

**UNIVERSIDAD CATÓLICA DE TRUJILLO**  
**BENEDICTO XVI**  
**ESCUELA DE POSGRADO**  
**MAESTRÍA EN GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO**



**TECNOESTRÉS Y DESEMPEÑO PROFESIONAL EN DOCENTES DE  
UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUARAZ 2024**

**Tesis para obtener el grado académico de:  
MAESTRA EN GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO**

**AUTOR**

**Br. Rafael Pantoja, Marisol**  
<https://orcid.org/0009-0009-2791-982X>

**ASESORA**

**Dra. Barinotto Roncal, Patricia**  
<https://orcid.org/0000-0003-3286-0593>

**LÍNEA DE INVESTIGACIÓN**

**Gestión del Desempeño**

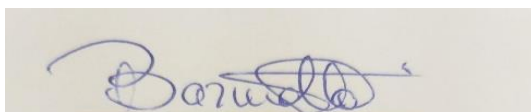
**TRUJILLO - PERÚ**  
**2025**

## DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD

Señor Director de la Escuela de Posgrado: Dr. Jorge Luis Brenis Exebio.

Yo, Dra. Patricia Ismary Barinotto Roncal con DNI N°47097971, como asesora del trabajo de investigación titulado: “TECNOESTRÉS Y DESEMPEÑO PROFESIONAL EN DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUARAZ 2024”, desarrollada por la egresada Marisol Rafael Pantoja con DNI N°44440490, del Programa de Maestría en: GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO

Considero que dicha tesis reúne las condiciones tanto técnicas como científicas, las cuales están alineadas a las normas establecidas en el reglamento de grados y títulos de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI y en la normativa para la presentación de tesis de la Escuela de Posgrado. Por tanto, autorizo la presentación del mismo ante el organismo pertinente para que sea sometido a evaluación por los jurados designados por la mencionada facultad.



Dra. Patricia Ismary Barinotto Roncal

**AUTORIDADES UNIVERSITARIAS**

**EXCMO MONS. HÉCTOR MIGUEL CABREJOS VIDARTE, OFM**

Arzobispo Metropolitano de Trujillo

Fundador y Gran Canciller

Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

**DRA. MARIANA GERALDINE SILVA BALAREZO**

Rectora de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI

**DRA. ROMY DÍAZ FERNÁNDEZ**

Vicerrectora Académica

**DRA. ENA CECILIA OBANDO PERALTA**

Vicerrectora de Investigación

**DR. JORGE LUIS BRENIS EXEBIO**

Director de la Escuela de Posgrado

**DRA. TERESA SOFÍA REÁTEGUI MARÍN**

Secretaria General

## DEDICATORIA

*A mi adorada hija.*

*☆ Estrellita de mis sueños, por ser la luz que ilumina mi camino, la razón de mi sonrisa, y la inspiración que impulsa cada uno de mis sueños y objetivos. Tu inteligencia y bondad me llenan de orgullo cada día, por ser la más valiosa de este mundo y el más allá. Es por ello; que, en cada escala de mi existencia eres la más importante, porque siempre ocuparás el lugar más especial en mi vida.*

## AGRADECIMIENTO

☆ *A mi amada hija Estrellita, quien día a día me exigía con su energía inagotable y su curiosidad sin límites. Tú has sido mi inspiración constante, recordándome la importancia de seguir adelante, incluso en los momentos más difíciles. Cada paso que he dado ha sido con la esperanza de mostrarte que, con esfuerzo y determinación, todo es posible. Este logro, es para ti también, mi motor y mi razón de ser.*

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Yo, Marisol Rafael Pantoja con DNI N°44440490, egresada del Programa de Estudios de Posgrado de la Maestría en GESTIÓN DEL TALENTO HUMANO de la Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI, doy fe que se siguió rigurosamente los procedimientos académicos y administrativos emanados por la Escuela de Posgrado, para la elaboración y sustentación de la tesis titulado: “TECNOESTRÉS Y DESEMPEÑO PROFESIONAL EN DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUARAZ 2024”, en el cual consta de un total de 80 páginas, en las que se incluye 10 tablas y 8 figuras, más un total de páginas en anexos.

