

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

[DOI 10.35381/noesisin.v8i15.712](https://doi.org/10.35381/noesisin.v8i15.712)

Bienestar digital y desempeño académico en estudiantes de educación básica superior. Revisión sistemática

**Digital wellbeing and academic performance in upper secondary school students.
A systematic review**

Luis Javier Rocafuerte-Humanante
lrocafuerteh@ucvvirtual.edu.pe
Universidad Cesar Vallejo, Piura, Piura
Ecuador
<https://orcid.org/0009-0005-0122-8896>

Recibido: 15 de septiembre 2025
Revisado: 12 de octubre 2025
Aprobado: 15 de diciembre 2025
Publicado: 01 de enero 2026

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

RESUMEN

El propósito del presente artículo fue analizar el bienestar digital y el desempeño académico en los estudiantes de educación básica superior a partir de una revisión sistemática. Metodológicamente, se desarrolló bajo un enfoque cualitativo de tipo documental, usando como técnica la revisión sistemática de 15 estudios derivados de las bases de datos Scielo, Scopus y Web of Science y su análisis documental. Entre los instrumentos, destacaron las fichas de registro y las matrices de análisis. Asimismo, se usó la metodología PRISMA. Como resultado, se pudo constatar que emergieron aspectos como gestión del tiempo, salud mental y emocional, la ética digital, entre otros, en la categoría bienestar digital y, en la categoría desempeño académico, emergieron aspectos como: uso excesivo, rendimiento estudiantil, competencias digitales u otras. Como conclusión, se pudo precisar que el bienestar digital es necesario para el buen desempeño académico de los estudiantes de educación básica superior.

Descriptores: Bienestar digital; desempeño académico; estudiantes de educación básica superior; uso educativo de las TIC. (Tesauro UNESCO).

ABSTRACT

The purpose of this article was to analyze digital well-being and academic performance in upper secondary education students based on a systematic review. Methodologically, it was developed using a qualitative documentary approach, employing a systematic review of 15 studies derived from the Scielo, Scopus, and Web of Science databases and a documentary analysis. Among the instruments, record sheets and analysis matrices were used. The PRISMA methodology was also employed. As a result, aspects such as time management, mental and emotional health, and digital ethics, among others, emerged in the digital well-being category, while aspects such as excessive use, student performance, digital skills, and others emerged in the academic performance category. In conclusion, it was determined that digital well-being is necessary for the good academic performance of upper secondary education students.

Descriptors: Digital well-being; academic performance; upper secondary education students; educational use of ICT. (UNESCO Thesaurus).

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

INTRODUCCION

En la educación básica superior, se ha evidenciado que los estudiantes poseen un óptimo conocimiento en el uso de las tecnologías, lo cual supera el saber de los docentes, quienes, en muchas ocasiones, requieren de mayor capacitación para lograr un uso adecuado de las herramientas. En este aspecto, Calle y Rodríguez (2024) sugieren la preparación docente en lo concerniente a las competencias digitales, por cuanto ello les permite generar novedosos contenidos que pueden ser compartidos con los estudiantes. De lo anterior, se puede afirmar que, cuando los educadores ejercen un dominio sobre el uso de las Tecnologías de Información y Comunicación (TIC), ello les facilita generar estrategias innovadoras que despiertan en los aprendices su interés por adquirir nuevos saberes; por tanto, las competencias digitales deben ser incluidas en el currículo de cada área de estudio como un eje transversal. Esta aseveración es cónsona con el aporte de Bahar et al. (2024), quienes sugieren incluir en los planes curriculares los marcos de alfabetización y bienestar digital, en beneficio de la formación estudiantil.

Es menester destacar que algunas personas usan poco las TIC, debido a que consideran que poco se les respeta la privacidad; sin embargo, todo depende de las herramientas que se usen y la forma en la cual se empleen. Para tal fin, Hurtado et al. (2024) proponen el uso de herramientas digitales, pero con protección garantizada, ya que esto genera confianza en las relaciones interpersonales de los individuos que las emplean. No obstante, esta consideración no debe ser motivo de excusa para los docentes, ya que deben indagar sobre aquellas centradas en un enfoque educativo que les permitan emplearlas en pro del logro del aprendizaje integral estudiantil.

