otros (Igartua, 2020).

Los generadores de tecnoestrés son aquellas circunstancias o factores de las TIC que tienen potencial para crear tensión en los trabajadores. Se dividen en cinco grupos: sobrecarga, invasión y complejidad tecnológica, inseguridad e incertidumbre (Tarafdar et al., 2007). Las TIC puede influir en el bienestar psicosocial de las personas de manera positiva generando alegría, emociones positivas o de manera negativa provocando estrés y ansiedad.

El tecnoestrés se relaciona con el síndrome de recibir gran cantidad de información, provoca una sobrecarga cognitiva con excesivas conexiones neuronales, produce un estado de estrés o alarma y una respuesta anormal del cuerpo debido a la intensa producción de adrenalina y cortisol. El internet se ha transformado en una herramienta universal de información y la tecnología digital se ha vuelto parte de nuestra vida diaria (González, 2015).

El tecnoestrés puede ser interpretado como una experiencia psicosocial adversa que está vinculada a la interacción entre las exigencias impuestas por la tecnología y los recursos disponibles para hacerles frente, lo que aumenta la probabilidad de experimentar síntomas psicopatológicos como resultado del uso de dichas tecnologías. (Rodríguez et al., 2021).

El estudio del tecnoestrés, las variables sociodemográficas y el uso de las TIC facilitan a los trabajadores reconocer en qué nivel se encuentran y entender cómo estas variables están asociadas con el tecnoestrés. Esta comprensión puede ayudarles a reducir la ansiedad, fatiga o dependencia que el uso de la tecnología pueda generar.

Con la llegada de la pandemia ocasionada por la COVID-19, se han venido sucediendo una serie de acontecimientos, que han generado transformaciones tecnológicas, sociales y económicas; por ello las entidades públicas junto con las empresas privadas deben reformular sus políticas, como las estrategias laborales para que puedan afrontar los retos que les plantea el uso de las nuevas tecnologías, cuyo recurrir de manera continua se prevé que traerá consigo efectos muy profundos en la forma como hasta ahora se venía desarrollando el trabajo. Los efectos que la disrupción tecnológica viene causando en la educación universitaria, más específicamente en la salud de los docentes que se han visto compelidos a la hiperconectividad con las Tecnologías de la Información (TIC) y plataformas de enseñanza virtuales. Así, las universidades tanto públicas como privadas se enfrentan a entornos cuyos comportamientos son impredecibles y aleatorios con consecuencias en la salud y seguridad en el trabajo, por lo que le corresponde diseñar una serie de futuros posibles, en cada escenario evaluar retos y oportunidades para enfrentar con éxito los efectos que se generen en el plano de la seguridad y salud en el trabajo.

El tecnoestrés como daño psicosocial se mide en sus tres dimensiones: 1) afectiva considerando los indicadores de fatiga y ansiedad, 2) actitudinal en el que se considera los indicadores respecto a las dudas y reticencia hacia la tecnología, y 3) cognitiva.

Justificación

En el contexto laboral actual, caracterizado por la alta competitividad, la digitalización acelerada y la presión constante por resultados, han emergido diversas enfermedades de origen psicosocial que afectan significativamente la salud mental y física de los trabajadores. Entre ellas destacan el **burnout**, **boreout**, **estrés laboral**, **mobbing** y **tecnoestrés**, las cuales requieren atención urgente por parte de las organizaciones y los sistemas de salud ocupacional

Su es esencial debido a su influencia directa en la salud mental y física de las personas, así como en el funcionamiento de las organizaciones. Estas enfermedades, como el estrés laboral, el burnout, el boreout, la ansiedad y la depresión, surgen de factores relacionados con el entorno social y laboral, y afectan de manera significativa la calidad de vida de los individuos.

En el contexto actual, marcado por cambios constantes en los modelos de trabajo, la digitalización, la presión por resultados y la falta de equilibrio entre la vida personal y profesional, se ha incrementado la prevalencia de estos trastornos. Ignorar su estudio implica desatender una problemática que puede derivar en consecuencias graves como el ausentismo laboral, la baja productividad, el deterioro de las relaciones interpersonales y el aumento de los costos en salud pública.

Además, comprender las enfermedades psicosociales permite diseñar estrategias de prevención, intervención y promoción de ambientes laborales saludables, lo cual beneficia tanto a los trabajadores como a las organizaciones. También contribuye a la formulación de políticas públicas que protejan los derechos laborales y fomenten el bienestar integral.

Por lo tanto, el estudio de estas enfermedades no solo es relevante desde una perspectiva médica o psicológica, sino también desde el punto de vista económico, social y ético.

METODOLOGÍA

El estudio es de tipo no experimental, descriptivo y transversal. La muestra fue no probabilística e integrada por estudiantes voluntarios. Se utilizó un instrumento diferente por cada enfermedad con un total de aplicación de cinco instrumentos, adaptados al contexto académico, que evalúa tres dimensiones de mobbing, Boreout, Burnout, cuatro dimensiones de Tecnoestrés y siete dimensiones de Estrés Estudiantil con escala Likert de 1 a 5 con alrededor de 123 ítems relacionados con percepciones académicas, organizacionales y emocionales. El análisis incluyó promedios por dimensión y global. Este estudio se realizó mediante un cinco instrumentos validados.

El instrumento que nos permitirá evaluar el nivel de Boreout en estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila, fue creado por Cabrera, L. el cual fue publicado en la Revista de la Universidad Industrial Santander Salud en 2014. Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición, la validación se realizará aplicando el instrumento en 18 estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila y con la información recabada se general

los estudios de confiabilidad, validez y objetividad. En el caso de la confiabilidad se realizará el método de consistencia interna y se basará en el cálculo y análisis estadístico por medio de indicador del alfa de Cronbach. En el caso de la validez se realizarán tres estudios, la validez de contenido, validez de criterio y la validez de constructo. En cuanto a la validez de contenido al ser un instrumento con creación por tercero, se identificará la o las referencias bibliográficas que sugieren el instrumento y sus ítems. La validez de criterio será analizada por medio del análisis de correlación mediante el índice de correlación de Pearson. Para el caso de la validez de constructo se utilizará el KMO de Bartlett. Finalmente, para el estudio de objetividad se generará un procedimiento para asegurar que su aplicación sea estandarizada su aplicación.

El instrumento que nos permitirá evaluar el nivel de Burnout en estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila, fue creado por Kristensen, TS, Borritz, M., Villadsen, E. y Christensen, KB quienes publicaron El Inventario de Burnout de Copenhague: Una nueva herramienta para la evaluación del burnout. Trabajo y Estrés en 2005, la validación se realizará aplicando el instrumento en 19 estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila y con la información recabada se general los estudios de confiabilidad, validez y objetividad. En el caso de la confiabilidad se realizará el método de consistencia interna y se basará en el cálculo y análisis estadístico por medio de indicador del alfa de Cronbach. En el caso de la validez se realizarán tres estudios, la validez de contenido, validez de criterio y la validez de constructo. En cuanto a la validez de contenido al ser un instrumento con creación por tercero, se identificará la o las referencias bibliográficas que sugieren el instrumento y sus ítems. La validez de criterio será analizada por medio del análisis de correlación mediante el índice de correlación de Pearson. Para el caso de la validez de constructo se utilizará el KMO de Bartlett. Finalmente, para el estudio de objetividad se generará un procedimiento para asegurar que su aplicación sea estandarizada su aplicación.

El instrumento que nos permitirá evaluar el nivel de Moobing Estudiantil en estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila, fue creado por Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. quienes publicaron Identificación del acoso laboral: fiabilidad y validez de la versión indonesia del cuestionario de actos negativos (NAQ-R) en la revista internacional de investigación ambiental y salud pública en el 2021, la validación se realizará aplicando el instrumento en 22 estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila y con la información recabada se general los estudios de confiabilidad, validez y objetividad. En el caso de la confiabilidad se realizará el método de consistencia interna y se basará en el cálculo y análisis estadístico por medio de indicador del alfa de Cronbach. En el caso de la validez se realizarán tres estudios, la validez de contenido, validez de criterio y la validez de constructo. En cuanto a la validez de contenido al ser un instrumento con creación por tercero, se identificará la o las referencias bibliográficas que sugieren el instrumento y sus ítems. La validez de criterio será analizada por medio del análisis de correlación mediante el índice de correlación de Pearson. Para el caso de la validez de constructo se utilizará el KMO de Bartlett. Finalmente, para

el estudio de objetividad se generará un procedimiento para asegurar que su aplicación sea estandarizada su aplicación.

El instrumento que nos permitirá evaluar el nivel de Tecnoestrés en estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila, fue creado por Coppari, Norma Beatriz; Bagnoli, Laura; Codas, Geronimo; López, Heidi; Martínez, Úrsula; Martínez, Larissa; Montanía, Maureen publicado en la Revista de Psicología y Ciencias Afines, vol. 15 con el tema Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos Perspectivas en Psicología en el año 2018, la validación se realizará aplicando el instrumento en 35 estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila y con la información recabada se general los estudios de confiabilidad, validez y objetividad. En el caso de la confiabilidad se realizará el método de consistencia interna y se basará en el cálculo y análisis estadístico por medio de indicador del alfa de Cronbach. En el caso de la validez se realizarán tres estudios, la validez de contenido, validez de criterio y la validez de constructo. En cuanto a la validez de contenido al ser un instrumento con creación por tercero, se identificará la o las referencias bibliográficas que sugieren el instrumento y sus ítems. La validez de criterio será analizada por medio del análisis de correlación mediante el índice de correlación de Pearson. Para el caso de la validez de constructo se utilizará el KMO de Bartlett. Finalmente, para el estudio de objetividad se generará un procedimiento para asegurar que su aplicación sea estandarizada su aplicación.

El instrumento que nos permitirá evaluar el nivel de Estrés Estudiantil en estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila, fue creado por Llaneza, FJ en el libro Editorial Lex Nova SA, 15 edición publicando Ergonomía y psicología aplicada en el año 2010, la validación se realizará aplicando el instrumento en 35 estudiantes de educación superior en Saltillo, Coahuila y con la información recabada se general los estudios de confiabilidad, validez y objetividad. En el caso de la confiabilidad se realizará el método de consistencia interna y se basará en el cálculo y análisis estadístico por medio de indicador del alfa de Cronbach. En el caso de la validez se realizarán tres estudios, la validez de contenido, validez de criterio y la validez de constructo. En cuanto a la validez de contenido al ser un instrumento con creación por tercero, se identificará la o las referencias bibliográficas que sugieren el instrumento y sus ítems. La validez de criterio será analizada por medio del análisis de correlación mediante el índice de correlación de Pearson. Para el caso de la validez de constructo se utilizará el KMO de Bartlett. Finalmente, para el estudio de objetividad se generará un procedimiento para asegurar que su aplicación sea estandarizada su aplicación.

RESULTADOS Y DISCUSION

Durante el análisis de los cinco estudios realizados nos permitió identificar tendencias claras en torno a las percepciones de los estudiantes respecto a su entorno académico y organizacional. Hablando en términos generales, los resultados nos muestran un contraste entre la motivación personal de los estudiantes y las dificultades estructurales que enfrentan en su contexto académico (tabla 1, 2).

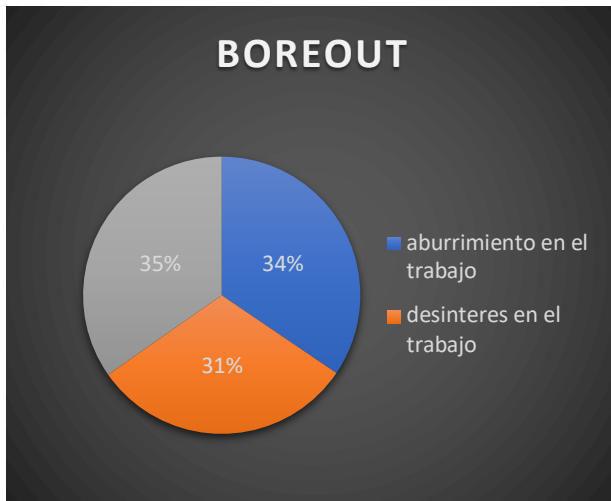
En primer lugar, se observó que la mayoría de los estudiantes reflejan niveles relativamente altos de motivación cuando se trata de actividades académicas específicas, como el estudio, la participación en proyectos o el desarrollo de nuevas competencias. Esta conducta positiva constituye un factor protector frente a la carga académica y puede interpretarse como un indicador de resiliencia estudiantil. Sin embargo, la percepción favorable hacia el estudio se ve debilitada por la existencia de barreras institucionales y administrativas. Entre los hallazgos más notorios destaca la inconformidad frente a la burocracia y los procesos administrativos, considerados excesivos y poco funcionales. Toda esta situación no solo retrasa trámites y procesos académicos, sino que también afecta la percepción de eficacia institucional.

Otro aspecto relevante identificado es la falta de apoyo por parte de coordinadores y representantes universitarios. Los estudiantes señalaron limitaciones en la comunicación, confianza y respaldo frente a problemáticas académicas o administrativas, lo cual refuerza la percepción de desorganización y falta de dirección institucional. En este sentido, la ausencia de un liderazgo claro y de mecanismos de acompañamiento adecuados se traduce en una experiencia académica menos satisfactoria.

En cuanto al trabajo en equipo, los resultados reflejan dos tendencias. Por un lado, los estudiantes valoran el aprendizaje colaborativo; sin embargo, también manifiestan sentirse presionados por la dinámica grupal, señalando desorganización, escaso apoyo entre compañeros y, en algunos casos, un ambiente de tensión. Estos hallazgos sugieren que, si bien el trabajo colaborativo es una estrategia pedagógica útil, requiere de una adecuada gestión y mediación para evitar que se convierta en una fuente de estrés adicional.

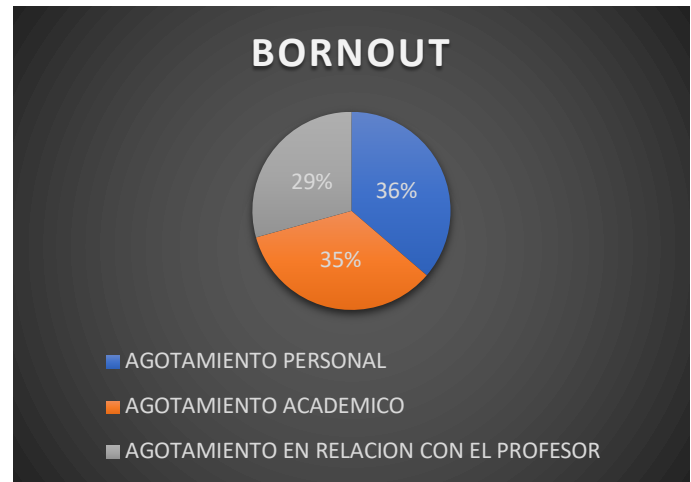
Finalmente, el análisis muestra que una parte de los estudiantes percibe limitaciones tecnológicas que obstaculizan su desempeño académico. La falta de recursos adecuados genera un sentimiento de inequidad en comparación con otras instituciones, lo que a su vez afecta la motivación y la percepción de calidad educativa.

Tabla 1
Resultados de boreout



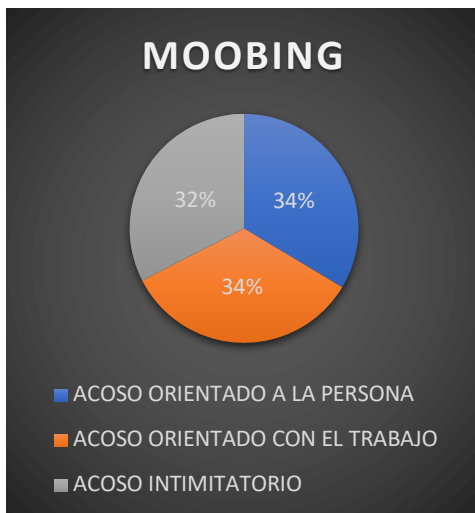
Porcentajes de agotamiento personal, académico y en relación con el profesor (Bornout). Elaboracion propia.

Tabla 2
Resultados de bornout



Porcentajes de acoso orientado a la persona, acoso orientado con el trabajo y acoso intimidatorio (Moobing). Elaboracion propia.

Tabla 3
Resultados de moobing



Factores relacionados con el estrés estudiantil: clima y territorio organizacional, estructuras organizacionales, tecnología, influencia de líder, falta de cohesión y respaldo del grupo. *Elaboracion propia.*

Tabla 4
Resultados de tecnoestrés



Porcentajes de factores asociados al tecnoestrés: falta de control (21 %), sobrecarga de información (30 %), incertidumbre técnica (28 %) e invasión de privacidad (21 %). *Elaboración propia.*

Imagen 5

Resultados de estrés estudiantil



Factores relacionados con el estrés estudiantil: clima organizacional (14%), estructuras organizacionales (15%), territorio organizacional (16%), tecnología (16%), influencia de líder (13%), falta de cohesión (13%) y respaldo del grupo (13%). *Elaboración propia.*

Discusión

Los resultados obtenidos coinciden con investigaciones previas que señalan cómo las barreras administrativas, la escasez de recursos y la falta de liderazgo institucional inciden negativamente en la experiencia académica (García & Mendoza, 2020; Salazar & Lobo, 2021). La evidencia sugiere que, aunque los estudiantes muestran disposición y motivación para alcanzar sus objetivos académicos, requieren un entorno institucional que facilite, y no que complique, su proceso formativo. A partir de estos hallazgos, se sugiere la necesidad de implementar estrategias orientadas a:

- Reducir la burocracia administrativa, simplificando trámites y mejorando la digitalización de procesos (Martínez et al., 2020).
- Fortalecer el liderazgo académico, promoviendo la comunicación asertiva y el acompañamiento por parte de coordinadores y representantes (Salazar & Lobo, 2021).
- Optimizar la dinámica de trabajo en equipo, mediante programas de mediación y fortalecimiento de competencias socioemocionales (Johnson & Johnson, 2018).
- Mejorar el acceso a recursos tecnológicos, garantizando condiciones equitativas para el aprendizaje (Valenzuela, 2019).

Continuidad de la investigación

Para dar seguimiento a esta línea de trabajo, se recomienda ampliar la muestra a diferentes contextos institucionales, con el fin de comparar resultados y validar la generalización de los hallazgos. Asimismo, sería pertinente complementar el análisis cuantitativo con un enfoque

cualitativo, a través de entrevistas o grupos focales, que permitan comprender de manera más profunda las experiencias de los estudiantes. Finalmente, el diseño e implementación de intervenciones orientadas al fortalecimiento de la inteligencia emocional y las habilidades organizacionales de los actores universitarios representaría una valiosa línea de continuidad para la investigación.

CONCLUSIONES

El presente estudio permitió responder de manera puntual a las preguntas de investigación planteadas inicialmente. En primer lugar, se confirmó que los estudiantes mantienen una alta motivación personal hacia las actividades académicas, lo que constituye un factor positivo en su proceso formativo. No obstante, esta disposición se ve obstaculizada por barreras estructurales e institucionales, principalmente relacionadas con la burocracia administrativa y la percepción de desorganización dentro de la universidad.

En cuanto al apoyo institucional, los hallazgos evidencian que los coordinadores y representantes no siempre ofrecen un acompañamiento suficiente, lo cual refuerza la sensación de falta de liderazgo y dirección académica. Este resultado responde a la inquietud inicial sobre el papel que desempeñan las autoridades en el bienestar y rendimiento estudiantil, señalando la necesidad de fortalecer las dinámicas de comunicación y confianza.

Respecto al trabajo en equipo, se identificó una doble percepción: si bien los estudiantes valoran la colaboración como herramienta de aprendizaje, también la consideran una fuente de presión y conflicto cuando no existe organización adecuada. Esto permite concluir que el trabajo en equipo requiere de una gestión intencionada que fomente la cooperación y reduzca el estrés asociado.

Finalmente, en relación con las condiciones materiales y tecnológicas, los resultados confirman que existen limitaciones de recursos que dificultan el desempeño académico, lo que genera desigualdades en comparación con otros contextos universitarios. Este hallazgo responde a la pregunta sobre los factores externos que influyen en la experiencia formativa de los estudiantes.

En síntesis, la investigación muestra que la motivación intrínseca de los estudiantes constituye una fortaleza significativa; sin embargo, para potenciarla es indispensable atender los problemas estructurales, administrativos y de apoyo institucional. Estos hallazgos no solo ofrecen respuestas a las preguntas de investigación, sino que también orientan futuras acciones para mejorar la calidad de la vida académica universitaria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alshmemri, M., Shahwan-Akl, L., & Maude, P. (2017). Herzberg's Two-Factor Theory. *Life Science Journal*, 14(5), 12-16. doi:10.7537/marslsj140517.03.
- Aluja, A., Blanch, A., y García, L. F. (2005). Dimensionality of the Maslach Burnout Inventory in school teachers: a study of several proposals. *European Journal of Psychological Assessment*, 21, 67-76.
- Álvarez Gallego, E. y Fernández Ríos, L. (1991). El síndrome de burnout o el desgaste profesional. *Revis4a de la asociación española de neuropsiquia4ría*, 11(39), 257-265. Recuperado de <http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/view/15231/15092>
- Bakker, A. B., Demerouti, E., y Schaufeli, W. B. (2002). Validation of the Maslach Burnout Inventory-General Survey: An Internet study across occupations. *Anxiety, Stress and Coping*, 15, 245-260.
- Balone, G. (2002). Estresse e síndrome de Burnout. Recuperado de URL <http://www.psiqweb.med.br/cursos/stress4.html>
- Benevides-Pereira, A. (2002). O processo de adoecer pelo trabalho. In Benevides-Pereira, A. (Organizador). *Burnout: quando o trabalho ameaça o bem estar do trabalhador* (pp. 21-91). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Bertaci, A., Santos, B., Coelho, A. & Suda, E. (2011). Síndrome de burnout e nível geral de saúde em professores universitários. *Neurobiology*, 74(1), 189-196.
- Bobadilla Suarez, C. A., Garzón González, L. M., & Charria Ortiz, V.H. (2018). Identificación de factores de riesgo psicosocial en una clínica de alta complejidad. *Psicología del Caribe*, 35(2), 131-144. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-417X2018000200131
- Castañeda, Y., Betancourt, J., Salazar, N, L., Mora, A., (2017), Bienestar laboral y salud mental en las organizaciones, Medellín, Colombia. *Revista electrónica Psyconex*, (Vol. 9), Num 14. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328547/20785360>
- Delgado-Fernández, V., Rey- Merchán, M. D. C., & Arquillos, A. L. (2021). Estudio comparativo de los riesgos psicosociales laborales entre profesionales médicos. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 30(1), 24-33. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-62552021000100024

- García, L., & Mendoza, A. (2020). Burocracia y calidad educativa en universidades públicas de México. *Revista de Educación Superior*, 49(196), 35-52.
- Johnson, D. W., & Johnson, R. T. (2018). Cooperative learning: The foundation for active learning. *Active Learning in Higher Education*, 19(1), 29-43.
- Jones, E. E., et al. (1984). *Social stigma: The psychology of marked relationships*. New York: W. H. Freeman & Company. [Estigma social: La psicología de las relaciones marcadas]
- Karasek, R. A., Russell, R. S., & Theorell, T. (1982). Physiology of stress and regeneration in job related cardiovascular illness. *Journal of Human Stress*, 8(1), 29-42. [Fisiología del estrés y regeneración en enfermedades cardiovasculares relacionadas con el trabajo]
- Martínez, J., López, R., & Ramírez, S. (2020). Acceso a tecnología y desempeño académico en estudiantes universitarios durante la pandemia de COVID-19. *Revista Iberoamericana de Educación*, 84(1), 125-140.
- Salazar, P., & Lobo, C. (2021). Liderazgo académico y desempeño estudiantil: un análisis en instituciones de educación superior. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales*, 19(2), 77-91.
- Valenzuela, J. (2019). Motivación académica y resiliencia en estudiantes universitarios. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 24(81), 143-165.

15384

EVALUACIÓN DE LOS RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: ESTUDIO DE CASO EN UN AMBIENTE DE LA ZONA CENTRO DE MÉXICO

Javier Romero-Torres

Área de Ingeniería en Transporte, Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl,

Universidad Autónoma del Estado de México

<https://orcid.org/0000-0001-9830-7630>jromero@uaemex.mx

Lourdes Loza Hernández

Facultad de Ingeniería, Universidad Autónoma del Estado de México

llozah@uaemex.mx

Resumen

La prevalencia y el grado de cinco riesgos psicosociales en los alumnos del Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl (UAEMex) son examinados en este capítulo: Estrés en los estudiantes, Tecnoestrés, Mobbing, Burnout y Boreout. Se determinó, por medio de una encuesta estructurada y validada, que los alumnos tienen niveles moderados de Burnout y Boreout, pero los niveles de Mobbing, Estrés y Tecnoestrés continúan siendo bajos. Los descubrimientos subrayan que la relación entre el estudiante y el profesor, la carga de trabajo académico y la sobrecarga de información son elementos cruciales que influyen en la salud mental del alumnado y en su experiencia educativa. Se proponen tácticas preventivas institucionales enfocadas en mejorar la gestión del tiempo, el acompañamiento académico y la motivación, con el objetivo de disminuir los riesgos psicosociales y promover el bienestar de los estudiantes.

Palabras clave: Riesgos psicosociales; Educación superior; Bienestar estudiantil

Abstract

The prevalence and degree of five psychosocial risks among students at the UAEM Nezahualcóyotl University Center (UAEMex) are examined in this chapter: Student Stress, Technostress, Mobbing, Burnout, and Boreout. A structured and validated survey determined that students had moderate levels of Burnout and Boreout, but that levels of Mobbing, Stress, and Technostress remained low. The findings underscore that the student-instructor relationship, academic workload, and information overload are crucial elements influencing student mental health and their educational experience. Institutional preventive tactics focused on improving time management, academic support, and motivation are proposed, with the goal of reducing psychosocial risks and promoting student well-being.

Keywords: Psychosocial risks; Higher education; Student well-being

1. INTRODUCCIÓN

La razón por la que ha aumentado el interés en las amenazas psicosociales dentro de las organizaciones, y específicamente en las entidades educativas, es porque se ha comprobado que estos riesgos no solo influyen negativamente en la salud mental y física de los individuos, sino también en su desempeño académico, la permanencia del alumnado, la calidad de la educación y el bienestar general de las comunidades universitarias (Carlotto, 2023; Rojas-Solís et al., 2019). Los estudiantes universitarios de Latinoamérica se enfrentan a diferentes fuentes de tensión debido a contextos de desigualdad, restricciones estructurales y un aumento en las exigencias académicas. El análisis de cinco riesgos psicosociales es el enfoque de este capítulo: Aplicando una encuesta en alumnos de educación superior del Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl (UAEMex), se investigaron el Burnout, Boreout, mobbing, tecnoestrés y estrés. Se busca proporcionar conocimiento útil para políticas institucionales de prevención, además de bases empíricas sólidas.

Las entidades de educación superior tienen el deber moral y social de asegurar espacios de aprendizaje que propicien el crecimiento completo del alumnado. En el UAEMex, al igual que en otras universidades de Latinoamérica, los horarios largos, las cargas administrativas, la utilización intensiva de tecnología educativa, las situaciones de acoso (entre pares o entre profesor y estudiante) y la exigencia de altos rendimientos académicos son elementos de riesgo que pueden ocasionar trastornos psicosociales. Es posible evaluar estos riesgos (Arredondo-Hidalgo & Caldera-González, 2022; Quispe Fernández, 2024):

- Determinar los niveles y la prevalencia de cada fenómeno en el ámbito universitario local, lo cual puede variar considerablemente con respecto a otros escenarios nacionales e internacionales.
- Detectar variables de carácter organizacional, académicas y sociodemográficas que estén relacionadas con una vulnerabilidad más elevada, a fin de elaborar estrategias diferenciadas.
- Consolidar políticas institucionales en torno a la prevención, el soporte académico y la salud mental que estén en consonancia con las normas internacionales.

A continuación, se ofrece un resumen de lo que se ha descubierto recientemente acerca de cada uno de los cinco riesgos psicosociales analizados.

1.1 Boreout

Se conoce como Boreout a un síndrome que se caracteriza por una ausencia de estímulos, aburrimiento, infrautilización de habilidades o labores poco retadoras. Esto provoca apatía, escasa motivación y, en algunos casos, signos de malestar psicológico (Eidman et al., 2024). Pese a que se ha investigado inicialmente más bien en contextos laborales, recientes publicaciones de América

Latina empiezan a indagar acerca de su presencia en ámbitos institucionales públicos, donde la carencia de desafío y las labores repetitivas favorecen el surgimiento de este síndrome (Rojas-Solís et al., 2019).

1.2 Burnout

Se ha registrado exhaustivamente el síndrome de Burnout en alumnos universitarios, como una reacción al estrés sostenido a nivel académico. Estudios recientes en México y otras naciones han informado sobre niveles de Burnout moderados a altos entre los alumnos que trabajan, con exceso de tareas académicas, horarios rigurosos y escasos descansos o respaldo institucional. Este agotamiento emocional, el cinismo o la despersonalización en relación con los estudios y una sensación de realización personal baja son características del Burnout (Carlotto, 2023; Letelier et al., 2014).

1.3 Mobbing

Se ha comprobado la existencia de mobbing, que es el acoso psicológico sistemático, ya sea en forma horizontal (entre colegas) o vertical (entre profesor y alumno), en instituciones educativas de América Latina, tanto entre alumnos como entre profesores. Se expresa a través de actitudes como el desprestigio, el acoso, la obstrucción de la comunicación, la humillación, entre otras cosas. Estas conductas perjudican el rendimiento académico y la salud mental y afectan también a la autoestima. Los estudios indican prevalencias que, aunque varían, no son despreciables y están vinculadas con la falta de regulación institucional, la ausencia de mecanismos eficaces de denuncia y las desigualdades en el poder (Lara Sotomayor, 2014; Rojas-Solís et al., 2019).

1.4 Tecnoestrés

El rápido uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en el ámbito educativo, impulsado por la pandemia de COVID-19, ha originado un nuevo tipo de tensiones: el tecnoestrés. Esta idea hace referencia a la incomodidad mental que se produce como resultado de una adaptación obligada o apresurada a ambientes digitales, agotamiento tecnológico, sentimientos de incapacidad tecnológica, actitudes adversas hacia las TIC y exceso de información. Por ejemplo, en investigaciones realizadas en México se ha encontrado que los alumnos de la universidad que cambiaron de estudiar presencialmente a hacerlo de manera virtual presentan grados intermedios a elevados de tecnoestrés en aspectos como el agotamiento, el escepticismo y la eficacia percibida (Arredondo-Hidalgo & Caldera-González, 2022; Quispe Fernández, 2024).

1.5 Estrés

El estrés en general y el estrés académico son condiciones que se encuentran presentes en todos los estudiantes universitarios. Aparece a raíz de exigencias académicas (tareas, exámenes, presión por rendimiento), conflictos de rol y tiempo restringido; en ocasiones también con trabajo paralelo,

deberes familiares u otras responsabilidades. Numerosos estudios latinoamericanos han reportado que altos niveles de estrés se correlacionan con bajo rendimiento, desmotivación, síntomas físicos (dolor, fatiga, alteraciones del sueño) y psicológicos (ansiedad, depresión leve). Este riesgo psicosocial es, al mismo tiempo, una predicción y un resultado de otros fenómenos como el Tecnoestrés o el Burnout (Quispe Fernández, 2024; Eidman et al., 2024).

2. METODOLOGÍA

Deberá incluir al menos la descripción del diseño de la investigación, la población, muestra, técnicas de levantamiento de datos, instrumentos y validación (La información sobre la validez de los instrumentos).

2.1 Obtención de los datos

El estudio actual se llevó a cabo con un diseño transversal, descriptivo y cuantitativo, orientado a determinar la existencia y el tamaño de los peligros psicosociales en los alumnos universitarios del Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl (CU Neza), UAEMex. Se utilizó Google Forms para realizar una encuesta en línea, utilizando un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se recolectaron 165 encuestas en total, y tras un proceso de depuración de respuestas incompletas, se utilizó una muestra válida de 140 alumnos. El proceso de levantamiento se llevó a cabo mediante el llenado autónomo por parte de los alumnos, utilizando un código QR y un enlace electrónico, garantizando así la privacidad y el anonimato en las respuestas.

La encuesta estuvo dividida en cinco secciones, cada una de las cuales se refería a un riesgo psicosocial: Estrés, Tecnoestrés, Mobbing, Burnout y Boreout. Cada bloque fue modificado utilizando herramientas que ya habían sido validadas antes en la literatura específica (Cabrera, 2014; Kristensen et al., 2005; Erwandi et al., 2021; Coppari et al., 2018; Llaneza, 2010). Los alumnos encuestados, en cuanto a la caracterización de la muestra, eran mayormente de licenciatura y provenían de distintos programas académicos. La mayor parte informó que tuvieron un rendimiento académico regular o bueno en el ciclo escolar previo. La tabla 1 contiene un resumen de manera descriptiva acerca de la muestra y los resultados generales que se han logrado en las variables dependientes, a través del cálculo de frecuencias básicas y promedios.

Tabla 1. Resumen de valores de la encuesta

Variable	Distribución / Media
Nivel educativo actual	Predominantemente licenciatura
Modalidad de levantamiento	En línea (Google Forms, QR)
Total de ítems en el cuestionario	123 reactivos

Variable	Distribución / Media
Media general Boreout	3.1 (escala Likert 1–5)
Media general Burnout	3.5 (escala Likert 1–5)
Media general Mobbing	2.8 (escala Likert 1–5)
Media general Tecnoestrés	3.6 (escala Likert 1–5)
Media general Estrés	3.9 (escala Likert 1–5)

Fuente: elaboración propia

2.2 Validación de los datos

Se validó y se comprobó la confiabilidad del instrumento mediante métodos estadísticos estandarizados en las ciencias sociales. Se ajustaron instrumentos validados en estudios anteriores para cada constructo. El bloque de Boreout se fundamentó en Cabrera (2014), quien creó y verificó un instrumento inicial para evaluar este síndrome. El Inventario de Burnout de Copenhague (Kristensen et al., 2005) fue el que se utilizó para el bloque de Burnout. El bloque de Mobbing adoptó la escala NAQ-R, que fue validada por Erwandi y otros autores en el año 2021. La validación de Coppari et al. (2018) fue la base del bloque de Tecnoestrés. Por último, el bloque de Estrés académico volvió a tomar las directrices de psicología aplicada y ergonomía de Llaneza (2010).

En relación a fiabilidad (Alfa de Cronbach). Los resultados revelaron una aceptable consistencia interna. Estos valores muestran que los instrumentos, a excepción del Boreout, tienen una elevada fiabilidad interna (George & Mallery, 2003).

- Boreout: $\alpha = 0.632$ (18 ítems).
- Burnout: $\alpha = 0.935$ (19 ítems).
- Mobbing: $\alpha = 0.959$ (22 ítems).
- Tecnoestrés: $\alpha = 0.953$ (35 ítems).
- Estrés: $\alpha = 0.952$ (25 ítems).

En relación a la validez del constructo (KMO y Bartlett). La adecuación de la muestra fue alta en todos los casos:

- Boreout: KMO = 0.893; χ^2 de Bartlett (153) = 18,090.23, $p < 0.001$.
- Burnout: KMO = 0.963; χ^2 de Bartlett (171) = 51,937.33, $p < 0.001$.
- Acoso laboral: KMO = 0.978; χ^2 de Bartlett = 57,488.31 (231), $p < 0.001$.
- Tecnoestrés: KMO = 0.975; Bartlett $\chi^2(595) = 68,610.9$, $p < 0.001$.
- Estrés: KMO=0.970; Bartlett $\chi^2(300)=52,206.54$, con un valor de p menor a 0.001.

La adecuación del análisis factorial exploratorio, así como la naturaleza multidimensional de cada constructo, se confirma con estos resultados:

- Boreout: KMO = 0.893; χ^2 de Bartlett (153) = 18,090.23, $p < 0.001$.

- Burnout: KMO = 0.963; χ^2 de Bartlett (171) = 51,937.33, $p < 0.001$.
- Acoso laboral: KMO = 0.978; χ^2 de Bartlett = 57,488.31 (231), $p < 0.001$.
- Tecnoestrés: KMO = 0.975; Bartlett $\chi^2(595) = 68,610.9$, $p < 0.001$.
- Estrés: KMO=0.970; Bartlett $\chi^2(300)=52,206.54$, con un valor de p menor a 0.001.

En general, los indicadores estadísticos muestran que las herramientas empleadas fueron apropiadas en el contexto de la investigación. A pesar de que el bloque de Boreout presentó un alfa de Cronbach inferior al ideal (0.70), su validez tanto de constructo como de contenido avalan su idoneidad como instrumento inicial para la investigación en alumnos universitarios. La metodología utilizada, que se fundamenta en una encuesta estructurada, muestra fortaleza en su diseño, recolección y análisis de datos. La caracterización de la muestra facilita un acercamiento a la realidad psicosocial de los alumnos del CU Neza. Por su parte, las pruebas de validez y confiabilidad estadística aseguran la relevancia de las herramientas utilizadas. Así, se cuenta con un conjunto de datos fiable y representativo que permite avanzar en el estudio de los riesgos psicosociales objeto de este análisis.

3. RESULTADOS Y DISCUSION

El estudio de los datos recopilados en los estudiantes del Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl permitió detectar la existencia y el tamaño de cinco riesgos psicosociales: Estrés en el estudiante, estrés tecnológico, acoso laboral (mobbing), agotamiento (burnout) y boreout. Los resultados se analizan de acuerdo con las medidas de cada herramienta validada en la literatura científica y se comparan con los descubrimientos de investigaciones anteriores en contextos parecidos.

Boreout

En tres dimensiones se midió el Boreout estudiantil: desinterés en el trabajo ($M = 3.24$), infraexigencia en el trabajo ($M = 2.86$) y aburrimiento en el trabajo ($M = 3.60$). La media global fue de 3.16, lo cual se considera un nivel intermedio de Boreout. Esto significa que, aunque los alumnos no muestran una falta de motivación crítica, hay una inclinación hacia la ausencia de retos académicos y el desinterés en tareas poco estimulantes. Estos resultados son coherentes con lo que Cabrera (2014) indicó, ya que advierte que el no aprovechar las capacidades en situaciones académicas puede provocar emociones de frustración y desajuste con los objetivos formativos.

Burnout

En cuanto al síndrome de Burnout, se detectaron tres dimensiones: agotamiento académico ($M = 2.76$), agotamiento del profesor ($M = 3.47$) y agotamiento personal ($M = 3.03$). El nivel promedio fue de 2.99, lo que indica un grado moderado de Burnout. La relación con los profesores se muestra como el factor de desgaste más relevante, lo que indica que las exigencias académicas y las

demandas percibidas afectan la salud emocional del alumnado. Estos descubrimientos son consistentes con lo que expusieron Kristensen et al. (2005), quienes subrayan que las relaciones con los líderes de la institución y el entorno institucional tienen un impacto significativo en el agotamiento académico.

Mobbing

El mobbing estudiantil exhibió promedios reducidos en sus tres dimensiones: hostigamiento dirigido a la persona ($M = 2.60$), hostigamiento relacionado con el trabajo ($M = 2.59$) y acoso por intimidación ($M = 3.07$), logrando un promedio general de 2.51. Según los criterios definidos, estos valores se consideran bajos en términos de mobbing. A pesar de que la prevalencia es baja, se sugiere que hay casos aislados por encima de 3 en la dimensión de intimidación y no deberían ser minimizados. Estos hallazgos son coherentes con los informes de Erwandi et al. (2021), quienes señalan que los efectos individuales del acoso académico pueden ser relevantes para la salud mental, incluso en situaciones con una prevalencia baja.

Tecnoestrés

Se analizaron cuatro aspectos en el caso del tecnoestrés: invasión de la privacidad ($M = 2.37$), incertidumbre técnica ($M = 2.77$), sobrecarga informativa ($M = 3.20$) y falta de control ($M = 2.88$). El promedio general fue 2.84, lo que indica un nivel de tecnoestrés bajo. La dimensión que obtuvo la puntuación más alta fue la sobrecarga informacional, lo que indica que los alumnos sienten cansancio debido a la cantidad de tareas y mensajes digitales. Esto concuerda con lo que Coppari et al. (2018) informaron, que la sobrecarga de información es uno de los factores más importantes que provocan el tecnoestrés en alumnos latinoamericanos, aun en niveles tildados como moderados o bajos.

Estrés estudiantil

En conclusión, el estrés de los alumnos consta de siete dimensiones: estructura organizacional ($M = 2.90$), clima organizacional ($M = 2.93$), tecnología ($M = 3.26$), territorio organizacional ($M = 2.94$), apoyo del grupo ($M = 2.69$), escasa cohesión ($M = 2.56$) e influencia del líder ($M = 2.31$). La media fue de 2.76, que se considera un nivel bajo de estrés entre los estudiantes. La dimensión tecnológica ($M = 3.26$) es notable, pues los alumnos señalan carencias en recursos y equipamiento, lo cual concuerda con lo registrado por Llaneza (2010), quien enfatiza que una infraestructura tecnológica insuficiente es un elemento generador de estrés en contextos educativos. Por el contrario, el clima organizacional y el apoyo del equipo muestran un nivel más positivo, lo que podría estar reduciendo la percepción general de estrés.

En general, los hallazgos indican que los alumnos del CU Neza tienen grados medios de Burnout y Boreout, pero el Mobbing, Tecnoestrés y Estrés estudiantil están en niveles bajos. Este

descubrimiento demuestra que, a pesar de que no se observan peligros críticos, hay indicios de alerta en áreas concretas: intimidación ocasional, desinterés académico, relación con los docentes y sobrecarga informativa. Estos elementos requieren la implementación de estrategias preventivas a nivel institucional, como programas de acompañamiento entre docentes y alumnos, tareas innovadoras en el ámbito pedagógico y formación en administración del tiempo y uso sano de las TIC. Los hallazgos coinciden con investigaciones anteriores que destacan la relevancia de abordar los riesgos psicosociales en la educación superior de manera preventiva para impedir que se agraven a niveles críticos (Cabrera, 2014; Kristensen et al., 2005; Erwandi et al., 2021; Coppari et al., 2018; Llaneza, 2010). Un resumen de lo anterior se muestra en la tabla 2.

Tabla 2. Resumen resultados

Riesgo psicosocial	Dimensiones principales	Promedio general	Nivel	Interpretación breve
Boreout	Aburrimiento (3.60), Desinterés (3.24), Infraexigencia (2.86)	3.16	Moderado	Desmotivación laboral
Burnout	Agotamiento personal (3.03), académico (2.76), con profesor (3.47)	2.99	Moderado	Fatiga emocional
Mobbing	Persona (2.60), Trabajo (2.59), Intimidatorio (3.07)	2.51	Bajo	Conflicto bajo
Tecnoestrés	Sobrecarga (3.20), Privacidad (2.37), Incertidumbre (2.77), Falta de control (2.88)	2.84	Bajo	Estrés tecnológico
Estrés estudiantil	Clima (2.93), Estructura (2.90), Territorio (2.94), Tecnología (3.26), Cohesión (2.56), Respaldo (2.69), Líder (2.31)	2.76	Bajo	Estrés académico leve

Fuente: Elaboración propia

CONCLUSIONES

Los hallazgos del Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl muestran que los alumnos experimentan grados moderados de Boreout y Burnout, lo cual indica una mezcla de desmotivación en el ámbito académico y agotamiento emocional vinculado con la relación con los profesores, la

gestión de las demandas académicas y la ausencia de desafíos que sean suficientemente estimulantes. Por otro lado, los niveles de riesgo asociados con el mobbing, el estrés tecnológico y el estrés estudiantil son bajos, lo que sugiere que, a pesar de que hay casos aislados de acoso, sobrecarga tecnológica o estrés por condiciones académicas, estos fenómenos no tienen un impacto generalizado en la población estudiada.

La importancia de tener infraestructuras digitales apropiadas, de contar con herramientas tecnológicas efectivas y de ofrecer a los estudiantes una capacitación constante en habilidades digitales se destaca en la dimensión tecnológica, que se considera un elemento significativo tanto del Tecnoestrés como del Estrés académico. La sobrecarga de información y la sensación de ausencia de control en el ambiente virtual educativo son áreas que requieren intervención prioritaria, particularmente teniendo en cuenta el incremento del uso de tecnologías informáticas en la educación superior.

Desde un punto de vista institucional, estos resultados indican que es necesario crear y poner en práctica estrategias integrales para prevenir riesgos psicosociales, que traten tanto los factores individuales como los organizacionales. Algunas recomendaciones prácticas son: fomentar técnicas de enseñanza que sean innovadoras y retadoras, habilitar medios para la resolución de conflictos y la denuncia que sean confidenciales y accesibles, implementar programas de apoyo emocional y académico, así como formar a los maestros en liderazgo pedagógico y comunicación eficaz. Además, se aconseja programar actividades y talleres enfocados en la administración del tiempo, el control del estrés y el uso saludable de las TIC, para promover un ambiente educativo más participativo y con mayor capacidad de adaptación.

Este estudio, por último, aporta pruebas empíricas sobre la situación psicosocial de los alumnos universitarios en Latinoamérica, subrayando la importancia de valorar riesgos de manera constante y poner en práctica políticas preventivas. Los hallazgos de la UAEMex no solo hacen posible el reconocimiento de áreas vulnerables, sino que además proporcionan fundamentos firmes para la adopción de decisiones institucionales con el objetivo de asegurar una educación de calidad que incluya el desempeño académico y, a la vez, la salud emocional y mental del alumnado, así como mejorar su bienestar integral.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arredondo-Hidalgo, M. G., & Caldera-González, D. (2022). Tecnoestrés en estudiantes universitarios. Diagnóstico en el marco del COVID-19 en México. *Educación y Humanismo*, 24(42), 1–15. <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/educacion/article/view/4491>.
- Cabrera, L. (2014). Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. *Revista de la Universidad Industrial Santander Salud*, 46(3), 259–265.

- Coppari, N. B., Bagnoli, L., Codas, G., López, H., Martínez, Ú., Martínez, L., & Montanía, M. (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos. *Perspectivas en Psicología*, 15(2), 40–55.
- Carlotto, M. S. (2023) Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios. *Estudios Psicológicos*. <https://estudiospsicologicos.com/index.php/rep/article/view/118>.
- Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. (2021). Identification of workplace bullying: Reliability and validity of Indonesian version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3985. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083985>.
- Expósito, E., & Marsollier, R. (2020). Virtualidad y educación en tiempos de COVID-19. Un estudio empírico en Argentina. *Educación y Humanismo*, 22(39), 1-22. <https://doi.org/10.17081/eduhum.22.39.4214>.
- Eidman, L., et al. (2024). Tecnoestrés en estudiantes universitarios argentinos en contexto. *Redalyc*. <https://www.redalyc.org/journal/6882/688277307001/html/>.
- George, D., & Mallery, P. (2003). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*. Allyn & Bacon.
- Herrera Fustamante, J. M. (2021) *Impacto ocupacional del trabajo remoto en docentes durante la emergencia sanitaria en una institución educativa. Chota - Cajamarca 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos].
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 192–207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>.
- Lara Sotomayor, J. E. (2014). El mobbing y los síntomas de estrés en docentes universitarios. *Revista de Psicología*, 23(1), 45–60. https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0718-24492014000100008&script=sci_arttext.
- Letelier, G., et al. (2014). Síndromes organizacionales: mobbing y burnout. *Revista Iberoamericana de Ciencia e Investigación*, 5(2), 33–48. <https://www.reibci.org/publicados/2014/mayo/4568333.pdf>.
- Llaneza, F. J. (2010). *Ergonomía y psicología aplicada* (15ª ed.). Editorial Lex Nova.
- Quispe Fernández, J. L. (2024). Tecnoestrés y desgaste académico de estudiantes de un Instituto Tecnológico de Lima, Perú. *Propósitos y Representaciones*, 12(1), 1–19. https://ve.scielo.org/scielo.php?pid=S2443-45662024000100165&script=sci_arttext.
- Rojas-Solís, J. L., et al. (2019). Mobbing en trabajadores universitarios: una revisión sistemática. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 354–382. <https://www.researchgate.net/publication/335974199>.

15386

RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL ENTORNO UNIVERSITARIO

PSYCHOSOCIAL RISKS IN THE UNIVERSITY ENVIRONMENT

Dra. Norma Angelica Mosqueda Raygoza

Profesora de asignatura Universidad Autónoma del Estado de México

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5254-2897>

namosquedar@uaemex.mx

Mtra. Arlett Marisol Soto García

Profesora de asignatura Universidad Autónoma del Estado de México

ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-8803-0165>

amsotoq001@profesor.uaemexmx

Dr. Salomón Álvarez Degollado

Rector del Instituto Universitario de Formación Integral

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-3856-7967>

rectoria@ufi.edu.mx

Resumen

Estudiar en la universidad puede ser una de las etapas más emocionantes y, al mismo tiempo, más abrumadoras en la vida de una persona; no solo se trata solo de aprender teoría o pasar exámenes, sino de enfrentarse a cambios profundos: nuevas responsabilidades, decisiones importantes, y una constante presión por “estar a la altura”. Aunque muchos lo ven como un camino hacia el crecimiento, también es un entorno donde la salud mental puede verse afectada más de lo que se admite.

Hay factores que, aunque no siempre se notan a simple vista, influyen directamente en cómo nos sentimos y en cómo rendimos. A eso se les llama riesgos psicosociales. Son cosas como la carga excesiva de tareas, la presión por sacar buenas notas, los roces con compañeros o profesores, la falta de apoyo por parte de la universidad, o simplemente el miedo al futuro. Todo eso puede generar ansiedad, estrés, desmotivación y en casos más graves depresión o abandono de los estudios.

Hablar de estos temas es importante, porque no se trata solo de pasar materias. Se trata de cuidar el bienestar de quienes están atravesando esta etapa. Si no se reconocen estos riesgos, es difícil construir espacios educativos que realmente apoyen a los estudiantes en su desarrollo personal y profesional.

Hoy en día, este tipo de problemas se ven con más frecuencia. Aunque no se consideran enfermedades como tal, sí se clasifican como síndromes o riesgos psicosociales porque afectan principalmente el estado emocional. Y lo más delicado es que sus efectos pueden durar poco o quedarse por mucho tiempo, dependiendo de cuánto se prolongue la situación.

En este trabajo presentamos cinco riesgos que, aunque suenen parecidos, tienen diferencias importantes: el boreout, el burnout, el mobbing, el tecnoestrés y el estrés. Cada uno tiene sus propias causas y síntomas, y entenderlos bien es clave para saber cómo enfrentarlos.

Palabras clave: Riesgos psicosociales, entorno universitario, salud mental, estrés académico, bienestar estudiantil.

Abstract

Studying at university can be one of the most exciting and, at the same time, most overwhelming stages of a person's life. It's not just about learning theory or passing exams, but about facing profound changes: new responsibilities, important decisions, and constant pressure to "perform." Although many see it as a path to growth, it's also an environment where mental health can be affected more than people admit.

There are factors that, although not always apparent, directly influence how we feel and how we perform. These are called psychosocial risks. These are things like an excessive workload, pressure to get good grades, friction with classmates or professors, lack of support from the university, or simply fear of the future. All of this can lead to anxiety, stress, lack of motivation... and in more serious cases, even depression or dropping out of school.

Talking about these issues is important because it's not just about passing classes. It's about taking care of the well-being of those going through this stage. If these risks are not recognized, it is difficult to build educational spaces that truly support students in their personal and professional development.

These types of problems are seen more frequently today. Although they are not considered illnesses as such, they are classified as syndromes or psychosocial risks because they primarily affect the emotional state. The most important aspect is that their effects can be short-lived or long-lasting, depending on how long the situation persists.

In this article, we present five risks that, although they sound similar, have important differences: boreout, burnout, bullying, technostress, and stress. Each has its own causes and symptoms, and understanding them well is key to knowing how to address them.

Keywords: Psychosocial risks, university environment, mental health, academic stress, student welfare.

Introducción

Los síndromes que se analizaron en este trabajo pueden generalizarse como riesgos psicosociales que afectan directamente a los estudiantes universitarios; no solo se trata solo de malestares emocionales, ya que estos también pueden provocar consecuencias físicas y sociales que alteran el bienestar de quienes atraviesan esta etapa; en muchos casos, estos conflictos se manifiestan en el día a día, aunque no siempre se les da la importancia que merecen.

Para comprender mejor cómo impactan estos riesgos en la vida estudiantil, se llevó a cabo una investigación complementaria; en ella se profundizó en cada uno de los síndromes psicosociales, y se incluyeron gráficas que muestran con claridad cómo se reflejan en la experiencia de los jóvenes universitarios; este estudio no pretende ofrecer respuestas definitivas, pero sí representa un paso importante para entender cómo se comporta la realidad educativa en la que se enmarca el análisis. A lo largo del proceso, se tomaron en cuenta distintas concepciones teóricas sobre los riesgos psicosociales, las cuales sirvieron como base para interpretar los resultados obtenidos; más allá de los datos cuantitativos, lo que se busca es abrir una conversación sobre el tipo de entorno que se está construyendo en las universidades y cómo este puede influir positiva o negativamente en el desarrollo transversal de los estudiantes.

Boreout

Este término fue mencionado por primera vez en 2007 en el libro *“El nuevo síndrome laboral: Boreout”* de los autores suizos Phillippe Rothlin y Peter Werder; en él se describe una condición vinculada al aburrimiento, desinterés e infraexigencia, identificada inicialmente en el ámbito laboral, pero que también puede trasladarse al contexto universitario.

Asimismo, un estudio de Ruth María Stock, en su artículo *¿El aburrimiento supone una amenaza para el comportamiento laboral innovador de los empleados de primera línea?*, lo define como una “situación de aburrimiento crónico”. En los estudiantes, esta condición suele pasar desapercibida debido a que algunos aplican estrategias pro-boreout, que consisten en disimular el desinterés para evitar recibir más tareas.

En el aula, los estudiantes pueden aparentar productividad ante la supervisión de docentes o familiares, pero fuera de ese contexto dejan de realizar actividades. El boreout se caracteriza por la pérdida de interés en actividades antes realizadas con frecuencia, lo que genera percepciones de falta de interés o metas.

Entre las causas más frecuentes destacan las siguientes:

- La sensación de que el esfuerzo no es valorado
- El cansancio ante rutinas repetitivas
- Factores políticos, económicos y sociales que influyen desde edades tempranas

Como consecuencia, el estudiante puede desmotivarse al no visualizar un futuro académico o profesional asegurado, llegando incluso a plantearse el abandono de sus estudios.

Burnout

El burnout se define como un estado de agotamiento físico, mental y emocional. La definición más aceptada es la de Maslach y Jackson (1981), quienes lo describen como “una forma inadecuada de afrontar un estrés emocional crónico, cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal”.

Este síndrome comparte síntomas con la depresión, como la fatiga y la baja concentración. En el ámbito universitario, se ha vuelto cada vez más común debido a:

- Presión académica constante.
- Exigencias laborales, familiares y sociales.
- Malos hábitos de estudio o de autocuidado.

Síntomas frecuentes:

- Fatiga crónica.
- Dolores de cabeza, tensión muscular, gastritis.
- Alteraciones del sueño.

Antes, el burnout era más común en adultos mayores de 40 años; sin embargo, hoy en día afecta a jóvenes desde los 18 años; este cambio se relaciona con las condiciones sociales y educativas actuales, dada su gravedad, es fundamental detectar a tiempo los casos y brindar atención oportuna, ya que sus consecuencias pueden ser severas y de largo plazo.

Mobbing

El psicólogo Heinz Leymann definió el mobbing como una “comunicación hostil y sin ética, dirigida de manera sistemática por uno o varios individuos contra otro, que es así arrastrado a una posición de indefensión y desvalimiento, y activamente mantenido en ella; estas actividades tienen lugar de manera frecuente y durante un largo tiempo. A causa de la elevada frecuencia y duración de la conducta hostil, este maltrato acaba por resultar en considerable miseria mental, psicosomática y social”.

En el contexto universitario, el mobbing puede presentarse por envidias, celos, rechazo sentimental, diferencias académicas o incluso dinámicas de poder entre alumnos y docentes, se manifiesta a través de insultos, insinuaciones, comentarios malintencionados, exclusión o aislamiento social.

La vulnerabilidad es mayor en jóvenes de entre 14 y 20 años, quienes atraviesan un proceso de adaptación y suelen sentirse frágiles ante un nuevo entorno; además, el uso de redes sociales amplifica el hostigamiento, provocando aislamiento y afectando el rendimiento académico.

El acoso, en cualquiera de sus formas, constituye una violación a los derechos humanos, por ello, su detección temprana y atención inmediata son indispensables para proteger la integridad de los estudiantes.

Tecnoestrés

El psiquiatra estadounidense Craig Brod definió el tecnoestrés en 1984 como las “consecuencias psicosociales negativas que surgen por el uso de tecnologías, como un modo de enfermedad adaptativa causada por la falta de capacidad para lidiar saludablemente con los nuevos equipos y tecnologías”.

Su incidencia aumentó significativamente tras la pandemia por COVID-19, cuando las clases virtuales obligaron a los estudiantes a pasar más tiempo frente a pantallas, esta sobreexposición generó problemas psicológicos, emocionales y físicos.

Síntomas más comunes:

- Fatiga visual, dolores musculares y cefaleas
- Ansiedad, irritabilidad e insomnio
- Dificultades de concentración y comunicación

Además, factores como la falta de recursos tecnológicos o la escasa capacitación en las TIC's agudizan la problemática, aunque la tecnología facilita la educación, es fundamental establecer límites y estrategias que promuevan un uso equilibrado y saludable.

Estrés

El médico Hans Selye definió el estrés en 1936 como “una quiebra del equilibrio”, en la vida universitaria, se manifiesta cuando el estudiante enfrenta contextos educativos que le generan una carga emocional intensa, especialmente durante periodos de exámenes o entregas de proyectos.

En México, el estrés académico es muy frecuente y se potencia con factores familiares, sociales y laborales, entre sus detonantes están la sobrecarga de responsabilidades, la presión por alcanzar metas y la incertidumbre sobre el futuro.

Síntomas frecuentes:

- Ansiedad, perfeccionismo e inseguridad
- Alteraciones en la memoria y el sueño
- Problemas inmunológicos, cardiovasculares y de autoestima

El estrés prolongado en jóvenes puede tener consecuencias graves y extenderse a la vida adulta, afectando de manera permanente la salud física, emocional y social.

Metodología

En esta investigación se trabajó bajo un enfoque cuantitativo, ya que se consideró como la mejor alternativa de comprender a fondo lo que está pasando con los estudiantes universitarios; al combinar lo cuantitativo con lo cualitativo, pudimos obtener una visión más completa y práctica de los datos que queríamos analizar; para recopilar la información, se aplicaron cuestionarios con preguntas claras y sencillas, la idea era que los participantes pudieran responder sin complicaciones, de forma rápida y honesta; este método nos permitió reunir datos valiosos sin que el proceso se volviera pesado o confuso para ellos.

El estudio tiene un alcance de tipo descriptivo ya que no se busca probar una teoría, sino entender cómo los síndromes psicosociales afectan distintos aspectos de la vida de los estudiantes de la educación superior y visualizar que es lo que podría suceder si no se atienden a tiempo estos síndromes; ya que estos problemas pueden escalar y volverse mucho más graves si se ignoran.

El diseño metodológico fue no experimental y transversal, esto significa que los datos se recogieron en un solo momento, sin intervenir en las condiciones de los participantes ya que lo que se pretendió fue la observación de los factores que están detrás de la aparición de estos síntomas e identificar los grupos en los que se manifiestan con mayor frecuencia.

Uno de los objetivos principales de la presente investigación consiste en identificar la edad en la que comienzan a manifestarse estos síndromes en la población universitaria, así como analizar los posibles factores detonantes; entre ellos, destacan la presión académica, la carencia de redes de apoyo y las dinámicas del entorno familiar, los cuales pueden incidir de manera significativa en el bienestar psicológico y en el desarrollo académico de los estudiantes.

La pregunta que guió el desarrollo del estudio fue la siguiente:

- ¿De qué manera el entorno escolar, social y familiar influye en el desarrollo integral de los estudiantes universitarios y en la aparición de síndromes psicosociales?

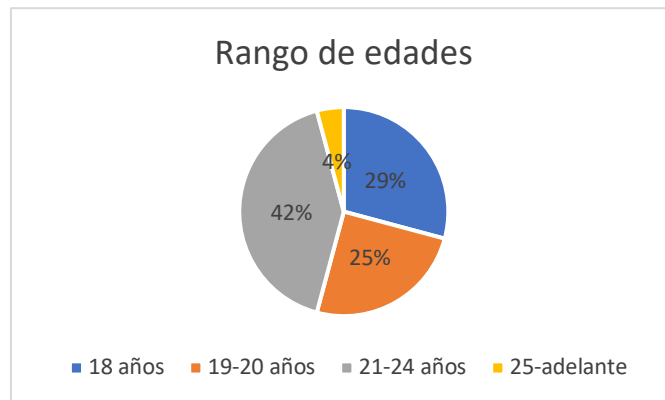
Resultados y discusión

Al revisar los resultados de esta investigación, lo que más nos llamó la atención fue la intensidad con la que los estudiantes universitarios están viviendo ciertos malestares emocionales; ya que no son casos aislados ni situaciones pasajeras, los síntomas psicosociales están presentes en muchos de ellos, y el entorno escolar parece ser el principal detonante; después del entorno educativo, el entorno familiar adquiere un papel fundamental en la vida del estudiante, en menor medida, también influyen factores del entorno social, como las amistades, las relaciones de pareja o el círculo cercano. Las encuestas fueron aplicadas a estudiantes universitarios de diferentes edades, semestres y carreras lo que nos ayudó a entender mejor lo que está pasando; puesto que no solo nos arrojaron cifras, nos mostraron patrones, emociones, silencios; síndromes como el boreout, el burnout, el mobbing, el tecnoestrés y el estrés académico no son conceptos lejanos; son experiencias que muchos estudiantes viven sin saber cómo nombrarlas, y a veces sin saber que no están solos.

Lo descubierto confirma algo que se siente en los pasillos, en las aulas, en los mensajes de madrugada entre compañeros: la universidad, aunque es un espacio para aprender y crecer, también puede convertirse en un lugar que desgasta, que exige más de lo que uno puede dar si no hay acompañamiento ni estrategias de cuidado adecuadas.

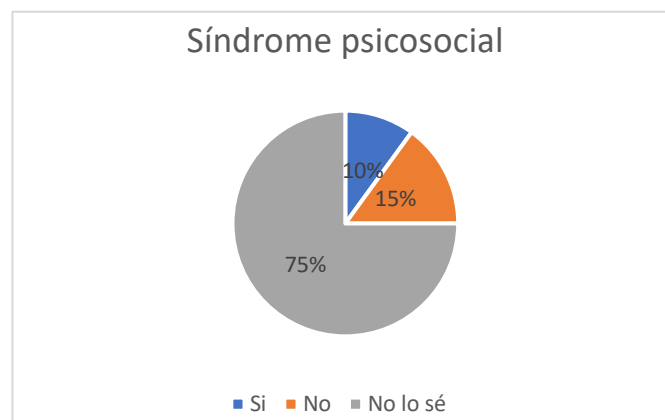
Para que estos hallazgos no solo se queden solo en cifras o descripciones, se han incluido gráficas que muestran con claridad la frecuencia y el impacto de cada uno de los síndromes; pero más allá de los números, lo que reflejan es una necesidad urgente de mirar a los estudiantes como personas completas, con emociones, límites y contextos que merecen ser escuchados.

Gráfica 1. Iniciamos con una pregunta que nos permitió conocer las edades de nuestros encuestados, de los 20 alumnos encuestados pudimos observar que el 29% son de 18 años o lo que contemplamos como nuevo ingreso, el 25% corresponde al rango de 19 a 20 años, el porcentaje más grande es de 42% que va desde los 21 a 24 años que serían los alumnos que se encuentran a mediados o finales de carrera, por último quisimos agregar una opción más, como se observa es el 4% equivalente a alumnos de 25 años en adelante, estos serían alumnos con situaciones de recuse o ingreso tardío a la universidad.



Elaboración propia para fines educativos.

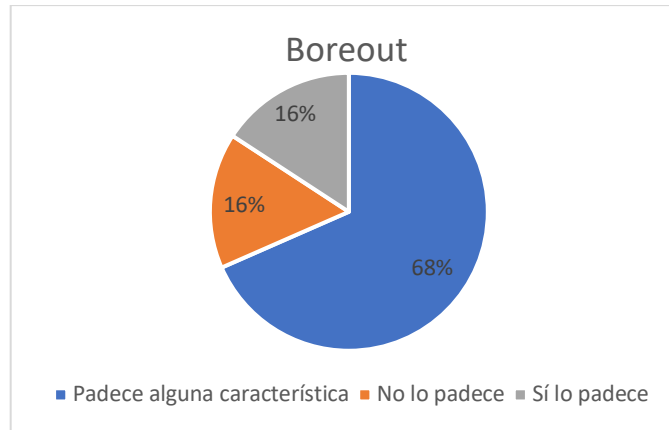
Gráfica 2. En la siguiente gráfica se les preguntó a los alumnos si padecían de algún síndrome psicosocial, esto sin haberles informado sobre que era el cuestionario, esto con la finalidad de poder obtener resultados lo más verídicos posibles, el 75% respondió que no sabe los que es un síndrome psicosocial, el 15% mencionó que no padece, por último, el 10% indicó que si padece de un síndrome.



Elaboración propia para fines educativos

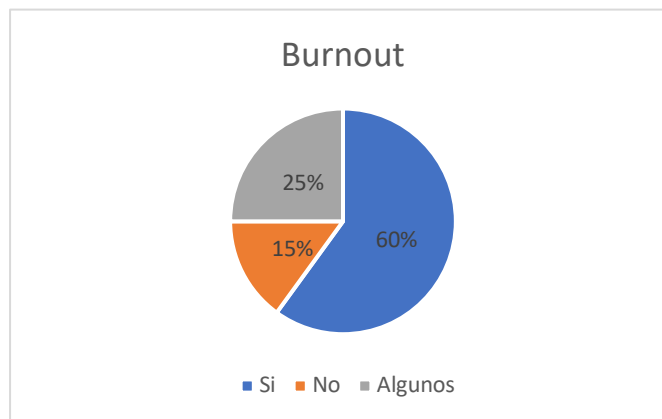
Gráfica 3. A partir de esta gráfica les hicimos una breve explicación sobre cada síntoma aquí mencionado. El primero que se presentó fue el boreout donde el estudiante se siente cansado ante

rutinas repetitivas y la sensación del esfuerzo no valorado. El 68% mencionó que, si padecen alguna de estas características, el 16% dice que no, por último, el otro 16% indica que si tienen algunos de estos padecimientos



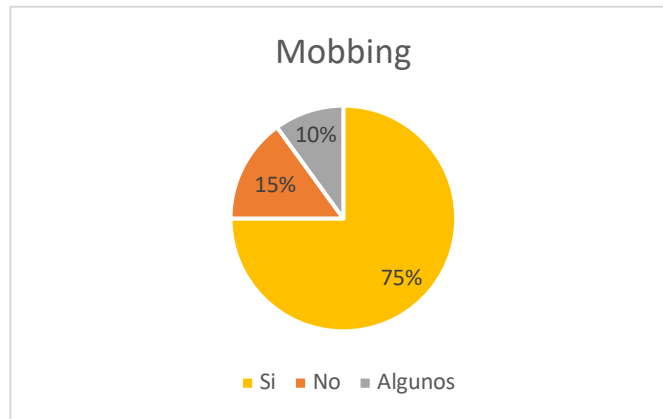
Elaboración propia para fines educativos

Gráfica 4. Esta gráfica abarca el siguiente síndrome, el cual consiste en pérdida de interés, fatiga emocional, desmotivación, aislamiento social, etc. El 60% menciona que, si padece burnout, el 15% menciona que no, sin embargo, el 25% dice que tiene algunas características de las que aquí se mencionan.



