



## INFOXICACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA FACULTAD DE EDUCACIÓN INFOXICATION IN STUDENTS OF THE FACULTY OF EDUCATION

**Mg. Vilca Loayza, Hugo Zósimo**

[hvilca@uncp.edu.pe](mailto:hvilca@uncp.edu.pe)

[hvilcaloayza@gmail.com](mailto:hvilcaloayza@gmail.com)

Código ORCID 0009-0008-9630-4768

Docente del Programa de Estudio de Ciencias Naturales y Ambientales de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú

**Dr. Jerí Leguía José Luis**

[jjeri@uncp.edu.pe](mailto:jjeri@uncp.edu.pe)

[jerileguiaj@gmail.com](mailto:jerileguiaj@gmail.com)

Código ORCID 0000-0002-1120-5509

Docente del Programa de Estudio de Ciencias Naturales y Ambientales de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú

**Resumen:** La infoxicación, o sobrecarga de información, es un fenómeno creciente que afecta la capacidad de las personas para procesar y utilizar la información de manera eficaz, especialmente en entornos académicos. Ante la rápida expansión de recursos digitales y el fácil acceso a datos, los estudiantes enfrentan dificultades para discernir entre información relevante e irrelevante, lo cual afecta su bienestar y rendimiento. Este estudio tiene como objetivo establecer el nivel de infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú, explorando sus efectos sociales, psicológicos, físicos y cognitivos. La investigación se justifica por la necesidad de comprender cómo la sobrecarga de información influye en el entorno académico y cómo puede mitigar sus efectos negativos. Para lograr este propósito, se trabajó con un método descriptivo, para recabar información se usó encuestas a estudiantes de la facultad. Los resultados revelaron que el nivel de infoxicación es medio a alto, manifestándose en síntomas como ansiedad, fatiga visual, dificultad para concentrarse y aislamiento social. Estos hallazgos sugieren que la infoxicación tiene un impacto significativo en la calidad de vida y el desempeño académico de los estudiantes. Como conclusión, se recomienda implementar programas de alfabetización informacional y técnicas de gestión de información para reducir la sobrecarga, mejorando así las habilidades de análisis y filtrado en el contexto educativo. Este estudio aporta información valiosa sobre la necesidad de adaptar las estrategias educativas para enfrentar los retos que presenta la era de la información.

**Palabras clave:** Infoxicación, sobrecarga de información, exceso de información, Alfons Cornella, agotamiento mental, y estrés informático.

**Abstract:** Infoxication, or information overload, is a growing phenomenon that affects people's ability to process and use information effectively, especially in academic settings. Faced with the rapid expansion of digital resources and easy access to data, students face difficulties in discerning between relevant and irrelevant information, which affects their well-being and performance. This study aims to establish the level of infoxication in students of the Faculty of Education of the National University of Central Peru, exploring its social, psychological, physical and cognitive effects. The research is justified by the need to understand how information overload influences the academic environment and how it can mitigate its negative effects. To achieve this purpose, a descriptive method was used, based on surveys of faculty students. The results revealed that the level of infoxication is medium to high, manifesting in symptoms such as anxiety, visual fatigue, difficulty concentrating and social isolation. These findings suggest that infoxication has a significant impact on students' quality of life and academic performance. In conclusion, it is recommended to implement information literacy programs and information management techniques to reduce overload, thus improving analysis and filtering skills in the educational context. This study provides valuable information on the need to adapt educational strategies to face the challenges presented by the information age.

**Keywords:** Infoxication, information overload, excess of information, Alfons Cornella, mental exhaustion, and computer stress.

## INTRODUCCIÓN

La infoxicación se refiere al exceso de información disponible, que puede llegar a abrumar a las personas y dificultar la capacidad de procesarla y tomar decisiones informadas. Este fenómeno se ha vuelto más prominente con la proliferación de internet y las redes sociales, donde la cantidad de datos disponibles es vasta y continúa creciendo a un ritmo acelerado.

Algunas razones por las cuales la infoxicación se ha convertido en un problema en la sociedad son: abundancia de información: Vivimos en una era en la que la información está al alcance de nuestras manos en cualquier momento. Sin embargo, la gran cantidad de datos disponibles puede ser abrumadora, haciendo difícil para las personas filtrar y seleccionar la información relevante. Desinformación y fake news: La

facilidad con la que la información puede ser compartida en línea ha llevado a la propagación rápida de desinformación y noticias falsas. La gente puede encontrarse bombardeada con información incorrecta, lo que dificulta discernir la verdad. Fatiga informativa: El constante flujo de información puede generar fatiga en las personas. La sobreexposición a noticias, actualizaciones y notificaciones puede agotar la capacidad mental y afectar la concentración y la toma de decisiones. Falta de habilidades de evaluación crítica: Muchas personas no tienen los procesos mentales necesarios para medir analíticamente la información que consumen. La deficiencia de alfabetización temporal y digital puede contribuir a la aceptación indiscriminada de información sin cuestionar su veracidad. Dificultad para priorizar: Con tantas fuentes

de información compitiendo por nuestra atención, puede ser difícil priorizar lo que realmente es importante. Esto puede llevar a la distracción y a la pérdida de tiempo en información trivial en lugar de centrarse en temas cruciales. Impacto en la salud de la mente: La infoxicación puede mejorar al estrés y la ansiedad. La constante exposición a noticias negativas y la presión de mantenerse al día pueden afectar la salud mental de las personas.