Se deja constancia de la originalidad y autenticidad de la mencionada investigación y declaro bajo juramento en razón a los requerimientos éticos, que el contenido de dicho documento corresponde a mi autoría respecto a redacción, organización, metodología y diagramación. Asimismo, se garantiza que los fundamentos teóricos están respaldados por el referencial bibliográfico, asumiendo un mínimo porcentaje de omisión involuntaria respecto al tratamiento de cita de autores, lo cual es de nuestra entera responsabilidad.

La autora



---

Marisol Rafael Pantoja

DNI N°44440490

## ÍNDICE

Declaratoria de Originalidad.....	ii
Autoridades universitarias.....	iii
Dedicatoria.....	iv
Agradecimiento.....	v
Declaratoria de autenticidad .....	vi
RESUMEN .....	x
ABSTRACT.....	xi
I. INTRODUCCIÓN .....	12
II. METODOLOGÍA.....	28
2.1 Enfoque, tipo .....	28
2.2 Diseño de investigación .....	28
2.3 Población, muestra y muestreo.....	29
2.4 Técnicas e instrumentos de recojo de datos .....	30
2.5 Técnicas de procesamiento y análisis de la información .....	31
2.6 Aspectos éticos en investigación.....	31
III. RESULTADOS .....	32
IV. DISCUSIÓN.....	45
V. CONCLUSIONES .....	52
VI. RECOMENDACIONES.....	53
VII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	54
ANEXOS .....	59
ANEXO 1: Instrumentos de recolección de la información .....	59
ANEXO 2: Ficha técnica .....	61
ANEXO 3: Operacionalización de variables .....	62
ANEXO 4: Carta de presentación.....	63
ANEXO 5: Carta de autorización emitida por la entidad que faculta el recojo de datos .....	64
ANEXO 6: Consentimiento informado .....	65
ANEXO 7: Matriz de consistencia.....	78
ANEXO 8: Validación de instrumentos.....	79
ANEXO 9: Reporte Turnitin .....	80

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Características de la muestra de estudio .....	32
Tabla 2: Baremos del tecnoestrés .....	34
Tabla 3: Características del Tecnoestrés .....	34
Tabla 4: Baremos del desempeño profesional .....	35
Tabla 5: Características del desempeño profesional .....	36
Tabla 6: Características del tecnoestrés y el desempeño profesional de los docentes .....	37
Tabla 7: Relación entre el tecnoestrés y el desempeño profesional de los docentes .....	38
Tabla 8: Relación entre el tecnoestrés y el desempeño en el trabajo de los docentes .....	40
Tabla 9: Relación entre el tecnoestrés y desempeño contextual de los docentes .....	41
Tabla 10: Relación entre el tecnoestrés y el comportamiento laboral contraproducentes de los docentes de una universidad pública de Huaraz, 2024 .....	43

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1: Características de la muestra de estudio .....	33
Figura 2: Características del tecnoestrés .....	35
Figura 3: Características del desempeño profesional .....	36
Figura 4: Características del tecnoestrés y el desempeño profesional de los docentes .....	37
Figura 5: Dispersión con línea de tendencia entre el tecnoestrés y el desempeño profesional .....	39
Figura 6: Dispersión con línea de tendencia entre el tecnoestrés y desempeño en el trabajo .....	40
Figura 7: Dispersión con línea de tendencia entre el tecnoestrés y desempeño contextual ....	42
Figura 8: Dispersión con línea de tendencia entre el tecnoestrés y el comportamiento laboral contraproducente .....	43

