

Carta al editor sobre el artículo “Tecnoestrés en docentes durante la pandemia por la COVID-19 y sus implicaciones en la enseñanza a distancia en la región Sierra del Perú”

Letter to the editor regarding the article “Technostress in teachers during the COVID-19 pandemic and its implications for distance learning in the Sierra region of Peru”

Sandra Leonor Cauti Curi^{1*} <https://orcid.org/0009-0006-7063-9426>

Jessica Elizabeth Acevedo Flores¹ <https://orcid.org/0000-0002-0050-7886>

¹Universidad Privada San Juan Bautista. Lima, Perú.

*Autor para la correspondencia: sandra.cauti@upsjb.edu.pe

Recibido: 13/06/2025

Aceptado: 07/06/2025

Estimado Editor:

Hemos leído con gran detenimiento e interés el artículo de Medina-Quispe y otros, titulado “Tecnoestrés en docentes durante la pandemia por la COVID-19 y sus implicaciones en la enseñanza a distancia en la región Sierra del Perú”, publicado en su edición 64.⁽¹⁾ Felicitamos a los autores por visibilizar un fenómeno complejo que afecta la salud mental del personal docente, especialmente en regiones con limitaciones tecnológicas y estructurales. En este contexto, resulta paradójico que, si bien las “Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC)” se han convertido en un recurso fundamental para el desarrollo de las actividades humanas y particularmente en el proceso de enseñanza–aprendizaje, su implementación sin estrategias adecuadas puede generar efectos adversos como el tecnoestrés.⁽²⁾

La evidencia presentada resulta alarmante: casi el 45 % de los docentes encuestados manifestaron niveles moderados o altos de tecnoestrés, con un mayor riesgo entre quienes deseaban cambiar de profesión y aquellos que, contradictoriamente, contaban con recursos como internet, aunque no siempre con

las competencias para su uso.^(1,2) Estas observaciones revelan que la sola disponibilidad de tecnología no garantiza una experiencia docente favorable ni saludable.

Consideramos que los hallazgos ponen en evidencia la tensión entre los beneficios potenciales de las TIC y los desafíos reales que enfrentan los docentes. Este análisis es fundamental para la formulación de políticas educativas, tanto en Perú como en otros contextos similares.⁽³⁾ En ese sentido, nos permitimos proponer algunas recomendaciones:

- Diseño de capacitaciones diferenciadas según la edad, nivel de competencia digital y experiencia docente, que aborde tanto el uso de herramientas digitales como el componente emocional y adaptativo, incluyendo asesoría psicológica en las escuelas, especialmente en zonas rurales o con alto nivel de estrés reportado.⁽⁴⁾
- Implementación de otros cuestionarios complementarios, como el “Cuestionario de Estrés Percibido (PSS)” que evalúa el estrés general y el impacto emocional, el “Inventario de Burnout de Maslach (MBI)” para medir el nivel de agotamiento emocional, despersonalización y reducción de la realización personal en el entorno laboral y el “Cuestionario de Autoeficacia Tecnológica” es útil para entender el grado de confianza de los docentes al emplear las tecnologías.⁽⁵⁾

Esta combinación de instrumentos permitiría obtener una perspectiva más integral de las distintas facetas del estrés docente, lo que propiciaría la formulación de intervenciones más efectivas para mitigar el tecnoestrés y mejorar el bienestar de los docentes.⁽⁵⁾

Asimismo, animamos a los investigadores a continuar explorando este tema en otras etapas de la formación académica, como el nivel secundario o universitario, así como realizar investigaciones longitudinales que permitan analizar el impacto sostenido del tecnoestrés pospandemia.

Agradecemos la oportunidad de aportar a la reflexión académica y reiteramos nuestro reconocimiento a los autores por su valiosa contribución.

Referencias bibliográficas

1. Medina-Quispe CI, Allcca-Minas A, Nieto-Gutiérrez W. Tecnoestrés en docentes durante la pandemia por la COVID-19 y sus implicaciones en la enseñanza a

distancia en la región Sierra del Perú. Rev Cuban Med. 2023 [acceso 05/05/2025];64. Disponible en:

<https://revmedicina.sld.cu/index.php/med/article/view/3517>

2. Estrada Araoz EG, Gallegos Ramos NA, Paredes Valverde Y, Quispe Herrera R, Zuloaga Araoz MC, Mamani Uchasara HJ. Tecnoestrés en docentes peruanos de educación básica durante la pandemia de COVID-19. AVFT. 2022. DOI: <http://doi.org/10.5281/zenodo.6945125>

3. Domínguez-Torres L, Rodríguez-Vásquez DJ, Totolhua-Reyes BA, Rojas-Solís JL. Tecnoestrés en docentes de educación media superior en el contexto de confinamiento por la COVID-19: Un estudio exploratorio. Dilemas contemporáneos: Educación, política y valores. Acta Académica. 2021 [acceso 05/05/2025];9(ed.esp.):1-21. Disponible en:

<https://www.aacademica.org/dr.jose.luis.rojas.solis/77>

4. Orosco-Fabian JR, Pomasunco-Huaytalla R, Gómez-Galindo W, Torres-Cortez EE. Tecnoestrés en profesores de Educación Básica de la región central del Perú. Revista Colombiana de Educación. 2025 [acceso 01/05/2025]94(94). Disponible en:

<https://revistas.upn.edu.co/index.php/RCE/article/view/18243>

5. Jorquera-Gutiérrez R, Guerra-Díaz F. Análisis psicométrico de la Escala de Estrés Percibido (PSS-14 y PSS-10) en un grupo de docentes de Copiapó, Chile. LIBERABIT Revista Peruana de Psicología. 2023;29(1). Disponible en:

<https://doi.org/10.24265/liberabit.2023.v29n1.683>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses.