

# Informe de Resultados Evaluación del Tecnoestrés ENEL GREEN POWER & THERMAL GENERATION

Enero 2024



endesa

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Definición de Tecnoestrés\*

Atendiendo al cuestionario utilizado *NTP 730: Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial*, de M. Salanova y avalado por el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales se indica que:

Tecnoestrés es un **estado psicológico negativo relacionado con el uso de TIC** (\*Tecnología de la Información y las Comunicaciones) 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".

Es resultado de un **proceso perceptivo de desajuste entre demandas y recursos** disponibles, y está caracterizado por dos dimensiones centrales:

- 1) **Síntomas afectivos o ansiedad** relacionada con el alto nivel de activación psicofisiológica del organismo, y
- 2) El **desarrollo de actitudes negativas** hacia la TIC.



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Conceptos Relacionados\*

### TECNOANSIEDAD

La persona experimenta **altos niveles de activación fisiológica no placentera**, y siente **tensión y malestar por el uso presente o futuro** de algún tipo de TIC, a la vez que **pensamientos negativos sobre la propia capacidad y competencia** con las TICs.

Concepto relacionado: **tecnofobia** (*dimensión afectiva de miedo y ansiedad hacia la TIC*) con 1) resistencia a hablar o incluso pensar; 2) miedo o ansiedad; y, 3) pensamientos hostiles y agresivos hacia la tecnología

### TECNOFATIGA

**Sentimientos de cansancio y agotamiento mental y cognitivo** debidos al uso de tecnologías, y **actitudes escépticas y creencias de ineficacia** con el uso de TICs.

Concepto relacionado: **fatiga informativa** (*sobrecarga informativa* cuando se utiliza Internet)

La sintomatología es: la falta de competencia para estructurar y asimilar la nueva información derivada del uso de Internet, con la consiguiente aparición del **cansancio mental**.

### TECNOADICCION

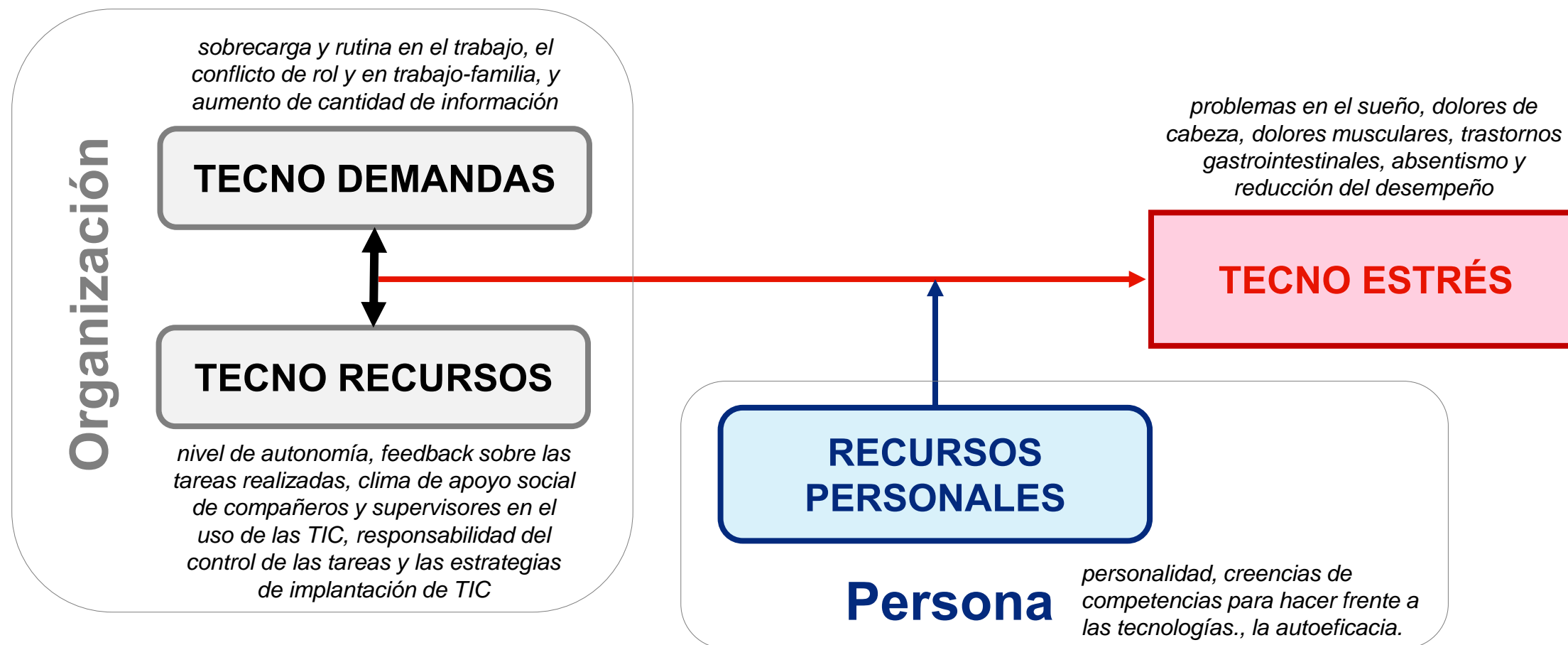
Tecnoestrés específico debido a la **incontrolable compulsión a utilizar TIC en "todo momento y en todo lugar"**, y utilizarlas **durante largos períodos de tiempo**.

Requieren estar al día de los últimos avances tecnológicos y acaban siendo "dependientes" de la tecnología, siendo el eje sobre el cual se estructuran sus vidas.

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Ciclo del Tecnoestrés\*



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Valor de la evaluación del Tecnoestrés en Endesa

### Plan Estratégico

Empresa cada vez más digitalizada

### Política de Igualdad

Convivencia de distintas generaciones en el entorno empresarial - distintos niveles de habilidades digitales

### Plan de acción SSL (covid) / NWOW

Incremento del tiempo de trabajo en casa/ incremento del uso de las tics

### Política de Seguridad y Salud Laboral

Evaluación factores de riesgo psicosociales/acciones preventivas

### Política desconexión Digital

Orientación para establecer actuaciones específicas

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Concepto de cada dimensión\*. (1)

**A. AFECTIVA: manifestaciones sentimentales o emocionales**, originadas en la susceptibilidad de las personas ante los cambios del entorno, en este caso, digital.

❑ **1.A. Ansiedad:** estado subjetivo de **incomodidad, malestar, tensión, desplacer y alarma** que hace que un sujeto se sienta molesto por una amenaza interna o externa. Existen tres categorías de ansiedad hacia las tecnologías:

1. Ansiedad psicológica, que incluye el temor a dañar el ordenador,
2. Ansiedad social, que se caracteriza por la necesidad de contacto social y el temor a ser sustituido por una máquina.
3. Ansiedad en el funcionamiento, que se basa en la imposibilidad de utilizar la tecnología

❑ **2.A. Fatiga:** La fatiga se percibe como una **disminución pasajera (reversible) de la capacidad de rendimiento**, la cual puede obedecer a diversas causas.

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Concepto de cada dimensión\*. (2)

B. **COGNITIVA**: proceso mental consistente en clasificar, explicar y entender los fenómenos y saber cómo y por qué la realidad funciona de cierta manera. Esta dimensión está relacionada con el hecho de creerse eficiente o ineficiente en el uso de la tecnología.

❑ 1.B. **Ineficacia**: La eficacia se define como hacer lo correcto, alcanzando las metas propuestas, por lo tanto, la ineficacia se refiere a no lograrlo. Pensar que se es ineficaz es indicador de la dimensión cognitiva que determina si una persona sufre o no tecnoestrés.

C. **ACTITUDINAL**: las actitudes son estructuras cognoscitivo-emocionales que canalizan la significación de los objetos y orientan el comportamiento. En este caso, se refiere a la existencia o no de una actitud escéptica frente a la tecnología.

❑ 1.C. **Escepticismo**: Se toma el concepto de escepticismo, para describir la actitud de las personas frente a la tecnología, ya que este indicador determina la presencia de tecnoestrés, en su dimensión actitudinal.

**Tecnocadicción**. Tecnoestrés específico debido a la incontrolable compulsión a utilizar TIC en "todo momento y en todo lugar", y utilizarlas durante largos períodos de tiempo. Los tecno adictos son aquellas personas que quieren estar al día de los últimos avances tecnológicos y acaban siendo "dependientes" de la tecnología, siendo el eje sobre el cual se estructuran sus vidas.