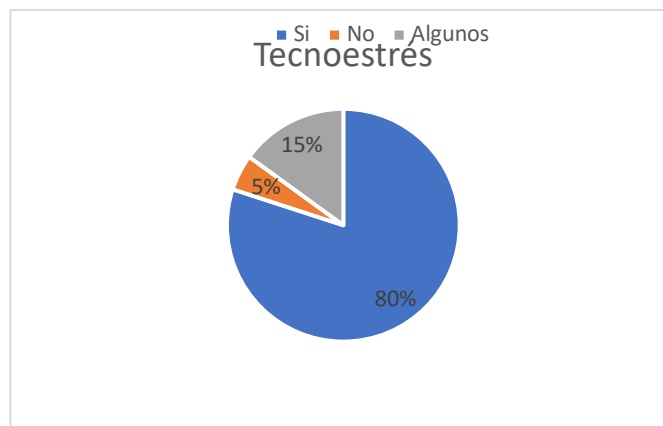
Elaboración propia para fines educativos

Gráfica 5. En este caso el mobbing, que se caracteriza por golpes, insultos, rumores, acoso y exclusión recibió un alto con 75% de estudiantes que lo han padecido, en su mayoría mujeres, el 15% dice que no ha recibido ningún comentario o agresión y el 10% menciona que solamente ha recibido alguna afectación de este tipo.



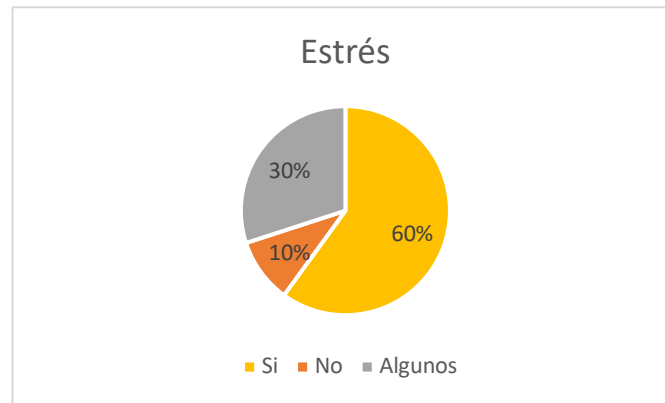
Elaboración propia para fines educativos

Gráfica 6. Esta gráfica abarca el tecnoestrés, que se caracteriza por fatiga física, mental, ansiedad, pérdida de motivación, falta de concentración y dificultades cognitivas, en este caso el 80% mencionó que, si padece tecnoestrés, siendo la gráfica con más porcentaje positivo, el 5% dice que no y el 15% dice que al menos una característica si ha presentado.



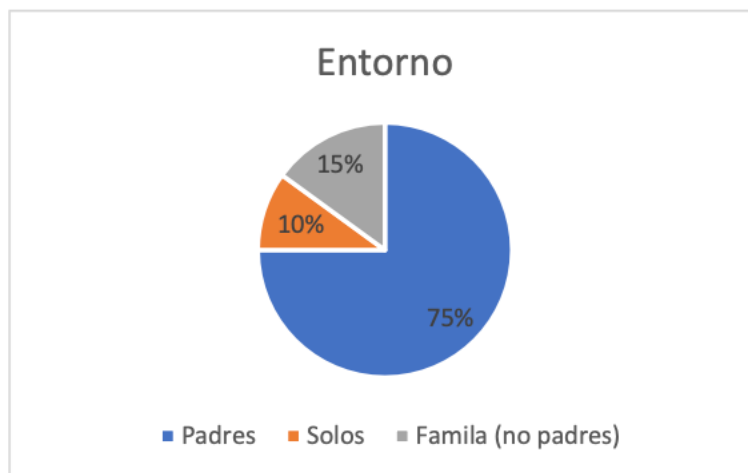
Elaboración propia para fines educativos

Gráfica 7. Está gráfica menciona al estrés con características como dolores de cabeza, cambios en el sueño, ansiedad, dificultad de concentración y aislamiento; el 60% menciona que, si lo padece, pudimos observar que en su mayoría eran alumnos mayores de los últimos semestres, el 10% indicó que no y aquí observamos que fueron algunos de nuevo ingreso, el 30% indicó que tiene algunos síntomas, en este caso de los semestres intermedios.



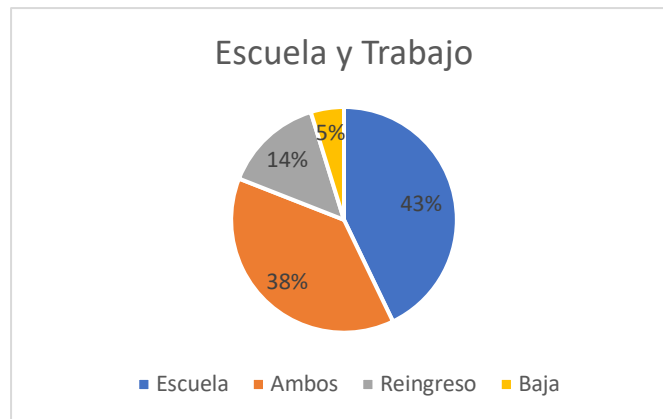
Elaboración propia para fines educativos

Gráfica 8. Decidimos agregar una pregunta diferente, de ese modo podríamos entender un poco mejor el porque la mayoría presenta alguno de estos síndromes, el 75% indica que vive con sus padres, 10% dice que vive solo y el 15% que vive con su familia, pero no son sus padres.



Elaboración propia para fines educativos

Gráfica 9. Esta gráfica quisimos agregarla para poder conocer un poco más acerca de la vida estudiantil en cuanto a la escuela y trabajo y porque muchos de ellos presentan síndromes varios, el 43% nos indicó que únicamente estudian, que no tienen otra obligación, el 38% dice que estudia y a la par trabaja ya sea para gastos personales o apoyo en hogar, el 14% comentó que dejaron de estudiar un tiempo por motivos diversos pero que volvieron, y el 5% indico que considera una baja escolar, ya que le comienza a ser complejo el estudiar y realizar otras actividades.



Elaboración propia para fines educativos

Como se pudo observar en los gráficos anteriores, los estudiantes universitarios son unos de los sectores con alta incidencia de distintos síndromes psicosociales; esto se relaciona con diferentes factores como los familiares, escolares, laborales o incluso la combinación de todos ellos: el entorno en el que se desenvuelven resulta cada vez más exigente, al que se suman condiciones económicas, sociales, culturales y políticas que generan incertidumbre respecto al futuro; dichos cambios, al ser constantes y repentinos, provocan que muchos estudiantes enfrenten preocupaciones a etapas muy tempranas de su vida.

Particularmente el ámbito escolar constituye un factor determinante, pues el estrés suele manifestarse con mayor intensidad en estudiantes próximos a egresar o en semestres más avanzados, esto se puede atribuir a diversos procesos como la titulación, el servicio social o las prácticas profesionales; a esto se agrega la necesidad de mantener un equilibrio entre las responsabilidades académicas, familiares, laborales y sociales.

Es importante señalar que, aunque en épocas anteriores se consideraba factible mantener un equilibrio entre las responsabilidades académicas, familiares, laborales y sociales, en la actualidad esa percepción ha cambiado de manera significativa; puesto que los síndromes psicosociales no solo se presentan con mayor frecuencia, sino que también son más reconocidos y visibilizados gracias a los avances en la investigación y a una mayor apertura social para hablar de la salud mental. Esta realidad evidencia que los jóvenes enfrentan retos mucho más complejos que en generaciones pasadas, derivados de la aceleración tecnológica, las transformaciones culturales, las exigencias académicas y la incertidumbre económica y política.

En este sentido, la presencia de estos síndromes debe entenderse como un problema integral que requiere atención tanto individual como colectiva. Resulta necesario que las instituciones educativas, las familias y la sociedad en general generen estrategias de apoyo que promuevan el bienestar emocional, el desarrollo de habilidades de afrontamiento y la construcción de entornos saludables.

Solo así se podrá contribuir a disminuir la incidencia de estas problemáticas y a fomentar una formación universitaria más equilibrada y sostenible.

Conclusión

Después de analizar los resultados, queda claro que los riesgos psicosociales son una realidad cada vez más presente en la vida universitaria. No son solo conceptos teóricos: son experiencias que afectan directamente la salud mental, el bienestar y el rendimiento de los estudiantes; síndromes como el boreout, el burnout, el mobbing, el tecnoestrés y el estrés académico aparecen con frecuencia, y detrás de ellos hay un entorno social complejo, marcado por exigencias constantes, incertidumbre, cambios económicos, presión laboral y una tecnología que no deja de avanzar.

Las encuestas aplicadas revelaron que la mayoría de los estudiantes han vivido alguno de estos síntomas en algún momento, y esta realidad no puede seguir siendo invisible; es urgente que reconocer, hablar y actuar; ya que la universidad no puede seguir viéndose solo como un lugar donde se aprende teoría o se obtienen títulos; tiene que ser también un espacio donde se cuide a las personas, donde se promueva el bienestar y se acompañe el desarrollo integral.

Por eso, es fundamental que las instituciones educativas se comprometan con esta causa y que puedan ofrecer programas de apoyo psicológico, talleres para manejar el estrés, orientación profesional y herramientas que ayuden a fortalecer la resiliencia. Pero no basta con eso, la familia y la sociedad también tienen un papel clave: generar redes de apoyo reales, cercanas, que ayuden a los estudiantes a sentirse acompañados.

Atender estas problemáticas de forma integral no solo ayudará a reducir la presencia de estos síndromes; también permitirá formar profesionistas más equilibrados, emocionalmente fuertes y preparados para enfrentar los desafíos de un mundo en constante cambio y de esta forma crear una sociedad más sana; permitiendo que la universidad sea lo que siempre debió ser, un lugar donde crecer no signifique romperse.

Referencias

- Arteaga, A & Higuera E. (2023). Correlación entre justicia organizacional, síndrome de boreout e inseguridad contractual en los trabajadores del sector público de la ciudad de montería. *Universidad de Córdoba*, pp 18, 19, 20.
- Cabrera, L. (2023). Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción. *Atacama Journal of Health Sciences*, pp 1
- Coppari N, Bagnoli L, González L, Marecos C & Romero María. (2024). Usos de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada. *Revista científica eureka*, pp 124.
- Córdova E, Rodríguez A, Suasnavas P & Vilaret A. (2022). Instrumentos de identificación del mobbing o acoso laboral en Iberoamérica: una mirada desde el riesgo psicosocial. *Revista Cuatrimestral "Conecta Libertad"*, pp 58.

- Espinosa J, Hernández J, Rodríguez J, Chacín M & Bermúdez V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Redalyc*, pp 63, 65.
- Faúndez, V. (2016). Christina Maslach, comprendiendo el burnout. *Research Gate*, pp 4.
- Gonzalez de Rivera, J & Rodríguez M. (2005). Cuestionario de estrategias de acoso en el trabajo. El *LIPT-60*, pp 23.
- Gutierrez, A & Farias F. (2006). Síndrome de burnout Tema selecto, *Research Gate*, pp 306, 307.
- Lovo J. (2021) Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Revista entorno*, pp 117.
- Maceo O, Maceo A, Varón Y, Maceo M & Peralta Y. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *Revista Multimed*, pp 186.
- Masías Y, Aco E, Colque W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Revista Yachay*, pp 68, 69, 70.
- Mata León, I., Mosqueda, N. A., & Zapata Alvarez , L. F. (2023). Herramientas digitales al servicio del estilo de aprendizaje de estudiantes a nivel superior. *Desarrollo Sustentable, Negocios, Emprendimiento Y Educación*, 5(50), 105–111. <https://doi.org/10.51896/rilcods.v5i50.368>
- Navarrete S. (2022). Mobbing y Terror Psicológico en los lugares de Trabajo. *Research Gate*, pp 69.
- Toribio C & Franco S. (2016). Estrés Académico: El Enemigo Silencioso del Estudiante. *UNISIS*, pp 11, 12.
- Triana A., Puerta G, & Rojas O. (2024). Síndrome de Burnout asociado al Tecnoestrés y las Practicas Pedagógicas durante el Confinamiento Pandémico Por Sars-Cov2/Covid-19 en algunos Centros De Operaciones Académicas de UNIMINUTO. *Revista Gestión y Desarrollo Libre*, pp 5, 6.
- Villavicencio, E., & García, B. (2023). Adaptación de la Escala de Síndrome de Boreout para trabajadores mexicano. *Informes Psicológicos*, 23(2), pp 97, 96, 98.

15016

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN UNA INSTITUCIÓN DE EDUCACIÓN SUPERIOR DEL NORESTE DE MÉXICO

Dra. Mónica Fernanda Aranibar

Universidad Autónoma de Baja California,

ORCID: 0000-0002-9556-4137

maranibar@uabc.edu.mx

Dra. Melina Ortega Pérez Tejada

Universidad Autónoma de Baja California,

ORCID: 0000-0003-4583-5266

ortega.melina@uabc.edu.mx

Dra. Nina Alejandra Martínez Arellano

Universidad Autónoma de Baja California,

ORCID: 0000-0001-8634-4557

nina.martinez@uabc.edu.mx

Resumen

Esta investigación identifica algunas enfermedades y riesgos psicosociales a los que mayormente se están enfrentando los estudiantes universitarios, en este caso, del Noreste de México y que pueden afectar la calidad educativa o provocar su abandono, ante la influencia del estrés o ansiedad provocado por diferentes causas, como boreout, burnout, mobbing, tecnoestrés y estrés, por lo que mediante un enfoque cuantitativo de alcance descriptivo, con un diseño no experimental se levantaron datos de forma transversal por medio de una encuesta, siendo que, el instrumento se realizó de manera original y electrónica mediante la participación de profesores y estudiantes de una Institución de Educación superior del Noreste de México, donde se obtuvo un nivel moderado de boreout y burnout estudiantil de acuerdo a los resultados obtenidos del análisis de los datos.

Palabras clave: Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

Abstract

This research identifies some diseases and psychosocial risks that university students are mostly facing, in this case, from the Northeast of Mexico and that can affect the quality of education or cause

their dropout, due to the influence of stress or anxiety caused by different causes, such as boreout, burnout, mobbing, technostress and stress, so through a quantitative approach of descriptive scope, with a non-experimental design, data was collected cross-sectionally through a survey, being that, the instrument was carried out in an original and electronic way through the participation of professors and students of a Higher Education Institution in the Northeast of Mexico, where a moderate level of boreout and student burnout was obtained according to the results obtained from the data analysis.

Keywords: Educational Quality, Psychosocial Risks, University Students

INTRODUCCIÓN

El presente estudio se realizó para identificar aquellas enfermedades psicosociales que mayormente trascienden en la calidad educativa y sus principales causas en la comunidad de una Universidad del Noreste de México, por lo que se analizó un marco teórico pertinente y relacionado con algunos riesgos psicosociales para identificar el nivel de influencia, como por ejemplo, de las tecnologías, del exceso de tareas o trabajo, algunas forma de violencia en el entorno y hasta la falta de estímulo entre las actividades con la finalidad de que se generen propuestas y estrategias en favor de la calidad educativa desde una Universidad pero que pueda impactar hacia otras comunidades educativas; con lo que se sigan generando trabajos de investigación hacia la detección de áreas de oportunidad para el fortalecimiento de la educación e inclusive mejores o idóneas estrategias educativas hacia la superación del estrés, ansiedad y otras afecciones que se pueden desprender de los factores y causas analizadas.

Este estudio se justifica de forma práctica, ya que los resultados proporcionarán datos con los que, posteriormente, se podrán proponer acciones de mejora en las instituciones educativas para adoptar métodos de enseñanza en tiempos de cambio que protejan la salud mental de los estudiantes y permitan la generación de estrategias de prevención, derivación y seguimiento.

La salud mental y el bienestar son imprescindibles para que todos llevemos una vida satisfactoria, alcancemos nuestro máximo potencial, participemos de forma constructiva en nuestras comunidades y superemos el estrés y las adversidades (OMS, 2022) el estrés puede estar presente en las acciones de los individuos, en este caso, nos enfocaremos en el de los estudiantes provocado por diversas circunstancias que se analizan entre los factores de burnout, boreout, mobbing, tecnoestrés y estrés.

Ahora bien, sobre lo que se comprende por síndrome de Burnout de acuerdo con (Gutiérrez et al, 2006) la definición más aceptada es la propuesta por Maslach y Jackson en 1981; quienes consideraron que este síndrome es una forma inadecuada de afrontar un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal.

Por otro lado, el Síndrome de Boreout es una condición relacionada con una tríada relacionada con el aburrimiento, el desinterés y la infraexigencia (Cabrera, 2023) lo que puede generar trastornos en los estudiantes y que se puede ver reflejado en disminución de su rendimiento hasta provocar el abandono de un curso al ver que su esfuerzo no sirve de mucho.

También se analiza el Mobbing como un fenómeno o riesgo que atenta contra los derechos fundamentales de los seres humanos y aumenta la probabilidad de problemas de índole psicológica y física (Córdova et al, 2022) siendo que la labor en una institución de educación superior pública debe estar caracterizada por el respeto hacia los demás, el libre pensamiento y la apertura a la diversidad (en todos los campos) entre otras, lo que le permite procesos de comunicación directos y claros con los individuos que conforman la organización (o al menos la mayor parte de ellos) (Quirós, 2019).

Así mismo, y relacionado como riesgo psicosocial, se analizó el tecnoestrés como una respuesta directamente relacionada con la ansiedad y el estrés que surge del uso excesivo o inapropiado de la tecnología, en especial de dispositivos electrónicos y medios digitales (Masías et al, 2023). En cuanto al uso de recursos de apoyo al aprendizaje, cabe considerar que este se asocia con el control que el profesorado ejerce sobre su trabajo. Investigaciones recientes (Shadiev, 2024) revelan que el uso intencional de recursos digitales y físicos en el aula se traduce en prácticas docentes más efectivas y una mejor experiencia de aprendizaje para el alumnado. Estudios recientes proporcionan un marco para comprender cómo las estrategias y los recursos de aprendizaje pueden utilizarse eficazmente en el aula (Hattie & Donoghue, 2016).

Ahora bien, el uso de tecnologías y recursos en el aprendizaje influye en el control del trabajo del alumnado y facilita su aprendizaje (Tsai & Wu, 2021). Por lo que si bien, el empleo de la tecnología puede ser causante de estrés, como cuando no se cuenta con los medios e internet accesible o su empleo excesivo mediante diversas actividades, puede ser una área de oportunidad para dirigirla a facilitar la calidad educativa dentro y fuera del aula por las diversas instituciones

públicas y privadas, así mismo, para emplear diversas estrategias hasta lúdicas dirigidas hacia una mayor motivación y mejor comprensión del mensaje e instrucción, con lo que se apoye el aprendizaje significativo y la calidad educativa.

METODOLOGÍA

Diseño General de la Investigación

En el presente trabajo se llevará a cabo una investigación con un diseño cuantitativo, descriptivo, no experimental y transversal, generando investigaciones documentales y principalmente de campo en una universidad del noreste de México.

La investigación tendrá un diseño no experimental dado que se levantarán datos y se analizará la realidad de los participantes sin influenciar ninguna variable de estudio, así mismo, el levantamiento de datos se realiza en un punto de tiempo definido que permite conocer la situación actual y no en diversos momentos en el tiempo.

Esta investigación se realizó mediante un enfoque cuantitativo debido a la población que se pretendió alcanzar y los objetivos que se quieren lograr, en este sentido el alcance de la investigación permite describir la situación actual de los riesgos psicosociales a los que se están enfrentando los estudiantes universitarios del Noreste de México, por lo que se identificaron si existen elementos comunes y cuál es el mayor indicador de afectación entre burnout, boreout, tecnoestrés, mobbing y estrés. El estudio documenta lo realizado en una Universidad del Noreste del país y plantea una serie de propuestas en función de los resultados obtenidos para la comunidad educativa.

Cada una de las enfermedades que se estudiarán será analizada con base en un instrumento que explica la realidad de la comunidad estudiantil de la región noreste de México, como lo serán los factores de burnout, boreout, tecnoestrés, moobing, estrés y sus causas, como alcance de esta investigación.

Universo y Muestra

El estudio se circunscribe a una muestra de una universidad del noreste de México como representativa de la región por su impacto e influencia en la misma. La muestra que se toma es de un total de 289 miembros de la comunidad universitaria del Noreste de México teniendo un nivel de

confianza de 95% y un error permisible del 0.05. Este primer paso nos permitirá probar el instrumento y su viabilidad.

Descripción de las Técnicas y Procedimientos

Se realizará un levantamiento mediante el uso de técnicas de campo, como la encuesta utilizando escala Likert para el manejo del cuestionario aplicando desde el software "Google forms" y la obtención masiva de información, se utilizará el paquete estadístico "SPSS" para la captura y análisis de datos generando estudios e interpretaciones con base en datos estadísticos descriptivos y deberá probarse la viabilidad, objetividad y fiabilidad de estos instrumentos.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Del análisis de la base de datos, entre boreout, burnout, mobbing, tecnoestrés y estrés en la universidad del noreste de México se identificaron diversos indicadores entre los factores y causas analizadas, que resultaron de la aplicación de una encuesta a 289 estudiantes.

Se halló una prevalencia del factor boreout por causas de aburrimiento en el trabajo 3.20, infraexigencia en el trabajo 2.98 y desinterés en el trabajo 2.97, siendo la causa más baja esta última y la causa más alta de este factor por el aburrimiento en el trabajo con 3.20. En tanto burnout resultó con un nivel moderado por causas como, agotamiento personal 2.99, agotamiento académico 2.73 y agotamiento relacionado con el profesor 2.38, por lo que en este factor esta última causa resultó inferior al promedio de resultados y el agotamiento personal la causa con más alto valor.

Por otro lado, el mobbing resultó con un nivel bajo, por acoso orientado a la persona 1.36, acoso orientado al trabajo 1.36 y acoso intimidatorio 1.26, por lo que mobbing, en general, resultó con el nivel más bajo de los cinco factores psicosociales analizados. Ahora bien, el Tecnoestrés resultó con un nivel bajo, por sobrecarga informativa 2.17, invasión de privacidad 1.64, incertidumbre técnica 2.00 y falta de control 1.60, por lo que el nivel más bajo fue por la causa de falta de control y el nivel más alto en este factor resultó por la causa de sobrecarga informativa. Así mismo, el factor Estrés resultó con un nivel bajo por clima organizacional 2.35, estructura organizacional 2.47, territorio organizacional 2.34, tecnología 2.37, influencia del líder 2.14, falta de cohesión 2.19, respaldo de grupo 2.30, por lo que, en este factor, la causa con un indicador más bajo

fue por la influencia del líder y la causa más alta fue por el estrés ocasionado por la estructura organizacional.

Por lo que los resultados muestran que las estimaciones de los parámetros estructurales son moderadamente significativas principalmente para dos de los cinco riesgos psicosociales evaluados, como boreout y burnout. Cabe destacar que mobbing, tecnoestrés y estrés no resultaron estadísticamente significativos al resultar con un nivel bajo, ahora bien, en cuanto a burnout relacionado con la causa de agotamiento relacionado con los profesores resultó bajo, mientras que las causas por agotamiento personal y académico resultaron moderadas y en cuanto a boreout por las causas de aburrimiento en el trabajo, desinterés en el trabajo e infraexigencia en el trabajo resultaron con un nivel moderado. Por lo tanto, en el presente estudio el síndrome de boreout y de burnout resultaron ser los principales factores de riesgo psicosocial detectados de los cinco analizados mediante el instrumento utilizado con un nivel moderado provocado por las diversas dimensiones.

Ahora bien, de una revisión de la literatura, el boreout como síndrome puede afectar determinadamente la productividad que tiene que ver con una triada de causas que lo provocan, las cuales son el aburrimiento, el desinterés y la infraexigencia, que cuando se presentan de manera permanente y de forma prolongada promueven un nivel de riesgos enormes de contraer el boreout como enfermedad psicosocial y puede tener efectos tanto para el trabajo desempeñado, pero sobre todo en afectaciones a la salud y la seguridad (Noriega, 2024 en Chaparro et al, 2025). Aunque pareciera que puede estar cómodo por tener tareas escasas o tareas que no corresponden con sus capacidades y habilidades (competencias por debajo de sus capacidades), no es así; intrínsecamente se ésta afectando su salud y bienestar, la infraexigencia, el aburrimiento y el desinterés puede llegar a ser patológico y termina deteriorando su vida personal y social (Zambrano, 2022).

Un persistente boreout puede desencadenar la manifestación de estrés crónico que actúe como factor de riesgo para desarrollar burnout (Beltrán, 2016). Por lo tanto, un boreout puede llegar a convertirse en burnout. Tal vez, la definición más aceptada es la que ofrecen Maslach y Jackson (1982), que lo conceptualizan como cansancio emocional que lleva a una pérdida de motivación y que suele progresar hacia sentimientos de inadecuación y fracaso. Según estas autoras, el "burnout" se manifiesta por tres síntomas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal. El agotamiento emocional se refiere a la falta de recursos emocionales y al sentimiento de que nada se puede ofrecer a otra persona. Es un componente fundamental del "burnout" que puede tener

manifestaciones físicas y psíquicas. La despersonalización es el desarrollo de actitudes negativas e insensibles hacia los destinatarios de los servicios que se prestan (Buendía, 1993), y el sentimiento de realización personal, el cual supone una serie de respuestas negativas hacia uno mismo y a su trabajo típicas de la depresión, moral baja, evitación de las relaciones interpersonales-profesionales, baja productividad, incapacidad para soportar la presión y una pobre autoestima (Castillo, 2001).

Los síndromes de burnout y boreout pueden conducir a la fatiga física y psicológica (Brühlmann, 2015 citado por Daza et al, 2017). Ahora bien, el burnout (agotamiento) resultó con un nivel moderado, principalmente ocasionado por el agotamiento personal y académico lo que puede ocasionar, en general, estrés en los estudiantes y que puede tener un mayor impacto no solo en su desempeño sino hasta en su salud. El agotamiento académico se refiere a "sentirse agotado debido a las demandas del estudio, tener una actitud cínica y distante hacia el estudio y sentirse incompetente como estudiante (Schaufeli et al, 2002) el estrés académico es uno de los factores importantes que conducen al agotamiento académico de los estudiantes (Gao, 2023) por lo que, el "burnout" se manifiesta por tres síntomas: agotamiento emocional, despersonalización y realización personal.

Sobre la posible implementación de estrategias para combatir el síndrome de burnout, la implementación de estrategias comprobadas para mejorar el bienestar estudiantil sigue siendo una prioridad principal; algunos ejemplos incluyen la participación personal, las actividades extracurriculares, la reinterpretación y expresión de emociones, los programas de mentoría dirigidos por estudiantes, los sistemas de evaluación, la orientación profesional y el coaching personal. (Shreffler et al, 2020).

Por otro lado, sobre el mobbing, si bien del instrumento se desprende como un variación leve, el escenario en que se desarrolla el mobbing suele caracterizarse por una mala o nula organización del trabajo y por la inexistencia de métodos eficaces en la resolución de conflictos (García, 2016) no puede negarse que las situaciones de conflicto entre pares y superiores han existido y existirán; sin embargo, el fenómeno del mobbing va más allá de un conflicto aislado entre compañeros de trabajo que pudiera presentarse en una organización. Este fenómeno es complejo y afectará negativamente la cultura organizacional de cualquier institución, tanto privada como pública. Es así como si un individuo está siendo sujeto de mobbing, su afectación será directa, lo que repercutirá en su competitividad, por lo que los productos esperados de él no serán, probablemente, los adecuados, siendo también otros los afectados indirectamente. En consecuencia, se puede

afirmar que, si bien este tipo de acoso se enfoca en una víctima, la organización, como unidad, también se verá aquejada (Quirós, 2019).

De los estudiantes se puede ver afectado su rendimiento, colaboración e identificación con la Universidad hasta el provocar dejar sus estudios, por lo que es un fenómeno que se tiene que seguir trabajando hacia su prevención, derivación, atención y seguimiento cuando se detecte mediante diversos instrumentos hasta psicológicos por las diversas áreas de una Universidad.

Ahora bien, sobre el tecnoestrés, aunque no resultó significativo en cuanto al nivel que se desprendió del instrumento aplicado en esta Universidad del Noreste de México, éste se puede entender como un estado psicológico negativo relacionado con el uso de TIC o amenaza de su uso en un futuro. Ese estado viene condicionado por la percepción de un desajuste entre las demandas y los recursos relacionados con el uso de las TIC que lleva a un alto nivel de activación psicofisiológica no placentera y al desarrollo de actitudes negativas hacia las TIC (Salanova, 2003). Por lo que al igual que otras situaciones estresantes, el estrés tecnológico es el resultado de un proceso percibido de desajuste entre las necesidades y los recursos disponibles (Ponce et al, 2023) lo que puede conducir a actitudes negativas o perjudiciales.

El rol de la universidad debería ser más protagónico para adoptar algunas medidas preventivas o correctivas que disminuyan los niveles de tecnoestrés (Coppari et al, 2024). De igual manera, sería útil incentivar la desconexión digital mediante el fomento de diversas actividades físicas y familiares y de la socialización (Estrada & Gallegos, 2021). Es relevante que los alumnos conozcan sus niveles de tecno estrés para poder tomar medidas para afrontar el tecno estrés, se deben adoptar medidas preventivas para disminuir el tecno estrés, dado a la virtualidad muchos alumnos pasan muchas horas frente a las pantallas. Es relevante entender los factores que inciden al tecno estrés y al rendimiento académico (Ponce et al, 2023).

En específico sobre el riesgo de estrés, este es la respuesta automática y natural del cuerpo ante las situaciones que resultan amenazadoras o desafiantes (Maturana & Vargas, 2015). Por lo tanto, es un evento normal en la vida, durante el cual el entorno está en constante cambio y hay que adaptarse de manera continua, este se puede concebir como una reacción comportamental, psicológica y/o fisiológica que se presenta como respuesta a un estímulo, situación o contexto que es valorada como riesgosa o demandante (Lazarus & Folkman, 1986).

Las cargas de estrés, tanto vital como interpersonal, tienen un peso significativo en la aparición de síntomas de depresión y ansiedad en estudiantes universitarios. Por lo tanto, es necesario buscar mecanismos para identificarlos y lograr una intervención temprana (Londoño, 2021). Como parte del control del estrés, la correcta planificación y ejecución de las actividades de aprendizaje se relaciona con la capacidad del docente para gestionar su tiempo y recursos y contrarrestarlo. El estrés escolar puede ser entendido como la respuesta del organismo a los estresores que se dan dentro del espacio educativo y que afectan directamente el rendimiento de los alumnos (Dávil y Guarino, 2001).

Ahora bien, en un análisis realizado (Valente et al, 2024) determinó que los docentes que ejercen un control sistemático sobre sus actividades docentes logran implementar prácticas más efectivas y centradas en el estudiante. Estudios recientes abordan cómo los sistemas educativos a nivel mundial pueden implementar actividades de aprendizaje efectivas y monitorear el progreso del estudiante (Schleicher, 2020). Asimismo, se destaca la relevancia de la evaluación formativa y la adopción de prácticas efectivas para el control del aprendizaje. Además, los estudiantes pueden regular su propio aprendizaje y la relación de esta autorregulación con el control de sus actividades educativas (Sortwell et al, 2024).

Diferentes investigaciones especifican que las fuentes de estrés en los estudiantes dependen de varios factores como el estado de salud, ansiedad, problemas económicos, etc., igualmente los aspectos académicos como la carga de trabajo, plan curricular, tiempo que dedican a la preparación de clases y detrimento en las actividades de esparcimiento, condiciones a las que el alumno deberá adaptarse a lo largo de la carrera. Por lo que las instituciones deben vigilar y atender estas dificultades, que enfrentan los estudiantes universitarios durante la formación académica, así como fomentar el uso de estrategias de afrontamiento adecuadas para mejorar el desempeño de los estudiantes (Ortiz & Farfán citado por Espinoza, 2020).

CONCLUSIONES

De los resultados se obtuvo que boreout y burnot tienen un nivel moderado en todas sus dimensiones, por otro lado, mobbing, tecnoestrés y estrés, resultaron con el nivel más bajo en todas sus dimensiones. En particular, boreout resultó con un nivel moderado, por aburrimiento en el trabajo

3.20, infraexigencia en el trabajo 2.98 y desinterés en el trabajo 2.97, siendo el aburrimiento en el trabajo el más alto y Burnout, dentro de sus dimensiones causadas por agotamiento personal 2.99, agotamiento académico 2.73 agotamiento relacionado con el profesor 2.38, resultó también con un nivel moderado y resultó el agotamiento personal la causa con un nivel más alto.

En lo que respecta a mobbing, resultó en un nivel bajo causado por acoso orientado a la persona 1.36, acoso orientado al trabajo 1.36, acoso intimidatorio 1.26 por lo que, en general, este es el nivel más bajo de la muestra. En cuanto al tecnoestrés su resultado fue de un nivel bajo por sobrecarga informacional 2.17, invasión de privacidad 1.64, incertidumbre técnica 2.00, falta de control 1.60, por lo que el nivel más alto resultó la sobrecarga informacional, aun así, resultó en general, de un nivel bajo. Ahora bien, en cuanto al factor estrés fue también de un nivel bajo, causado por clima organizacional 2.35, estructura organizacional 2.47, territorio organizacional 2.34, tecnología 2.37, influencia del líder 2.14, falta de cohesión 2.19, respaldo de grupo 2.30, por lo que el estrés ocasionado por la estructura organizacional resultó ser la dimensión más alta, pero en general, los resultados en cuanto a mobbing, tecnoestrés y estrés fueron de un nivel bajo.

Por lo que para futuros estudios, sería importante incluir una mayor cantidad de muestras no solo de estudiantes sino también de docentes, directivos y demás personal de una Universidad, con lo que se amplió la atención a la comunidad educativa enfocada en la prevención, detección y disminución de riesgos psicosociales, donde además se incluyan diversas instituciones del país e internacionalmente para un análisis comparativo, ya que, en esta investigación es una limitante, al no poder aseverar si todos los resultados pueden generalizarse o relacionarse, aunque hubo resultados significativos.

Las instituciones educativas deben adoptar un enfoque integral que considere la diversidad de necesidades, como los factores de riesgo psicosocial tanto de los estudiantes como de los docentes y demás personal directivo y administrativo, según su área, nivel educativo y experiencia, respectivamente, para implementar estrategias, como un plan de acción organizacional en el que se aborden estas necesidades de prevención de riesgos psicosociales en el ámbito educativo, con lo que se pueda crear un ambiente motivador y satisfactorio con sinergia entre la comunidad, contribuyendo significativamente a alcanzar una educación de excelencia.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Beltrán, A. Contreras, B. Forero, L. y García, A. (2016). Game-mover: Herramienta gamificada para el diagnóstico del Síndrome de Boreout. Tesis de Grado. Facultad de Psicología. Universidad Católica de Colombia. Recuperado de: <https://repository.ucatolica.edu.co/bitstream/10983/6097/4/GameMover%20herramienta%20gamificada%20para%20el%20diagnostico%20del%20boreout.pdf>
- Buendía, J. (1993). Estrés y Psicopatología, 1-39. <https://inmunojmvucv.wordpress.com/wp-content/uploads/2022/03/estres-e-infertilidad.pdf>
- Cabrera Noriega, L. (2024). Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción, 3 (Supl.2) 109-111. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2850/4701>
- Campos, J de J. (2006) Síndrome de burnout, Arch Neurocién (Mex) 11(4), 305-309.
- Castillo Ramírez, S. (2001). El síndrome de "Burn Out" o síndrome de agotamiento profesional, 17 (2) 11-14. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152001000100004
- Chaparro Salinas, E. M., Hernández Silva, M del C., Guadarrama Varón, Y., Diagnóstico de la presencia del síndrome de Boreout en instituciones de educación superior en Latinoamérica, 7 (26) 103 – 110. <file:///C:/Users/Hernandez/Downloads/Dialnet-DiagnosticoDeLaPresenciaDelSindromeDeBoreoutEnInst-10369649.pdf>
- Coppari, N., Bagnoli, L., González, L., Marecos, C., Romero-Lévera, M. L. (2024). Usos de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada 34(1), 123 -133. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/view/2850>
- Córdova Campaña, E. R., Rodríguez Vásconez, A. I., Suasnavas Bermúdez, P. R, Vilaret Serpa, A. (2022). Instrumentos de identificación del mobbing o acoso laboral en Iberoamérica: una mirada desde el riesgo psicosocial, Revista Cuatrimestral "Conecta Libertad, 6 (3), pp. 57-76. <https://revistaitsl.itslibertad.edu.ec/index.php/ITSL/article/view/297>
- Dávila, B. y Guarino, L. (2001) Fuentes de Estrés y Estrategias de Afrontamiento en escolares venezolanos. En Interamerican Journal of Psychology, 35 (1); 97-112. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-el-estres-escolar-S0716864015000073>

- Daza Ramírez, D., Plaza Gómez M. T. y Hernández Riaño, H. E., Factores de riesgo intralaboral asociados al clima organizacional y su efecto sobre el síndrome de boreout en el sector salud, 38 (58) 3. <https://www.revistaespacios.com/a17v38n58/17385803.html>
- Espinoza Castro J. F. (2020) Influencia del estrés sobre el rendimiento académico, <https://www.redalyc.org/journal/559/55969798011/55969798011.pdf>
- Estrada A., E.G. y Gallegos R., N. (2021). Tecnoestrés en el contexto educativo: un problema emergente durante la pandemia COVID-19. *Apuntes Universitarios*, 12(1), 447-451. Doi: 10.17162/au.v12i1.992
- Gao, X., (2023). Academic stress and academic burnout in adolescents: a moderated mediating model. *Front Psychol*, 1-11, <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10278958/pdf/fpsyg-14-1133706.pdf>
- García, O. (2016). El Mobbing dentro de las Organizaciones. Un Análisis para el Cambio Organizacional, *Tepexi Boletín Científico de la Escuela Superior de Tepeji del Río*, 3 (6) <https://www.uaeh.edu.mx/scige/boletin/tepeji/n6/a5.html>
- Gutiérrez Aceves, A., Miguel Ángel Celis López, M.A., Moreno Jiménez, S., Farias Serratos, F., Suárez, Suárez Campos, J de J. Síndrome de borneout, 11 (4) 305-309. <https://es.scribd.com/document/776958731/Burnout>
- Hattie, J. A. C., & Donoghue, G. M. (2016). Learning strategies: A synthesis and conceptual model. *Npj Science of Learning*, 1(1), 16013. <https://doi.org/10.1038/npjscilearn.2016.13>
- Lazarus, R. & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.
- Londoño Arredondo, N. H., Calle Restrepo, L. C., Berrio Rojas, Z., *Depresión y ansiedad en estudiantes que ingresan a la universidad y factores de estrés asociados*, 13 (4), 123 – 138. <https://pssa.ucdb.br/pssa/article/view/1371>
- Masías Ynocencia, Y; Aco Corrales, EA; Colque Candia, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Yachay*, 12 (2), 67- 77.
- Maslach, C. y Leiter, M.P. (1997) *The truth about burnout*. San Francisco, CA: Jossey Bass.
- Maturana H A., Vargas A. S., (2015) El estrés escolar, 26 (1) 34-41. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-medica-clinica-las-condes-202-articulo-el-estres-escolar-S0716864015000073>
- Ortiz S, Tafoya S, Farfán A, Jaimes A. (2013) Rendimiento académico, estrés y estrategias de afrontamiento en alumnos del programa de alta exigencia académica de la carrera de

medicina. Revista Med; 21(1): 29-37.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-52562013000100003

Plan de acción integral sobre salud mental 2013-2030 (OMS, 2022)

<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/357847/9789240050181-spa.pdf>

Ponce Pardo, J. E., (2024). Jalixto Erazo, H. M., Hernández Guerra, R. E., Chiri Saravia, P. C., El tecnoestrés en el rendimiento académico en estudiantes, Horizontes, 7 (28)
<http://www.scielo.org.bo/pdf/hrce/v7n28/a25-852-861.pdf>

Quirós García, E (2019). El mobbing académico, fenómeno ignorado y de responsabilidad conjunta: estudio de caso en una universidad estatal en Costa Rica, 2 (29), 185-200
<https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/repertorio/article/view/13523/19013>

Salanova Soria, María (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. <https://journals.copmadrid.org/jwop/files/88187.pdf>

Shreffler, J., Huecker, M., Martin, L., Sawning, S., Thé, S., Shaw, M. A., Mittel, O., Holthouser, A. (2020) <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2452301120300456>

Strategies to Combat Burnout During Intense Studying: Utilization of Medical Student Feedback to Alleviate Burnout in Preparation for a High Stakes Examination, Health Professions Education, 6 (3) 334-342.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2452301120300456>

Schaufeli, WB, Salanova, M., González-Romá, V. y Bakker, AB (2002). La medición del compromiso y el agotamiento: Un enfoque de análisis factorial confirmatorio de dos muestras. Revista de Estudios de la Felicidad: Un Foro Interdisciplinario sobre Bienestar Subjetivo, 3 (1), 71–92.
<https://doi.org/10.1023/A:1015630930326>

Schleicher, A. Global Education Monitoring Report, 2020.

Sortwell, A., Trimble, K., Ferraz, R., Geelan, D. R., Hine, G., Ramirez-Campillo, R., Carter-Thuiller, B., Gkintoni, E., & Xuan, Q. (2024). A Systematic Review of Meta-Analyses on the Impact of Formative Assessment on K-12 Students' Learning: Toward Sustainable Quality Education. Sustainability, 16(17), 7826. <https://doi.org/10.3390/su16177826>

Tsai, M.-J., & Wu, A.-H. (2021). Visual search patterns, information selection strategies, and information anxiety for online information problem solving. Computers & Education, 172, 104236. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104236>

Zambrano, Marbelis T. (2022) Síndrome de boreout y su incidencia en el desempeño laboral, 5 (2)
file:///C:/Users/Hernandez/Downloads/8_Marbelis_Art%C3%ADculo+8_REVISTA+INVEST
UBA+Volumen+5_+N%C3%BAmero+2_2022%20(2).pdf

15388

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ALUMNOS DEL PLANTEL ISIDRO FABELA ALFARO DE LA ESCUELA PREPARATORIA DE LA UNIVERSIDAD AUTONOMA DEL ESTADO DE MÉXICO

Ismael De la Cruz Orozco

Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria

<https://orcid.org/0000-0001-8895-1828>icruzo@uaemex.mx

Diana Guadalupe Flores Millán

Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria

<https://orcid.org/0009-0007-7907-1416>dgfloresm@uaemex.mx

Francisco Octavio Colin Plata

Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria

<https://orcid.org/0000-0003-0566-9937>focolinp@uaemex.mx

Resumen

La investigación propuesta se centra en reconocer los riesgos psicosociales que afectan a los estudiantes de la Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria de la Universidad Autónoma del Estado de México. La detección de dichos factores es fundamental para prevenir consecuencias en la salud, tales como el estrés o el desgaste emocional (burnout), que con frecuencia impactan a la población universitaria. Para alcanzar este objetivo, se desarrollará un estudio cuantitativo con alcance descriptivo, empleando un diseño no experimental. La recopilación de información se efectuará de manera transversal, utilizando encuestas que permitirán obtener la visión de los estudiantes respecto a su entorno académico y las situaciones generadoras de tensión que experimentan en su vida universitaria. El cuestionario es diseñado por la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional y se aplicará de forma electrónica. El procesamiento de los datos facilitará no solo la identificación de los riesgos psicosociales predominantes, sino también la elaboración de propuestas encaminadas a promover el bienestar integral de la comunidad estudiantil.

Palabras clave:

Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

Abstract

The proposed research focuses on recognizing the psychosocial risks that affect the students of the Isidro Fabela Alfaro Campus of the Preparatory School of the Autonomous University of the State of Mexico. The discovery of these factors was essential to prevent health consequences, such as stress or emotional exhaustion (burnout), that frequently impact the university population. To achieve this

objective, a quantitative study with descriptive scope will be developed, using a non-experimental design. The collection of data will be carried out transversally, using surveys that will allow us to obtain the students' vision regarding their academic environment and the situations that generate tension that they experience in their university life. The questionnaire is designed by the Latin American Research Network on Organizational Competitiveness and will be applied electronically. The processing of the data will facilitate not only the identification of the predominant psychosocial risks, but also the development of proposals aimed at promoting the comprehensive well-being of the student community.

Keywords: Educational Quality, Psychosocial Risks, University Students

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, el estudio de las enfermedades psicosociales ha cobrado una relevancia creciente en los ámbitos laboral y educativo, debido al impacto que generan en la salud mental, el rendimiento y la calidad de vida de los individuos. Entre estas problemáticas destacan el síndrome de burnout, el síndrome de boreout, el tecnoestrés, el mobbing y el estrés, cada uno de los cuales refleja distintas formas en que las exigencias del entorno interactúan con los recursos personales y organizacionales. Estos fenómenos, aunque diferenciados en su naturaleza, convergen en un mismo eje: la dificultad de adaptación del ser humano a contextos marcados por la presión, la competitividad, la digitalización y, en muchos casos, la precarización de las condiciones de estudio y trabajo.

El burnout se caracteriza por el agotamiento emocional y físico producto de la sobrecarga laboral y académica; el boreout, por el contrario, surge de la subutilización de capacidades, la monotonía y la falta de sentido en las tareas; el tecnoestrés responde a la irrupción masiva de las tecnologías de la información y la comunicación que, si bien ofrecen oportunidades, también generan ansiedad, presión por la hiperconexión y sentimientos de obsolescencia; mientras que el mobbing representa una forma de violencia psicológica persistente en el ámbito laboral o escolar que deteriora la autoestima, la confianza y el sentido de pertenencia. En este escenario, el estrés se convierte en el concepto transversal que explica cómo la acumulación de demandas externas supera la capacidad de afrontamiento del individuo.

La revisión de estos síndromes resulta imprescindible para comprender los riesgos psicosociales contemporáneos y su incidencia en la productividad, la convivencia y el aprendizaje. Asimismo, permite situar la necesidad de marcos teóricos sólidos que orienten tanto la investigación como la implementación de políticas institucionales de prevención e intervención. De esta manera, el presente marco teórico busca ofrecer una visión integral de estas enfermedades psicosociales, analizando sus características, factores desencadenantes y consecuencias, con el propósito de

fundamentar estrategias de acción que favorezcan el bienestar integral de estudiantes y trabajadores en las instituciones educativas y organizaciones actuales.

Síndrome de Boreout

El Síndrome de Boreout fue acuñado por Rothlin y Werder (2007), etimológicamente deriva de *bore* (aburrimiento) y *out* (fuera), simbolizando la “expulsión subjetiva” del trabajador de su rol productivo. El boreout es un fenómeno psicosocial emergente, está vinculado con el estado crónico de aburrimiento, la infraexigencia, el desinterés y la falta de sentido en el trabajo; surge cuando actividades asignadas carecen de desafíos, reconocimiento o utilidad, generando en los trabajadores apatía, frustración y desmotivación (Rothlin y Werder, 2011).

Investigaciones internacionales muestran que el boreout afecta la productividad de manera negativa, así como la satisfacción laboral (Abubakar, 2020). Karatepe *et al.* (2020) señala que, en la industria aeronáutica, los niveles altos de boreout disminuyen la atención al cliente. Por su parte, Merdan *et al.* (2022) confirma el vínculo con el *cyberloafing* y conductas contraproducentes. Por su parte, en el contexto Peruano, las investigaciones asocian este síndrome con el bajo compromiso organizacional (Gamomnal, 2023) y con una significativa disminución del rendimiento laboral en el sector salud (Cubas, 2023).

El boreout se puede interpretar desde diferentes enfoques teóricos como:

La teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 2000) sostiene que la motivación intrínseca depende de tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación; si estas no generan satisfacción surge la desmotivación.

La teoría del Compromiso Organizacional (Meyer y Allen, 1991) plantea que el compromiso se sostiene en tres dimensiones: afectiva, de continuidad y normativa. El síndrome boreout debilita, especialmente, la dimensión afectiva, al disminuir la identificación emocional con la organizacional (Gamonal, 2023).

El estudio sobre el boreout permite comprender los riesgos psicosociales en el trabajo, comprendiendo que no solo la sobrecarga, sino también la infraexigencia pueden ser una patología. De forma práctica, requiere políticas de gestión del talento humano, encaminadas a ajustes de persona-puesto; la capacitación y el desarrollo profesional y el reconocimiento del trabajador en términos materiales y simbólicos.

Síndrome de Burnout

El burnout, inicialmente fue descrito por Freudenberger (1974) con base en un estudio sobre voluntarios de una clínica para toxicómanos, posteriormente, lo conceptualiza Maslach y Jackson (1981) como un síndrome tridimensional vinculado al estrés laboral crónico, este síndrome implica

el agotamiento emocional; despersonalización y baja realización personal. En el primero existe la sensación de estar exhausto y sin recursos emocionales. El segundo manifiesta actitudes cínicas y distantes hacia los usuarios del servicio y el tercero, genera sentimiento de incompetencia y falta de logro en el trabajo. Cherniss sugiere que el burnout sea estudiado como un proceso de tres etapas: tensión emocional, defensas psicológicas y agotamiento.

Ante esos planteamientos, se identifica que los riesgos son multidimensionales que conllevan aspectos individuales, organizacionales y sociales (Gil-Monte, 2001). Este síndrome afecta, principalmente, a profesionales de áreas asistenciales como la salud y la educación, donde el contacto directo con personas y la carga emocional son elevados (Freire, *et al.*, 2009; Gallegos y Muñoz, 2015).

El tecnoestrés

El concepto de tecnoestrés se introdujo por Brod (1984), quien lo definió como una enfermedad adaptativa causada por la incapacidad de los individuos para manejar de forma saludable las nuevas tecnologías (Coppari *et al.*, 2024). Esta perspectiva inicial se ha ido ampliando hasta comprenderlo como un riesgo psicosocial emergente que afecta la salud mental, física y social de los sujetos, en contextos tanto académicos como laborales. En el ámbito educativo, investigaciones recientes subrayan cómo el uso intensivo de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), en especial durante la “virtualidad obligatoria” por la pandemia, incrementó la exposición a pantallas y difuminó las fronteras entre el tiempo personal y académico-laboral. Según Coppari *et al.* (2024), docentes y estudiantes que permanecen conectados más de cinco horas diarias experimentan correlaciones positivas entre el uso de TIC y comportamientos asociados al tecnoestrés, aunque en niveles bajos a moderados. Esta constante conexión conlleva sentimientos de ansiedad y dificultades de desconexión digital.

En la educación superior latinoamericana se ha demostrado que niveles elevados de tecnoestrés impactan negativamente en el rendimiento académico, particularmente en estudiantes de primer ciclo, al generar tensión emocional, fatiga cognitiva y disminución de la motivación (Masías, Aco y Colque, 2023). De manera similar, en la educación básica y media el tecnoestrés incide directamente sobre el desempeño docente, con correlaciones moderadas que evidencian la sobrecarga tecnológica y la necesidad de habilidades digitales actualizadas (Araujo, Aragón y Mango, 2023). Así, el fenómeno compromete tanto la calidad educativa como la salud socioemocional de la comunidad escolar.

En el plano laboral, los trabajadores administrativos también experimentan consecuencias del tecnoestrés. Sarabia y Cabezas (2024) identificaron en un consorcio administrativo que, aunque la mayoría presenta niveles bajos, existe un sector con niveles medios y altos, lo cual refleja vulnerabilidad frente a la sobrecarga de información, la hiperconectividad y la exigencia de

adaptación tecnológica. En instituciones públicas, como empresas eléctricas o servicios estatales, se ha encontrado además la coexistencia del tecnoestrés con síntomas de fatiga visual, lo que amplifica sus efectos físicos y mentales (Villa Romero, 2024).

Una dimensión crítica es la tecnoddependencia; Quiroz-González, Ortiz-Giraldo y Villavicencio (2023) muestran que el uso compulsivo de dispositivos y conductas como el phubbing se relacionan con la intensificación del tecnoestrés y con riesgos de tecnoadicción en trabajadores de México y Colombia. Estas conductas, cuando se cronifican, afectan la satisfacción laboral y el bienestar integral, generando impacto directo en la productividad y en la salud mental institucional.

El Moobing

El moobing también denominado “acoso psicológico” o “psicoterror laboral” se define como una violencia psicológica extrema, sistemática y prolongada ejercida por uno o varios contra una persona en el trabajo. Siguiendo los criterios fundacionales de Leymann (1990), implica al menos un acto negativo semanal durante seis meses o más, arrastrando a la víctima a la indefensión y al deterioro psicosomático y social (“comunicación hostil y sin ética... frecuente y durante largo tiempo”). Esta construcción ha sido adoptada por guías técnico-preventivas, que insisten en identificarlo tempranamente por su impacto en personas y desempeño organizacional.

Desde una perspectiva sistémica e instrumental, el fenómeno se expresa en patrones de conducta observables. El acoso psicológico en el trabajo: moobing y el *Leymann Inventory of Psychological Terrorization* organizan estos patrones en maniobras que bloquean la comunicación, limitan el contacto social, desacreditan la capacidad profesional, desprestigian la persona y comprometen la salud; por ejemplo, invisibilización (“no le responden, actúan como si no estuviera”), asignación de tareas humillantes o inequidad deliberada en cargas y reconocimientos. La validez convergente de tales dimensiones se refuerza con el Negative Acts Questionnaire–Revised (NAQ-R), que distingue el acoso relacionado con el trabajo, relacionado con la persona y la intimidación como ejes robustos de medición y tamizaje organizacional.

En cuanto a consecuencias, la literatura documenta un ingrediente de daño emocional (ansiedad, depresión, hostilidad), cognitivo (hipervigilancia, rumiación), somático (cefaleas, trastornos del sueño, problemas gastrointestinales y cardíacos) y organizacional (ausentismo, rotación, menor productividad) que justifican considerar el moobing una enfermedad psicosocial con costos humanos y económicos sustantivos.

El contexto educativo requiere mención específica: aun cuando en ciertos casos no se verifica el umbral clínico de moobing, emergen patrones precursores (“control excesivo de la actividad docente”, “limitar la comunicación”, “desacreditar la capacidad profesional”) que deterioran motivación, desempeño y clima y que, de cronificarse, desencadenan el cuadro pleno de acoso. En

términos prácticos, esto conecta con la fase “gris” de normalización de micro-agresiones que las escalas operativas captan antes de que el daño sea irreversible.

Interpretación crítica. Conceptualmente, el moobing opera como mecanismo de regulación informal del poder en organizaciones con déficits de gobernanza relacional (roles ambiguos, comunicación selectiva, inequidad). Los criterios de frecuencia y duración de Leymann son útiles para estandarizar diagnóstico y evitar inflaciones semánticas; sin embargo, no deben funcionar como umbral ético: los patrones subclínicos descritos en universidades muestran que la prevención primaria (políticas antiacoso, canales de denuncia, gestión de liderazgo y cargas de trabajo, alfabetización socioemocional) es decisiva para estudiantes y trabajadores.

El estrés

El estrés es un proceso psicobiológico que emerge cuando las demandas percibidas superan los recursos personales para afrontarlas. Más que el estímulo externo, es la valoración cognitiva la que convierte una demanda en estresor y precipita el desequilibrio. Esta perspectiva transaccional explica por qué, ante un mismo contexto, algunas personas experimentan malestar y otras no (Lazarus & Folkman, 1984). En el ámbito educativo, el Modelo Sistémico-Cognoscitivista define el estrés académico como un proceso adaptativo que articula cuatro componentes: estresores (sobrecarga, tiempo limitado), experiencia subjetiva, moderadores (apoyos, afrontamiento) y efectos (síntomas y rendimiento). Así, se analiza no solo qué demanda estresa, sino cómo se procesa y con qué consecuencias (Barraza, 2021).

El estrés constituye una de las principales enfermedades psicosociales en contextos educativos y laborales los factores estructurales son determinantes. El Cuestionario de la OIT-OMS operacionaliza el estrés en siete áreas: condiciones ambientales, factores intrínsecos del puesto, estilos de dirección, gestión de recursos humanos, nuevas tecnologías, estructura y clima organizacionales. Este enfoque permite objetivar riesgos y jerarquizar intervenciones, integrando entrevistas y cuestionarios (OIT-OMS, 1988).

La prevalencia del estrés académico es elevada. Con el Inventario SISCO, se reporta que hasta un 86.3% de los estudiantes presenta nivel moderado de estrés, con síntomas físicos (inquietud), psicológicos (somnolencia, fatiga) y conductuales (variaciones en consumo de alimentos). Los principales estresores son la sobrecarga de tareas y los tiempos limitados, y como estrategias de afrontamiento destacan la planificación de estudios y el asertividad (Sánchez et al., 2021).

El análisis conjunto de fenómenos psicosociales: boreout, burnout, tecnoestrés, moobing y estrés, ayuda a reconocer que, aunque cada uno presenta especificidades en sus manifestaciones, comparten un trasfondo en común como lo son: la interacción disfuncional entre individuo, organización y contexto sociotecnológico.

El burnout se conforma por el desgaste emocional, físico y cognitivo derivado de la sobrecarga y la presión laboral; en contraste con el boreout, emerge por la falta de sentido, monotonía y subutilización de competencias, generando apatía y desmotivación. El tecnoestrés refleja los efectos de la digitalización acelerada en el ámbito académico y laboral, donde el exceso de demandas tecnológicas, la hiperconexión y la obsolescencia percibida exacerbaban la tensión psicológica. Por su parte, el moobing evidencia las dinámicas de violencia simbólica y psicológica en el espacio organizacional, afectando la estima, la cohesión y el bienestar de los trabajadores y estudiantes. Finalmente, como constructo general, el estrés opera como un eje transversal que explica el impacto de estos procesos en la salud mental, el rendimiento y la calidad de vida.

En el contexto educativo y laboral, estas problemáticas revelan la urgencia de diseñar estrategias institucionales de prevención, detección temprana e intervención integral, que incluyan políticas de gestión del bienestar, programas de apoyo psicológicas, de gestión de emociones y acciones de alfabetización digital y socioemocional. Asimismo, se requiere un marco de corresponsabilidad entre las instituciones y los individuos, en el que la cultura organizacional, el liderazgo transformacional y la pedagogía inclusiva actúen como factores protectores frente al deterioro psicosocial. La convergencia de estos síndromes evidencia que el desafío contemporáneo no radica únicamente en atender los síntomas, sino en transformar las condiciones estructurales, tecnológicas y relacionales que los generan, con el fin de garantizar entornos de aprendizaje y trabajo saludables, resilientes y sostenibles.

METODOLOGÍA

La investigación se hará con un enfoque cuantitativo y descriptivo, sin modificar las condiciones, para conocer los riesgos psicosociales que afectan a los estudiantes del Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria de la Universidad Autónoma del Estado de México. Se estudiará a partir de encuestas aplicadas a 381 estudiantes, seleccionados de un total de 1340, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error bajo para asegurar la precisión.

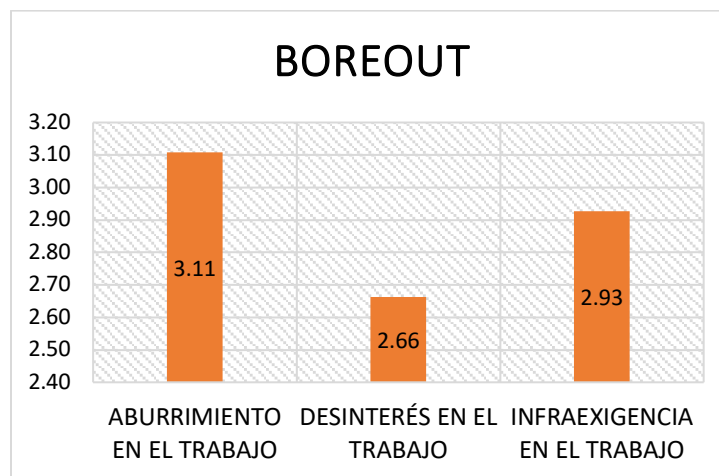
Se analizarán problemas psicosociales como estrés, tecnoestrés, boreout, burnout y moobing, y cómo están relacionados con riesgos emocionales, cognitivos y conductuales según pautas internacionales de organizaciones como la OIT y la OMS.

El estudio registra la situación actual sin intervenir, aplicando un cuestionario en línea basado en la Escala Likert para recoger datos. Los resultados serán analizados con un software estadístico (SPSS) para facilitar su interpretación y comprender mejor la realidad de estos estudiantes.

RESULTADOS Y DISCUSION

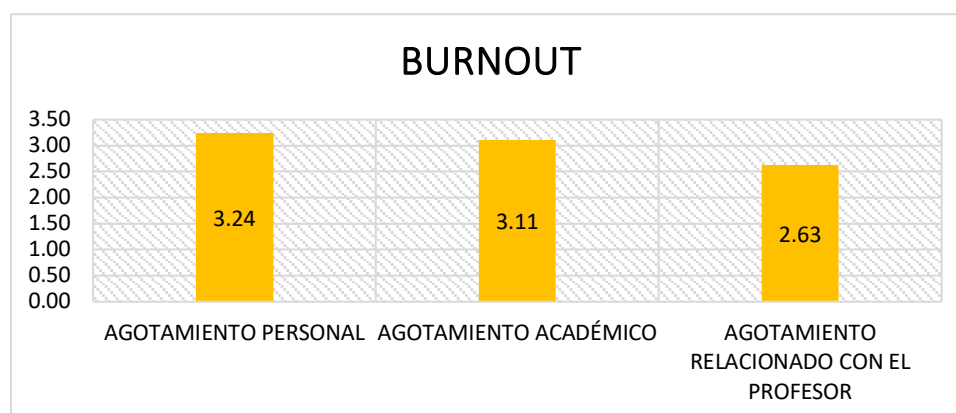
Los resultados obtenidos en la aplicación del instrumento RILCO-2025 a los estudiantes del Plantel Isidro Fabela Alfaro de la Escuela Preparatoria considerando las dimensiones como boreout,

burnout, moobing, tecnoestrés y estrés. Se pretende ofrecer una visión integral de los hallazgos que permita orientar estrategias de mejora y dar continuidad a la investigación en el contexto escolar.



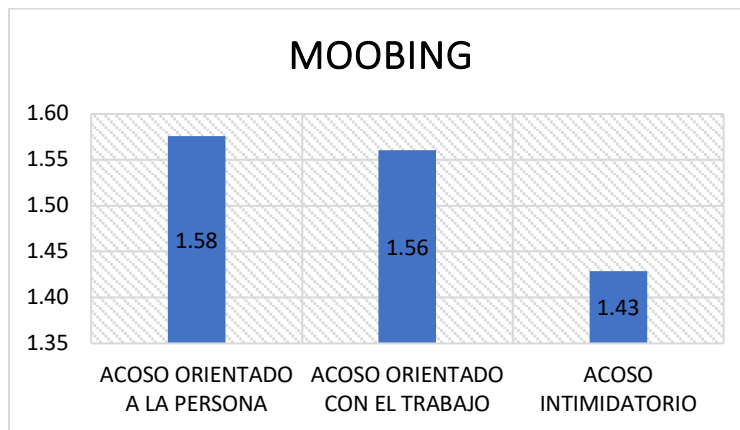
Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 225

La gráfica de Boreout muestra que el promedio más alto se presenta en la dimensión de aburrimiento en el trabajo (3.11), seguido de infraexigencia en el trabajo (2.93), mientras que el desinterés en el trabajo obtiene el valor más bajo (2.66). Esto indica que el principal factor que contribuye al aburrimiento entre los participantes es el aburrimiento, reflejando una sensación constante de falta de retos y estímulo laboral, mientras que el desinterés tiene un impacto menor. Según los criterios establecidos, estos resultados corresponden a un nivel moderado de boreout, siendo altamente relevante atender el aburrimiento laboral para mejorar el bienestar y compromiso organizacional. La literatura sobre el boreout sugiere que la infraexigencia genera desmotivación y puede desencadenar procesos de despersonalización y apatía hacia las actividades escolares. Es decir, no se trata de ausencia de interés per se, sino de un desajuste entre las capacidades de los estudiantes y las demandas académicas, lo que produce un déficit de estimulación y reduce la motivación intrínseca.



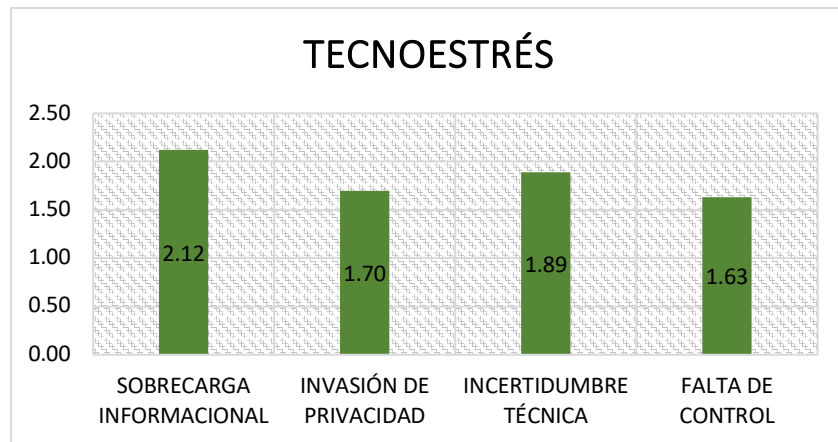
Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 225

La gráfica de Burnout evidencia que el agotamiento personal alcanza el promedio más alto (3.24), seguido por el agotamiento académico (3.11), mientras que el agotamiento relacionado con el profesor muestra el nivel más bajo (2.63). Estos resultados indican que los estudiantes presentan un nivel moderado de burnout, siendo el desgaste personal el factor más significativo dentro del síndrome, lo que sugiere una necesidad de estrategias de apoyo enfocadas al bienestar emocional y manejo del estrés individual. Por otro lado, el burnout derivado de la interacción con el profesor resulta bajo, señalando que los aspectos interpersonales con los docentes no constituyen el principal origen del desgaste en esta muestra.



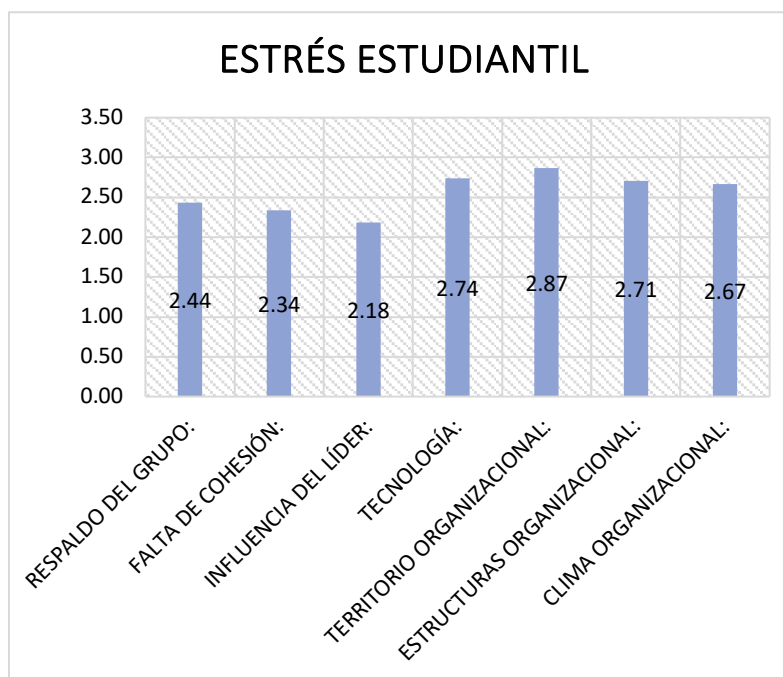
Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 225

La gráfica de moobing muestra que todos los indicadores de acoso laboral se ubican en niveles bajos, destacando que el acoso orientado a la persona (1.58) y el acoso orientado con el trabajo (1.56) presentan valores similares y ligeramente superiores al acoso intimidatorio (1.43), según los resultados y criterios interpretativos utilizados. Esto indica que, dentro del contexto estudiado, las formas de moobing se manifiestan principalmente como conductas sutiles hacia la persona y su desempeño laboral, en vez de actos intimidatorios directos. En suma, el nivel global de moobing es bajo, reflejando que, si bien existen prácticas indeseables, no representan una problemática grave actualmente.



Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 225

La gráfica de Tecnoestrés evidencia que el factor principal identificado es la sobrecarga informativa con un promedio de 2.12, seguido por la incertidumbre técnica (1.89), mientras que la invasión de privacidad (1.70) y la falta de control (1.63) presentan los valores más bajos. Según los criterios interpretativos, todos los indicadores se ubican en nivel bajo, lo que permite concluir que el grado de tecnoestrés que experimentan los estudiantes es limitado, aunque la saturación de información digital es el principal reto en su entorno educativo. Es recomendable continuar promoviendo hábitos saludables de manejo de la información y capacitación técnica para minimizar incluso estos niveles bajos de malestar tecnológico.



Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 225

La gráfica de Estrés Estudiantil muestra que los factores con mayores promedios son la estructura organizacional (2.87), el territorio organizacional (2.74) y la tecnología (2.71), seguidos por el clima organizacional (2.67), mientras que el respaldo del grupo (2.44), la falta de cohesión (2.34) y la influencia del líder (2.18) presentan valores más bajos. De acuerdo con los criterios, todos estos indicadores se sitúan en nivel bajo, lo que significa que, aunque existen retos institucionales y tecnológicos, la presencia de estrés estudiantil general es limitada en esta muestra. Es fundamental fortalecer el apoyo grupal y el liderazgo para mantener bajo el estrés e incrementar el bienestar académico.

CONCLUSIONES

El boreout y el burnout se presentan en niveles moderados, siendo el aburrimiento y el agotamiento personal los principales riesgos psicosociales: El hallazgo de boreout moderado, expresado en el aburrimiento (3.11) y la infraexigencia (2.93), se complementa con un burnout moderado, cuyo núcleo es el agotamiento personal (3.24). Esta combinación configura un perfil dual de riesgo psicosocial: por un lado, la falta de retos y sentido en las tareas académicas reduce la motivación intrínseca; por otro, el agotamiento constante refleja sobrecarga emocional y disminución de recursos de afrontamiento. En este contexto, el aburrimiento no es un síntoma banal, sino un indicador temprano de desgaste académico que, de no atenderse, puede desembocar en desvinculación escolar o incremento del ausentismo.

El moobing no constituye un problema grave en el Plantel Isidro Fabela Alfaro pero se recomienda mantener medidas preventivas para evitar escalamiento de conductas: Los puntajes bajos en todas las dimensiones de moobing (1.43–1.58) muestran que no existe una cultura de hostigamiento sistemático en el plantel. Esto es positivo, ya que el moobing escolar puede afectar no solo el rendimiento académico, sino también la salud mental y el clima institucional. Sin embargo, la presencia, aunque leve, de conductas orientadas a la persona y al trabajo revela microagresiones normalizadas que, si no se intervienen, pueden consolidarse en patrones más graves. En este sentido, mantener el nivel bajo de moobing no implica complacencia, sino reforzar una cultura preventiva que proteja a los estudiantes en el mediano y largo plazo.

El tecnoestrés, aunque bajo, se concentra en la sobrecarga informativa y debe atenderse para prevenir su impacto en el rendimiento académico; el tecnoestrés se ubicó en niveles bajos, pero con la sobrecarga informativa (2.12) como principal factor. Esto refleja que los estudiantes no carecen de competencias tecnológicas ni muestran altos niveles de ansiedad digital, sino que enfrentan dificultades para gestionar el exceso de estímulos, plataformas y notificaciones. Si bien el nivel es bajo, su efecto acumulativo puede potenciar el burnout académico, especialmente en semanas pico de evaluación. Por tanto, se requiere una estrategia de higiene digital institucional: calendarización

de entregas en un canal único y capacitación en gestión de entornos virtuales. La prevención en este caso no es correctiva, sino anticipatoria, evitando que el tecnoestrés emerja como un factor de riesgo mayor.

El estrés académico está asociado principalmente a factores organizacionales y tecnológicos, lo que señala la necesidad de ajustes estructurales en la gestión escolar; los indicadores de estrés más altos corresponden a la estructura organizacional (2.87), territorio (2.74) y tecnología (2.71), lo cual muestra que el estrés no proviene tanto de relaciones interpersonales, sino de factores sistémicos: reglas poco claras, cargas mal distribuidas y demandas tecnológicas no siempre acompañadas de soporte. Se trata, por tanto, de un estrés estructural y gestionable, que exige ajustes organizacionales como: la coordinación de calendarios de exámenes, transparencia en criterios de evaluación, diversificación de metodologías para equilibrar exigencias cognitivas y prácticas. Este tipo de estrés, aunque bajo, es crítico porque afecta a todos los estudiantes por igual al estar anclado en el sistema escolar, y no en diferencias individuales.

La motivación intrínseca y la identificación con lo académico funcionan como factores protectores, pero requieren ser fortalecidos con estrategias pedagógicas innovadoras y de acompañamiento socioemocional; La motivación intrínseca (“Se siente animado cuando estudia”: 3.18) y la identificación con lo académico (2.90) emergen como factores protectores clave que amortiguan el impacto del boreout y burnout. Sin embargo, la presencia de percepciones de tareas insignificantes (2.57) y falta de reconocimiento advierte que este recurso protector es vulnerable si no se refuerza institucionalmente. Para consolidarlo se requieren estrategias pedagógicas innovadoras (ABP, STEAM, aprendizaje situado, etc.) y acompañamiento socioemocional (tutorías, mentorías, feedback positivo). Así, la motivación puede convertirse en un mecanismo de resiliencia institucional, evitando que el aburrimiento y el agotamiento se transformen en abandono escolar.

Los resultados reflejan que los principales riesgos psicosociales en el plantel no provienen de relaciones hostiles, sino de la interacción entre las demandas académicas, la estructura institucional y la saturación tecnológica. El hallazgo de boreout y burnout moderado coincide con la literatura que señala que la falta de retos adecuados y la sobrecarga emocional son determinantes del malestar estudiantil. La continuidad de la investigación debe orientarse hacia: a) Implementar un observatorio de riesgos psicosociales escolares, b) Comparar resultados con otros planteles para identificar tendencias institucionales, c) Realizar evaluaciones longitudinales que midan la efectividad de las intervenciones propuestas. Como conclusión general podemos decir que los hallazgos permiten trazar una hoja de ruta clara: equilibrar las demandas académicas con los recursos personales y organizacionales, promover una cultura de apoyo y cuidado, y consolidar prácticas pedagógicas que fortalezcan la motivación y reduzcan los factores de riesgo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abubakar, A. (2020). Boredom and its impact on career and professional enjoyment.
- Acosta, J., Rodríguez, L., & Pérez, M. (2021). Clima organizacional, síndrome de boreout e innovación en empresas agroindustriales. *Revista de Psicología Organizacional*, 15(2), 45–60.
- Araujo, R. L., Aragón, L. F., & Mango, P. E. (2023). Tecnoestrés y desempeño laboral en los docentes del nivel secundario en una provincia de Arequipa. *Revista Agustina de Educación*, 2(2), 37–43.
- Arias, W., & Muñoz, A. (2016). Síndrome de burnout en personal de enfermería de Arequipa. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42(4), 559–575.
- Barraza, A. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 53(2), 45–59.
- Cabrera, R. (2014). Síndrome de Boreout: aburrimiento laboral crónico. Lima: Fondo Editorial.
- Coppari, N., Bagnoli, L., González, L., Marecos, C., & Romero-Lévera, M. L. (2024). Usos de las TIC y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada. *Psicología y Salud*, 34(1), 123–133.
- Cubas, A. (2023). Síndrome de Boreout y autopercepción del rendimiento laboral en el personal de una entidad privada del sector salud-Chiclayo [Tesis de Maestría, Universidad].
- Deci, E., & Ryan, R. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78.
- Einarsen, S., Hoel, H., & Notelaers, G. (2009). Measuring exposure to bullying and harassment at work: Validity, factor structure and psychometric properties of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R). *Work & Stress*, 23(1), 24–44. <https://doi.org/10.1080/02678370902815673>
- Gamonal, E. J. (2023). Compromiso organizacional y síndrome de Boreout en trabajadores de una entidad gubernamental de Cutervo, 2021 [Tesis de Licenciatura, Universidad Señor de Sipán].
- González, M., Pérez, J., & Ruiz, A. (2020). Estrés en contextos académicos: causas y consecuencias. *Revista de Educación y Salud*, 18(3), 201–215.
- González-Trijueque, D., & Graña, J. L. (2009). El LIPT-60: Adaptación y validación del Leymann Inventory of Psychological Terrorization en población laboral española. *Psicothema*, 21(2), 288–293.
- Gutiérrez, Celis, et al. (2006). Síndrome de burnout. *Arch Neurocién*, 11(4), 305–309.
- Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). (2003). NTP 476: El acoso psicológico en el trabajo (moobing). Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales de España.
- Lauracio, C., & Lauracio, T. (2020). Síndrome de burnout y desempeño laboral en el personal de salud. *Revista Innova Educación*, 2(4), 543–554.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Leymann, H. (1990/2022). *Moobing y terror psicológico en los lugares de trabajo*. (Trad. corr. 2022). Estocolmo: Leymann Institute.

- Lovo, J. (2021). Síndrome de burnout: un problema moderno. *Revista Entorno*, 11, 110–120.
- Masías, Y., Aco, E., & Colque, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico en estudiantes de primer ciclo de la Universidad Andina del Cusco. *Yachay*, 12(2), 67–77.
- Meyer, J., & Allen, N. (1991). A three-component conceptualization of organizational commitment. *Human Resource Management Review*, 1(1), 61–89.
- Moreno-Jiménez, B., Rodríguez-Muñoz, A., Pastor, J. C., Sanz-Vergel, A. I., & Garrosa, E. (2021). MOBB-10 y CONSE-10: Escalas breves para la evaluación del acoso psicológico laboral y sus consecuencias. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 37(1), 45–54. <https://doi.org/10.5093/jwop2021a5>
- Navarro, M. D. (2023). Prospectiva de seguridad y salud en el trabajo en las universidades del Perú. *Revista de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo*, 5(1), 42–48.
- Olivares, V. (2016). Christina Maslach, comprendiendo el burnout. Universidad de Valparaíso.
- Organización Internacional del Trabajo (OIT) & Organización Mundial de la Salud (OMS). (1988). Cuestionario sobre el estrés laboral. Ginebra: OIT-OMS.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2014). Estrés en el trabajo: un reto colectivo. Ginebra: OMS.
- Ortiz-López, K., & Cabezas-Heredia, E. (2024). Análisis de fatiga visual y tecnoestrés en docentes de la Unidad Educativa Nuestra Señora de Pompeya. *Technology Rain Journal*, 3(2), e39.
- Pardo, C., Jiménez, M., & Rincón, L. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico. *Psicología desde el Caribe*, 37(1), 23–41.
- Quiroz-González, E., Ortiz-Giraldo, V., & Villavicencio-Ayub, E. (2023). Tecnoestrés y tecnoadicción: el papel de la tecnoddependencia en trabajadores de Colombia y México. *Salud Uninorte*, 39(2), 347–363.
- Ramírez, P., López, G., & Márquez, S. (2019). Estrés laboral en médicos: validación de un instrumento. *Salud y Trabajo*, 41(2), 101–115.
- Rothlin, P., & Weder, P. (2007). *Diagnóstico Boreout*. Múnich: Redline.
- Rothlin, P., & Weder, P. (2011). *Boreout Overcoming workplace demotivation*. London: Kogan Page.
- Sarabia, C. R., & Cabezas, E. (2024). Evaluación del tecnoestrés en trabajadores del área administrativa del consorcio aero-suspendido de Guayaquil. *Technology Rain Journal*, 3(2), e36.
- Sánchez, D., Hernández, L., & Romero, F. (2021). Estrés académico en estudiantes mexicanos: estudio con el SISCO. *Revista de Psicología Educativa*, 27(1), 11–20.
- Villa Romero, F. S. (2024). Evaluación del tecnoestrés y fatiga visual en el personal administrativo de la Empresa Eléctrica Riobamba S.A. (Tesis de Ingeniería Industrial). Universidad Nacional de Chimborazo.

15391

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ALUMNOS DE LA LICENCIATURA EN LOGÍSTICA Y NEGOCIOS INTERNACIONALES, UAEMÉX

Dra. Jenny Alvarez Botello

Profesora_Universidad Autónoma del Estado de México

<https://orcid.org/0000-0001-5701-8349>

jalvarezbo@uaemex.mx

Dra. Virginia Martínez Campos

Universidad Autónoma del Estado de México

<https://orcid.org/0000-0002-4805-0643>

vmartinezc@uaemex.mx

Dr. Enoc Gutiérrez Pallares

Profesor_Universidad Autónoma del Estado de México

<https://orcid.org/0000-0002-3910-6289>

egutierrezpa@uaemex.mx

Resumen

La presente investigación busca identificar los riesgos psicosociales a los que se enfrentan principalmente los estudiantes universitarios de las Licenciaturas en Logística y Negocios Internacionales de la Universidad Autónoma del Estado de México. Detectar estos factores resulta esencial para prevenir problemas de salud relacionados con el ámbito psicosocial, como el estrés o el síndrome de burnout, que afectan cada vez más a la comunidad estudiantil.

Para este fin, se plantea un estudio cuantitativo de alcance descriptivo con un diseño no experimental. La recolección de datos será transversal y se llevará a cabo mediante encuestas, lo que permitirá conocer de primera mano la percepción que los estudiantes tienen sobre su ambiente académico y las fuentes de tensión que enfrentan en su vida universitaria. El diseño del instrumento es elaborado por el la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional y estará apoyado en medios electrónicos.

El análisis de los resultados no solo permitirá identificar los riesgos psicosociales presentes, sino también proponer recomendaciones orientadas a fortalecer el bienestar de los estudiantes; esto es especialmente relevante, ya que el contexto universitario puede convertirse en un factor decisivo para la salud mental de los jóvenes.

Palabras clave:

Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

Abstract

This research seeks to identify the psychosocial risks faced mainly by university students studying Logistics and International Business at the Autonomous University of the State of Mexico. Detecting these factors is essential to prevent psychosocial health problems, such as stress or burnout syndrome, which increasingly affect the student community.

To this end, a quantitative descriptive study with a non-experimental design is proposed. Data collection will be cross-sectional and will be carried out through surveys, which will provide first-hand knowledge of students' perceptions of their academic environment and the sources of stress they face in their university life. The instrument will be designed by the Latin American Research Network on Organizational Competitiveness and will be supported by electronic media.

The analysis of the results will not only identify the psychosocial risks present, but also propose recommendations aimed at strengthening student well-being. This is especially relevant, as the university context can become a decisive factor in the mental health of young people.

Keywords:

Educational Quality, Psychosocial Risks, University Students

INTRODUCCIÓN

En este apartado se abordan los conceptos fundamentales sobre las enfermedades psicosociales que sustentan la investigación, con el propósito de ofrecer una comprensión clara y accesible; a través de una revisión de la literatura, se busca explicar de manera cotidiana estos trastornos, sus características y su impacto en el ámbito académico. Este enfoque permitirá contextualizar los resultados obtenidos y establecer las bases para un análisis profundo de los riesgos psicosociales que enfrentan los estudiantes universitarios, especialmente en relación con el formato de estudio y la dinámica de la licenciatura en logística y negocios internacionales.

Síndrome de Boreout

El Síndrome de Boreout es una condición relacionada con el trabajo que afecta a muchos empleados, consistiendo en una combinación de aburrimiento, falta de interés y la sensación de no aprovechar al máximo los talentos propios, lo que puede producir un gran daño en el equilibrio emocional de las personas y en su rendimiento profesional (Rothlin & Weder, 2007; Cabrera Noriega, 2024). ¿Qué es el boreout? Al sufrir de boreout, uno se siente atrapado en un ciclo de aburrimiento continuo y desmotivación, frecuentemente porque las tareas están por debajo de las habilidades propias o son monótonas, lo que puede llevar a la persona a sentirse improductiva y sin propósito en el trabajo (Agudelo, 2020; Rothlin & Weder, 2011).

A diferencia del estrés, creado por un exceso de trabajo, o el burnout, generado por un exceso de trabajo, el boreout es producido por la ausencia de trabajo significativo y también puede causar pérdida de productividad laboral (Cabrera, 2014; Aguilar & Tapia, 2013), así como el daño de la

relación fiduciaria del trabajador hacia la organización. Mirando el síndrome desde la perspectiva de la patología, encontramos tres elementos constitutivos: aburrimiento (que equivale a apatía y resistencia), desinterés y subdemanda (Rothlin & Weder, 2011). En respuesta a esto, algunos empleados pueden usar tácticas para parecer ocupados y negarse a hacer trabajo extra, aumentando el boreout (Cabrera Noriega, 2024). Investigado por primera vez en trabajadores de oficina, sigue siendo cierto para otros sectores, por ejemplo, la línea de ensamblaje, incluso sugiriendo una significancia global en el trabajo (Cabrera Noriega, 2024). El boreout puede comprometer potencialmente la calidad del sueño, y como tal, en la salud mental y general de cualquiera, demostrando una relación entre trabajos aburridos y trastornos del sueño (Lupu Reyes, 2022).

Para responder a este problema, se han desarrollado algunos instrumentos específicos para su evaluación, como en el caso del Cuestionario de Evaluación de Boreout (CBO), para detectar su presencia y conocer las estrategias adoptadas por los trabajadores para enfrentarlo (Cabrera Noriega, 2014). El boreout debe tomarse en serio porque afecta la salud mental, la productividad de la empresa y el ambiente de oficina. Por esta razón, podría ser favorable promover entornos de trabajo con autonomía, reconocimiento, propósito y desafíos en la medida adecuada para evitar el SGB (Gamonal, 2023). También podemos afirmar que el síndrome de boreout ahora constituye un riesgo creciente con el que la sociedad debe lidiar para mejorar una mejor calidad de vida y rendimiento laboral (Rothlin & Weder, 2007; Cabrera Noriega, 2024).

Síndrome de Burnout

El síndrome de burnout es un trastorno adaptativo que la Organización Mundial de la Salud (OMS) ha identificado como un riesgo laboral, especialmente para aquellos profesionales que están en contacto directo con personas, como médicos, enfermeras y docentes. Este síndrome puede tener efectos negativos significativos en la calidad de vida de estas personas y en la atención que ofrecen. Introducido por Herbert J. Freudenberger en 1974 y desarrollado por Christina Maslach en los años 80, el burnout se define como una pérdida progresiva de energía y motivación debido al estrés laboral crónico. Se caracteriza por tres dimensiones principales: el agotamiento emocional, la despersonalización y la baja realización personal.

Estas dimensiones son evaluadas a través del Maslach Burnout Inventory (MBI). En el caso de los trabajadores de la salud, la prevalencia de este síndrome varía entre un 30.5% y un 85%, siendo más frecuente entre mujeres jóvenes y aquellas que enfrentan sobrecarga laboral. Los síntomas pueden incluir negación, aislamiento, ansiedad, depresión y cambios de personalidad. Las consecuencias son serias e incluyen problemas de salud mental, ausentismo y un bajo rendimiento laboral, como señalan Axayacalt Gutiérrez Aceves et al. (2006), Lovo (2020), Freire et al. (2015) y Olivares Faúndez (2016). Para evitar el agotamiento, es fundamental ofrecer capacitación continua, tener un buen equilibrio entre el trabajo y la vida personal, y un buen ambiente laboral. También se

deben establecer prácticas de detección temprana y apoyo psicológico tanto en el contexto hospitalario como educativo.

El síndrome de agotamiento constituye un problema serio en cuanto al cuidado general del paciente porque se relaciona con la salud general del profesional y la calidad del servicio. Esto resalta la necesidad de un enfoque holístico y un mandato organizacional para un tratamiento exitoso.

Estrés laboral

El Cuestionario sobre el Estrés Laboral, desarrollado por la OIT y la OMS, es clave para diagnosticar y manejar el estrés en el trabajo, subrayando la influencia de la cultura empresarial y la colaboración entre Recursos Humanos y trabajadores para reducir estresores; se recomiendan acciones como el compromiso de la dirección y análisis detallados del estrés.

El artículo de Restrepo, Sánchez y Castañeda (2020) sobre el estrés académico en universitarios de Medellín identifica la sobrecarga de tareas y el tiempo limitado como principales factores estresores, que afectan el bienestar y rendimiento de los estudiantes; las estrategias para que se enfrente más comunes son el asertividad y la planificación.

En una línea similar, el estrés en el campus es abordado por Espinosa-Castro et al. (2020), demostrando que las mujeres y los estudiantes con responsabilidades adicionales experimentan inherentemente más presión. Recomiendan terapias o programas de bienestar para manejar mejor esta tensión.

Atalaya (2001) presenta una imagen completa del estrés laboral, enfatizando que surge cuando las demandas superan los recursos del trabajador. Se requieren estrategias tanto a nivel individual como organizacional para manejar las cosas adecuadamente; se destaca la necesidad de un único impulsor de un ambiente de trabajo saludable por parte de las empresas y los empleados.

Esta recopilación sirve para ilustrar la importancia de combatir el estrés desde varias aristas con la finalidad de proteger el bienestar físico y mental, además de promover un mejor rendimiento. Por lo tanto, es casi una ironía absurda en que las personas disfruten de buena salud contando con una la aprobación social al tiempo que experimentan problemas psicológicos.

Moobing

El mobbing o hostigamiento psicológico laboral es un fenómeno complejo definido como un conjunto sistemático y repetido de conductas dañinas dirigidas a afectar la dignidad y el bienestar de una persona en su entorno de trabajo, generando consecuencias negativas psicológicas, físicas y sociales para la víctima (Martín Daza et al., 1998). Entre las conductas más frecuentes se encuentran la manipulación de información, el aislamiento social, la degradación profesional, las agresiones verbales y los ataques a la vida privada, usualmente ejercidos por individuos con mayor poder jerárquico dentro de la organización.

El mobbing se desarrolla en cuatro etapas claras. Primero, ocurre un incidente o conflicto, generando tensiones iniciales; en la fase de estigmatización, surgen comportamientos agresivos, buscando el aislamiento social y el daño psicológico de la víctima, pero los esfuerzos de la gestión no previenen o se convierten en culpa a la víctima para detener la situación; y finalmente, la exclusión en el lugar de trabajo, que es el aislamiento, despido o sanción, alcanzando el deterioro de la salud y social (Leymann, 2022; Martín Daza et al., 1998). Asimismo, el mobbing impacta negativamente no solo a la víctima, sino también a la organización y la comunidad en general, hecho que subraya la necesidad de implementar estrategias preventivas, apoyo psicológico y acciones integrales que fomenten ambientes laborales saludables y éticos (Leymann, 2022).

Para la evaluación y detección temprana del mobbing y sus consecuencias, se han desarrollado herramientas psicométricas confiables como las escalas breves MOBB-10 y CONSE-10, que permiten identificar comportamientos hostiles y sus efectos en la salud psicológica del trabajador, facilitando intervenciones oportunas en los riesgos psicosociales presentes en las organizaciones (Boada-Grau et al., 2013).

Tecnoestrés

El tecnoestrés es un fenómeno contemporáneo definido como un trastorno adaptativo o un tipo de estrés derivado del uso excesivo e inadecuado de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) que afecta negativamente la salud mental y física de los individuos (Villa Romero, 2024; Quiroz-González et al., 2023). Este fenómeno se caracteriza por una respuesta emocional y fisiológica negativa debido a la sobrecarga tecnológica, la hiperconectividad constante y la presión por estar siempre disponible, generando síntomas como ansiedad, fatiga mental, irritabilidad, dolores musculares, trastornos del sueño y disminución del rendimiento laboral.

La tecnoansiedad es el miedo o malestar derivado de la tecnología, la tecnofatiga se refiere al cansancio cognitivo asociado al uso constante, la tecnoadicción consiste en la búsqueda compulsiva de conexión, la tecnoinvasión es la sensación de invasión en la vida por un desarrollo tecnológico. Estudios basados en datos empíricos de entornos de trabajo y educación han indicado que un porcentaje considerable de la población usuaria de TIC está experimentando tecnoestrés.

Por ejemplo, Villa Romero (2024) evidenció niveles mayoritarios bajos o moderados de tecnoestrés y fatiga visual en el personal administrativo de una empresa eléctrica en Ecuador, pero destacó la importancia de implementar estrategias preventivas y programas de concientización para mitigar estos riesgos. En Colombia y México, Quiroz-González et al. (2023) demostraron que la tecnoddependencia influye en el desarrollo del tecnoestrés y la tecnoadicción en trabajadores, señalando la necesidad de fomentar intervenciones psicosociales organizacionales y el derecho a la desconexión laboral.

Por otro lado, en el ámbito educativo paraguayo, Coppari et al. (2024) encontraron que a pesar del alto uso diario de tecnologías, los niveles de tecnoestrés resultaron ser bajos tanto para estudiantes como para profesores; sin embargo, los participantes recomendaron mejorar las habilidades digitales y de autorregulación para evitar el tecnoestrés. En suma, el tecnoestrés representa un desafío ligado a la expansión tecnológica en diversas áreas de la vida, cuyo abordaje requiere de estrategias integrales que incluyan educación, regulación del uso tecnológico, apoyo psicosocial y promoción de ambientes laborales y académicos saludables para preservar el bienestar y la productividad de las personas.

METODOLOGÍA

La investigación se llevará a cabo utilizando un enfoque cuantitativo, descriptivo, no experimental y de corte transversal, con el objetivo de identificar y analizar los riesgos psicosociales que afectan a los estudiantes universitarios de la Licenciatura en Logística y Negocios Internacionales que estudian en el campus Cuautitlán Izcalli de la Universidad Autónoma del Estado de México. Este estudio documenta la realidad de la población de estudiantes inscritos de 1340 mediante la recolección de datos a través de encuestas aplicadas a una muestra de 381 estudiantes, garantizando un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 0.05. Las variables dependientes estarán compuestas por enfermedades psicosociales como estrés, tecnoestrés, boreout, burnout y mobbing; mientras que las variables independientes se centrarán en riesgos emocionales, cognitivos y conductuales, siguiendo las directrices de la OIT-OMS y de la Agencia Europea para la Seguridad y la Salud en el Trabajo.

El diseño no experimental permitirá conocer la situación actual sin manipular las variables, y los datos serán recopilados en un solo momento. Para la recolección de información se utilizará un cuestionario original basado en la escala Likert, que se aplicará en línea a través de Google Forms. Los resultados serán procesados en el software SPSS mediante estadísticos descriptivos que faciliten el análisis e interpretación de los datos.

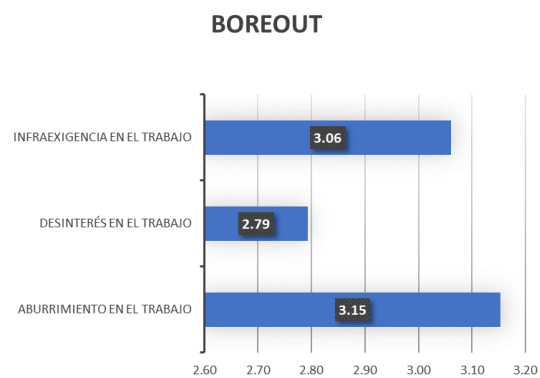
Para garantizar la calidad metodológica, se realizaron pruebas de confiabilidad y validez en los instrumentos aplicados. En el caso del boreout estudiantil, el análisis de fiabilidad arrojó un Alfa de Cronbach de 0.632, considerado aceptable en etapas exploratorias, mientras que la validez de constructo mostró una medida KMO de 0.893, lo que confirma la adecuación del muestreo. Para el burnout estudiantil, la confiabilidad fue elevada ($\alpha = 0.935$) y la validez de constructo presentó un KMO de 0.963, evidenciando consistencia y pertinencia en la medición. En cuanto al mobbing estudiantil, se obtuvo un Alfa de Cronbach de 0.959 y un KMO de 0.978, reflejando una excelente consistencia interna y robustez del instrumento. El tecnoestrés estudiantil alcanzó un Alfa de Cronbach de 0.953 y un KMO de 0.975, mientras que el estrés estudiantil obtuvo un coeficiente de 0.952 y un KMO de 0.970, ambos indicadores de alta confiabilidad y validez. En conjunto, estos

resultados confirman que los instrumentos diseñados poseen un nivel adecuado de objetividad, consistencia interna y validez factorial, lo que respalda su aplicabilidad en el análisis de riesgos psicosociales.

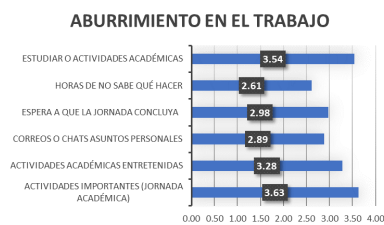
RESULTADOS

BOREOUT

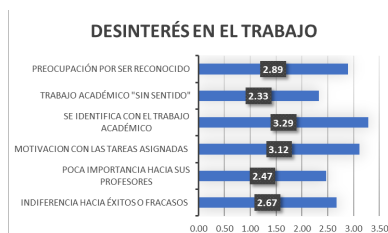
La enfermedad de boreout se compone de tres factores: aburrimiento en el trabajo académico, desinterés y subexigencia, los cuales influyen directamente en su manifestación.



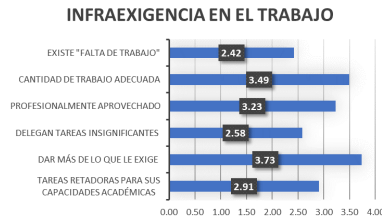
El promedio general de 3.13 indica un nivel moderado de aburrimiento en los estudiantes, causado por falta de retos, tareas poco motivadoras y desconexión emocional. Esto impacta negativamente en su rendimiento, satisfacción personal y salud mental.



Los estudiantes muestran una falta significativa de estimulación académica; aunque algunas actividades son entretenidas (3.28), la rutina y las dinámicas de trabajo provocan aburrimiento frecuente.



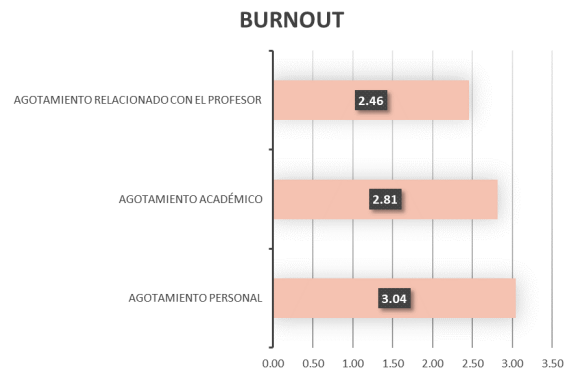
La preocupación por el reconocimiento (2.89) y la percepción de que el trabajo académico "no tiene sentido" (2.33) evidencian una desconexión emocional y cognitiva de los estudiantes con su trabajo académico.



Los estudiantes perciben que la carga académica no siempre corresponde a su capacidad (3.49) y que pueden rendir más de lo exigido por sus profesores (3.73), lo que refleja falta de retos y favorece el burnout.

BURNOUT

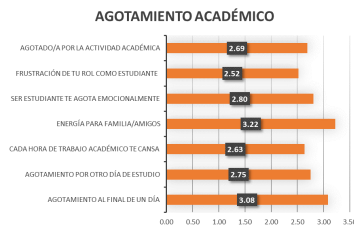
La enfermedad de burnout se compone de tres factores: agotamiento personal, agotamiento académico y agotamiento relacionado con el profesor, los cuales influyen directamente en su desarrollo.



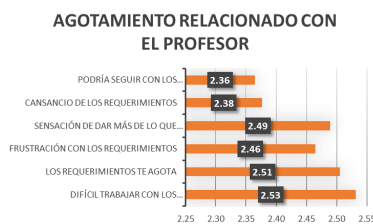
Los promedios con el profesor (2.64), académico (2.91) y personal (3.08) reflejan un desgaste constante sin ser alarmante, sugiriendo enfocar las intervenciones en el bienestar personal, donde el burnout impacta más.



El promedio general de agotamiento personal es 3.08, situándose en la categoría de burnout moderado. Esto implica que los encuestados sienten fatiga, desánimo o agotamiento físico y emocional con cierta regularidad, pero no en niveles críticos.



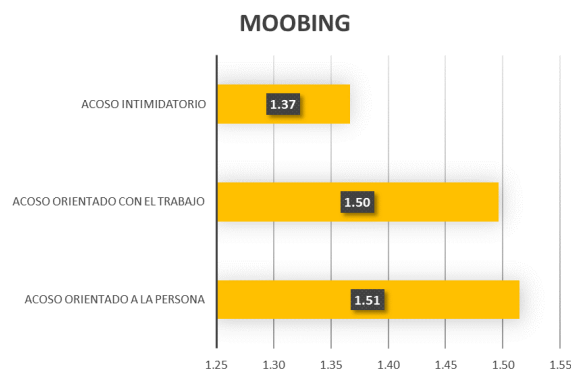
El promedio general de agotamiento académico (2,91) también corresponde a un burnout moderado. Lo que podría indicar que las exigencias académicas son desafiantes, pero no abrumadoras.



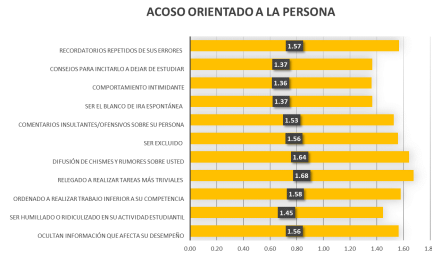
Los promedios en esta dimensión están entre 2,33 y 2,96, clasificándose igual en burnout moderado. Aquí se observa que las relaciones interpersonales y el ambiente con el profesorado pueden crear cierta tensión y cansancio, aunque este no se intensifica a grado severo.

MOOBING

La enfermedad moobing se integrada de tres áreas de importancia, el acoso orientado a la persona, el acoso orientado al trabajo y el acoso intimidatorio, los cuales tienen influencia directa.

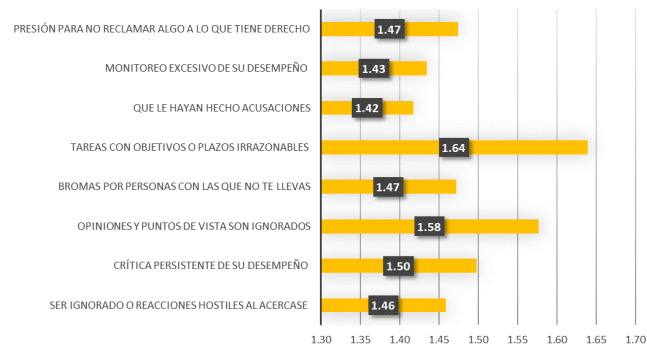


Con base en los promedios obtenidos, el contexto evaluado presenta condiciones laborales de bajo riesgo psicosocial respecto al moobing; esto implica que los colaboradores se encuentran en un espacio donde prevalece el respeto y la comunicación adecuada.



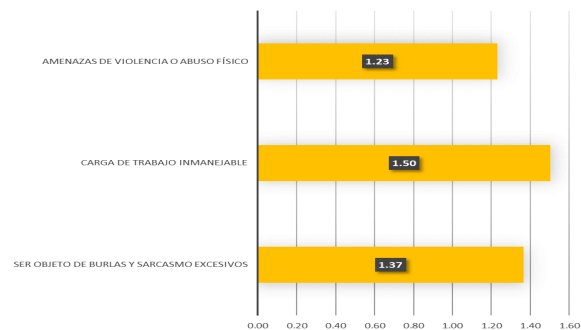
Los promedios que rondan entre 1,59 y 1,82 para distintos hechos relacionados con ataques personales. Esto sugiere que los colaboradores en este entorno laboral no experimentan significativamente conductas hostiles dirigidas a su persona de forma sistemática.

ACOSO ORIENTADO CON EL TRABAJO



Los promedios varían de 1,15 a 1,69, estamos en el rango de bajo o nulo moobing , lo que apunta a que el ambiente laboral es funcional y los casos de acoso ligado al trabajo son poco frecuentes.

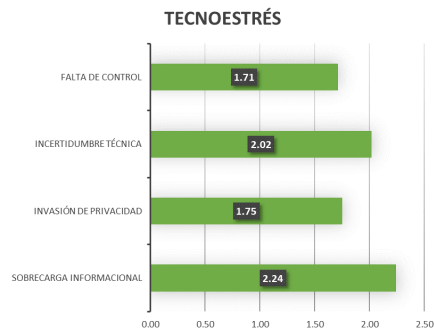
ACOSO INTIMIDATORIO



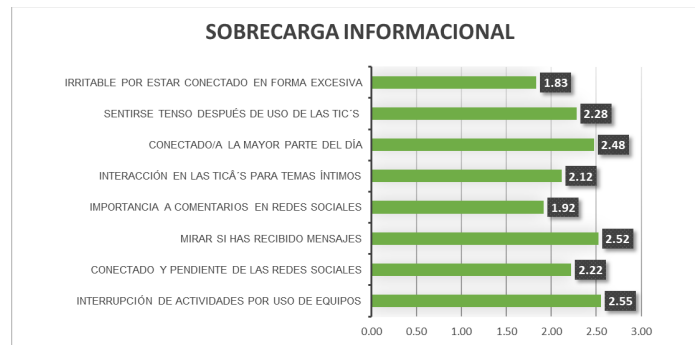
Este apartado del moobing refleja promedios equivalentes (1,19 a 1,95), mostrando igualmente una tendencia hacia la ausencia de moobing moderado o alto, lo que evidencia relaciones laborales sanas y cuidado de conductas intimidatorias sistemáticas.

TECNOESTRÉS

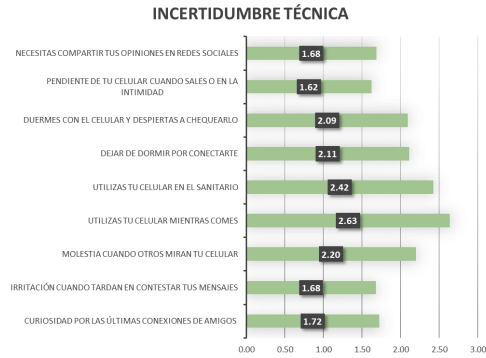
La enfermedad tecnoestrés está integrada por cuatro puntos importantes, la sobrecarga informativa, la incertidumbre técnica, la falta de control y la invasión de privacidad, los cuales tienen influencia en la enfermedad.



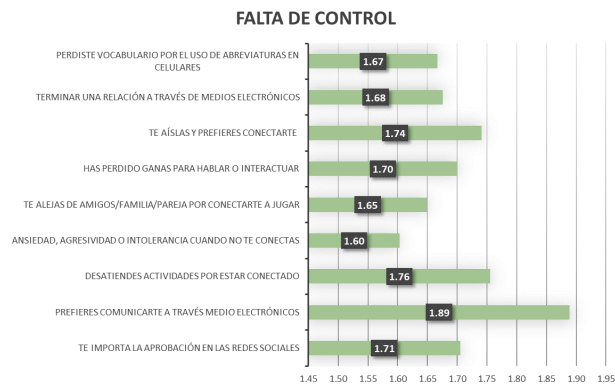
El tecnoestrés se sitúa alrededor de 2.10 a 2.34, permaneciendo dentro del rango de bajo o nulo tecnoestrés. Esto indica un entorno de trabajo saludable respecto a las exigencias tecnológicas, con una buena adaptación y ausencia de estrés tecnológico severo.



Los promedios de sobrecarga informativa se ubican entre 1.78 y 2.34, indicando un bajo o nulo nivel de tecnoestrés. Aunque se percibe cierto exceso informativo, no constituye un factor crítico de malestar. Esto sugiere competencias adecuadas en gestión digital y un manejo saludable de la conectividad.



Los promedios entre 1.44 y 2.40 reflejan un nivel bajo o nulo de tecnoestrés, indicando que la incertidumbre tecnológica o la dependencia de dispositivos no es preocupante, pues el grupo muestra adaptación y seguridad en el uso de herramientas digitales.



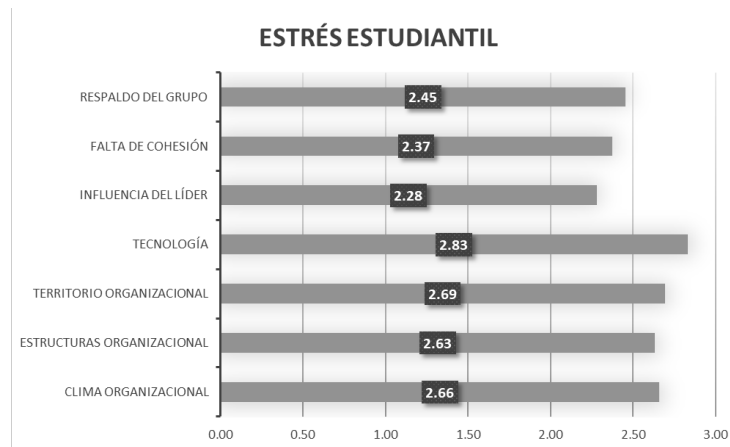
Las calificaciones entre 1.40 y 1.71 corresponden a un nivel bajo o nulo de tecnoestrés, ya que los participantes no muestran pérdida de control ni molestias por la imposición tecnológica, reflejando un manejo equilibrado de su autonomía digital.



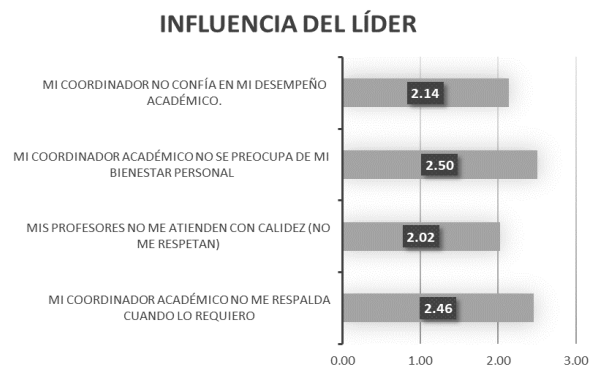
Los promedios entre 1.54 y 2.34 se ubican en un nivel bajo o nulo de tecnoestrés, sin evidenciar invasión significativa de la vida privada, ya que los participantes logran delimitar de forma adecuada los espacios personales y laborales en entornos tecnológicos.

ESTRÉS ESTUDIANTIL

La enfermedad de estrés estudiantil se compone de siete factores: influencia del líder, falta de cohesión, respaldo del grupo, estructuras y clima organizacional, además de la tecnología y el territorio organizacional, todos influyentes en su aparición.

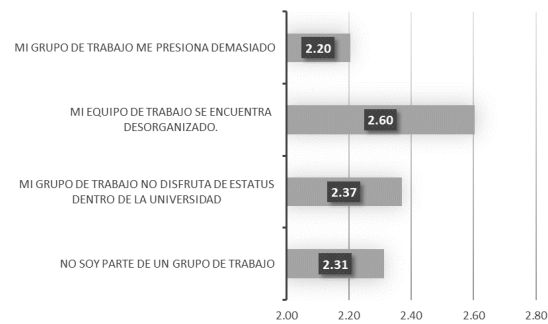


Los resultados muestran un nivel bajo o nulo de estrés estudiantil, con integración, pertenencias, liderazgos funcionales, estructuras moderadamente burocráticas y clima favorable. No obstante, la tecnología y el territorio registran promedios más altos dentro del rango bajo, indicando áreas de mejora preventiva.



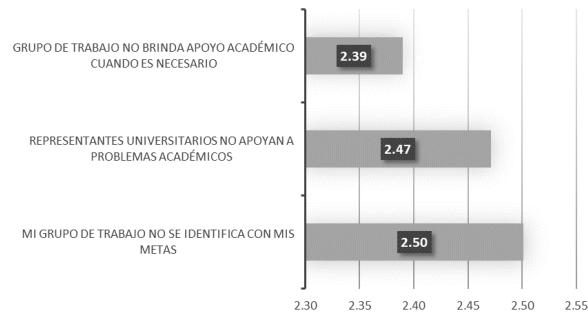
La escala varía de 2.02 a 2.50, manteniéndose en un nivel bajo o nulo de estrés estudiantil. Esto refleja apoyo e interacción adecuada con las autoridades académicas, aunque persiste un área de mejora en el acompañamiento personal.

FALTA DE COHESIÓN



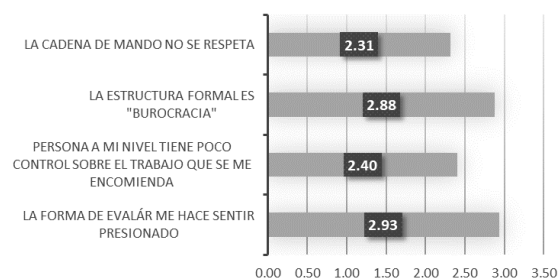
Los promedios entre 2.20 y 2.60 muestran que la desorganización del equipo es lo más señalado (2.60), aunque sin niveles preocupantes. La baja presión colectiva y el buen sentido de pertenencia sugieren un ambiente grupal funcional y sin estrés relevante.

RESPALDO DEL GRUPO



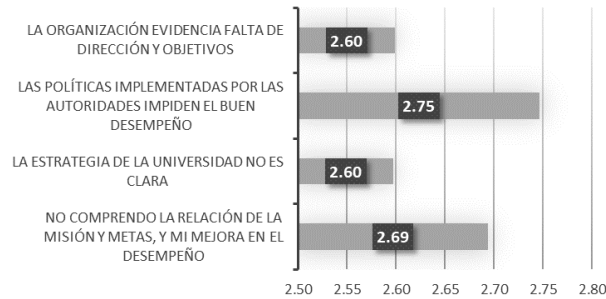
Las cifras entre 2.39 y 2.50 reflejan una percepción moderada de falta de apoyo académico, aunque dentro del nivel bajo, indicando que la mayoría de los estudiantes confía en poder recurrir a sus pares en situaciones académicas.

ESTRUCTURAS ORGANIZACIONAL



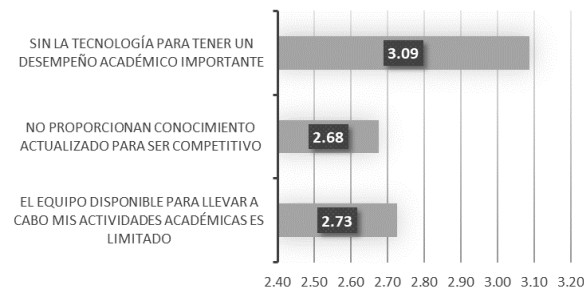
La cadena de mando (2.31), la burocracia percibida (2.88), el poco control (2.40) y la presión en la evaluación (2.93) son los aspectos más señalados, en especial esta última. Aunque cercanos al límite del rango bajo, no superan el umbral, reflejando un manejo organizacional aceptable que requiere vigilancia para evitar incrementos de estrés.

CLIMA ORGANIZACIONAL



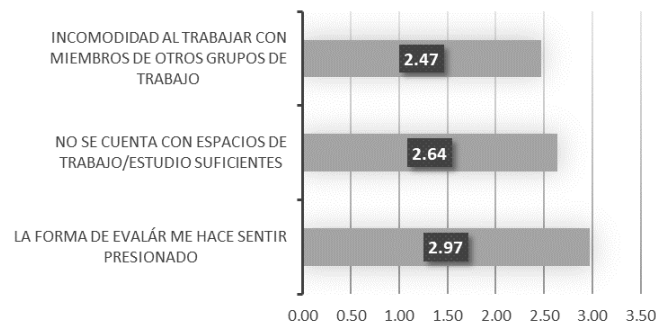
Los valores van de 2.60 a 2.75, indicando cierta percepción de falta de dirección, políticas poco efectivas y poca claridad estratégica, aunque se mantienen aún en una zona de bajo estrés estudiantil.

TECNOLOGÍA



Destaca el promedio más alto de estos análisis (3.09), asociado a la falta de tecnología necesaria para el desempeño académico, seguido por la limitación de equipamiento (2.73) y la insuficiencia de actualización en conocimientos (2.68).

TERRITORIO ORGANIZACIONAL



Los promedios van de 2.47 a 2.97, siendo la presión por la evaluación (2.97) el factor mayormente señalado. Aunque ya está cerca del límite, se mantiene dentro del rango de bajo estrés estudiantil.

DISCUSION

Este estudio ofrece una amplia perspectiva sobre los problemas psicosociales de los estudiantes universitarios y tiene implicaciones prácticas para formular políticas educativas y de apoyo que promuevan un desarrollo saludable y sostenible en la universidad, así como para establecer las conexiones entre el campus universitario y sus miembros. Esto fomenta recursos entre los estudiantes, como habilidades de afrontamiento, empatía, comportamiento de ayuda, sentido de comunidad y organización dentro de la universidad para reducir posibles riesgos psicosociales futuros.

Ante este tema los posibles subtemas pueden incluir:

En forma moderada el aburrimiento como causa del rendimiento y la calidad del aprendizaje de los estudiantes Universitarios. Este es, de hecho, un tema que debemos tener en cuenta, ya que puede, tanto directa como indirectamente, también impactar su rendimiento y motivación.

Aplicaciones para Combatir el Agotamiento

También es valioso centrarse en estudios relacionados con aplicaciones para prevenir el agotamiento; investigando sobre el bienestar personal y académico de los estudiantes, podemos descubrir cómo aliviar el peso de los estudiantes dentro de los procesos educativos y brindarles una experiencia libre de estrés y agradable.

Vale la pena mencionar el tema de la demanda de una universidad libre de acoso (mobbing), una condición que es necesaria no solo para proteger la salud mental de los estudiantes, sino también directamente vinculada al enfoque psicosocial integral de los estudiantes y, por lo tanto, a su aprendizaje y desarrollo.

También está la influencia de las aplicaciones tecnológicas en la vida académica de los estudiantes. El uso de la tecnología tiene muchos potenciales positivos, pero también es posible que provoque tecnoestrés, y deberíamos crear medios para reducir el tecnoestrés mediante los cuales los estudiantes puedan beneficiarse de los recursos tecnológicos.

CONCLUSIONES

El estudio sobre la evaluación de riesgos psicosociales en los estudiantes de la Licenciatura en Logística y Negocios Internacionales de la Universidad Autónoma del Estado de México indica que los estudiantes tienen un caso medio de boreout, lo que significa desinterés, aburrimiento y desvinculación del trabajo académico, manifestándose con una falta de motivación y compromiso con los estudios.

En relación con el burnout, los patrones de "desgaste" moderado encontrados, particularmente a nivel personal, subrayan la importancia de trabajar en el bienestar emocional y la gestión del estrés en el contexto académico; funcionalmente, el mobbing o acoso entre pares no es común, lo que

indica un ambiente de respeto entre los estudiantes y el cuerpo docente; de manera similar, el tecnostres también es bajo, lo que indica que los estudiantes se han adaptado con éxito a la tecnología.

Por último, el estrés global en los estudiantes está en la dimensión de baja tensión, pero ciertos factores como la organización y la cohesión pueden considerarse para intervenciones preventivas características que deben ser objeto de una mayor atención.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Atalaya, M. P. (2001). El estrés laboral y su influencia en el trabajo. *Industrial Data*, 4(2), 25-36. <https://www.industrialdata.com/estress-laboral-influencia-trabajo-atalaya-2001>
- Axayacalt Gutiérrez Aceves, G., Celis López, M. Á., Moreno Jiménez, S., Farias Serratos, F., & Suárez Campos, J. de J. (2006). Síndrome de burnout. *Archivos de Neurociencias (Méx)*, 11(4), 305–309. © Instituto Nacional de Neurología y Neurocirugía (INNN).
- Boada-Grau, J., Pastor-Mallo, E., Gil-Ripoll, C., Vigil-Colet, A., & Agulló Tomás, E. (2013). Escalas Breves sobre Mobbing (MOBB-10 y CONSE-10): Estructuras factoriales y primera aproximación al estudio de su fiabilidad y validez. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 32(1), 53-73. <https://www.redalyc.org/pdf/3999/399940472004.pdf>
- Cabrera Noriega, L. (2024). Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción. *Atacama Journal of Health Sciences*, 3(Supl. 2), 109-111. <https://doi.org/>
- Coppari, N., Bagnoli, L., González, L., Marecos, C., & Romero-Lévera, M. L. (2024). Usos de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnostres en docentes y estudiantes de una universidad privada. *Psicología y Salud*, 34(1), 123-133. <https://doi.org/10.25009/pys.v34i1.2850>
- Espinosa-Castro, J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-72. <https://www.revistaavft.com>
- Freire, M. A., Oliveira, E. N., Ximenes Neto, F. R. G., Lopes, R. E., Ferreira, A. G. N., & Gomes, B. V. (2015). Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1315-01382015000100003
- Gamonal Sanchez, E. J. (2023). *Compromiso organizacional y síndrome de boreout en trabajadores de una entidad gubernamental de Cutervo, 2021* (Tesis de licenciatura). Universidad Señor de Sipán, Pimentel, Perú.

- Leymann, H. (2022). Mobbing y terror psicológico en los lugares de trabajo (S. Navarrete, Trad.). En H. Leymann, Textos fundamentales sobre mobbing (pp. 63-77). Publicación independiente. (Obra original publicada en 1990). [https://www.mobbingportal.com/LeymannV&V1990\(3\).pdf](https://www.mobbingportal.com/LeymannV&V1990(3).pdf)
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, (70). <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371> URI: <http://hdl.handle.net/11298/1181>
- Lupu Reyes, D. Y. (2022). *Actividad física y su relación con la calidad de sueño en trabajadores administrativos de empresa privada durante pandemia, Piura 2022* [Trabajo académico, Universidad Privada Norbert Wiener]. Facultad de Ciencias de la Salud, Escuela Académico Profesional de Tecnología Médica.
- Martín Daza, F., Pérez Bilbao, J., & López García-Silva, J. A. (1998). NTP 476: El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT). <https://www.insst.es/documents/94886/191012/NTP+476+El+hostigamiento+psicol%C3%B3gico+en+el+trabajo+mobbing.pdf>
- Olivares Faúndez, V. (2016). Christina Maslach, comprendiendo el burnout. Ponencia presentada en la Universidad Autónoma de Chile. Disponible en <https://www.researchgate.net/publication/311611859>
- Organización Internacional del Trabajo. (2020). Prevención del estrés en el trabajo: Guía de la OIT. <https://www.oit.org>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Estrés laboral: Un enfoque de salud pública. <https://www.who.int>
- Quiroz-González, E., Ortiz-Giraldo, V., & Villavicencio-Ayub, E. (2023). Tecnoestrés y tecnoadicción: el papel de la tecnoddependencia en trabajadores de Colombia y México. *Salud Uninorte*, 39(2), 347-363. <https://dx.doi.org/10.14482/sun.39.02.020.359>
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14(24), 23-47. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Villa Romero, F. S. (2024). Evaluación del tecnoestrés y fatiga visual en el personal administrativo de la Empresa Eléctrica Riobamba S.A. período 2024 1S (Tesis de grado, Universidad Nacional de Chimborazo). <https://repositorio.unach.edu.ec/bitstream/51000/12675/1/UNACH-FI-IIND-2024-0013.pdf>

15392

ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: EL CASO DE LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE OCCIDENTE. UNIDAD REGIONAL GUASAVE.

María de los Ángeles Cervantes Rosas

Universidad Autónoma de Occidente

<https://orcid.org/0000-0003-3338-4816>

maria.cervantes@uadeo.mx

Francisco Javier Coronel Pérez

Universidad Autónoma de Occidente

<https://orcid.org/0009-0000-9317-2167>

francisco.coronel@uadeo.mx

Rosa Elena De Anda Montaña

Universidad Autónoma de Occidente

<https://orcid.org/0000-0002-4223-0950>

rosa.deanda@gmail.com

Resumen

Las enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios se han vuelto un desafío por ser cada vez más frecuentes, que se han convertido en un problema de salud pública. Los estudiantes llegan de un sistema que implica menos presión, se enfrentan a cambios no sólo en la parte escolar, sino también a un entorno completamente distinto y con más exigencia, donde se les exige toma de decisiones vocacionales y adaptación al entorno, lo cual puede originar trastornos que afectan el rendimiento académico. En el presente capítulo se tiene como objetivo analizar la prevalencia de este tipo de enfermedades en los estudiantes de instituciones de educación superior, en este caso, la Unidad Regional Guasave, de la Universidad Autónoma de Occidente. Para ello se utilizó un instrumento previamente validado, que está integrado por cinco bloques, del que se obtuvo un Alpha de Cronbach de .966. Se envió un formulario a los estudiantes utilizando Google Forms y se recibieron 464 respuestas. De las enfermedades que tuvieron mayor peso en el análisis de los resultados fueron boreout y burnout, teniendo un nivel moderado. En el caso del mobbing se considera bajo. En tecnoestrés se observa un nivel medio en sobrecarga informacional e incertidumbre técnica. Finalmente, en estrés estudiantil, la media más alta se refleja en la forma en que se evalúa el nivel de aprendizaje y el papeleo de la estructura formal. Es necesario que las instituciones de educación superior no sólo identifiquen estas afectaciones, sino que también implementen estrategias para reducir o mitigar las mismas.

Palabras clave: burnout, estrés académico, instituciones de educación superior, salud

Abstract

Psychosocial illnesses in university students have become a challenge due to their increasing frequency, transforming into a public health problem. Students arrive from a system that involves less pressure and face changes not only in their academic work but also in a completely different and more demanding environment, where they are required to make vocational decisions and adapt to their surroundings. This can lead to disorders that affect academic performance. This chapter aims to analyze the prevalence of these types of illnesses in students at higher education institutions, specifically the Guasave Regional Unit of the Autonomous University of Western Colombia (Universidad Autónoma de Occidente). A previously validated instrument, comprised of five sections, was used, yielding a Cronbach's alpha of .966. A questionnaire was sent to students using Google Forms, and 464 responses were received. The illnesses with the greatest impact on the results were boreout and burnout, both at a moderate level. Mobbing (bullying) was considered to be at a low level. In technostress, a medium level is observed in information overload and technical uncertainty. Finally, in student stress, the highest average is reflected in the way learning levels are evaluated and the paperwork of the formal structure. It is necessary for higher education institutions not only to identify these impacts but also to implement strategies to reduce or mitigate them.

Keywords: burnout, academic stress, higher education institutions, health

INTRODUCCIÓN

Los estudiantes universitarios se enfrentan en su trayecto académico a diversas problemáticas en su formación profesional que inciden en su rendimiento, como son las enfermedades psicosociales. Estas enfermedades también tienen influencia en el grado de motivación que va mermando, incluso cayendo en la apatía y el cansancio mental; provocando incluso la deserción escolar (Ramos & Siñani, 2024). La pandemia de Covid 19, agravó los trastornos mentales de los universitarios afectando el bienestar ambiental y psicosocial y la forma en que afrontan los problemas que se les presentan (Vidal, García, & De la O, 2024) lo cual afecta su rendimiento académico. Por ello es de vital importancia detectar estas enfermedades a tiempo para poder visibilizarlas como una problemática presente, así como diseñar estrategias que permitan minimizarlas.

Diversos estudios abordan el tema de las enfermedades psicosociales como Silva & De la Cruz (2017) que estudian las características laborales de los estudiantes de una universidad pública de Jalisco, encontrando que el 41.9% tienen un trabajo remunerado y está relacionado con su carrera profesional precariedad laboral y el que el mismo porcentaje no trabaja porque sus padres cubren sus gastos de educación. Más del 50% de los empleos son informales por lo que carecen de prestaciones. Se llega a la conclusión de que las condiciones son precarias. Bano & Iqbal (2018) se enfocan en identificar los problemas psicosociales, emocionales y el desarrollo de psicopatologías de estudiantes universitarios, tomando como muestra 120 universitarios, 60 hombres y 60 mujeres. Utilizaron dos test para recopilar los datos validados con Alpha de Cronbach con un valor entre 0.80

y 0.85. Encontraron que los problemas psicosociales y los emocionales son los predominantes entre los estudiantes y no hay diferencias significativas en razón de género o edad. Estos resultados pueden servir para la intervención o programas de rehabilitación universitarios.

Vargas, Quintero y Sánchez (2018) investigan los factores de riesgo psicosocial en estudiantes universitarios de modalidad a distancia encontrando en la dimensión psicológica, factores relacionados con el estilo de vida no saludable donde se evidencia que no descansan ni duermen lo suficiente por falta de tiempo para realizar las actividades asignadas, sin encontrar el equilibrio entre las actividades académicas, familiares y laborales. Otro de los factores de riesgo identificados fue el de las relaciones interpersonales donde a los estudiantes se les complica pedir ayuda a sus compañeros. En la dimensión pedagógica se menciona que los estudiantes desconocen los servicios, problemas con los criterios de evaluación y poca profundización en el conocimiento, y conferencias virtuales poco amenas y que no despejan dudas. En ese mismo sentido, Solano (2022) lleva a cabo una revisión sistemática de literatura de los factores de riesgo psicosocial enfocados en la pedagogía encontrando que los principales son los familiares, económicos y pedagógicos y los que menos afectan son los relacionados a la psicología y los de salud física.

Por lo tanto, el objetivo del presente capítulo es analizar la prevalencia de enfermedades psicosociales en los estudiantes de instituciones de educación superior, en este caso, la Unidad Regional Guasave, de la Universidad Autónoma de Occidente.

Factores de riesgo psicosociales

Los factores de riesgo psicosociales se definen como “situaciones laborales que tienen una alta probabilidad de dañar gravemente la salud, física, social o mental” (Camacho & Mayorga, 2017); los trastornos que se deriven por causa de los factores de riesgo pueden perturbar la salud física y mental del individuo, se hacen evidentes en el corto, mediano o largo plazo, y afectan negativamente los recursos y capacidades que las personas tienen para responder al flujo de demandas provenientes del trabajo, Moreno (2011).

Estos factores psicosociales generan estrés, impactan la calidad de la vida laboral y el desempeño profesional. Otros de los riesgos presentes en el trabajo son los físicos, químicos o biológicos, pero tienen características propias que los hacen diferentes: el efecto del estrés es la dificultad para objetivar, su extensión en el espacio y en el tiempo, la relación con otro tipo de riesgos que afectan a los individuos puede verse agravados por condiciones personales del individuo. Los factores de riesgo psicosociales también están asociados con la organización del tiempo de trabajo como horarios y pausas, las características del empleo (salario, estabilidad del empleo, entre otros), de la organización (estructura jerárquica, procesos de socialización y desarrollo de carrera) o de la tarea (cantidad de trabajo, desarrollo de aptitudes, ritmo de trabajo, responsabilidad) (Gil-Monte; 2012 y

Muñoz-Rojas et al.; 2018). En este capítulo se analizan boreout, burnout, mobbing, tecnoestrés y estrés estudiantil.

Boreout: Es un síndrome que afecta la productividad de un individuo dentro del ambiente académico y laboral, lo que generan causas como el aburrimiento, el desinterés y la infraexigencia, que cuando se presentan de manera permanente y de forma prolongada promueven un nivel de riesgos enormes de contraer la enfermedad, afectando la salud y la seguridad del individuo, presentando los siguientes síntomas, el aislamiento relativo, el desinterés y bajo involucramiento lo cual genera desmotivación, Cansancio físico y emocional, Incorporo un rubro adicional, sobre la carga de trabajo imaginaria en los entornos laborales del mundo. (Ospina, 2023; Martínez, 2023 & Villavicencio, 2023).

Cabrera Noriega (2024) indica con claridad que el boreout como síndrome puede afectar determinadamente la productividad de un trabajador tiene que ver con una triada de causas que lo provocan, las cuales son el aburrimiento, el desinterés y la infraexigencia, que cuando se presentan de manera permanente y de forma prolongada promueven un nivel de riesgos enormes de contraer el boreout como enfermedad psicosocial y puede tener efectos tanto para el trabajo desempeñado, pero sobre todo en afectaciones a la salud y la seguridad del trabajador. Se observaron otros síntomas como el aislamiento relativo, el desinterés y bajo involucramiento lo cual genera desmotivación, Martínez, (2023), Cansancio físico y emocional, Ospina (2023), y Villavicencio (2023) Incorporo un rubro adicional, sobre la carga de trabajo imaginaria en los entornos laborales del mundo.

Burnout: El síndrome de Burnout académico se define como una condición de estrés prolongado e insidioso que se deriva de condiciones del individuo y del contexto organizacional de la institución universitaria. Un individuo con síndrome de Burnout experimenta fatiga, agotamiento y decepción debido a que no logra sus expectativas de estilo de vida proyectado o de las relaciones que se ha comprometido a alcanzar (Loayza- Castro et al., 2016).

Produce alteraciones fisiológicas como son cefaleas, problemas cardiovasculares, digestivos y sexuales, así como también síntomas osteomusculares especialmente dorsales, quejas psicosomáticas, pérdida del apetito, cambio del peso corporal, dificultades sexuales, problemas de sueño, fatiga crónica, enfermedades cardiovasculares (Caballero- Domínguez et al 2010; Saliba-Garbin et al., 2012). El síndrome de Burnout académico se define como una condición de estrés prolongado e insidioso que se deriva de condiciones del individuo y del contexto organizacional de la institución universitaria. Un individuo con síndrome de Burnout experimenta fatiga, agotamiento y decepción debido a que no logra sus expectativas de estilo de vida proyectado o de las relaciones que se ha comprometido a alcanzar (Loayza- Castro et al., 2016). así como también se detecta

irritabilidad e inquietud, nerviosismo, sentimientos de impotencia, vacío soledad y tristeza que a la larga se puede asociar con depresión y ansiedad por lo que puede afectar la estructura familiar y personal reflejado en la calidad y desempeño del trabajo realizado por los estudiantes (Bolaños, 2016).

El síndrome de Burnout produce alteraciones en los sistemas fisiológicos (sistema nervioso autónomo y sistema inmune) como disfunciones psicofisiológicas caracterizadas por cefaleas, problemas cardiovasculares, digestivos y sexuales (Saliba- Garbin et al., 2012). Adicionalmente otros síntomas en la salud física son: síntomas osteomusculares especialmente dorsales, quejas psicósomáticas, pérdida del apetito, cambio del peso corporal, dificultades sexuales, problemas de sueño, fatiga crónica, enfermedades cardiovasculares y alteraciones gastrointestinales (Caballero-Domínguez et al 2010) .

La prevalencia del síndrome de burnout académico es significativa, afectando los tres dominios: agotamiento emocional, cinismo y rendimiento académico. Son necesarias futuras investigaciones que aborden y estandaricen instrumentos para el diagnóstico de este síndrome en poblaciones universitarias acorde a las realidades nacionales y regionales (Loayza-Castro et al., 2016).