Para hacer frente a la infoxicación, es crucial desarrollar habilidades de alfabetización mediática, aprender a filtrar información, verificar la veracidad de las fuentes y establecer límites en el consumo de información para preservar la salud mental. Además, las plataformas y los sistemas de comunicación también tienen un rol importante en la promoción de la calidad y la veracidad de la información que difunden.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020) describe que la palabra “infoxicación” se ha utilizado durante un tiempo prolongado para referirse a la cantidad generalizada de información errónea procedente de los medios digitales y su rápida propagación de entre personas. De manera similar, la OMS señala que durante el período de Covid-19, los individuos necesitan tener acceso rápido a la información, clara, precisa y objetiva para protegerse a sí mismos y a otros de esta pandemia, así como del envenenamiento informativo debido a la sobrecarga de información proporcionada por los medios digitales; También provoca molestias en la salud debido a intoxicaciones, provocando graves consecuencias en su estado biológico y mental. Se pueden observar sentimientos similares tanto a nivel nacional como en todo el mundo.

La infoxicación también afecta significativamente a los estudiantes universitarios. Aquí hay algunas razones específicas por las cuales este grupo demográfico puede enfrentar desafíos particulares relacionados con la infoxicación: volumen abrumador de información: Los estudiantes universitarios a menudo se enfrentan a grandes cantidades de información en sus cursos, lecturas y proyectos. La necesidad de asimilar y procesar esta información puede ser abrumadora, especialmente cuando hay múltiples asignaturas y tareas concurrentes. Presión de rendimiento académico: La competencia académica y la presión para obtener buenos resultados pueden llevar a los estudiantes a buscar y consumir más información de la necesaria, con la esperanza de destacarse en sus estudios. Esto puede resultar en una sobrecarga de información y dificultades para discernir lo esencial de lo secundario. Diversidad de fuentes: Con el acceso a internet, los estudiantes tienen una amplia gama de fuentes disponibles para obtener información. Sin embargo, la calidad y la confiabilidad de estas fuentes pueden variar significativamente. Los estudiantes pueden enfrentar dificultades para evaluar la credibilidad de la información y distinguir entre fuentes confiables y engañosas. Multitarea digital: La tecnología también ha introducido la tendencia a la multitarea digital entre los estudiantes universitarios. Pueden encontrarse navegando por la web, revisando redes sociales y consumiendo información de múltiples fuentes al mismo tiempo. Esto no solo puede disminuir la calidad del aprendizaje, sino también contribuir a la infoxicación. Falta de habilidades de filtrado y síntesis: A menudo, los estudiantes pueden carecer de habilidades de filtrado y síntesis de información, lo que significa que les resulta

difícil discernir la información crucial de la redundante y sintetizarla para un entendimiento más profundo. Impacto en la productividad y el bienestar: La infoxicación puede afectar la productividad y el bienestar general de los estudiantes universitarios. La dificultad para gestionar la carga de información puede contribuir al estrés, la ansiedad y la fatiga mental.

Para hacer frente a la infoxicación, los estudiantes pueden beneficiarse de estrategias como desarrollar habilidades de gestión del tiempo, mejorar la capacidad de evaluación crítica de la información, establecer límites en el uso de la tecnología y buscar ayuda cuando sea necesario, como consultar a bibliotecarios o profesores para orientación. La promoción de la alfabetización mediática y digital en los programas educativos también es esencial.

En el Perú ha surgido el concepto de informatización, haciendo referencia a la influencia de las formas de comunicación tradicional en la sociedad moderna; Ahora, en cualquier parte del país o del mundo una persona puede publicar contenidos en Internet, creando un acervo de información provocado por el gran volumen y velocidad de los contenidos publicados en Internet, sobrecarga informativa en la población y que provoca malestar fisiológico y social. (Torres, 2019).

Una vez identificadas las consecuencias del envenenamiento, Cornejo (2020) advirtió a los padres sobre los problemas que trae el envenenamiento, por lo que es importante regular el tiempo que los niños dedican a la tecnología. Además, no podemos mirar ni escuchar constantemente noticias negativas. En un momento que de alguna manera afecta la psicología de todo aquel que quiera estar al día de todas las novedades que suceden en nuestro país, es importante estar informado,

pero no debemos abusar de la información que analizamos.

De la misma manera, el Diario Gestión (2020), menciona que ante una emergencia de salud pública como lo es la propagación del virus Corona en el Perú, han confirmado su seguridad en los medios digitales y tradicionales como medios, por lo que recurrieron a los medios de comunicación masivos. Para enterarse de lo que pasa en el país, muchos periodistas no se guían por la ética profesional y crean información redundante para vender sus productos, que limitan su credibilidad y generan sospechas. población, también crean información sensacional.

De igual forma, en Perú hay universidades que creen que la intoxicación virtual es perjudicial para la sociedad. Las personas que reciben mucha información todos los días suelen padecer esta enfermedad. Una persona está borracha cuando no puede absorber más información, cuando tiene dificultades para leer. Leer despacio y no entender, estos son algunos síntomas de las personas con esta enfermedad, pocas personas prestan atención porque piensan que hablar por teléfono es normal, prestando atención a los mensajes que aparecen en ellos. en redes sociales o en televisión, y las consecuencias preocupan a ciertos investigadores de nuestro país (Pontificia Universidad Católica del Perú-PUCP, 2015).