Para nadie es un secreto que los jóvenes actualmente tienden a depender del uso excesivo de los teléfonos, notándose, inclusive, en las reuniones que sostienen con sus amigos o familiares, lo cual ha sido motivo de preocupación tanto para los padres como para los docentes, conduciendo en ocasiones a restringir su uso no solo en la casa sino también en las instituciones educativas. Tal problemática debe ser abordada desde la

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

familia, la cual constituye la base de la formación de jóvenes, siendo allí el lugar en el cual se le imponga reglas para el uso adecuado de sus equipos y así fomentar en ellos la socialización cara a cara. En este particular, según Islambouli et al. (2025), hoy en día existe una excesiva dependencia hacia los teléfonos, lo cual amerita de atención, por cuanto el ser humano debe establecer un equilibrio entre sus acciones personales, su familia, su educación u otros ámbitos, para saber cómo defenderse en el entorno social. Lo expuesto anteriormente, no significa que el empleo de las herramientas digitales sea malo, sino que, por el contrario, lo que se quiere es que se usen de forma equilibrada y provechosa para la formación académica de los individuos. De este modo, al emplear herramientas digitales con enfoque didáctico se pueden promover acciones interactivas que fomenten el aprendizaje de los estudiantes mediante el compartir de saberes. Molina et al. (2025) proponen la aplicación de la praxis discursiva para la construcción de nuevos conocimientos; aspecto que resulta adecuado para el fomento de nuevos aprendizajes dentro del hecho educativo de la enseñanza básica superior en el Perú.

En este sentido, cabe citar a Morales et al. (2024), quienes afirman que la digitalización en el contexto educativo promueve la democratización del conocimiento y mejora la calidad del proceso de enseñanza y aprendizaje. Por su parte, Martínez et al. (2024), expresan que las tareas digitales influyen de forma positiva en las competencias motivacionales y pedagógicas dentro del contexto educativo.

Los aportes de tales autores conducen a implementar estrategias tecnológicas variadas sustentadas en el desarrollo de las competencias digitales en los estudiantes para el alcance de un desempeño óptimo dentro de la educación básica superior en el Perú, a objeto de hacer de dicho país un ejemplo a seguir por el resto de los países de Latinoamérica.

Roffarello y De Russis (2023) expresan que el desarrollo de tecnologías digitales constituye un reto, debido a que aún se evidencia un conocimiento que requiere ser profundizado en cuanto a las herramientas que promuevan un bienestar digital en los

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

usuarios. Por este motivo, Salcedo et al. (2026) proponen que los docentes deben capacitarse en el uso de las herramientas tecnológicas para emplear las estrategias adecuadas sustentadas en los intereses de los estudiantes, a fin de lograr un aprendizaje significativo.

Los argumentos antes descritos, condujeron a plantear como objetivo analizar el bienestar digital y el desempeño académico en los estudiantes de la educación básica superior por medio de una revisión sistemática.

MÉTODO

La metodología de la presente investigación se basó en un estudio cualitativo, de tipo documental, en el cual se emplearon dos técnicas: la revisión sistemática documental y el análisis de contenido. Para interpretar cada vivencia, se tomaron como base: las fichas de registro y las matrices de análisis, donde se plasmaron las subcategorías emergidas de las dos categorías de entrada; bienestar digital y desempeño académico.

Por otro lado, se empleó la declaración PRISMA como metodología clave que facilitó la escogencia de los artículos a analizar. Cabe resaltar que se seleccionaron 15 artículos aceptados en revistas indexadas en las bases de datos Scielo, Scopus y Web of Science. En la siguiente figura 1, se plasma el procedimiento de selección de los artículos. Los artículos analizados se seleccionaron de 114 estudios inicialmente identificados. Posteriormente, se inició con el proceso de filtrado, donde 63 fueron marcados como no aptos, quedando 51 en total. Luego, se excluyeron 23 que no correspondían a los últimos 4 años; posteriormente, 7 no fueron recuperados y luego 6 fueron eliminados por no cumplir a cabalidad con los criterios de inclusión, quedando 15 como elegidos para su profundización.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