\*NTP 730: Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial

\*Guías de intervención TECNOESTRÉS. María Salanova

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## Introducción. Cuadro por dimensiones\*

	GRADO	ANSIEDAD	FATIGA	ESCEPTICISMO	INEFICACIA	TECNO-ADICCIÓN
Muy bajo	> 5 %	0.00	0.00	0.00	0.00	0.32
Bajo	5-25%	0.01-0.25	0.01-0.50	0.01	0.01	0.33 – 1,33
Medio (bajo)	25-50%	0,26 – 0,75	0,51 - 1,00	0,02 - 1,00	0,02 - 0,50	1,34 – 2,33
Medio (alto)	50-75%	0,76 – 1,25	1,01 - 2,00	1,01 - 2,75	0,51 - 1,00	2,34 – 3,33
Alto	75-95%	1,26 – 2,75	2,01 – 3,00	2,76 - 4,00	1,01 – 2,25	3,34 – 4,67
Muy alto	> 95%	> 2,75	> 3,00	> 4,00	> 2,25	> 4,67

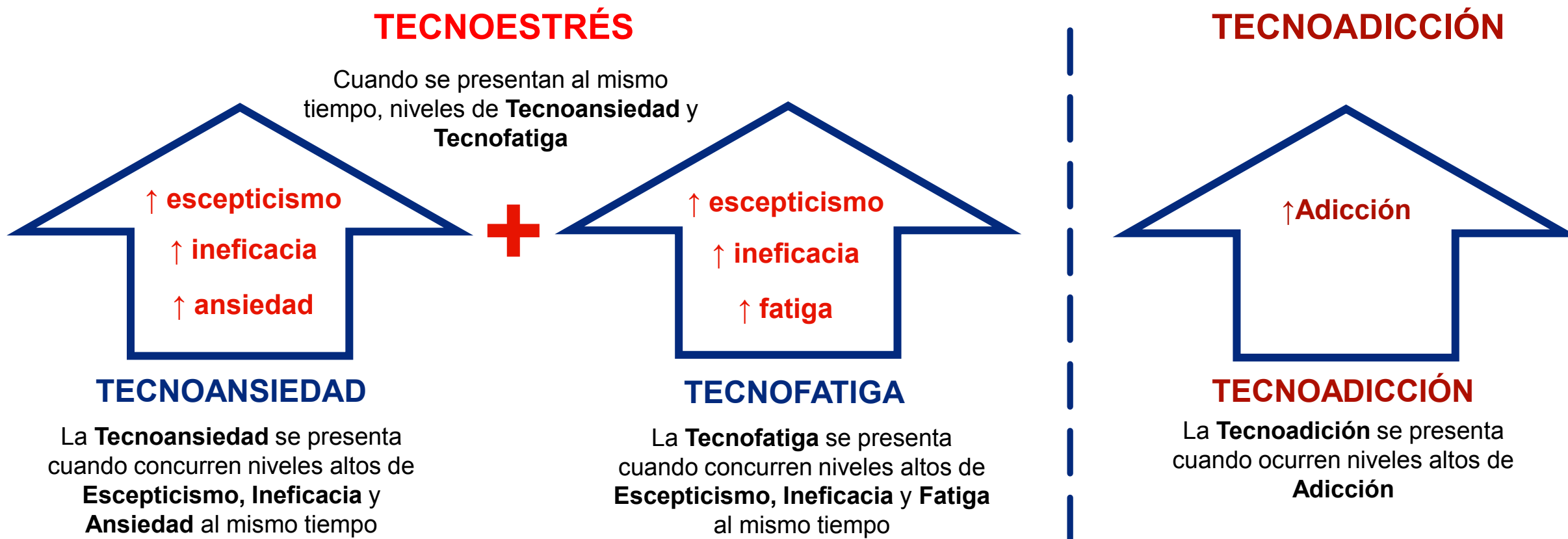
\*NTP 730: Tecnoestrés: concepto, medida e intervención psicosocial



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



¿Cuándo se presenta TECNOESTRÉS y TECNOADICCIÓN?





# Informe de Resultados Evaluación del Tecnoestrés

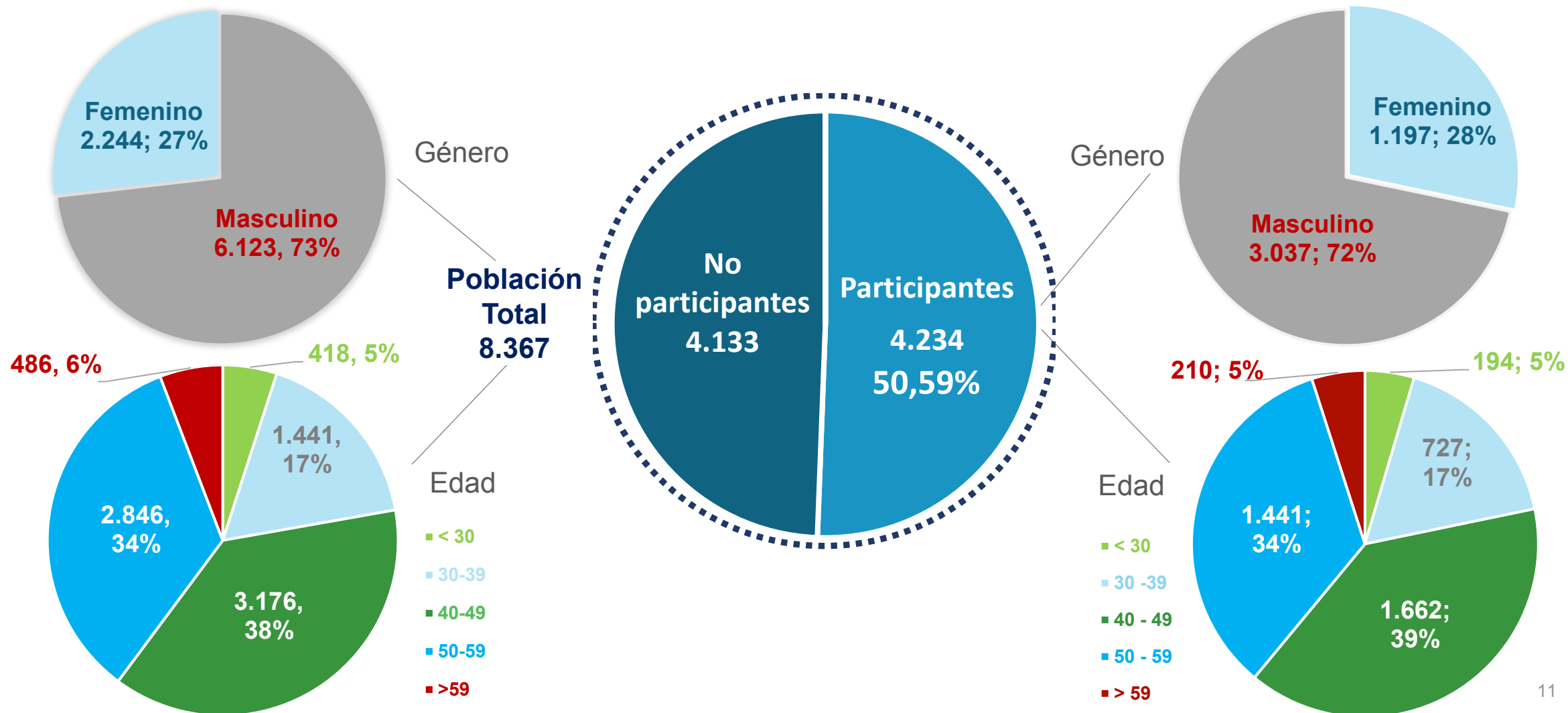
ENDESA

Análisis Participación



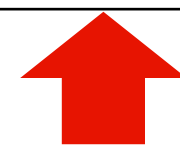
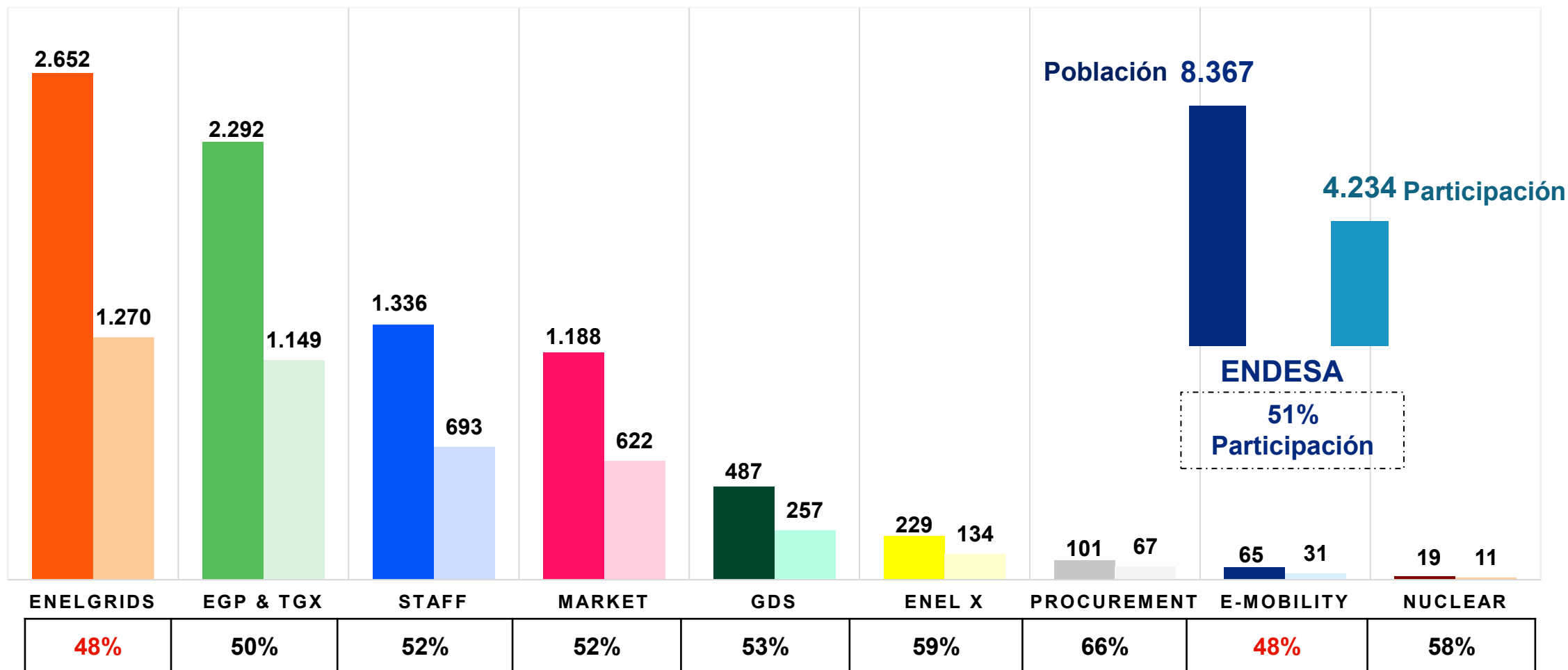
# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés

Participación: Total, Género, Edad, y Ámbitos funcionales



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés

## Análisis Participación por Ámbitos Funcionales

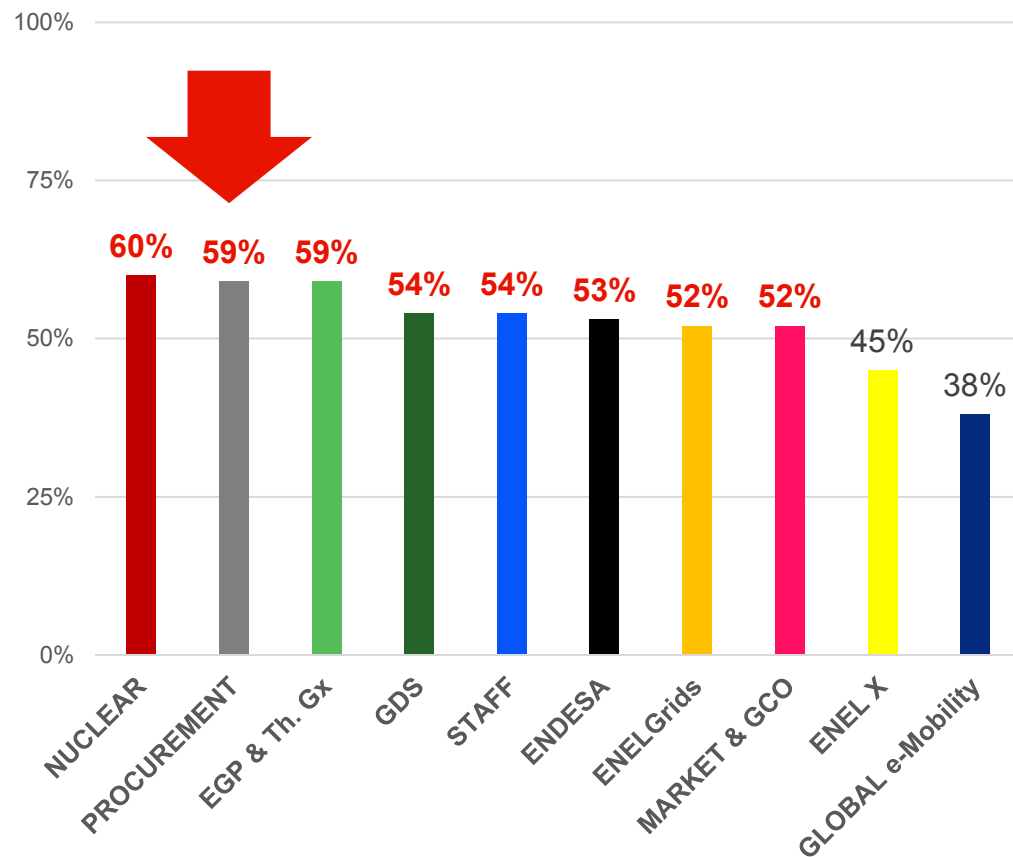


# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés

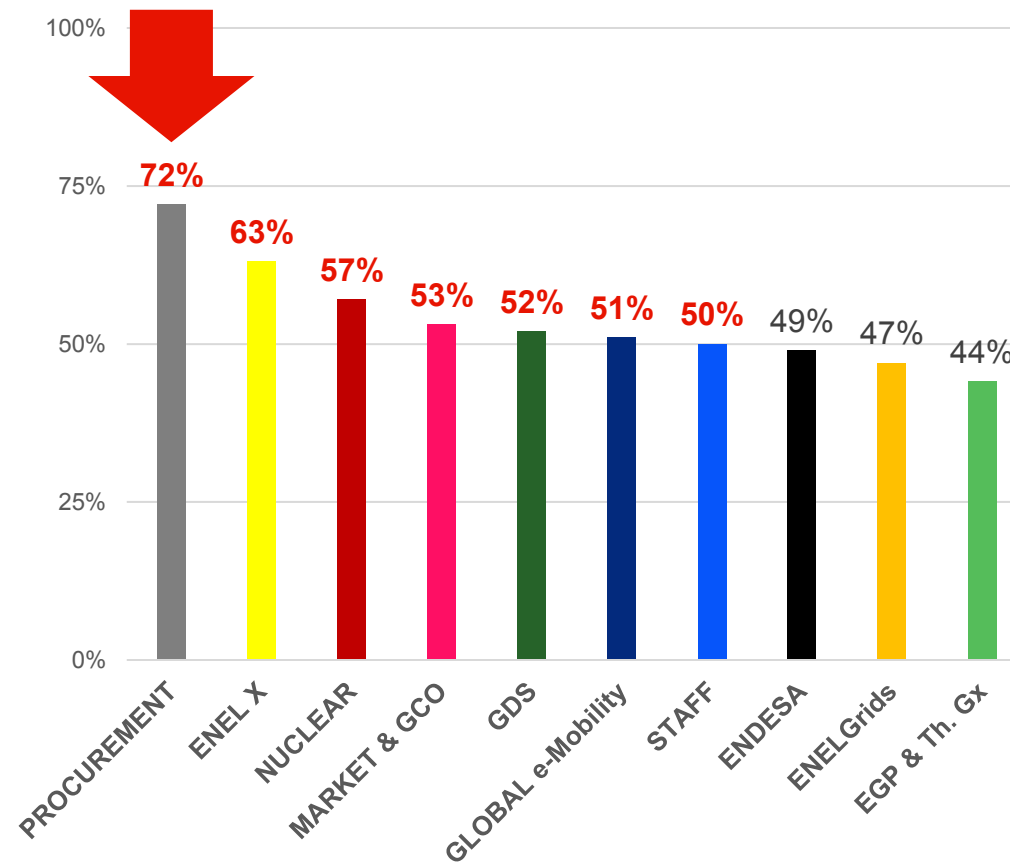
## Análisis Participación por Género & Ámbitos funcionales