## RESUMEN

El estudio realizado en la Universidad Nacional Santiago Antúnez de Mayolo de Huaraz en 2024 tuvo como objetivo determinar la relación entre el tecnoestrés y el desempeño profesional de los docentes. Utilizando un enfoque cuantitativo, correlacional y casual y un diseño no experimental correlacional, se encuestó a 234 docentes, utilizando dos cuestionarios en escala likers, el mismo que ha sido un cuestionario estandarizado. El análisis de confiabilidad arrojó valores de Alfa de Cronbach de 0.942 para el cuestionario de tecnoestrés y 0.801 para el cuestionario de desempeño profesional, indicando una alta fiabilidad en ambos instrumentos. Los resultados revelaron una correlación negativa significativa ( $\rho$  de Spearman = -0,930,  $p=0,000$ ) entre el tecnoestrés y el desempeño profesional, sugiriendo que niveles elevados de tecnoestrés reducen notablemente el rendimiento docente. Asimismo, se encontró que el tecnoestrés influye negativamente en el desempeño en el trabajo ( $\rho = -0,850$ ,  $p=0,000$ ), en el desempeño contextual ( $\rho = -0,928$ ,  $p=0,000$ ), y en el comportamiento laboral contraproducente ( $\rho = -0,895$ ,  $p=0,000$ ). Estos hallazgos destacan la necesidad de implementar estrategias institucionales para mitigar el tecnoestrés, incluyendo programas de capacitación continua, apoyo técnico, y políticas que promuevan el equilibrio entre la vida laboral y personal. Además, se sugiere el monitoreo continuo del tecnoestrés y la incorporación de apoyo emocional en las políticas institucionales para mejorar el bienestar y rendimiento de los docentes en un entorno educativo cada vez más digitalizado.

**Palabras clave:** Gestión de Talento Humano, Tecnoestrés, Desempeño Profesional

## ABSTRACT

The study carried out at the Santiago Antúnez de Mayolo National University of Huaraz in 2024 aimed to determine the relationship between technostress and the professional performance of teachers. Using a quantitative, correlational and casual approach and a non-experimental correlational design, 234 teachers were surveyed, using two questionnaires on a liker scale, which has been a standardized questionnaire. The reliability analysis yielded Cronbach's Alpha values of 0.942 for the technostress questionnaire and 0.801 for the professional performance questionnaire, indicating high reliability in both instruments. The results revealed a significant negative correlation (Spearman's  $\rho = -0.930$ ,  $p=0.000$ ) between technostress and professional performance, suggesting that high levels of technostress significantly reduce teacher performance. Technostress was also found to negatively influence job performance ( $\rho = -0.850$ ,  $p=0.000$ ), contextual performance ( $\rho = -0.928$ ,  $p=0.000$ ), and counterproductive work behavior ( $\rho = -0.895$ ,  $p=0.000$ ). These findings highlight the need to implement institutional strategies to mitigate technostress, including ongoing training programs, technical support, and policies that promote work-life balance. In addition, continuous monitoring of technostress and incorporating emotional support into institutional policies are suggested to improve teachers' well-being and performance in an increasingly digitalized educational environment.

**Keywords:** Human Talent Management, Technostress, Professional Performance

## ANEXO 9: Reporte Turnitin

### TECNOESTRÉS Y DESEMPEÑO PROFESIONAL EN DOCENTES DE UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE HUARAZ 2024

#### INFORME DE ORIGINALIDAD

<b>5%</b>	<b>5%</b>	<b>6%</b>	<b>6%</b>
INDICE DE SIMILITUD	FUENTES DE INTERNET	PUBLICACIONES	TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

#### FUENTES PRIMARIAS

<b>1</b>	<b>repositorio.uct.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>2</b>	<b>Submitted to unasam</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>3</b>	<b>hdl.handle.net</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>Submitted to Corporación Universitaria del Caribe</b> Trabajo del estudiante	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>openaccess.uoc.edu</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>www.repositorio.unach.edu.pe</b> Fuente de Internet	<b>1%</b>

Excluir citas      Activo  
Excluir bibliografía      Activo

Excluir coincidencias < 1%