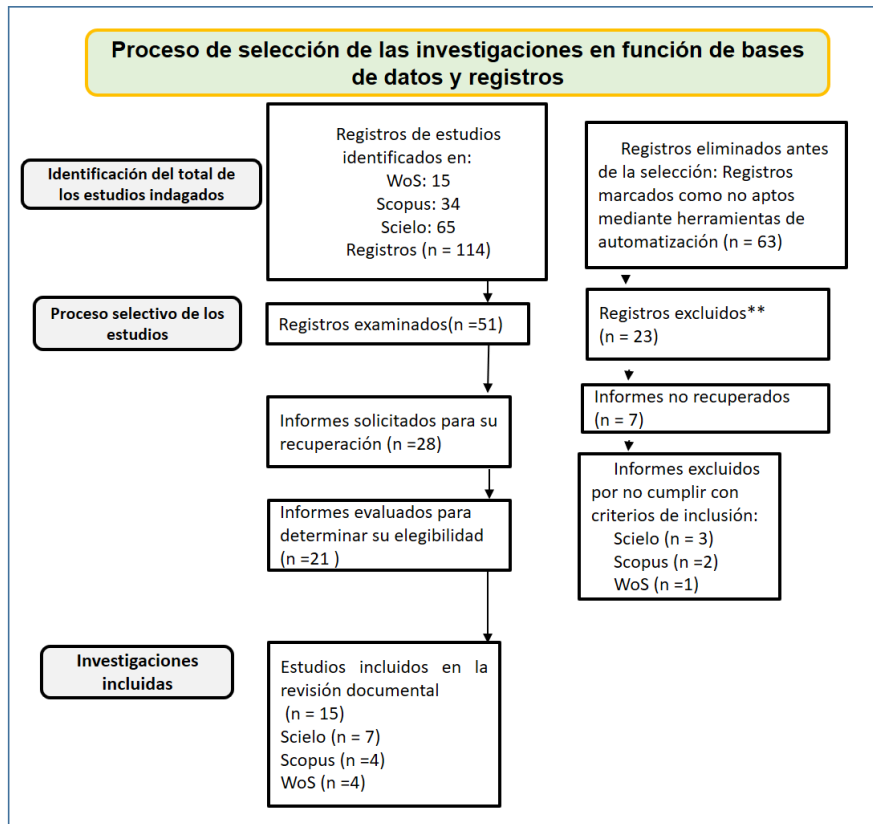


Figura 1. Selección de los estudios a analizar mediante la declaración PRISMA.
Elaboración: El autor.

Vale señalar que, como criterios de inclusión, se consideraron los siguientes: estudios realizados en base al bienestar digital y el desempeño académico que aportaran información relevante a la etapa de la educación básica superior; investigaciones elaboradas en los últimos 4 años, correspondientes a las bases de datos Scielo, Scopus y Web of Science; así como también, estudios completos.

A continuación, se presenta la siguiente tabla 1, donde se muestran los autores y los títulos de los estudios seleccionados según sus bases de datos.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

Tabla 1.
 Autores consultados.

| Autores (año) | Título | Bases de dato |
|-------------------------------|---|----------------------|
| Aparicio et al. (2023) | Competencia digital y desarrollo humano en la era de la Inteligencia Artificial. | Scielo |
| Astatke et al. (2023) | A literature review of the effects of social networking sites on secondary school students' academic achievement. | WoS |
| Bahar et al. (2024) | Digital well-being among learners in higher education: A scoping review protocol. | Scopus |
| Calle y Rodríguez (2024) | Competencias Digitales: Influencia en el Desempeño Académico de los Docentes de una Unidad Educativa. | Scielo |
| Ferrari et al. (2022) | Digital interventions for psychological well-being in university students: systematic review and meta-analysis. | WoS |
| Hurtado et al. (2024) | A plithogenic statistical approach to digital security measures and emotional health in childhood and adolescence. | Scopus |
| Isea et al. (2025) | Impact of academic stress on the well-being of postgraduate students: coping Strategies. | Scopus |
| Islambouli et al. (2025) | Exploring the Negative Impact of Smartphone Usage on Students' Digital Wellbeing: A Systematic Review of Empirical Studies. | WoS |
| López (2025) | Competencias digitales en estudiantes de educación básica. Revisión sistemática. | Scielo |
| Martínez et al. (2024) | Revisión sistemática del Aprendizaje-Servicio digital en instituciones de educación superior en Europa. | Scielo |
| Maza et al. (2025) | Impacto de las tecnologías digitales en el rendimiento académico. | Scielo |
| Molina et al. (2025) | Metacommunicative discourse as a tool for learning in the classroom. | WoS |
| Quispe et al. (2024) | Educación virtual y su impacto en la enseñanza - aprendizaje durante 2019-2022. | Scielo |
| Roffarello y De Russis (2023) | Achieving digital wellbeing through digital self-control tools: A systematic review and meta-analysis. | Scopus |
| Salcedo et al. (2026) | Herramientas digitales, una oportunidad en la educación superior: una revisión sistemática. | Scielo |

