

Apéndice

Apéndice A. Artículos seleccionados para análisis de resultados

Autor y año	Título	Objetivo	Descripción principal
Abhishek Kumar Singh y Manish Kumar (2024)	The Impact of Work from Home on Digitalization and Workplace Trends: A Comprehensive Study	Explorar el impacto del trabajo remoto sobre la digitalización, la productividad y las tendencias del lugar de trabajo.	Estudio que sintetiza evidencia sobre cómo el trabajo remoto ha acelerado la adopción de tecnologías digitales, afectando la productividad, el bienestar y las dinámicas organizacionales. Abhishek Kumar Singh y Manish Kumar (2024).
Pothuganti S. K. (2024)	TECHNOSTRESS: A comprehensive literature review on dimensions, impacts, and management strategies	Revisar sistemáticamente la literatura sobre tecnoestrés y sus dimensiones, impactos y estrategias de gestión.	Revisión de 46 artículos usando el modelo JD-R que identifica efectos psicológicos, fisiológicos y organizacionales del tecnoestrés, además de estrategias de intervención. Pothuganti S. K. (2024).
Tim Rademaker, Ingo Klingenberg y Stefan Süß (2025)	Leadership and technostress: a systematic literature review	Analizar cómo el liderazgo influye en la aparición y manejo del tecnoestrés en contextos laborales.	Revisión de 44 estudios que muestra cómo distintos estilos de liderazgo pueden aumentar o disminuir el tecnoestrés, proponiendo un modelo conceptual de su relación. Tim Rademaker, Ingo Klingenberg y Stefan Süß (2025)
Genevieve B. Kupang et ál. (2024)	Unpacking Technostress: A Systematic Review on its Effects and Mitigation	Revisar sistemáticamente el tecnoestrés, sus efectos globales, variaciones regionales y estrategias de mitigación.	Análisis global sobre tecnoestrés, integrando los modelos TMS, JD-R y PE-Fit, destacando su impacto negativo y las estrategias de mitigación basadas en apoyo organizacional y desarrollo de habilidades. Genevieve B. Kupang et ál. (2024).

Francisco J. Medina et ál. (2023)	Tecnoestrés laboral derivado de la virtualización: Revisión de literatura	Analizar el concepto de tecnoestrés laboral en el contexto de la virtualización del trabajo y su impacto en el bienestar de los trabajadores.	Revisión que describe los efectos del tecnoestrés, sus dimensiones, causas y consecuencias sobre la salud física y mental de los trabajadores en entornos virtuales. Francisco J. Medina et ál. (2023)
Aida A. García-Hernández et ál. (2023)	Emerging Trends in Human Resource Management: Exploring Digital Transformation, Employee Well-Being, and Remote Work Paradigms	Explorar las tendencias emergentes en la gestión de recursos humanos con enfoque en transformación digital, bienestar laboral y teletrabajo.	Análisis de la literatura que destaca cómo la transformación digital y el trabajo remoto están remodelando la gestión del talento humano y afectando el bienestar laboral, Aida A. García-Hernández et ál. (2023).
Sonia A. Ramírez-Correa et ál. (2024)	Information and Communication Technology Demands and Employees' Health: A Scoping Review	Revisar sistemáticamente la literatura sobre las demandas de TIC y su relación con la salud de los empleados.	Revisión de 56 estudios que muestran cómo las demandas tecnológicas afectan la salud física y psicológica de los empleados, enfatizando en efectos como estrés, ansiedad y problemas musculoesqueléticos, Sonia A. Ramírez-Correa et ál. (2024).
Arturo B. Concepción et ál. (2024)	Technostress and Job Satisfaction among Older Workers: A Scoping Review	Identificar la relación entre tecnoestrés y satisfacción laboral en trabajadores mayores a través de una revisión exploratoria.	Revisión de estudios que evidencian cómo el tecnoestrés afecta la satisfacción laboral en adultos mayores, destacando la importancia de adaptar las TIC a sus necesidades, Arturo B. Concepción et ál. (2024).
Giulia Landi et ál. (2024)	Digital technologies and work-related stress in older	Explorar la relación entre el uso de tecnologías digitales y el estrés laboral en	Revisión exploratoria que identifica cómo las tecnologías digitales pueden generar estrés laboral en adultos mayores, considerando factores