A partir de la exposición de ideas, se plantea las siguientes preguntas de investigación. Se formuló como pregunta del problema general, ¿Cuál es el nivel de infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú? De la misma manera los problemas específicos: primero, ¿Cuál es el nivel de síntomas sociales generados por la

infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú?, segundo, ¿Cuál es el nivel de síntomas psicológicos generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú?, tercero, ¿Cuál es el nivel de síntomas físicos generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú?, cuarto, ¿Cuál es el nivel de síntomas cognitivos generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú?

De manera similar se plantea el objetivo general de investigación, establecer el nivel de infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú. Se continúa planteando los objetivos específicos, primero identificar el nivel de síntomas sociales generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú. Segundo, determinar el nivel de síntomas psicológicos generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú. Tercero, reconocer el nivel de síntomas físicos generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú. Cuarto, diagnosticar el nivel de síntomas cognitivos generados por la infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú

La presente investigación se justifica bajo la propuesta de Sierra (1999), quién propuso cinco criterios para necesarios para establecer una investigación. Estos son:

Primero, justificar por conveniencia, la investigación es conveniente porque permitirá conocer el nivel de infoxicación que presentan los estudiantes de la facultad de educación en el periodo 2024, de esta manera a partir del mencionado dato empírico, se podrán tomar decisiones y proponer estrategias que mitiguen la infoxicación. Segundo, la relevancia social, la presente investigación busca conocer el nivel de infoxicación en los estudiantes universitarios, y de esa manera poder reconocer el impacto que tiene este síndrome social sobre los jóvenes y de esa manera proyectar y generalizar a otros grupos humanos con características similares. Tercer criterio de justificación, son las implicaciones prácticas. Como se mencionó, el presente trabajo propicia conocer el nivel de infoxicación de los jóvenes estudiantes. En caso de encontrar a jóvenes en condiciones críticas, se derivaría a la coordinación responsable, principalmente a la coordinación de tutoría. Como cuarto criterio de justificación, se encuentra el valor teórico. La investigación sobre el nivel de infoxicación en los estudiantes de la facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú, se podrá generalizar a otros estudiantes con las mismas condiciones. Además, permite reconocer los factores asociados a la infoxicación. Finalmente, la utilidad metodológica. Esta investigación ayuda a definir mejor el concepto de infoxicación, con el uso de datos empíricos recolectados a partir de jóvenes de la facultad de Educación.

### *1.1. Antecedentes.*

Primero, Barraza y Arreola (2022) realizaron un estudio titulado: “Infoxicación, consecuencias de la sobrecarga de información en Internet” por el Centro de Intervenciones en Salud Física y Mental de

México. El propósito del estudio fue identificar síntomas de intoxicación por alcohol en estudiantes universitarios. Se trata de un estudio descriptivo, que tuvo como resultado el doctorado en ciencias pedagógicas. En resumen, se encontró que los principales síntomas que se presentan durante la intoxicación son: dificultad para dormir, dolor muscular, fatiga visual, dolor de cabeza, irritabilidad, negativa a realizar actividades, falta de concentración, depresión y ansiedad.

Avendaño y Gaitán (2022) realizaron un trabajo de investigación sobre “Infoxicación e impacto social” en el distrito de la Universidad Francisco José de Caldas en Bogotá, Colombia. El propósito de la investigación es comprender las características de la embriaguez en la sociedad. El trabajo es una revisión bibliográfica. Los dos autores concluyen: “La enorme cantidad de información que existe enferma a las personas, reduciendo su productividad y concentración en las tareas diarias”. Las organizaciones han comenzado a cambiar su forma de trabajar, exigiendo que las personas tengan el 100% de control sobre la tecnología y todo lo relacionado con ella, lo que hace cada vez más difícil para la generación actual encontrar empleo.

A continuación, Morales (2022), presentó tesis “Comunicación e Información Comunicación en la Plataforma Facebook para Adolescentes de 12 a 19 años de la Ciudad de San Pablo, 2022” para la Licenciatura en Comunicación de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, La Libertad, Ecuador. El objetivo del trabajo de investigación es analizar las actividades comunicativas y el envenenamiento informativo en la plataforma Facebook de adolescentes de 12 a 19 años de la comuna de San Pablo, con el fin de gestionar los contenidos publicados. Este es

un estudio descriptivo porque utiliza métodos de encuesta y entrevista. La muestra del estudio estuvo compuesta por 210 adolescentes. Los resultados muestran que la comunicación mediática es parte del contenido utilizado en el proceso de provisión de información, pero en menor escala, por lo que se recomienda capacitar a educadores y jóvenes en su uso.

Rivera (2022), presentó el trabajo de investigación “Respuesta a la infoxicación en redes sociales de estudiantes de la Facultad de Comunicación UPC en el año escolar 2022.” Presentó esta tesis para la Maestría en Medios Audiovisuales e Interactivos de la Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas en Lima, Perú. El objetivo del estudio fue analizar la experiencia del fenómeno social “atracción” de estudiantes de Comunicación de la UPC que trabajan y creadores de contenidos relacionados con sitios de redes sociales. El método utilizado es cualitativo, con análisis interpretativo y la herramienta de recolección de base de información serán entrevistas en profundidad a estudiantes que trabajan en redes sociales. El estudio muestra que la infoxicación afecta el manejo de las redes sociales y la creación de contenidos en Facebook, Mash, Instagram y Tiktok de los estudiantes del 9° y 10° semestre de la Facultad de Comunicación.