### Femenino

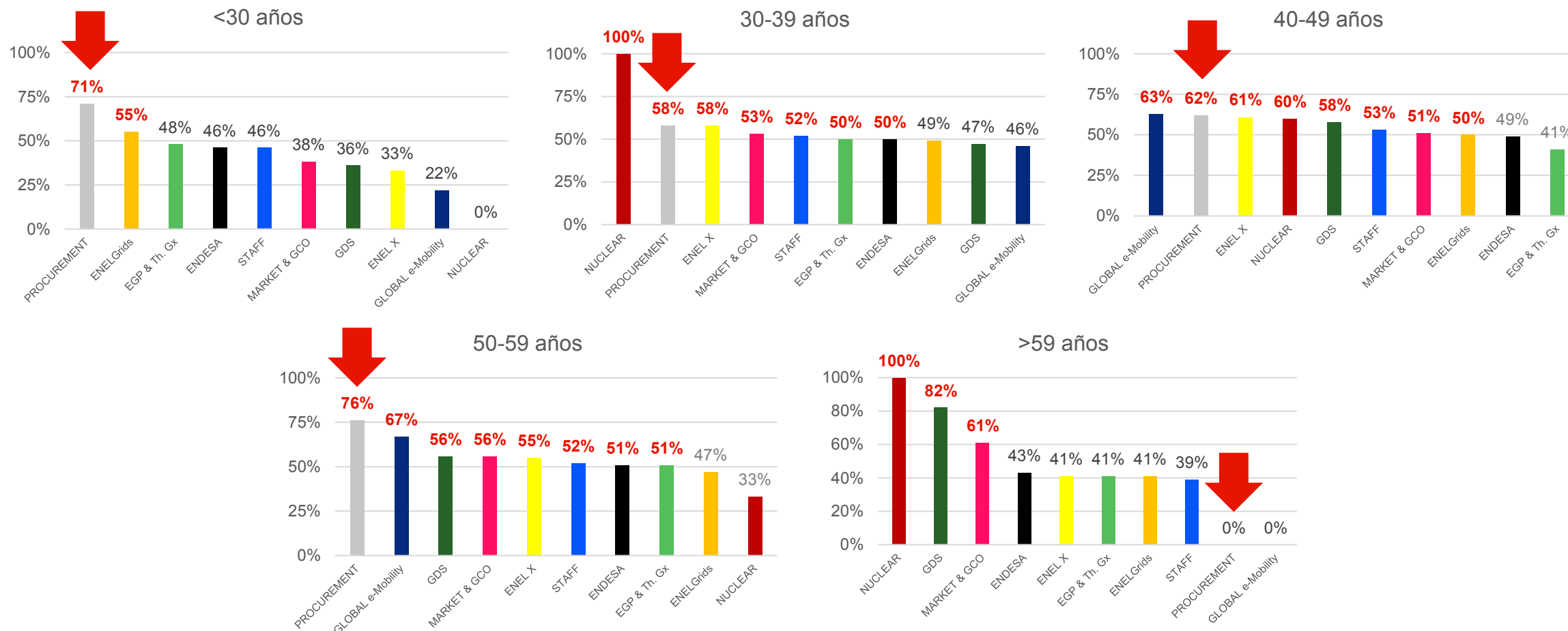


### Masculino



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés

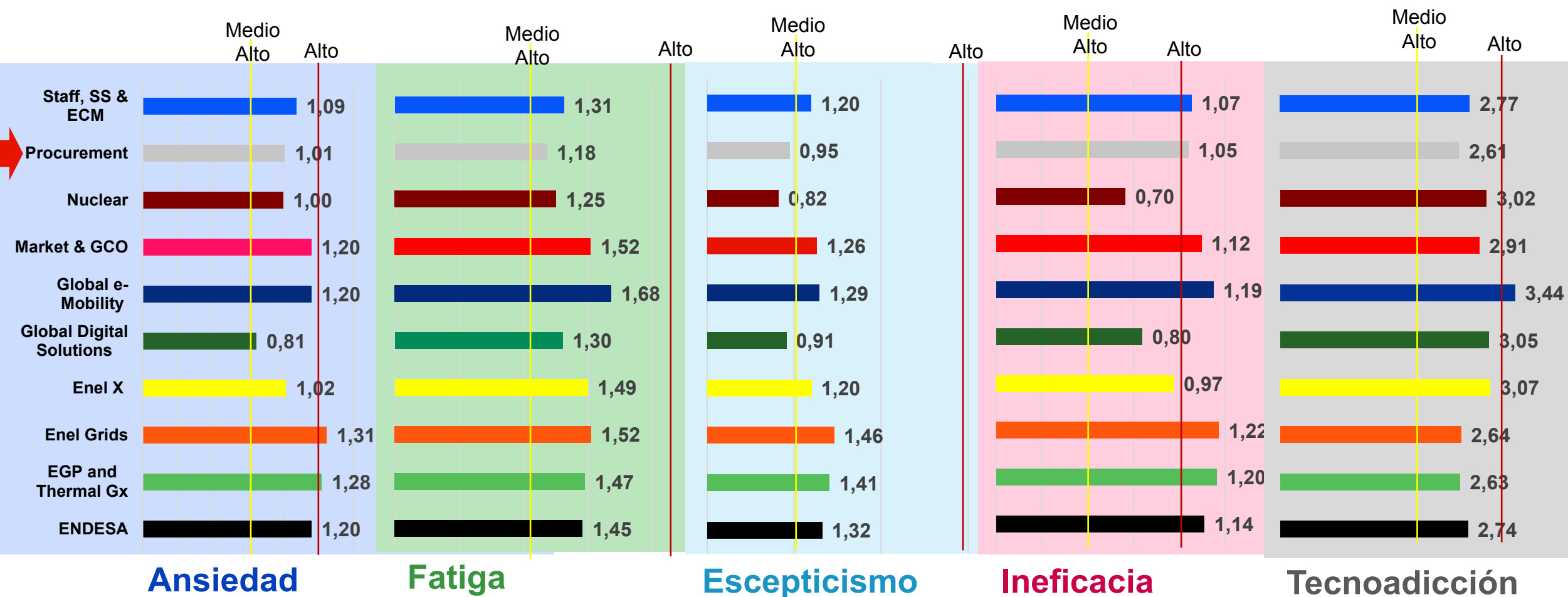
## Análisis Participación por Edad & Ámbitos funcionales



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



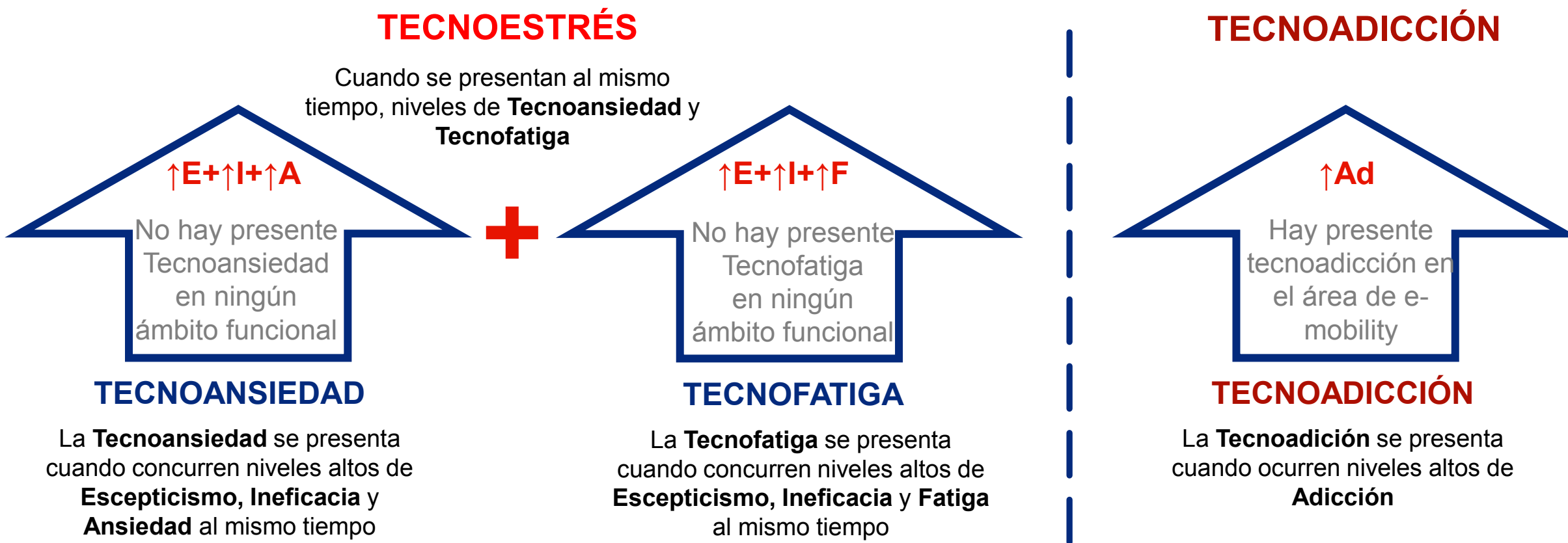
ENDESA. DIMENSIONES x Negocios



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



ENDESA. TECNOESTRÉS y TECNOADICCIÓN x ámbito funcional







# **Informe de Resultados**

## **Evaluación del Tecnoestrés**

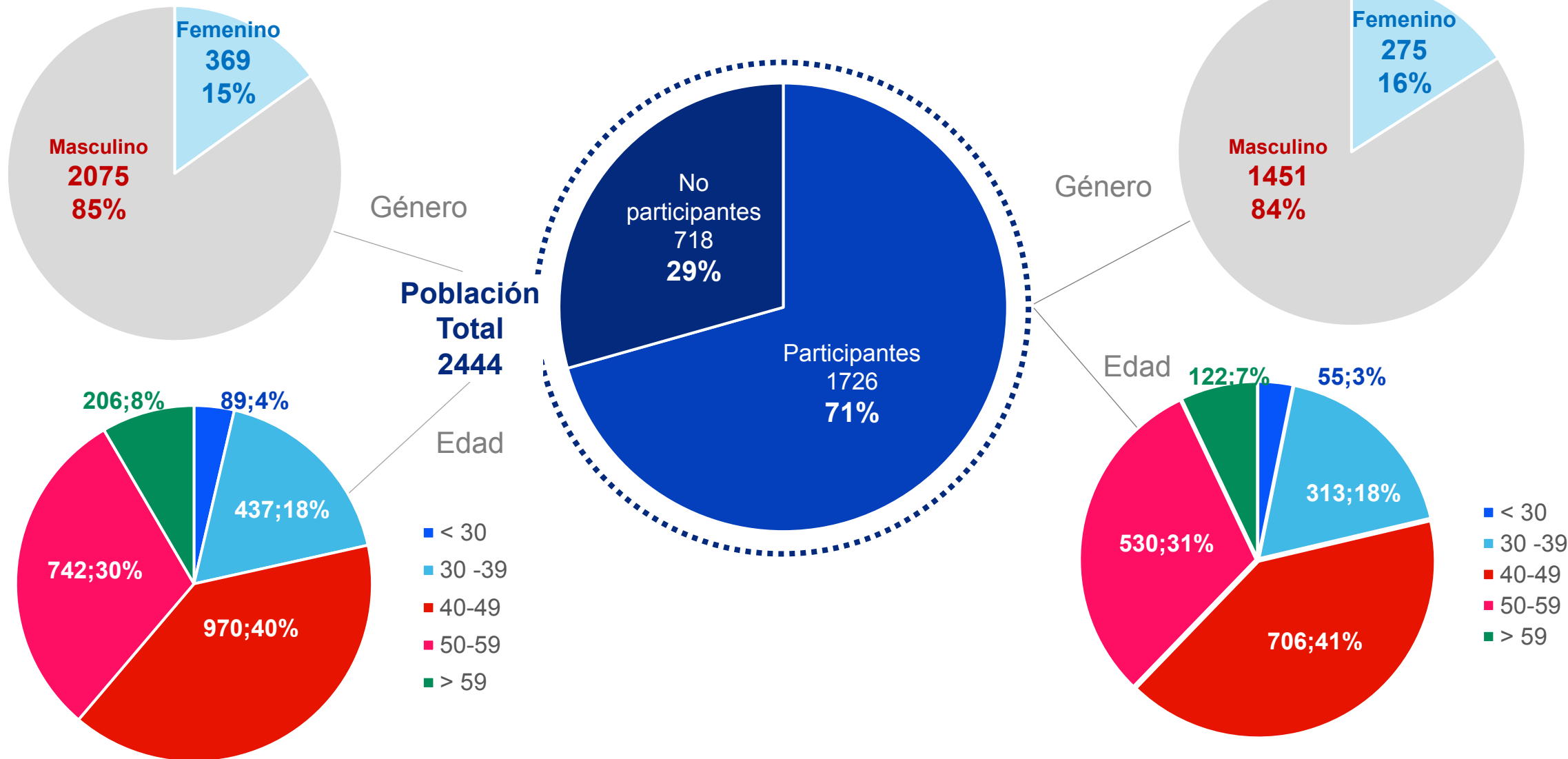
### **Enel Green Power & Thermal Generation**