Mobbing: Es una problemática de salud mental se estima que un porcentaje muy alto sufre de violencia o intimidación dentro del sector laboral por temor a perder sus empleos asociados a falacias legales que existen en los diferentes países, (Ávila, 2020). Es por esto, se define como el comportamiento negativo entre superiores y subordinados dentro de una organización laboral, las personas afectadas se convierten en blanco de humillaciones o comportamientos hostiles dañando su reputación, dignidad e integridad moral. Las principales víctimas de acoso laboral son personas con o sin estudios profesionales que no cuentan con un trabajo estable (Ahumada, et al., 2021). El abuso psicológico con cifras alarmantes, seguido del abuso físico. Se encontró que los internos de enfermería presentaron compromiso a nivel académico, debido a que el mundo laboral en que ingresan está expuesto a nuevas presiones y ellos buscan la forma de superarlas. Se evaluó el rendimiento académico de los estudiantes, se determinó que existe una relación entre mobbing y rendimiento académico, evidenciándose que los estudiantes que no percibieron ningún tipo de abuso obtuvieron mejores notas académicas a diferencia de los estudiantes que percibieron algún tipo de mobbing cuyas notas disminuyeron (Cochea-Domínguez, A., 2025); así como también se concluye que el abuso físico y psicológico afecta el rendimiento académico por lo que genera problemas de inseguridad y bajas calificaciones predominando el miedo, la preocupación y nostalgia, (Aguilar, 2023). En la identificación del tipo más frecuente de mobbing se obtuvo el abuso psicológico con cifras alarmantes, seguido del abuso físico. Se encontró que los internos de enfermería presentaron compromiso a nivel académico, debido a que el mundo laboral en que ingresan está expuesto a nuevas presiones y ellos buscan la forma de superarlas. Se evaluó el rendimiento académico de los

estudiantes, según el avance práctico durante las rotaciones de internado, obteniéndose que los internos afectados en su rendimiento académico se enfrentaron a diferentes tipos de acoso en su entorno laboral; además, indicaron la sensación de presión académica que afecta directamente en su rendimiento estudiantil y no fueron capaces de manejar efectivamente estos tipos de abuso, reflejándose en la disminución de su desempeño académico. Se determinó que existe una relación entre mobbing y rendimiento académico, evidenciándose que los internos que no percibieron ningún tipo de abuso obtuvieron mejores notas académicas a diferencia de los estudiantes que percibieron algún tipo de mobbing cuyas notas fluctuaban entre 70 a 80 puntos durante sus prácticas preprofesionales (Cochea-Domínguez, 2025).

Tecnoestrés: Se refiere al estrés específico causado por el uso de nuevas tecnologías, que puede provocar efectos psicosociales negativos del uso de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), tiene una influencia significativa e inversa en el rendimiento académico de los estudiantes. Se determinó que el tecnoestrés se presentó en un nivel regular en la mitad de los estudiantes (Ponce Pardo et al.,2023). así como también puede ser vinculado con distintas condiciones de salud físicas. La frecuente utilización de TICs está relacionada con el sedentarismo, este podría producir cefaleas, pérdida del apetito, fatiga continuada, hipertensión, malestar estomacal o disfunciones sexuales, está relacionado con sentimientos de soledad, depresión, ansiedad, problemas conductuales, modificaciones de los patrones de sueño, comportamientos agresivos, trastorno por uso de sustancias, trastorno por déficit de atención e hiperactividad, trastornos de personalidad y trastornos psicóticos, (Coppari et al, 2018).

Otra de las enfermedades psicosociales es el tecnoestrés que puede ser vinculado con distintas condiciones de salud físicas. La frecuente utilización de TICs está relacionada con el sedentarismo, este podría producir cefaleas, pérdida del apetito, fatiga continuada, hipertensión, malestar estomacal o disfunciones sexuales. En lo que respecta a la salud mental, el tecnoestrés ha sido relacionado con la soledad, depresión, problemas conductuales, ansiedad, modificación de los patrones de sueño, comportamientos agresivos, trastorno por uso de sustancias, trastorno por déficit de atención e hiperactividad, trastornos de personalidad y trastornos psicóticos, en estos casos los efectos del tecnoestrés derivan en una reducción considerable de la calidad de vida, ausentismo laboral y baja producción, así como problemáticas de carácter relacional, Además, resalta el vínculo existente entre la timidez, la soledad y el uso de ciertas funciones de las TICs, como internet. Ambas variables mencionadas funcionan como predictores para la adicción al internet. Sin embargo, no puede descartarse que el uso prolongado de internet (o de TICs en general), a su vez, retroalimente tanto a la timidez en el relacionamiento cara a cara como a los sentimientos de soledad, en un círculo vicioso que impida el desarrollo de habilidades sociales por parte del individuo (Coppari et al, 2018).

Estrés estudiantil: El estrés adquiere influencia en diferentes enfermedades y ámbitos, disminuye el rendimiento laboral y académico y la vida cotidiana (Nava et al., 2016), perjudica las relaciones personales y familiares, generando consecuencias que afectan al cuerpo, mente y emociones, El estrés puede ser definido como el proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe el individuo, a las cuáles debe dar una respuesta adecuada, poniendo en marcha sus recursos de afrontamiento. Cuando la demanda del ambiente es excesiva frente a los recursos de afrontamiento que se poseen, se van a desarrollar una serie de reacciones adaptativas, de movilización de recursos, que implican activación fisiológica. Esta reacción de estrés incluye una serie de reacciones emocionales negativas (desagradables), de las cuáles las más importantes son: la ansiedad, la ira y la depresión, (Espinoza et al., 2020). El estrés se interpreta en una amplia gama de experiencias, como lo son el nerviosismo, la tensión, el cansancio, el agobio, la inquietud y otras sensaciones similares, como la presión laboral, escolar, de la misma manera se presentan situaciones de miedo, temor angustia, pánico, afán por cumplir, vacío existencial, es decir, sucesos, problemas, preocupaciones y contrariedades de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad, pueden alterar el bienestar emocional y físico del individuo.

El estrés se manifiesta en diversos ámbitos, dos de los más frecuentes son la vida cotidiana y el trabajo, no obstante, pese a su carácter situacional, sus efectos parecen no desaparecer de inmediato al cambiar los individuos de contexto (Nava, Orihuela, & Vega, 2016). De igual forma, el estrés se puede generar por la carga académica de estudiantes universitarios y este tiene afectaciones en el rendimiento y la motivación (Musitu & Diaz, 2017).

Al considerar la afectación por riesgos psicosociales se ha de tener en cuenta elementos del contexto propio donde se desarrolla el trabajo, el entorno social que rodea a cada individuo, sus rasgos de personalidad y de experiencias vitales que pueden convertirse en situaciones moderadoras del estrés, es decir que configuran la realidad, las experiencias estresoras y los modos de afrontarlas (Roa-Cardenas & González-Puebla, 2021).

El estrés tiene efectos positivos y negativos para la vida, sin embargo, el Burnout siempre es negativo, ya que el primero puede desaparecer después de un periodo adecuado de descanso o reposo, pero el segundo no se revierte ni con vacaciones (Dilsad-Kutsal & Filiz- Bilge, 2012).

METODOLOGÍA

Para llevar a cabo la presente investigación, se hizo uso del enfoque cuantitativo, con alcance descriptivo. Como técnica de recolección de datos se utilizó una encuesta previamente validada, integrada por cinco bloques: boreout, burnout , mobbing, tecnoestrés y estrés estudiantil. Se determinó el Alpha de Cronbach obteniendo como resultado 0.965, que confirma que el instrumento

mide lo que debe de medir. Posteriormente se procedió a hacer el análisis descriptivo de los datos obtenidos que se presentan a continuación:

RESULTADOS Y DISCUSION

Para la interpretación de las medias de cada una de las secciones y bloques, se definió que promedios de 1.0 a 2.5 se consideran bajos, entre 2.5 y 3.5 son moderados, y arriba de 3.5 y hasta 5 se consideran alto nivel.

En el análisis por sección de boreout se encontró que la media más alta corresponde a aburrimiento en el trabajo, que se refiere a la apatía y el hastío de los estudiantes para llevar a cabo sus actividades académicas. La media más baja se refiere al desinterés en el trabajo académico. La media de este bloque es de 2.99. La aportación de estas tres secciones al nivel de boreout es moderado.

Tabla 1

Boreout, análisis por sección

Sección	Media
Aburrimiento en el trabajo	3.22
Desinterés en el trabajo	2.71
Infraexigencia en el trabajo	3.03

El bloque de burnout está integrado por tres secciones. La media más alta es la de agotamiento personal con una media de 3.00. Se considera una aportación moderada. La media más baja es la *Agotamiento relacionado con el profesor* cuyo aporte se considera bajo al nivel de *burnout*.

Tabla 2

Burnout, análisis por sección

Sección	Media
Agotamiento personal	3.00
Agotamiento académico	2.78
Agotamiento relacionado con el profesor	2.33

El bloque de mobbing está integrado por tres secciones y todas ellas tienen una media de 1.32 que se considera un aporte bajo al nivel de mobbing.

Tabla 3

Mobbing, análisis por sección

Sección	Media
Acoso orientado a la persona	1.34
Acoso orientado al trabajo	1.33
Acoso intimidatorio	1.24

Al hacer el análisis descriptivo del bloque de tecnoestrés, integrado por cuatro secciones, se encontró que la media más alta es la de sobrecarga emocional y la más baja falta de control. El promedio de estas tres secciones es de 1.85, también considerado bajo.

Tabla 4

Tecnoestrés, análisis por sección

Sección	Media
Sobrecarga informacional	2.21
Invasión de privacidad	1.63
Incertidumbre técnica	2.04
Falta de control	1.57

Finalmente, en el análisis del estrés estudiantil, integrado por siete secciones, se encontró que la media más alta corresponde a la sección Estructura organizacional que asciende a 2.39. La más baja corresponde a la Influencia del líder con 1.97. En general de este bloque se puede afirmar que el nivel de estrés estudiantil en general es bajo.

Tabla 5*Estrés estudiantil, análisis por sección*

Sección	Media
Clima organizacional	2.26
Estructura organizacional	2.39
Territorio organizacional	2.25
Tecnología	2.26
Influencia del líder	1.97
Falta de cohesión	2.09
Respaldo del grupo	2.12

Los hallazgos del análisis de cada uno de los bloques que integran el instrumento utilizado, arrojaron que el *Boreout* y el *Burnout* tienen las medias más altas, con 2.99 y 2.71 respectivamente, que se consideran moderados. Las más bajas con las de *Tecnoestrés* y *Mobbing* con 1.85 y 1.32, respectivamente.

Tabla 6*Estrés estudiantil, análisis por bloque*

Bloque	Media
Boreout	2.99
Burnout	2.71
Mobbing	1.32
Tecnoestrés	1.85
Estrés estudiantil	2.19

En el caso del burnout se encontró un nivel medio y en su presencia se puede encontrar agotamiento emocional, cinismo y bajo rendimiento académico. A pesar de que los estudiantes que participaron en la muestra manifestaron sentir agotamiento físico y emocional de manera frecuente, también señalan que pueden dar más de lo que se les pide y les sobra energía para disfrutar su tiempo libre.

Los estudiantes que participaron en la muestra, mencionaron que el nivel de rendimiento es bueno, lo cual coincide con lo señalado por Coachea-Dominguez (2021) ya que se encontró un nivel de mobbing muy bajo.

En relación con lo señalado por Coppari *et al* (2018) en relación a que el uso prolongado de internet es una de los factores que hacen que los estudiantes universitarios desarrollen en mayor o menor medida ciertos grados de timidez, soledad e impide el desarrollo de habilidades sociales, en el caso de los estudiantes estudiados no existe evidencia de que haya afectación a sus habilidades sociales a pesar de que usan el teléfono hasta en el baño.

CONCLUSIONES

El objetivo planteado en la presente investigación fue identificar los riesgos psicosociales presentes en estudiantes de la Universidad Autónoma de Occidente, Unidad Regional Guasave. De las cinco enfermedades analizadas se encontró la presencia de dos en nivel medio y tres en nivel bajo. En el caso del boreout

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar Sánchez, A. E. (2024). *Mobbing y su relación con rendimiento académico del interno de enfermería. Santa Elena, 2023* (Bachelor's thesis, La Libertad: Universidad Estatal Península de Santa Elena, 2024).
- Ahumada, M., Ansoleaga, E., & Castillo, A. (2021). *coso laboral y salud mental en trabajadores chilenos: el papel del género. Cadernos de Súde Pública, 37(2)*. doi:<https://doi.org/10.1590/0102-311X00037220>
- Ávila, J. (2020). El acoso laboral o mobbing como elemento causante de accidentes laborales. *Revista Científica UISRAEL, 7(3)*, 123-136. <https://doi.org/10.35290/rcui.v7n3.2020.331>
- Bolaños, N. y Rodríguez, N. (2016). Prevalencia del Síndrome de Burnout académico en el estudiantado de Enfermería de la Universidad de Costa Rica. *Revista Enfermería Actual en Costa Rica, 31*, 1-19. <http://dx.doi.org/10.15517/revenf.v0i31.24519>
- Caballero, C., Hederich, C. & Palacio, J. (2010). El burnout académico: delimitación del síndrome y factores asociados con su aparición. *Revista Latinoamericana de Psicología, 42(1)*, 131-146. Recuperado de http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-05342010000100012&script=sci_abstract&tlng=es
- Cochea-Domínguez, A., 2025. Mobbing y su relación con el rendimiento académico del interno de enfermería, Santa Elena-2023 *Journal Scientific Investigar*, ISSN: 2588-0659. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.9.1.2025.e259>
- Coppari, N. B., Bagnoli, L., Cudas, G., López, H., Martínez, Ú., Martínez, L., y Montanía, M. (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos. *Perspectivas en Psicología: Revista de Psicología y Ciencias Afines, 15(2)*, 40-55.

- Espinosa Castro, J. F., Hernández Lalinde, J., Rodríguez, J. E., & Bermúdez Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(1), 63-69.
- Expósito, E., & Marsollier, R. (2020). Virtualidad y educación en tiempos de COVID-19. Un estudio empírico en Argentina. *Educación y Humanismo*, 22(39), 1-22. <https://doi.org/10.17081/eduhum.22.39.4214>
- Herrera Fustamante, J. M. (2021) *Impacto ocupacional del trabajo remoto en docentes durante la emergencia sanitaria en una institución educativa. Chota - Cajamarca 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]
- Loayza, J., Correa, L., Cabello, C., Huamán, M., Cedillo, L., Vela, J., Pérez, L., Gonzáles, M. y De la Cruz, J. (2016). Síndrome de burnout en estudiantes universitarios: tendencias actuales. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 16(1), 31-36. <https://doi.org/10.25176/RFMH.v16.n1.333>
- Ospina, M., Enríquez, E., & Idrobo, R. (2023). Factores de riesgo psicosocial intralaboral asociados a la productividad del personal médico y de enfermería. *Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium. Colombia*.
- Martínez, C. (2023). Boreout. Concepto y su evaluación psicosocial en un centro comercial de la comunidad valenciana. Universidad Miguel Hernández de Elche. España.
- Nava Quiroz, C.N., Orihuela rivera, L. & Vega Valero, C.Z. (2016). Relación entre el estrés laboral y estrés cotidiano. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, Vol. N2.
- Ponce Pardo, J. E., Hernández Guerra, R. E., Jalixto Erazo, H. M., & Chiri Saravia, P. C. (2023). El tecnoestrés en el rendimiento académico en estudiantes. *Horizontes. Revista De Investigación En Ciencias De La Educación*, 7(28), 852–861. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v7i28.559>
- Saliba-Garbin CA, Adas Saliba N, Reis-Dos Santos R, Leal Do Prado R, Garbin I, José A. Burnout en estudiantes de odontología: evaluación a través mbi: versión estudiantes. *Med Segur Trab*. 2012 Dec;58(229):327– 34.
- Villavicencio-Ayub, E., y García, B. (2023). Adaptación de la Escala de Síndrome de Boreout para trabajadores mexicano. *Informes Psicológicos*, 23(2), pp. 95-107 <http://dx.doi.org/10.10000/infpsic.v23n2a01>

15393

**INCIDENCIA DE RIESGOS PSICOSOCIALES: *BOREOUT*, *BURNOUT*,
TECNOESTRÉS, ESTRÉS ACADÉMICO, Y *MOBBING* EN UNIVERSITARIOS
EN MÉRIDA, YUCATÁN.**

Dra. Olivia Jiménez Diez

Universidad Autónoma de Yucatán

ORCID 0000-0002-4514-5241

jdiez@correo.uady.mx

MGM.Gina Estefanía Godínez Molina

Universidad Autónoma de Yucatán

ORCID: 0000-0003-2247-338X

gina.godinez@correo.uady.mx

Dra. Leonor Elena López Canto

Universidad Autónoma de Yucatán

ORCID: 0000-0001-9701-5193

leonor.lopez@correo.uady.mx

Resumen

En el contexto actual, el cual está marcado por la aceleración tecnológica, la presión académica y laboral, así como la transformación de los entornos sociales, los riesgos psicosociales han adquirido una relevancia sin precedente. Los factores más destacados son el *burnout*, *boreout*, tecnoestrés, estrés académico y *mobbing*. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal y un alcance descriptivo. La población estuvo conformada por estudiantes de la Facultad de Contaduría y Administración de la Universidad Autónoma de Yucatán, inscritos en cursos de verano, con matrícula vigente al momento de la aplicación del instrumento, se utilizó un muestreo intencional no probabilístico. El instrumento utilizado fue elaborado por la Red RILCO, y está compuesto por un total de 144 ítems, distribuidos en 18 ítems para la dimensión de *boreout*, 35 ítems para tecnoestrés, 25 ítems para estrés académico, 22 ítems para síndrome de *burnout* y 44 ítems para *mobbing*. El análisis realizado arroja que, de los cinco factores psicosociales evaluados, los alumnos de licenciatura de la Facultad de Contaduría y Administración presentan un nivel moderado en cuanto a *boreout* y *burnout*, y un nivel bajo en cuanto a estrés académico, *mobbing* y tecnoestrés. Es importante mencionar que el factor que se encuentra en el nivel más bajo es el *mobbing* y el factor que promedio más alto, pero siempre en nivel moderado es el *boreout*.

Palabras clave: *boreout*, *burnout*, tecnoestrés, estrés académico y *mobbing*

Abstract

In the current context, marked by technological acceleration, academic and work pressure, and the transformation of social environments, psychosocial risks have acquired unprecedented relevance. The most notable factors are burnout, boreout, technostress, academic stress, and bullying. The study was conducted using a quantitative approach, with a non-experimental cross-sectional design and a descriptive scope. The population consisted of students from the Faculty of Accounting and Administration of the Autonomous University of Yucatán, enrolled in summer courses, with current enrollment at the time of administration of the instrument. A non-probabilistic purposive sampling was used. The instrument used was developed by the RILCO Network and is composed of a total of 144 items, distributed in 18 items for the boreout dimension, 35 items for technostress, 25 items for academic stress, 22 items for burnout syndrome, and 44 items for bullying. The analysis shows that, of the five psychosocial factors evaluated, undergraduate students in the School of Accounting and Administration present a moderate level of boreout and burnout, and a low level of academic stress, bullying, and technostress. It is important to note that the factor with the lowest level is bullying, and the factor with the highest average, but still at a moderate level, is boreout.

Keywords: boreout, burnout, technostress, academic stress and *mobbing*.

INTRODUCCIÓN

En el contexto actual, el cual está marcado por la aceleración tecnológica, la presión académica y laboral, así como la transformación de los entornos sociales, los riesgos psicosociales han adquirido una relevancia sin precedente. Estos riesgos se refieren a aquellos factores del entorno laboral, educativo y/o social que pueden afectar la salud emocional, física y mental de las personas. Estas afectaciones surgen ya sea por experimentar de manera constante estrés, ya sea por factores externos como lo son: inseguridad, condiciones económicas adversas, fragmentación familiar, violencia en los diferentes ambientes en los que se desenvuelven o por situaciones propias de la persona como es el hecho de no saber hacer por la falta de conocimientos, y/o habilidades, la falta de madurez y autoconocimiento.

Entre las más destacadas se encuentra el *burnout*, un síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, común en profesiones con alta carga emocional. El tecnoestrés, por su parte, surge del uso excesivo o inadecuado de tecnologías digitales, generando ansiedad, fatiga y sensación de sobrecarga. En el ámbito educativo, el estrés académico afecta a estudiantes que enfrentan exigencias constantes, plazos ajustados y presión por el rendimiento, comprometiendo su bienestar psicológico. A diferencia del burnout, el *boreout* se relaciona con la falta de estímulo, monotonía y subutilización de capacidades en el trabajo, lo que puede llevar a la desmotivación y al deterioro emocional. Finalmente, el *mobbing* o acoso laboral representa una

forma de violencia psicológica sistemática en el entorno profesional, que puede tener consecuencias devastadoras para la salud mental de quien lo sufre.

Estos padecimientos que, aunque son diferentes en su naturaleza, deben tener un denominador común, que es la necesidad de urgente de identificar, prevenir, y abordar cada uno desde una perspectiva integral, que promueva entornos saludables, inclusivos y sostenibles, si se desea que las personas cuenten con calidad de vida.

A continuación se hace una explicación más detallada de cada uno de estos:

Boreout.

Una persona que padece el síndrome de *boreout* experimenta aburrimiento, desinterés e infra exigencia. Lo que lo lleva a experimentar desgano, duda y desorientación durante la jornada laboral o educativa; se aburre en el trabajo y/ jornada académica, pierde interés y le genera un sentimiento de insatisfacción ante la incapacidad de poder rendir más en el trabajo ya sea por la falta de actividades o por la baja complejidad de estas o ambos casos.

Algunas de las razones para padecer el síndrome del *boreout* son producto de múltiples factores que se originan en los cambios experimentados dentro de las organizaciones y las relaciones interpersonales que se dan al interior de esta. Dentro de las causas está el realizar tareas repetitivas y monótonas, el bajo rendimiento del trabajo realizado, no visualizar un futuro en la empresa, o en su caso no visualizar un resultado positivo dentro de una asignatura, falta de una interacción de calidad con profesores y compañeros, exceso de teoría sin aplicación práctica y, en algunos casos no recibir el ascenso prometido o la falta de reconocimiento o retroalimentación académica (Barrios y Velasco, 2016). Padecer *boreout* se puede entender como la crisis de las existencias en la cual una persona esta de cuerpo presente, pero de mente ausente y normalmente la padecen aquellas personas con grandes capacidades y que son exigentes.

Luego entonces las personas que sufren de *boreout*, durante la jornada laboral y/o académica realizan otras actividades no propias para simular estar ocupadas o abrumados con la carga laboral/académica. Entre las estrategias utilizadas están las pseudoentregas de trabajo, el uso de diferentes pantallas en su computadora, la existencia física de múltiples documentos en su espacio de trabajo, mencionar que se lleva trabajo para realizar en casa, o expresar que se encuentran *pseudoburnout*, etc. Dedicarse a otras actividades no propias al desempeño laboral provocan insatisfacción y frustración en el trabajador; ya que la mayoría de los empleados quieren poner en práctica sus conocimientos y habilidades para desarrollarse profesionalmente. Es un hecho que a nadie le gusta sentirse no útil, puesto que a una mayor demanda intelectual y autonomía en el desempeño laboral se logra una mayor satisfacción.

Algunas de las consecuencias de este padecimiento en términos generales son depresión, falta de autoestima, sensación de inutilidad, específicamente en el área académica se tiene, desmotivación crónica y bajo rendimiento académico, deserción académica y aislamiento social y desconexión institucional (Chaparro et al., 2025).

Tecnoestress.

De acuerdo con Estrada et al., 2021 (mencionado en Masias, Aco y Colque, 2023), en los últimos años dada las necesidades de comunicación en tiempo real y el aseguramiento de la salud de población se ha dado un rápido desarrollo de la digitalización, lo que ha conllevado a un amplio uso del internet, de herramientas tecnológicas móviles, del teletrabajo, y la educación a distancia, entre otros. Esto ha provocado un avance extraordinario en la generación de soluciones a diversas necesidades, sin embargo, también ha generado una serie de riesgos para la salud de las personas, ya que la adaptación a estos avances no ha sido en la misma medida, debido a que la participación y/o involucramiento en estos procesos y tecnologías incluye no solo a los directamente involucrados, sino también al segmento estudiantil que difícilmente cuenta con los conocimientos y la madurez para poder enfrentar de mejor forma esta nueva realidad. Lo anterior genera una sobre carga informacional, sentimientos de falta de control en las emociones, invasión a la privacidad, lo que genera ansiedad y estrés, ya sea porque carece del dominio tecnológico, y/o el enfrentamiento a nuevos métodos de enseñanza -aprendizaje, lo que dificulta el cumplimiento en tiempo y en forma, ya que a la par se tiene también el cumplimiento doméstico.

Según Rosen, 2017 (mencionado en Masias et al., 2023), a nivel universitario el estrés se agrava debido a que no se puede prescindir del uso de la tecnología para el cumplimiento de su desarrollo académico y profesional, lo anterior se conoce como tecnoestrés, que se puede entender como una sobresaturación que genera fatiga y desgaste físico y emocional por el uso excesivo o inadecuado de la tecnología.

Se pudiera pensar que el concepto de tecnoestres es relativamente nuevo, sin embargo, desde 1984 Brod (mencionado en Coppari et al., 2024), lo define “en relación con las consecuencias psicosociales negativas que surgen por el uso excesivo de tecnologías como un modo de enfermedad adaptativa, causada por la falta de capacidad para lidiar saludablemente con los nuevos equipos y tecnologías”. Sin embargo, pensar que hoy en día se puede dejar de lado el uso de las tecnologías es imposible, lo que sí se puede es aprender a manejar la consecuencia psicosocial social negativa a través del desarrollo de competencias digitales, que conjuguen conocimientos, habilidades y actitudes que favorezcan el uso consciente, seguro, creativo y crítico de las Tic's no solo para el trabajo, y el ocio, sino también para la comunicación y la participación social que aglutine aspectos éticos, legales y actitudinales como lo menciona Bautista y Delgado et al (en Coppari et al., 2024).

Estrés Académico.

De manera normal, todos los días existen condiciones que generan estrés como lo pueden ser los desafíos profesionales y académicos, situaciones personales y / o familiares, pensamientos sobre no tener control sobre alguna situación y factores externos como lo puede ser estar atrapado en el tráfico vehicular, entre otros; de tal forma que el estrés surge como una manera natural de dar respuesta a estas condicionantes. Luego entonces el estrés es la respuesta del cuerpo ante una situación peligrosa o demandante, y toda persona está expuesta a sufrir estrés en algún momento de su vida. De acuerdo con el modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman (1984), el estrés no es una respuesta automática a un estímulo, sino que más bien es una interacción entre la persona y su entorno. De tal forma que existe el llamado estrés positivo o eustrés, el cual nos impulsa a concentrarnos. Actuar y superar desafíos, lo cual da como resultado un crecimiento personal y bienestar. No obstante, si el factor o la situación estresante persiste de manera crónica porque la persona no cuente con los recursos para afrontar la situación estresante, el beneficio se transforma en un estrés negativo o distrés lo cual puede provocar malestar y enfermedades en los sistemas cardiovascular, inmune y nervioso.

Hoy en día la vida universitaria se caracteriza por una evolución constante en el uso de herramientas tecnológicas, condicionantes económicas deficientes, cambios dentro del seno familiar y la falta de conocimiento y habilidades tecnológicas suficientes para enfrentar los retos que significa las demandas académicas (Mao et al., mencionado en Hinojosa y Molina, 2023). De acuerdo con Escobar et al. (mencionados en Silva-Ramos et al., 2020), en sí misma la vida universitaria significa una experiencia estresante ya que implica modificarla forma de aprendizaje, estudio y de interacción con los demás, lo cual incrementa el riesgo de padecer estrés, así como otras sensaciones similares como el nerviosismo, agobio, e inquietud entre otros. Según Barraza (mencionado en Toribio -Ferrer y Franco-Bárceñas, 2016), hablar de estrés académico es hablar de un proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico, que sucede cuando el alumno es sometido, en un contexto escolar, a una serie de demandas, que en palabras propias de los alumnos son estresores. Lo anterior coincide con el modelo transaccional del estrés de Lazarus y Folkman.

De acuerdo con Jiménez-Herrera (mencionado en Silva-Ramos et al., 2020) los estudiantes que sufren de estrés académico enfrentan más exigencias, desafíos y retos que implican una mayor cantidad de recursos físicos y psicológicos, lo cual provoca agotamiento, falta de interés ante el estudio y la autocrítica y en algunos casos la pérdida de control, que pudiera resultar en un estrés crónico y deterioro de la salud mental (Suárez-Montes y Díaz-Subieta en Silva-Ramos et al., 2020).

De acuerdo con Salinas (mencionado en Hernandez-Silva et al., 2018), en un contexto de educación superior, las aulas universitarias deben ser espacios que cuenten con ambientes que permitan elevar

la eficiencia y la calidad de la enseñanza; por lo tanto, se espera que estos espacios sean ergonómicos, amigables y que fomenten la participación activa en su formación académica. Una parte importante de los espacios universitarios es el clima organizacional, o clima laboral, en el cual los docentes, administrativos y estudiantes llevan a cabo diversas tareas, se refiere no solo al modo en que lo hacen sino también el grado en que éstas se realizan de manera que ejerzan una influencia positiva en el contexto organizacional universitario.

Es un hecho que cuanto más positiva se perciba la dirección y la imagen gerencial, mucho más positiva será la percepción del clima organizacional que puede tener el personal docente, administrativo y manual a demás de la comunidad estudiantil, pero para lograr lo anterior es necesario no solo el cumplimiento de funciones administrativas, sino también el fomento de una convivencia armoniosa entre los diferentes actores socio-educativos y para ello se requiere de la definición de objetivos y metas considerando las diferentes realidades del espacio universitario. Una parte importante es la estructura organizacional, que refiere al marco formal o sistema de comunicación y autoridad en la organización, de tal forma que representa la percepción que tengan los miembros de la organización acerca de del conjunto de reglas, procedimientos, trámites y otras formalidades establecidas en la institución educativa (Rivera et al., 2016).

Los seres humanos se enfrentan a una serie de necesidades de manera continua, uno de los estudios más utilizados para conocer y clasificar estas necesidades es la Pirámide de Maslow, como parte de esta clasificación se ubican las necesidades de afiliación que tienen que ver con el sentido de pertenencia y aceptación en un grupo social. En la vida universitaria esta necesidad de pertenencia y aceptación social se agudiza, ya que los estudiantes buscan establecer relaciones sociales con otros que sientan, crean o piensen de la misma manera que ellos, para así poder confirmar la certeza de sus pensamientos o sus sentimientos. Y es entonces cuando la variable cohesión se operacionaliza como posible estresor, ya que si se considera de manera análoga a la cohesión como el pegamento que mantiene unido a un grupo y entonces es necesario identificar el atractivo del grupo (Forsyth mencionado en Chaparro et al., 2019). De tal forma que, si se observa un nivel alto de cohesión, los miembros de un grupo están más motivados a responder positivamente entre ellos, de tal forma que se dejan influenciar individualmente en mayor medida hacia los estándares del grupo. Esto genera un mayor nivel de satisfacción, lo que a su vez genera un círculo virtuoso, a mayor satisfacción, mayor deseo de seguir formando parte del grupo ya que existe un fuerte respaldo del grupo.

Burnout.

Durante el proceso formativo para el logro de objetivos académicos muchos estudiantes logran desarrollar las competencias necesarias, sin embargo, otros tienen dificultades para lograrlos, quedándose en el camino en algunos de los casos. Esto trae consigo que los estudiantes

experimenten una fuerte carga de estrés durante este periodo formativo y para aquellos que no logran desarrollar estrategias convenientes para afrontar estos desafíos desarrollan formas de afrontamiento que no siempre son las más adecuadas, resultando en una acumulación prolongada de estrés que a su vez se traduce en desgaste físico y mental también conocido como el síndrome del *burnout*.

De acuerdo con Osorio et al. (2025), el estudiante que experimenta *burnout* se caracteriza por una actitud de distanciamiento con relación al significado y utilidad de los estudios, sentimiento de incompetencia académica como estudiante y emocionalmente también experimenta una respuesta negativa y agotamiento académico. Lo anterior señala tres dimensiones que componen el concepto: la actitud de distanciamiento al significado y utilidad de los estudios (cinismo hacia la conclusión de estudios universitarios); la incompetencia, que se puede entender como la pérdida de confianza en sus propias competencias y el agotamiento físico y emocional.

Caballero et al. (mencionado en Osorio et al., 2025) considera que esta condición se refleja en los estudiantes en su temor a las evaluaciones, altos niveles de ansiedad asociada a tener que asimilar una gran cantidad de información en tiempo corto, a las dificultades económicas y familiares y a la falta de espacios de recreación sana y placentera. Lo anterior se recrudece cuando las instituciones y/ambiente educativo no facilitan el desempeño de los estudiantes al no proveer de suficientes recursos para la realización del trabajo académico y a un exceso de exigencia.

Los resultados del estudio de Osorio et al. (2025) muestran que más del 60% de los estudiados obtuvieron puntajes de medios a altos en la evaluación general y específicamente en el apartado de agotamiento e inadecuación, mientras que el 43% se encontraba en los mismos niveles en cuanto al cinismo. Cuando se correlaciona los anteriores resultados con las variables sociodemográficas, se encuentra que existe una relación entre el agotamiento emocional y la actividad remunerada, pero también entre ser económicamente independiente y el alto puntaje de cinismo. Con lo cual se puede entender que aquellos estudiantes que trabajan están en mayor riesgo de presentar agotamiento físico y emocional, ya que pueden experimentar una sensación de agotamiento y de no poder seguir adelante con sus estudios; en cuanto a la segunda correlación, se puede entender ésta en dos vertientes: de manera negativa si el alumno visualiza que no es necesario obtener el título de licenciatura para tener un empleo y ser independiente, y de manera positiva porque los que ya se encuentran laborando se dan cuenta que para poder destacar profesionalmente y escalar posiciones es necesario contar con documentos que certifiquen un nivel superior de estudios. Un resultado importante de este estudio es que los alumnos que viven con sus padres y éstos están casados muestran niveles muy bajo de agotamiento, quizás por el apoyo brindado por la familia. Lo anterior pudiera ser un elemento clave en la estrategia conjunta para la disminución de los niveles de *burnout*.

Mobbing.

Según Einarsen et al. (mencionados en Salinas-Guayacundo, 2020), en las últimas décadas el *mobbing* se ha constituido como una gran amenaza que afecta por igual a trabajadores, estudiantes, y a la sociedad y genera desigualdad, discriminación, estigmatización y conflicto además de afectar la dignidad.

El *mobbing* fue definido en la década de los 80's por Heinz Leyman (Davenport et al., 2013), como el acoso y/o violencia psicológica en el lugar de trabajo. Y de acuerdo con Gold y Caborn (mencionados en Dávila y Dávila, 2018) esta forma de violencia es la que más se presenta en los lugares de trabajo pero que es bastante difícil de detectar. Esta violencia puede tomar distintas formas desde muestras física como psicológicas pasando por el rechazo, menosprecio e indiferencia. Además, el *mobbing* tiene afectaciones directas en la salud, en la integridad personal a nivel físico, psíquico y moral. El acoso se puede hacer hacia la persona, hacia el trabajo que realiza y de manera intimidante.

Si bien existen investigaciones sobre el *mobbing* en el sector laboral, poco se ha investigado al respecto en el sector universitario, específicamente entre los estudiantes universitarios, aun cuando es precisamente este periodo educativo una etapa de transición entre la formación académica y la vida profesional, en donde en muchas ocasiones los universitarios obtienen su primer empleo y comienza su adaptación al mundo laboral, lo cual implica entrar en contacto con este tipo de violencia y su posterior interiorización (Plata et al. citado en Dávila y Dávila, 2018).

En el ámbito laboral algunas de las afectaciones producto del *mobbing* son la disminución de productividad y compromiso, ausentismos por enfermedad, insatisfacción laboral, elevación de la rotación de personal, y desmotivación entre otros. Estos efectos negativos también se pueden ver en el ámbito universitario estudiantil, ya que los alumnos que padecen de este tipo de violencia en las aulas presentan ausentismo, desmotivación, disminución de su productividad académica e insatisfacción con el ambiente académico (Salinas-Guayacundo, 2020).

METODOLOGÍA

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental de tipo transversal y un alcance descriptivo, ya que se buscó identificar las características de una variable específica en una población delimitada en un momento determinado, sin manipular las variables independientes (Hernández Sampieri et al., 2014, p. 152).

La población estuvo conformada por estudiantes de la Facultad de Contaduría y Administración de la Universidad Autónoma de Yucatán, inscritos en cursos de verano, con matrícula vigente al momento de la aplicación del instrumento. Se utilizó un muestreo intencional no probabilístico, seleccionando a los participantes con base en el criterio de pertinencia para los objetivos de investigación (Bernal, 2010, p. 179).

La técnica de recolección de datos fue una encuesta autoaplicada, estructurada en cinco dimensiones: *boreout*, tecnoestrés estudiantil, estrés académico, síndrome de *burnout* y *mobbing*. El instrumento utilizado fue elaborado por la Red RILCO, y está compuesto por un total de 144 ítems, distribuidos en 18 ítems para la dimensión de *boreout*, 35 ítems para tecnoestrés, 25 ítems para estrés académico, 22 ítems para síndrome de *burnout* y 44 ítems para *mobbing* (véase Figura 1) y los reactivos se evaluaron según una escala tipo Likert de 5 puntos en donde 1 corresponde a "nunca", 2 a "rara vez", 3 a "algunas veces", 4 a "a menudo" y 5 a "siempre", para medir la frecuencia con la que los estudiantes universitarios experimentaban cada una de las situaciones planteadas en relación con su experiencia académica.

Con respecto a la validez y confiabilidad, el instrumento cuenta con una confiabilidad medida mediante el coeficiente alfa de Cronbach, cuyo valor fue de 0.547 indicando un nivel adecuado de consistencia interna. La validación del constructo del instrumento fue a través de la aplicación del análisis factorial exploratorio, la prueba de adecuación muestral de Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) y la prueba de esfericidad de Bartlett.

El valor obtenido en el estadístico KMO fue de 0.554, por lo tanto, es un nivel aceptable para realizar el análisis (Hernández Sampieri et al., 2014). En la prueba de esfericidad de Bartlett se alcanzó un valor de $\chi^2 = 263.23$, con $gl = 136$ con un nivel de significancia de $p = 0.000$, lo cual confirma la existencia de una correlación significativa entre las variables (Chaparro et al., 2025).

Figura 1. Distribución de ítems por dimensión del instrumento elaborado por la Red RILCO.



Fuente: Adaptado de Chaparro et al. (2025).

RESULTADOS Y DISCUSION

El análisis realizado arroja que, de los cinco factores psicosociales evaluados, los alumnos de licenciatura de la Facultad de Contaduría y Administración presentan un nivel moderado en cuanto a *boreout* y *burnout*, y un nivel bajo en cuanto a estrés académico, *mobbing* y tecnoestrés. Es importante mencionar que el factor que se encuentra en el nivel más bajo es el *mobbing* y el factor que promedia más alto, pero siempre en nivel moderado es el *boreout*.

Ahora bien, con relación al *boreout*, los resultados presentan un promedio general de 2.98 – nivel moderado, sin embargo, cuando se desglosa en los tres elementos que constituyen el *boreout*, se observa que el aburrimiento obtiene la calificación más alta con un promedio de 3.20; la infra exigencia obtiene un promedio de 3.01 y el desinterés un promedio de 2.73, siendo este último el más bajo de los tres. Estos resultados muestran el hecho de que los alumnos se están enfrentando a actividades y tareas repetitivas, y poco demandantes, en las cuales no se visualiza la aplicación práctica de los conceptos teóricos. Por ello se sugiere que para contrarrestar el *boreout*, se incentive la responsabilidad personal en cuanto a la selección en primera instancia de la profesión elegida, así como del empleo seleccionado, además las organizaciones deben hacer un análisis de los puestos y la funciones a desempeñar a fin de seleccionar al personal más adecuado a cada uno de los puestos, respetar el tiempo y reconocer el esfuerzo de cada empleado no solo de manera monetaria

sino también cualitativamente. Ahora bien, específicamente en el área académica se deben actualizar los planes de estudio a fin de adecuarlos a las realidades de cada área laboral, flexibilizar los planes de estudio, elaborar actividades que estimulen el análisis y la aplicación de conocimiento a fin de lograr el enlace entre la teoría y la práctica, , establecer metas de corto y largo plazo y variar los métodos de enseñanza -aprendizaje y quizás valdría apoyarse en aquellos alumnos avanzados a fin de que sean éstos quienes apoyen a sus compañero para lograr el mismo nivel, entendiendo que normalmente los alumnos logran una mayor comprensión cuando el conocimiento se comparte entre pares a la par que se fomenta el trabajo en equipo. Todo esto con la finalidad de disminuir la desmotivación crónica, la deserción académica, la desconexión institucional y el aislamiento social, e incrementar el rendimiento académico (Chaparro et al., 2025).

De acuerdo con los resultados del factor tecnoestrés se tiene en general un promedio de 1.84, lo que lo coloca en un nivel bajo. Sin embargo, los datos correspondientes a los cuatro elementos que lo constituyen muestran que la sobrecarga informacional tiene el promedio más alto (2.25), seguido por la incertidumbre técnica (2.0), en tercer lugar, se encuentra la invasión a la privacidad (1.61) y por último la falta de control (1.57). El resultado referente a la sobre carga confirma lo mencionado por Masias, Aco y Colque (2023), la sobresaturación por el uso excesivo o inadecuado de la tecnología genera fatiga y desgaste físico y emocional.

De acuerdo con los resultados obtenidos coinciden con los encontrados en el estudio realizado por Solana y Núñez (2025), en donde la incertidumbre técnica se hace presente en el 45.7% de los estudiantes; y esto se puede deber a factores propios de los estudiantes como lo es el déficit de competencias digitales; luego entonces la regulación de este dependerá de las características propias de cada estudiante. Sin embargo, las instituciones educativas deben facilitar la adquisición y desarrollo de estas habilidades digitales ya que esto está relacionado con la depresión y la vulnerabilidad del rendimiento académico debido a los cambios que los jóvenes enfrentan. Así mismo, dado estos resultados y de acuerdo con Bautista y Delgado et al (en Coppari et al., 2024), se debe propiciar que los alumnos desarrollen competencias digitales que conjuguen conocimientos, habilidades y actitudes que favorezcan el uso consciente, seguro, creativo y crítico que aglutine aspectos éticos, legales y actitudinales.

El nivel de estrés académico que se observa en los estudiantes de la FCA es en promedio bajo, ya que todas las variables evaluadas presentan niveles bajos: clima organizacional (2.18), estructura (2.28), territorio (2.28), tecnología (2.29), influencia del líder (1.89), cohesión (2.07) y respaldo del grupo (2.13). Estos resultados nos indican que hasta el momento y de acuerdo con Salinas (mencionado en Hernandez-Silva et al., 2018), la Facultad de Contaduría y Administración ha logrado proporcionar espacios que permitan elevar la eficiencia y calidad del proceso de enseñanza – aprendizaje. La percepción del marco formal establecidas en la institución educativa le da

congruencia al quehacer académico por lo cual la estructura organizacional no es una variable de estrés sino más bien fomenta el logro de metas y objetivos. De igual manera la aportación al nivel de estrés por la falta de cohesión es bajo lo cual concuerda con los hallazgos encontrados en Cortés-Heredia et al. (2024), también concuerdan con las perspectivas teóricas establecidas por Lewis (1988) que indican que el trabajo cohesionado para el logro de metas comunes altamente valoradas por el grupo como lo son los aprendizajes académicos produce cambios en la dinámica grupal que repercute de manera favorable en el desempeño, de tal forma que mayor cohesión se traduce en un mejor desempeño académico; lo que refuerza que en los tiempos actuales los alumnos tienen un mayor aprendizaje a través de el trabajo conjunto con sus iguales.

El nivel del factor psicosocial *burnout* de acuerdo con los resultados obtenidos es moderado (2.62), esto coincide con los resultado obtenidos en el estudio de Rodríguez et al. (2022), en el cual los niveles más altos de *burnout* se presentan en los estudiantes del área biológica y de la salud en primera instancia, en el área de ingenierías en segundo lugar y el área con los menores niveles es el de humanidades que agrupa las carreras de sociología, ciencias políticas, administración pública, contaduría, y administración. Algunas de las características de este nivel de acuerdo con Saborío e Hidalgo (2015) son, cinismo, aislamiento de compañeros y actitud suspicaz o negativismo, lo cual podría estar afectado la percepción de los estudiantes en cuanto al significado y utilidad de sus estudios y desconfianza en sus propias competencias para enfrentar con éxito los restos académicos.

Al analizar las tres variables que componen el *burnout* se tiene que, las aportaciones al nivel del burnout tanto por agotamiento personal (2.87) como por agotamiento académico (2.76) se encuentran en un nivel moderado y la aportación por agotamiento relacionado por profesores (2.21) se encuentra en un nivel bajo. Lo cual concuerda con los resultados de Osorio et al. (2025), de tal forma que aquellos estudiantes que laboral están en mayor riesgo de padecer agotamiento físico y emocional y experimentar la sensación de no poder seguir adelante con sus estudios. Conocer lo anterior permite a la institución educativa desarrollar estrategias que permitan apoyar a los estudiantes no solo a través de flexibilidad sino también a través de planes de estudio actualizados, procesos de enseñanza-aprendizaje más prácticos y estructuras que apoyen el desarrollo integral de los estudiantes.

Para finalizar el nivel de *mobbing* estudiantil de acuerdo con los datos analizados es bajo (1.28), de los tres tipos de acoso, el que resultó con el nivel más bajo es el intimidatorio (1.22), seguido del acoso orientado hacia el trabajo (1.28) y el acoso orientado a la persona (1.29). Esto quizás muestra la falta de investigaciones al respecto y que, aunque suele ser común, el hecho de que puede tomar varias formas, lo hacen difícil de detectar. Sin embargo, las instituciones educativas deben socializar este tipo de violencia con la finalidad de que no se normalicen y de que los estudiantes las puedan

detectar y denunciar puesto que genera desigualdad, discriminación, estigmatización y agravia la dignidad humana.

CONCLUSIONES

En conclusión, el estudio cuyo objetivo fue identificar los factores psicosociales a los que se enfrentan los estudiantes de nivel licenciatura de la Facultad de Contaduría y Administración de la Universidad Autónoma de Yucatán, con la finalidad de generar estrategias que coadyuve a fortalecer la calidad educativa, se puede confirmar que de los cinco factores psicosociales evaluados, el nivel alcanzado en dos de ellos, *boreout* y *burnout* es moderado y de los tres restante, tecnoestrés, estrés académico y *mobbing* se obtuvo un nivel bajo.

Tanto en el caso de *boreout* como del *burnout* es necesario trabajar no solo en los planes de estudios, el proceso de enseñanza-aprendizaje ya que se tiene la percepción por parte de los estudiantes que, aunque existe un reto académico bueno dentro de la universidad, los resultados confirman que tienen la percepción de que sus capacidades no son aprovechadas al máximo y que el rol del docente carece de una planificación académica retadora. En el caso del *burnout* es necesario contar con infraestructura que apoye el desarrollo integral del estudiante ya que los niveles de agotamiento personal y académico fueron los más altos, es necesario apuntalar a los estudiantes a desarrollar un mejor manejo de su tiempo y habilidades académicas que le permitan incrementar la confianza en sí mismos, además el contar con espacios de recreación sana y placentera que ayude a equilibrar las condiciones de estrés.

En el caso de los tres últimos factores que arrojan niveles bajos, es necesario concientizar a los estudiantes en primera instancia sobre los efectos que la sobre saturación tecnológica tiene en su salud física, mental y emocional, ya que aunque hoy en día se busca por un mayor desarrollo de habilidades tecnológica ello no significa un sobre uso de las herramientas digitales, para ello se podrían desarrollar una campaña de concientización sobre el uso consciente, seguro, creativo y crítico de las herramientas digitales que aglutine aspectos éticos, legales y actitudinales. En el caso del estrés académico, se debe continuar dando congruencia al quehacer académico a través del clima y la estructura organizacional, de igual forma es necesario fomentar cohesión grupal no solo dentro de las aulas sino también en las actividades secundarias en el desarrollo integral de los estudiantes como son las actividades culturales, y deportivas. Por último, en cuanto el *mobbing* aun cuando fue el factor psicosocial que obtuvo el nivel más bajo, es necesario hacer una campaña de sensibilización que permita a los alumnos identificar las diferentes formas que toma este tipo de acoso, en primera instancia para que ellos mismos lo identifiquen, en segunda instancia lo denuncie y en tercera desarrollen estrategias que les ayude afrontar este tipo de acoso y les permita desenvolverse como profesionales.

Se recomienda realizar estas evaluaciones de forma continua, ya que las realidades cambian puesto que las condicionantes económicas, sociales, demográficas y regulatorias en la vida de los estudiantes son cambiantes. Y también se realicen estudios de tipo comparativo entre las diferentes facultades y/o universidades de la región a fin de tener una imagen más clara de la realidad estudiantil universitaria.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barrios, C. & Velasco, J. (octubre, 2016). Adaptación de un instrumento para medir el síndrome de aburrimiento al trabajo (*Boreout*) en población laboral mexicana. [Tesis de licenciatura Facultad de psicología UNAM Cd Universitaria CDMX]
- Cabrera-Noriega, L.E. (2014). Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. *Revista de la Universidad Industrial de Santander. Salud*, 46 (3), 259-265. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-08072014000300006&script=sci_abstract&tlng=es
- Chaparro, E. M; Hernández, M.C & Alvarez, J. (2019). Influencia de la cohesión de grupos como factor de estrés estudiantil en la calidad educativa en universidades públicas del Valle de Toluca”, *Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional RILCO*, 3 (agosto), 1-11.
- Chaparro, E.; Hernández, M. & Guadarrama, I. (2025). Diagnóstico de la presencia del síndrome del boreout en instituciones de educación superior en Latinoamérica. *Revista de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional*, 7(26), 103-110. Doi: <https://doi.org/10.51896/rilco.v7i26.859>
- Coppari, N.; Bagnoli, L.; González, L.; Marcos, C.; & Romero-Levera (2024). Usos de las tecnologías de la información y. La comunicación y el tecnoestres en docentes y estudiantes de una universidad privada. *Revista Psicología y Salud*, 34(1):123-133.
- Cortés-Heredia, S.; Gómez-Terán, O.; Castrejón-Reyes, V, & Meza De Luna, M. (2024). La cohesión grupal y el impacto en el rendimiento académico. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), e775. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2170>
- Dávila C.A., Dávila, J.M. (2018). Percepción del acoso laboral entre estudiantes universitarios: medición en tres universidades de la ciudad de Pereira, Colombia. *Revista Libre Empresa*.

15(2), 163-178.
https://www.researchgate.net/publication/333926481_Percepcion_del_acoso_laboral_entre_estudiantes_universitarios_medicion_en_tres_universidades_de_la_ciudad_de_Pereira_-_Colombia

Einarsen, S. (2000). Harassment and bullying at work: A review of the Scandinavian approach. *Aggression and Violent Behavior: A Review Journal*, 4, 371-401.

Hinostroza, I. L. & Molina, J.G. (2023). Estrés académico y ansiedad en estudiantes del décimo ciclo de enfermería de una universidad privada de Lima, Perú. *Ciencia Latina, Revista Multidisciplinaria*. 7(4): 4495-4512. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7296

Hernández-Silva, M.; Álvarez-Botello, J.; Chaparro-Salinas, E. & Gomorra-Miranda, Y. (2018). Estudio de la influencia del territorio universitario en el estrés estudiantil en Universidades Públicas del Valle de Toluca. *Revista de Gestión Universitaria*, 2(5), 1-7.

Kristensen, Tage & Borritz, Marianne & Villadsen, Ebbe & Christensen, Karl. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work and Stress* 19(3), 192-207. DOI: 10.1080/02678370500297720.

Lazarus, Richard S., & Susan Folkman. Stress, Appraisal and Coping. Springer Publishing, 1984.

Silva-Ramos, M.F.; López-Cocotle, J.J. & Meza-Zamora, M.F. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia* 8(79): 75-83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

Lewin, K. (1988). La teoría del campo en la ciencia social. (M. Laffite y J. Juncal, trad.). Paidós. <https://archive.org/details/lateoriadelcampoenlacienciasocialkurtlewin/page/n31/mode/1up>

Masías Ynocencia, Y; Aco Corrales, EA; & Colque Candia, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Yachay*, 12 (2), 67- 77. DOI: 10.36881/yachay.v12i2.640

Osorio G., M., Parrello, S. & Prado R., C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(1), 27-37. https://www.researchgate.net/publication/395108995_Burnout_academico_en_una_muestra_de_estudiantes_universitarios_mexicanos

- Pastor-Mallo, J. & Vigil-Colet, C. (2013). Escalas Breves sobre Mobbing (MOBB-10 y CONSE-10): Estructuras factoriales y primera aproximación al estudio de su fiabilidad y validez. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 32(1), 53-73.
- Rivera, C.E.; Cegarra, O. J.; Vergara, H. & Margelis, Y. (2016). Clima organizacional en el contexto educativo. *Revista Cientific*, 1 (2), 316-339. <https://doi.org/10.29394/scientific.issn.2542-2987.2016.1.2.18.316-339>
- Rodríguez, C.; Vargas, Ma. & Hernández, Nidia (2022). Síndrome de Burnout de Estudiantes de Nivel Superior. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 9(4), 82 – 88.
- Salinas-Guayacundo, WW.A. (2020). Mobbing en un entorno educativo: revisión de un caso en una universidad del departamento de Boyacá. *Revista EAN*, (88), 189-205. <https://doi.org/10.21158/01208160.n88.2020.2527>
- Saborío, L. & Hidalgo, L.F. (2015). Síndrome de Burnout. *Medicina Legal de Costa Rica*, 32(1), 119-124. http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00152015000100014&lng=en&tlng=es.
- Solano, V. V. & Nuñez, L. (2025). Tecnoestrés en estudiantes de educación superior. *Revista Invecom* 5(2): 1-7. <https://doi.org/10.5281/zenodo.12809775>
- Toribio-Ferrer, C. & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3(7): 11-18. <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49>

15394

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN EL TECNOLÓGICO DE QUERÉTARO

Dra. Irán Mata León

Universidad Autónoma del Estado de México

<https://orcid.org/0000-0001-5627-5247>imatal@uamex.mx

Mtro. Elías Cortez Navarro

Universidad Tecnológica de Querétaro

elias.cortezn@uteq.edu.mx

Mtro. Julio César Trejo Monroy

Universidad Tecnológica de Querétaro

julio.trejo@uteq.edu.mx

Resumen

La presente investigación busca identificar los riesgos psicosociales que enfrentan con mayor frecuencia los estudiantes universitarios en América Latina. Su objetivo es atender la necesidad de reducir el riesgo de desarrollo de problemas psicosociales como el estrés y el burnout, entre otros. Para lograrlo, se llevará a cabo un estudio cuantitativo de tipo descriptivo y no experimental. La recolección de datos se realizará de forma transversal mediante encuestas. El instrumento diseñado será original y se aplicará electrónicamente, involucrando a miembros de la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional en al menos cinco países de la región. Los resultados obtenidos y las propuestas derivadas del estudio serán documentadas en un libro, dos artículos científicos y dos trabajos finales para estudiantes de posgrado en la UAEM. Además, se llevarán a cabo actividades de responsabilidad social, tales como la realización de webinars dirigidos a las universidades participantes, así como dos conferencias en dichas instituciones educativas para divulgar esta información dentro de las comunidades universitarias.

Palabras clave: Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

Abstract

This research seeks to identify the psychosocial risks most frequently faced by university students in Latin America. Its objective is to address the need to reduce the risk of developing psychosocial problems such as stress and burnout, among others. To achieve this, a descriptive, non-experimental, quantitative study will be conducted. Data collection will be cross-sectional through surveys. The instrument designed will be original and will be administered electronically, involving members of the Latin American Research Network on Organizational Competitiveness in at least five countries in the region. The results obtained and the proposals derived from the study will be documented in a book,

two scientific articles, and two final dissertations for graduate students at the UAEM. In addition, social responsibility activities will be carried out, such as webinars for participating universities, as well as two conferences at these educational institutions to disseminate this information within the university communities.

Keywords: Educational Quality, Psychosocial Risks, University Students

INTRODUCCIÓN

El efecto de las enfermedades psicosociales en el desempeño y bienestar de los estudiantes universitarios ha suscitado un interés creciente dentro del ámbito de la investigación académica. Para analizar la extensión de este fenómeno, el presente estudio se basa en una revisión detallada de la literatura existente. Se han considerado investigaciones anteriores que documentan la incidencia del tecnoestrés, mobbing, estrés, burnout y boreout en instituciones de educación superior en diferentes países. Los siguientes apartados ofrecen una selección de estos estudios, cuyos resultados proporcionan un marco comparativo para las gráficas y análisis derivados de nuestro propio instrumento de evaluación.

Tecnoestrés

Usos de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada, escrito por Norma Coppari, Laura Bagnoli, Lourdes González, Claudia Marecos y María Laura Romero-Lévera, explican el concepto de tecnoestrés se define como el “estrés provocado por la adopción y utilización de nuevas tecnologías en el entorno laboral” (Gañán, Correa et al., 2020). Este fenómeno ha aumentado considerablemente desde el confinamiento por COVID-19, especialmente en el ámbito educativo. Durante ese tiempo, tanto los docentes universitarios como los estudiantes se vieron obligados a utilizar de manera continua dispositivos móviles o computadoras para realizar sus actividades académicas, un escenario denominado “virtualidad obligatoria”. Este uso intensivo presenta también desafíos para establecer fronteras claras entre el tiempo dedicado al trabajo y al ocio, ya que muchos profesores continúan recibiendo correos electrónicos y mensajes de WhatsApp fuera del horario laboral.

A pesar de que se han otorgado mayores libertades tras la eliminación gradual de las restricciones, el retorno a las aulas y las campañas masivas de vacunación han llevado a muchas universidades a mantener formatos virtuales o híbridos (Estrada y Gallegos, 2021), lo que exige un análisis constante sobre las implicaciones de este nuevo contexto.

Se han realizado numerosas investigaciones sobre cómo percibe la comunidad universitaria el tecnoestrés desde el inicio de la pandemia; sin embargo, es crucial actualizar continuamente esta información. Brod (1984) asocia el tecnoestrés con efectos psicosociales negativos derivados del uso de tecnología, considerándolo una forma de enfermedad adaptativa que dificulta la correcta adaptación a los nuevos dispositivos y tecnologías. Según Weil y Rosen (1997), este trastorno se

manifiesta mediante efectos adversos en pensamientos, actitudes, comportamientos o fisiología causados directa o indirectamente por las tecnologías.

Mobbing

El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing escrito por Félix Martín Daza, Jesús Pérez Bilbao, Juan Antonio López García-Silva, explican a que se refieren con esta enfermedad, se ha observado que en las empresas hay trabajadores que sufren un hostigamiento psicológico tan severo que presentan síntomas psicósomáticos y reacciones inusuales hacia su labor y el entorno laboral. Muchas de estas manifestaciones corresponden a la definición de mobbing, un término utilizado en la literatura psicológica internacional para referirse a situaciones en las que una persona o un grupo ejerce violencia psicológica extrema de manera sistemática (al menos una vez por semana) durante un período prolongado (más de seis meses) sobre otro individuo en el lugar de trabajo. En español, este concepto puede traducirse como “psicoterror laboral” o “hostigamiento psicológico en el trabajo”. De la definición presentada, se infiere la existencia de dos grupos opuestos: por un lado, los “hostigadores”, quienes exhiben conductas y actitudes hostiles, activas y dominantes; por otro, la persona agredida, que muestra comportamientos reactivos o inhibitorios. Las situaciones de hostigamiento psicológico hacia un individuo pueden manifestarse de diversas formas, reflejadas en variadas actitudes y acciones. Los tipos de comportamientos hostiles que pueden clasificarse según su naturaleza, por ejemplo; contra la reputación o la dignidad, contra el ejercicio del trabajo, no brindando información importante como método de trabajo, distribución no equitativa de la carga de trabajo, violencia física, etc.

Estrés

Estrés académico en estudiantes universitarios escrito por Jorge Emiro Restrepo, Omar Amador Sánchez y Tatiana Castañeda Quirama donde explican qué es y cómo se observa el estrés; se define como una reacción que puede ser comportamental, psicológica o fisiológica, manifestándose en respuesta a un estímulo, situación o contexto percibido como amenazante o exigente (Lazarus y Folkman, 1986). En el ámbito universitario, existen diversos factores y situaciones que pueden resultar estresantes para los estudiantes (Reddy, Menon y Thattil, 2018). El estrés relacionado con los retos académicos, que a menudo requiere la adopción de estrategias para manejar esta reacción, se denomina estrés académico (Barraza, 2003). Investigaciones en este campo han revelado que factores como la sobrecarga de trabajo académico, la escasez de tiempo para cumplir con las tareas y la preparación para exámenes son algunas de las principales causas de estrés entre los estudiantes universitarios (Berrío y Mazo, 2011).

Burnout

Síndrome de burnout: Un problema moderno escrito por Javier Lovo menciona en su investigación la definición clásica del burnout fue propuesta por Maslach en 1993, quien lo describe como un síndrome psicológico caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y una sensación reducida de realización personal, que puede manifestarse en personas normales. Esto sugiere que cuando se dice que un profesional está "quemado", se hace referencia a una situación (ya sea laboral, familiar o social) que ha superado sus capacidades de respuesta adaptativa. Este fenómeno es el resultado de un periodo prolongado de tensión y estrés (Álvarez Gallego y Fernández Ríos, 1991). Así, el desarrollo del burnout sigue una secuencia predecible: la persistencia de un estresor en el entorno laboral, seguida por una fase de inadaptación a los cambios necesarios para mantener la estabilidad psicológica del individuo.

Se presenta un estado de estrés con hiperactivación sostenida del sistema simpático sin resolución, lo que eventualmente sobrepasa la capacidad fisiológica del individuo para contenerlo. Esto se manifiesta a través de la tríada compuesta por agotamiento, despersonalización y una sensación de falta de realización. Posteriormente, surgen síntomas graduales que solo evidencian el estrés no resuelto.

Boreout

Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción escrito por Luis Cabrera Noriega donde explica que el Síndrome de Boreout es un fenómeno laboral reciente que está afectando a un número creciente de empleados, provocando consecuencias como la depresión y la baja autoestima. Este síndrome fue introducido por primera vez en marzo de 2007 en el libro "El nuevo Síndrome Laboral: Boreout", escrito por los suizos Philippe Rothlin y Peter Werder. Según los autores, el Boreout se compone de tres factores interrelacionados: aburrimiento, desinterés e infraexigencia, que interactúan de manera interdependiente. Estos elementos están siempre conectados y se influyen mutuamente, creando un efecto en cadena. Un empleado que experimenta infraexigencia comienza a encontrar su trabajo aburrido; a su vez, quien se siente aburrido eventualmente pierde interés en sus tareas. Por esta razón, resulta complicado distinguir claramente estos componentes al establecer criterios para su medición precisa.

Un trabajador que padece el Síndrome de Boreout puede ser descrito como alguien que siente malestar consigo mismo, al darse cuenta de que su esfuerzo tiene poco impacto tanto económica como profesionalmente. Además, a nivel personal, enfrenta frustración al tener que realizar repetidamente las mismas tareas que considera carentes de sentido. Todo esto retrata a un empleado desmotivado, desinteresado e infraexigido, es decir, una persona afectada por el Síndrome de Boreout.

METODOLOGÍA

La investigación se realizará empleando un enfoque cuantitativo, descriptivo, no experimental y de corte transversal, con la finalidad de identificar y examinar los riesgos psicosociales que afectan a los estudiantes universitarios de la Ingeniería en logística de la Universidad Tecnológica de Querétaro. Este estudio documentará la situación actual de una población estudiantil compuesta por 89 inscritos, mediante la recolección de datos a través de encuestas dirigidas a una muestra de 73 estudiantes, asegurando un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 0.05. Las variables dependientes incluirán trastornos psicosociales como estrés, tecnoestrés, boreout, burnout y mobbing; mientras que las variables independientes se enfocarán en riesgos emocionales, cognitivos y conductuales, siguiendo las directrices establecidas por la OIT-OMS y la Agencia Europea para la Seguridad y Salud en el Trabajo.

La investigación con un diseño no experimental facilitará la comprensión de la realidad sin manipulación de variables, con datos recopilados en un único momento. Para obtener información se aplicará un cuestionario original basado en la escala Likert de manera online a través de Google Forms. Los resultados serán analizados utilizando el software SPSS mediante estadísticas descriptivas que permitirán una adecuada interpretación (Alvarez Botello, J., Gutiérrez Pallares, E., & González Roldán, K. (2023).

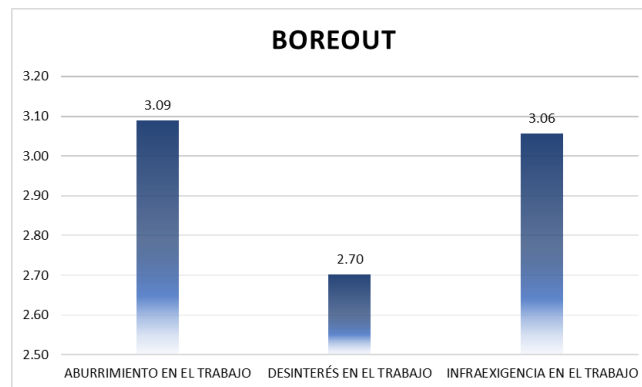
Con el objetivo de asegurar la calidad metodológica, se llevaron a cabo pruebas para evaluar la confiabilidad y validez de los instrumentos utilizados. En cuanto al boreout estudiantil, el análisis mostró un Alfa de Cronbach de 0.632, considerado aceptable para etapas exploratorias; además, la validez del constructo reveló una medida KMO de 0.893, lo que respalda la adecuación del muestreo. Respecto al burnout estudiantil, se observó una alta confiabilidad ($\alpha = 0.935$) y una validez del constructo con un KMO de 0.963, indicando consistencia en la medición. Para el mobbing estudiantil se registró un Alfa de Cronbach de 0.959 y un KMO de 0.978, lo cual sugiere excelente consistencia interna del instrumento. El tecnoestrés estudiantil presentó un Alfa de Cronbach de 0.953 junto con un KMO de 0.975; por otro lado, el estrés académico mostró un coeficiente igual a 0.952 y un KMO correspondiente a 0.970, ambos reflejando alta confiabilidad y validez. En conjunto, estos hallazgos confirman que los instrumentos diseñados cuentan con niveles adecuados en términos de objetividad, consistencia interna y validez factorial, lo que avala su uso en el análisis sobre riesgos psicosociales.

RESULTADOS Y DISCUSION

El presente análisis examina los datos recopilados en la Universidad Tecnológica de Querétaro, centrándose en el problema de las enfermedades psicosociales. Los resultados obtenidos permiten reconocer la frecuencia del tecnoestrés, el mobbing, el estrés, el burnout y el boreout entre los estudiantes.

A partir de estos hallazgos, se proponen recomendaciones específicas con el propósito de reducir el impacto de estas condiciones en la comunidad universitaria. Para concluir, se lleva a cabo una discusión final que evalúa la viabilidad de poner en práctica las sugerencias y se identifican posibles áreas para futuras investigaciones que continúen este estudio.