Preciado (2020), presenta estudio titulado “Infoxicación digital durante el Covid-19 en la región de Tumbes, 2020”. Elige una Licenciatura en Comunicaciones de la Universidad de Tumbes. El objetivo del estudio fue determinar el nivel de infoxicación creado por los medios de comunicación en la sociedad. Este método incluye el método cuantitativo, tipo de investigación descriptiva, diseño no experimental, estudio microsociológico prospectivo, transversal utilizando el

cuestionario como instrumento de investigación, incluyendo a 60 residentes del distrito de Tumbes de 20 años y más. y 20,39 años. Concluyó que los tumbesinos padecían "altos" niveles de infoxicación.

## 1.2. Marco Teórico

### *Infoxicación*

Cuando hablamos de infoxicación, nos referimos a un término relativamente nuevo que hace referencia a un tema delicado que surge debido a los continuos cambios digitales.

Al fenómeno llamado infoxicación también se le llama de otra manera al referirse al problema; ansiedad informativa, sobrecarga informativa, ansiedad informativa, fatiga informativa, sobrecarga informativa, sobredosis informativa, obesidad informativa son sólo algunas de las expresiones utilizadas.

Hace casi catorce años, su creador, Alfons Cornella, explicaba el concepto de infoxicación: "El principal problema que la persona se enfrenta no es la tecnología. El problema que se presenta tienen relación a la cultura, a lo psicológico, y también sociológico. El problema de la ansiedad informativa, el miedo a tener más información de la que puedo manejar y, por tanto, no tener tiempo para absorberla, no es sólo un problema tecnológico". (Cornella, 2000).

El volumen de información recibida por periodo de tiempo aumenta, correspondiente al incalculable. Ésta es la gran duda del porvenir que tendrán que afrontar las nuevas sociedades. Habrá demasiada información y la gente tendrá que encontrar formas de procesarla. "Un niño recibe demasiada información durante un período de tiempo y esto debe abordarse mediante soluciones tecnológicas". Dos cosas resultarán muy importantes: la primera es la "s" de Smart,

que simplifica las cosas agregando inteligencia (Cornella, 2015).

Olivera (2011), cita a Wurman (1991), menciona que el término "ansiedad informativa", lo describió de esta manera: "La ansiedad informativa es la abundante diferencia entre lo que se entiende y lo que se cree que se debería de entender". "Ese vacío que existe entre la información y el conocimiento se genera cuando los datos no informan lo que es necesario saber".

La infoxicación afecta el desempeño y la producción de los empleados todos los días, ya que los empleados reciben información a través de una variedad de medios. Sin embargo, creen que el control de la información se puede lograr optimizando las capacidades del cerebro humano, creando filtros para la información no válida, que luego deben tener en cuenta la cantidad de información que se puede procesar en un momento determinado, es decir, la información que se procesa. Puede definirse como la recopilación, interpretación y síntesis de información relacionada con la toma de decisiones organizacionales.

### *Características de la infoxicación*

*Exceso de información no filtrada:* La infoxicación suele ocurrir cuando la información no está adecuadamente organizada ni filtrada. Las personas reciben datos de múltiples fuentes (noticias, redes sociales, correos electrónicos, etc.), lo que dificulta la diferenciación entre lo relevante y lo irrelevante.

*Dificultad para la toma de decisiones:* La acumulación de información provoca un parálisis por análisis, donde la cantidad de opciones y datos disponibles lleva a la indecisión o al retraso en la toma de decisiones.

*Disminución de la capacidad de atención y concentración:* La mente humana no está diseñada para procesar información en grandes volúmenes de manera continua. La infoxicación lleva a una disminución de la concentración y a una fragmentación de la atención, lo cual puede afectar el rendimiento en el estudio o en el trabajo.

*Agotamiento mental y estrés:* La sobreexposición informativa provoca fatiga cognitiva y estrés. La constante necesidad de "ponerse al día" con la información genera una carga emocional y mental, que puede llevar a niveles elevados de ansiedad o agotamiento.

*Baja retención de información:* La saturación informativa afecta la memoria y la capacidad de retención. Las personas que sufren infoxicación tienden a recordar menos y a olvidar con mayor rapidez, dado que su mente está constantemente recibiendo nuevos estímulos.

*Sensación de urgencia constante:* Las notificaciones y actualizaciones constantes crean una percepción de inmediatez, llevando a la sensación de que es imperativo consumir información en todo momento. Esto fomenta la tendencia a consumir sin evaluar ni reflexionar, perpetuando el ciclo de sobrecarga.

### *Impacto de la infoxicación en la vida de los estudiantes*

En el caso de estudiantes universitarios, la infoxicación puede tener los siguientes impactos:

*Impacto psicológico:* La sobrecarga informativa produce estrés, ansiedad y una sensación de ineficacia o agobio, afectando la salud mental del estudiante. La constante exposición a nueva información, sumada a la presión académica, puede desencadenar

síntomas de fatiga mental, inseguridad y baja autoestima al sentir que no pueden asimilar ni retener todo lo que consideran importante.

*Impacto social:* Los estudiantes pueden aislarse o reducir sus interacciones sociales debido a la percepción de que deben dedicar más tiempo a absorber información o estudiar. La infoxicación también lleva a la "dependencia digital", generando conductas como el "scrolling" interminable en redes sociales o sitios web en busca de datos adicionales que, en muchos casos, resultan redundantes.