#### **Dimensiones x Edad & Dimensiones x Género**



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés

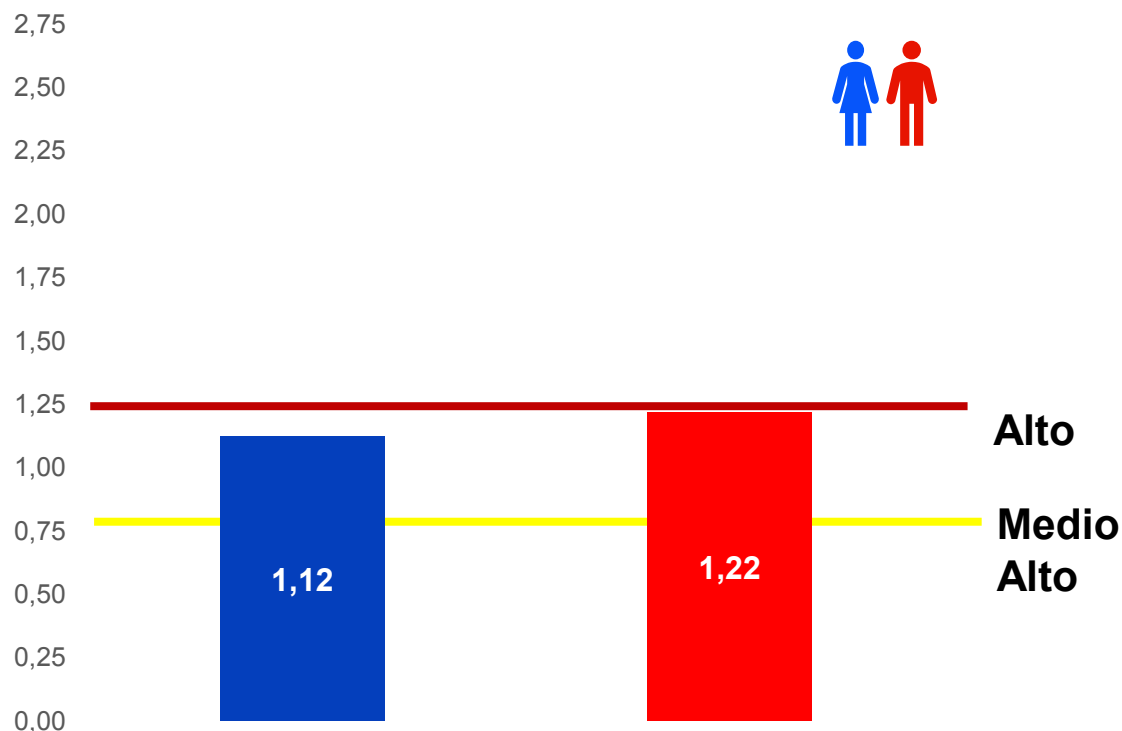
EGP&TG. Participación: Total, Género, Edad, y Ámbitos funcionales



# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. ANSIEDAD Media & Género



**Ansiedad:** estado subjetivo de **incomodidad, malestar, tensión, displacer y alarma** que hace que un sujeto se sienta molesto por una amenaza interna o externa

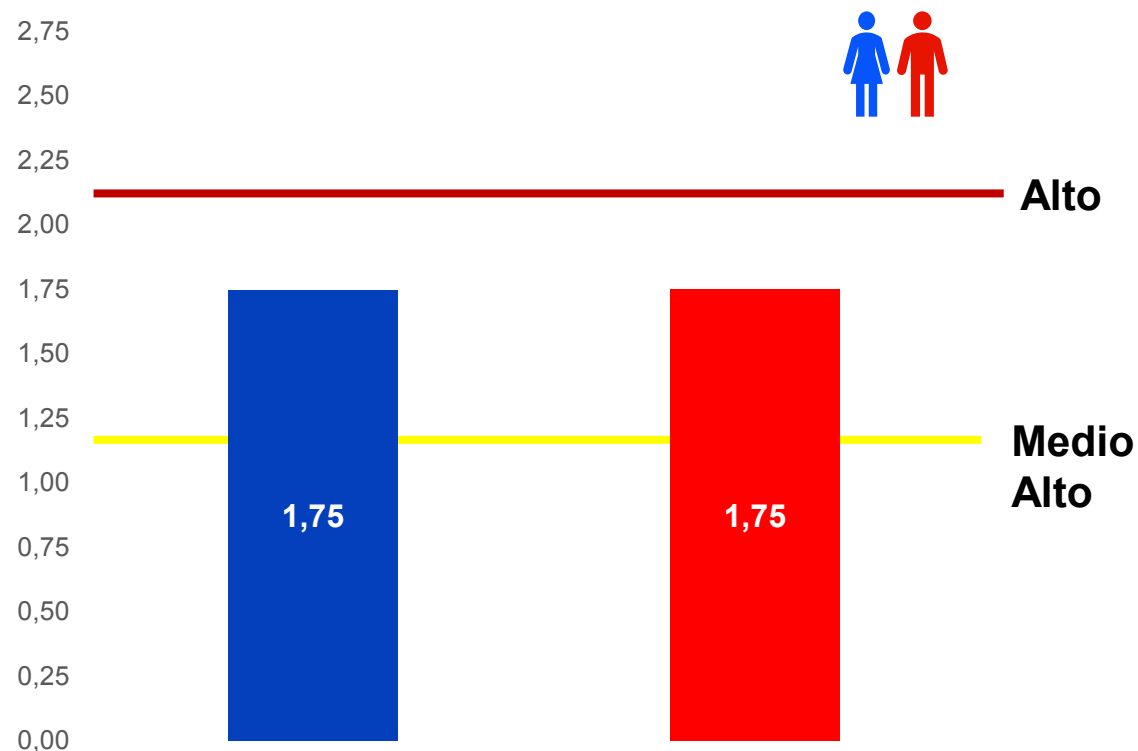
**Comentario:** La media de ansiedad se sitúa en 1,17, superando el nivel medio - alto (0,76). Se muestra diferencia en relación al género, siendo mayor en el colectivo masculino, el cual también supera la media. Ninguno de los dos grupos alcanza el nivel alto.

**Recomendaciones:** Se recomiendan acciones dirigidas a mitigar la sintomatología ansiosa. Para realizar una acción preventiva, se debe planificar acciones en el colectivo para conocer qué les lleva a la ansiedad tecnológica y cómo poder resolverla con organización de la posición, rediseño de la posición, adecuación formación a los requerimientos tecnológicos, técnicas de relajación,...

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. FATIGA Media & Género



**Comentario:** La media de fatiga se sitúa en 1,75, superando el nivel medio - alto (1,01). Ambos colectivos han obtenido exactamente la misma puntuación, la cual supera el nivel medio alto, pero no alcanza el nivel alto.

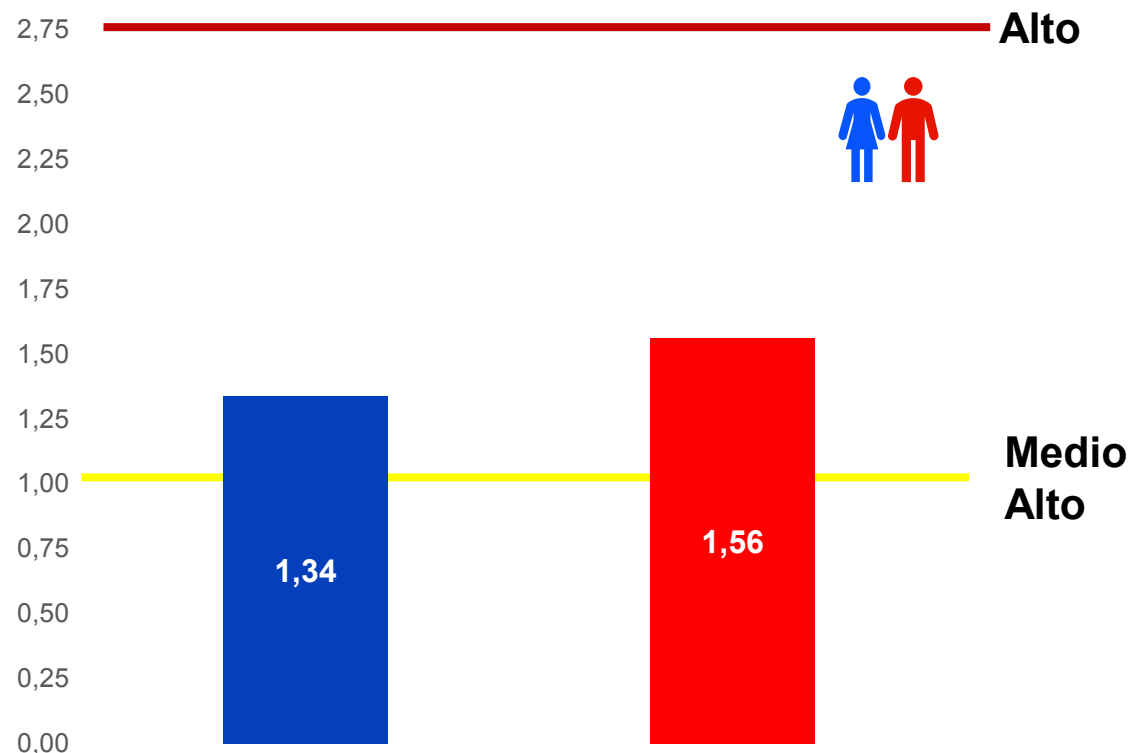
**Recomendaciones:** Se recomienda conocer qué le provoca fatiga en los dos colectivos. Otra acción a realizar es analizar si es posible mejorar la organización o la demanda de las posiciones.