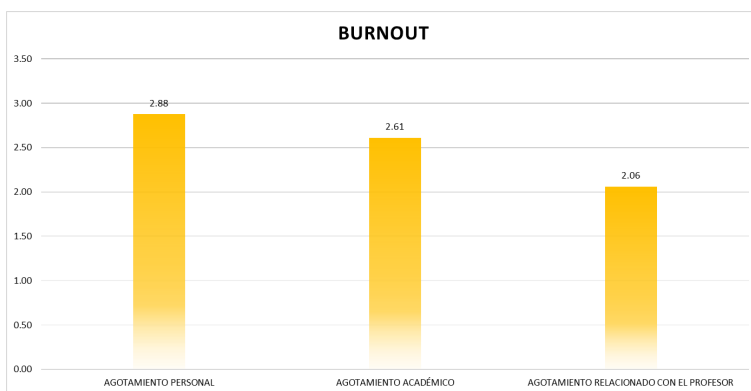
Grafica 1. Boreout



Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 2025

La gráfica de Boreout muestra que el promedio más alto corresponde al aburrimiento en el trabajo (3.09), seguido muy de cerca por la infraexigencia en el trabajo (3.06), mientras que el desinterés en el trabajo presenta el valor más bajo (2.70). Estos resultados, de acuerdo con los rangos interpretativos, indican un nivel moderado de boreout estudiantil, donde el principal factor que contribuye a esta condición es el aburrimiento, acompañado por una apreciable sensación de que las tareas no representan un reto suficiente. Por tanto, es importante implementar estrategias que incrementen la motivación y la exigencia académica para mitigar este síndrome en la población evaluada.

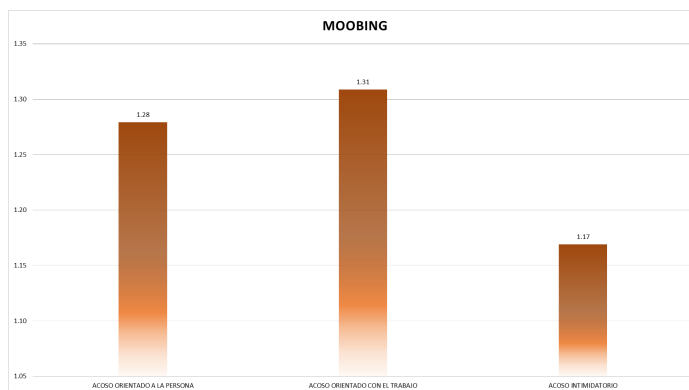
Grafica 2. Burnout



Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 2025

La gráfica de Burnout muestra que el componente de agotamiento personal presenta el promedio más alto (2.88), seguido del agotamiento académico (2.61), mientras que el agotamiento relacionado con el profesor es el más bajo (2.06). De acuerdo con los criterios de interpretación, estos valores corresponden a un nivel moderado de burnout estudiantil, en el que el principal factor es el desgaste personal, reflejando una carga significativa de estrés individual y académico en los estudiantes. En contraste, la interacción con el profesor no representa una fuente relevante de agotamiento, por lo que las intervenciones deberían enfocarse prioritariamente en la gestión del estrés personal y académico para mejorar el bienestar de la población evaluada.

Grafica 3. Moobing

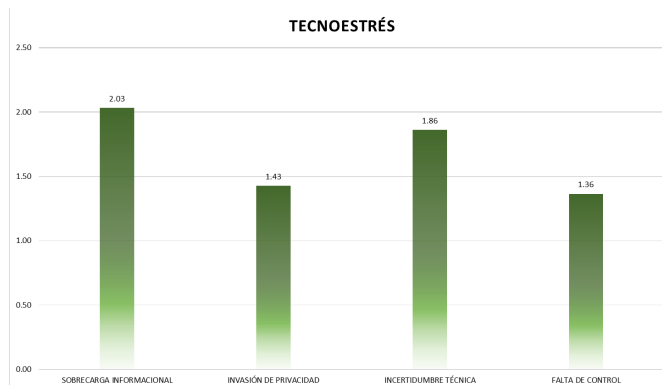


Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 2025

La gráfica de Moobing indica que los promedios más altos se presentan en el acoso orientado con el trabajo (1.31) y el acoso orientado a la persona (1.28), mientras que el acoso intimidatorio obtiene el valor más bajo (1.17). De acuerdo con los rangos interpretativos, todos estos valores corresponden a un nivel bajo de moobing estudiantil, lo que sugiere que las conductas de acoso, ya sean directas o relacionadas con el trabajo, no constituyen un problema relevante en este grupo. Sin embargo,

resulta importante vigilar el entorno académico para mantener estos niveles bajos y prevenir el desarrollo de prácticas hostiles o intimidatorias.

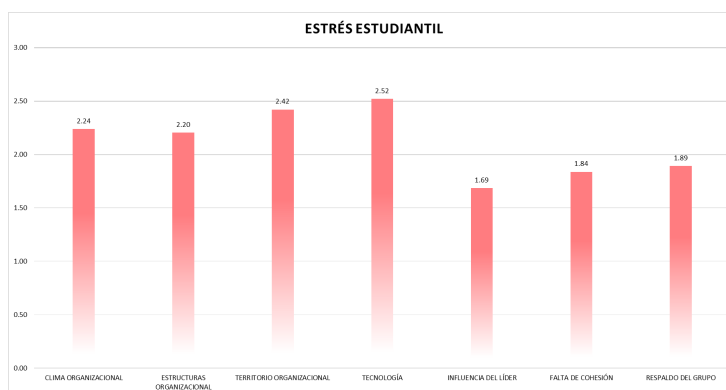
Grafica 4. Tecnoestrés



Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 2025

La gráfica de Tecnoestrés muestra que la sobrecarga informacional es el factor más relevante con un promedio de 2.03, seguida por la incertidumbre técnica (1.86), mientras que la invasión de privacidad (1.43) y la falta de control (1.36) reflejan valores menores. De acuerdo con los criterios interpretativos, todos los indicadores se encuentran dentro del rango de nivel bajo, lo que indica que el tecnoestrés estudiantil es reducido en esta muestra. No obstante, resulta pertinente prestar especial atención al manejo y filtrado de información digital para evitar el aumento de la sobrecarga informacional y preservar el bienestar tecnológico de los estudiantes.

Grafica 5. Estrés estudiantil



Fuente: Elaboración propia basada en los resultados del instrumento RILCO 2025

La gráfica de Estrés Estudiantil evidencia que los promedios más altos corresponden a la tecnología (2.52), el territorio organizacional (2.42) y el clima organizacional (2.24), mientras que las dimensiones con menores puntajes son la falta de cohesión (1.69), el respaldo del grupo (1.84) y la influencia del líder (1.89). Según los criterios de interpretación, todos los factores se ubican en el

rango de estrés bajo, reflejando que, aunque la infraestructura tecnológica, los espacios institucionales y el ambiente organizacional influyen más que otros factores, ninguno representa un riesgo alto para el bienestar estudiantil en este contexto. Se recomienda mantener y fortalecer las buenas prácticas organizacionales y promover la cohesión grupal para sostener estos niveles bajos de estrés.

CONCLUSIONES

El análisis de los datos indica que el **Boreout** se presenta de forma moderada entre los estudiantes evaluados, siendo el aburrimiento el elemento más destacado. Este resultado está íntimamente relacionado con la percepción de una insuficiencia en los desafíos académicos, lo que sugiere que los alumnos no encuentran suficientes retos en sus actividades escolares. En contraste, el desinterés mostró un valor más bajo, lo que implica que, aunque existe aburrimiento, la falta de motivación no es el principal factor del problema en este grupo poblacional. Estos hallazgos destacan la necesidad imperiosa de establecer estrategias centradas en aumentar tanto las expectativas como la motivación académica. Es fundamental que las instituciones educativas desarrollen currículos y metodologías que presenten desafíos intelectuales más relevantes y fomenten una participación activa, con el fin de mitigar el aburrimiento y evitar la aparición de este síndrome. Tratar el boreout no solo enriquece la experiencia educativa, sino que también favorece un entorno de aprendizaje más dinámico y eficaz.

El estudio del síndrome de **Burnout** en el grupo de estudiantes analizados indica un nivel **moderado**, donde el factor de riesgo predominante es el **agotamiento personal**. Este resultado sugiere que los estudiantes enfrentan una considerable carga de estrés tanto individual como académico, lo que se manifiesta en su desgaste emocional y físico. Por otro lado, el agotamiento vinculado a la figura del profesor resulta ser el aspecto menos influyente, lo que sugiere que las interacciones con los docentes no constituyen una causa relevante para este síndrome. Por lo tanto, las estrategias para reducir el burnout en esta población deberían enfocarse en la gestión del estrés personal y las exigencias académicas, incluyendo la promoción de habilidades para afrontar situaciones difíciles, la administración del tiempo y el fomento del bienestar psicológico.

El análisis de los datos relacionados con el acoso estudiantil **Mobbing** revela que este fenómeno se presenta en niveles **bajos** dentro de la población analizada. Las cifras más elevadas se registran en el acoso laboral y en el acoso dirigido a personas, mientras que el acoso intimidatorio muestra la cifra más baja. Aunque estos hallazgos son positivos y sugieren que las conductas de acoso no constituyen un problema significativo, es fundamental no subestimar su posible impacto. A pesar de los índices reducidos, es crucial mantener una vigilancia continua para asegurar un entorno académico exento de hostilidad. Las instituciones educativas deben establecer políticas preventivas,

fomentar una comunicación abierta y ofrecer canales seguros y accesibles para realizar denuncias. De esta forma, se garantizará la preservación de un ambiente respetuoso y se evitará que cualquier conducta de mobbing, aunque sea poco frecuente, se intensifique y perjudique el bienestar de la comunidad universitaria.

Los datos de **tecnoestrés** en la población estudiantil analizada mostraron una prevalencia **baja** de este síndrome. A pesar de la escasa incidencia general, se destacó la sobrecarga informacional como el factor más significativo. Este resultado indica que, aunque el problema no es crítico, los estudiantes experimentan dificultades para gestionar el volumen de información digital recibido. La incertidumbre técnica también juega un papel importante, sugiriendo que algunos alumnos pueden sentir ansiedad o inseguridad al enfrentarse a nuevas tecnologías. En contraste, la invasión de la privacidad y la falta de control presentaron valores considerablemente inferiores. A pesar de estos resultados bajos, es esencial implementar medidas preventivas. Las instituciones educativas deben centrarse en fomentar la alfabetización digital y en enseñar manejo efectivo de la información para ayudar a los estudiantes a filtrar y procesar datos con mayor eficacia. Al abordar proactivamente la sobrecarga informacional, se puede salvaguardar el bienestar tecnológico de la comunidad y evitar que el tecnoestrés se convierta en un problema más grave en el futuro.

El examen del **estrés** en la población estudiantil revela que los niveles son **bajos** en todas las áreas evaluadas. Aunque el riesgo general es mínimo, los factores que más influyen en el estrés son la tecnología, ámbito organizacional y clima institucional. Esto indica que elementos como la infraestructura tecnológica, los espacios físicos disponibles y el ambiente laboral ejercen más presión sobre los estudiantes que la dinámica grupal o el liderazgo.

A pesar del bajo nivel de estrés, es fundamental implementar estrategias preventivas para preservar y mejorar el bienestar de los estudiantes. Para tal caso, se recomienda:

- Mejorar la infraestructura tecnológica: garantizar que los sistemas y herramientas digitales operen de forma eficiente y sean accesibles, minimizando así la frustración y las tensiones asociadas con la tecnología.
- Optimizar los espacios institucionales: diseñar ambientes de estudio y trabajo que sean funcionales y agradables, promoviendo tanto la colaboración como la concentración.
- Fortalecer el clima organizacional y la cohesión grupal: promover actividades que faciliten la integración, el trabajo en equipo y el apoyo mutuo entre estudiantes.

Las acciones proactivas permitirán a la población mantener los niveles de estrés dentro de un rango saludable, creando así un entorno más favorable para el éxito académico y personal.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alvarez Botello, J., Gutierrez Pallares, E., & Gonzalez Roldán, K. (2023). *Diagnóstico sobre las capacidades emprendedoras en los docentes de la UAPCI*. Desarrollo Sustentable, Negocios, Emprendimiento Y Educación, 5(50), 112–120.
<https://doi.org/10.51896/rilcods.v5i50.369>
- Álvarez Gallego, F. de J., & Fernández Ríos, M. (1991). *El estrés laboral: Un modelo de intervención*. Editorial CIDE.
- Barraza, A. (2003). *El estrés en el profesor: Un estudio de caso*. Instituto de Investigación y Desarrollo Educativo.
- Berrió, J. I., & Mazo, R. D. P. (2011). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Revista de Educación y Desarrollo Social, 5(2), 29-45.
<https://revistas.uniminuto.edu/index.php/EDS/article/view/287>
- Brod, C. (1984). *Technostress: The human cost of the computer revolution*. Addison-Wesley Publishing Company.
- Cabrera, L. (2023). *Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción*. Sociedad Venezolana de Salud Ocupacional, Venezuela. (Supl.2):109-111
- Coppari, N., Bagnoli, L., González, L., Marecos, C., & María Laura Romero-Lévera. (2023). *Usos de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada*. Psicología Y Salud, 34(1), 123–133.
<https://doi.org/10.25009/pys.v34i1.2850>
- Estrada Araoz, E. G., & Gallegos Ramos, N. A. (2021). *Satisfacción laboral y compromiso organizacional en docentes de la Amazonía peruana*. Educación & Formación, 6(1), e3854.
<https://doi.org/10.25053/redufor.v6i1.3854>
- Expósito, E., & Marsollier, R. (2020). *Virtualidad y educación en tiempos de COVID-19. Un estudio empírico en Argentina*. Educación y Humanismo, 22(39), 1-22.
<https://doi.org/10.17081/eduhum.22.39.4214>
- Gañán, A., Correa, J. J., Ochoa, S. A., & Orejuela, J. J. (2020). *Tecnoestrés laboral derivado de la virtualidad obligatoria por prevención del Covid-19 en docentes universitarios de Medellín (Colombia)*. Trabalho (En)Cena, 6, e021003.
<https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/9673/18157>
- Herrera Fustamante, J. M. (2021) *Impacto ocupacional del trabajo remoto en docentes durante la emergencia sanitaria en una institución educativa. Chota - Cajamarca 2020* [Tesis de licenciatura, Universidad Nacional Mayor de San Marcos]
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos*. Editorial Martínez Roca.
- Lovo, J. (2021). *Síndrome de burnout: Un problema moderno*. pp. 110-120, Revista entorno, enero 2021, número 70, ISSN: 2218-3345. <http://hdl.handle.net/11298/1181>

- Maslach, C. (1993). *Burnout: A Multidimensional Perspective*. En W. B. Schaufeli, C. Maslach & T. Marek (Eds.), *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research* (pp. 19-32). Taylor & Francis.
- Martín, F., Pérez, J. y López, J. (1998). *El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing*. Ministerio de trabajo y asuntos sociales España.
- Reddy, K. J., Menon, K. R., & Thattil, A. (2018). *Academic Stress and its Sources Among University Students*. *Biomedical and Pharmacology Journal*, 11(1), 531-537.
<https://doi.org/10.13005/bpj/1404>
- Restrepo, J., Sánchez, O. y Castañeda Quirama, T. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. *Revista Psicoespacios*, 14 (24): 23-47, DOI: 10.25057/21452776.1331
- Rothlin, P., & Werder, P. (Fecha de traducción al español). *El nuevo síndrome laboral: Boreout* (Título original en alemán: *Boreout!*) (Fecha de la obra original, 2007). Editorial de la traducción.
- Weil y Rosen. (1997). *TechnoStress: Coping with Technology @Work @Home @Play*.
<https://www.amazon.com/-/es/TechnoStress-Coping-Technology-Work-Home/dp/0471177091>

15395

ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DEL SUR DEL ESTADO DE MÉXICO.

Dra. en C. y A. Marcela Jaramillo-Jaramillo¹

Investigador, Centro Universitario UAEMéx Temascaltepec

ORCID: 0000-0002-2435-7034

E-mail: mjaramilloj@uaemex.mx

Dra. en C.E.A. Patricia García-Hernández¹

Investigador, Centro Universitario UAEMéx Temascaltepec

ORCID: 0000-0002-2568-1303

E-mail: pgarciah@uaemex.mx

Dr. en C. Ed. Daniel Cardoso-Jiménez²

Profesor Tiempo Completo, Unidad Académica Profesional UAEMéx Tejupilco

ORCID: 0000-0002-1762-1511

E-mail: dcardosoj@uaemex.mx

¹Centro Universitario UAEMéx Temascaltepec, México, ²Unidad Académica Profesional UAEMéx Tejupilco, México

Resumen

Las enfermedades psicosociales en el entorno educativo universitario han adquirido relevancia crítica debido a que los estudiantes enfrentan múltiples estresores derivados del rendimiento académico, la incertidumbre profesional y las condiciones socioeconómicas adversas. Este estudio analiza la prevalencia de cinco síndromes psicosociales (boreout, burnout, estrés académico, tecnoestrés y mobbing) en una muestra de 314 estudiantes universitarios de instituciones del sur del Estado de México. Se implementó un diseño cuantitativo, no experimental, transversal y descriptivo, utilizando instrumentos psicométricos validados con niveles de confiabilidad entre $\alpha=0.632$ y $\alpha=0.959$. Los resultados revelan que los estudiantes exhiben niveles moderados de boreout ($M=2.92$, IC 95% 2.85-2.99) y burnout ($M=2.84$, IC 95% 2.76-2.92), mientras que el estrés académico ($M=2.42$), tecnoestrés ($M=1.76$) y mobbing ($M=1.44$) presentan niveles bajos. Los hallazgos evidencian que los trastornos más trascendentales para la salud psicosocial universitaria se vinculan con la desmotivación y el agotamiento emocional, más que con presiones académicas o tecnológicas. Se recomienda la implementación urgente de programas institucionales de prevención y acompañamiento psicológico, con énfasis en estrategias de motivación académica y manejo del agotamiento emocional.

Palabras clave: Burnout universitario, boreout estudiantil, estrés ocupacional, bienestar psicológico.

Abstract

Psychosocial illnesses in university educational settings have gained critical relevance as students face multiple stressors derived from academic performance, professional uncertainty, and adverse socioeconomic conditions. This study analyzes the prevalence of five psychosocial syndromes

(boreout, burnout, academic stress, technostress, and mobbing) in a sample of 314 university students from institutions in southern Mexico State. A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and descriptive design was employed, utilizing validated psychometric instruments with reliability levels ranging from $\alpha = 0.632$ to $\alpha = 0.959$. Results reveal that students exhibit moderate levels of boreout (M=2.92, 95% CI 2.85-2.99) and burnout (M=2.84, 95% CI 2.76-2.92). In contrast, academic stress (M=2.42), technostress (M=1.76), and mobbing (M=1.44) present low levels. Findings demonstrate that the most significant disorders affecting university psychosocial health are associated with demotivation and emotional exhaustion rather than academic or technological pressures. The urgent implementation of institutional prevention and psychological support programs should be implemented, with a particular emphasis on academic motivation strategies and the management of emotional exhaustion.

Keywords: University burnout, student boreout, occupational stress, psychological wellbeing.

INTRODUCCIÓN

Contexto y Justificación

El estudio de las enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios responde a la creciente evidencia sobre el deterioro de la salud mental en la educación superior a nivel global. Según la Organización Mundial de la Salud (2022), aproximadamente el 35% de los estudiantes universitarios experimentan algún trastorno de ansiedad o depresión durante su formación académica. En el contexto mexicano, el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2021) reporta que el 32.4% de los jóvenes entre 18 y 25 años presenta síntomas significativos de estrés crónico.

El sur del Estado de México presenta características socioeconómicas particulares que pueden influir en la manifestación de estos síndromes. Esta región, caracterizada por menores índices de desarrollo económico, limitado acceso a servicios de salud mental y condiciones de ruralidad configura un escenario específico para el estudio de riesgos psicosociales universitarios (Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal, 2020).

La selección de cinco síndromes específicos (boreout, burnout, estrés académico, tecnoestrés y mobbing) se fundamenta en su relevancia teórica y empírica como manifestaciones diversas pero complementarias de las presiones que enfrentan los universitarios contemporáneos. Su análisis conjunto permite construir un modelo integral de riesgos psicosociales en el contexto educativo superior.

Marco Teórico

El boreout representa un síndrome emergente caracterizado por el aburrimiento crónico, la falta de retos académicos y la infra exigencia del entorno educativo. Carlotto y Gonçalves-Câmara (2023) y definen este constructo como un estado de desmotivación persistente resultado de la percepción estudiantil de actividades académicas rutinarias, predecibles y carentes de significado personal. El síndrome se manifiesta a través de tres dimensiones principales: aburrimiento en las actividades académicas, desinterés hacia los contenidos curriculares e infra exigencia percibida del programa de estudios.

Investigaciones recientes amplían esta perspectiva al reconocer que el boreout no solo involucra inactividad, sino también la sensación de trabajo académico sin propósito o poco valorado (Barradas et al., 2017). Vega y Baque (2023) establecen correlaciones significativas entre el boreout y manifestaciones de ansiedad y depresión, afectando tanto el desempeño académico como la retención estudiantil. El síndrome presenta prevalencias del 23-31% en poblaciones universitarias latinoamericanas, con mayor incidencia en programas académicos de baja demanda cognitiva (García-Rodríguez et al., 2023).

Por su parte, el burnout, reconocido por la OMS como un síndrome ocupacional en 2019, se caracteriza por agotamiento emocional, despersonalización y reducción del logro personal (Kristensen et al., 2005). En el contexto universitario, Gutiérrez y colaboradores. (2006) lo conceptualizan como una respuesta al exceso de demandas académicas combinado con recursos de afrontamiento insuficientes.

El Copenhagen Burnout Inventory (CBI) identifica tres dimensiones específicas en estudiantes: agotamiento personal (fatiga y cansancio general), agotamiento académico (fatiga relacionada con el estudio) y agotamiento relacionado con profesores (fatiga atribuible a interacciones docente-estudiante). Lovo (2021) caracteriza el burnout como un problema moderno vinculado a transformaciones en la organización educativa y expectativas sociales crecientes.

Estudios longitudinales demuestran que el burnout universitario predice significativamente el abandono académico, la disminución del rendimiento académico y el desarrollo de trastornos del estado de ánimo (Lauracio & Lauracio, 2020). La prevalencia reportada oscila entre 15-28% en poblaciones universitarias mexicanas.

El estrés académico constituye una respuesta adaptativa ante demandas percibidas como amenazantes en el contexto educativo. Maceo y colaboradores (2013) lo definen como la reacción de activación fisiológica, emocional, cognitiva y conductual ante estímulos y eventos académicos. Se manifiesta a través de síntomas físicos (cefaleas, insomnio), emocionales (ansiedad, irritabilidad), cognitivos (dificultades de concentración, olvidos) y conductuales (procrastinación, evitación).

La teoría transaccional del estrés (Lazarus & Folkman, 1984) proporciona el marco explicativo predominante, conceptualizando el estrés académico como resultado de la interacción entre demandas del entorno (exámenes, tareas, plazos) y recursos de afrontamiento individual (estrategias cognitivas, apoyo social, autoeficacia).

Investigaciones recientes identifican siete factores contributivos principales: clima organizacional universitario, estructura organizacional, territorio organizacional, influencia tecnológica, liderazgo docente, cohesión grupal y respaldo institucional (Rodríguez-Villalobos et al., 2022). El estrés académico presenta correlaciones positivas significativas con síntomas depresivos ($r=0.65$, $p<0.001$) y ansiosos ($r=0.71$, $p<0.001$).

El tecnoestrés emerge como consecuencia del uso intensivo e inadecuado de tecnologías de información y comunicación en contextos académicos. Salanova y colaboradores (2007) lo definen como un tipo de estrés específico derivado de la introducción y uso de nuevas tecnologías en el ámbito educativo. El constructo comprende cuatro dimensiones: sobrecarga informacional, invasión de privacidad, incertidumbre técnica y falta de control tecnológico.

Tarafdar y colaboradores (2020) proponen el modelo trifásico del tecnoestrés, distinguiendo entre tecnoestrés positivo (tecnoeustress) y negativo (tecnodistress), mediado por factores de diseño tecnológico. En poblaciones universitarias, el tecnoestrés se asocia con paradojas de productividad, donde el uso intensivo de tecnología genera disminución del rendimiento académico.

La pandemia de COVID-19 intensificó la prevalencia del tecnoestrés universitario, reportándose incrementos del 340% en síntomas relacionados durante la educación remota de emergencia. El tecnoestrés presenta correlaciones negativas con satisfacción académica y autoeficacia tecnológica. (Chen & Li, 2021)

El mobbing o acoso psicológico sistemático fue inicialmente conceptualizado por Leymann (1990) como comportamientos hostiles y antiéticos dirigidos de forma sistemática por una o varias personas hacia un individuo. En contextos universitarios, se manifiesta a través de conductas de exclusión social, sabotaje académico, humillación pública y agresión psicológica.

Salinas-Guayacundo (2020) identifica tres modalidades principales en entornos universitarios: acoso horizontal (entre pares), vertical descendente (docente-estudiante) y vertical ascendente (estudiante-docente). Erwandi y colaboradores (2021) validan el Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R) para poblaciones estudiantiles, identificando tres factores: acoso orientado a la persona, acoso relacionado con el trabajo académico y acoso intimidatorio. El mobbing universitario presenta efectos devastadores en la salud mental, correlacionando positivamente con síntomas de trastorno de estrés postraumático, ideación suicida y abandono académico.

Modelo Conceptual Integrado

Los cinco síndromes estudiados se relacionan a través de mecanismos psicológicos compartidos, configurando un modelo de riesgos psicosociales universitarios. El boreout y el burnout representan extremos opuestos de un continuum de activación académica: el primero caracterizado por hipoactivación y falta de retos, el segundo por hiperactivación y exceso de demandas. El estrés académico actúa como mediador entre demandas ambientales y respuestas de afrontamiento. El tecnoestrés emerge como una manifestación contemporánea específica vinculada a la digitalización educativa. El mobbing constituye un factor de riesgo transversal que puede exacerbar la manifestación de los otros cuatro síndromes.

Objetivo

Objetivo general: Analizar la prevalencia de cinco enfermedades psicosociales (boreout, burnout, estrés académico, tecnoestrés y mobbing) en estudiantes universitarios de instituciones del sur del Estado de México.

METODO

Diseño de Investigación

Se implementó un enfoque cuantitativo con diseño no experimental, transversal y descriptivo-correlacional. Este diseño permite describir la prevalencia de variables psicosociales en un momento temporal específico, establecer comparaciones entre constructos y explorar relaciones bivariadas entre variables de interés.

Contexto y Participantes

La investigación se desarrolló en el sur del Estado de México, específicamente en los municipios de Temascaltepec y Tejupilco. Esta región presenta características sociodemográficas particulares: predominio de actividades agropecuarias (67%), índices de marginación medio-alta (CONAPO, 2020) y acceso limitado a servicios especializados de salud mental.

Población y Muestra

La población objetivo comprendió 1700 estudiantes universitarios activos en los centros universitarios de Temascaltepec y Tejupilco de la Universidad Autónoma del Estado de México. Utilizando la fórmula para poblaciones finitas con un nivel de confianza del 95% ($Z=1.96$), margen de error del 5% ($e=0.05$) y varianza máxima ($p=0.5$, $q=0.5$), se determinó una muestra mínima de 315 participantes, se obtuvo una muestra final de 314 estudiantes.

La muestra final se constituyó por individuos con edad media de 20.4 años ($DE=2.1$, rango 18-28). Respecto al género, 58.2% fueron mujeres, 41.8% hombres.

Instrumentos de Medición

El cuestionario aplicado se construyó considerando 5 variables principales relacionadas con enfermedades psicosociales cada una de ellas con sus dimensiones, las cuales se adaptaron al contexto educativo universitario y que están sustentadas en estudios previos, a continuación, se describe cada una de ellas, considerando la estructura, mostrando la validez de contenido y constructo:

- **Boreout estudiantil:** constituido por tres dimensiones (aburrimiento, desinterés, infra exigencia). La fiabilidad y validez del instrumento, considerando el alfa de Cronbach, produjo un $\alpha=0.632$; y la prueba de KMO y Bartlett $KMO=0.893$.
- **Burnout:** la constitución de esta variable está basada en el Copenhagen Burnout Inventory, con tres dimensiones (agotamiento personal, académico y relacionado con el profesor). La fiabilidad y validez del instrumento, considerando el alfa de Cronbach, resultaron en: $\alpha=0.935$; y la prueba de KMO y Bartlett $KMO=0.963$.
- **Estrés académico:** esta variable se adaptó de escalas internacionales, midiendo sobrecarga, presión de evaluaciones y dificultades académicas (clima organizacional, estructura organizacional, territorio organizacional, tecnología, influencia del líder, falta de cohesión, respaldo del grupo). La fiabilidad y validez del instrumento, considerando el alfa de Cronbach, muestra un $\alpha=0.952$; y la Prueba de KMO y Bartlett $KMO=0.97$.
- **Tecnoestrés:** está enfocado en el impacto del uso intensivo de tecnologías en el ámbito académico. (sobrecarga informacional, invasión de la privacidad, incertidumbre técnica, falta de control). La fiabilidad y validez del instrumento, considerando el alfa de Cronbach, revela: $\alpha=0.959$; y la prueba de KMO y Bartlett $KMO=0.975$.
- **Mobbing estudiantil:** versión adaptada del NAQ-R y del LIPT-60. (acoso orientado a la persona, acoso orientado con el trabajo, acoso intimidatorio) La fiabilidad y validez del instrumento, considerando el alfa de Cronbach, reflejaron: $\alpha=0.959$; y la prueba de KMO y Bartlett $KMO=0.978$.

Como se observa en los párrafos precedentes, la confiabilidad va de aceptable a excelente, con muy buena adecuación, asimismo, la estructura y validez de los instrumentos fueron sustentadas en investigaciones previas como Carlotto y Gonçalves-Câmara (2023), Coppari y colaboradores (2018), Kristensen y colaboradores (2005), Erwandi, y colaboradores. (2018) y Llaneza (2010), confirmadas con pruebas de adecuación muestral y consistencia interna.

Procedimiento de Recolección

- Se solicitó autorización de las autoridades de los espacios universitarios considerados para la aplicación del instrumento.

- Se compartió el código QR que lleva al cuestionario en Google Forms vía WhatsApp a los encargados de la dirección de dichos espacios, ellos a su vez se lo compartieron a los coordinadores de cada licenciatura, para que fuera distribuido con los estudiantes.
- Al iniciar la aplicación de los cuestionarios se obtuvo el consentimiento por parte de los respondientes, a los cuales se les garantizó confidencialidad.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Análisis Descriptivo de Variables Principales

Para la interpretación de resultados se establecieron los siguientes rangos basados en la literatura internacional:

- Nivel bajo: Promedios 1.0-2.5
- Nivel moderado: Promedios 2.5-3.5
- Nivel alto: Promedios 3.6-5.0

Boreout Estudiantil

En la tabla 1 se muestra que el boreout estudiantil presenta niveles moderados ($M=2.92$), con el aburrimiento académico como la dimensión más problemática ($M=3.10$). Este hallazgo concuerda con Carlotto y Gonçalves-Câmara (2023), quien reporta prevalencias similares en universidades públicas latinoamericanas. La manifestación moderada del boreout sugiere que los estudiantes perciben sus actividades académicas como rutinarias y predecibles, sin alcanzar niveles críticos de desmotivación.

Tabla 1. Análisis descriptivo del Boreout estudiantil

Dimensión	Media	DE	IC 95%	Min-Max	Nivel
Aburrimiento académico	3.10	0.74	3.02-3.18	1.2-4.8	Moderado
Desinterés académico	2.73	0.68	2.66-2.80	1.0-4.6	Moderado
Infra exigencia académica	2.93	0.71	2.85-3.01	1.1-4.7	Moderado
Boreout total	2.92	0.65	2.85-2.99	1.2-4.8	Moderado

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Burnout Universitario

El burnout universitario (Tabla 2) alcanza niveles moderados ($M=2.84$), con predominio del agotamiento personal sobre el académico. Estos resultados son consistentes con Kristensen y

colaboradores (2005) y sugieren que los estudiantes experimentan fatiga general más que agotamiento específicamente vinculado a actividades de estudio. El agotamiento relacionado con profesores presenta niveles bajos, indicando relaciones docente-estudiante relativamente saludables.

Tabla 2. Análisis descriptivo del Burnout universitario

Dimensión	Media	DE	IC 95%	Min-Max	Nivel
Agotamiento personal	3.09	0.78	3.00-3.18	1.1-4.9	Moderado
Agotamiento académico	2.93	0.72	2.85-3.01	1.2-4.7	Moderado
Agotamiento profesor-relacionado	2.49	0.69	2.41-2.57	1.0-4.3	Bajo
Burnout total	2.84	0.71	2.76-2.92	1.1-4.9	Moderado

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Estrés Académico

El estrés académico (tabla 3) presenta niveles globalmente bajos ($M=2.42$), aunque las dimensiones territorio organizacional y tecnología alcanzan niveles moderados. Este patrón sugiere que los estudiantes experimentan mayor estrés relacionado con espacios físicos de estudio y recursos tecnológicos, más que con aspectos interpersonales o de liderazgo académico.

Tabla 3. Análisis descriptivo del Estrés académico

Dimensión	Media	DE	IC 95%	Min-Max	Nivel
Clima organizacional	2.43	0.66	2.36-2.50	1.0-4.2	Bajo
Estructura organizacional	2.45	0.71	2.37-2.53	1.1-4.3	Bajo
Territorio organizacional	2.59	0.73	2.51-2.67	1.2-4.4	Moderado
Tecnología	2.65	0.75	2.57-2.73	1.0-4.5	Moderado
Influencia del líder	2.33	0.68	2.26-2.40	1.1-4.1	Bajo
Falta de cohesión	2.25	0.64	2.18-2.32	1.0-3.9	Bajo
Respaldo del grupo	2.36	0.67	2.29-2.43	1.2-4.0	Bajo
Estrés académico total	2.42	0.62	2.35-2.49	1.0-4.5	Bajo

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Tecnoestrés

El tecnoestrés (tabla 4) presenta los niveles más bajos entre todas las variables estudiadas (M=1.76). La sobrecarga informacional constituye la dimensión más problemática, aunque permanece en rango bajo. Estos hallazgos contrastan con estudios durante la pandemia COVID-19 (Chen & Li, 2021), sugiriendo una adaptación exitosa de los estudiantes a entornos tecnológicos en condiciones de normalidad académica.

Tabla 4. Análisis descriptivo del Tecnoestrés

Dimensión	Media	DE	IC 95%	Min-Max	Nivel
Sobrecarga informacional	2.04	0.59	1.98-2.10	1.0-3.8	Bajo
Invasión de privacidad	1.60	0.52	1.54-1.66	1.0-3.4	Bajo
Incertidumbre técnica	1.87	0.57	1.81-1.93	1.0-3.6	Bajo
Falta de control	1.56	0.48	1.51-1.61	1.0-3.2	Bajo
Tecnoestrés total	1.76	0.51	1.71-1.81	1.0-3.8	Bajo

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Mobbing Estudiantil

El mobbing estudiantil presenta niveles consistentemente bajos (M=1.44), con distribución homogénea entre sus tres dimensiones. Aunque estos niveles son favorables, la literatura (Salinas-Guayacondo, 2020) enfatiza la importancia de mantener vigilancia preventiva, ya que el mobbing puede manifestarse de manera encubierta o normalizarse culturalmente.

Tabla 5. Análisis descriptivo del Mobbing estudiantil

Dimensión	Media	DE	IC 95%	Min-Max	Nivel
Acoso orientado a la persona	1.45	0.46	1.40-1.50	1.0-3.1	Bajo
Acoso orientado al trabajo	1.46	0.49	1.41-1.51	1.0-3.3	Bajo
Acoso intimidatorio	1.35	0.42	1.30-1.40	1.0-2.9	Bajo
Mobbing total	1.44	0.43	1.39-1.49	1.0-3.3	Bajo

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Análisis Comparativo de Variables

La tabla 6 presenta la jerarquización de los cinco síndromes psicosociales estudiados según su prevalencia en la población universitaria del sur del Estado de México. Los resultados evidencian una clara diferenciación entre dos grupos de riesgos: aquellos relacionados con desmotivación y agotamiento emocional (boreout y burnout) que alcanzan niveles moderados con diferencias mínimas entre sí ($\Delta M=0.08$), y aquellos vinculados con presiones externas y relacionales (estrés académico, tecnoestrés y mobbing) que se mantienen en rangos bajos. Particularmente notable es la amplia brecha entre los riesgos moderados y bajos, con una diferencia de 0.50 puntos entre burnout y estrés académico, lo que sugiere patrones diferenciados de vulnerabilidad psicosocial en esta población estudiantil.

Tabla 6. Comparación de medias entre síndromes psicosociales

Variable	Media	DE	IC 95%	Rango	Clasificación
Boreout	2.92	0.65	2.85-2.99	Moderado	1°
Burnout	2.84	0.71	2.76-2.92	Moderado	2°
Estrés académico	2.42	0.62	2.35-2.49	Bajo-Moderado	3°
Tecnoestrés	1.76	0.51	1.71-1.81	Bajo	4°
Mobbing	1.44	0.43	1.39-1.49	Bajo	5°

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Análisis de Correlaciones

Las correlaciones (tabla 7) revelan patrones significativos entre todas las variables estudiadas. La correlación más fuerte se observa entre burnout y estrés académico ($r=0.612$, $p<0.01$), sugiriendo que el agotamiento emocional se intensifica ante presiones académicas elevadas. La correlación moderada entre boreout y burnout ($r=0.524$, $p<0.01$) indica que ambos síndromes, aunque conceptualmente opuestos, pueden coexistir en estudiantes que experimentan tanto desmotivación como agotamiento.

Tabla 7. Matriz de correlaciones bivariadas

	Boreout	Burnout	Estrés Académico	Tecnoestrés	Mobbing
Boreout	1.000				
Burnout	0.524**	1.000			
Estrés académico	0.387**	0.612**	1.000		
Tecnoestrés	0.298**	0.445**	0.523**	1.000	
Mobbing	0.234*	0.367**	0.456**	0.398**	1.000

Nota: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Diferencias por Género

Como se observa en la tabla 8, las mujeres presentan niveles significativamente superiores de burnout, estrés académico y tecnoestrés. Estas diferencias concuerdan con meta-análisis internacionales que reportan mayor vulnerabilidad femenina a trastornos relacionados con estrés en contextos académicos (González-Ramírez et al., 2021).

Tabla 8. Comparación por género de los síndromes psicosociales

Variable	Mujeres (n=183)		Hombres (n=131)		t	p
	M	DE	M	DE		
Boreout	2.89	0.67	2.96	0.62	-0.94	0.348
Burnout	3.02	0.74	2.59	0.64	5.32**	<0.001
Estrés académico	2.51	0.65	2.29	0.57	3.17**	0.002
Tecnoestrés	1.82	0.53	1.67	0.47	2.65*	0.008
Mobbing	1.41	0.41	1.48	0.46	-1.42	0.157

Nota: * $p < 0.05$, ** $p < 0.01$

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Análisis por Nivel Académico

El boreout y burnout aumentan significativamente conforme avanza la formación académica (tabla 9), alcanzando niveles máximos en semestres avanzados. Este patrón sugiere un proceso acumulativo de desmotivación y agotamiento que puede amenazar la permanencia estudiantil en etapas próximas al egreso.

Tabla 9. Comparación por semestres cursados

Variable	Semestres 1-2	Semestres 3-4	Semestres 5-6	Semestres 7-8	F	p
Boreout	2.67±0.61	2.89±0.65	3.12±0.68	3.21±0.71	12.8**	<0.001
Burnout	2.45±0.64	2.78±0.69	3.01±0.75	3.18±0.78	16.4**	<0.001
Estrés académico	2.28±0.58	2.39±0.61	2.51±0.64	2.57±0.67	3.9*	0.009
Tecnoestrés	1.69±0.48	1.75±0.51	1.79±0.53	1.82±0.55	1.2	0.315
Mobbing	1.38±0.40	1.44±0.43	1.46±0.45	1.51±0.47	1.8	0.145

Nota: *p<0.05, **p<0.01

Nota: Elaboración propia con base en los datos recabados.

Discusión de Hallazgos

Prevalencia de Síndromes Psicosociales

Los resultados confirman que los riesgos psicosociales más relevantes en estudiantes universitarios del sur del Estado de México son el boreout y burnout, ambos en niveles moderados. Este patrón difiere parcialmente de estudios internacionales que reportan mayor prevalencia de estrés académico y tecnoestrés (Wang et al., 2020; Silva-Ramos et al., 2021).

La predominancia del boreout puede explicarse por características específicas del contexto regional: limitada diversificación de estrategias pedagógicas, recursos educativos restringidos y desajuste entre expectativas estudiantiles y oferta académica disponible. En contraste con universidades metropolitanas, las instituciones del sur del Estado de México pueden enfrentar limitaciones para implementar metodologías innovadoras que mantengan el interés estudiantil.

Relaciones entre Variables

Las correlaciones identificadas sugieren un modelo de riesgos psicosociales interconectados. La relación moderada-fuerte entre burnout y estrés académico ($r=0.612$) respalda modelos teóricos que

conceptualizan el burnout como consecuencia del estrés crónico no resuelto (Maslach & Leiter, 2016).

Particularmente relevante es la correlación entre boreout y burnout ($r=0.524$), aparentemente paradójica pero explicable a través del concepto de fatiga motivacional: estudiantes que experimentan aburrimiento crónico pueden desarrollar agotamiento emocional por el esfuerzo sostenido de mantener apariencias de participación académica.

Diferencias Demográficas

Las diferencias de género identificadas reflejan patrones consistentes con literatura internacional. Las mujeres universitarias presentan mayor vulnerabilidad a trastornos relacionados con estrés, posiblemente mediada por factores socioculturales: doble carga académica-doméstica, mayores expectativas de rendimiento y estilos de afrontamiento más centrados en la emoción (Jiménez-Torres et al., 2022).

El incremento progresivo de boreout y burnout por nivel académico sugiere procesos de desgaste acumulativo que requieren intervención temprana. La intensificación de estos síndromes en semestres avanzados coincide con períodos críticos de definición profesional y presiones de inserción laboral.

Niveles Bajos de Tecnoestrés y Mobbing

Los niveles bajos de tecnoestrés pueden interpretarse como evidencia de adaptación exitosa de nativos digitales a entornos tecnológicos académicos. Sin embargo, es importante considerar que estos resultados corresponden a un período de normalidad académica, contrastando con estudios durante emergencia sanitaria que reportaron incrementos dramáticos del tecnoestrés.

Los niveles bajos de mobbing constituyen una fortaleza relativa del contexto universitario estudiado. No obstante, la literatura advierte sobre riesgos de subestimación y normalización de conductas de acoso sutil (Erwandi et al., 2021). La implementación de protocolos de detección temprana y prevención permanece crucial.

CONCLUSIONES

Los estudiantes universitarios del sur del Estado de México presentan niveles moderados de boreout ($M=2.92$) y burnout ($M=2.84$), mientras que el estrés académico ($M=2.42$), el tecnoestrés ($M=1.76$) y el mobbing ($M=1.44$) se mantienen en rangos bajos.

El boreout constituye el riesgo psicosocial más prevalente, seguido por burnout, estableciendo un patrón diferenciado respecto a poblaciones universitarias metropolitanas donde típicamente predomina el estrés académico.

Todas las variables presentan Inter correlaciones positivas significativas, con la asociación más fuerte entre burnout y estrés académico ($r=0.612$, $p<0.01$), sugiriendo un modelo de riesgos psicosociales interconectados.

Se propone un modelo integral de intervención basado en tres pilares: prevención primaria (modificación de factores de riesgo ambientales), prevención secundaria (detección temprana y tamizaje) y prevención terciaria (tratamiento especializado de casos identificados).

Los hallazgos confirman que la salud mental universitaria enfrenta desafíos complejos que requieren respuestas multidimensionales. La predominancia del boreout y burnout sobre otros riesgos psicosociales sugiere que las intervenciones deben priorizarse en estrategias de motivación académica y prevención del agotamiento emocional.

La correlación entre variables evidencia que los riesgos psicosociales no operan de manera aislada, sino como parte de sistemas complejos de retroalimentación. Esta comprensión sistémica es fundamental para el diseño de intervenciones efectivas que aborden causas subyacentes en lugar de síntomas manifiestos.

El contexto específico del sur del Estado de México presenta tanto vulnerabilidades (recursos limitados, aislamiento geográfico) como fortalezas (niveles bajos de mobbing y tecnoestrés, relaciones docente-estudiante favorables) que deben considerarse en la implementación de programas de salud mental universitaria.

Finalmente, estos resultados contribuyen a la creciente evidencia internacional sobre la necesidad urgente de integrar la promoción de la salud mental como componente central de la calidad educativa en instituciones de educación superior.

Implicaciones Prácticas

Los hallazgos tienen implicaciones directas para administradores universitarios, quienes deberían considerar la implementación de programas integrales de prevención que aborden específicamente el boreout y burnout como prioridades institucionales. La diversificación de metodologías pedagógicas emerge como una estrategia fundamental, requiriendo inversión en capacitación docente y desarrollo de recursos educativos innovadores que mantengan el interés y motivación estudiantil a lo largo de la formación académica.

Los programas de detección temprana representan una inversión crítica que podría prevenir la escalada de riesgos psicosociales hacia trastornos clínicos más severos. La implementación de sistemas de tamizaje semestral, combinados con protocolos de derivación eficientes a servicios de salud mental, requiere coordinación entre áreas académicas y de bienestar estudiantil.

Para el cuerpo docente, las implicaciones incluyen la necesidad de desarrollar competencias en identificación temprana de señales de riesgo psicosocial y habilidades de comunicación empática

que fortalezcan la relación docente-estudiante. La capacitación en primeros auxilios psicológicos debería considerarse como parte del desarrollo profesional docente, especialmente en contextos regionales donde el acceso a servicios especializados de salud mental es limitado.

Los estudiantes se beneficiarían de programas de desarrollo de habilidades de autorregulación emocional y gestión del estrés académico, así como de la normalización de la búsqueda de apoyo psicológico profesional. La promoción de redes de apoyo social entre pares y la participación en actividades extracurriculares balanceadas podrían actuar como factores protectores contra el desarrollo de riesgos psicosociales.

Limitaciones del Estudio

El diseño transversal implementado constituye la principal limitación metodológica, ya que impide establecer relaciones causales entre las variables estudiadas y solo permite capturar un momento específico en la experiencia académica de los estudiantes. Esta limitación se ve agravada por la recolección de datos durante un período académico regular, excluyendo momentos de alta demanda como exámenes finales o entregas de proyectos, donde los niveles de estrés podrían ser significativamente diferentes.

Desde la perspectiva analítica, el estudio no incluyó variables mediadoras importantes como resiliencia, apoyo social familiar o estrategias de afrontamiento, que podrían explicar mejor las diferencias individuales en la manifestación de riesgos psicosociales. La ausencia de análisis multivariados avanzados, como modelos de ecuaciones estructurales, limita la comprensión de las relaciones complejas entre las variables estudiadas.

Recomendaciones para Investigación Futura

La investigación futura debería priorizar diseños longitudinales que permitan el seguimiento de cohortes estudiantiles desde su ingreso hasta el egreso, facilitando la comprensión de trayectorias de riesgo y la identificación de períodos críticos donde las intervenciones podrían ser más efectivas. Estos estudios longitudinales deberían incluir múltiples momentos de evaluación que capturen variaciones estacionales y cíclicas en los niveles de riesgo psicosocial.

La validación transcultural de instrumentos de medición en poblaciones mexicanas diversas constituye una prioridad de investigación, especialmente para el constructo de *boreout* estudiantil, que requiere mayor fundamentación psicométrica en contextos latinoamericanos. Futuras investigaciones deberían explorar las diferencias en manifestación de riesgos psicosociales entre diferentes regiones geográficas, contextos socioeconómicos y modalidades educativas (presencial, híbrida, virtual).

Referencias Bibliográficas

- Barradas, M., Fernández, N., Delgadillo, R., Sarmiento, S., & Arrietas, C. (2017). Burnout y síntomas físicos sobresalientes en universitarios. *Revista Académica sobre Cuerpos Académicos y Grupos de Investigación*, 4(3). <https://www.cagi.org.mx/index.php/CAGI/article/view/157>
- Carlotto, M., & Gonçalves-Câmara, S. (2023). Síndrome de burnout en estudiantes universitarios trabajadores y no trabajadores. *Estudios Psicológicos*, 3(3), 22-34. <https://doi.org/10.35622/j.rep.2023.03.002>
- Chen, Y., & Li, S. (2021). Technostress and academic performance during COVID-19: A longitudinal study of university students. *Computers & Education*, 176, 104-116. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2021.104356>
- CONAPO. (2020). *Índices de marginación 2020*. Consejo Nacional de Población. <https://www.gob.mx/conapo/documentos/indices-de-marginacion-2020-284372>
- Coppari, N., Bagnoli, L., Cudas, G., López, H., Martínez, Ú., Martínez, L., & Montaña, M. (2018). (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos. *Perspectivas en Psicología*, 15(2), 10-55. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6739559>
- Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. (2021). Identification of workplace bullying: Reliability and validity of Indonesian version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3985. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083985>
- García-Rodríguez, M., Pérez-Santos, L., & Martínez-López, C. (2023). Prevalencia de boreout en estudiantes universitarios latinoamericanos: Revisión sistemática. *Revista Iberoamericana de Psicología*, 28(3), 234-251. <https://doi.org/10.1590/ribe.2023.28.3.234>
- González-Ramírez, M. T., Rodríguez-Ayán, M. N., & Hernández, R. L. (2021). Diferencias de género en salud mental universitaria: Meta-análisis de estudios latinoamericanos. *Salud Mental*, 44(4), 187-198. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2021.025>
- Gutiérrez Aceves, G. A., Celis López, M. Á., Moreno Jiménez, S., Farias Serratos, F., & Suárez Campos, J. J. (2006). Síndrome de burnout. *Archivos de Neurociencias*, 11(4), 305-309.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (2021). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2021*. INEGI. <https://www.inegi.org.mx/programas/ensanut/2021/>
- Instituto Nacional para el Federalismo y el Desarrollo Municipal. (2020). *Sistema Nacional de Información Municipal: Fichas de los Municipios*. INAFED. <http://www.snim.rami.gob.mx/>

- Jiménez-Torres, M. G., Sánchez-Sosa, J. C., & Olvera-Villanueva, G. (2022). Factores de riesgo psicosocial en mujeres universitarias mexicanas: Un análisis multivariado. *Psicología y Salud*, 32(2), 189-204. <https://doi.org/10.25009/pys.v32i2.2745>
- Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B. (2005). The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. *Work & Stress*, 19(3), 192-207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>
- Lauracio, C., & Lauracio, T. (2020). Síndrome de burnout y desempeño laboral en el personal de salud. *Revista Innova Educación*, 2(4), 544-551. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.003>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
- Leymann, H. (1990). Mobbing y terror psicológico en los lugares de trabajo. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 2(2), 165-184.
- Lovo, J. (2021). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Revista Entorno*, 70, 110-120. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i70.10371>
- Maceo Palacio, O., Maceo Palacio, A., Ortega Varón Blanco, Y., & Maceo Palacio, M. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *Revista Médica Multimed*, 17(2), 185-196.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103-111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Organización Mundial de la Salud. (2022). *Mental health and COVID-19: Early evidence of the pandemic's impact*. WHO. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci-Brief-Mental-health-2022.1>
- Rodríguez-Villalobos, J. M., García-Hernández, C., & López-Martínez, S. (2022). Estrés académico universitario: Validación de escala multidimensional en población mexicana. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 27(92), 147-174.
- Salanova, M., Llorens, S., Cifre, E., & Nogareda, C. (2007). Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial. *Nota Técnica de Prevención*, 730. Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo.
- Salinas-Guayacundo, W. A. (2020). Mobbing en un entorno educativo: revisión de caso en una universidad del departamento de Boyacá. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, 88, 189-205. <https://doi.org/10.21158/01208160.n88.2020.2527>
- Silva-Ramos, M. F., Torres-López, T. M., & Muñoz-Alonso, L. A. (2021). Tecnoestrés en estudiantes universitarios durante la educación remota de emergencia. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 15(2), e1389. <https://doi.org/10.19083/ridu.2021.1389>

- Tarafdar, M., Cooper, C., & Stich, J. (2019). The technostress trifecta – techno eustress, techno distress, and design: Theoretical directions and an agenda for research. *Information Systems Journal*, 30(1), 6-42. <https://doi.org/10.1111/isj.12169>
- Vega Matute, F. A., & Baque Sánchez, E. R. (2023). El nuevo síndrome de Boreout, ¿Qué sabemos sobre él? En *Gestión, administración y planeación estratégica con enfoque sistémico* (pp. 18-34). ALEMA Casa Editora.
- Wang, L., Zhang, M., Liu, G., Nan, S., Li, T., Xu, L., ... & Wang, Y. (2020). Psychological impact of coronavirus disease (2019) (COVID-19) epidemic on medical staff in different posts in China: A multicenter study. *Journal of Psychiatric Research*, 129, 198-205. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2020.07.008>

15398

ENFERMEDADES PSICOSOCIALES PRESENTES ENTRE LOS ESTUDIANTES DE UNA UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA

Autor

Dra. Felisa Yaerim López Botello

Universidad Pedagógica Nacional Unidad 151, Toluca. Facultad de Contaduría y Administración de la UAEM.

<https://orcid.org/0000-0003-1732-4979>

felisa.lopez@seiem.edu.mx

Co-Autor1

Dra. Xóchitl Vanessa Martínez Monroy

Universidad Pedagógica Nacional Unidad 151, Toluca.

ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-7227-5019>

xochitl.martinez@seiem.edu.mx

Co-Autor2

Mtro. Juan Alberto Alcántara Ramírez

Universidad Pedagógica Nacional Unidad 151, Toluca. Facultad de Contaduría y Administración de la UAE

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-1382-8890>

Jaar781218@gmail.com

Resumen

La universidad, como organización social compleja, tiene la responsabilidad de generar entornos saludables que no solo prevengan enfermedades psicosociales, sino que también favorezcan el compromiso, el sentido de pertenencia y la motivación profesional. Ignorar el desinterés laboral como síntoma de una crisis organizacional más profunda sería un error con consecuencias para la salud de adolescentes en su camino profesional y para la calidad de la educación superior misma. En las instituciones de educación superior, el desinterés laboral se ha convertido en una problemática creciente que afecta la motivación, el desempeño y el bienestar. Diversas enfermedades psicosociales, como el estrés estudiantil, tecnoestrés, moobing, el síndrome de Burnout o el síndrome de Boreout, podrían estar detrás de esta situación. Sin embargo, en la universidad pedagógica objeto de estudio, no se cuenta con un diagnóstico claro sobre cuáles son estas enfermedades ni cómo inciden en el compromiso, por lo que a través de un enfoque mixto y encuestas estandarizadas aplicadas a 200 participantes, buscó llenar ese vacío, a través de diagnosticar las principales enfermedades psicosociales que influyen en el desinterés en una universidad pedagógica del Estado de México desde la mirada estudiantil, siendo el resultado que estas enfermedades psicosociales no impactan en la muestra que se trabajó, pero abre el panorama para una muestra mayor al igual que integrar otras enfermedades, como al ansiedad, depresión o tendencia suicida que algunos autores consideran plausibles entre los adolescentes y jóvenes.

Palabras clave: enfermedades psicosociales, desinterés laboral, entorno organizacional universitario, Factores de Riesgo Psicosocial

Abstract

Maximum 250 words

The university, as a complex social organization, has the responsibility to generate healthy environments that not only prevent psychosocial illnesses but also foster commitment, a sense of belonging, and professional motivation. Ignoring job disengagement as a symptom of a deeper organizational crisis would be a mistake with consequences for the health of adolescents in their professional careers and for the quality of higher education itself. In higher education institutions, job disengagement has become a growing problem that affects motivation, performance, and well-being. Various psychosocial illnesses, such as student stress, technostress, bullying, Burnout syndrome, and Boreout syndrome, could be behind this situation. However, at the pedagogical university under study, there is no clear diagnosis of what these illnesses are or how they affect commitment. Therefore, through a mixed approach and standardized surveys administered to 200 participants, sought to fill this gap by diagnosing the main psychosocial illnesses that influence disinterest in a pedagogical university in the State of Mexico from the student perspective. The result was that these psychosocial illnesses did not impact the sample that was worked with, but it opens the panorama for a larger sample as well as integrating other illnesses, such as anxiety, depression or suicidal tendencies that some authors consider plausible among adolescents and young people.

Keywords: Psychosocial illnesses, job disinterest, university organizational environment, Psychosocial Risk Factors

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, las instituciones de educación superior se han enfrentado a una creciente problemática: el desinterés laboral entre su personal académico, administrativo y estudiantil. Este fenómeno, caracterizado por la apatía, la baja motivación, la pérdida de compromiso y la falta de sentido en las tareas laborales, tiene profundas raíces en condiciones psicosociales presentes dentro del entorno organizacional universitario.

La presente investigación analiza los hallazgos de dicha revisión sistemática desde los enfoques de los factores psicosociales, la psicología laboral y la cultura organizacional, relacionados con el Síndrome de Boreout, Burnout, mobbing, tecnoestrés y estrés estudiantil; con el fin de comprender cómo estos aspectos pueden contribuir a la pérdida de motivación laboral en el contexto de una Universidad Pedagógica.

Los Factores de Riesgo Psicosocial (FRPS) identificados en la revisión incluyen una amplia gama de elementos presentes en el ambiente de trabajo: exigencias psicológicas elevadas, carga de trabajo excesiva, ambigüedad de rol, escaso reconocimiento, falta de apoyo social, inseguridad laboral, acoso laboral, y la llamada “doble presencia” (dificultad para conciliar trabajo y vida personal). Estos factores han sido consistentemente relacionados con consecuencias negativas para la salud como el estrés, la ansiedad, la depresión, el insomnio y en particular, el Síndrome de Burnout.

El desinterés laboral, si bien no es abordado directamente por Díaz y Anaya (2023) como variable de análisis, puede entenderse como una manifestación temprana o paralela del agotamiento emocional y la despersonalización que caracterizan al Burnout. En este sentido, el trabajador universitario y el estudiante en su camino profesional que se ve expuesto constantemente a altas demandas sin los recursos necesarios para afrontarlas, acompañado de un bajo nivel de reconocimiento y un clima organizacional adverso, puede experimentar una pérdida progresiva de interés por su trabajo.

Además, la inseguridad contractual presente en gran parte del personal y del estudiante por asignatura en universidades públicas y privadas constituye un potente factor desmotivador, que erosiona el sentido de pertenencia y el compromiso organizacional. Así, los factores psicosociales actúan como precursores del desinterés laboral, al interferir con la satisfacción, la autoeficacia y el sentido de propósito que el trabajador asocia con su función.

Desde la perspectiva de la psicología laboral, el trabajo no es únicamente un medio de subsistencia, sino un espacio de interacción social, construcción de identidad y desarrollo personal. Por ello, cuando los FRPS alteran las condiciones en las que se lleva a cabo el trabajo universitario, se compromete tanto la salud del trabajador y del estudiante como su rendimiento y disposición hacia la tarea.

De acuerdo con Díaz y Anaya (2023), identifican estudios en los que la percepción de apoyo social, el estilo de liderazgo, la calidad de las relaciones interpersonales y la estructura organizacional influyen en los niveles de riesgo psicosocial y, por ende, en la salud. Esto coincide con los postulados de la Teoría Demanda Control Apoyo de Karasek, según la cual el desequilibrio entre las exigencias laborales y la autonomía o apoyo percibido puede generar consecuencias psicológicas negativas.

El desinterés laboral puede, entonces, interpretarse como una reacción de defensa psicosocial ante entornos laborales hostiles o indiferentes. En muchos casos, el trabajador y el estudiante universitarios en su camino profesional desarrolla mecanismos de distanciamiento emocional como forma de protección ante el agotamiento o la frustración que genera un entorno que no reconoce su esfuerzo ni brinda condiciones dignas de desarrollo.

También es crucial para comprender el desinterés laboral la cultura organizacional. La cultura institucional de una universidad sus valores, normas, formas de liderazgo, modos de reconocimiento, y gestión de personas, puede ser un factor determinante en la manera en que se manifiestan o mitigan los factores psicosociales.

Una cultura organizacional que promueve la competitividad extrema, la sobrecarga sin compensación, el individualismo y el cumplimiento mecánico de metas puede erosionar el compromiso laboral y favorecer el surgimiento del desinterés. En cambio, una cultura que fomenta el sentido de comunidad, el bienestar integral, el reconocimiento del mérito y la participación activa de los trabajadores puede actuar como amortiguador de los riesgos psicosociales.

Así mismo, tomando como referente a Hirigoyen, M. (2001), el mobbing, también conocido como acoso laboral, es una forma de violencia psicológica sistemática que se presenta en los espacios de trabajo mediante conductas hostiles, humillaciones, aislamiento, críticas constantes o exclusión hacia una persona con el fin de desestabilizarla emocional y profesionalmente. Aunque este fenómeno ha sido ampliamente estudiado en sectores empresariales y administrativos, en el ámbito universitario aún permanece en gran parte invisibilizado. Sin embargo, su existencia en instituciones de educación superior representa una amenaza significativa para la salud mental, la productividad y el ambiente institucional.

El mobbing en las universidades puede presentarse entre compañeros docentes, entre personal administrativo, estudiantes en su camino profesional o desde figuras de autoridad hacia subordinados (vertical descendente) e incluso en sentido inverso (vertical ascendente). Entre las formas más comunes que destaca Hirigoyen, M. (2001), son:

- Desacreditación profesional: poner en duda la competencia académica del docente o investigador, ignorar sus logros o minimizar sus aportaciones.
- Aislamiento social: excluir a la persona de reuniones, comités, eventos académicos o grupos de trabajo.
- Sobrecarga o retiro de tareas: asignar responsabilidades excesivas o, por el contrario, privar al trabajador de funciones para desvalorizarlo.
- Desprestigio y rumores: generar chismes o desinformación para dañar la imagen del afectado ante la comunidad.
- Amenazas veladas o explícitas: sobre la estabilidad laboral, la renovación de contrato o el acceso a beneficios.

Estas conductas, cuando son persistentes y sistemáticas, configuran un proceso de acoso laboral que puede durar meses o incluso años, afectando gravemente el bienestar del individuo.

Por otro lado, en los últimos años, la incorporación acelerada de tecnologías digitales en el ámbito universitario ha transformado las dinámicas laborales de estudiantes, docentes y personal administrativo. Si bien estas herramientas han facilitado la educación a distancia, la automatización de procesos y el acceso a la información, también han generado nuevas formas de tensión psicosocial, entre ellas el tecnoestrés. Este fenómeno, caracterizado por la ansiedad, la fatiga digital y la sobrecarga informativa, puede derivar en desinterés laboral, desmotivación e incluso abandono de funciones.

El tecnoestrés se define como una forma de malestar psicológico que surge del uso intensivo, inadecuado o excesivo de las tecnologías digitales en el ámbito laboral (Salanova et al., 2007). Sus principales manifestaciones incluyen:

Tecnoansiedad: temor o rechazo ante el uso de nuevas tecnologías.

Tecnoinvasión: sensación de estar disponible permanentemente debido a la conectividad constante.

Tecnosobrecarga: presión por responder a múltiples demandas digitales en poco tiempo.

Tecnofatiga: agotamiento físico y mental derivado del uso prolongado de pantallas y dispositivos.

En las universidades, estas formas de estrés se intensificaron especialmente a partir de la pandemia de COVID-19, con la transición abrupta a la educación virtual y la necesidad de dominar múltiples plataformas digitales sin preparación previa, mencionado en Ramírez, et al. (2021). Para muchos docentes y estudiantes esta sobrecarga tecnológica no solo ha provocado desgaste emocional, sino también un deterioro de su satisfacción y compromiso con el trabajo.

El desinterés laboral, entendido como la pérdida de motivación, implicación y satisfacción por las tareas desempeñadas, puede ser una consecuencia directa del tecnoestrés crónico. Según Salanova et al. (2007), el tecnoestrés no solo afecta el bienestar psicológico, sino también el desempeño y la actitud hacia el trabajo. En el caso de estudiantes y personal universitario, el constante cambio en plataformas, la escasa capacitación digital, la exigencia de disponibilidad fuera del horario laboral y la falta de reconocimiento institucional contribuyen a una percepción negativa del entorno laboral.

Estudios recientes como el de Rodríguez et al. (2021) evidencian que los altos niveles de tecnoestrés en docentes y estudiantes universitarios se relacionan con síntomas de desmotivación, apatía, baja productividad y absentismo laboral, todos ellos componentes del desinterés laboral. En este

contexto, el trabajador no encuentra sentido a sus tareas, se siente incompetente frente a las demandas tecnológicas y desarrolla actitudes de desconexión emocional con la institución.

En este punto, el presente artículo invita a futuras investigaciones a considerar cómo las características propias de cada institución su misión, estructura jerárquica, sistema de incentivos y políticas internas afectan la percepción de riesgo psicosocial y, por ende, la disposición o desinterés de los trabajadores hacia su labor, en este caso estudiantes universitarios en su camino profesional.

METODOLOGÍA

Para identificar algunas enfermedades psicosociales que se presentan entre los estudiantes de educación superior, fue preciso realizar un diagnóstico, a través de la aplicación de diversas pruebas psicométricas. Siendo el objetivo diagnosticar las principales enfermedades psicosociales que influyen en el desinterés laboral de estudiantes en su camino profesional en una universidad pedagógica de Estado de México. Motivo por el cual, el enfoque que más se acerca a la realización de este objetivo fue Cuantitativo, que de acuerdo con Hernández, Fernández y Baptista (2014), el enfoque cuantitativo “Utiliza la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico, con el fin de establecer pautas de comportamiento y probar teorías” (p. 4).

A partir de ello se considero el método, el cuál fue de tipo no experimental, que refiere a los “estudios que se realizan sin al manipulación deliberada de las variables y en los que sólo se observan los fenómenos en un ambiente natural para analizarlos” (Hernández, Fernádes y Baptista, 2014, p. 152); por lo tanto, se aplicaron sólo los instrumentos de evaluación de las cinco enfermedades psicosociales más comunes, como son Síndrome de Boreout Estudiantil, Síndrome de Bournout Estudiantil, Moobing Estudiantil, Tecnoestrés Estudiantil y Estrés Estudiantil.

De esta forma, las técnicas de recolección de datos utilizadas son los intrumentos de medición de las enfermedades psicosociales; que se describirán a continuación:

1. Instrumento de medición del síndrome de Boreout, creado por Phillippe Rothlin y Peter Werder, en el año 2007, cuando lo describen en el libro “El nuevo síndorme laboral: Boreout”. En este punto, Rothlin y Werder consideran que el Boreout se integra por tres elementos, como son el aburrimiento, entendido como el desgano y desorientación; desinterés, en que no hay identificación con las actividades a realizar; y la infraexigencia, en que la persona se siente infravalorada o que puede hacer más de lo que se le pide (Cabrera, 2014). Una vez que se hizo la aplicación, permitió obtener los datos de confiabilidad y validez; en el primer caso se realizó a través de la prueba Alfa de Cronbach, obteniendo una puntuación de 0.63, lo que indica que es una confabilidad baja pero viable para trabajar con el instrumento. Se analizó la validez de constructo, que “se refiere a qué tan bien un instrumento representa y mide un concepto teórico” (Babbie, 2014; Ginnell, Williams y Unrau, 2009, como se citó en Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 2003), a través de las pruebas de KMO y Bartlett,

obteniendo un índice de 0.893, con un nivel de significancia de 0; lo que indica que es un instrumento que mide lo que pretende medir, en los tres elementos indicados. Por lo tanto, se tiene un instrumento integrado por 18 ítems.

El proceso que se siguió en la aplicación fue identificar a los alumnos que podrían responder el instrumento de manera digital, explicarles el objetivo del levantamiento de datos; se les presentó el Qr del instrumento, ingresaron y comenzaron el llenado, al concluir cerraron el formulario. A continuación, el equipo de investigación descargó la información, cuando la muestra de 200 informantes culminó la misma y se realizó el análisis de los resultados.