*Impacto físico:* La infoxicación genera agotamiento físico, especialmente porque los estudiantes pueden pasar horas frente a pantallas. Esto puede afectar la vista, la postura y alterar los patrones de sueño, generando insomnio o un descanso insuficiente, que se traduce en una menor capacidad de concentración y rendimiento.

*Impacto cognitivo:* La mente de los estudiantes se sobrecarga, y su capacidad de concentración y retención disminuye. La infoxicación afecta negativamente la capacidad de filtrar información relevante y priorizar, resultando en una confusión mental y una dificultad para recordar o integrar conceptos en forma coherente.

## **Materiales y Métodos**

Se utilizó como método de investigación el método descriptivo. Este método implica describir, analizar y explicar sistemáticamente un conjunto de eventos en relación con otras variables que ocurren en el presente.

La investigación es de carácter descriptivo. La investigación descriptiva a menudo constituye la base de las encuestas, que a su vez proporcionan la base para una

investigación integral y altamente estructurada. Dankhe (1986, p.46).

La investigación tiene el diseño descriptivo simple, porque constituye la forma elemental de investigación, que busca recoger información de la variable intoxicación en los estudiantes de la facultad de Educación.

La población de la facultad de Educación es de 1708 estudiantes matriculados en el periodo 2024 I (Dato considerado al inicio de la investigación). La distribución de estudiantes por cada escuela y carrera profesional es de la siguiente manera:

Tabla 1. Cuadro de estudiantes por carrera profesional de la facultad de Educación

Carrera Profesional	Número de estudiantes
Educación Inicial	300
Educación Primaria	266
Educación Física y Psicomotricidad	281
Ciencias Matemática e Informática	255
Ciencias Naturales y Ambientales	123
Lengua Literatura y Comunicación	256
Filosofía, Ciencias Sociales y Relaciones Humanas	227
Total	1708

Fuente: Base de datos de la Facultad de Educación

Se utilizó la técnica de muestro estadístico. El muestreo estadístico, es el proceso por el cuál a través de una fórmula estadística se obtiene la cantidad de individuos pertenecientes a la población, necesario para obtener resultados confiables,

válidos y con la capacidad de generalizar las conclusiones. La fórmula se detalla a continuación:

$$Tamaño\ muestra = \frac{NZ^2 p(1-p)}{e^2(N-1) + Z^2 p(1-p)}$$

Donde:

N: Tamaño del universo

Z: es el valor conocido como puntaje Z y depende del nivel de confianza

p: es el valor de la probabilidad de éxito o fracaso

e: es el valor conocido como margen de error

En la formulación del trabajo de investigación, el tamaño del universo es 1708, el puntaje Z es 1.96, probabilidad de éxito 95%, margen de error 0.05. Se llegó a determinar una muestra de 315 estudiantes. En el trabajo de recolección de datos se recopiló resultados de 385 estudiantes.

Para recoger la información se utilizó una escala de Likert realizada sobre la teoría de intoxicación. Es un instrumento que cuenta con cinco dimensiones, exceso de información, capacidad limitada de procesamiento, filtrado y gestión de la información, alfabetización informacional, desconexión periódica. Este instrumento consta de 50 ítems creado por los investigadores. Se aplicó el instrumento a 22 estudiantes del programa de estudios de Derecho y Ciencias Política; la validación a través del proceso ítems-test, alcanzando un valor de 0,90, dentro de una escala de confiabilidad, se concluye que es un instrumento con una confiabilidad muy fuerte. Se presenta las tablas del procesador SPSS v.25.

Tabla 2. Resumen del proceso estadístico del caso

	N	%
Casos Válido	22	100,0
Excluido <sup>a</sup>	0	,0
Total	22	100,0

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Tabla 3. Estadístico de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,900	50

Fuente: Resultados estadísticos de los investigadores SPSS v.25

## Resultados

En referencia a los valores obtenidos de los 385 estudiantes encuestados, se evidencian los siguientes resultados.

Tabla 4: Estadísticos descriptivos sobre infoxicación

Estadígrafo	Valor
N estadístico	385
Rango estadístico	191,00
Mínimo estadístico	59,00
Máximo estadístico	250,00
Media Estadístico	152,20
Desv. Error	1,10
Desviación estadística	21,64
Varianza estadística	468,14
Asimetría Estadístico	-,056
Desv. Error	,124
Curtosis Estadístico	3,03
Desv. Error	,248

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Estos datos evidencian que existen respuestas desde los niveles más bajos de infoxicación (59 puntos), hasta personas con un nivel alto de infoxicación (250 puntos). El promedio de respuestas indica que la mayor cantidad de estudiantes universitarios cuentan con un nivel medio de (152 puntos con una desviación estándar de 21 puntos).

Ahora bien, se presentan los resultados obtenidos a partir del trabajo de investigación. Se agruparon en cinco niveles, considerando el perfil de respuesta de la escala de Likert. A continuación, se presentan los resultados a través de la tabla 5:

Tabla 5: Resultado generales sobre la infoxicación de los estudiantes de la facultad de Educación

NIVELES	N	%
Alto	3	0.78
Tendiente alto	43	11.17
Medio	292	75.84
Tendiente bajo	44	11.43
Bajo	3	0.78
TOTAL	385	100

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Estos resultados son muy importantes, debido que permiten evidenciar la presencia de infoxicación en los jóvenes estudiantes, la mayoría cuenta con niveles medios de infoxicación, esto condiciona que el estudiante se estresa con la abundante información en redes sociales, tiene problemas en organizar la información encontrada.