*Fatiga: Se percibe como una disminución pasajera (reversible) de la capacidad de rendimiento*

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. ESCEPTICISMO Media & Género



**Comentario:** La media de escepticismo se sitúa en 1,45, superior al nivel medio - alto (1,01). Se muestra diferencia en relación al género, siendo mayor en el colectivo masculino, el cual supera también la media. Ninguno de los dos grupos alcanza el nivel alto.

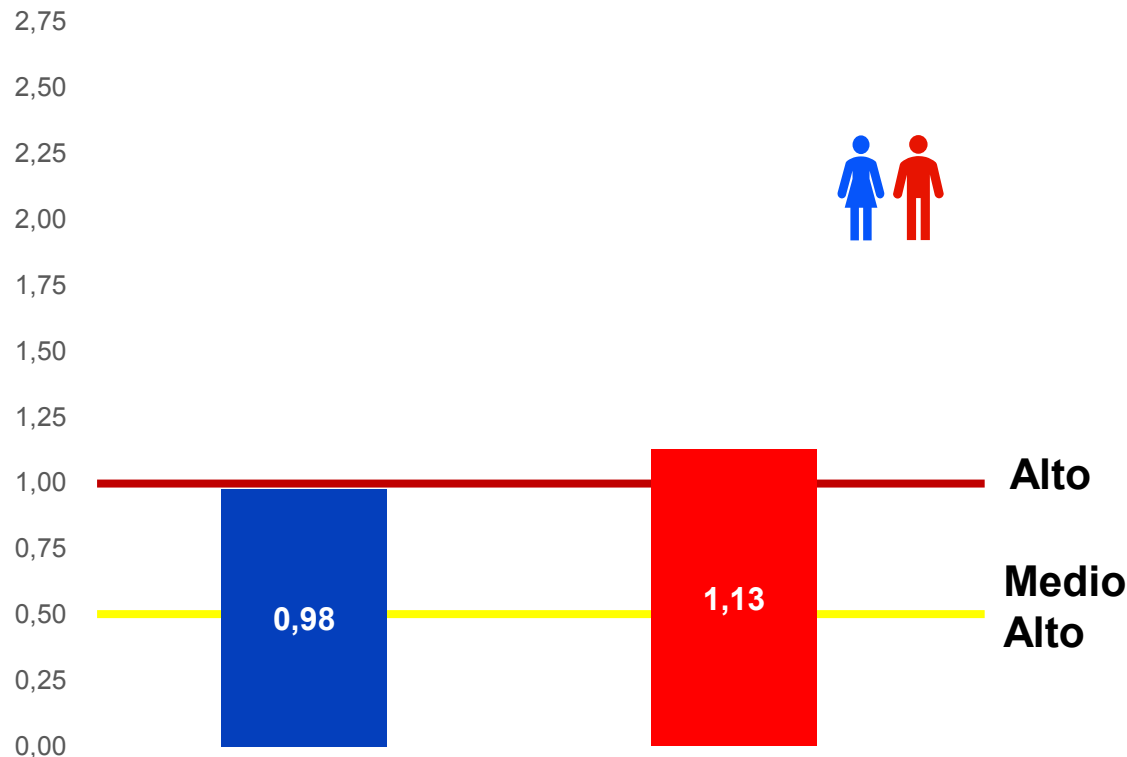
**Recomendaciones:** Se recomienda conocer qué le provoca escepticismo en cada uno de los colectivos. Otra acción a realizar es analizar si es posible mejorar la organización o la demanda de las posiciones.

*Escepticismo: actitud de las personas frente a la tecnología, ya que este indicador determina la presencia de tecnoestrés, en su dimensión actitudinal.*

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. INEFICACIA Media & Género



**Ineficacia:** La eficacia se define como hacer lo correcto, alcanzando las metas propuestas, por lo tanto, la ineficacia se refiere a no lograrlo.

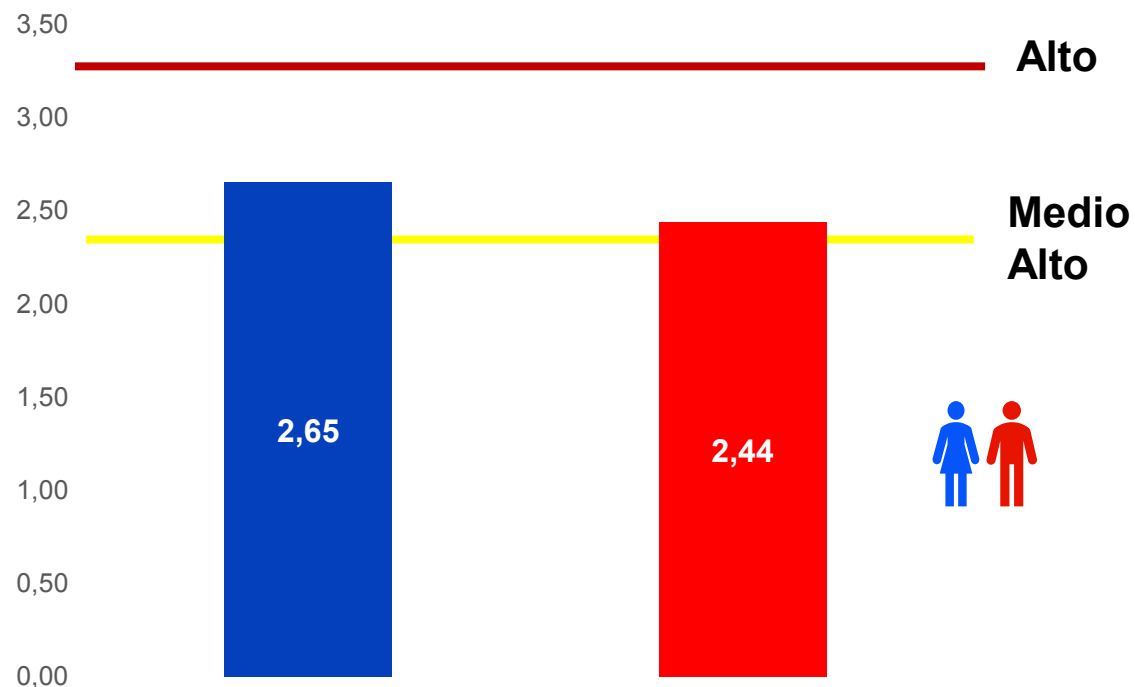
**Comentario:** La media de ineficacia se sitúa en 1,05, superior al nivel medio-alto, por encima del cual se muestran los dos colectivos. Se aprecia diferencia en relación al género, siendo mayor la puntuación obtenida en el colectivo masculino, el cual supera también el nivel alto (1,01).

**Recomendaciones:** Se recomienda conocer qué le provoca ineficacia en los dos colectivos. Otra acción a realizar es analizar si es posible mejorar la organización o la demanda de las posiciones. Para realizar una acción preventiva, se debe planificar acciones para conocer qué les lleva a la ineficacia tecnológica y cómo poder resolverla con organización de la posición, rediseño de la posición, adecuación formación a los requerimientos tecnológicos,...

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. TECNOADICCIÓN x Género



**Comentario:** La media de tecno-adicción se sitúa en 2,54, inferior al nivel alto (3,34). Se muestra una ligera diferencia en relación al género, siendo mayor en el colectivo femenino, también ligeramente superior a la media. Ambos colectivos, femenino y masculino, sobrepasan el nivel medio – alto y ninguno de ellos el nivel alto.

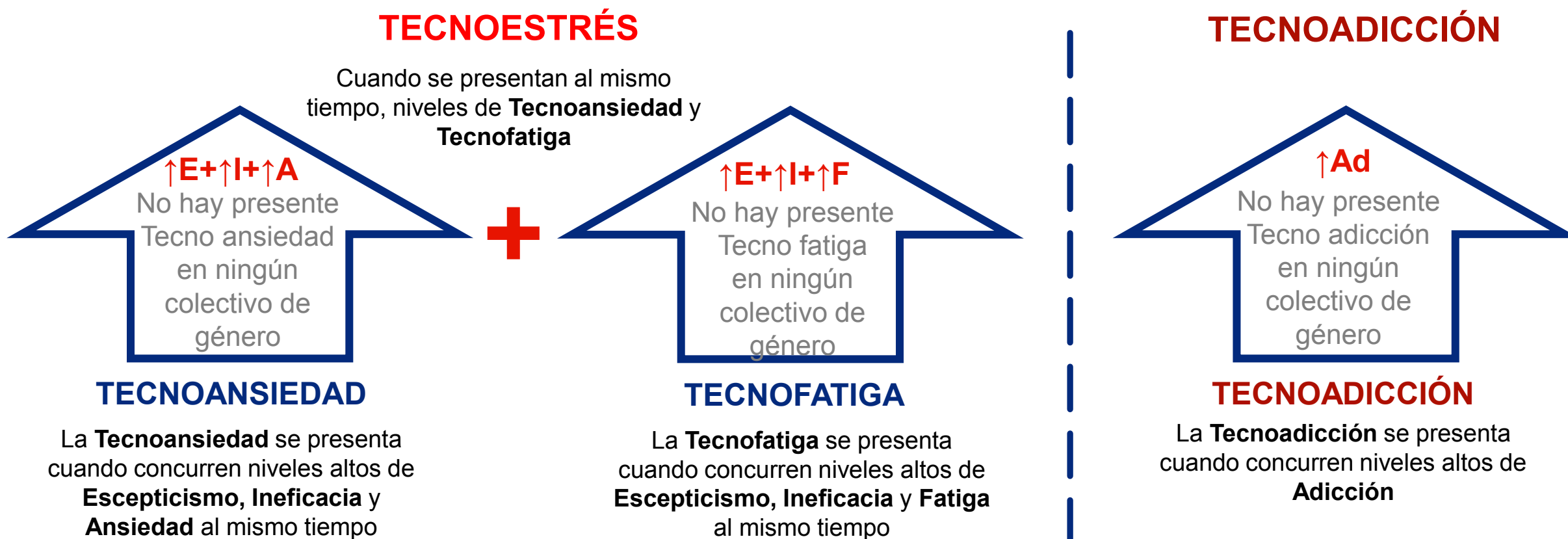
**Recomendaciones:** Establecer rutinas y pautas de uso, limitar el horario a la jornada laboral, incorporar descansos y recomendaciones de uso de las tecnologías mediante charlas, píldoras formativas, conferencias,... en todos los colectivos.

