

NUEVO RIESGO LABORAL RELACIONADO CON LAS TIC

TECNOESTRÉS

El **TECNOESTRÉS** es un estado de tensión que padece el trabajador debido a:

- El esfuerzo de **adaptación** que tiene que realizar ante las nuevas exigencias del trabajo con TIC.
- Un **uso** continuado y **excesivo** de las tecnologías, dentro y fuera del trabajo.

Tipos de tecnoestrés:

TECNOANSIEDAD

El trabajador desarrolla sentimientos de **rechazo** hacia el uso de las TIC. Se ve incapaz de utilizarlas lo que le genera malestar y tensión.

TECNOADICCIÓN

La persona siente una incontrolable **necesidad** de utilizar herramientas tecnológicas continuamente.

TECNOFATIGA

El trabajador experimenta **cansancio físico y mental** por el uso prolongado de herramientas tecnológicas.