Si se considera sólo los que tienen un nivel alto o tendiente a alto de infoxicación, se presenta un 12% de los investigados. De la misma manera es una cantidad similar para los que se encuentran en los cuartiles inferiores, entre los niveles bajo y tendiente a bajo que también alcanzan el 12%.

De la misma manera se hizo un análisis por cada una de las dimensiones del instrumento.

Tabla 6: Resultado de la dimensión exceso de información de los estudiantes de la facultad de Educación

NIVELES	N	%
Alto	89	23.11
Tendiente alto	78	20.26
Medio	192	49.87
Tendiente bajo	20	5.19
Bajo	6	1.57
TOTAL	385	100

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Con la tabla 6 se puede generalizar que los estudiantes tienen dificultades para manejar la cantidad de información que recibe, además que frecuentemente se siente abrumado por la cantidad de información que tiene que procesar. De la misma manera tiene dificultades para mantenerse al día con sus lecturas y trabajos, por lo que siente que tiene dificultades para procesar toda la información relevante, de esa forma inicia generando dificultades sociales, académica y psicológicas, lo cuál implica problemas personales, profesionales-académicos.

Tabla 7: Resultado de la dimensión capacidad limitada de procesamiento de los estudiantes de la facultad de Educación

NIVELES	N	%
Alto	3	0.78
Tendiente alto	33	8.57
Medio	290	75.32
Tendiente bajo	54	14.03
Bajo	5	1.30
TOTAL	385	100

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

De manera similar la dimensión capacidad limitada refleja un cúmulo de datos en el nivel medio, lo que indica cierto problema para recordar la información que necesitas para los estudios. Además, sienten que su capacidad para procesar información disminuye cuando están estresado. Asimismo, se siente mentalmente fatigado después de procesar mucha información.

Tabla 8: Resultado de la dimensión filtrado y gestión de la información de los estudiantes de la facultad de Educación

NIVELES	N	%
Alto	7	1.81
Tendiente alto	63	16.36
Medio	252	65.45
Tendiente bajo	43	11.17
Bajo	20	5.21
TOTAL	385	100

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Ahora bien, se observa en la tabla 8, que los resultados de la dimensión filtrado y gestión del tiempo se encuentran ubicados en el nivel medio. Los estudiantes mencionan tener estrategias efectivas para filtrar información relevante de la irrelevante. De la misma manera consideran eficientes en la búsqueda y selección de información útil para

mis estudios. Además, que son capaces de priorizar la información que necesita estudiar en función a su relevancia, porque utilizan técnicas de resumen y esquematización para gestionar su información.

Tabla 9: Resultado de la dimensión alfabetización informacional de los estudiantes de la facultad de Educación

NIVELES	N	%
Alto	23	5.97
Tendiente alto	70	18.18
Medio	202	52.47
Tendiente		
bajo	84	21.82
Bajo	6	1.56
TOTAL	385	100

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Se continua con la evaluación de las dimensiones, ahora la dimensión alfabetización informacional, presenta la misma característica que la variable, el mayor grupo de estudiantes se encuentran en el nivel medio, por lo tanto, se considera que pueden evaluar la credibilidad de las fuentes de información que usan. De la misma manera, tienen habilidades para buscar información de manera eficiente en bases de datos académicos.

Tabla 10: Resultado de la dimensión desconexión periódica de los estudiantes de la facultad de Educación

NIVELES	N	%
Alto	35	9.09
Tendiente alto	88	22.86
Medio	207	53.77
Tendiente		
bajo	44	11.43
Bajo	11	2.85
TOTAL	385	100

Fuente: Base de datos de los investigadores SPSS v.25

Finalmente, la dimensión desconexión periódica siendo tan importante, también se encuentra en un nivel medio, es decir que existen personas que limitan su tiempo en redes sociales para evitar la sobre carga informativa, pero también son conscientes de la necesidad de desconectarse periódicamente para mantener su bienestar mental. El estudiante está en la capacidad de reconocer los signos de fatiga informativa y toma medidas para desconectarse cuando es necesario.

### Discusiones

Los hallazgos obtenidos en este estudio confirman que el nivel de infoxicación en los estudiantes universitarios de la Facultad de Educación se encuentra en un nivel medio a alto, lo cual es consistente con la teoría de la infoxicación de Alfons Cornella (2000). Este fenómeno, que hace referencia a la sobrecarga de información y su impacto negativo en la capacidad de análisis y decisión, se observa en la dificultad de los estudiantes para distinguir información relevante en entornos de alta demanda informativa, tal como han señalado estudios previos (p. ej., Campos & García, 2021).

Los datos también muestran que los estudiantes universitarios que reciben una mayor cantidad de información sin una adecuada capacitación en habilidades de filtrado y síntesis experimentan altos niveles de estrés y ansiedad, lo que afecta su rendimiento académico. Esto concuerda con las investigaciones de Bawden y Robinson (2009), quienes identifican la infoxicación como un factor que limita la capacidad crítica y de toma de decisiones. Además, el presente estudio resalta que los estudiantes perciben que los recursos tecnológicos facilitan el acceso a información, pero también contribuyen a la saturación de datos, creando una disonancia entre cantidad y calidad de información.