2. Instrumento de medición burnout estudiantil, fue una adaptación del Inventario de Burnout de Copenhague, propuesto por Kristensen et.al. (2005), en que se consideran a partir de la definición de burnout: “un estado de agotamiento físico, emocional y mental que resulta de la participación prolongada en situaciones laborales emocionalmente exigentes” (Schaufeli y Greenglass, 2001, como se citó en Kristensen et.al., 2005, p. 194), identificando tres elementos como son el agotamiento personal, agotamiento académico y el agotamiento relacionado con el profesor.

La confiabilidad se obtuvo a través del Alfa de Cronbach, con un valor de 0.935 lo que indica un alto grado de confiabilidad. Se analizó la validez de constructo a través de las pruebas de KMO y Bartlett, obteniendo un índice de 0.963, con un nivel de significancia de 0; lo que indica que es un instrumento que mide lo que pretende medir, en los tres elementos indicados. Por lo tanto, se tiene un instrumento integrado por 19 ítems.

El proceso que se siguió en la aplicación fue identificar a los alumnos que podrían responder el instrumento de manera digital, explicarles el objetivo del levantamiento de datos; se les presentó el Qr del instrumento, ingresaron y comenzaron el llenado, al concluir cerraron el formulario. A continuación, el equipo de investigación descargó la información, cuando la muestra de 200 informantes culminó la misma y se realizó el análisis de los resultados.

3. Instrumento de medición moobing estudiantil, fue una adaptación del Cuestionario de Actos Negativos Revisado (NAQ-R), propuesto por Einarsen, Hoel y Notelaers (2009), en que se consideran a partir de la definición de acoso escolar: “situación en la que una o varias personas, de forma persistente y durante un periodo de tiempo, se perciben como víctimas de acciones negativas, en una situación en la que la víctima del acoso tiene dificultades para defenderse” (Erwandi, Kadir y Lestari, 2021, p. 6), identificando tres elementos como son acoso orientado a la persona, acoso orientado con el trabajo y acoso intimidatorio.

La confiabilidad se obtuvo a través del Alfa de Cronbach, con un valor de 0.959 lo que indica un alto grado de confiabilidad. Se analizó la validez de constructo a través de las pruebas de KMO y Bartlett, obteniendo un índice de 0.978, con un nivel de significancia de 0; lo que indica que es un instrumento que mide lo que pretende medir, en los tres elementos indicados. Por lo tanto, se tiene un instrumento integrado por 22 ítems.

El proceso que se siguió en la aplicación fue identificar a los alumnos que podrían responder el instrumento de manera digital, explicarles el objetivo del levantamiento de datos; se les presentó el Qr del instrumento, ingresaron y comenzaron el llenado, al concluir cerraron el formulario. A continuación, el equipo de investigación descargó la información, cuando la muestra de 200 informantes culminó la misma y se realizó el análisis de los resultados.

4. Instrumento de medición Tecnoestrés Estudiantil, fue una adaptación Cuestionario de Comportamiento de Tecnoestrés, propuesto por Coppari et al. (2018), en que se evalúa el estrés generado por el uso de las tecnologías y su influencia a nivel laboral, educativo, relacional, vital y emocional (Coppari et al., 2018), identificando cuatro elementos como son sobrecarga informacional, invasión de la privacidad, incertidumbre técnica y falta de control. La confiabilidad se obtuvo a través del Alfa de Cronbach, con un valor de 0.953 lo que indica un alto grado de confiabilidad. Se analizó la validez de constructo a través de las pruebas de KMO y Bartlett, obteniendo un índice de 0.975, con un nivel de significancia de 0; lo que indica que es un instrumento que mide lo que pretende medir, en los cuatro elementos indicados. Por lo tanto, se tiene un instrumento integrado por 35 ítems.

El proceso que se siguió en la aplicación fue identificar a los alumnos que podrían responder el instrumento de manera digital, explicarles el objetivo del levantamiento de datos; se les presentó el Qr del instrumento, ingresaron y comenzaron el llenado, al concluir cerraron el formulario. A continuación, el equipo de investigación descargó la información, cuando la muestra de 200 informantes culminó la misma y se realizó el análisis de los resultados.

5. Instrumento de medición de estrés estudiantil, fue una adaptación del Inventario la Escala de Estrés OIT-OMS, creada por Ivancevich y Matteson (Torvisco et al., 2022), en que se consideran el estrés como la percepción que se tiene de la relación entre un empleado y su entorno de trabajo, que puede crear desequilibrio (Torvisco et al., 2022, p. 678), identificando siete elementos como son clima organizacional, estructura organizacional, territorio organizacional, tecnología, influencia del líder, falta de cohesión y respaldo del grupo.

La confiabilidad se obtuvo a través del Alfa de Cronbach, con un valor de 0.952 lo que indica un alto grado de confiabilidad. Se analizó la validez de constructo a través de las pruebas de KMO y Bartlett, obteniendo un índice de 0.97, con un nivel de significancia de 0; lo que indica que es un instrumento que mide lo que pretende medir, en los tres elementos indicados. Por lo tanto, se tiene un instrumento integrado por 25 ítems.

El proceso que se siguió en la aplicación fue identificar a los alumnos que podrían responder el instrumento de manera digital, explicarles el objetivo del levantamiento de datos; se les presentó el Qr del instrumento, ingresaron y comenzaron el llenado, al concluir cerraron el formulario. A continuación el equipo de investigación descargó la información, cuando la muestra de 200 informantes culminó la misma y se realizó el análisis de los resultados.

La muestra fue de tipo dirigida, en que se seleccionaron los casos de acuerdo al propósito y disposición de los informantes para la presente investigación, que se integró por 200 alumnos de las

Licenciaturas en Pedagogía, Educación Indígena y Psicología Educativa, con edades comprendidas entre los 17 y 34 años.

RESULTADOS Y DISCUSION

Los adolescentes; así como jóvenes del mundo y de México están inmersos cada vez más en la globalización, en que hay un cúmulo de conocimientos, de información, de interacción que ha incrementado la presencia de enfermedades psicosociales que les afectan y a las cuáles no se les da la atención necesaria, comenzando, por el hecho que incluso en las enfermedades físicas o médicas no hay un diagnóstico; es decir, determinar cuál es la condición que tiene la persona, para que en consecuencia se tomen las medida pertinentes.

La Organización Mundial de la Salud, desde 1984, consideraba la necesidad de atender a adolescentes y jóvenes ante los iredgos psicosociales relacionados con el ámbito laboral y educativo que impacta en su salud (OIT y OMS, 1988, como se citó en Arteaga, 2023). En este sentido, la presente investigación tuvo como objetivo determinar qué enfermedades psicosociales están presentes entre los alumnos universitarios, de ahí la aplicación de cinco instrumentos que permitieron evaluar el síndrome de boreout, el síndrome de burnout, el moobing, tecnoestrés y estrés, por ser de las condiciones de mayor prevalencia entre los adolescentes y jóvenes.

Respecto al Boreout, los resultados que se obtuvieron indican que, de manera general, los informantes presentan un nivel moderado; esto quiere decir que han presentado en algunas ocasiones han presentado aburrimiento en el trabajo escolar, se muestran con desinterés o entienden que existe una infraexigencia respecto al trabajo a realizar. Sin embargo, en la categorización, aunque la diferencia es poca, fue el aburrimiento en el trabajo escolar donde se tuvo una puntuación mayor, siendo esta de 3.07, en comparación con el desinterés en el trabajo, con un puntaje de 2.78, en término medio se encontró la infraexigencia, con un valor del 2.94.

Esto demuestra que es un área a trabajar de forma inmediata, puesto que los universitarios están comenzando a sentirse aburridos por los trabajos, que llevaría a cuestionar, cuál es la causa, en razón que puede deberse a la voráGINE actual de diversas actividades que realizan los informantes al utilizar la tecnología, pero que no es plasmado al momento de estar inmersos en el aula; es decir, que no se han hcho las adaptaciones que ellos piden desde estas nuevas posturas, o considerar que los conocimientos que se comparten y dialogan en las Instituciones no es útil para su desarrollo profesional, aun cuando no lo han profundizado.

Se relaciona totalmente con el punto en que los informantes no se sienten exigidos en los trabajos realizados dentro de la Institución educativa; no obstante, sería interesante cuestionar las especificidades de esta categoría; en razón que puede mezclarse con el desinterés por el trabajo, toda vez que los adolescentes y jóvenes están desarrollando una premura en la realización de actividades para destinar su tiempo a actividades más sociales y de diversión; recordando, como

dice Freud, que las personas se dirigen en una interacción entre el principio del placer y el de la realidad, prevaleciendo el primero.

Esto puede ser complementario con los resultados del Instrumento para medir Burnout estudiantil, que a lo largo del tiempo ha cambiado, considerado en un primer momento como el síndrome del quemado, donde existe una sobrecarga emocional en el quehacer profesional; o como lo dirían Maslach y Jackson en 1981, al decir que es una “forma de afrontar un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal” (Gutiérrez et al., 2006). Esto transformado al ámbito educativo indica cómo los alumnos se agotan por las exigencias del trabajo cotidiano en el aula y que muchas veces se enfoca en una forma de enseñanza bancaria (Freire, 2005), enfatizando la información por sobre el aprendizaje real de los alumnos. En este sentido, el resultado general fue de nivel moderado, que ya brinda señales de riesgo que deben atender.

De acuerdo con los resultados, se tienen tres elementos, como son el agotamiento personal, agotamiento académico y agotamiento relacionado con el profesor; dos de estos elementos tienen un nivel moderado y otro un nivel bajo. En el caso de los niveles moderados, es en el agotamiento personal, con un valor de 3.04; que como lo dicen Kristensen et al. (2005), refiere a cómo las personas a partir de la sobreexigencia profesional o educativa se agota incluso para realizar las propias actividades personales, al no tener fuerza ni voluntad para ello, siendo relevante porque la situación laboral o educativa está indiciendo directamente con el ámbito totalmente personal – individual de los adolescentes y jóvenes.

El otro elemento que tuvo una calificación moderada, con un puntaje de 2.80, fue el agotamiento académico, que Kristensen et al. (2005), refiere a la fatiga física y psicológica que se percibe acerca del área académica, del trabajo a realizar en este ámbito, lo que lleva a que en ocasiones a los alumnos a que dejen de asistir a clases, no entreguen trabajos o, incluso se queden dormidos durante el horario lectivo.

El tercer elemento de esta evaluación es el agotamiento relacionado con el profesor, cuyo puntaje fue de 2.38, clasificándose como bajo, lo que indica que los alumnos en pocas ocasiones se sienten agotados, ya sea física o psicológicamente por las acciones del docente que se generan durante las clases (Kristensen et al., 2005); por lo tanto, los alumnos perciben como mayor carga la parte académica y personal, que sobre lo que el docente realiza.

El tercer instrumento que se aplicó refiere al mobbing estudiantil, el mobbing surgió desde la perspectiva laboral, puesto que es considerado el “acoso laboral que nace de los conflictos de relaciones interpersonales, de las conductas y comportamientos individuales y grupales dentro de la organización que afectan la integridad del individuo” (Córdova et al., 2022, p. 59), por lo tanto, el mobbing estudiantil refiere a cómo a partir de la interacción entre los estudiantes se puede generar acoso que pone en riesgo esta relación. Sin embargo, aunque invita a buscar alternativas de atención, los resultados indican niveles bajos de ello, en los tres elementos que lo componen.

Así, por ejemplo, en muy pocas ocasiones los alumnos han sentido acoso orientado a la persona; es decir, en muy pocos momentos que se sienten acosados por ser la persona que son, esto al tener una puntuación de 1.42; con esta misma puntuación se tiene el elemento de acoso orientado con el trabajo y el área meramente laboral o institucional, por el hecho de ser estudiantes universitarios. Finalmente, la puntuación bajo a 1.31 en el tercer elemento como es el acoso intimidatorio, en que se ven afectados psicológicamente.

Los resultados del instrumento que mide mobbing estudiantil abre una ventana a cuestionar los sucesos sociales, puesto que bajo ciertas circunstancias los alumnos se han visto acosados de diferentes maneras; pero en el caso de este estudio es bajo el índice en que los universitarios se han visto envueltos en este tipo de riesgos psicosociales, que implicaría cuestionar que se está haciendo bien, para que los alumnos tengan esta perspectiva.

En el cuarto instrumento aplicado, que midió tecnoestrés, también se tienen datos que indican una baja tendencia en su cuatro elementos. De manera general, la puntuación obtenida fue de 1.71; que muestra como los alumnos no viven estrés derivado de la introducción y uso de las nuevas tecnologías en la educación (Brod, 1984; Gañán, Correa et al., 2020; como se citó en Coppari et al., 2024), lo que contrapone una de las situaciones de riesgo que la pandemia por COVID 19, trajo en el ámbito educativo, puesto que implicó el uso de tecnologías de manera repentina y tanto para los docentes como para los alumnos implicó un cambio drástico en la forma que la educación se generaba.

Desglosando este instrumento, se conformó por cuatro elementos, el que menor puntaje tuvo fue falta de control, con un puntaje de 1.50, lo que indica que los alumnos no consideran que la tecnología los esté sobrepasando; ellos pueden mantener los límites de tiempos, lugares y demás para utilizar las tecnologías (Coppari et al., 2024); sin embargo, es importante darle sentido a la tecnoddependencia, entendida como la “excesiva implicación de la persona con los dispositivos tecnológicos, implicando daños a la salud” (Sánchez – Carbonell et al., 2008), y que casi siempre lleva a que la persona que la vive considera que no es de esa manera.

El segundo elemento, con un factor similar es la invasión de privacidad, con un puntaje de 1.55; por lo tanto, los alumnos no consideran que el uso de las tecnologías implique una posibilidad de invasión a sus objetos personales y el contenido que contengan en ellos (Coppari et al., 2024), lo que plantea otro riesgo que se podría atender, qué están compartiendo a través de estos medios y que no perciben que puede ser dañino, para sí mismos o alguien más.

El siguiente elemento es incertidumbre técnica, con un puntaje de 1.77; que refiere a que los alumnos no perciben dificultades para aprender y utilizar las tecnologías, la forma en que éstas se pueden descubrir y utilizar para incrementar sus aprendizajes y conocimientos (Coppari et al., 2024); algo similar sucede con el cuarto elemento que es la sobrecarga emocional que puede implicar el uso y dominio o no de las tecnologías, en la cual los alumnos no consideran que los sobrepase, y que incluso pueden vivirlo como una oportunidad de experimentar, explorar.

Finalmente, se evaluó el estrés, que de acuerdo con la OMS (2025), se ha convertido en uno de las enfermedades mentales que más incapacitan y se ha difundido a nivel mundial; “se presenta cuando el alumno se ve sometido, en contextos escolares, a una serie de demandas, que vive como estresoras” (Toribio-Ferrer y Franco-Bárceñas, 2016). Lo que implica que las diferentes actividades, trabajos, proyectos que se realizan, académicamente, dentro o fuera de la Institución, que pueden ser considerados por los alumnos como generadoras de estrés. En el caso de este instrumento, tuvo un puntuación de 2.50, que es baja y lo mismo ocurrió con los elementos que la conforman.

La falta de cohesión, fue el elemento con menor puntuación, 2.1, relacionada con la interacción que existe entre los integrantes del grupo educativo (Atalaya, 2001); al ser una baja puntuación, se puede visualizar que los informantes consideran que hay cohesión entre sus integrantes, lo que llevaría al trabajo conjunto para alcanzar una meta común. Esto se relaciona con el siguiente elemento que es el respaldo del grupo, con una puntuación de 2.21, que si bien puede parecer contradictorio, implica que se fomente el apoyo entre los integrantes de la comunidad educativa.

El tercer elemento es la influencia del líder, con un puntaje de 2.26, lo que es bajo e igual implicaría entender si es líder influye o no; empero, es necesario cuestionar el tipo de líder, porque actualmente se habla de un líder horizontal, que permite la apertura y aportación de todos y cada uno y de esta manera se construya un mejor trabajo, o es un líder autoritario que no influye en la motivación sino en el logro de metas para su satisfacción. A esto se le une el clima organización, entendido como la forma que se convive y relacionan los integrantes del grupo, que igualmente tiene un valor de 2.59, categorizado como bajo y deja entonces pendiente el cómo mejorar ese ambiente escolar que permita el alcance de las metas comunes.

Como todo un entramado de relación entre los elementos, se tiene la estructura y territorio organizacionales, en los que los puntajes también son bajos y dejan a cuestionar si la estructura no está brindando las herramientas necesaria para que el alumno se sienta en un espacio libre para su desarrollo, en que pueda expresarse y crear nuevos conocimientos, en beneficio propio y de su futuro laboral (Atalaya, 2001).

Finalmente, la tecnología, que también tuvo un puntaje bajo, de 2.93, implica el uso de ésta y cómo puede generar estrés; no obstante, al ser un puntaje bajo, indica que los alumnos no consideran que ésta sea una variable que les genera dificultades o que les provoque estrés.

CONCLUSIONES

El desinterés laboral, entendido como la pérdida de motivación, implicación y satisfacción por las tareas desempeñadas, puede ser una consecuencia directa del desinterés laboral. En el caso de estudiantes y personal universitario, el constante cambio en plataformas, la escasa capacitación digital, la exigencia de disponibilidad fuera del horario laboral y la falta de reconocimiento institucional contribuyen a una percepción negativa del entorno laboral.

Para identificar algunas enfermedades psicosociales que se presentan entre los estudiantes de educación superior, fue preciso realizar un diagnóstico, a través de la aplicación de diversas pruebas psicométricas. Siendo el objetivo diagnosticar las principales enfermedades psicosociales que influyen en el desinterés laboral de estudiantes en su camino profesional en una universidad pedagógica de Estado de México. Motivo por el cual, se aplicó sólo los instrumentos de evaluación de las cinco enfermedades psicosociales más comunes, como son Síndrome de Boreout Estudiantil, Síndrome de Bournout Estudiantil, Moobing Estudiantil, Tecnoestrés Estudiantil y Estrés Estudiantil.

La muestra fue de tipo dirigida, en que se seleccionaron los casos de acuerdo con el propósito y disposición de los informantes para la presente investigación, que se integró por 200 alumnos de las Licenciaturas en Pedagogía, Educación Indígena y Psicología Educativa, con edades comprendidas entre los 17 y 34 años.

Respecto al Boreout, los resultados que se obtuvieron indican que, de manera general, los informantes presentan un nivel moderado; esto quiere decir que han presentado en algunas ocasiones han presentado aburrimiento en el trabajo escolar, se muestran con desinterés o entienden que existe una infraexigencia respecto al trabajo a realizar.

De acuerdo con los resultados, se tienen tres elementos, como son el agotamiento personal, agotamiento académico y agotamiento relacionado con el profesor; dos de estos elementos tienen un nivel moderado y otro un nivel bajo. En muy pocas ocasiones los alumnos han sentido acoso orientado a la persona; es decir, en muy pocos momentos que se sienten acosados por ser la persona que son.

Los resultados del instrumento que mide mobbing estudiantil abre una ventana a cuestionar los sucesos sociales, puesto que bajo ciertas circunstancias los alumnos se han visto acosados de diferentes maneras; pero en el caso de este estudio es bajo el índice en que los universitarios se han visto envueltos en este tipo de riesgos psicosociales, que implicaría cuestionar que se está haciendo bien, para que los alumnos tengan esta perspectiva.

Se puede concluir que estas enfermedades psicosociales no impactan en la muestra que se trabajó, pero abre el panorama para una muestra mayor al igual que integrar otras enfermedades, como al ansiedad, depresión o ideación suicida que algunos autores consideran plausibles entre los adolescentes y jóvenes.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Atalaya P, M. (2001). El estrés laboral y su influencia en el trabajo. *Industrial DATA*. 4 (2). pp. 25 – 36.
- Coppari, N; Bagnoli, L; González, G; Marecos, C; y, Romero-Lévera, M. (2024). Uso de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada. *Psicología y Salud*. 34 (1), pp. 123 – 133.
- Díaz, D. y Anaya, A. (2023). Relación de los factores de riesgo psicosocial y salud en trabajadores de universidades: revisión sistemática. *Revista Iberoamericana De Educación Superior*, 13(38), 182–203. <https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2022.38.1518>
- Hirigoyen, M. (2001). *El acoso moral: El maltrato psicológico en la vida cotidiana y en el trabajo*. Paidós.
- Ramírez, P.; Rondán, F.; Arenas, J.; Grandón, E.; Alfaro, J. y Ramírez, M. (2021). Segmentation of Older Adults in the Acceptance of Social Networking Sites Using Machine Learning (Segmentación de Adultos Mayores en la Aceptación de Sitios de Redes Sociales Utilizando Aprendizaje Automático). *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.705715>
- Rodríguez, D.; Totolhua, B.; Domínguez, L.; Rojas, J.; De la Rosa, B. (2021). Tecnoestrés: Un análisis descriptivo en docentes universitarios durante la contingencia sanitaria por COVID-19. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 3(2), <https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/198/124>
- Salanova, M.; Llorens, S.; Cifre, E. y Nogareda, C. (2007). Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial. *Nota técnica de prevención*, 730(21), https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_nlinks&pid=S2007858202400020010300054&lng=en
- Sánchez-Carbonell, B; Castellana, Ch; y, Oberst, U. (2008). La adicción a internet y al móvil: ¿moda o trastorno? Adicciones, 20 (2).
- Toribio-Ferrer, C, y Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés Académico: El enemigo Silencioso del Estudiante. *Salud y Administración*. 3 (7). pp. 11-18.

15400

FACTORES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: CASO UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL VALLE DE TOLUCA, 2025

Dr. Edel Cruz García

Universidad Tecnológica del Valle de Toluca

ORCID: 0009-0008-0743-5791

edel.cruz@utvtol.edu.mx

Dr. Juan Pablo Coba Juárez Pegueros

Universidad Autónoma del Estado de México

0000-0001-7878-2346

jpcjuarezp@uaemex.mx

Mtra. Marcel Albarrán Albarrán

Universidad Autónoma del Estado de México

malbarrana@uaemex.mx

Resumen

El presente trabajo de investigación, realizado en colaboración con instituciones de educación superior en América Latina, tiene como propósito examinar la prevalencia e impacto de los factores psicosociales en estudiantes universitarios. En el contexto de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, el análisis se centra en los alumnos de la Licenciatura en Innovación de Negocios Mercadotecnia, debido a la creciente evidencia de niveles elevados de estrés, ansiedad y otras alteraciones emocionales en esta población estudiantil.

La relevancia del estudio radica en la necesidad de comprender y atender los factores psicosociales que inciden en el bienestar y el rendimiento académico, especialmente en escenarios caracterizados por incertidumbre económica, presión social y desafíos derivados del periodo postpandemia. El objetivo principal consiste en identificar las problemáticas psicosociales más frecuentes y proponer estrategias institucionales orientadas a la prevención y atención integral.

Para alcanzar este propósito, se empleó un enfoque metodológico mixto (cuantitativo y cualitativo), mediante la aplicación de encuestas estructuradas a estudiantes activos y entrevistas en profundidad con docentes y personal administrativo. Los resultados preliminares revelan altos niveles de ansiedad, síntomas depresivos y desmotivación académica, lo que subraya la urgencia de fortalecer los programas de apoyo psicoemocional y promover redes interinstitucionales que impulsen políticas de bienestar estudiantil en la región.

Palabras clave: Bienestar estudiantil, salud mental, estrés académico, educación superior.

Abstract

This research, conducted in collaboration with higher education institutions in Latin America, aims to examine the prevalence and impact of psychosocial factors on university students. Within the context of the Technological University of the Valley of Toluca, the analysis focuses on students enrolled in the Bachelor's Degree in Business Innovation and Marketing, due to the growing evidence of elevated levels of stress, anxiety, and other emotional disturbances in this student population.

The study's relevance lies in the need to understand and address the psychosocial factors that affect well-being and academic performance, especially in contexts characterized by economic uncertainty, social pressure, and challenges stemming from the post-pandemic period. The main objective is to identify the most frequent psychosocial problems and propose institutional strategies geared toward prevention and comprehensive support.

To achieve this objective, a mixed-methods approach (quantitative and qualitative) was employed, utilizing structured surveys administered to current students and in-depth interviews with faculty and administrative staff. Preliminary results reveal high levels of anxiety, depressive symptoms, and academic demotivation, underscoring the urgent need to strengthen psycho-emotional support programs and promote inter-institutional networks that advance student well-being policies in the region.

Keywords: Student well-being, mental health, academic stress, higher education.

Introducción

En los últimos años, las instituciones de educación superior en América Latina han experimentado un incremento significativo en problemáticas psicosociales que afectan a sus estudiantes. Estas dificultades se relacionan tanto con las exigencias académicas como con entornos organizacionales y tecnológicos que generan condiciones adversas para el bienestar psicológico. En este contexto, resulta fundamental comprender cómo fenómenos como *boreout*, *burnout*, *mobbing*, *tecnoestrés* y *estrés académico* inciden en la salud mental y el desempeño académico de los universitarios, con el propósito de sustentar la necesidad de intervenciones adaptadas a las características de esta población.

Diversos estudios han evidenciado que el agotamiento emocional, la sobrecarga tecnológica y las dinámicas de acoso académico son factores que deterioran la motivación y el rendimiento estudiantil (García-Ramos & López-Morales, 2023; Salazar Barragán & Pereira Moreno, 2025). Asimismo, la presión por cumplir con estándares académicos en entornos cada vez más digitalizados ha intensificado el riesgo de padecer trastornos relacionados con el estrés (Hernández-Arteaga & Sánchez Limón, 2024). Ante este panorama, se vuelve imprescindible diseñar estrategias

institucionales que promuevan el bienestar psicoemocional y reduzcan la incidencia de estas problemáticas en la educación superior latinoamericana.

Justificación de la Investigación

La educación universitaria en América Latina es reconocida por una elevada carga académica, limitación de recursos y la rápida transformación hacia entornos digitales, coloca a los estudiantes en condiciones que favorecen la aparición de diversas problemáticas psicosociales. Analizar estas situaciones resulta esencial para establecer fundamentos sólidos que permitan diseñar políticas institucionales orientadas al apoyo psicoemocional, fomentar la salud mental en espacios educativos y desarrollar estrategias que promuevan ambientes de aprendizaje resilientes y saludables.

La evidencia científica señala que la sobrecarga académica, combinada con factores tecnológicos y organizacionales, incrementa el riesgo de padecer estrés, ansiedad y agotamiento emocional en estudiantes universitarios (Jurado-Botina et al., 2021; Ayil Cahún y Cerda Uc, 2024). Por ello, esta investigación busca contribuir a la generación de propuestas que fortalezcan el bienestar estudiantil y reduzcan el impacto negativo de estas condiciones en el rendimiento académico.

Marco Referencial

1. Factores Psicosociales en la Educación Superior

Los factores psicosociales son condiciones del entorno académico, social y tecnológico que influyen en la salud mental y el rendimiento de los estudiantes universitarios. Estos factores pueden actuar como riesgos o protectores, dependiendo de la interacción entre las demandas académicas, los recursos disponibles y las características individuales (Gómez Álvarez & Ochoa Ávila, 2024). En América Latina, la sobrecarga académica, la presión social y la adaptación a entornos digitales han incrementado la prevalencia de problemas como ansiedad, depresión y agotamiento emocional (Monroy-Castillo & Juárez-García, 2019).

2. Boreout

El boreout se refiere al aburrimiento extremo y la falta de motivación en contextos académicos, que genera desinterés y disminución del rendimiento. Aunque menos estudiado que el burnout, se considera un riesgo emergente en entornos universitarios donde las tareas carecen de significado o desafío (Salazar Barragán & Pereira Moreno, 2025).

3. Burnout Académico

El burnout académico es una respuesta emocional negativa persistente ante las exigencias universitarias, caracterizada por agotamiento emocional, cinismo y baja eficacia académica (Talavera Salas et al., 2024). Estudios recientes reportan niveles moderados de burnout en estudiantes latinoamericanos, lo que afecta su motivación y desempeño (Posso-Yépez et al., 2025).

4. Mobbing Académico

El mobbing académico implica conductas de acoso psicológico sistemático en el ámbito universitario, que deterioran la autoestima y el bienestar del estudiante. Estas prácticas pueden provenir de pares o docentes y se asocian con altos niveles de estrés y abandono escolar (Cruz Pérez et al., 2024).

5. Tecnoestrés

El tecnoestrés surge por la sobreexposición a tecnologías digitales y la presión para adaptarse a entornos virtuales. Este fenómeno se intensificó tras la pandemia, afectando la concentración y aumentando la ansiedad en estudiantes universitarios (Ayil Cahún & Cerda Uc, 2024).

6. Estrés Académico

El estrés académico se define como la respuesta fisiológica y psicológica ante demandas académicas percibidas como excesivas. Se relaciona con problemas de concentración, ansiedad y disminución del rendimiento (Hernández-Arteaga & Sánchez Limón, 2024). Una revisión sistemática confirma que altos niveles de estrés reducen significativamente el desempeño académico (Milla Díaz, 2024).

Antecedentes en América Latina

Investigaciones en la región evidencian que la salud mental estudiantil se ha visto afectada por factores como la precariedad económica, la falta de apoyo institucional y la transición hacia entornos digitales postpandemia (Regalado Chamorro et al., 2023; Mendoza Villagrán et al., 2025). Estos hallazgos justifican la necesidad de políticas integrales para prevenir riesgos psicosociales y promover resiliencia en la educación superior.

Metodología

Enfoque y Diseño

La investigación se desarrolló bajo un enfoque mixto (cuantitativo y cualitativo), con diseño descriptivo y correlacional, orientado a identificar la prevalencia de factores psicosociales y su relación con el bienestar académico en estudiantes universitarios.

Población y Muestra

La población estuvo conformada por 256 estudiantes inscritos en la Licenciatura en Innovación de Negocios y Mercadotecnia de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca. Se seleccionó una muestra no probabilística por conveniencia de 154 estudiantes activos, lo que representa aproximadamente el 60% de la población total, garantizando diversidad en género, edad y cuatrimestre.

Instrumento

Se utilizó un cuestionario estructurado diseñado en Google Forms (https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfONzJQu37Ph8Rs56T4s6S-nRLt8GnBVj4e-5P_laW0UzHLFg/viewform), dividido en dos secciones:

Datos sociodemográficos: edad, género, carrera, cuatrimestre.

Escalas de evaluación psicosocial: ítems relacionados con síntomas de ansiedad, estrés, depresión, fatiga mental, aislamiento social, boreout, burnout, mobbing y tecnoestrés.

Las preguntas fueron formuladas en formato cerrado, utilizando escalas tipo Likert de 5 puntos (1 = Nunca, 5 = Siempre) para medir la frecuencia o intensidad de los síntomas psicosociales.

Validación del Instrumento

Para garantizar la validez de contenido, el cuestionario fue revisado por expertos en psicología educativa y salud mental, quienes evaluaron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems. Se realizaron ajustes conforme a sus recomendaciones, asegurando la adecuación del instrumento al contexto universitario latinoamericano (Gómez Álvarez & Ochoa Ávila, 2024).

Procedimiento

La recolección de datos se llevó a cabo de manera virtual, mediante el envío del enlace del formulario a los estudiantes participantes. Se aseguró la confidencialidad y el consentimiento informado, siguiendo principios éticos de investigación educativa.

Resultados y discusión

El objetivo del estudio fue identificar la prevalencia de factores psicosociales en estudiantes de la Licenciatura en Innovación de Negocios y Mercadotecnia de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, durante el año 2025. El análisis se realizó sobre una muestra de 154 estudiantes, equivalente al 60% de la población total (256). A continuación, se presentan los hallazgos más relevantes:

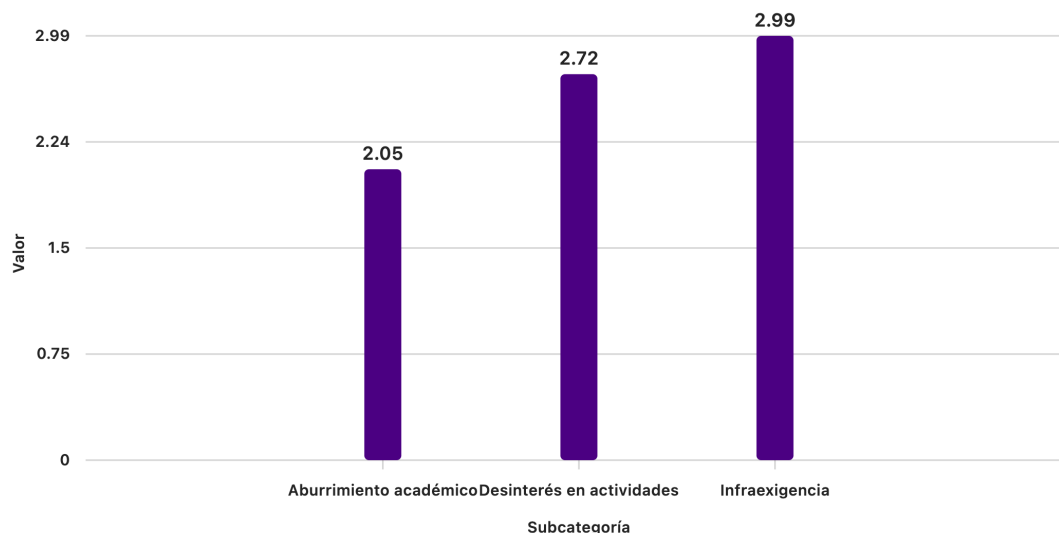
1. Boreout (Síndrome de aburrimiento y desmotivación)

Aburrimiento académico: 2.05 (nivel bajo)

Desinterés en actividades: 2.72 (nivel moderado)

Infraexigencia: 2.99 (nivel moderado)

Estos resultados evidencian una presencia moderada de burnout, lo que indica que una proporción significativa del alumnado percibe falta de retos académicos y desmotivación. Esta situación puede derivar en pérdida de sentido en las tareas y disminución del compromiso académico.



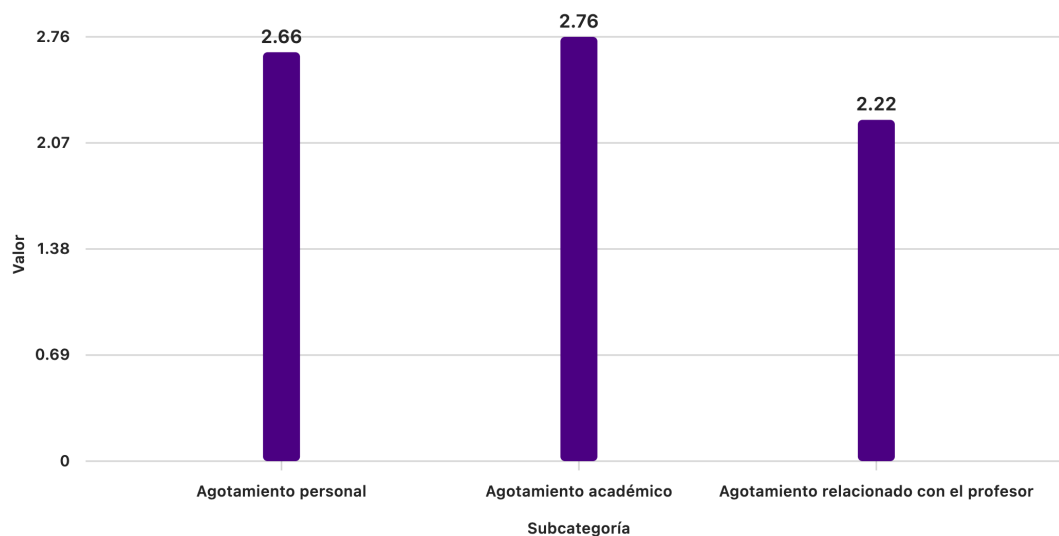
2. Burnout (Síndrome de agotamiento)

Agotamiento personal: 2.66 (nivel moderado)

Agotamiento académico: 2.76 (nivel moderado)

Agotamiento relacionado con el profesor: 2.22 (nivel bajo)

El burnout se manifiesta principalmente en el ámbito personal y académico, reflejando cargas emocionales y cognitivas que comienzan a impactar el bienestar estudiantil. La relación con el profesorado no constituye un factor crítico de estrés.



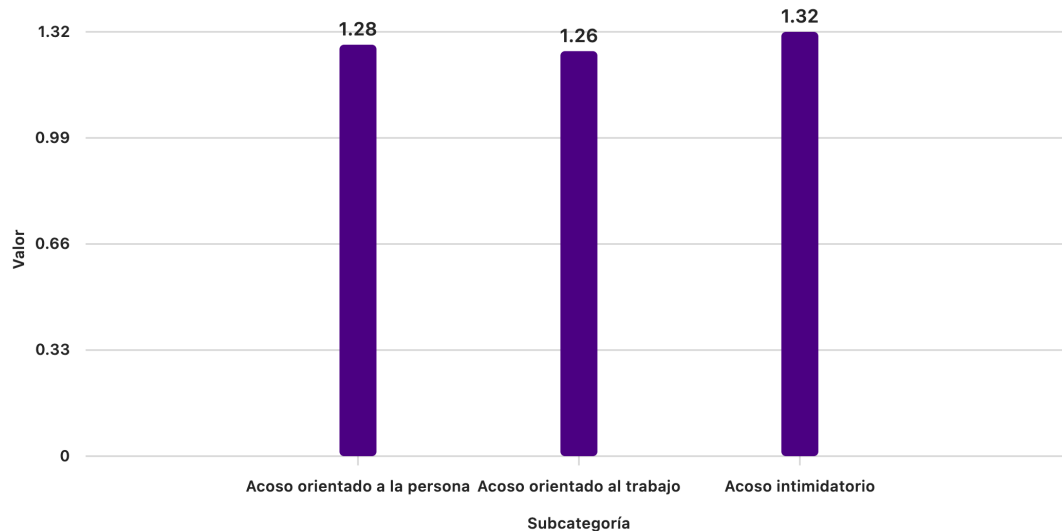
3. Mobbing (Acoso psicológico)

Acoso orientado a la persona: 1.28 (nivel bajo)

Acoso orientado al trabajo: 1.26 (nivel bajo)

Acoso intimidatorio: 1.32 (nivel bajo)

Los niveles bajos de mobbing sugieren un entorno universitario relativamente saludable en términos de convivencia y respeto interpersonal.



4. Tecnoestrés

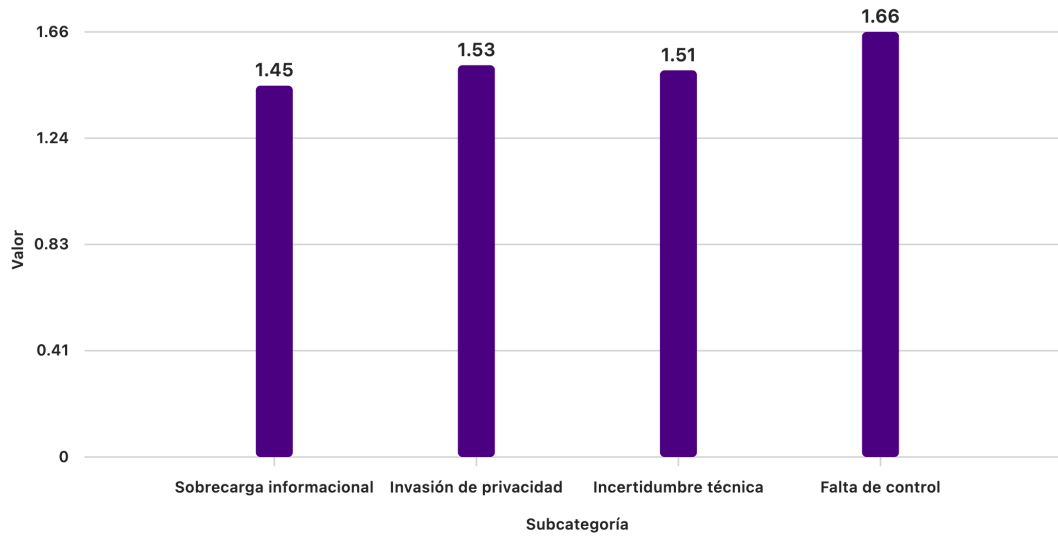
Sobrecarga informacional: 1.45 (nivel bajo)

Invasión de privacidad: 1.53 (nivel bajo)

Incertidumbre técnica: 1.51 (nivel bajo)

Falta de control: 1.66 (nivel bajo)

A pesar de la creciente digitalización, el tecnoestrés presenta valores bajos, lo que indica una adecuada adaptación a las herramientas tecnológicas.



5. Estrés Estudiantil

Clima organizacional: 2.18 (nivel bajo)

Estructuras organizacionales: 2.35 (nivel bajo)

Territorio organizacional: 2.27 (nivel bajo)

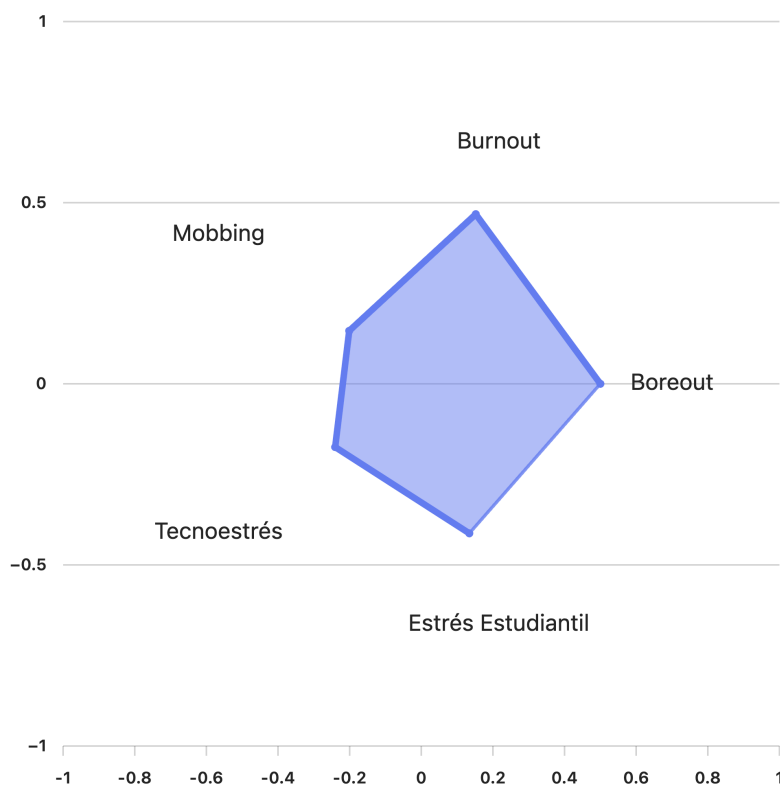
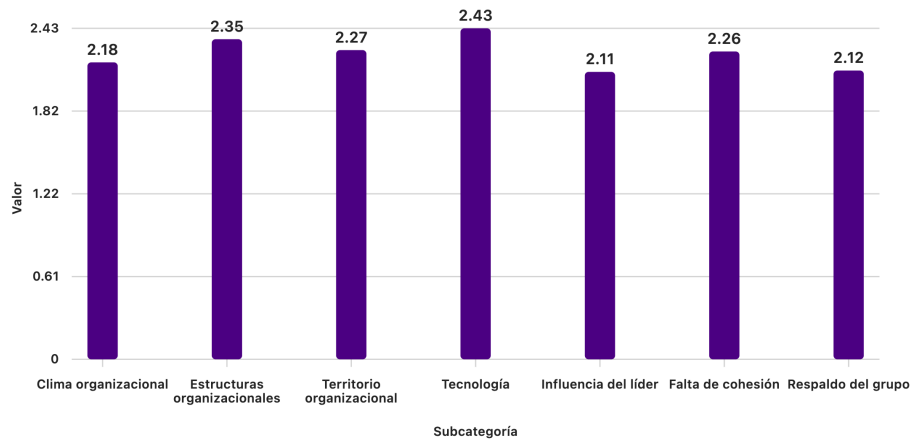
Tecnología: 2.43 (nivel bajo)

Influencia del líder: 2.11 (nivel bajo)

Falta de cohesión: 2.26 (nivel bajo)

Respaldo del grupo: 2.12 (nivel bajo)

El estrés estudiantil se mantiene en niveles bajos, lo que refleja una percepción positiva del entorno institucional. Sin embargo, la falta de cohesión y respaldo grupal podrían convertirse en áreas de riesgo si no se atienden oportunamente.



El radar evidencia que Boreout y Burnout son los principales riesgos, ambos en niveles moderados.

Estrés Estudiantil está en la zona baja, pero debe vigilarse.

Mobbing y Tecnoestrés no representan problemas significativos.

Propuestas y Sugerencias:

Con base en los hallazgos obtenidos, se plantean las siguientes estrategias para reducir los niveles moderados de boreout y burnout, así como para prevenir un incremento en otras dimensiones psicosociales:

1. Implementación de actividades académicas más desafiantes y participativas

- Diseñar proyectos integradores que combinen teoría y práctica de manera significativa.
- Incorporar enfoques pedagógicos activos como aprendizaje basado en problemas (ABP) y trabajo colaborativo.

2. Fortalecimiento del acompañamiento emocional y la tutoría académica

- Ampliar los espacios destinados a la escucha y orientación psicológica.
- Brindar capacitación al personal docente para identificar señales tempranas de desmotivación o agotamiento.

3. Impulso a la participación en actividades extracurriculares

- Promover la creación de clubes, ferias, talleres y conferencias que refuercen el sentido de pertenencia institucional.
- Incentivar la participación en proyectos sociales, culturales o de emprendimiento.

4. Monitoreo constante del clima organizacional

- Aplicar encuestas periódicas para evaluar el bienestar psicosocial del estudiantado.
- Establecer canales de retroalimentación directa entre estudiantes y personal académico-administrativo.

Discusión final

Los resultados muestran un panorama generalmente positivo en relación con los factores psicosociales analizados, especialmente en lo referente a mobbing, tecnoestrés y estrés estudiantil, cuyos niveles se mantuvieron bajos. Sin embargo, la presencia moderada de boreout y burnout constituye una advertencia que no debe pasarse por alto.

Es importante reconocer que estas manifestaciones, aunque no críticas, pueden intensificarse si no se implementan acciones institucionales oportunas. La falta de motivación y el cansancio emocional, aunque incipientes, pueden repercutir en el rendimiento académico, la permanencia estudiantil y la calidad del aprendizaje.

Para dar continuidad a esta línea de estudio, se recomienda:

- Ampliar la muestra incluyendo otras carreras y niveles educativos dentro de la institución, con el fin de obtener una visión más completa.
- Realizar investigaciones longitudinales que permitan observar la evolución de los factores psicosociales a lo largo del tiempo.

- Comparar los resultados con instituciones tecnológicas similares en Latinoamérica, para determinar si los hallazgos reflejan una tendencia regional.
- Profundizar en el análisis cualitativo mediante entrevistas y grupos focales que revelen percepciones y experiencias individuales sobre el bienestar psicológico.

Conclusión

El presente estudio tuvo como propósito examinar la presencia de factores psicosociales en estudiantes de la Licenciatura en Innovación de Negocios y Mercadotecnia de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, con el objetivo de aportar insumos para el diagnóstico y la prevención de condiciones que puedan afectar su bienestar emocional, académico y social. Los resultados evidencian una incidencia moderada en los síndromes de *boreout* relacionado con aburrimiento, falta de interés y *burnout* agotamiento personal y académico, lo que refleja cierto grado de desmotivación y fatiga emocional en el alumnado. En contraste, los niveles de *mobbing*, *tecnoestrés* y *estrés* estudiantil fueron bajos, indicando un entorno educativo sin condiciones críticas de acoso, sobrecarga tecnológica ni tensiones organizacionales significativas. Las dimensiones más influyentes corresponden al *boreout* y al agotamiento académico y personal, lo que sugiere falta de estímulo, monotonía en las actividades y una carga emocional que puede disminuir el compromiso con el aprendizaje; aunque estas condiciones se mantienen en niveles moderados, podrían derivar en problemáticas más graves si no se aplican medidas preventivas oportunas. Además, se identificó que la escasa atención institucional a la salud mental, la persistencia de estigmas y la limitada formación docente en competencias socioemocionales contribuyen a agravar estas situaciones, lo que subraya la necesidad de implementar políticas educativas integrales que promuevan el bienestar psicológico como parte esencial del desarrollo académico. Finalmente, esta problemática no es exclusiva de la institución analizada, sino que se extiende a diversas universidades latinoamericanas, donde los factores psicosociales aún no reciben la atención prioritaria que requieren; por ello, se recomienda impulsar programas de prevención, detección temprana y atención psicológica accesible, con un enfoque humanista, inclusivo y adaptado al contexto cultural.

Referencias

- Ayil Cahún, E. J., & Cerda Uc, R. I. (2024). La ansiedad y el estrés en estudiantes universitarios después de la pandemia. *Revista Científica de Psicología*, 14(27), 33-55. <https://doi.org/10.56342/recip.vol14.n27.2024.33>
- Cruz Pérez, O., Ovalle Sosa, M. J., Aldrete Rodríguez, M. G., & Pando Moreno, M. (2024). *Mobbing, estrés, burnout y riesgos psicosociales en académicos*. Repositorio Unicach. https://repositorio.unicach.mx/bitstream/handle/20.500.12753/1672/956_142-175.pdf

- García-Ramos, A., & López-Morales, J. (2023). Boreout y burnout en estudiantes universitarios: Un análisis comparativo. *Revista Latinoamericana de Psicología Educativa*, 21(2), 45–60. <https://doi.org/10.1234/rlope.v21i2.2023>
- Gómez Álvarez, P. D., & Ochoa Ávila, E. (2024). Diversidad de factores psicosociales que inciden en el aprendizaje y el rendimiento de los estudiantes universitarios. *Comunicación Científica*, 6(274), 1-15. <https://doi.org/10.52501/cc.274.06>
- Gómez Álvarez, P. D., & Ochoa Ávila, E. (2024). Diversidad de factores psicosociales que inciden en el aprendizaje y el rendimiento de los estudiantes universitarios. *Comunicación Científica*, 6(274), 1-15. <https://doi.org/10.52501/cc.274.06>
- Hernández-Arteaga, L. G., & Sánchez Limón, M. L. (2024). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), 77–92. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2200>
- Hernández-Arteaga, L. G., & Sánchez Limón, M. L. (2024). Estrés y rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(29), 77–92. <https://doi.org/10.23913/ride.v15i29.2200>
- Jurado-Botina, L., Carlosama-Rodríguez, D., Montero-Bolaños, C., & Tabares-Díaz, Y. (2021). Estrés académico en estudiantes universitarios de Iberoamérica: una revisión sistemática. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 21(2), 45–62. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9724851.pdf>
- Milla Díaz, K. L. (2024). Influencia del estrés en el rendimiento académico de los estudiantes universitarios iberoamericanos: una revisión sistemática. *Revista Tribunal*, 4(9), 87-104. <https://doi.org/10.59659/revistatribunal.v4i9.87>
- Monroy-Castillo, A., & Juárez-García, A. (2019). Factores de riesgo psicosocial laboral en académicos de instituciones de educación superior en Latinoamérica: Una revisión sistemática. *Propósitos y Representaciones*, 7(3), 1-20. <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2019.v7n3.361>
- Posso-Yépez, M., León-Ron, V., Guzmán-Torres, C., & Bastidas, C. (2025). Agotamiento (burnout) en estudiantes universitarios: análisis desde la resiliencia, sexo, edad y el nivel de estudios. *Formación Universitaria*, 18(2), 59-70. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062025000200059>
- Regalado Chamorro, M., Ayquipa, H. B., Pineda Florián, F., & Medina Gamero, A. (2023). La salud mental en los jóvenes universitarios: un desafío para las instituciones. *Atención Primaria Práctica*, 5(4), 100182. <https://doi.org/10.1016/j.appr.2023.100182>

- Salazar Barragán, E. A., & Pereira Moreno, L. J. (2025). Factores de riesgo en la salud mental y rendimiento académico de los estudiantes universitarios en Latinoamérica: Una revisión sistemática. Repositorio Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/entities/publication/25bbf192-8d7a-4d93-88bc-bce8a50042cc/full>
- Talavera Salas, I. X., Jaen Puma Coila, J., Ponce Peñaloza, A. P., & Condori Mamani, O. (2024). Burnout académico en estudiantes universitarios. PURISUM, 1(1), 1-15. <https://doi.org/10.62785/prics.v1.i1.5>

15404

ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES LATINOAMERICANOS. CASO “UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DEL VALLE DE TOLUCA” LERMA, ESTADO DE MÉXICO. 2025

Dra. María del Pilar Azamar Vilchis

Universidad Tecnológica del Valle de Toluca

ORCID: 0009-0002-8222-830X

pilar.azamar@utvtol.edu.mx

Dra. María de la Luz del Carmen García Zúñiga

Universidad Tecnológica del Valle de Toluca

ORCID: 0009-0003-6611-2793

luz.garcia@utvtol.edu.mx

Dr. Jorge Cuevas Sanabria

Universidad Tecnológica del Valle de Toluca

ORCID: 0009-0008-0086-2774

jorge.cuevas@utvtol.edu.mx

Resumen

El presente proyecto de investigación colaborativa, desarrollado junto con diversas universidades latinoamericanas, tiene como objetivo analizar la prevalencia y el impacto de las enfermedades psicosociales en estudiantes de nivel superior en América Latina. En el caso de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, el estudio se enfoca en los programas de Técnico Superior Universitario (TSU) en Desarrollo de Negocios, área Ventas y Mercadotecnia, dado que se ha identificado un aumento en los niveles de estrés, ansiedad y otras problemáticas emocionales entre el alumnado.

La justificación del estudio radica en la necesidad de visualizar y atender los factores psicosociales que afectan el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes, especialmente en contextos marcados por inestabilidad económica, presión social y retos postpandemia. El objetivo principal es identificar las principales enfermedades psicosociales presentes en esta población estudiantil y proponer estrategias institucionales de prevención y atención.

La metodología empleada fue cuantitativa y cualitativa, mediante la aplicación de encuestas estructuradas a estudiantes activos, así como entrevistas a profundidad con docentes y personal administrativo.

Entre los resultados preliminares, se destacan altos niveles de ansiedad, síntomas de depresión y sentimientos de desmotivación académica. Estos hallazgos subrayan la importancia de fortalecer los programas de apoyo psicoemocional dentro de la carrera, así como generar redes de colaboración interinstitucional para el desarrollo de políticas de bienestar estudiantil en toda la región.

Palabras clave: Salud mental, Factores psicosociales y Educación Superior Latinoamericana.

Abstract

This collaborative research project, developed in collaboration with several Latin American universities, aims to analyze the prevalence and impact of psychosocial illnesses among higher education students in Latin America. In the case of the Technological University of Toluca Valley, the study focuses on the Higher Technical University (TSU) programs in Business Development and Sales and Marketing, given that an increase in stress, anxiety, and other emotional issues among students has been identified.

The justification for the study lies in the need to visualize and address the psychosocial factors that affect students' well-being and academic performance, especially in contexts marked by economic instability, social pressure, and post-pandemic challenges. The main objective is to identify the main psychosocial illnesses present in this student population and propose institutional prevention and care strategies.

The methodology used was quantitative and qualitative, through the application of structured surveys to active students, as well as in-depth interviews with faculty and administrative staff.

Preliminary results highlight high levels of anxiety, symptoms of depression, and feelings of academic demotivation. These findings underscore the importance of strengthening psychoemotional support programs within the program, as well as developing inter-institutional collaboration networks for the development of student well-being policies throughout the region.

Keywords: Mental Health, Psychosocial Factors and Latin American Higher Education.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años, las instituciones educativas latinoamericanas han enfrentado un incremento preocupante en problemas psicosociales entre sus estudiantes, derivados tanto de las exigencias académicas como de entornos organizacionales y tecnológicos adversos. Esta investigación busca comprender cómo enfermedades como Boreour, Burnout, Moobbing, Tecnoestrés y estrés académico afectan el bienestar psicológico de los estudiantes en la región, con el fin de respaldar la necesidad de intervenciones adaptadas a este contexto.

Justificación de la Investigación.

La dinámica universitaria latinoamericana, caracterizada por sobrecarga académica, recursos limitados y entornos digitales en constante transformación, expone a los estudiantes a condiciones propicias para el desarrollo de diversas patologías psicosociales. Investigar estas problemáticas permite establecer bases sólidas para políticas de apoyo psicosocial, promover la salud mental en

espacios educativos y orientar estrategias institucionales para generar ambientes de aprendizaje más saludables y resilientes.

Marco referencial por enfermedad.

1. Boreout.

El síndrome de Boreout surge por la ausencia de tareas significativas, generando aburrimiento, falta de reto e interés (componentes: Job Boredom, crisis de significado y crecimiento) en contextos donde las demandas académicas no resultan motivadoras ni estimulantes. Aunque la evidencia en estudiantes es escasa, su conceptualización es relevante para entender cómo la inacción o monotonía académica puede generar efectos negativos comparables a la sobrecarga.

2. Burnout.

El Burnout o síndrome del desgaste profesional académico se ha documentado en estudiantes universitarios y profesionales de la salud en América Latina:

- Prevalencia en profesionales residentes: del 4.2% (México) al 40% (Perú), con 35.5% en docentes mexicanos y 47.2 en Chile
- Entre estudiantes universitarios, las tasas oscilan entre el 8% y 56.9% según el grupo estudiado.
- El Burnout en estudiantes de áreas sociales es una problemática relevante y creciente en la región, especialmente en contextos virtuales y de alta exigencia académica. Las cifras elevadas en agotamiento, despersonalización y disminución de la realización personal, junto con la asociación al riesgo de abandono, demandan políticas institucionales enfocadas en la detección temprana, apoyo psicosocial y estrategias de resiliencia académica.

3. Moobbing.

Si bien la literatura específica sobre Moobbing (acoso entre pares o hacia la autoridad en entornos académicos latinoamericanos) es limitada, se reconoce su vínculo con el estrés, Burnout y otros riesgos psicosociales dentro de las organizaciones. Su inclusión en este marco es esencial, pues evidencia cómo factores interpersonales negativos potencializan otras formas de malestar psicológico.

4. Tecnoestrés

El Tecnoestrés se define como el estrés generado por el uso excesivo o inapropiado de las tecnologías de la información y comunicación (TIC), e incluye subtipos como ansiedad tecnológica, fatiga por tecnología y adicción tecnológica

- Un estudio en estudiantes universitarios peruanos encontró que el 49.4% experimenta niveles moderados de tecnoestrés, con impacto negativo en su productividad mental y académica, 7.2% con fatiga tecnológica y 6.8 con ambas condiciones.

5. Estrés académico

Definido como respuesta fisiológica ante exigencias académicas percibidas como amenazantes, el estrés académico puede provocar alteraciones físicas (como dermatitis) emocionales (ansiedad,

depresión) y afectar el rendimiento y el sueño. Es una manifestación central en contextos educativos con alta presión por resultados y escasas estrategias de afrontamiento.

METODOLOGÍA

Deberá incluir al menos la descripción del diseño de la investigación, la población, muestra, técnicas de levantamiento de datos, instrumentos y validación (La información sobre la validez de los instrumentos).

Diseño de la Investigación.

La presente investigación adopta un enfoque cuantitativo, de tipo descriptivo y transversal, con el objetivo de identificar y analizar la presencia de enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios. Para el levantamiento de datos, se aplicó una encuesta estructurada a través de la plataforma Google Forms, lo cual permitió recopilar información de forma eficiente, rápida y segura. La encuesta estuvo dirigida a estudiantes inscritos en la Universidad Tecnológica del valle de Toluca, ubicada en Lerma, Estado de México, pertenecientes a las carreras de TSU en Desarrollo de Negocios, área Mercadotecnia y área Ventas.

El diseño transversal se justifica dado que los datos se recolectaron en un solo momento del tiempo, permitiendo un análisis puntual de las condiciones psicosociales actuales de los estudiantes.

Población.

La población total objeto de estudio está conformado por 506 estudiantes de la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, distribuidos de la siguiente manera:

- 293 estudiantes pertenecen al área de Mercadotecnia
- 213 estudiantes pertenecen al área de Ventas

Muestra.

Para determinar el tamaño de la muestra, se utilizó la siguiente fórmula para poblaciones finitas:

$$n = \frac{N * Z^2 * p * q}{(N - 1) * e^2 + Z^2 * p * q}$$

Donde:

- n = tamaño de la muestra
- N = población total (506 estudiantes)
- Z = nivel de confianza (1.96 para 95%)
- p = probabilidad de éxito (0.5)
- q = probabilidad de fracaso (0.5)

- e = margen de error permitido (0.05)

$$n = \frac{506 * (1.96)^2 * 0.5 * 0.5}{(506 - 1) * (0.05)^2 + (1.96)^2 * 0.5 * 0.5}$$

$$n = \frac{506 * 3.8416 * 0.25}{505 * 0.0025 + 3.8416 * 0.25}$$

$$n = \frac{506 * 0.9604}{1.2625 + .09604}$$

$$n = \frac{486.363}{2.2229} = 219$$

Por lo tanto, el tamaño de la muestra quedó definido en 219 estudiantes.

La muestra fue distribuida proporcionalmente entre las dos áreas:

- Mercadotecnia $293/506 * 219 = 127$ estudiantes
- Ventas $213/506 * 219 = 92$ estudiantes

Técnicas de levantamiento de datos.

La técnica empleada para la recolección de datos fue la encuesta autoadministrada en formato digital. Esta técnica fue elegida por su accesibilidad, bajo costo y facilidad de aplicación entre los estudiantes, quienes recibieron el enlace de Google Forms a través de medios institucionales y plataformas de comunicación interna.

Instrumento.

El instrumento utilizado fue un cuestionario estructurado, dividido en dos secciones principales:

1. Datos sociodemográficos: edad, género, carrera, cuatrimestre, etc.
2. Escalas de evaluación psicosocial: ítems relacionados con síntomas de ansiedad, estrés, depresión, fatiga mental, aislamiento social, entre otros.

Las preguntas fueron formuladas en formato cerrado, utilizando escalas tipo Likert de 5 puntos para evaluar la frecuencia o intensidad de los síntomas psicosociales.

Validación del instrumento.

Para garantizar la validez del instrumento, se realizó un proceso de validación de contenido, en el cual participaron expertos en psicología educativa y salud mental, quienes revisaron la pertinencia, claridad y coherencia de los ítems incluidos en el cuestionario.

RESULTADOS Y DISCUSION

Resultados

El presente estudio tuvo como objetivo identificar la prevalencia de enfermedades psicosociales en estudiantes de la carrera de Técnico Superior Universitario (TSU) en Desarrollo de Negocios, área Ventas y Mercadotecnia, en la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, ubicada en Lerma, Estado de México, durante el año 2025. A continuación, se detallan los principales hallazgos obtenidos del análisis de los datos:

1. Boreout (Síndrome de aburrimiento y desmotivación)

- Aburrimiento en el trabajo: 3.05 (nivel moderado)
- Desinterés en el trabajo: 2.94 (nivel moderado)
- Infraexigencia en el trabajo: 3.00 (nivel moderado)

Los resultados sugieren una presencia moderada de boreout, lo que indica que una parte significativa del estudiantado se siente poco retado académicamente o desmotivado por las actividades que realiza. Esta situación puede generar desinterés generalizado y pérdida de sentido en sus tareas cotidianas.

2. Burnout (Síndrome de agotamiento)

- Agotamiento personal: 2.96 (nivel moderado)
- Agotamiento académico: 2.66 (nivel moderado)
- Agotamiento relacionado con el profesor: 2.31 (nivel bajo)

El agotamiento se manifiesta de forma moderada en términos personales y académicos, lo que evidencia cargas emocionales y académicas que comienzan a afectar el bienestar del estudiantado. La relación con el profesorado, sin embargo, no representa un factor estresante importante.

3. Mobbing (acoso psicológico)

- Acoso orientado a la persona 1.38 (nivel bajo)
- Acoso orientado al trabajo: 1.38 (nivel bajo)
- Acoso intimidatorio: 1.27 (nivel bajo)

El acoso psicológico, tanto a nivel personal como laboral o intimidatorio, presenta niveles bajos, lo cual refleja un ambiente universitario relativamente sano en términos de convivencia y respeto interpersonal.

4. Tecnoestrés

- Sobrecarga informacional: 2.05 (nivel bajo)
- Invasión de privacidad: 1.57 (nivel bajo)
- Incertidumbre técnica: 1.81 (nivel bajo)
- Falta de control: 15.56 (nivel bajo)

A pesar de la creciente integración tecnológica en los procesos académicos, el nivel de tecnoestrés en los estudiantes es bajo, lo que indica una adaptación adecuada al uso de las herramientas digitales.

5. Estrés estudiantil

- Clima organizacional: 2.38 (nivel bajo)
- Estructuras organizacionales: 2.47 (nivel bajo)
- Territorio organizacional: 2.48 (nivel bajo)
- Tecnología: 2.55 (nivel bajo)
- Influencia del líder: 2.22 (nivel bajo)
- Falta de cohesión: 2.24 (nivel bajo)
- Respaldo del grupo: 2.32 (nivel bajo)

Las dimensiones del estrés estudiantil muestran valores bajos, lo que sugiere una percepción favorable del entorno organizacional por parte de los estudiantes. No obstante, estos valores podrían elevarse si no se abordan las áreas donde hay un inicio de desconexión emocional o falta de motivación.

Propuestas y Sugerencias

A partir de los resultados obtenidos, se proponen las siguientes acciones para mitigar los niveles moderados de burnout y bunout, así como para prevenir un posible aumento en otras dimensiones psicosociales.

1. Diseño de actividades académicas más retadoras y dinámicas
 - Fomentar más proyectos integradores que vinculen teoría y práctica.
 - Incorporar metodologías activas como aprendizaje basado en problemas (ABP) o aprendizaje colaborativo.
2. Programas de apoyo emocional y tutoría académica

- Ampliar espacios de escucha y orientación psicológica
- Capacitar a docentes para la detección temprana de signos de desmotivación o agotamiento.
- 3. Fomento de la participación estudiantil en actividades extracurriculares
 - Promover clubes, ferias, talleres o conferencias que fortalezcan el sentido de pertenencia.
 - Impulsar la participación en proyectos sociales o de emprendimiento.
- 4. Evaluación continua del clima organizacional
 - Implementar encuestas semestrales para monitorear el bienestar psicosocial del alumnado.
 - Establecer mecanismos de retroalimentación directa entre estudiantes y cuerpo académico/administrativo.

Discusión Final y Continuidad de la Investigación

Los resultados reflejan un panorama en general favorable respecto a los factores psicosociales evaluados, especialmente en cuanto mobbing, tecnoestrés y estrés estudiantil, cuyos niveles fueron bajos. No obstante, la presencia moderada de boreout y burnout constituye una señal de alerta temprana que no debe ser ignorada.

Es fundamental entender que estas manifestaciones, aunque moderadas, pueden escalar si no se atienden mediante intervenciones institucionales focalizadas. La desmotivación y el agotamiento, aunque sutiles, pueden afectar el rendimiento académico, la permanencia estudiantil y la calidad del aprendizaje.

Para dar continuidad a esta línea de investigación, se sugiere:

- Ampliar el universo de estudio incluyendo otras carreras y niveles académicos dentro de la institución, lo que permitirá tener una visión más integral.
- Realizar estudios longitudinales, a fin de identificar la evolución de los factores psicosociales a lo largo de los ciclos escolares.
- Comparar con otras universidades tecnológicas o de perfil similar en Latinoamérica, lo que permitiría conocer si estos hallazgos son representativos de una realidad regional.
- Profundizar en el análisis cualitativo mediante entrevistas o grupos focales que permitan captar percepciones y narrativas individuales en torno al bienestar psicológico.