Elaboración: El autor.

Según la tabla 1, los estudios seleccionados giran en torno al bienestar digital y al rendimiento académico, lo cual es cónsono con la temática presentada en esta investigación; de igual modo, se pudo apreciar que su selección fue rigurosa al considerar

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

artículos de las bases de datos Scielo, Scopus y WoS, los cuales aportaron datos relevantes para el contexto educativo de la educación básica superior.

RESULTADOS

Los resultados a continuación presentados derivaron del análisis de cada uno de los estudios revisados de forma sistemática. Tales estudios develan aspectos relacionados con el bienestar digital, tales como: la gestión del tiempo, la salud mental, la salud emocional, la ética digital y el desarrollo humano. De igual modo, se describen aspectos como el uso excesivo de las redes sociales, el rendimiento estudiantil, las competencias digitales y el alcance de metas.

Categoría: Bienestar digital.

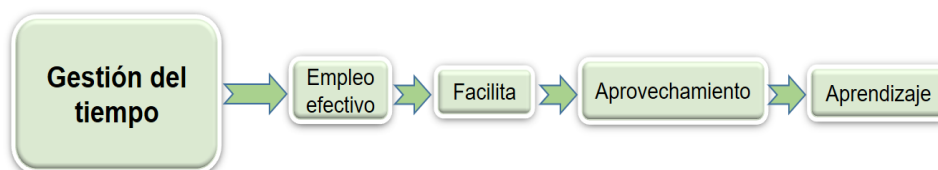


Figura 2. Gestión del tiempo.

Elaboración: El autor.

Quispe et al. (2024), en la figura 2, expresan que el empleo efectivo del tiempo facilita su aprovechamiento para el aprendizaje de los estudiantes. Para ello, se requiere de la preparación docente constante, a fin de mantenerse a la par con los cambios.

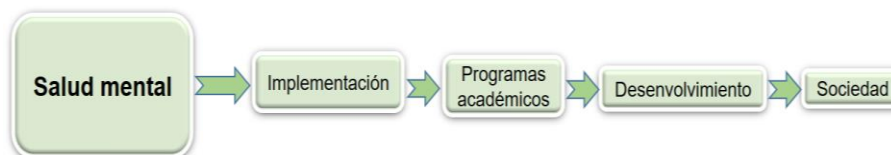


Figura 3. Salud mental.

Elaboración: El autor.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

Isea et al. (2025), en la figura 3, apoyan la implementación de programas académicos que contribuyan al bienestar mental de los estudiantes y, por ende, a su desenvolvimiento dentro de la sociedad.

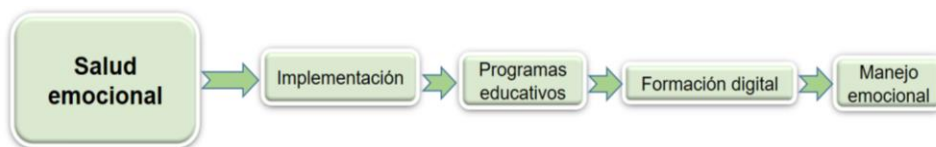


Figura 4. Salud emocional.

Elaboración: El autor.

Hurtado et al. (2024), en la figura 4, proponen la implementación de programas educativos donde se abarque tanto la formación digital como las habilidades para el manejo emocional.



Figura 5. Ética digital.

Elaboración: El autor.