Entre las limitaciones del estudio se encuentra la naturaleza autoinformada de los datos, lo que puede introducir sesgos en la percepción del nivel de infoxicación, además de la variabilidad individual en el manejo de información. También, el estudio se llevó a cabo en un contexto particular, por lo que futuras investigaciones deberían explorar la infoxicación en otros grupos etarios y áreas de estudio para obtener un panorama más amplio del fenómeno.

Desde el punto de vista de las aplicaciones, estos resultados subrayan la necesidad de implementar programas de alfabetización informacional en las universidades, capacitando a los estudiantes en habilidades de curación de contenido y herramientas de gestión de la información. Esto podría reducir el impacto negativo de la infoxicación y mejorar su capacidad para procesar información relevante en entornos académicos y profesionales.

**Conclusión general:** El nivel de infoxicación en los estudiantes de la Facultad de Educación de la Universidad Nacional del Centro del Perú se encuentra en un rango medio a alto, reflejando una sobrecarga significativa de información que los estudiantes enfrentan en sus actividades académicas. Este nivel de infoxicación se manifiesta en dificultades para discernir la información relevante de la irrelevante, además de un incremento en el estrés y la ansiedad, afectando así el rendimiento académico y el bienestar general de los estudiantes.

**A nivel de implicaciones sociales:** Los síntomas generados por la infoxicación en los estudiantes se caracterizan principalmente por un deterioro en las habilidades de interacción interpersonal y un aumento en el aislamiento social. Los estudiantes reportan dificultades para participar activamente en discusiones y colaboraciones debido a la sobrecarga de información, lo que coincide con investigaciones que asocian la

infoxicación con una menor calidad en las relaciones interpersonales y un aumento de la desconexión social.

De la misma manera es importante especificar las consecuencias psicológicas: Los síntomas psicológicos observados, como el estrés y la ansiedad, son marcadamente altos entre los estudiantes infoxicados. La sobrecarga de información incrementa los niveles de ansiedad, especialmente al no contar con las herramientas adecuadas para gestionar eficazmente la información disponible. Estos resultados apoyan estudios previos que señalan que la infoxicación puede llevar a un estado de agotamiento psicológico que afecta la salud mental y la capacidad de concentración de los estudiantes.

**A nivel somático:** En cuanto a los síntomas físicos, se ha identificado que el alto nivel de infoxicación se asocia con fatiga visual, dolores de cabeza y otros malestares físicos relacionados con el tiempo prolongado frente a pantallas. Estos síntomas físicos se correlacionan con el tiempo invertido en buscar, clasificar y analizar grandes volúmenes de información, y están en consonancia con estudios que indican que la infoxicación no solo afecta el rendimiento cognitivo, sino también la salud física.

Finalmente en el aspecto cognitivo: A nivel cognitivo, los estudiantes muestran problemas de concentración, dificultades para retener información y una disminución en la capacidad de análisis crítico. Este efecto se manifiesta en la incapacidad para tomar decisiones informadas y en una tendencia a superficializar el aprendizaje debido a la cantidad abrumadora de información que deben procesar. Estos hallazgos son coherentes con teorías que sugieren que la infoxicación afecta el funcionamiento cognitivo, reduciendo la eficacia de los procesos mentales clave en el aprendizaje y la resolución de problemas.

Implicaciones y recomendaciones: A la luz de estos hallazgos, se recomienda la implementación de programas de alfabetización informacional que ayuden a los estudiantes a desarrollar competencias en la gestión y filtrado de información. Estas habilidades pueden ser cruciales para mitigar los efectos de la infoxicación y mejorar tanto el bienestar como el rendimiento académico de los estudiantes. Además, la incorporación de pausas activas y estrategias de autocuidado puede reducir los síntomas físicos y psicológicos asociados con la exposición prolongada a dispositivos tecnológicos.

**Conflictos de interés:** Los autores declaran no tener conflictos de interés.

### Referencias bibliográficas

- Barraza y Arreola (2022). Infoxicación. Los efectos del exceso de información en internet. Benessere. Centro de Intervención para el Bienestar Físico y Mental A.C. México. México.
- Bernal. (2014). ¿Qué es la infoxicación y cómo evitarla?. <https://www.up.edu.mx/es/noticias/37418/que-es-la-infoxicacion-y-como-evitarla>
- Caldevilla. (2013). Efectos actuales de la “sobreinformación” y la “infoxicación” a través de la experiencia de las bitácoras y del proyecto I+D Avanza ‘radiofriends’. <https://www.redalyc.org/pdf/5235/523552848002.pdf>
- Cornella (2013, octubre 2). *Infoxicación*. Alfons Cornella Semper Progredi. <https://alfonscornella.com/2013/10/02/infoxicacion/>
- Cornella. (2000). Cómo sobrevivir a la infoxicación. [https://www.academia.edu/3751807/7/C%C3%B3mo\\_sobrevivir\\_a\\_la\\_infoxicaci%C3%B3n?from=cover\\_page](https://www.academia.edu/3751807/7/C%C3%B3mo_sobrevivir_a_la_infoxicaci%C3%B3n?from=cover_page)
- Cornella, A.,(1998). Nuevos instrumentos contra la infoxicación. Extra-net.
- D’Agostino M, Medina Mejía F, Martí M, Novillo-Ortiz D, Hazrum F, de Cosío FG. (2017). Infoxicación en salud. La sobrecarga de información sobre salud en la web y el riesgo de que lo importante se haga invisible. <https://www.scielo.org/pdf/rpsp/2017.v41/e115>
- Dans, E. (12 de octubre de 2010). Infoxicación un mal necesario. El tiempo, p,19.
- Eliyana, A., Ajija, S. R., Sridadi, A. R., Setyawati, A., & Emur, A. P. (2020). Information Overload and Communication Overload on Social Media Exhaustion and Job Performance. *Systematic Reviews in Pharmacy*, 11(8), 344-351.
- Fan, M., Huang, Y., Qalati, S. A., Shah, S. M. M., Ostic, D., & Pu, Z. (2021). Effects of information overload, communication overload, and inequality on digital distrust: a cyber-violence behavior mechanism. *Frontiers in psychology*, 12.
- Franganillo. (2010). La ansiedad informativa. <https://franganillo.es/ansiedad.pdf>
- Jacoby, J. (1984). Perspectives on information overload. *Journal of consumer research*, 10(4), 432-435.