CONCLUSIONES

La presente investigación tuvo como finalidad identificar la presencia de enfermedades psicosociales en estudiantes de la carrera de Técnico Superior Universitario en desarrollo de Negocios, área Ventas y Mercadotecnia, en la Universidad Tecnológica del Valle de Toluca, con el propósito de contribuir al diagnóstico y prevención de factores que afecten su bienestar psicológico, académico y social.

En relación con las preguntas de investigación planteadas, los resultados permiten ofrecer las siguientes respuestas y conclusiones:

1. ¿Qué nivel de prevalencia presentan las enfermedades psicosociales como el boreout, burnout, mobbing, tecnoestrés y estrés estudiantil en los estudiantes universitarios del caso analizado?
 - Se encontró una prevalencia moderada en los síndromes de boreout (aburrimiento, desinterés e infraexigencia) y burnout (agotamiento personal y académico), lo cual sugiere que los estudiantes enfrentan ciertos niveles de desmotivación y cansancio emocional.
 - En contraste, el mobbing, el tecnoestrés y el estrés estudiantil mostraron niveles bajos, indicando un entorno educativo que, en general, no presenta condiciones severas de acoso, sobrecarga tecnológica ni estrés organizacional.
2. ¿Qué dimensiones psicosociales afectan más significativamente a los estudiantes en su experiencia académica?
 - Las dimensiones con mayor impacto fueron aquellas asociadas al boreout y al agotamiento académico y personal, lo que refleja una posible falta de estimulación, monotonía en las actividades académicas y una carga emocional persistente que puede disminuir el compromiso con el aprendizaje.
 - Estas condiciones, aunque aún en niveles moderados, podrían ser el preludio de problemas más severos si no se atienden a tiempo con estrategias institucionales.

Se constató que muchos de los padecimientos se ven agravados por la escasa atención institucional a la salud mental, la estigmatización de los problemas psicológicos y la limitada formación de los docentes en competencias socioemocionales. Esta realidad pone de manifiesto la urgente necesidad de generar políticas educativas integrales que promuevan el bienestar emocional y psicológico del estudiante como parte fundamental de su desarrollo académico y personal.

Finalmente, este caso de estudio refleja una problemática generalizada en diversas instituciones educativas de América Latina, donde las enfermedades psicosociales aún no reciben la atención prioritaria que merecen. Por lo tanto, se recomienda que tanto autoridades universitarias como organismos gubernamentales impulsen programas de prevención, detección temprana y atención psicológica accesible, con enfoque humanista, inclusivo y culturalmente contextualizado.

REFERENCIAS

- Álvarez-Pérez, P., & López-Aguilar, D. (2021). Síndrome de Burnout académico e intención de abandono universitario durante el confinamiento por COVID-19. *Revista San Gregorio*, (46), 132-144.
<https://www.redalyc.org/journal/140/14068995002/html/>

Cienfuegos-Alvarado, M., & Rodríguez-Cárdenas, A. M. (2024). Burnout por COVID-19 durante las clases en línea en estudiantes universitarios. *RIDE Revista Iberoamericana para la Investigación y el Desarrollo Educativo*, 15(28), 1–20.

https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S2007-74672024000100607&lng=pt&nrm=iso&tlng=es

Caballero D., Carmen Cecilia; Bresó, Édgar; González Gutiérrez, Orlando Burnout en estudiantes universitarios *Psicología desde el Caribe*, vol. 32, núm. 3, septiembre-diciembre, 2015, pp. 424-441 Universidad del Norte Barranquilla, Colombia. [Redalyc.Burnout en estudiantes universitarios](#)

Quiroz-González Eiliana, Valentina Ortiz-Giraldo, Erika Villavicencio-Ayub. Tecnoestrés y tecnoadicción: el papel de la tecnoddependencia en trabajadores de Colombia y México. 2022 <https://dx.doi.org/10.14482/sun.39.02.020.359>

Silva-Ramos, María Fernanda; López-Cocotle, José Juan; Columba Meza-Zamora, María Elena. Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, vol. 28, núm. 79, 2020, pp. 75-83. Universidad Autónoma de Aguascalientes México. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>

Villavicencio Erika. Adaptación de la Escala de Síndrome de Boreout para trabajadores mexicanos. 2023. Universidad Nacional Autónoma de México. [\(PDF\) Adaptación de la Escala de Síndrome de Boreout para trabajadores mexicanos](#)

15401

ESTUDIO DE ENFERMEDADES PSICOSOCIALES EN LA COMUNIDAD DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE COLOMBIA

Alba Patricia Guzmán-Duque
Unidades Tecnológicas de Santander
<https://orcid.org/0000-0003-1704-6884>
aguzman@correo.uts.edu.co

Luisa María Chalarca-Guzmán
Unidades Tecnológicas de Santander
<https://orcid.org/0009-0000-2880-3911>
lchalarca@uts.edu.co

Resumen

Las enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios constituyen una problemática creciente en el contexto colombiano con implicaciones significativas en el rendimiento académico, la salud mental y la permanencia estudiantil. Este estudio tiene como objetivo analizar la prevalencia del boreout, el burnout, el moobing, el tecnoestrés y el estrés universitario, como factores de riesgo asociados a proponer buenas prácticas en el cuidado de la salud mental. Se emplea una metodología cuantitativa aplicada a una muestra de 380 universitarios de una institución de educación superior colombiana, quienes actualmente cursan sus estudios en la jornada nocturna y en el día laboran para empresas. Los resultados preliminares evidencian síntomas psicosociales, especialmente en estudiantes con bajos niveles de apoyo social y alta presión académica. El boreout y el burnout se consideran moderados, mientras que el moobing, el tecnoestrés y el estrés estudiantil son bajos. Se concluye que es urgente implementar estrategias institucionales de prevención, acompañamiento psicológico y promoción del bienestar estudiantil. Este trabajo contribuye al diseño de políticas públicas orientadas a mejorar la salud mental en el ámbito universitario, en concordancia con el Objetivo de Desarrollo Sostenible 3: Salud y Bienestar.

Palabras clave: Boreout, Burnout, Moobing, Tecnoestrés, Estrés estudiantil

Abstract

Psychosocial illnesses among university students are a growing problem in Colombia, with significant implications for academic performance, mental health, and student retention. This study aims to analyze the prevalence of boreout, burnout, mobbing, technostress, and university stress as associated risk factors in order to propose best practices in mental health care. A quantitative methodology was applied to a sample of 380 university students from a Colombian higher education institution who are currently studying at night and working for companies during the day. Preliminary results show psychosocial symptoms, especially in students with low levels of social support and high

academic pressure. Boreout and burnout are considered moderate, while mobbing, technostress, and student stress are low. It is concluded that there is an urgent need to implement institutional strategies for prevention, psychological support, and promotion of student well-being. This work contributes to the design of public policies aimed at improving mental health in the university environment, in accordance with Sustainable Development Goal 3: Good Health and Well-being.

Keywords: Boreout, Burnout, Moobing, Technostress, Student Str

INTRODUCCIÓN

La salud mental de los universitarios en Colombia es una preocupación creciente en el ámbito académico y social, la cual debe ser entendida como un componente esencial del desarrollo académico y profesional de los jóvenes (Mendoza & Mendoza, 2024). Diversos estudios evidencian un aumento en la prevalencia de enfermedades psicosociales como la ansiedad, la depresión, el estrés crónico y la ideación suicida. El Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) indica que el 35% de los jóvenes entre 18 y 24 años reporta sentimientos persistentes de tristeza o desánimo (Cardona, 2023). Esta situación se agrava por factores como la presión académica, la incertidumbre laboral, la recarga laboral, la combinación de estudios y trabajo, los problemas familiares y la falta de acceso oportuno a servicios de salud mental.

La necesidad de investigar las enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios radica en su impacto directo sobre el rendimiento académico, la permanencia en el sistema educativo y el bienestar integral de los jóvenes (Cañon et al., 2022). Estudios revelan que el 10% de los estudiantes presenta síntomas de estrés y ansiedad, el 32% manifiesta ideación suicida, el 38% ha sido diagnosticado con depresión (Estupiñan, 2017), y el 94% enfrenta múltiples barreras para acceder a servicios de salud mental, incluyendo trámites burocráticos, listas de espera prolongadas y costos elevados (Londoño et al., 2019). Estas cifras reflejan una crisis silenciosa que requiere atención urgente desde las instituciones de educación superior y los entes gubernamentales.

La relevancia de este artículo se sustenta en la necesidad de generar evidencia científica que permita comprender los factores de riesgo asociados a las enfermedades psicosociales en el contexto universitario colombiano. Esta realidad limita la posibilidad de intervención temprana y agrava los cuadros clínicos, afectando al individuo y a su entorno académico y social. Así mismo, el abordaje de esta problemática desde una perspectiva investigativa permite diseñar estrategias de prevención e intervención que respondan a las necesidades reales de los estudiantes, y contribuye al fortalecimiento de políticas institucionales orientadas al acompañamiento psicosocial, la promoción del bienestar y la reducción del estigma asociado a los trastornos mentales. Este estudio se alinea con el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número 3: Salud y Bienestar, promovido por la Organización de las Naciones Unidas, porque genera conocimiento sobre las enfermedades

psicosociales en estudiantes universitarios, se contribuye a la construcción de entornos educativos más saludables, equitativos y resilientes (Naciones Unidas, s.f.). La investigación busca ser un insumo para la toma de decisiones en el ámbito educativo y sanitario, para mejorar la calidad de vida de la población estudiantil colombiana. Dentro de las enfermedades psicosociales estudiadas se encuentran el boreout, el burnout, el moobing, el tecnoestrés y el estrés estudiantil, los cuales se abordan en las siguientes páginas.

El **síndrome de Burnout** es un estado de agotamiento físico, emocional y mental causado por el estrés crónico e inmanejable en el lugar de estudio o trabajo (Benevides et al., 2022). Lauracio y Lauracio (2020) encontraron que el Burnout influye negativamente en el desempeño laboral porque afecta la calidad de la atención y aumenta el riesgo de errores en el sector salud. Arias-Gallegos y Muñoz del Carpio Toia (2016) identificaron una alta prevalencia de Burnout en el personal de enfermería en Arequipa, asociada a la sobrecarga laboral y la falta de reconocimiento institucional.

En el sector educativo, Freire et al. (2015) evidenciaron que los docentes también son vulnerables al Burnout, especialmente por la presión institucional, la falta de recursos y el desgaste emocional derivado de la interacción constante con estudiantes. Este fenómeno se relaciona con el estrés académico, como lo demuestran Espinosa-Castro et al. (2020), quienes analizaron su influencia en el rendimiento de estudiantes universitarios nocturnos, encontrando que el estrés sostenido reduce la concentración y la motivación. Silva-Ramos et al. (2020) y Restrepo et al. (2020) coinciden en que el estrés académico es multifactorial, influenciado por la carga de trabajo, las exigencias evaluativas y el entorno social. Ferrer y Bárcenas (2016) destacan que los estudiantes universitarios presentan niveles particularmente altos de estrés, debido a la naturaleza práctica y emocional de su formación.

En el contexto laboral, López et al. (2015) documentaron la relación entre el estrés y los trastornos psiquiátricos, como la ansiedad y la depresión, lo que refuerza la necesidad de intervenciones preventivas. La Organización Internacional del Trabajo y la Organización Mundial de la Salud (s.f.) propusieron un cuestionario para evaluar el estrés laboral, el cual permite diseñar intervenciones basadas en evidencia para mejorar la salud ocupacional y promover un ambiente laboral más seguro, equitativo y productivo. Gutiérrez (2006) y Lovo (2020) abordan el Burnout como un problema moderno, destacando su impacto en la salud ocupacional. Finalmente, Olivares (2017) resalta el aporte de Christina Maslach en la comprensión del Burnout a través de las consecuencias que se tienen para la convivencia.

Por otro lado, el **síndrome de boreout** es un estado de agotamiento emocional y mental causado por el aburrimiento crónico, la falta de retos y la subestimulación en el trabajo (Villalobos, 2020). Noriega (2024) evaluó este síndrome en trabajadores de áreas de producción, encontrando una relación directa entre la monotonía laboral y la disminución del compromiso organizacional. En el

sector público, Arteaga e Higueta (2024) identificaron una correlación entre el *boreout*, la percepción de injusticia organizacional y la inseguridad contractual. Villavicencio y García (2023) adaptaron la Escala de *Boreout* para trabajadores mexicanos, validando su utilidad en contextos latinoamericanos. Gamonal (2023) y Vega y Baque (2023) destacan que el *boreout* afecta negativamente la productividad y el bienestar psicológico.

En paralelo, la calidad del sueño y la actividad física han sido reconocidas como factores protectores frente al estrés y el *boreout*. Meneses y Pérez (2021) demostraron que un bajo nivel de actividad física se asocia con alteraciones posturales y mayor riesgo de fatiga laboral. Finalmente, Terán-Cázares et al. (2023) analizaron cómo el rasgo cultural de participación incide en el *boreout* en pymes siderúrgicas, mientras que Cubas (2023) exploró la autopercepción del rendimiento laboral en personal del sector salud afectado por *boreout*. Martínez (s.f.) profundizó en la evaluación psicosocial del *boreout* en un centro comercial, destacando la importancia de la gestión emocional y la motivación, y Ospina et al. (2023) identificaron factores de riesgo psicosocial asociados a la productividad en personal médico y de enfermería, subrayando la necesidad de intervenciones organizacionales para prevenir el desgaste laboral.

Otra enfermedad psicosocial importante es el **mobbing**, el cual se considera como el acoso psicológico en el trabajo (Boada-Grau et al., 2013). Esta enfermedad psicosocial radica por su invisibilidad y la dificultad de hacerlo objetivo (González de Rivera & Rodríguez, 2005). Es fundamental que las instituciones implementen políticas de prevención, formación en resolución de conflictos, servicios de apoyo psicológico y mecanismos de denuncia (Salinas, 2020), para garantizar un entorno laboral saludable, justo y productivo (Daza et al., 1998).

Leymann (1990/2022) fue pionero en definir el *mobbing* como una forma sistemática de violencia psicológica que se manifiesta mediante conductas repetitivas que buscan aislar y desestabilizar a la víctima en su entorno laboral. Su enfoque clínico y organizacional sentó las bases para posteriores investigaciones, como la de Boada-Grau et al. (2013), quienes desarrollaron dos escalas breves (MOBB-10 y CONSE-10) para evaluar la presencia de *mobbing* y sus consecuencias psicológicas en contextos organizacionales españoles. Erwandi et al. (2021) adaptaron y validaron la versión indonesia del cuestionario NAQ-R, uno de los instrumentos más utilizados para detectar actos negativos en el trabajo. Su estudio, con más de 3,000 participantes, confirmó la estructura tridimensional del instrumento (acoso relacionado con la persona, con el trabajo e intimidación física), y evidenció correlaciones significativas entre el *mobbing*, el malestar psicológico y la insatisfacción con la vida. Córdova et al. (2022) realizaron una revisión de los instrumentos utilizados en Iberoamérica, destacando la prevalencia del NAQ-R y el LIPT-60 (González de Rivera & Rodríguez-Abuin, 2005), especialmente en el sector salud, y subrayando la necesidad de triangulación metodológica para una evaluación más precisa del riesgo psicosocial.

Finalmente, Salinas-Guayacundo (2020) con el uso de documentos técnicos como la NTP 476 del INSHT (Martín Daza et al., 1998), evidenciaron que el mobbing afecta la salud mental de los trabajadores y la dinámica institucional y el clima organizacional.

Adicionalmente, **el tecnoestrés** es una condición psicosocial que afecta la salud mental, el desempeño laboral y académico (Navarro, 2023; Araujo et al., 2023), y las relaciones interpersonales en contextos educativos y organizacionales (Masías et al., 2023). Los estudios evidencian que el uso intensivo y no regulado de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) puede generar síntomas como ansiedad, fatiga, irritabilidad, y en casos extremos el síndrome de burnout (Ortiz & Cabezas, 2024; Sarabia & Cabezas, 2024; Coppari et al., 2024).

La pandemia de COVID-19 exacerbó esta problemática al imponer una virtualidad obligatoria que desdibujó los límites entre la vida personal y laboral (Triana-Pérez et al., 2024; Masías et al., 2023). Aunque algunos estudios reportan niveles bajos de tecnoestrés, otros muestran correlaciones significativas con variables como edad, género, tiempo frente a pantallas y uso compulsivo de dispositivos (Villa, 2024). La tecnoddependencia y la tecnoadicción emergen como fenómenos asociados que requieren atención urgente (Araujo et al., 2023).

La importancia de abordar el tecnoestrés radica en su impacto transversal: afecta docentes, estudiantes y trabajadores administrativos, comprometiendo la calidad educativa, la productividad y el bienestar general (Coppari et al., 2024; Ortiz & Cabezas, 2024). Las recomendaciones incluyen políticas de desconexión digital, educación autorregulada en TIC, ergonomía laboral, y estrategias institucionales de prevención y monitoreo (Ortiz & Cabezas, 2024; Quiroz et al., 2023; Sarabia & Cabezas, 2024).

Los estudios revisados sobre **estrés académico y laboral** evidencian su impacto significativo en la salud mental y el desempeño de estudiantes y profesionales. En el ámbito académico, los estudiantes universitarios enfrentan altos niveles de estrés debido a la carga académica, la presión por el rendimiento y factores psicosociales como el entorno familiar y económico (Toribio-Ferrer & Franco-Bárcenas, 2016; Restrepo, Sánchez & Quirama, 2020). En particular, los estudiantes de medicina presentan niveles elevados de estrés por la exigencia de sus programas, esto puede afectar su bienestar emocional y su rendimiento académico (Palacio et al., 2013). Además, el estrés académico guarda una relación directa con el bajo rendimiento estudiantil, generando un ciclo de retroalimentación negativa (Espinosa Castro et al., 2020).

Diversos estudios abordan estrategias de afrontamiento para mitigar el estrés académico. Por ejemplo, se ha propuesto el desarrollo de habilidades de autorregulación emocional, técnicas de

estudio y apoyo institucional como medidas efectivas (Valdivieso-León et al., 2020). Asimismo, el apoyo social, la autoestima y la percepción de control como moduladores del estrés aportan como factores determinantes en el manejo del estrés (Silva-Ramos et al., 2020; Monzón, 2007). Estos hallazgos refuerzan la necesidad de implementar programas de intervención psicológica y acompañamiento académico en las instituciones educativas.

En el contexto laboral, el estrés también representa un riesgo importante para la salud mental. Atalaya (2001) señala que el estrés laboral puede generar insatisfacción, disminución del rendimiento y conflictos interpersonales. En el caso de los profesionales de la medicina, se ha encontrado una alta prevalencia de trastornos psiquiátricos asociados al estrés, como ansiedad y depresión (López et al., 2015). Hernández et al. (2012) validaron un instrumento específico para evaluar el estrés laboral en médicos mexicanos, lo que permite una mejor identificación de los factores de riesgo y facilita la implementación de intervenciones adecuadas.

El tecnoestrés se relaciona directamente con el burnout, especialmente en contextos de teletrabajo sin regulación adecuada (Triana et al., 2024). El síndrome de Burnout y el estrés académico son fenómenos psicosociales que afectan significativamente la salud mental y el desempeño de profesionales y estudiantes.

METODOLOGÍA

La investigación es cuantitativa y descriptiva con el objetivo de describir el estado actual de las enfermedades psicosociales burnout, bornout, moobing, tecnoestrés y estrés académico. Cada una está compuesta por varios factores, así:

- Bureout: aburrimiento en el trabajo, desinterés en el trabajo e infraexigencia en el trabajo.
- Burnout: agotamiento personal, agotamiento académico y agotamiento relacionado con el profesor.
- Moobing: acoso orientado a la persona, acoso orientado con el trabajo y acoso intimidatorio.
- Tecnoestrés: sobrecarga informacional, invasión de privacidad, incertidumbre técnica y falta de control.
- Estrés estudiantil: clima organizacional, estructura organizacional, territorio organizacional, tecnología, influencia del líder, falta de cohesión y respaldo del grupo.

La población objeto de estudio fueron 2700 universitarios de la carrera de Administración de empresas de una institución de educación superior de Santander (Colombia) y aborda una muestra de 380 estudiantes universitarios, quienes se encuentran matriculados en último semestre de su carrera, donde el 97% se encuentran laborando en su área de conocimiento. La muestra corresponde a una confiabilidad del 95% y un error muestral de 4.66%

Los datos se recogieron en el mes de agosto de 2025 a través 5 instrumentos, los cuales se validaron con un grupo de estudiantes latinoamericanos, y sus respuestas a través de diferentes análisis entregaron estadísticos que corroboraron su fiabilidad a través del Alfa de Cronbach (α), validez de contenido a través de autores que consideraron los diferentes ítems para medir la enfermedad, de criterio a través de las correlaciones bivariadas de Pearson (r), y validez de constructo por medio del análisis factorial, del cual se obtuvieron estadísticos que corroboran su consistencia, Prueba de KMO y Bartlett con la medida Kaiser-Meyer-Olkin de adecuación de muestreo (KMO), la prueba de esfericidad de Bartlett que considera la aproximación a la Chi-cuadrado (X^2), los grados de libertad (gl) y la significatividad (p value). El resumen de las mediciones se observa en la Tabla 1.

Tabla 1

Validación de los 5 instrumentos de las enfermedades sicosociales en universitarios

Enfermedad sicosocial	Fiabilidad	Validez de Contenido	Validez de criterio	Validez de constructo
Boreout	$\alpha=0.632$	Cabrera (2014)	$r > 0.4$	KMO=0.893 $X^2=18090.23$ $gl=153$ p valor $< .000$
Burnout	$\alpha=0.935$	Kristensen et al. (2005)	$r >$	KMO=0.963 $X^2=51937.33$ $gl=171$ p valor $< .000$
Moobing	$\alpha=0.959$	Erwandi et al. (2021)	$r >$	KMO=0.978 $X^2=57488.31$ $gl=231$ p valor $< .000$
Tecnoestrés	$\alpha=0.953$	Coppari et al. (2018)	$r >$	KMO=0.975 $X^2=68610.9$ $gl=595$ p valor $< .000$
Estrés estudiantil	$\alpha=0.952$	Lianeza (2010)	$r >$	KMO=0.970 $X^2=52206.54$ $gl=300$ p valor $< .000$

Cada instrumento se constituyó por niveles de medición, desde 1.0 (muy bajo), hasta 5.0 (alto nivel):

Promedios 1.0 a 2.5	Bajo o Nulo
Promedios entre 2.5 a 3.5	Moderado
Promedios entre 3.5 a 5.0	Alto Nivel

RESULTADOS Y DISCUSION

A continuación se presentan los resultados de la descripción de las 5 enfermedades psicosociales abordadas con universitarios de Colombia: bureout, burnout, moobing, tecnoestrés y estrés estudiantil. Es necesario indicar que los altos valores de la desviación estándar evidencian que los datos se encuentran alejados de la media y es posible que haya dispersión.

La tabla 2 muestra los aspectos descriptivos del bureout, con valores medios de sus indicadores así: el aburrimiento en el trabajo con 3.17, infraexigencia en el trabajo con 3.01 y desinterés en el trabajo con 2.78. En los indicadores de aburrimiento en el trabajo, los principales indicadores son *se siente animado cuando estudia o realiza otras actividades académicas* (3.96), *la actividad académica diaria genera importantes actividades* (3.93) y *encuentra actividades académicas entretenidas* (3.70). En infraexigencia en el trabajo, destacan *puede dar más de lo que sus profesores le exige* (3.86), *Cantidad de trabajo adecuada a su capacidad* (3.67), *se siente profesionalmente aprovechado* (3.42) y *tareas retadoras para sus capacidades académicas* (3.13). Y, en desinterés por el trabajo *se siente motivado con las tareas que le asignan* (3.71) y *se siente identificado con el trabajo académico* (3.81). Estos aspectos evidencian que si bien los estudiantes nocturnos se encuentran actualmente laborando, la presión que se ejerce en sus puestos de trabajo y en sus labores académicas son moderadas, lo cual favorece su desempeño y permite aseverar que al mantener su tiempo ocupado, pueden ser menos sensibles a ser afectados por el bureout. Sin embargo, como existe una alta variabilidad, se intuye que existen otros factores asociados, como el deber que tiene cada uno con su familia y consigo mismo para aprovechar el tiempo y buscar la titulación pronto, siempre y cuando se continúe con el deber académico.

Tabla 2.

Aspectos descriptivos del BUREOUT en universitarios de Colombia

Descripción ítem	Media	SD
Aburrimiento en el trabajo	3.17	0.97
La actividad académica diaria genera importantes actividades	3.93	0.99
Encuentra actividades académicas entretenidas	3.70	0.94
Envía correos o chatea asuntos personales	2.66	1.22
Se la pasa la jornada esperando que ésta concluya	2.49	1.09
Puede pasar horas "que no sabe qué hacer"	2.29	1.02
Se siente animado cuando estudia o realiza otras actividades académicas	3.96	0.88
Infraexigencia en el trabajo	3.01	1.04
Tareas retadoras para sus capacidades académicas	3.13	1.06
Puede dar más de lo que sus profesores le exige	3.86	0.95
Sus profesores delegan tareas que resultan insignificantes	2.01	1.04
Se siente profesionalmente aprovechado	3.42	1.21
Cantidad de trabajo adecuada a su capacidad	3.67	0.99

En la planificación académica existe "falta de trabajo"	1.94	0.98
Desinterés en el trabajo	2.78	1.03
Indiferencia hacia éxitos o fracasos como estudiante universitario	2.34	1.15
Poco le importan deseos o necesidades de profesores	2.29	1.16
Se siente motivado con las tareas que le asignan	3.71	0.91
Se siente identificado con el trabajo académico	3.81	0.91
El trabajo académico lo encuentra "sin sentido"	1.77	0.96
Preocupación por la posibilidad de reconocimiento	2.77	1.11

En cuanto al burnout, la tabla 3 evidencia los factores asociados, donde prima el agotamiento personal con 2.79, agotamiento académico con 2.51 y el factor de agotamiento relacionado con el profesor con 1.96. En el agotamiento personal sobresalen *la frecuencia que se sienten cansados* (3.11) y con *la que se siente físicamente agotado* (3.05). En el agotamiento académico resalta la valoración de que *se tiene suficiente energía para la familia y los amigos en su tiempo libre* (3.45); y apenas el 2.15 afirman en el agotamiento con los profesores, que *sienten que dan más de lo que reciben al trabajar con los requerimientos de los profesores* y el 2.01 aseguran que *el hecho de trabajar con los requerimientos de los profesores les agota*.

Precisamente, los universitarios mantienen la doble actividad de trabajar y estudiar al tiempo, lo cual les implica una carga laboral y académica mayor a quienes solo se dedican a estudiar, pues deben cumplir con los compromisos en los dos ámbitos. Desde las instituciones de educación superior no se valora este aspecto, porque se siguen midiendo las competencias universitarias con números para cumplir con las entidades acreditadoras nacionales e internacionales.

Tabla 3

Aspectos descriptivos del BURNOUT en universitarios de Colombia

Descripción ítem	Media	SD
Agotamiento personal	2.79	0.98
¿Con qué frecuencia te sientes cansado?	3.11	0.92
¿Con qué frecuencia te sientes físicamente agotado?	3.05	0.95
¿Con qué frecuencia te sientes emocionalmente agotado?	2.95	1.02
¿Con qué frecuencia piensas: "Ya no aguanto más"?	2.39	1.11
¿Con qué frecuencia te sientes agotado?	2.91	0.96
¿Con qué frecuencia te sientes débil y susceptible a las enfermedades?	2.34	0.93
Agotamiento Académico	2.51	1.04
¿Te sientes agotado al final de un día típico de actividades académicas?	2.92	1.01
¿Te sientes agotado por la mañana al pensar en otro día de estudio?	2.36	1.11
¿Sientes que cada hora de trabajo académico te cansa?	2.27	1.00

¿Tienes suficiente energía para la familia y los amigos en tu tiempo libre?	3.45	1.07
¿Tu actividad como estudiante te agota emocionalmente?	2.39	1.02
¿Tu rol como estudiante te frustra?	1.95	1.04
¿Te sientes agotado/a por tu actividad académica?	2.21	0.98
Agotamiento relacionado con los profesores	1.96	0.94
¿Te resulta difícil trabajar con los requerimientos de los profesores?	1.96	0.89
¿Trabajar con los requerimientos de los profesores te agota?	2.01	0.92
¿Te resulta frustrante trabajar con los requerimientos de los profesores?	1.89	0.90
¿Sientes que das más de lo que recibes al trabajar con los requerimientos de los profesores?	2.15	1.05
¿Estás cansado de trabajar con los requerimientos de los profesores?	1.83	0.92
¿Te preguntas cuánto tiempo podrías seguir trabajando con los requerimientos de los profesores?	1.90	0.96

El análisis descriptivo del moobing se observa en la tabla 4, donde se destaca el acoso orientado a la persona con 1.22, acoso orientado con el trabajo con 1.22 y acoso intimidatorio con 1.16, como se observa los valores son bajos. En el orientado a la persona los ítems que destacan son *recibir una orden para realizar un trabajo académico por debajo de su nivel de competencia* (1.34), *eliminar áreas clave de responsabilidad o reemplazarlas con tareas más triviales o desagradables por parte del profesor o compañeros en trabajos en equipo* (1.27) y *recordatorios repetidos de sus errores o equivocaciones* (1.27). En los relacionados con el trabajo *Recibir tareas con objetivos o plazos irrazonables o imposibles* (1.35), *Monitoreo excesivo de su desempeño académico* (1.28), *Que tus opiniones y puntos de vista sean ignorados* (1.24) y *crítica persistente de su desempeño académico y esfuerzo* (1.21). Y en el acoso intimidatorio el *Estar expuesto a una carga de trabajo inmanejable* (1.22) y *Ser objeto de burlas y sarcasmo excesivos* (1.17).

Los resultados anteriores son bajos, y se evidencia que los universitarios están de acuerdo con los procesos que se siguen de forma académica en las instituciones de educación superior. Sin embargo, esos pocos que se sienten vulnerados deben atenderse porque no son casos aislados sino reiterativos, lo que se evidencia por el valor de las respuestas.

Tabla 4

Aspectos descriptivos del MOOBING en universitarios de Colombia

Descripción ítem	Media	SD
Acoso orientado a la persona	1.22	0.56
Alguien oculta información que afecta su desempeño académico	1.22	0.55
Ser humillado o ridiculizado en relación con su actividad estudiantil	1.19	0.58
Recibir una orden para realizar un trabajo académico por debajo de su nivel de competencia	1.34	0.66

Eliminar áreas clave de responsabilidad o reemplazarlas con tareas más triviales o desagradables por parte del profesor o compañeros en trabajos en equipo	1.27	0.58
Difusión de chismes y rumores sobre usted.	1.22	0.60
Ser ignorado o excluido por el grupo de compañeros o algún profesor	1.24	0.63
Que le hagan comentarios insultantes u ofensivos sobre su persona (es decir, sus hábitos y antecedentes), sus actitudes o su vida privada.	1.15	0.45
Ser gritado o ser el blanco de una ira espontánea (o rabia)	1.13	0.45
Comportamiento intimidante, como señalar con el dedo, invadir el espacio personal, empujar o bloquear el paso.	1.16	0.54
Consejos o señales de otros que le indican que debería dejar de estudiar	1.18	0.53
Recordatorios repetidos de sus errores o equivocaciones	1.27	0.63
Acoso orientado al trabajo	1.22	0.56
Ser ignorado o enfrentar una reacción hostil cuando te acercas	1.19	0.55
Crítica persistente de su desempeño académico y esfuerzo.	1.21	0.55
Que tus opiniones y puntos de vista sean ignorados	1.24	0.57
Bromas prísticas realizadas por personas con las que no te llevas bien	1.18	0.53
Recibir tareas con objetivos o plazos irrazonables o imposibles	1.35	0.67
Que le hayan hecho acusaciones	1.13	0.43
Monitoreo excesivo de su desempeño académico	1.28	0.72
Presión para no reclamar algo a lo que por ley tiene derecho (es decir, justificación de faltas por enfermedad, revisión de calificaciones o resultados de evaluaciones, entre otras)	1.18	0.49
Acoso intimidatorio	1.16	0.47
Ser objeto de burlas y sarcasmo excesivos	1.17	0.57
Estar expuesto a una carga de trabajo inmanejable	1.22	0.50
Amenazas de violencia o abuso físico o abuso real	1.09	0.34

La tabla 5 muestra la distribución de los factores asociados con el tecnoestrés. En orden de carga se encuentran invasión de privacidad con 1.89, incertidumbre técnica con 1.88, falta de control con 1.49 y sobrecarga informacional con 1.48, donde los promedios se observan bajos. En la invasión de la privacidad destacan *Interrumpes tus actividades en clase o estudio por el uso de equipos como celular, Tableta o reloj inteligente, o similares* (2.12) y *Necesitas y no puedes evitar estar conectado/a la mayor parte del día a internet* (2.05). En la incertidumbre técnica *Utilizas tu celular mientras comes* (2.66), *Utilizas tu celular en el sanitario* (2.49) y *Te molestan cuando otras personas miran el contenido de tu celular, tus correos o intercambios en las redes sociales sin tu consentimiento* (2.23).

En la falta de control *Sientes que es más fácil y prefieres la comunicación con otras personas a través medio electrónicos que realizarlo presencialmente* (1.75), *Has perdido ganas para hablar o interactuar frente a frente con tu familia, pareja, amigos, etc.* (1.51) y *Te han reclamado tus cercanos porque te aíslas y prefieres conectarte a hablar con ellos* (1.51). Y en la sobrecarga informacional *Te pones ansioso cuando ves que tu celular se quedó sin batería, saldo o internet, o no lo encuentras*

(1.87), *Te sientes agobiado/a por la cantidad de mensajes de texto, voz, correos, redes, etc., que recibes* (1.68), *En una reunión familiar/social prefieres estar conectado para entretenerte antes que el contacto y comunicación cara a cara con los demás, y de hecho lo haces* (1.66).

Es evidente que el uso de dispositivos móviles se ha incrementado en los últimos años, y que la dependencia de los universitarios por utilizarlos influye en su cotidianidad. Si bien este indicador fue bajo, tal vez este valor se debe a que precisamente están ocupados en el día en el trabajo y en la noche en el estudio. Habría que revisar si en el entorno familiar y de ocio se comporta de manera similar.

Tabla 5

Aspectos descriptivos del TECNOESTRÉS en universitarios de Colombia

Descripción ítem	Media	SD
Invasión de privacidad	1.89	0.78
Interrumpes tus actividades en clase o estudio por el uso de equipos como celular, Tableta o reloj inteligente, o similares.	2.12	0.95
Necesitas estar conectado y pendiente de las actualizaciones en las redes sociales.	1.83	0.91
Te fijas constantemente en tu celular, tableta o reloj para comprobar si has recibido mensajes.	2.27	0.95
Tomas muy en serio comentarios negativos y positivos que te hacen en las redes sociales amigos, conocidos y desconocidos.	1.66	0.93
Consideras apropiado interactuar con otras personas a través de las TIC's cuando se trata de temas íntimos, personales y de carácter privado.	1.71	0.92
Necesitas y no puedes evitar estar conectado/a la mayor parte del día a internet.	2.05	1.13
Te sientes tenso/a ansioso/a o cansado/a después del constante uso de las TIC's y te cuesta relajarte o concentrarte en otras tareas que esperan.	1.92	1.02
Las personas cercanas te dicen que estás más irritable, tenso/a o distante por estar conectado en forma excesiva.	1.57	0.86
Incertidumbre técnica	1.88	0.99
Tienes curiosidad por las últimas conexiones de amigos o personas conocidas en las aplicaciones de mensajería.	1.49	0.78
Te irritas fácilmente cuando tardan en contestar tus mensajes, darles "me gusta" a tus fotos, videos y otros.	1.43	0.71
Te molestan cuando otras personas miran el contenido de tu celular, tus correos o intercambios en las redes sociales sin tu consentimiento	2.23	1.41
Utilizas tu celular mientras comes.	2.66	1.23
Utilizas tu celular en el sanitario.	2.49	1.32
Haz dejado de dormir por conectarte y amaneces cansado/a e irritable.	1.90	0.99
Duermes con el celular encendido, despiertas a chequearlo y sientes que no has descansado al día siguiente.	1.88	0.98
Estás pendiente de tu celular cuando sales o cuando estás con tu pareja teniendo intimidad.	1.49	0.78
Sientes como una necesidad compartir diariamente información sobre tus opiniones, afectos y actividades a través de las redes sociales.	1.40	0.74
Falta de control	1.49	0.8
Te importa y afecta la cantidad de aprobaciones cuando publicas imágenes, videos o comentarios en las redes sociales.	1.46	0.81

Descripción ítem	Media	SD
Sientes que es más fácil y prefieres la comunicación con otras personas a través medio electrónicos que realizarlo presencialmente	1.75	0.95
No te gusta o desatiendes actividades que te impidan estar conectado.	1.47	0.75
Has experimentado ansiedad, agresividad o intolerancia cuando un tercero te impidió conectarte.	1.31	0.66
Te has alejado de amigos, familia, pareja por preferir conectarte a jugar en línea o bajar contenidos por diversión.	1.43	0.77
Has perdido ganas para hablar o interactuar frente a frente con tu familia, pareja, amigos, etc.	1.51	0.80
Te han reclamado tus cercanos porque te aíslas y prefieres conectarte a hablar con ellos.	1.51	0.81
Has preferido terminar una relación afectiva o laboral a través de medios electrónicos a realizarlo en persona.	1.49	0.83
Perdiste vocabulario cuando hablas o escribes a causa del uso frecuente de abreviaturas en celulares o redes	1.44	0.81
Sobrecarga informacional	1.48	0.96
Te sientes agobiado/a por la cantidad de mensajes de texto, voz, correos, redes, etc., que recibes	1.68	0.94
Necesitas tener (exiges a tus padres) y te endeudas o se endeudan por comprar los últimos avances tecnológicos.	1.28	0.61
Cambias o finges aspectos de tu personalidad o estados de ánimo cuando interactúas con terceros en redes sociales.	1.40	0.70
Te sientes más seguro para descalificar o agredir a terceros estando conectado que cuando estás presencialmente.	1.29	0.66
Te han reprochado por falta de atención o errores en los estudios/trabajo por estar conectado.	1.45	0.77
Sientes que la cantidad de amigos que tienes en las redes sociales representan tu nivel de popularidad y eso te hace sentir importante.	1.29	0.62
En una reunión familiar/social prefieres estar conectado para entretenerte antes que el contacto y comunicación cara a cara con los demás, y de hecho lo haces.	1.66	0.88
Te pones ansioso cuando ves que tu celular se quedó sin batería, saldo o internet, o no lo encuentras.	1.87	1.05
Piensas que no podrías vivir o ser feliz si te privas o te privan de estar conectado, aunque sea por poco tiempo.	1.44	0.74

En el estrés estudiantil se destacan en orden descendente los factores clima organizacional con 2.18, influencia del líder con 2.15, tecnología con 2.10, respaldo del grupo con 2.06, falta de cohesión con 1.99, territorio organizacional con 1.97 y estructura organizacional con 1.93, donde se observan promedios bajos. En clima organizacional destacan los 3 indicadores *Como estudiante no comprendo la relación entre la misión y metas de la universidad y mi mejora en el desempeño* (2.21), *La forma en la que se evalúa el nivel de aprendizaje entre profesores y alumnos me hace sentir presionado* (2.21) y *No estoy en condiciones de planificar y controlar las actividades para desempeñarme adecuadamente como estudiante* (2.11). En influencia del líder destacan *no se cuenta con espacios de trabajo y de estudio suficientes* (2.29), *la estructura formal tiene demasiado papeleo y "burocracia"* (2.19). en tecnología resaltan *no se proporciona conocimiento actualizado para seguir siendo competitivo* (2.22) y *mi coordinador académico no se preocupa de mi bienestar personal* (2.17). En el respaldo del grupo *no se cuenta con la tecnología para tener un desempeño académico importante* (2.51), *la cadena de mando en la universidad no se respeta* (2.07), *me siento*

incómodo al trabajar con miembros de otros grupos de trabajo (2.03) y mi grupo de trabajo no me brinda apoyo académico cuando es necesario (2.01).

En la falta de cohesión *mis representantes universitarios no me brindan apoyo en relación con problemas académicos y administrativos (2.12). En territorio organizacional mi grupo de trabajo no se identifica con mis metas profesionales (2.07) y la estrategia de la universidad no es clara en cuanto a cómo apoyará un mejor desempeño en los estudiantes (2.02). y en estructura organizacional el equipo disponible para llevar a cabo mis actividades académicas es limitado y no me permite terminar a tiempo (2.07) y mi coordinador académico no me respalda cuando lo requiero ante las autoridades (2.04).*

Tabla 6

Aspectos descriptivos del ESTRÉS ESTUDIANTIL en universitarios de Colombia

Descripción ítem	Media	SD
Clima organizacional	2.18	1.48
Como estudiante no comprendo la relación entre la misión y metas de la universidad y mi mejora en el desempeño.	2.21	1.50
La forma en la que se evalúa el nivel de aprendizaje entre profesores y alumnos me hace sentir presionado.	2.21	1.41
No estoy en condiciones de planificar y controlar las actividades para desempeñarme adecuadamente como estudiante	2.11	1.53
Influencia del líder	2.15	1.72
No se cuenta con espacios de trabajo y de estudio suficientes.	2.29	1.84
La estructura formal tiene demasiado papeleo y "burocracia".	2.19	1.59
Mi coordinador no confía en mi desempeño académico.	1.96	1.72
Tecnología	2.10	1.65
Una persona a mi nivel tiene poco control sobre el trabajo académico que se me encomienda.	1.92	1.38
Mi coordinador académico no se preocupa de mi bienestar personal.	2.17	1.85
No se proporciona conocimiento actualizado para seguir siendo competitivo.	2.22	1.72
Respaldo del grupo	2.06	1.61
Mi grupo de trabajo me presiona demasiado.	1.68	1.26
Me siento incómodo al trabajar con miembros de otros grupos de trabajo.	2.03	1.47
Mi grupo de trabajo no me brinda apoyo académico cuando es necesario.	2.01	1.66
La cadena de mando en la universidad no se respeta.	2.07	1.80
No se cuenta con la tecnología para tener un desempeño académico importante.	2.51	1.89
Falta de cohesión	1.99	1.52
Mi equipo de trabajo se encuentra desorganizado.	1.94	1.34

Descripción ítem	Media	SD
Mis representantes universitarios no me brindan apoyo en relación con problemas académicos y administrativos.	2.12	1.73
La organización desde mi perspectiva evidencia falta de dirección y objetivos.	1.91	1.48
Territorio organizacional	1.97	1.50
Mi grupo de trabajo no se identifica con mis metas profesionales.	2.07	1.54
Mi grupo de trabajo no disfruta de estatus o prestigio dentro de la universidad.	1.92	1.48
La estrategia de la universidad no es clara en cuanto a cómo apoyará un mejor desempeño en los estudiantes.	2.02	1.55
Las políticas generales implementadas por las autoridades impiden el buen desempeño del estudiante.	1.87	1.44
Estructura organizacional	1.93	1.49
El equipo disponible para llevar a cabo mis actividades académicas es limitado y no me permite terminar a tiempo.	2.07	1.40
Mi coordinador académico no me respalda cuando lo requiero ante las autoridades.	2.04	1.70
Mis profesores no me atienden con calidez (no me respetan).	1.68	1.43
No soy parte de un grupo de trabajo de colaboración estrecha con otros estudiantes.	1.92	1.41

Al analizar el valor medio de cada enfermedad psicosocial, se concluye que:

- La aportación del nivel de BOREOUT es moderado en los factores aburrimiento en el trabajo (3.17), en desinterés en el trabajo (2.78) y en infraexigencia en el trabajo (3.01).
- En el Burnout es moderado en los factores agotamiento personal (2.79), agotamiento académico (2.51) y es bajo en el factor de agotamiento relacionado con el profesor (1.96).
- En el Moobing es baja acoso orientado a la persona (1.22), acoso orientado con el trabajo (1.22) y acoso intimidatorio (1.16).
- El tecnoestrés es baja en invasión de privacidad (1.89), incertidumbre técnica (1.88), falta de control (1.49) y sobrecarga informacional (1.48).
- El estrés estudiantil clima organizacional (2.18), influencia del líder (2.15), tecnología (2.10), respaldo del grupo (2.06), falta de cohesión (1.99), territorio organizacional (1.97) y estructura organizacional (1.93).

Es necesario indicar que es posible que el entorno socioeconómico de los estudiantes y la incidencia del factor laboral influyen en estos resultados, dado que como tienen menos tiempo de ocio y mayor responsabilidad familiar y personal, esto puede mostrar un menor valor en los valores de las enfermedades psicosociales de los universitarios de esta institución.

CONCLUSIONES

Es un hecho que las enfermedades psicosociales se encuentran arraigadas dentro de las instituciones educativas de educación superior y que implican al universitario y a sus profesores como actores que son sensibles a las consecuencias del estrés, el acoso y la tecnología.

En este artículo se analizó la prevalencia de enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios en Colombia. Es posible que los factores de riesgo que inciden en su aparición se relacionen con su calidad de estudiantes-empleados, y las consecuencias de estos aspectos, dado que son sujetos que tienen responsabilidades académicas y familiares que implican un menor tiempo al ocio y por tanto, menores valores en cuanto a sus opiniones con respecto a las enfermedades psicosociales. Una segunda fase de la investigación será ahondar en cuáles son las causas de estas enfermedades y la posibilidad que se ofrecen desde las instituciones de educación superior para apoyar a su tratamiento y disminución de síntomas, considerando que en ocasiones son pacientes silenciosos y que no manifiestan sufrir tales síntomas.

Las enfermedades psicosociales, tales como la ansiedad, la depresión, el estrés académico entre otros, también influyen en el incremento de las estudiadas y representan una problemática creciente que afecta el bienestar integral, el rendimiento académico y la permanencia estudiantil.

Entre el *bureout* y el *burnout* se observa una relación inversa, mientras que en la primera es agotamiento por cantidad de actividades, en la segunda es por la falta de retos. Se destaca que los universitarios tienen un riesgo moderado, siendo las de más alta concepción de ellos.

En el *tecnoestrés* y el *estrés estudiantil*, deben ser reconocidos como enfermedades adaptativas modernas que exigen respuestas multidisciplinarias y políticas públicas orientadas a la salud digital y emocional de las comunidades educativas y laborales.

En el *moobing*, es necesario buscar políticas preventivas claras, que permitan identificar, intervenir y mitigar el acoso laboral en distintos contextos profesionales y culturales, por tanto debe ser abordado como una prioridad en la salud ocupacional, con enfoque multidisciplinario y compromiso institucional para proteger la dignidad y el bienestar de los trabajadores.

Finalmente, para mitigar el *bureout*, *burnout*, *mobbing*, *tecnoestrés* y *estrés estudiantil* en el contexto universitario, es necesario implementar estrategias institucionales integrales que promuevan el bienestar psicosocial de los estudiantes, tales como la optimización de la carga académica, el fortalecimiento de los servicios de apoyo psicológico, la promoción de ambientes inclusivos y libres de violencia, la formación en competencias digitales saludables y la consolidación de redes de acompañamiento y participación estudiantil. Estas acciones, articuladas desde un enfoque

preventivo y multidisciplinario, permiten reducir los factores de riesgo psicosocial y favorecer el desarrollo académico, emocional y social de los universitarios.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araujo, R. L., Aragon, L. F., & Mango, P. E. (2023). *Tecnoestrés y desempeño laboral en los docentes del nivel secundario en una provincia de Arequipa*. *Revista Agustina de Educación*, 2(2), 37–43. <https://revistas.unsa.edu.pe/index.php/rae>
- Arias-Gallegos, W. L., & Muñoz del Carpio Toia, A. (2016). Síndrome de burnout en personal de enfermería de Arequipa. *Revista Cubana de Salud Pública*, 42(4), 559–575. <http://www.revsaludpublica.sld.cu>
- Arteaga, A. M., & Higuaita, E. (2024). Correlación entre justicia organizacional, síndrome de boreout e inseguridad contractual en los trabajadores del sector público de la ciudad de Montería. Montería – Córdoba 2024 [Tesis de grado, Universidad de Córdoba]
- Atalaya, M. (2001). El estrés laboral y su influencia en el trabajo. *Industrial Data*, 4(2), 25–36.
- Benevides, M. T., Moreno, B., Garrosa, E., & González, J. L. (2002). La evaluación específica del síndrome de Burnout en psicólogos: el “inventario de Burnout de psicólogos”. *Clínica y Salud*, 13(3), 257–283. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180618090002>
- Boada-Grau, J., Pastor-Mallo, E., Gil-Ripoll, C., Vigil-Colet, A., & Agulló Tomás, E. (2013). *Escalas breves sobre mobbing (MOBB-10 y CONSE-10): Estructuras factoriales y primera aproximación al estudio de su fiabilidad y validez*. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 32(1), 53–73. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.32.1.53>
- Cañón, S. C., Narváez, M., Botero, P., Montoya, O. L., Bermúdez, G. I., & Pérez, J. M. (2022). Caracterización de las condiciones en salud mental de estudiantes de la Universidad de Manizales, Caldas, Colombia. *Tesis Psicológica*, 17(2), 1–21. <https://doi.org/10.37511/tesis.v17n2a1>
- Cardona, C. (2023). *Comprensión de factores psicosociales de estudiantes universitarios en su proceso de formación profesional en Colombia posterior a la pandemia* [Trabajo de grado, Corporación Universitaria Unilasallista].
- Coppari, N., Bagnoli, L., González, L., Marecos, C., & Romero-Lévera, M. L. (2024). Usos de las tecnologías de la información y la comunicación y tecnoestrés en docentes y estudiantes de una universidad privada. *Psicología y Salud*, 34(1), 123–133. <https://doi.org/10.25009/pys.v34i1.2850>
- Córdova, E. R., Rodríguez, A. I., Suasnavas, P. R., & Vilaret, A. (2022). *Instrumentos de identificación del mobbing o acoso laboral en Iberoamérica: una mirada desde el riesgo psicosocial*. *Revista Conecta Libertad*, 6(3), 57–76. <https://doi.org/10.31876/conecta.v6n3.2022.57-76>
- Cubas, A. M. (2023). *Síndrome de boreout y autopercepción del rendimiento laboral en el personal de una entidad privada del sector salud-Chiclayo, 2023*. [Trabajo de grado, Universidad César Vallejo].

- Daza, F. M., Bilbao, J. P., & García-Silva, J. A. L. (1998). NTP 476: El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing. *Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo*. <https://www.insst.es/documentacion/colecciones-tecnicas/ntp-notas-tecnicas-de-prevencion/14-serie-ntp-numeros-471-a-505-ano-1999/ntp-476-el-hostigamiento-psicologico-en-el-trabajo-mobbing>
- Espinosa Castro, J. F., Hernández Lalinde, J., Rodríguez, J. E., & Bermúdez Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos venezolanos de farmacología y terapéutica*, 39(1), 63-69.
- Espinosa-Castro, J., Rodríguez, M., & González, A. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico en estudiantes universitarios nocturnos. *Revista Científica de la Universidad de Oriente*, 20(1), 45–60.
- Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. (2021). Identification of workplace bullying: Reliability and validity of Indonesian version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3985. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083985>
- Estupiñán, R. M. (2017). Problemas psicosociales en estudiantes universitarios. *Revista Salud Historia y Sanidad*, 12(1), 185–198. <http://www.shs.agenf.org/ojs/index.php/shs/article/download/178/176/185>
- Ferrer, M., & Bárcenas, J. (2016). Estrés académico en estudiantes de enfermería. *Revista Mexicana de Enfermería*, 19(3), 112–120.
- Freire, M. A., Oliveira, E. N., Ximenes Neto, F. R., Lopes, R. E., Ferreira, A. G., & Gomes, B. V. (2015). Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. *Salud de los Trabajadores*, 23(1), 19–27.
- Gamonal, E. J. (2023). Compromiso organizacional y Síndrome de Boreout en trabajadores de una Entidad Gubernamental de Cutervo, 2021.
- González de Rivera, J. L., & Rodríguez-Abuin, M. J. (2005). *Cuestionario de estrategias de acoso en el trabajo: El LIPT-60*. Madrid: Editorial EOS.
- Gutiérrez, M. Á. (2006). Síndrome de burnout. <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane/2006/ane064m.pdf>
- Hernández, A. I., Ortega, R. P., & Reidl, L. M. (2012). Validación del instrumento de estrés laboral para médicos mexicanos. *EN-Claves del pensamiento*, 6(11), 113–129.
- Lauracio, C., & Lauracio, T. (2020). Síndrome de Burnout y desempeño laboral en el personal de salud. *Revista Innova Educación*, 2(4), 543–554. <https://doi.org/10.35622/j.rie.2020.04.003>
- Leymann, H. (1990/2022). *Mobbing y terror psicológico en los lugares de trabajo*. En S. Navarrete Vázquez (Ed. y trad.), en *Textos fundamentales sobre Mobbing* (pp. 63–78). México: Edición revisada y corregida. (Original publicado en *Violence and Victims*, 5(2), 119–126).
- Londoño, J., Vernaza-Pinzón, P., Dueñas-Cuellar, R., Niño-Castaño, V. E., & Rivera, A. (2024). Estrés académico en estudiantes universitarios: la epidemia silenciosa en una facultad de

- ciencias de la salud. *Revista Universidad Industrial de Santander. Salud*, 56.
<https://doi.org/10.18273/saluduis.56.e:24010>
- López, J., Martínez, C., & Gómez, R. (2015). Estrés laboral y trastornos psiquiátricos en médicos. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 44(2), 98–110.
- López, L., Solano, A., Arias, A., Aguirre, S., Osorio, C., & Vásquez, Y. (2015). El estrés laboral y los trastornos psiquiátricos en profesionales de la medicina. *Revista CES Salud Pública*, 6(1), 279–288.
- Lovo, J. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. *Entorno*, (70), 110-120.
- Martínez, C. BOREOUT. Concepto y su evaluación psicosocial en un centro comercial de la Comunidad Valenciana.
- Masías, Y., Aco, E. A., & Colque, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Yachay Revista*, 12(2), 67–77. <https://doi.org/10.36881/yachay.v12i2.640>
- Mendoza Arango, J., & Mendoza Polo Vargas, J. D. (2024). *Análisis de los factores asociados a la salud mental de estudiantes universitarios de Colombia* [Informe de investigación]. Universidad del Norte. <https://manglar.uninorte.edu.co/handle/10584/11923>
- Meneses, B., & Pérez, C. (2021). *Nivel de actividad física y alteraciones posturales*. Asociación Española de Fisioterapeutas. <https://doi.org/10.1016/j.ft.2021.03.004>
- Monzón, I. M. M. (2007). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Apuntes de psicología*, 25(1), 87-99.
- Naciones Unidas. (s.f.). Objetivo 3: Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.** <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/health/>
- Navarro, M. D. (2023).** *Prospectiva de seguridad y salud en el trabajo en las universidades del Perú.* *Revista de Gestión de la Seguridad y la Salud en el Trabajo*, 5(1), 42–48.
https://www.insst.es/documents/94886/327446/ntp_730.pdf/55c1d085-13e9-4a24-9fae-349d98deeb8a
- Noriega, L. C. (2024). Síndrome de boreout: evaluación en los trabajadores de áreas de producción. *Atacama Journal of Health Sciences*, 3(Supl. 2), 109-111.
- Olivares, V. (2017). Christina Maslach, comprendiendo el burnout. *Ciencia y Trabajo*, 59-62.
- Organización Internacional del Trabajo & Organización Mundial de la Salud. (s.f.). Cuestionario sobre el estrés laboral. Ginebra: OIT-OMS.
- Ortiz, K. S., & Cabezas, E. (2024). *Análisis de fatiga visual y tecnoestrés en los docentes de la unidad educativa Nuestra Señora de Pompeya.* *Technology Rain Journal*, 3(2), e39.
<https://doi.org/10.55204/trj.v3i2.e39>
- Ospina, M., Enríquez, E., & Idrobo, R. (2023). Factores de riesgo psicosocial intralaboral asociados a la productividad del personal médico y de enfermería. *Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium. Colombia*.

- Palacio, O. M., Palacio, A. M., Blanco, Y. O., Palacio, M. M., & Roblejo, Y. P. (2013). Estrés académico: causas y consecuencias. *Multimed*, 17(2).
- Quiroz, E., Ortiz, V., & Villavicencio, E. (2023). *Tecnoestrés y tecnoadicción: el papel de la tecnoddependencia en trabajadores de Colombia y México*. *Salud Uninorte*, 39(2), 347–363. <https://doi.org/10.14482/sun.39.02.020.359>
- Restrepo, M., Sánchez, L., & Castañeda, C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Colombiana de Psicología*, 29(1), 89–104.
- Restrepo, J. E., Sánchez, O. A., & Quirama, T. C. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Psicoespacios*, 14(24), 17-37.
- Salinas, W. A. (2020). Mobbing en un entorno educativo: Revisión de caso en una universidad del departamento de Boyacá. *Revista Escuela de Administración de Negocios*, (88), 189–205. <https://doi.org/10.21158/01208160.n88.2020.2527>
- Sarabia, C. R., & Cabezas, E. (2024). *Evaluación del tecnoestrés en trabajadores del área administrativa del consorcio aero-suspendido de Guayaquil*. *Technology Rain Journal*, 3(2), e36. <https://doi.org/10.55204/trj.v3i2.e36>
- Silva-Ramos, M., Hernández, J., & López, A. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Educativa*, 26(2), 123–135.
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, E. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y ciencia*, 28(79), 75-83.
- Terán-Cázares, M. M., González-Garza, I. A., & Blanco-Jiménez, M. (2023). El rasgo cultural de participación y su incidencia en el síndrome del boreout en PYMES siderúrgicas en Monterrey, Nuevo León. *Repositorio de la Red Internacional de Investigadores en Competitividad*, 17.
- Toribio-Ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés académico: el enemigo silencioso del estudiante. *Revista Salud y Administración*, 3(7), 11-18.
- Triana-Pérez, Á. A., Puerta-Sarria, G. L., & Rojas-Peña, O. M.** (2024). *Síndrome de Burnout asociado al tecnoestrés y las prácticas pedagógicas durante el confinamiento pandémico por SARS-CoV2/COVID-19 en algunos centros de operaciones académicas de UNIMINUTO*. *Revista Gestión y Desarrollo Libre*, 9(18), 1–13. <https://doi.org/10.18041/2539-3669/gestionlibre.18.2024.11803>
- Villavicencio, E., & García, B. E. (2023). Adaptación de la Escala de Síndrome de Boreout para trabajadores mexicanos. *Informes Psicológicos*, 23(2), 95-107.
- Villa, F. S. (2024). *Evaluación del tecnoestrés y fatiga visual en el personal administrativo de la Empresa Eléctrica Riobamba S.A. período 2024 1S* [Trabajo de titulación, Universidad Nacional de Chimborazo]. Universidad Nacional de Chimborazo.
- Valdivieso-León, L., Mangas, S. L., Tous-Pallarés, J., & Espinoza-Díaz, I. M. (2020). Estrategias de afrontamiento del estrés académico universitario: educación infantil-primaria. *Educacion Xx1*, 23(2), 165-186.

- Vega, F. A., & Baque, E. R. (2023). El nuevo Síndrome de Boreout¿ Qué sabemos sobre él?. *Gestión, Administración Y Planeación Estratégica Con Enfoque Sistémico*, 18.
- Villalobos, S. (2020). *Síndrome de Boreout y calidad de sueño en colaboradores*. Universidad Señor de Sipán. <https://repositorio.uss.edu.pe/handle/20.500.12802/7781>

15403

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE ENFERMERÍA Y NUTRIOLOGÍA DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE CHIHUAHUA.

Autor

Paola María Núñez Méndez

Institución: Universidad Autónoma de Chihuahua

ORCID: 0009-0006-3552-1086Correo electrónico: pnunez@uach.mx

Co-Autor1

Kiang Ocampo-González

Institución: Universidad Autónoma de Chihuahua

ORCID: 0000-0001-5146-3599Correo electrónico: kocampo@uach.mx

Co-Autor2

Alejandra Karina Pérez-Jaimes

Institución: Universidad autónoma del Estado de México

ORCID: 0000-0003-3079-1782Correo electrónico

Resumen

El estudio de las enfermedades psicosociales en estudiantes universitarios reviste gran relevancia, dado que incide directamente en su salud mental, rendimiento académico y desarrollo integral. Su abordaje permite la identificación temprana de problemáticas como ansiedad, depresión y estrés crónico, facilitando la implementación de estrategias de prevención e intervención. Asimismo, contribuye al fortalecimiento de habilidades socioemocionales, a la mejora del entorno educativo y a la generación de información valiosa para políticas institucionales y de salud pública, promoviendo el bienestar y la calidad de vida de la comunidad universitaria. Como objetivo de esta investigación es identificar enfermedades psicosociales más prevalentes y las causas principales en estudiantes de la Facultad de Enfermería y Nutriología de la Universidad Autónoma de Chihuahua. 270 estudiantes fueron evaluados cuyos resultados fueron niveles moderados de burnout y boreout, con respecto al moobing los estudiantes presentaron un nivel bajo de acoso; en cuanto a sobrecarga de información, a la invasión a la privacidad, incertidumbre técnica y falta de control los estudiantes mostraron niveles bajos de estrés y tecnoestrés es por esto que abordar el impacto que genera estos problemas psicosociales en los estudiantes resaltando la necesidad de que las instituciones educativas implemente lineamientos y políticas integrales de prevención e intervención aunado a la importancia de nuevas investigaciones, para favorecer el óptimo desarrollo académico y el bienestar del estudiante.

Palabras clave: Estudiantes, burnout, boreout, moobling, tecnoestres

Abstract

The study of psychosocial illnesses in university students is highly relevant, given that it directly affects their mental health, academic performance, and overall development. Addressing these issues allows for the early identification of problems such as anxiety, depression, and chronic stress, facilitating the implementation of prevention and intervention strategies. It also contributes to the strengthening of social-emotional skills, the improvement of the educational environment, and the generation of valuable information for institutional and public health policies, promoting the well-being and quality of life of the university community. The objective of this research is to identify the most prevalent psychosocial illnesses and their main causes among students in the Faculty of Nursing and Nutrition at the Autonomous University of Chihuahua. 270 students were evaluated, with results showing moderate levels of burnout and boreout. With regard to mobbing, students presented a low level of harassment; In terms of information overload, invasion of privacy, technical uncertainty, and lack of control, students showed low levels of stress and technostress. This is why it is important to approach the impact that these psychosocial problems have on students, highlighting the need for educational institutions to implement comprehensive prevention and intervention guidelines and policies, together with the importance of new research, in order to promote optimal academic development and student well-being.

Keywords: Students, burnout, boreout, moobling, tecnostress

INTRODUCCIÓN

La vida universitaria se conforma de una etapa formativa compleja e importante debido a que más allá del rendimiento académico, los estudiantes se ven expuestos a diferentes situaciones educativas, sociales y tecnológicas en donde se requiere que los estudiantes realicen esfuerzos para adaptarse a un ambiente cambiante constantemente, que tiene como trasfondo uno de mayor competitividad en el cual el estudiante se tiene que enfrentar a situaciones en ocasiones estresantes que se relacionan con diferentes aspectos de la vida universitaria como son horarios, exámenes, calificaciones y la incertidumbre de su futuro profesional, además de sus expectativas académicas y su contexto sociocultural condiciones que generan o pueden desarrollar mayores niveles de estrés, tomando este, una reacción corporal, psicológica y/o fisiológica que se presenta como respuesta a un estímulo, situación o contexto que puede generar riesgo o demandante (Restrepo, 2020), así mismo este proceso que se inicia ante un conjunto de demandas ambientales que recibe un individuo, en donde deberá dar respuestas adecuadas según sus recursos presentes por lo cual, pueden generar un desequilibrio importante en su bienestar, como en la salud mental en los jóvenes universitarios, siendo estas reacciones en ocasiones son negativas en donde las más comunes son: la ansiedad, la ira y la depresión (Espinosa-Castro, 2020).

Es por ello que en los últimos tiempos ha cobrado una creciente importancia, especialmente en el tiempo posterior a la pandemia del COVID-19, en donde abrió las puertas a las diferentes

vulnerabilidades psicológicas presentes en la población, de igual forma el entorno universitario se ha vuelto más exigente, competitivo y tecnológicamente saturado ya que el estrés académico descrito como el proceso sistémico, de carácter adaptativo y esencialmente psicológico que se da en los estudiantes, aunado a que, en esta etapa los jóvenes se enfrentan una gran gama de desafíos académicos, sociales y emocionales, generando diversos factores estresores que deterioran la salud mental en los jóvenes los cuales podemos destacar burnout, tecnoestrés, entre otros siendo México un de los países en donde se presentan algunos de los principales factores para estas situaciones de riesgo (Sánchez et al., 2022); (Toribio-Ferrer, 2016).

Aunado a esto el estrés ha emergido como una preocupación de salud pública de gran importancia en esta área ya que sin importar sus contextos laborales, financieras o culturales es un fenómeno inherente a la vida diaria en los tiempos actuales el cual se acompaña de una diversos factores físicos, sociales y económicos que existe en la vida cotidiana, reflejando la manera en que las personas reaccionan a estos factores varían según sus experiencias y circunstancias personales, es por ello que la American Pshychological Association refiere al estrés como una experiencia emocional la cual se acompaña de diversos cambios en diferentes niveles bioquímicos, fisiológicos y conductuales.(APA, 2020).

Por otro lado el bienestar mental y la integridad generan un gran impacto en el rendimiento académico, en la calidad de vida, y en las relaciones interpersonales ya que en el contexto de la educación superior los estudiantes presentan cambios en su vida en donde se tiene que enfrentar a las demandas académicas y responsabilidades adicionales que están presentes en esta etapa, las cuales influyen en la salud física, mental y emocional; (OMS, 2014) El estrés crónico o la ansiedad pueden producir problemas de concentración, insomnio o desmotivación, bajo rendimiento académico (Ruiz, 2022). Entre los fenómenos que pueden presentar los estudiantes se encuentran el Boreout, Burnout, Moobing, Tecnoestrés, y Estrés los cuales forman parte de una parte de los factores psicosociales que impactan en el desarrollo integral del estudiante universitario.

Dentro de estos factores que inciden es estos problemas emocionales se encuentra el síndrome Burnout, y el boreout.

Boreout

En la actualidad la investigación en salud ocupacional ha reconocido que factores tan relevantes como el estrés laboral, se ubican como las causas primordiales de accidentes e incapacidades laborales, resultando para las empresas una enorme pérdida de productividad.

La calidad de vida y el compromiso laboral de los trabajadores se ve afectado por enfermedades ocupacionales de origen psicosocial. Un ejemplo es el Boreout o aburrimiento ocupacional, el cual es un marcado desinterés hacia el trabajo, una falta de desafíos, y sobrecarga laboral, teniendo claros síntomas de fatiga, pereza o irritabilidad, apático, introvertido con agotamiento emocional y sensación de vacío laboral esto conlleva a una frustración (Villavicencio y García,2023;Martinez,2023, Terán –Cázares et al.,2024). Con este aburrimiento el tiempo se ocupa

más en socializar, utilizar redes sociales o navegar en internet con esto sin llegar a cumplir con las obligaciones. Por supuesto esto conlleva a disminuir la productividad. Las organizaciones deben de tener ciertas estrategias para detectar este síndrome ya que es difícil averiguarlo. (Villavicencio y García, 2023).