	workers: A scoping review	trabajadores mayores.	individuales y organizacionales, y sugiriendo estrategias para mitigar estos efectos, Giulia Landi et ál. (2024).
Villavicencio-Ayub et ál., (2024)	Tecnoestrés, tecno-adicción, tecnodependencia y sus consecuencias para la salud en tiempos modernos	Determinar la presencia de tecnoestrés, tecno-adicción y tecnodependencia y sus efectos sobre la salud física y emocional	Encuentra que el uso excesivo y dependiente de la tecnología genera tecnoestrés, afectando negativamente la salud física y emocional (Villavicencio-Ayub et ál., 2024)
González Cobaleda, (2019)	Digitalización, factores y riesgos laborales: estado de situación y propuestas de mejora	Analizar el impacto de las TIC en la salud laboral, proponiendo medidas de prevención.	Concluye que las TIC generan riesgos psicosociales por su inadecuada gestión, recomendando evaluaciones de riesgos y medidas preventivas (González Cobaleda, 2019).
Téllez Bedoya y Téllez Bedoya, 2022	Retos de la salud mental para la cuarta revolución industrial en las empresas de Colombia	Evidenciar los retos en la gestión de la salud mental en Colombia ante la Industria 4.0.	Señala que la mayoría de las empresas en Colombia aún no implementan de forma efectiva la Industria 4.0 y que existe una deuda en la integración de la salud mental a la gestión organizacional (Téllez Bedoya y Téllez Bedoya, 2022).
Jaén Arenas, 2019	Tendencias en gestión de recursos humanos en una empresa saludable y digitalizada	Identificar los riesgos psicosociales emergentes en una sociedad digitalizada y proponer soluciones para su gestión.	Identifica causas y consecuencias de riesgos psicosociales derivados de la digitalización y plantea estrategias de prevención basadas en la gestión del talento, teletrabajo y bienestar organizacional (Jaén Arenas, 2019).
Faugier Contreras, 2022	Migración del espacio laboral a entornos digitales: riesgos psicosociales ocasionados por	Discutir las implicaciones sociales de la migración del entorno laboral físico al digital y	Advierte sobre el incremento de tecnoestrés y ansiedad digital debido a la migración apresurada a entornos digitales y propone un enfoque administrativo integral

	la desvinculación social organizacional	las nuevas afecciones psicosociales.	para mitigar estos efectos (Faugier Contreras, 2022).
Molina Ramírez et ál., 2023	Impacto del tecnoestrés en la salud mental en trabajadores del sector salud	Analizar cómo el tecnoestrés afecta la salud mental de trabajadores del sector salud.	Estudio que muestra que el tecnoestrés incrementa la ansiedad, agotamiento emocional y estrés general en personal de salud (Molina Ramírez et ál., 2023).
Muñoz Martínez y Ceballos Londoño, 2023	Relación entre el uso de las TIC y el estrés laboral en docentes universitarios	Examinar la relación entre el uso intensivo de TIC y el estrés en docentes universitarios.	Encuentra que la sobrecarga tecnológica y la presión por la disponibilidad afectan negativamente el bienestar de docentes (Muñoz Martínez y Ceballos Londoño, 2023).
Jaén Arenas, 2019	Riesgos psicosociales emergentes por la digitalización en entornos laborales	Identificar los riesgos psicosociales emergentes por la digitalización y sus efectos en la salud laboral.	Identifica que la digitalización intensiva genera riesgos psicosociales, afectando la salud física y mental de los trabajadores (Jaén Arenas, 2019).
Villa-Rojas et ál., 2024	Exploración del impacto del tecnoestrés en la satisfacción y bienestar laboral	Determinar el efecto del tecnoestrés sobre la satisfacción y bienestar en trabajadores en entornos digitales.	Evidencia que el tecnoestrés disminuye la satisfacción y el bienestar laboral, especialmente en ambientes de trabajo híbridos (Villa-Rojas et ál., 2024).
Tan et ál., 2023	Workplace Wellness, Mental Health Literacy, and Usage Intention of E-Mental Health amongst Digital Workers during the COVID-19 Pandemic	Examinar el bienestar laboral, la alfabetización en salud mental y la intención de uso de salud mental entre trabajadores digitales en Malasia durante la pandemia.	El estudio revela que, aunque los trabajadores tienen buena alfabetización en salud mental e intención de usar e-salud, la utilización real es baja, principalmente por preocupaciones sobre privacidad y desconocimiento de la herramienta (Tan et ál., 2023).