***Tecnoadicción:** Tecnoestrés específico debido a la incontrolable compulsión a utilizar TIC en "todo momento y en todo lugar", y utilizarlas durante largos períodos de tiempo*

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. TECNOESTRÉS y TECNOADICCIÓN x Género

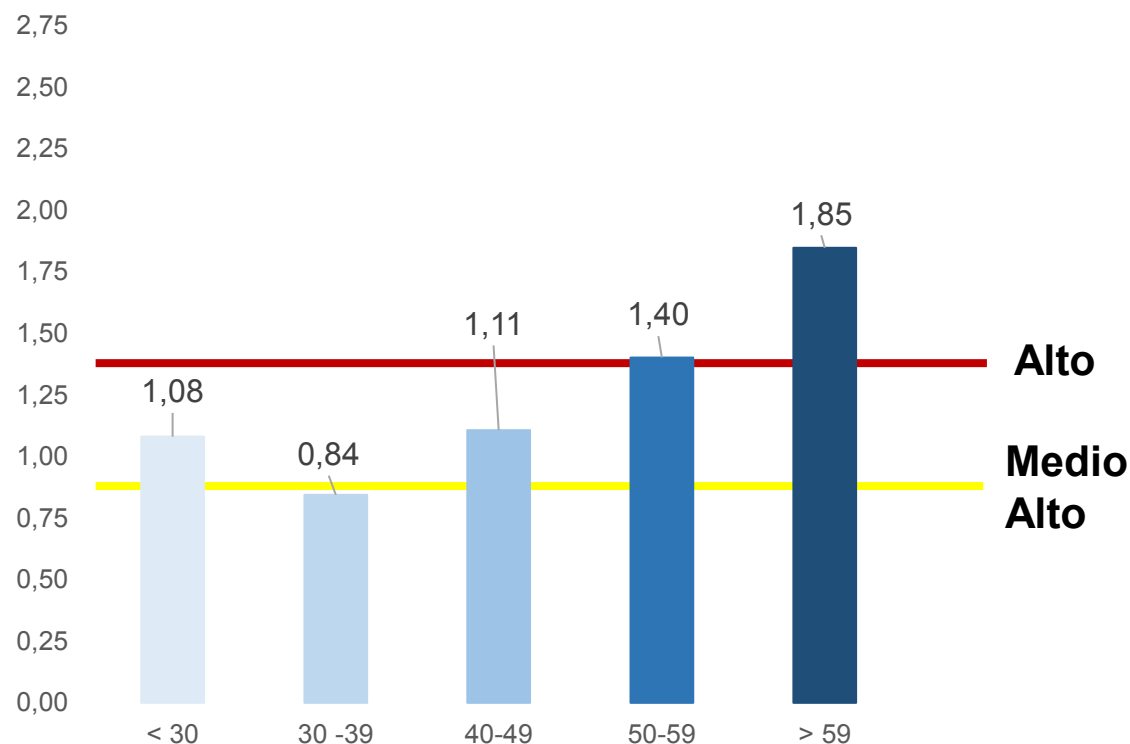




# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. ANSIEDAD x Edad



**Ansiedad:** estado subjetivo de **incomodidad, malestar, tensión, displacer y alarma** que hace que un sujeto se sienta molesto por una amenaza interna o externa

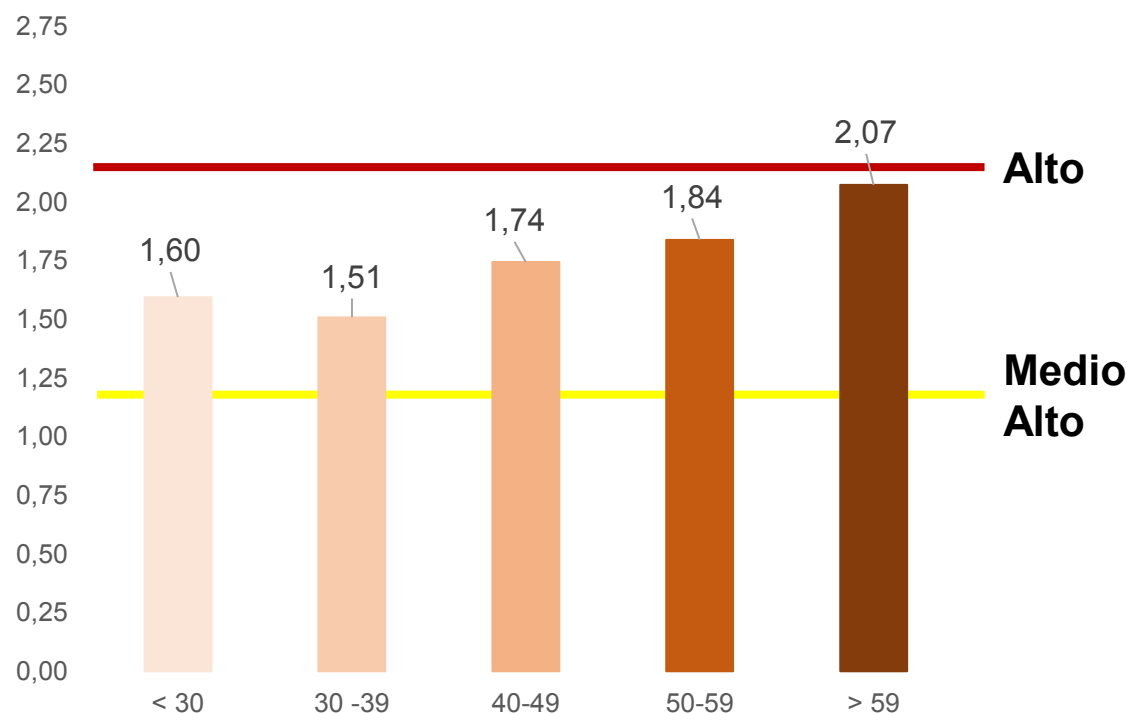
**Comentario:** Se muestra una evolución oscilante-creciente, con un nivel mínimo en el colectivo 30-39 años y un nivel máximo en >59. Todos los grupos sobrepasan el nivel medio-alto excepto el que muestra el mínimo valor y, dos de ellos alcanzan el nivel alto (50-59 y <59 años).

**Recomendaciones:** Se recomienda prestar especial atención a los grupos de edad comprendidos entre los 50 y >59. Respecto el colectivo de <30 años, se debe analizar si las personas tienen la suficiente formación, cuya ausencia les puede provocar esa ansiedad. Llevando a cabo acciones dirigidas a mitigar la sintomatología ansiosa. Para realizar una acción preventiva, se debe planificar acciones en el colectivo de 30-39 para conocer qué les lleva a la ansiedad tecnológica y cómo poder resolverla con organización de la posición, rediseño de la posición, adecuación formación a los requerimientos tecnológicos, técnicas de relajación,...

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. FATIGA x Edad



**Fatiga:** Se percibe como una disminución pasajera (reversible) de la capacidad de rendimiento

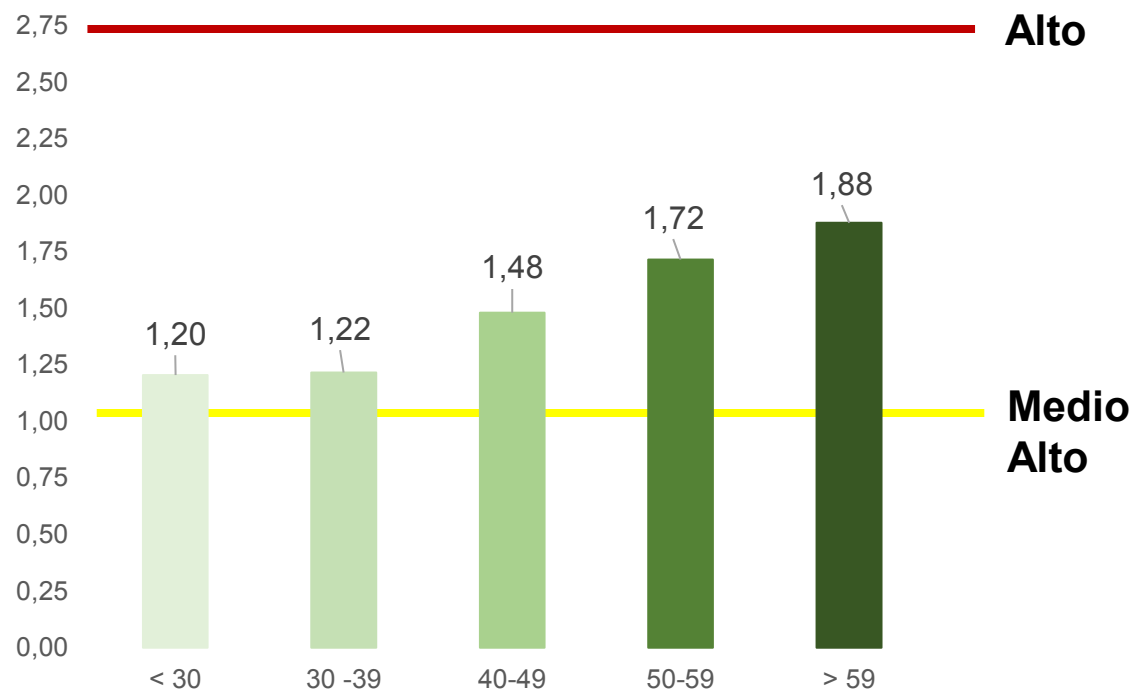
**Comentario:** Se muestra una evolución oscilante - creciente, con un nivel mínimo en los grupos 30-39 años y <30 años. La puntuación máxima se da en el colectivo de >59 años. Ningún colectivo sobrepasa el nivel alto y, todos superan la puntuación del nivel medio – alto.