Con la finalidad de analizar el comportamiento del trabajador hay distintas teorías psicológicas donde se puede estudiar el síndrome del burnout. Una de estas teorías es la de atribución causal que básicamente como se percibe la persona con respecto al cumplimiento de su deber. Otra teoría es la de motivación e higiene sustenta que la actitud del trabajador hacia su trabajo determina el desempeño ya sea positivo o negativo. (Terán-Cázares et al., 2024).

Burnout

Nuestra vida diaria se encuentra llena de estrés tanto que surge un concepto nuevo para dicho estrés sobre todo en aspecto laboral y este es el síndrome de Burnout el cual se puede traducir como desgaste emocional, fatiga laboral, sobrecarga emocional (Gutiérrez et al., 2006; Almeida Freire et al., 2015). Este síndrome llega a afectar la calidad de vida y estado mental siendo tan grave que puede llegar a poner en peligro la vida.

Hay signos de alarma que se manifiestan como ansiedad, aislamiento o alejamiento de familia y amistades, depresión, ira, pérdida de concentración. (Gutiérrez et al., 2006; Lovo, 2020); depresión, ansiedad, hostilidad, distracción, desorganización, despersonalización o deshumanización (cinismo, actitudes negativas e insensibilidad) y baja realización personal, así como abuso de café, tabaco, alcohol y drogas (Lovo, 2020).

Este es un trastorno adaptativo crónico, que altera la calidad de vida de las personas ya que está asociado con el incorrecto afrontamiento a las demandas psicológicas del trabajo, siendo actualmente las condiciones laborales uno de los estresores principales del Burnout. Se ha desarrollado una clasificación de factores de riesgo para el síndrome de burnout donde se agrupan algunos aspectos que incluye cuatro niveles. Estos son: factores individuales, relaciones interpersonales, nivel organizacional y entorno social. (Lovo, 2020).

De acuerdo con Lovo (2020) menciona como se puede prevenir y tratar este síndrome, es mejorando la calidad de vida alejando lo más posible agentes de estrés, fortalecer las relaciones familiares, interpersonales todo lo que es mejorar habilidades sociales.

La promoción a la salud y la mejora del bienestar psicológico serán aspectos importantes a tener en cuenta para la salud ocupacional (Lovo, 2020; Almeida Freire et al., 2015).

Otro de los riesgos que pueden enfrentar los jóvenes es el determinado como Tecnoestrés el cual se puede indicar como el estrés generado de la introducción y el uso de las tecnologías en el ámbito académico o laboral, en donde debido a este rápido proceso de digitalización, que ha ocasionado

un avance sin precedentes en la sociedad, pero al mismo tiempo se ha observado un aumento en la dependencia y formación de problemas técnicos y emocionales aunado que el empleo de plataformas digitales en la educación ha generado niveles de estrés en los jóvenes universitarios, en donde el desequilibrio entre los recursos disponibles y las demandas relacionadas con la tecnología son comunes en todos los ámbitos de la vida cotidiana, (Coppari, 2024); sin embargo en estudio realizados de tipo descriptivo y experimentales transversales, se ha observado que el tecnoestrés ha generado en los estudiantes una creciente dependencia al uso de la tecnología para cumplir con sus tareas académicas, provocando niveles significativos de estrés afectando su rendimiento académico aunado a que vienen causando daños psicosociales no solo a los estudiantes sino también, a los docentes quienes muestran niveles altos de estrés, fatiga, ansiedad siendo más común escuchar los términos “tecno estrés” o “tecno fatiga”.(Navarro,2023;Masias, 2021).

Con respecto a otro de los factores que se presenta como riesgo no solo para los estudiantes, docentes sino para la población trabajadora en general, es la violencia psicológica en el lugar de trabajo siendo clasificada en dos forma una la cual es de manera sistemática dirigida a crear incomunicación mediante comportamientos que no son éticos, generados por uno o más personas hacia un individuo único y la segunda como una manera extrema de estrés en el trabajo, que se asocia con el malestar físico, psicológico y la angustia que podemos señalar como Moobing, siendo señalado como una situación de exposición prolongada en actos negativos repetitivos de compañeros que llevan a una persona a una situación de indefensión y desamparo, (Boada-Grau,2013).

Esta situación se podría considerar como una forma característica de estrés laboral, la cual tiene una particularidad que no siempre ocurre por causas directas del desempeño del trabajo, sino que en ocasiones se genera en las relaciones interpersonales en cualquier lugar, en donde algunos estudios señalan que los episodios de mooding son más comunes en universidades, s que en otros lugares de organizaciones, aun en la época actual este tema es controversial y poco divulgado por parte de los trabajadores, estudiantes o las organizaciones además la presencia de este, no solo produce alteraciones importante en las personas en su salud física y mental; sin embargo en la actualidad existen pocos estudios cuantitativos y cualitativos sobre el mobbing en entornos académico siendo necesario una mayor información sobre este tema (Salinas- Guyacundo, 2020;Martin Daza,1998).

METODOLOGÍA

El Estudio se desarrolló de manera descriptiva, no experimental y transversal con una muestra de 270 estudiantes de licenciatura en nutrición y enfermería tomando en cuenta los criterios de inclusión, en los cuales se aplicó un cuestionario de *Google Forms* el cual fue validado, la muestra fue no probabilística y para el procesamiento de datos se tomara el SSP 5.0 tomando a los estudiantes que respondieron el cuestionario

RESULTADOS Y DISCUSION

En el presente estudio se recolectaron datos de estudiantes de la de licenciatura en nutrición y enfermería, en donde se tuvo una muestra significativa, en donde podemos ver los siguientes resultados:

Se observó un *boreout* moderado descritos como aburrimiento, desinterés así como una infraexigencia académica. En 2024 Clément y Haag en su investigación coinciden que el aburrimiento estudiantil que se debe de confirmar y entender mejor para detectar los malestares en los estudiantes. Por ello la importancia de mantener la salud y bienestar de los estudiantes para evitar se llegue a niveles más severos de agotamiento y aburrimiento así como de una carga académica excesiva.

Con respecto al *burnout* se observó agotamiento personal y académico de un grado moderado y un agotamiento bajo con respecto al profesor. Nuestros resultados son similares en cuando a los niveles moderados de *burnout*, como lo mencionado por Rosales et al. (2021), donde ellos observaron que esto prevalecía en distintas poblaciones de estudiantes universitarios de diversas carreras.

En relación a la problemática de *moobing* se observa como resultados un nivel bajo en nuestra población estudiada siendo semejante a los resultados encontrados por Dávila-Londoñon (2018) en donde percibieron que el 25% de su muestra presentaron esta problemática en el cual su forma más común es la vertical descendente, siendo que aunque no fue significativo, sin embargo las conductas de *moobing* pueden estar presentes en pequeñas, grades o públicas y privadas organizaciones, (Davila-Londoñon, 2018).

En relación al estrés se encontró que en nuestros estudiantes manejan niveles bajos de estrés, siendo algo controversial ya que en un estudio de Silva-Ramos (2019) refiere que el 86.3 % de los participantes en su estudio presentan un nivel de estrés moderado y que existe independencia en el nivel según el género de los participantes con una asociación positiva con el programas de estudios, aunado a que los estresores más comunes son la sobrecarga de tareas como: trabajos escolares, el límite de tiempo y las evaluaciones (Silva-Ramos , 2019).

Los resultados con respecto a la sobrecarga de información, a la invasión a la privacidad, incertidumbre técnica y falta de control todo esto englobado en lo llamado *tecnoestrés*, se pudo observar que fue bajo en los estudiantes, siendo importante señala que estos resultados son similares a un estudio realizado en el 2025 por Solano et.al., cuyo objetivo fue determinar los niveles de percepción de *tecnoestrés* según características demográficas del estudiante en un entorno

educativo semipresencial , en donde encontraron el nivel de Tecnoestrés en un 45.7% tienen nivel medio, aunado a que la percepción de tecnoestrés presenta niveles moderados, y dependen de las características del estudiante poder trabajaren su contexto. (Solano, 2025).

CONCLUSIONES

En el siguiente estudio se puede observar que el estrés académico y sus manifestaciones asociadas generan un riesgo importante para la salud mental, así como para el rendimiento académico de los estudiantes a nivel universitario, por lo cual es necesario e importante que las instituciones educativas busquen políticas integrales que promuevan lugares óptimos para el desarrollo de los estudiantes, es por esto que es importante realizar más investigaciones que permitan identificar causas, consecuencias, intervenciones y algunas estrategias de prevención, así como es prescindible que se involucre y capacite al personal docente en la detección temprana de cualquier riesgo o problemática así como la manera de contención, facilitando el acceso a servicios de apoyo emocional y psicológico, al mismo tiempo fomentar estrategias para lograr en los jóvenes el manejo equilibrado de las tecnologías y su rendimiento académico para lograr preservar el bienestar integral y mejorar sus oportunidades de crecer y su desarrollo académico óptimo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida Freire, Magda, Oliveira, Eliany Nazaré, Guimarães Ximenes Neto, Francisco Rosemiro, Evangelista Lopes, Roberlândia, Gomes Nogueira Ferreira, Adriana, & Vieira Gomes, Bruna. (2015). Síndrome de Burnout: un estudio con profesores. *Salud de los Trabajadores*, 23(1), 19-28.
- American Psychological Association [APA]. (2020). *Comprendiendo el Estrés Crónico*. APA. <https://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-cronic>
- Boada-Grau, J., Pastor Mallol, E., Gil Ripoll, C., & Agulló Tomás, E. (2013). Escalas breves sobre mobbing (MOBB-10 y CONSE-10): Estructuras factoriales y primera aproximación al estudio de su fiabilidad y validez. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional*, 32(1), 53–73
- Clément, Poirier & Haag, Christophe. (2024). Entre burnout et bore-out Étude du mal-être étudiant.
- Chong, Liang & Foo, Lee-Kien & Chua, Sook-Ling. (2025). Student Burnout: A Review on Factors Contributing to Burnout Across Different Student Populations. *Behavioral Sciences*. 15. 170. 10.3390/bs15020170.
- Dávila Londoño, C. A., & Dávila Londoño, J. M. (2018). Percepción del acoso laboral entre estudiantes universitarios: Medición en tres universidades de la ciudad de Pereira - Colombia. *Revista Libre Empresa*, 15(2), 163–178. <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>

- Espinosa-Castro, J.-F., Hernández-Lalinde, J., Rodríguez, J. E., Chacín, M., & Bermúdez-Pirela, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 39(1), 63-69. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>
- Guerra, J. F., Manríquez, M. R., & Sierra, C. A. M. (2022). *Technostress in university students as an effect of the coronavirus pandemic*. In *Research in Administrative Sciences Under COVID-19* (pp. 117-133). Emerald Publishing Limited. <https://doi.org/10.1108/978-1-80262-297-320221008>
- Gutierrez, Guillermo & Axayacalt, Guillermo & Gutierrez Aceves, Axayacalt & Ángel, Miguel & López, Celis & Jiménez, Sergio & Farias Serratos, Felipe & Jesús, José & Campos, Suárez. (2006). Síndrome de burnout Tema selecto. 27.
- Lovo, Javier. (2020). Síndrome de burnout: Un problema moderno. Entorno. 110-120. 10.5377/entorno.v0i70.10371.
- Martín Daza, F., Pérez Bilbao, J., & López García-Silva, J. A. (1998). *El hostigamiento psicológico en el trabajo: mobbing* (NTP 476). Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo (INSHT), España
- Martínez Esclapez C. (2023). "Boreout. Concepto y su evaluación psicosocial en un centro comercial de la comunidad Valenciana. Máster Universitario Prevención de Riesgos Laborales. España
- Masías Ynocencia, Y; Aco Corrales, EA; Colque Candia, W. (2023). Tecnoestrés y rendimiento académico de estudiantes de primer ciclo de estudios de la Universidad Andina del Cusco, 2021. *Yachay*, 12 (2), 67- 77.
- Organización Mundial de la Salud, OMS (2014). *La Organización del Trabajo y del Estrés*. Organización Mundial para la Salud. http://www.who.int/occupational_health/publications/pwh3sp.pdf
- Pedroza Flores, R. (2020). MOBBING EN LA UNIVERSIDAD, VIOLENCIA Y HOSTIGAMIENTO GRUPAL. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*, 23(1). Recuperado a partir de <https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/article/view/75393>
- Restrepo, J., Sánchez, O., & Castañeda Quirama, T. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Psicoespacios*, 14(24), 23–47. <https://doi.org/10.25057/21452776.1331>
- Rosales-Ricardo, Yury, Rizzo-Chunga, Florentino, Mocha-Bonilla, Julio, & Ferreira, José P. (2021). Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. *Salud mental*, 44(2), 91-102. Epub 21 de mayo de 2021. <https://doi.org/10.17711/sm.0185-3325.2021.013>
- Ruiz-Hernández, J. A., Guillén, Á., Pina, D., & Puente-López, E. (2022). Mental Health and Healthy Habits in University Students: A Comparative Associative Study. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 12(2), 114-126. <https://doi.org/10.3390/ejihpe12020010>
- Salinas, Eva & Silva, María & Miranda, Yéssica. (2025). Diagnóstico de la presencia del síndrome de Boreout en instituciones de educación superior en Latinoamérica. *Revista de*

- Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional. 7. 103-110. 10.51896/rilco.v7i26.859.
- Salinas-Guayacundo, W. A. (2020). *Mobbing en un entorno educativo: Revisión de caso en una universidad del departamento de Boyacá*. Revista Escuela de Administración de Negocios, (88), 189-205. <https://doi.org/10.21158/01208160.n88.2020.2527>
- Silva-Ramos, M. F., López-Cocotle, J. J., & Meza-Zamora, M. E. C. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, (79), 75-83. <https://doi.org/10.33064/iycuaa2020792960>
- Solano Castro, V. V., & Núñez Lira, L. (2025). Tecnoestrés en estudiantes de educación superior. *Revista Invecom: Estudios transdisciplinarios en comunicación y sociedad*, 5(2). <https://www.revistainvecom.org>
- Terán-Cázares, M. M., González-Garza, I. A., & Blanco-Jiménez, M. (2024). El rasgo cultural de participación y su incidencia en el síndrome del burnout en PYMES siderúrgicas en Monterrey, Nuevo León. Repositorio De La Red Internacional De Investigadores En Competitividad, 17(17).
- Toribio-Ferrer, C., & Franco-Bárceñas, S. (2016). Estrés académico: El enemigo silencioso del estudiante. *Salud y Administración*, 3(7), 11-18. Recuperado de <https://revista.unsis.edu.mx/index.php/saludyadmon/article/view/49>
- Villavicencio-Ayub, E., y García, B. (2023). Adaptación de la Escala de Síndrome de Burnout para Trabajadores mexicano. *Informes Psicológicos*, 23(2), pp. 95-107. <http://dx.doi.org/10.10000/infpsic.v23n2a01>

15397

“ESTRÉS LABORAL PERCIBIDO EN TRABAJADORES DE UNA EMPRESA DE LA INDUSTRIA PETROLERA”

Ana Lorena Rodríguez Ávalos

Estudiante Universidad Autónoma del Carmen

analorenarodriguezavalos@gmail.com

Dra. Teresa del Jesús Brito Cruz

PTC. Universidad Autónoma del Carmen

ORCID: [0000-0002-7030-4187](https://orcid.org/0000-0002-7030-4187)

tbrito@pampano.unacar.mx

Dr. Ángel Esteban Torres Zapata

PTC. Universidad Autónoma del Carmen

ORCID [0000-0002-6066-3258](https://orcid.org/0000-0002-6066-3258)

etorre@pampano.unacar.mx

Dr. Juan Pablo Sánchez Domínguez

PTC. Universidad Autónoma del Carmen

ORCID: [0000-0002-6462-0968](https://orcid.org/0000-0002-6462-0968)

jsanchez@pampano.unacar.mx

RESUMEN

El estrés laboral constituye un fenómeno creciente con repercusiones en la salud y el desempeño de los trabajadores. En México, se ubica entre los países con mayor incidencia, afectando al 75% de la población económicamente activa. El presente estudio tuvo como objetivo caracterizar el nivel de estrés laboral percibido en los trabajadores de una empresa del sector petrolero. La investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, transversal, no experimental y descriptivo. La muestra estuvo conformada por 49 trabajadores, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se utilizó la Escala de Estrés Percibido (PSS-14), validada en México, la cual permite identificar niveles de estrés leve, moderado y alto. Los resultados revelaron que el 41% presentó un nivel leve, mientras que el 59% reportó niveles moderados y altos, destacando que los hombres manifestaron mayores niveles de estrés en comparación con las mujeres. Asimismo, las áreas de Recursos Humanos, Almacén y Comercialización concentraron las puntuaciones más elevadas. Estos hallazgos evidencian la necesidad de implementar estrategias de intervención en la organización, a fin de promover la salud mental y el bienestar de los trabajadores. Se concluye que el estrés laboral percibido representa un factor de riesgo para la productividad y la calidad de vida, siendo indispensable fortalecer las políticas preventivas en entornos laborales de alto riesgo.

Palabras clave: Estrés, Estrés Laboral, Estrés Percibido, Salud mental y Clima Laboral.

ABSTRACT

Workplace stress is a growing phenomenon with repercussions on the health and performance of workers. In Mexico, it is among the countries with the highest incidence, affecting 75% of the economically active population. The present study aimed to characterize the level of work-related stress perceived by workers in a company in the oil sector. The research was conducted using a quantitative, cross-sectional, non-experimental, and descriptive approach. The sample consisted of 49 workers, selected through non-probability convenience sampling. The Perceived Stress Scale (PSS-14), validated in Mexico, was used to identify mild, moderate, and high stress levels. The results revealed that 41% reported mild stress, while 59% reported moderate and high levels. Men reported higher levels of stress compared to women. Furthermore, the Human Resources, Warehouse, and Marketing departments had the highest scores. These findings highlight the need to implement intervention strategies within organizations to promote workers' mental health and well-being. It is concluded that perceived work-related stress represents a risk factor for productivity and quality of life, making it essential to strengthen preventive policies in high-risk work environments.

Keywords: Stress, Work Stress, Perceived Stress, Mental Health and Work Environment.

INTRODUCCIÓN

El estrés laboral es un fenómeno cada vez más frecuente que afecta tanto al bienestar físico y mental de los trabajadores como a la productividad de las organizaciones. Se define como un estado de preocupación o tensión mental generado por situaciones difíciles (OMS, 2023) y puede clasificarse en estrés agudo, agudo episódico y crónico (APA, 2010). Aunque no constituye en sí mismo un trastorno, se considera una respuesta inespecífica del organismo a demandas externas o internas (Selye, 1936).

En el ámbito laboral, los principales estresores se relacionan con cargas y jornadas excesivas, liderazgo inadecuado y presión por cumplir metas (STPS, 2017). Sus consecuencias incluyen enfermedades cardiovasculares, musculoesqueléticas y mentales, además de comportamientos de riesgo como abuso de sustancias, tabaquismo y trastornos de sueño (OMS, 2016).

A nivel internacional, México ocupa el primer lugar en estrés laboral, con una prevalencia de aproximadamente 75% de la población económicamente activa, superando a países como China y Estados Unidos (OMS, 2023). Esto lo convierte en un problema de salud pública y organizacional de gran relevancia.

En este contexto, comprender la percepción del estrés resulta clave, pues los trabajadores expuestos a las mismas condiciones pueden experimentar niveles distintos dependiendo de su autoeficacia, percepción de control y apoyo social disponible. El presente estudio se enfocó en caracterizar el nivel

de estrés laboral percibido en los trabajadores de una empresa del sector petrolero en el sureste de México, buscando aportar evidencia empírica que contribuya a la mejora de la salud laboral y el desempeño organizacional.

El estrés laboral ha sido reconocido como un riesgo psicosocial que impacta negativamente en la salud de los trabajadores y en el rendimiento de las organizaciones. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) advierte que puede derivar en depresión, angustia e incluso suicidio, como lo evidencian estudios realizados en Europa durante la crisis económica (Instituto Nacional de Salud Pública, 2020).

En México, la OIT estima que tres de cada cuatro trabajadores presentan algún grado de estrés laboral, mientras que la OCDE ubica al país en el primer lugar a nivel internacional en esta problemática (OIT, 2016). Entre las principales consecuencias se encuentran enfermedades cardiovasculares, musculares, ausentismo, rotación de personal, disminución de la productividad y accidentes de trabajo (Universidad de Boyacá, 2021).

A pesar de la existencia de la Norma Oficial Mexicana NOM-035-STPS, gran parte de las empresas no implementa estrategias efectivas para prevenir o reducir el estrés. Según OCC Mundial (2021), al menos la mitad de las organizaciones no realizan acciones para atenderlo, siendo los propios empleados quienes buscan alternativas de manejo mediante descanso, actividades físicas o recreativas.

Dada esta realidad, resulta indispensable estudiar y visibilizar la percepción del estrés laboral en sectores de alta demanda, como la industria petrolera, con el fin de diseñar propuestas de intervención que protejan la salud integral de los trabajadores y fortalezcan el clima organizacional. El presente estudio busca contribuir tanto al conocimiento académico como a la generación de recomendaciones prácticas que beneficien a los colaboradores y a la productividad empresarial.

METODOLOGÍA

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, de tipo transversal, no experimental y con un alcance descriptivo. La elección de este diseño metodológico se fundamenta en la necesidad de analizar el fenómeno del estrés laboral percibido tal como ocurre en la realidad de los trabajadores, sin manipulación de variables y en un único momento temporal. De acuerdo con Monjarás et al. (2019), las investigaciones cuantitativas son idóneas para establecer relaciones entre variables mediante la medición objetiva y sistemática, mientras que el carácter transversal permite obtener información en un solo punto en el tiempo, facilitando la identificación de patrones y tendencias en la población estudiada (Hernández et al., 2014). Por su parte, los estudios de alcance

descriptivo resultan adecuados cuando el interés radica en identificar y caracterizar la presencia de variables específicas, tal como lo refieren Cueva et al. (2022).

Población, muestra y muestreo

La población de referencia estuvo constituida por la totalidad de los empleados de una empresa del sector petrolero ubicada en el sureste de México. A partir de esta población, se seleccionó una muestra conformada por 49 trabajadores, empleando un muestreo de tipo no probabilístico por conveniencia, lo que permitió acceder de manera directa a los participantes disponibles durante el periodo de recolección de datos. Los colaboradores incluidos en la muestra presentaron un rango de edad comprendido entre los 20 y 59 años, de los cuales 18 (37%) fueron mujeres y 31 (63%) hombres, lo que reflejó una distribución heterogénea en términos de sexo y etapa de vida laboral.

Instrumento

Para la medición de los niveles de estrés percibido se empleó la Escala de Estrés Percibido (Perceived Stress Scale, PSS-14), desarrollada originalmente por Cohen, Kamarck y Mermelstein (1983). Para este estudio se utilizó la versión adaptada y validada en México por Flores et al. (2022), la cual cuenta con adecuados indicadores psicométricos de validez y confiabilidad (alfa de Cronbach superiores a 0.80 en diversos estudios).

El instrumento está compuesto por 14 ítems que evalúan el grado en que los individuos perciben su vida como impredecible, incontrolable y sobrecargada, dimensiones centrales del estrés subjetivo. La escala de respuesta fue de tipo Likert con cinco opciones:

0 = Nunca

1 = Casi nunca

2 = De vez en cuando

3 = A menudo

4 = Muy a menudo

Cabe señalar que algunos ítems (4, 5, 6, 7, 9, 10 y 13) están redactados en forma positiva, por lo que requieren inversión de puntuación previo al cálculo de la sumatoria final. La puntuación total oscila entre 0 y 56 puntos, lo que permite clasificar a los participantes en tres niveles: estrés leve (0–19 puntos), estrés moderado (20–25 puntos) y estrés alto (26 o más puntos), siguiendo los criterios propuestos por Patlán (2019).

Procedimiento de recolección de datos

El proceso de recolección se llevó a cabo de manera estructurada y bajo lineamientos éticos para garantizar la validez y confiabilidad de la información. En primer lugar, se gestionó la autorización

formal de la empresa mediante la entrega de una carta en la que se expusieron los objetivos, alcances y carácter confidencial de la investigación. Posteriormente, se convocó a los trabajadores seleccionados y se les proporcionó un consentimiento informado, en el cual se explicó de manera clara y accesible el propósito del estudio, la naturaleza voluntaria de su participación y las condiciones de anonimato y confidencialidad.

La aplicación de la PSS-14 se realizó de forma presencial durante febrero de 2025, en sesiones individuales de aproximadamente una hora de duración. Antes de iniciar, se solicitó a los participantes registrar datos sociodemográficos básicos (edad, sexo y área laboral). Una vez completados los cuestionarios, los datos fueron digitalizados y sistematizados en una base de datos para su análisis posterior.

Consideraciones éticas

La investigación se desarrolló conforme a los principios éticos establecidos en el Código Ético del Psicólogo (Sociedad Mexicana de Psicología, 2007), particularmente en los artículos 47, 49, 55, 56 y 60, que hacen referencia al respeto de la integridad de los participantes, la confidencialidad de la información y la participación voluntaria. Además, se garantizó a los colaboradores el derecho a retirarse del estudio en cualquier momento sin repercusión alguna.

Análisis estadístico

Para el procesamiento y análisis de la información se utilizó el programa Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 23.0 para Windows. Se aplicó estadística descriptiva mediante el cálculo de frecuencias absolutas, porcentajes y medidas de tendencia central. Estas herramientas permitieron caracterizar la muestra de acuerdo con variables sociodemográficas (edad, sexo y área laboral) y determinar los niveles predominantes de estrés percibido en la población estudiada.

RESULTADOS Y DISCUSION

La población participante estuvo conformada por 49 trabajadores de una empresa de la industria petrolera, con edades comprendidas entre los 20 y 59 años. La mayor proporción de la muestra se concentró en el grupo de 30 a 39 años, que representó el 43% del total, seguido por el grupo de 20 a 29 años con un 39%. En menor medida participaron trabajadores de entre 40 y 49 años (14%) y un pequeño grupo de entre 50 y 59 años (4%).

En cuanto a los niveles globales de estrés percibido, se encontró que el 41% de los trabajadores reportó un nivel leve, mientras que el 31% manifestó un nivel moderado y el 28% un nivel alto. Estos resultados evidencian que cerca de seis de cada diez trabajadores se ubican en los rangos de estrés

moderado o alto, lo que representa un indicador de riesgo en términos de salud ocupacional y bienestar laboral.

Al analizar los datos por áreas de trabajo, se identificó que los departamentos de Recursos Humanos, Almacén y Comercialización fueron los que presentaron los mayores niveles de estrés percibido, lo cual puede atribuirse a la naturaleza de sus funciones, la presión en el cumplimiento de objetivos y la constante interacción con demandas organizacionales.

Respecto a las diferencias por género, los hombres mostraron una mayor proporción de niveles altos de estrés, alcanzando el 18.37%, mientras que en las mujeres este nivel se presentó en un 10.20%. Por otra parte, los niveles moderados de estrés fueron más frecuentes en las mujeres (16.33%) que en los hombres (14.29%). Finalmente, en el nivel leve de estrés se observó una tendencia mayor entre los hombres (30.61%) frente a las mujeres (10.20%).

De manera global, los resultados revelan que los hombres concentran el 63.27% del estrés laboral percibido, mientras que las mujeres representan el 36.73%. Este hallazgo sugiere que, dentro de la muestra estudiada, los varones perciben una carga de estrés mayor que las mujeres, lo que abre la posibilidad de analizar las diferencias en cuanto a estrategias de afrontamiento, roles laborales y demandas específicas de cada puesto.

Los resultados obtenidos a partir de la aplicación de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14) revelaron que una proporción considerable de los trabajadores, equivalente al 28%, experimenta un nivel alto de estrés laboral. Este hallazgo representa una señal de alerta, ya que indica que dentro de la organización existen factores que están generando un desgaste emocional constante, lo cual puede traducirse en problemas de salud, ausentismo laboral o disminución en la productividad. Si bien este porcentaje resulta inferior al reportado por García et al. (2013), quienes encontraron un 59.47% de estrés alto en trabajadores de la salud, la magnitud observada en este estudio sigue siendo significativa, sobre todo considerando las exigencias propias del sector petrolero y las condiciones de trabajo que implican alta responsabilidad y presión continua.

En términos generales, más de la mitad de los trabajadores (59%) manifestó encontrarse en los niveles moderado o alto de estrés. Esto evidencia que el fenómeno trasciende a la minoría y se constituye en un problema de salud laboral que debe ser atendido con prioridad. Resultados similares han sido reportados por Delgado, Calvanapón y Cárdenas (2020), quienes señalaron que en su investigación el 98% de los participantes presentaba niveles medio y alto de estrés laboral. Esta coincidencia refuerza la idea de que el estrés no solo es un malestar aislado, sino un riesgo psicosocial que puede afectar seriamente tanto el bienestar personal como la eficiencia organizacional.

CONCLUSIONES

Los trabajadores de la industria petrolera perciben un nivel de 41% leve de estrés laboral, lo cual existe un porcentaje representativo que enfrenta niveles moderados y altos (59% en conjunto), lo cual señala una alerta para la organización. Este panorama refleja la necesidad de adoptar medidas orientadas a prevenir y reducir el estrés laboral, especialmente en las áreas más afectadas como lo es; RRHH, comercial y almacén.

Los factores que lo generan incluyen altas cargas de trabajo, falta de control sobre las tareas, relaciones laborales conflictivas y la escasa conciliación de la vida personal y profesional. Este tipo de estrés no solo afecta negativamente en el rendimiento y la productividad, sino que también incrementa el riesgo de enfermedades físicas y psicológicas, como ansiedad, depresión o trastornos cardiovasculares.

Asimismo, los resultados permiten concluir que el estrés percibido está influido tanto, por la edad como por el área laboral, lo que sugiere que las estrategias para mitigar el estrés deben ser contextualizadas y personalizadas.

Finalmente, abordar el estrés no solo beneficia al trabajador, sino que contribuye directamente al fortalecimiento de la cultura organizacional, al incremento de la productividad y a la retención del talento humano.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, G. (2017). Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en el personal de enfermería del hospital del Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social IESS, Santo Domingo de los Tsáchilas. Repositorio Digital. <https://dspace.uniandes.edu.ec/handle/123456789/7974>
- Asociación Americana de Psicología. (2010). Los distintos tipos de estrés. <https://www.apa.org/topics/stress/tipos>
- Astroza, D., García, C., & Bello, N. (2024). Asociación entre la percepción de estrés laboral con los factores sociodemográficos y laborales en trabajadores chilenos. *Revista de la Asociación Española de Especialistas en Medicina del Trabajo*, 33(3): 286-295. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S3020-11602024000300002&lng=es&tlng=es.
- Boluarte, A., Navarro, A. & Villarreal, D. (2021). Modelo explicativo del estrés percibido en la población general: un estudio transversal en el Perú durante el contexto de la covid-19. *Frontiers*. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.673945>

- Ceballos, P., Solorza, J., Marín, N., Moraga, J., Gómez, N., Segura, F., & Andolhe, R. (2019). Estrés percibido en trabajadores de atención primaria. *Ciencia y enfermería*, 25 (5). <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532019000100204>
- Cozzo, G., & Reich, M. (2016). Estrés percibido y calidad de vida relacionada con la salud en personal sanitario asistencial. *Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 8(1),1-15. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333145838001>
- Delgado, S., Calvanapón, F., & Cárdenas, K. (2020). El estrés y desempeño laboral de los colaboradores de una red de salud. *Revista Eugenio Espejo*, 14(2): 11-18. <https://www.redalyc.org/journal/5728/572863748003/html/>
- Diario Oficial de la Federación. (2018). Nom-035-stps-2018: Factores de riesgo psicosocial en el trabajo- Identificación, análisis y prevención.
- Díaz, A. (2017). Repercusión del estrés percibido y del estrés laboral en los factores de riesgo cardiovascular y en la respuesta inmunitaria mediada por inmunoglobulinas en población laboral. (Tesis Doctoral Inédita). Universidad de Sevilla, Sevilla.
- Díaz, J. (2017). Estrés alimentario y salud laboral vs. estrés laboral y alimentación equilibrada. *Revista Medicina y Seguridad del Trabajo*, 53(209):93-99. [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2007000400012&lng=es&tlng=es.](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2007000400012&lng=es&tlng=es)
- Duval, F., González, F., & Rabia, H. (2010). Neurobiología del estrés. *Revista chilena de neuropsiquiatría*, 48(4),307-318. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-92272010000500006>
- García, B., Maldonado, S., Ramírez, M. & Lozano, M. (2013). Diagnóstico del nivel de estrés laboral y su relación con el apoyo social percibido en trabajadores de la salud mexicanos. *Global Conference on Business and Finance Proceedings*, 8 (19: 1350-1358. https://www.researchgate.net/publication/293488574_diagnostico_del_nivel_de_estres_laboral_y_s_u_relacion_con_el_apoyo_social_percibido_en_trabajadores_de_la_salud_mexicanos
- García, M., & Gil, M. (2016). El estrés en el ámbito de los profesionales de la salud. *Persona*, 19(019): 11-30. <https://doi.org/10.26439/persona2016.n019.968>
- González, C., Giraldo, V., Cano, M., & Ramírez, D. (2017). Factores laborales y estrés percibido en los conductores de buses Medellín. *Investigaciones Andina*, 21(38): 23-37. <https://www.redalyc.org/journal/2390/239066209002/movil/>
- <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2020.00537/full>

- Mesa, N. (2019). Influencia de la inteligencia emocional percibida en la ansiedad y el estrés laboral de enfermería. *Ene* 13(3): 1-26. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1988-348X2019000300010&lng=es&tlng=es
- Monjaraz, P. (2019). Reconstruir la comunidad humana desde desde la empatía, como un medio para generar La Paz. *Open Insight*, 10(20), 79-93. <https://doi.org/10.23924/oi.v10i20.386>
- OMS. (2016). Estrés en el trabajo: Un reto colectivo. Organización Internacional del Trabajo. 5-57. <https://www.ilo.org/es/publications/estr%C3%A9s-en-el-trabajo-un-reto-colectivo>
- Ortega, C. (2025). Qué es el clima organizacional. Características e importancia. QuestionPro. <https://www.questionpro.com/blog/es/que-es-el-clima-organizacional/>
- Ostos, R. (2024). Tipos de estrés. Centro Médico ABC. <https://centromedicoabc.com/revista-digital/tipos-de-estres/>
- Ostos, R. (2025). Qué es salud mental. Centro Médico ABC. <https://centromedicoabc.com/revista-digital/que-es-la-salud-mental/>
- Pades, A., (2021). Apoyo social en el lugar de trabajo. Última Hora. <https://www.ultimahora.es/noticias/economico/2021/12/07/1675285/apoyo-social-lugar-trabajo.html>
- Patlán, J., (2019). ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? *Revista Salud Uninorte*, 35(1): 156-184. <https://www.redalyc.org/journal/817/81762945010/html/>
- Peña, I., Nieto L., Sanchez D., Relación entre estrés percibido y calidad de sueño en enfermeras de turnos nocturno y rotativo. *Revista Colombiana de Enfermería*, 18 (3). <https://doi.org/10.18270/rce.v18i3.2640>
- Pujadas, M., Pérez, M., & García, P. (2020). Estrés y control percibido en trabajadores de emergencias. *Ansiedad y Estrés*, 26(1): 52-58. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.12.005>.
- Ramírez, J. (2019). El estrés laboral desde una perspectiva relacional. Un modelo interpretativo. *Revista Colombiana de Antropología*, 55(2): 117-147. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0486-65252019000200117&lang=es
- Reid, S., Smith, M., Segal, J., & Robinson, L. (2024). Prevención y tratamiento del síndrome de desgaste emocional. HelpGuide.org. <https://www.helpguide.org/es/estres/prevencion-y-tratamiento-del-sindrome-de-desgaste-emocional>
- Rodríguez, R., & Rivas. S., (2011). Los procesos de estrés laboral y desgaste profesional (burnout): diferenciación, actualización y líneas de intervención. *Medicina y Seguridad del Trabajo*, 57(1): 72-88. <https://dx.doi.org/10.4321/S0465-546X2011000500006>

- Ruiz, A. (2023). Bienestar psicológico: ¿Qué es y cómo conseguirlo? Instituto Europeo de Psicología Positiva. <https://www.iepp.es/bienestar-psicologico/>
- Sánchez, J; (2010). Estrés laboral. Centro de documentación del Ministerio de Salud Costa Rica. https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/shared/biblio_view.php?bibid=6323&tab=opac
- STPS. (2017). Aplica STPS guía de OIT para prevenir estrés laboral y adicciones. <https://www.gob.mx/stps/prensa/aplica-stps-guia-de-oit-para-prevenir-estres-laboral-y-adicciones>
- Tobar Soto, Leticia Cecilia. (2022). Hiperkortisolemia y estrés. Impacto en las funciones cognitivas. Revista Científica UISRAEL, 9(1), 139-157. Epub 10 de abril de 2022. <https://doi.org/10.35290/rcui.v9n1.2022.497>
- Torres, M., Morales, V., Carrillo, V., Montaña, A. & Rodríguez, A. (2015). Validación psicométrica de escalas pss-14, afa-r, hdrs, ces-d, ev en puérperas mexicanas con y sin preeclampsia. Enfermería Universitaria, 12(3), 122-133. <https://doi.org/10.1016/j.reu.2015.08.001>
- Triveño, G., (2007). El estrés laboral como síntoma de una empresa. Perspectivas 20(1):55-66. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=425942331005>
- Vásquez, S., & González, Y. (2022). El estrés y el trabajo de enfermería: factores influyentes. Más Vida, 2(2): 51–59. <https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0010>
- Xairó, A., (2023). ¿Cómo afecta la carga de trabajo a tus empleados? PayFit. <https://payfit.com/es/contenido-practico/carga-de-trabajo/>
- Xairó, A., (2024). ¿Cuáles son las causas de la rotación de personal? PayFit. <https://payfit.com/es/contenido-practico/rotacion-de-personal/>
- Zárate, L., & Morales, M., (2022). Compromiso laboral y estrés percibido en residentes de dermatología y otras especialidades en instituciones públicas. Investigación en educación médica, 11(42), 78-85. <https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2022.42.21405>

EVALUACIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES EN ESTUDIANTES DE DERECHO INTERNACIONAL Y ACTUARÍA DE LA UAEMÉX: UN ESTUDIO DESCRIPTIVO

Doctora en Ciencias de la Educación Karina González Roldán

Profesora de Tiempo Completo

Universidad Autónoma del Estado de México, Unidad Académica Profesional Cuautitlán Izcalli

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-6888-8104>

kgonzalezr@uaemex.mx

Doctora en Derecho Procesal Liliana Antonia Mendoza González

Profesor de Tiempo Completo

Universidad Autónoma del Estado de México, Unidad Académica Profesional Cuautitlán Izcalli

ORCID: <http://orcid.org/0000-0001-5323-9347>

lamendozag@uaemex.mx

Doctor en Derecho Civil Mauricio José Hernández Sarti

Profesor de Tiempo Completo

Universidad Autónoma del Estado de México, Unidad Académica Profesional Cuautitlán Izcalli

ORCID: <http://orcid.org/0000-0003-0454-5748>

mjhernandezs@uaemex.mx

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo identificar los riesgos psicosociales a los que se enfrentan principalmente los estudiantes de las Licenciaturas en Derecho Internacional y Actuaría de la Universidad Autónoma del Estado de México (UAEMéx). Reconocer estos factores resulta fundamental para prevenir problemas de salud vinculados al ámbito psicosocial, como el estrés y el síndrome de burnout, que afectan de manera creciente a la comunidad estudiantil. Para alcanzar este objetivo, se propone un estudio cuantitativo de alcance descriptivo con un diseño no experimental. La recolección de datos será de tipo transversal y se realizará mediante encuestas, lo que permitirá conocer de primera mano la percepción de los estudiantes acerca de su entorno académico y de las fuentes de tensión presentes en su vida universitaria. El instrumento de medición será diseñado por la Red de Investigación Latinoamericana en Competitividad Organizacional (RILCO) y se aplicará a través de medios electrónicos. El análisis de los resultados no solo permitirá identificar los riesgos psicosociales presentes, sino también formular recomendaciones orientadas a fortalecer el bienestar integral de los estudiantes, aspecto especialmente relevante dado que el contexto universitario puede convertirse en un factor decisivo para la salud mental de los jóvenes.

Palabras clave: Calidad Educativa, Riesgos Psicosociales, Estudiantes Universitarios

ABSTRACT

This research aims to identify the psychosocial risks faced primarily by students enrolled in the Bachelor's Degrees in International Law and Actuarial Science at the Autonomous University of the State of Mexico (UAEMéx). Recognizing these factors is essential to prevent health problems related to the psychosocial sphere, such as stress and burnout syndrome, which are increasingly affecting the student community. To achieve this objective, a quantitative, descriptive, non-experimental study is proposed. Data collection will be cross-sectional and conducted through surveys, which will provide first-hand information on students' perceptions of their academic environment and the sources of tension they face in their university life. The measurement instrument will be designed by the Latin American Research Network on Organizational Competitiveness (RILCO) and will be administered electronically. The analysis of the results will not only allow the identification of existing psychosocial risks but also enable the formulation of recommendations aimed at strengthening students' overall well-being—an especially relevant aspect, since the university environment can become a decisive factor in young people's mental health.

Keywords: Educational Quality, Psychosocial Risks, University Students

INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) definió en 1984 los riesgos psicosociales como aquellos aspectos relacionados con la organización, el contenido y la realización del trabajo que pueden afectar al bienestar y la salud del trabajador (OIT. y OMS., 1988).

La presente investigación se centra en el análisis de los riesgos psicosociales con el objetivo de determinar el nivel de afectación e incidencia de síntomas como el *boreout*, *burnout*, estrés estudiantil, tecnoestrés y *mobbing* en estudiantes de educación superior. Estos factores impactan de manera significativa en el rendimiento académico y en el bienestar general del alumnado, dificultando el desarrollo óptimo de sus actividades académicas. Diversos estudios han abordado estas problemáticas para comprender no solo sus efectos en los estudiantes, sino también las repercusiones que generan en las propias instituciones educativas.

El concepto de *burnout* fue introducido por Freudenberger (1974) para describir un estado de agotamiento físico y emocional en profesionales de los servicios humanos, caracterizado por fatiga, irritabilidad y disminución del rendimiento. Este autor lo define como “un estado de fatiga o frustración que resulta de la dedicación a una causa, forma de vida o relación que no produce el resultado esperado” (p. 159). De acuerdo con la OMS (2020), el *burnout* no se considera una enfermedad, sino un “síndrome resultante del estrés crónico en el lugar de trabajo que no se ha manejado con éxito”. En el contexto académico, este fenómeno puede manifestarse como agotamiento emocional, actitudes negativas frente a las tareas escolares, despersonalización y sensación de baja eficacia personal (Maslach y Jackson, 1981), aumentando el riesgo de depresión, ansiedad y deserción escolar. Su comprensión y evaluación son fundamentales para diseñar estrategias preventivas que promuevan el equilibrio emocional y el rendimiento académico.

El estrés estudiantil, por su parte, se define como una respuesta física y psicológica que emerge cuando las demandas académicas, sociales o institucionales superan los recursos percibidos del estudiante para afrontarlas (Misra y Castillo, 2004). En la educación superior intervienen no solo factores individuales, sino también condiciones organizacionales —como clima, estructura o liderazgo— que pueden actuar como estresores significativos.

En cuanto al tecnoestrés, este término fue acuñado por Craig Brod (1984) en su obra *Technostress: The Human Cost of the Computer Revolution*, donde lo describe como “una enfermedad de adaptación causada por la falta de habilidad para tratar con las nuevas tecnologías del ordenador de manera saludable”. Se trata de un fenómeno emergente que afecta cada vez más a los universitarios, derivado del uso intensivo de tecnologías digitales en los procesos de enseñanza-aprendizaje. Esta sobreexposición genera ansiedad, fatiga mental, irritabilidad, comportamientos evasivos y disminución del rendimiento académico. La medición y comprensión del tecnoestrés resultan esenciales para diseñar intervenciones que promuevan un uso saludable y equilibrado de los recursos tecnológicos.

Por último, el *mobbing* —o acoso psicológico sistemático— es una forma de violencia social o laboral que se ejerce de manera reiterada sobre una persona con el propósito de desestabilizarla emocionalmente, deteriorar su reputación o forzarla a abandonar su entorno (Leymann, 1996). Aunque tradicionalmente se ha estudiado en el ámbito laboral, también puede presentarse en contextos académicos. Según Leymann (1996), el *mobbing* consiste en “una comunicación hostil y sin ética dirigida de manera sistemática contra uno o varios individuos, quienes, debido a ello, son empujados a una posición de indefensión y se ven obligados a permanecer en ella por razones de continuidad laboral o académica”. Su presencia en entornos universitarios se asocia con problemas de salud mental, disminución del rendimiento y riesgo de abandono escolar, por lo que su identificación es clave para diseñar protocolos de prevención y atención.

METODOLOGÍA

La investigación se hará con un enfoque cuantitativo y descriptivo, sin modificar las condiciones, para conocer los riesgos psicosociales que afectan a los estudiantes de la licenciatura en Actuaría y Derecho Internacional de la Universidad Autónoma del Estado de México. Se estudiará a partir de encuestas aplicadas a estudiantes, seleccionados de un total de 222, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error bajo para asegurar la precisión.

Se analizarán problemas psicosociales como estrés, tecnoestrés, boreout, burnout y mobbing, y cómo están relacionados con riesgos emocionales, cognitivos y conductuales según pautas internacionales de organizaciones como la OIT y la OMS.

El estudio registra la situación actual sin intervenir, aplicando un cuestionario en línea basado en la Escala Likert para recoger datos. Los resultados serán analizados con un software estadístico (SPSS) para facilitar su interpretación y comprender mejor la realidad de estos estudiantes.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

De acuerdo con los resultados los alumnos de la Universidad Autónoma del Estado de México, quienes están cursando actualmente sus estudios, cabe mencionar que estos perfiles profesionales son completamente opuestos, mientras que Actuaría pertenece a las Ciencias Físico Matemáticas y de la Ingeniería y Negocios, la licenciatura en Derecho Internacional pertenece al área de Ciencias Sociales y Humanidades; en la Gráfica 1. Riesgos Psicosociales el estudio refleja el síndrome boreout con 2.96, seguido con 2.67 al burnout, al estrés estudiantil 2.32, el tecnoestrés le corresponde un 1.81 y finalmente al moobing con un 1.32 puntos.



Gráfica 1: Riesgos Psicosociales.

Fuente: Elaboración propia.

A continuación, se desglosará cada uno de los riesgos psicosociales, expresando los puntos que alcanzó cada manifestación por síndrome, es decir, cuál tuvo mayor puntaje al menor.

1. BOREOUT

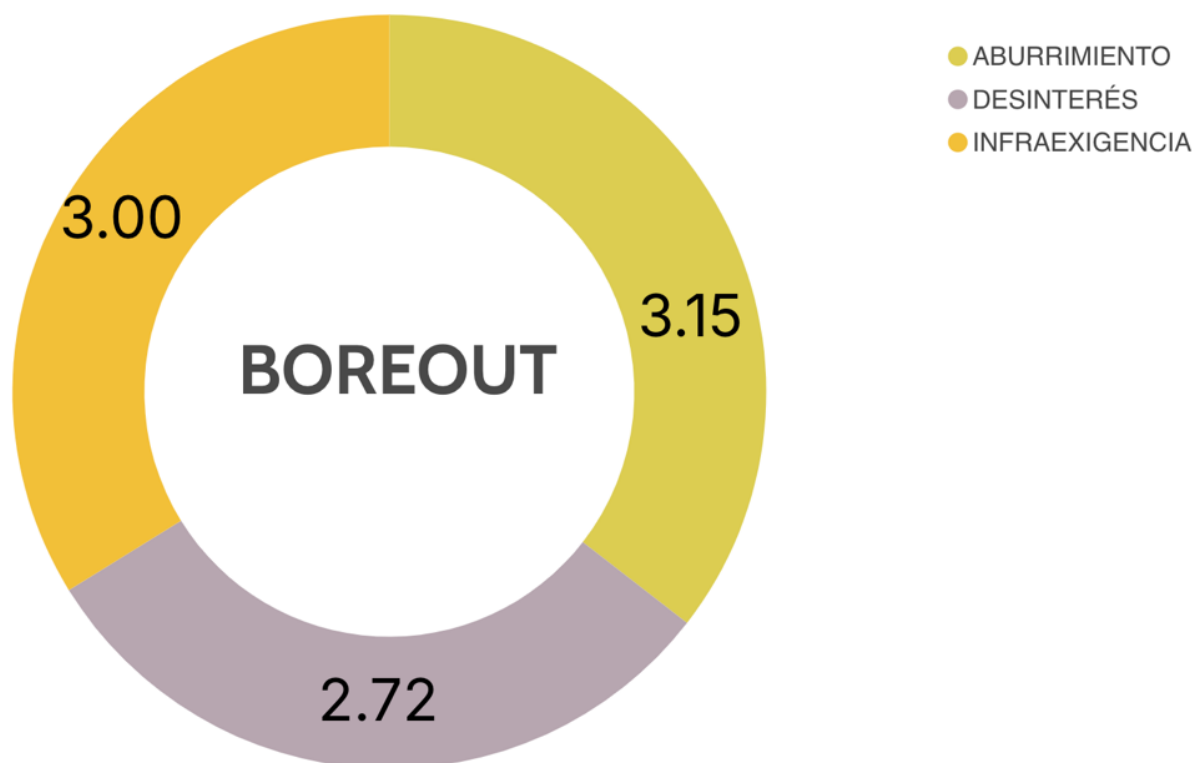
Como lo determinan Rothlin y Werder (2011), existe una tríada de condiciones de trabajo que sugieren la presencia de este síndrome. Estas situaciones que se entrelazan sensiblemente de manera interdependiente, vividas de forma intensa y continua, pueden conducir a sentimientos crónicos de aburrimiento en el trabajo.

En ambos perfiles expresan que el aburrimiento con 3.15 puntos, como lo muestra la gráfica 2. *Boreout*, este puede ser provocado por el tipo de actividades a realizar durante su formación profesional, si estas son monótonas tediosas y sin sentido, debido al contenido de las tareas y

desarrollo de sus clases por parte del docente, el ítem con menor puntaje es que los estudiantes no saben qué hacer con su tiempo.

En segundo lugar, con 3.00 puntos, está la infra exigencia, de acuerdo con el instrumento los estudiantes manifestaron con mayor puntaje que pueden dar más de lo que le exigen los profesores y en segundo lugar dentro de este síntoma considera que la cantidad de trabajos es adecuada con su capacidad.

Y finalmente, dentro de este primer riesgo psicosocial, el desinterés con 2.72 puntos arrojan que de los seis ítems que abordan estos síntomas son que los estudiantes se sienten motivados con las



tareas asignadas y que se sienten identificados con el trabajo académico.

Estos tres componentes están siempre ligados de algún modo e interactúan entre sí, y prácticamente se encuentran en cadena, lo que provoca la presencia del síndrome de boreout en los trabajadores; en otras palabras, a aquel que se encuentra infra exigido empieza a aburrirle el trabajo, y quien se aburre empieza a perder interés por lo que hace. Por esta razón, resulta difícil separar dichos componentes al momento de establecer criterios para su medición (Rothlin y Werder, 2011).

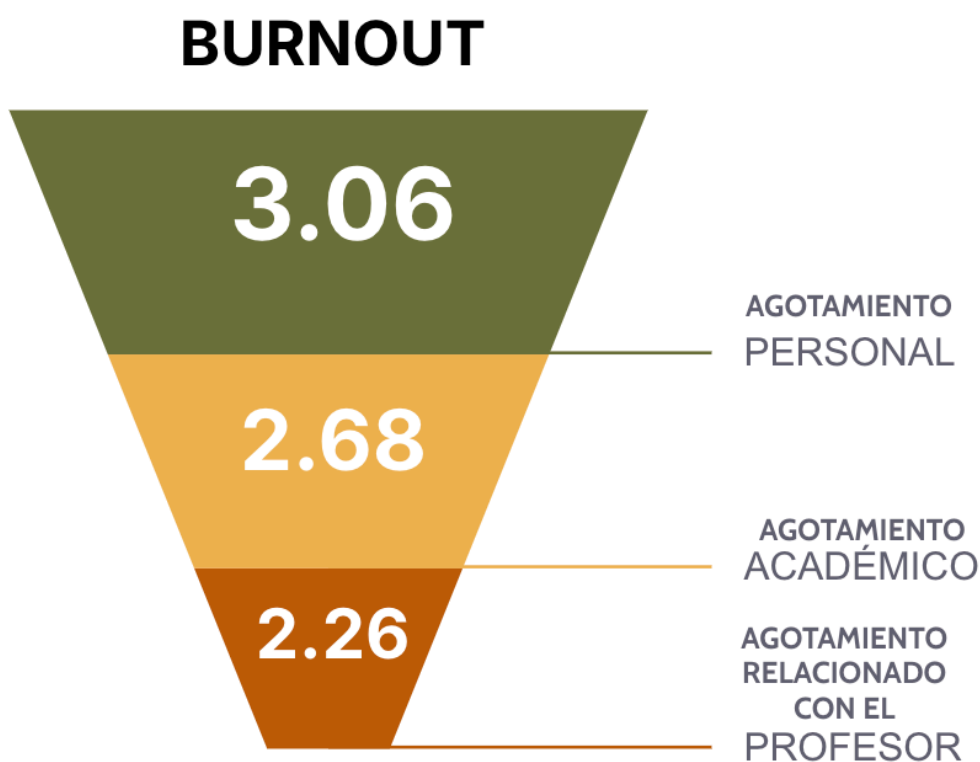
Gráfica 2: Boreout.

Fuente: Elaboración propia.

El nivel de *Boreout* estudiantil de acuerdo a los datos arrojados es **MODERADO**.

2. BURNOUT

Este síndrome de agotamiento refleja con mayor puntaje al estudiante, es decir, su agotamiento recae en que se siente frecuentemente cansado y físicamente agotado con 3.06 puntos, posteriormente con 2.98 se encuentra en agotamiento académico, finalizando este agotamiento físico relacionado con el profesor obteniendo 2.26 puntos, de los cuales los ítems más altos señalan que le resulta difícil trabajar con los requerimientos de los profesores y que al trabajar con ellos le provoca agotamiento; como se observa en la gráfica 3. *Burnout*.



Gráfica 3: Burnout.

Fuente: Elaboración propia.

El nivel de *Burnout* estudiantil de acuerdo a los datos arrojados es: **MODERADO**.

3. ESTRÉS ESTUDIANTIL

El análisis de los datos obtenidos en la encuesta aplicada a los estudiantes de las licenciaturas en Actuaría y Derecho Internacional de la UAEMéx revela un panorama general de los factores organizacionales asociados al estrés estudiantil. Los valores promedio obtenidos en cada dimensión

(en una escala de 1 a 5) permiten identificar áreas críticas y aspectos susceptibles de mejora como se muestra en la gráfica 4.

Con 2.69 puntos la tecnología puede facilitar procesos académicos, el puntaje indica que su implementación genera cierta tensión, ya sea por sobrecarga de plataformas, deficiencias técnicas o exigencias digitales elevadas, de los ítems que se preguntaron en este factor: El equipo disponible para llevar a cabo mis actividades académicas es limitado y no me permite terminar a tiempo; no se proporciona conocimiento actualizado para seguir siendo competitivo y no se cuenta con la tecnología para tener un desempeño académico importante.

Para este factor territorio organizacional alcanzó 2.59 puntos el cual podría significar que los espacios disponibles son insuficientes, inseguros o poco funcionales para las actividades académicas, contribuyendo al estrés.

Mientras con 2.53 puntos la Estructura Organizacional muestra una percepción moderada sobre la claridad de las estructuras administrativas y académicas. Procesos burocráticos, comunicación insuficiente o procedimientos poco claros podrían estar generando frustración y sobrecarga en los estudiantes, como le reflejaron en los ítems: la estructura formal tiene demasiado papeleo y burocracia y la cadena de mando en la universidad no se respeta.



El nivel de Estrés Estudiantil de acuerdo a los datos arrojados es: **BAJO**.

4. TECNOESTRÉS

Este estado psicológico negativo causado por el uso excesivo o inadaptado de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC), los estudiantes manifestaron con 2.17 puntos la sobrecarga informacional, es decir, sus respuestas se inclinaron hacia el ítems donde concentran su atención constantemente en su celular, tableta o reloj para comprobar si ha recibido mensajes, así como interrumpen sus actividades en clase o estudio por el uso de equipos como celular, tableta o reloj inteligente, o similares.

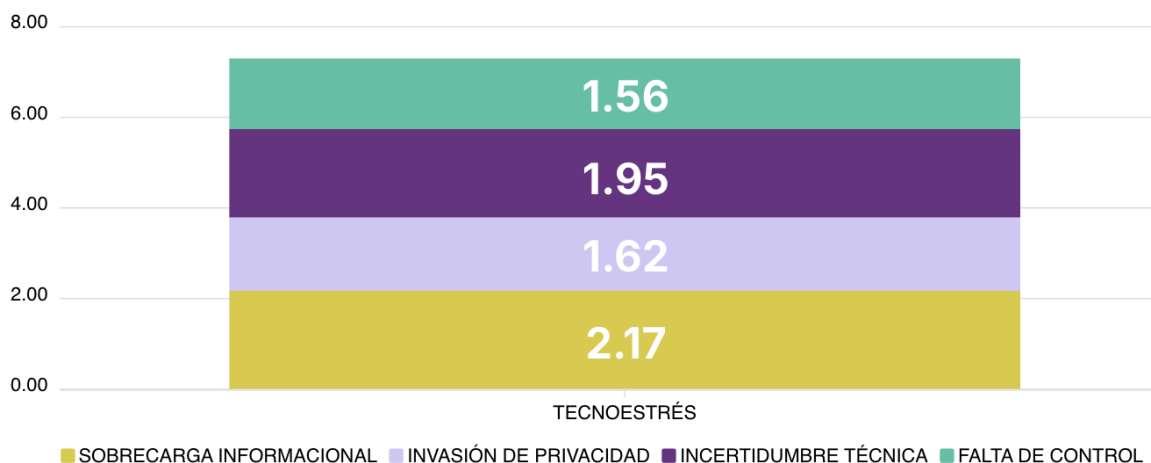
El promedio del rubro incertidumbre técnica se cuenta con 1.95 puntos donde los encuestados expresan que utilizar el dispositivo móvil mientras come y van al sanitario, una dependencia cevera con el celular.

En lo que respecta el tecnoestrés, de la invasión de la privacidad alcanzó 1.62, en la cual los ítems con mayor puntaje reflejan que los estudiantes de Actuaría y Derecho Internacional se ponen ansiosos cuando ven que su celular se queda sin batería, saldo o internet, o no lo encuentran, además de sentirse agobiado/a por la cantidad de mensajes de texto, voz, correos, redes, etc., que reciben.

Y por último, tal lo muestra la gráfica 5. Tecnoestrés, con 1.56 puntos alcanzo la falta de control y con ítems con mayor puntaje los cuales son: Sientes que es más fácil y prefieres la comunicación con otras personas a través medio electrónicos que realizarlo presencialmente y tristemente has perdido ganas para hablar o interactuar frente a frente con tu familia, pareja, amigos, etc.

Gráfica 5: Tecnoestrés.

Fuente: Elaboración propia.

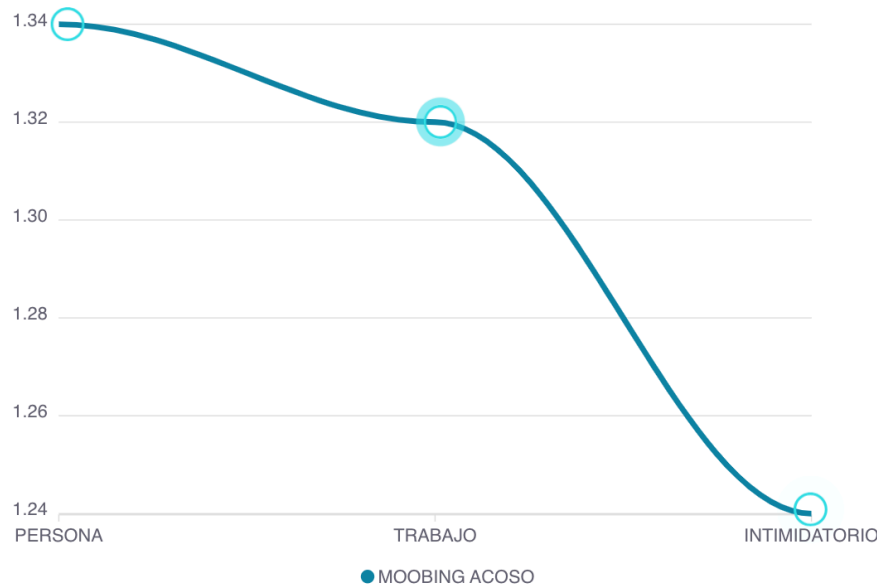


El nivel de Tecnoestrés estudiantil de acuerdo a los datos arrojados es: **BAJO**.

5. MOOBING

Según Leymann (1996) y Einarsen et al. (2011), las conductas de *mobbing* pueden clasificarse en distintas dimensiones, el *moobing* entre estos perfiles profesionales es uno de los síntomas más bajos dentro de los riesgos psicosociales, como lo muestra la gráfica 6. *Moobing*, con 1.34 puntos el acoso orientado a la persona, lo consiste en acciones dirigidas directamente a la víctima para dañar su autoestima, dignidad o reputación, uno de los ítems más altos de esta dimensión fue la difusión de chismes y rumores sobre el estudiante.

Con 1.32 puntos se encuentra el acoso orientado con el trabajo, el cual son las conductas que buscan obstaculizar o sabotear el desempeño profesional o académico de la víctima; los ítems donde se enfocaron los estudiantes encuestados fueron: Que sus opiniones y puntos de vista sean ignorados y Presión para no reclamar algo a lo que por ley tiene derecho (es decir, justificación de faltas por enfermedad, revisión de calificaciones o resultados de evaluaciones, entre otras), esta última, es para poner atención que no sea una costumbre que se presente en la institución. Finalmente, el acoso intimidatorio alcanzó 1.24 puntos, se centra en amenazas explícitas o implícitas, gestos intimidantes, hostigamiento verbal o físico que generan miedo y sensación de inseguridad en la víctima, a lo que los estudiantes respondieron, con mayor puntaje dentro de esta dimensión con los ítems ser objeto de burlas y sarcasmo excesivos y estar expuesto a una carga de trabajo inmanejable.



Gráfica 6:
MOOBING.

Fuente:

Elaboración propia.

El nivel de *Moobing* estudiantil de acuerdo a los datos arrojados es: **BAJO**.

CONCLUSIONES

Los resultados obtenidos en la población estudiantil que cursa las licenciaturas de Actuaría y Derecho Internacional permiten identificar distintas problemáticas orientadas al análisis del bienestar y psicosocial así como del entorno organizacional universitario que se relacionan.

En primer lugar, al detectar un número elevado de respuestas en el sentido de la preocupación por si se presenta el *boreout*, es posible deducir que una parte de la comunidad académica en el ámbito estudiantil presenta este fenómeno; no obstante, poner bajo la lupa el efecto que algunas de las características de las acciones docentes en los salones de clase podrían ser factores que propiciarán su aparición resulta acertado y es recomendable hacerlo para futuros estudios. El *boreout* es un “síndrome ocupacional” debido a la desmotivación crónica que deriva de un sentimiento de estar estancado, sin retos ni compromisos, aburrido, y con una percepción de transitar por la vida sin metas y su posible detección en la comunidad estudiantil concuerda con la falta de retadora exposición que viven los alumnos en el aula y en el campus, así como la falta de orientación, escasez de clases; de orientaciones generales, aplicaciones prácticas y de favoritismo por el docente, entre otras.

Respecto a los factores organizacionales a los que se tiene acceso directo a través de este instrumento, sus niveles intermedios y bajos indican que se hace necesario establecer acciones ordinarias e institucionales orientadas a optimizar las condiciones mediante las siguientes acciones:

- Propiciar, en la medida de lo posible, adherencia, familiaridad, unidad en los grupos a partir de los alumnos que no se llevan bien, haciendo un frente común para evitar su rechazo.
- Procurar siempre las aulas y equipamiento necesarios para desarrollar el trabajo orientado al logro o mantener el proceso lo mejor posible.

Por lo que sería necesario implementar estrategias que conlleven a minimizar el impacto y estrés académico, ofreciendo una mejora en calidad de vida universitaria. El nivel de ansiedad que puede provocar el que no tengan acceso a su celular, ya sea por que se les olvidó, se quedaron sin batería o sin datos, están dependiendo de manera considerable de estos dispositivos. A pesar de que la falta de control es un ítem con el promedio más bajo los cuestionamientos con mayor puntaje, llamaron la atención por que indican que prefieren comunicarse con las personas por medios electrónicos y no personalmente, lo llamado *face to face* y que han perdido el interés de hablar interactuar frente a frente con tu familia, pareja, amigos, etc. son situaciones alarmantes que sociedad se esta formando con tener tan accesible la tecnología.

Dentro de las instituciones académicas superiores, la comunidad también puede presentar generaciones de comportamiento que se constituyen en una pauta para ser posteriormente funcionales dentro del entorno organizacional. De esta manera, las conductas de acoso de tipo horizontal, vertical o mixto en cualquiera de sus modalidades, inciden negativamente en la

comunidad estudiantil y en su desarrollo integral en el ámbito de la salud y la regulación. Es probable que también en la comunidad estudiantil esta situación provoque efectos negativos sobre la salud, el abandono de los estudios y la disminución del rendimiento. Se recomienda establecer medidas que contribuyan a detectarla e institucionar protocolos de actuación en caso de verse implicado algún miembro de la comunidad.

En un sentido general, bajo el análisis del contexto social de la universidad, este estudio establece la importancia de diseñar acciones institucionalistas orientadas a minimizar el impacto del fenómeno por o en la comunidad, que generen bienestar y contribuyan a mejorar la vida universitaria, la salud y la integralidad en el desarrollo de la comunidad a todos los niveles.

Como conclusión paralela y como problemática futura, es relevante el contar con información específica de los tipos de fenómenos disfuncionales que se pretende evitar; así como proponer acciones específicas sobre lo que puede influir indirectamente en términos de disfuncionalidad organizacional, considerando las acciones docentes, los recursos e infraestructura y el modo o descripción de los fenómenos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cabrera, L. (2014). Síndrome de Boreout: Diseño, confiabilidad y validación preliminar de un instrumento para su medición. *Revista de la Universidad Industrial Santander Salud*, 46(3), 259-265.
- Coppari, Norma Beatriz; Bagnoli, Laura; Codas, Geronimo; López, Heidi; Martínez, Úrsula; Martínez, Larissa; Montanía, Maureen (2018). Validez y confiabilidad del cuestionario de tecnoestrés en estudiantes paraguayos Perspectivas en Psicología: *Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 15(2), pp. 40-55 Universidad Nacional de Mar del Plata Argentina
- Erwandi, D., Kadir, A., & Lestari, F. (2021). Identification of Workplace Bullying: Reliability and Validity of Indonesian Version of the Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R). *International journal of environmental research and public health*, 18(8), 3985. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083985>
- Kristensen, TS, Borritz, M., Villadsen, E. y Christensen, KB (2005). *El Inventario de Burnout de Copenhague: Una nueva herramienta para la evaluación del burnout*. *Trabajo y Estrés*, 19(3), 192-207. <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>
- Llaneza, F. J. (2010). *Ergonomía y psicología aplicada*. Editorial Lex Nova SA, 15 edición.
- Rothlin, P., y Werder, P. (2011). *El nuevo Síndrome Laboral Boreout*. Penguin Random House Grupo Editoria.