Según Salcedo et al. (2026), en la figura 5, los docentes deben vincular los aspectos éticos con los propósitos de aprendizaje, para el desarrollo integral de los aprendices.



Figura 6. Desarrollo humano.

Elaboración: El autor.

Para Aparicio y Von Feigenblatt (2023), en la figura 6, la competencia digital constituye un fundamento clave para el logro del desarrollo del ser humano en tiempos de la IA.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

Categoría: Desempeño académico.



Figura 7. Uso excesivo de las redes sociales.

Elaboración: El autor.

Astatke et al. (2023), en la figura 7, determinaron que el uso excesivo de las redes sociales afecta el buen rendimiento de los estudiantes, ocasionando su ausencia en las clases, lo cual conduce a los padres y docentes a orientarlos para el control de sus actividades en línea.



Figura 8. Rendimiento estudiantil.

Elaboración: El autor.

Para Maza et al. (2025), en la figura 8, el uso de las TIC ejerce un impacto positivo en el rendimiento estudiantil, por cuanto ofrece herramientas de interacción que incrementan la motivación y facilitan el empleo de recursos tecnológicos para la participación activa de los estudiantes.

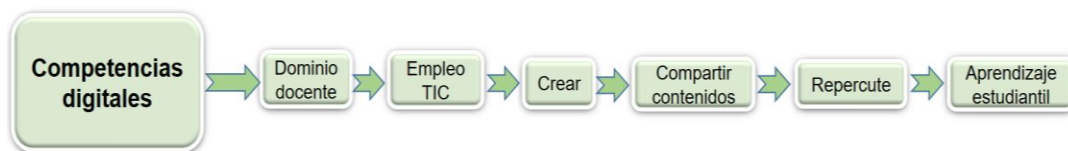


Figura 9. Competencias digitales.

Elaboración: El autor.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

Para Calle y Rodríguez (2024), en la figura 9, es importante que los docentes manejen de manera efectiva las competencias digitales para crear y compartir contenidos, ya que esto repercute de manera positiva en el aprendizaje de los estudiantes.

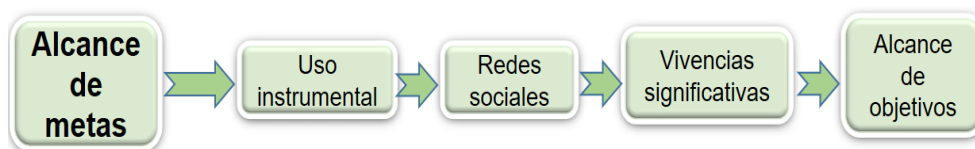


Figura 10. Alcance de metas.

Elaboración: El autor.

Roffarello y De Russis (2023), en la figura 10, sugiere el uso instrumental de herramientas como las redes sociales puede dar lugar a vivencias significativas que conduzcan al alcance de los objetivos bien definidos por los estudiantes.

DISCUSIÓN

En los resultados del presente estudio, se evidenciaron elementos emergentes del análisis llevado a cabo a cada uno de los estudios seleccionados, algunos de ellos se fundamentaron en la gestión del tiempo, la salud mental y emocional, la ética digital y el desarrollo humano; por otro lado, dentro de la categoría desempeño académico, se encontraron aspectos como uso excesivo de las redes sociales, el rendimiento estudiantil, las competencias digitales y el alcance de metas.

Tales resultados constituyen factores clave para los estudiantes de la educación básica superior, ya que pueden ser tomados en cuenta por los docentes, con el fin de lograr aprendizajes compartidos, en los cuales no solo los estudiantes sino también los docentes aprendan acerca del uso apropiado de las TIC para su bienestar personal, académico, digital y social. De igual modo, se quiere que estas herramientas conduzcan

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

al logro de un desempeño óptimo de los estudiantes dentro del contexto educativo, con el objeto de alcanzar aprendizajes significativos para los mismos.

Al respecto, autores como Bahar et al. (2024), dentro de la categoría del bienestar digital, proponen el uso equilibrado de las tecnologías, apoyándose con el uso de la inteligencia artificial y otras herramientas para propiciar el bien personal de los estudiantes. Por su parte, Ferrari et al. (2022), destacan la importancia de llevar a cabo intervenciones psicológicas, a fin de ayudar a los estudiantes a mantenerse mentalmente saludables dentro de su desempeño estudiantil, beneficiando así, su bienestar personal.