**Recomendaciones:** Se recomienda conocer qué le provoca fatiga en los colectivos de 40 a >59 años. Otra acción a realizar es analizar si es posible mejorar la organización o la demanda de las posiciones. Para realizar una acción preventiva, se debe planificar acciones en el colectivo de <30-39 para conocer qué les lleva a la fatiga tecnológica y cómo poder resolverla con organización de la posición, rediseño de la posición, adecuación formación a los requerimientos tecnológicos, técnicas de relajación,...

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. ESCEPTICISMO x Edad



**Comentario:** Se muestra una evolución creciente, con un nivel máximo en el colectivo de >59 años y un mínimo en los <30. Ningún colectivo sobrepasa el nivel alto, y todos presentan puntuaciones superiores al nivel medio – alto.

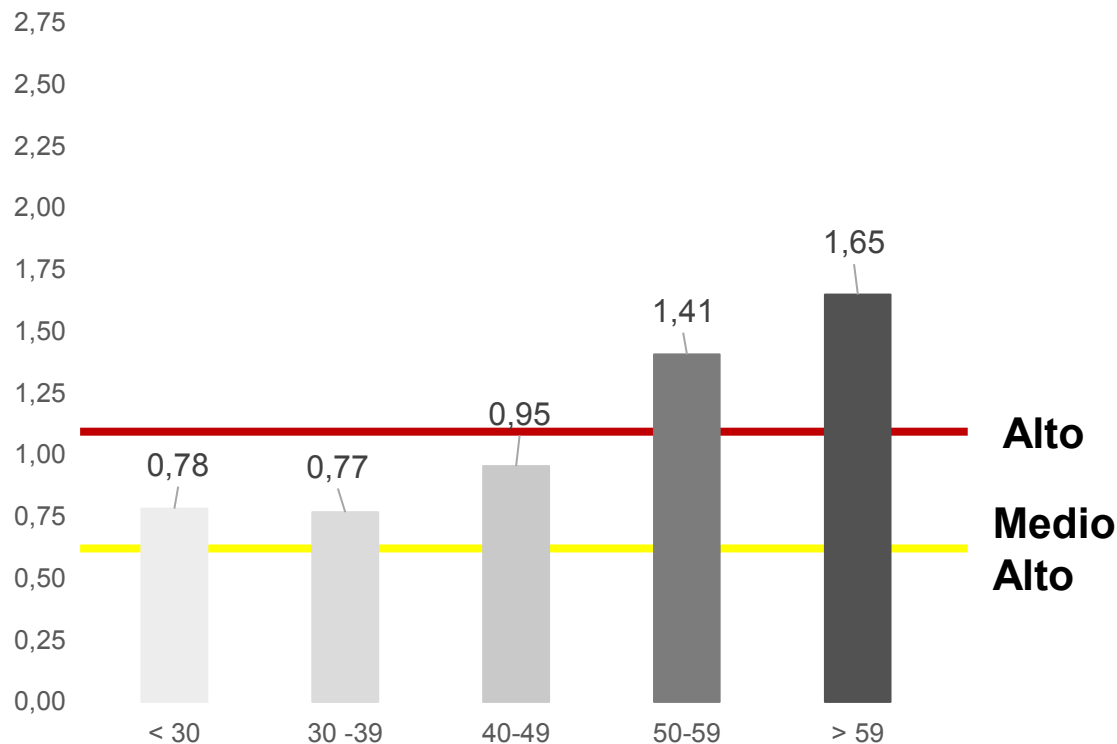
**Recomendaciones:** Se recomienda conocer qué le provoca escepticismo en cada uno de los colectivos de edad. Otra acción a realizar es analizar si es posible mejorar la organización o la demanda de las posiciones. En relación al colectivo 50 a >59 años sería importante hacer acciones preventivas en edades inferiores antes de llegar a esa edad, para preparar a las personas.

*Escepticismo: actitud de las personas frente a la tecnología, ya que este indicador determina la presencia de tecnoestrés, en su dimensión actitudinal.*

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. INEFICACIA x Edad



**Ineficacia:** La eficacia se define como hacer lo correcto, alcanzando las metas propuestas, por lo tanto, la ineficacia se refiere a no lograrlo.

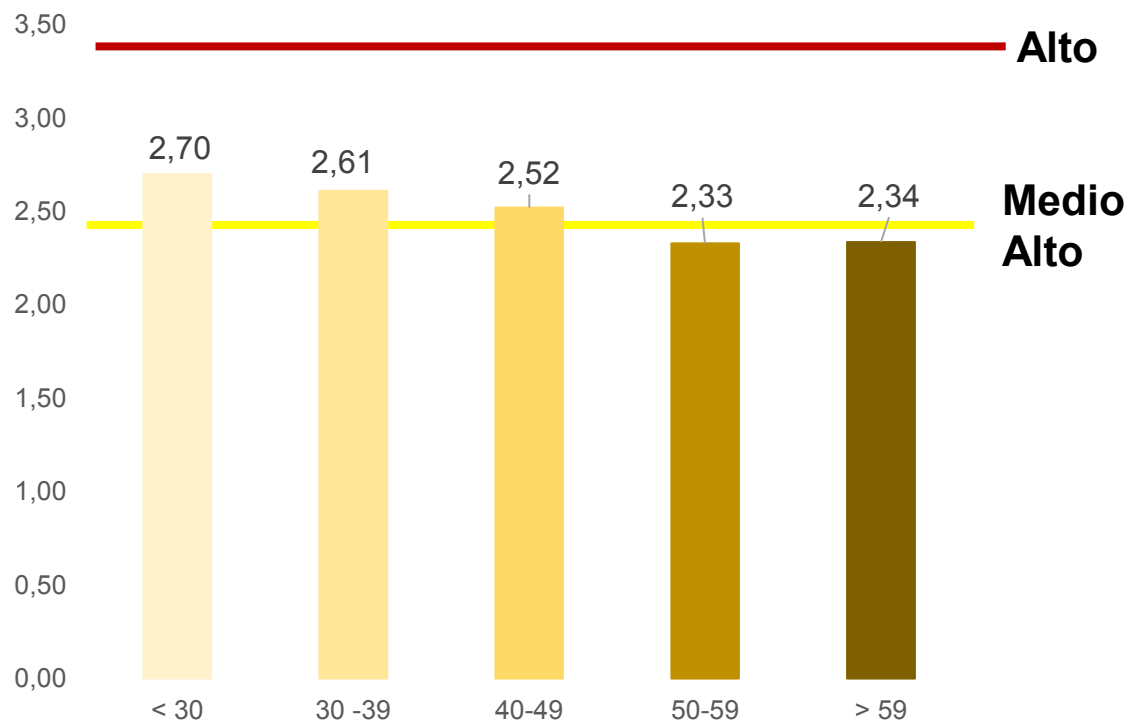
**Comentario:** Se muestra una evolución oscilante-creciente, desde la mínima puntuación en el grupo 30-39 años, seguida de <30 años hasta la mayor, en los colectivos de 50-59 años y >59. Todos los colectivos superan el nivel medio-alto y, los grupos 50-59 años, y >59 años sobrepasan el nivel alto (1,01).

**Recomendaciones:** Se recomienda conocer qué le provoca ineficacia en los dos colectivos de edad críticos. Otra acción a realizar es analizar si es posible mejorar la organización o la demanda de las posiciones. Para realizar una acción preventiva, se debe planificar acciones en el colectivo de 40-49 para conocer qué les lleva a la ineficacia tecnológica y cómo poder resolverla con organización de la posición, rediseño de la posición, adecuación formación a los requerimientos tecnológicos,...

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. TECNOADICCIÓN x Edad



**Tecnoadicción:** Tecnoestrés específico debido a la incontrolable compulsión a utilizar TIC en "todo momento y en todo lugar", y utilizarlas durante largos períodos de tiempo

**Comentario:** Se muestra una evolución decreciente, desde un máximo en <30 años y un nivel mínimo en >59. Todos los grupos superan el nivel medio-alto excepto los de 50-59 años y >59 años y, ninguno de ellos llega a alcanzar el nivel alto (3,34).

**Recomendaciones:** Establecer rutinas y pautas de uso, limitar el horario a la jornada laboral, incorporar descansos y recomendaciones de uso de las tecnologías mediante charlas, píldoras formativas, conferencias,... en todos los colectivos, haciendo foco al colectivo de <30 a 49 años dónde se superan en mayor medida el nivel medio alto (2,34).

# Informe de Resultados. Evaluación Tecnoestrés



## EGP&TG. TECNOESTRÉS y TECNOADICCIÓN x Edad