- Lara, C. (2014) Efectos sociales de la digital <http://www.mediatelecom.com.mx/index.php/agenciainformativa/colaboradores/item/65165-efectos-sociales-de-la-digitalizacion-infoxicacion-ydemencia-digital>
- Martic K.; Jouany V.,(2020). How does information overload affect your business & how to stop it?.<https://blog.smarp.com/how-does-information-overload-affect-your-business-how-to-stop-it>
- Mena, S. (2014) Herramientas contra la Infoxicación en los Social Media: Los “Content Curators”. Revista Ámbitos. <http://ambitoscomunicacion.com/2014/herramientas-contrala-infoxicacion-en-los-socialmedia-los-content-curators/>
- Mendoza, R. (2016) Infoxicación. Una sociedad desorientada. <https://www.youtube.com/watch?v=ZNy3FPO0aeA>
- Obando, E., Villagrán, N. G. & Obando, E. L. (2018). La redefinición del sujeto cognoscente: el acto de intelección en cuanto conocimiento. Sophia, Colección de Filosofía de la Educación, 25, 89-109, <https://www.redalyc.org/journal/4418/441855948002/html/>
- Pain, A. (2017) ¿Estamos llegando a la saturación de contenidos? <https://www.antonipainn.com/estamos-llegando-la-saturacion-de-contenidos/>
- Pontificia Universidad Católica del Perú. (2015). ¿Sobrecarga de información? ¿infoxicación? [15/06 /18/sobrecarga-de-información-infoxicación/](http://blog.pucp.edu.pe/blog/ccii/2015/06/18/sobrecarga-de-información-infoxicación/)
- Preciado, M. (2020). *Infoxicación digital en tiempo de covid-19 en el distrito de Tumbes, 2020*. [Tesis de grado, Universidad Nacional de Tumbes]. Repositorio UNTumbes, <http://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/2335>
- Prevencionar.com (2015). ¿Qué es el síndrome de fatiga informativa?. <https://prevencionar.com/2015/06/25/que-es-el-síndrome-de-fatiga-informativa/>
- Quesada, T., y Trujano, P. (2015). Infoxicación, Angustia, Ansiedad y Web Semántica. *Razón y Palabra*, (92), 1-27. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199543036056>
- Quesada (2009). Investigar o perecer infoxicado. <http://www.revistalatinacs.org/09/Sociedad/actas/105quesada.pdf>
- Ramos, Y. (2017). Implicaciones de la Infoxicación en los medios digitales.
- Rodríguez, R. F., & Barrio, M. G. (2015). Infoxicación: implicaciones del fenómeno en la profesión periodística. *Revista de Comunicación de la SEECI*, (38), 141-161.
- Romero-Rodríguez, L., Torres-Toukumidis, A., Perez-Rodriguez, M. & Aguaded, I. (2016) Analfanautas y la cuarta pantalla: Ausencia de infodietas y de competencias mediáticas e informacionales en jóvenes universitarios

latinoamericanos. Ediciones  
Universidad de Salamanca.

Sánchez, L. M. (2014). Infoxicación en la animación televisiva. Personajes masculinos y femeninos que perpetúan roles”. *Ámbitos*, 26.  
<http://ambitoscomunicacion.com/2014/infoxicacionenlaanimaciontelevi-sivapersonajemasculinosyfemenin-osqueperpetuanroles/>.

Santos, R.; Carreño J.; Pinto Y. (2018). Infoxicación y capacidad de filtrado. *Revista científica electronica de educacion y comunicacion en la sociedad del conocimiento*.

Schiavi P. (2020). Infoxicación: el fenómeno que crece en tiempos de coronavirus. Recuperado de:  
<https://www.elpais.com.uy/vida-actual/infoxicacion-fenomeno-crece-tiempos-coronavirus.html>

Torres M. (2019). La infoxicación: el nuevo mal en tiempos de internet.  
<https://elperuano.pe/noticia-la-infoxicacion-nuevo-mal-tiempos-internet-81961.aspx>

Universidad UNADE. (2020). Infoxicación y su influencia actual.  
<https://unade.edu.mx/infoxicacion-y-su-influencia-actual/>

Visentin, J. I. (s.f.). Infoxicación, neurobiología y diseño de información.  
<http://www.redinfodesign.org/infoxicacion-neurobiologia-y-diseno-de-informacion/>