A lo largo del estudio, se pudo concebir lo expuesto por Islambouli et al. (2025), quienes aseveraron que el uso de los teléfonos inteligentes se ha convertido en una necesidad permanente de uso, aspecto que debe ser superado para generar un equilibrio en la vida de cada persona. Por ende, las estrategias de los docentes deben estar enfocadas en el uso educativo de estos equipos, en pro de fomentar también en los aprendices el valor hacia el entorno que lo rodea al lado de su familia, conocidos y amigos.

No obstante, vale acotar que, ningún niño o joven debe ser excluido del aprendizaje digital, por cuanto esto constituye un auge en la actualidad que los ayuda a mantenerse a la par con las transformaciones tecnológicas, generando en ellos nuevos saberes que les permiten innovar, manteniendo, por supuesto, las recomendaciones previas acerca del equilibrio en su uso. Ello es cónsono con la apreciación de López (2025), quien afirma que las competencias digitales en los estudiantes son fundamentales, por cuanto esto los prepara para defenderse dentro del entorno actual digitalizado.

En términos generales, los datos obtenidos en el presente estudio han constituido elementos clave para llevar a cabo un proceso educativo ajustado a la realidad actual aunada a sus respectivas transformaciones, constituyendo un llamado a los docentes y estudiantes de la educación básica superior para mantenerse preparados y así enfrentar las exigencias digitales que los conducen a generar conocimientos novedosos que favorezcan su nivel educativo en las instituciones de Perú y, por ende, de Latinoamérica.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

CONCLUSIONES

A manera de conclusión, el estudio derivó de una revisión sistemática de la cual emergieron 15 artículos relevantes que aportaron nuevos saberes para el Perú, enfocándose en el beneficio de los docentes y estudiantes de la educación básica superior.

Los aspectos que emergieron se fundamentaron en dos categorías: el bienestar digital y el desempeño académico. En cuanto al bienestar digital, se precisaron aspectos como la gestión del tiempo, la salud mental, la salud emocional y el desarrollo humano. Para el desempeño académico emergieron aspectos como el uso excesivo de las redes sociales, el rendimiento estudiantil, las competencias digitales y el alcance de metas.

Todo lo anterior, condujo a constatar que, para lograr un buen desempeño académico, es necesario contar con un bienestar digital que favorezca el aprendizaje de los estudiantes de la educación básica superior y lo haga significativo para ellos.

Como recomendación por parte del autor, a raíz de lo indagado en el presente estudio, se sugiere dar continuidad a la exploración de la temática, considerando otros niveles educativos.

Asimismo, se sugiere tomar en cuenta otros enfoques investigativos que permitan experimentar de forma más directa y participativa, los cambios en el rendimiento estudiantil de los aprendices mediante el desarrollo de las competencias digitales.

Otra recomendación a seguir, está relacionada con la formación docente, ya que deben estar en constante capacitación en cuanto al empleo de nuevas tecnologías porque, tal como se determinó en este estudio, los estudiantes tienden a poseer mejor dominio de las tecnologías que los educadores.

Por último, se hace un llamado a los padres y responsables de los niños y jóvenes a fomentar en ellos un equilibrio en el uso de los equipos electrónicos, por cuanto de esta manera, inculcarían en ellos hábitos variados, donde no se excluye el uso de la tecnología, pero tampoco la realización de otras actividades.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

FINANCIAMIENTO

No monetario.

AGRADECIMIENTO

Gracias a quienes aportaron sus conocimientos para llevar a cabo el presente estudio, por sus valiosas contribuciones.

REFERENCIAS CONSULTADAS

- Aparicio, O., Ostos, O., y Von Feigenblatt, O. (2023). Competencia digital y desarrollo humano en la era de la Inteligencia Artificial. *Hallazgos*, 20(40), 217-235. <https://n9.cl/p7aeaa>
- Astatke, M., Weng, C., & Chen, S. (2023). A literature review of the effects of social networking sites on secondary school students' academic achievement. *Interactive Learning Environments*, 31(4), 2153-2169. <https://n9.cl/77diar>
- Bahar, F. H. M., Roslan, N. S., Pang, N. T. P., & Yusoff, M. S. B. (2024). Digital well-being among learners in higher education: A scoping review protocol. *Education in Medicine Journal*, 16(4), 181-186. <https://n9.cl/kyjtz>
- Calle, R., y Rodríguez, C. (2024). Competencias Digitales: Influencia en el Desempeño Académico de los Docentes de una Unidad Educativa. *Revista Científica*, 9(34), 63-83. <https://n9.cl/q6so8>
- Ferrari, M., Allan, S., Arnold, C., Eleftheriadis, D., Álvarez-Jiménez, M., Gumley, A., & Gleeson, J. F. (2022). Digital interventions for psychological well-being in university students: systematic review and meta-analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 24(9), e39686. <https://n9.cl/109mm>
- Hurtado, C., Villa, M., Caicedo, L., e Isea, J. (2024). A plithogenic statistical approach to digital security measures and emotional health in childhood and adolescence. *Journal of Fuzzy Extension and Applications*, 5(Special), 25-39. <https://n9.cl/au5u0>
- Isea, J., Molina, T., Álvarez, G., y Romero, A. (2025). Impact of academic stress on the well-being of postgraduate students: coping Strategies. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias*, 202, 628. <https://n9.cl/suqky>

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

- Islambouli, R., Ingram, S., Farah, J. C., Charlesworth, Z., Aouad, R., Delabays, A., & Gillet, D. (2025). Exploring the Negative Impact of Smartphone Usage on Students' Digital Wellbeing: A Systematic Review of Empirical Studies. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 1-23. <https://n9.cl/u18i5>
- López, K. (2025). Competencias digitales en estudiantes de educación básica. Revisión sistemática. Digital skills in elementary school students. A systematic review. *Revista Tribunal*, 5(12), 667-682. <https://n9.cl/pfl1a>
- Martínez, M., Tarazona, C., y Carbonell, Á. (2024). Revisión sistemática del Aprendizaje-Servicio digital en instituciones de educación superior en Europa. *Revista mexicana de investigación educativa*, 29(103), 801-827. <https://n9.cl/li8qb>
- Maza, M., Pizarro, T., Piedra, P., Llivisaca, C., Guachizaca, J., y Camacho, B. (2025). Impacto de las tecnologías digitales en el rendimiento académico. *Revista InveCom*, 5(2), 1-12. <https://n9.cl/yglvby>
- Molina, T., Lizcano, C., Burbano, L., e Isea, J. (2025). Metacommunicative discourse as a tool for learning in the classroom. *Revista Conrado*, 21(103), e4345. <https://n9.cl/30pax>
- Morales, E. E., Santana, E. K., y Mendoza, A. J. (2024). Un crimen llamado educación digital: desafíos y dilemas en la era de la tecnología. *Estudios y Perspectivas. Revista Científica Y Académica*, 4(2), 1849-1862. <https://n9.cl/gk9qt>
- Quispe, G., Quispe, S., Lescano, G., y Esquivel, C. (2024). Educación virtual y su impacto en la enseñanza - aprendizaje durante 2019-2022. *EPISTEME KOINONIA*, 7(13), 23-51. <https://n9.cl/yukm9u>
- Roffarello, A., & De Russis, L. (2023). Achieving digital wellbeing through digital self-control tools: A systematic review and meta-analysis. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction*, 30(4), 1-66. <https://n9.cl/q3tp10>
- Salcedo, D., Parra, A., Ibarra, K., y Orellana, R. (2026). Herramientas digitales, una oportunidad en la educación superior: una revisión sistemática. *Revista InveCom*, 6(1). <https://n9.cl/2o0tdy>

Noesis. Revista Electrónica de Investigación
Año 8. Vol 8. N°15. Enero-Junio. 2026
Hecho el depósito de Ley: FA2019000060
ISSN: 2739-0365
INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN Y ESTUDIOS AVANZADOS KOINONIA (IIEAK).
Santa Ana de Coro. Venezuela.

Luis Javier Rocafuerte-Humanante

©2026 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>)