Rosero Sarasty y Rengifo Baos, 2024	Teletrabajo: condiciones e implicaciones para la calidad de vida del teletrabajador. Revisión sistemática de literatura	Aportar al estudio de cómo el teletrabajo afecta la calidad de vida de los trabajadores mediante una revisión sistemática de literatura.	La revisión identificó cinco dimensiones clave que afectan la calidad de vida del teletrabajador: bienestar emocional, físico, material, social y desarrollo, destacando la importancia de equilibrar la flexibilidad y la intensificación laboral (Rosero Sarasty y Rengifo Baos, 2024).
Marsh et ál., 2024	Overloaded by Information or Worried About Missing Out on It: A Quantitative Study of Stress, Burnout, and Mental Health Implications in the Digital Workplace	Explorar los efectos negativos del entorno digital en el estrés, <i>burnout</i> y salud mental de los empleados.	Se encontró que la sobrecarga de información y el miedo a perderse información (FoMO) aumentan significativamente el estrés, agotamiento y problemas de salud mental de los trabajadores digitales (Marsh et ál., 2024).
Gallardo-Pujol et ál., 2024	Developing a Digital Mental Health Ecosystem for Workplaces: Rationale, Objectives, and Methods of the MetrikaMind Project	Desarrollar y validar una plataforma digital para evaluar y monitorear la salud mental en entornos laborales mediante inteligencia artificial.	El proyecto MetrikaMind busca proporcionar una evaluación continua y personalizada de ansiedad y depresión en empleados mediante herramientas psicométricas y algoritmos de IA, mejorando la detección temprana y la toma de decisiones en salud laboral (Gallardo-Pujol et ál., 2024).
Sharma, 2024	Technostress in the Digital World: Impact on Employee Work Performance and Mental Health	Analizar cómo el tecnoestrés afecta el desempeño laboral y la salud mental de los empleados en Asia-Pacífico, América Latina y Norteamérica.	Los resultados muestran que el tecnoestrés, la falta de habilidades digitales y el ciberacoso deterioran la salud mental y el desempeño laboral, especialmente en entornos de trabajo híbrido y remoto (Sharma, 2024).
Restrepo y Ávila, 2021	Impacto del teletrabajo en la	Analizar el impacto del teletrabajo	Los resultados evidencian que el teletrabajo intensificado por la

	salud mental durante la pandemia COVID-19	sobre la salud mental de trabajadores colombianos durante la pandemia.	pandemia incrementó síntomas de ansiedad, estrés y dificultades en la conciliación trabajo-vida personal (Restrepo y Ávila, 2021).
Martínez y Peña, 2022	Evaluación de la experiencia de teletrabajo en docentes universitarios durante la pandemia	Evaluar la experiencia de teletrabajo de docentes universitarios y sus efectos en bienestar, estrés y satisfacción laboral.	Identifica que la carga de trabajo, las habilidades digitales y las condiciones de conectividad influyen en el bienestar emocional y la satisfacción de los docentes (Martínez y Peña, 2022).
Ayala et ál., 2024	Propuesta de intervención para la promoción de la salud mental en entornos laborales digitales	Proponer una intervención para mitigar riesgos psicosociales y promover el bienestar mental en trabajadores digitales.	Diseña un modelo de intervención enfocado en el desarrollo de competencias emocionales y manejo del tecnoestrés para mejorar la salud mental de empleados (Ayala et ál., 2024).
González-Fernández, C., Garrosa, E., y Blanco-Donoso, L. M. (2024).	Uso problemático de Internet y tecnoestrés en la población española durante la pandemia	Explorar la relación entre uso problemático de internet, tecnoestrés y bienestar psicológico en población general.	Confirma que un mayor uso problemático de internet se asocia con niveles más altos de tecnoestrés, estrés general y deterioro en la salud mental, (González-Fernández, C., Garrosa, E., y Blanco-Donoso, L. M., 2024).
Páez et ál., 2024	Literatura emergente sobre tecnoestrés y salud mental en trabajadores remotos	Revisar y sintetizar la literatura reciente sobre tecnoestrés y su impacto en la salud mental en el contexto del teletrabajo.	Revisión que muestra que el tecnoestrés en trabajadores remotos afecta negativamente su salud mental, resaltando la necesidad de estrategias organizacionales para su prevención (Páez et ál., 2024).
