

Teletrabajo, inteligencia emocional y docencia universitaria: revisión sistemática

Telework, emotional intelligence, and university teaching: a systematic review

Gilberto Xavier Lapa

Universidad de Flores, Argentina

gilberto.lapa@terra.com.br

 [0009-0000-8593-7131](https://orcid.org/0009-0000-8593-7131)

Resumen

Este artículo examina el impacto del teletrabajo en el contexto de la educación superior durante y después de la pandemia, centrándose en la inteligencia emocional y su papel en el desempeño de la docencia universitaria. A través de una revisión sistemática de la literatura basada en el protocolo PRISMA, se analizaron 18 estudios publicados entre 2020 y 2024. La metodología incluyó búsquedas en bases de datos como Google Scholar, DOAJ, SciELO y Dialnet. Los resultados indican que si bien el trabajo desde casa ha brindado continuidad a las actividades académicas, también ha traído desafíos importantes para los docentes, como mayor estrés, aislamiento social y la dificultad de equilibrar las responsabilidades profesionales y personales. La inteligencia emocional se ha erigido como una habilidad esencial para la adaptación al teletrabajo en las universidades, influyendo positivamente en la productividad, la comunicación pedagógica y el bienestar del profesorado. Se concluye que el desarrollo de habilidades emocionales en las instituciones de educación superior puede mitigar los efectos negativos del trabajo remoto y contribuir a la creación de entornos académicos más saludables y resilientes.

Palabras clave: teletrabajo; inteligencia emocional; docencia universitaria; bienestar; cultura organizacional

Abstract

This article examines the impact of telework in the context of higher education during and after the pandemic, focusing on emotional intelligence and its role in the performance of university teaching. Through a systematic literature review based on the PRISMA protocol, 18 studies published between 2020 and 2024 were analyzed. The methodology included searches in databases such as Google Scholar, DOAJ, SciELO, and Dialnet. The results indicate that, although working from home has provided continuity to academic activities, it has also brought significant challenges for teachers, such as increased stress, social isolation, and the difficulty of balancing professional and personal responsibilities. Emotional intelligence has emerged as an essential skill for adapting to telework in universities, positively influencing productivity, pedagogical communication, and faculty well-being. It is concluded that the development of emotional skills in higher education institutions can mitigate the negative effects of remote work and contribute to the creation of healthier and more resilient academic environments.

Keywords: telework; emotional intelligence; university teaching; well-being; organizational culture

Sección: Artículos de investigación

Recibido: 06/03/2026

Aceptado: 04/06/2026

DOI: [10.63790/755xqp41](https://doi.org/10.63790/755xqp41)

El Faro se encuentra bajo la licencia de Creative Commons [Atribución-NoComercial-SinDerivadas 4.0 Internacional \(CC BY-NC-ND 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)



1. Introducción

El trabajo a domicilio o teletrabajo se convirtió en una solución rápida y masiva durante la pandemia del Covid-19, afectando profundamente a diversos sectores, incluida la educación superior. El aislamiento social y la necesidad de preservar la salud aceleraron la implementación del trabajo remoto en las universidades, transformando abruptamente las relaciones laborales y pedagógicas (Scotta, 2024). Esta modalidad, impuesta inicialmente por protocolos de salud pública, generó cambios significativos en la cultura organizacional de las instituciones educativas y en la dinámica de la docencia universitaria.

Si bien el teletrabajo permitió la continuidad de las clases y redujo los tiempos de desplazamiento, también expuso a los docentes a complicaciones relacionadas con la salud mental, la sobrecarga tecnológica y la dificultad para separar la vida laboral de la personal. En este contexto, la inteligencia emocional emergió como una habilidad crucial para gestionar las demandas, afrontar el estrés asociado al aislamiento y mantener la eficacia en la comunicación con estudiantes y colegas (Maciel, 2022). La capacidad de reconocer y regular las emociones se volvió fundamental para la resiliencia del profesorado universitario.

El objetivo de este estudio es analizar el impacto del teletrabajo en el contexto de la docencia universitaria, con un enfoque en la inteligencia emocional y el desempeño organizacional. A través de una revisión sistemática, se busca sintetizar la evidencia disponible sobre cómo las habilidades emocionales influyen en la adaptación de los docentes al trabajo remoto y contribuyen a su bienestar durante y después de la pandemia. La relevancia de esta investigación radica en proporcionar conocimientos para el desarrollo de políticas institucionales que promuevan la calidad de vida en el entorno académico virtual.

2. Desarrollo

La transición hacia la educación remota de emergencia requirió que las instituciones de educación superior reformularan sus paradigmas organizacionales. Los valores y normas establecidos en el entorno físico de las universidades tuvieron que adaptarse a la nueva realidad

digital. En este escenario, la calidad de vida en el trabajo de los docentes se vio amenazada por la difuminación de los límites entre el espacio doméstico y el profesional.

La literatura reciente destaca que la falta de interacción cara a cara y el aislamiento social son algunos de los principales desafíos del teletrabajo académico. Para mitigar estos efectos, el desarrollo de la inteligencia emocional se presenta como una estrategia eficaz. Autores como Andrade (2010) señalan que las competencias emocionales facilitan la gestión de conflictos y mejoran la comunicación virtual, elementos esenciales para mantener una cultura corporativa y académica saludable. Además, el uso adecuado de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) debe estar acompañado de un apoyo institucional que priorice la salud mental del profesorado.

3. Método

La presente investigación consistió en una revisión sistemática de la literatura, siguiendo los lineamientos del protocolo PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). Este diseño permite mapear y sintetizar de manera rigurosa la evidencia científica disponible sobre el tema (Galvão & Ricarte, 2019).

3. 1. Participantes y corpus de análisis

El corpus de análisis estuvo compuesto por artículos científicos y académicos publicados entre los años 2020 y 2024. Se establecieron como criterios de inclusión estudios empíricos y teóricos revisados por pares, disponibles a texto completo, que abordaran la intersección entre teletrabajo, inteligencia emocional y docencia universitaria o educación superior. Se excluyeron artículos de opinión, editoriales y estudios centrados exclusivamente en sectores no educativos.

3. 2. Instrumentos

La recolección de información se llevó a cabo utilizando cuatro bases de datos y plataformas académicas principales: Google Scholar, DOAJ (Directory of Open Access Journals), SciELO y

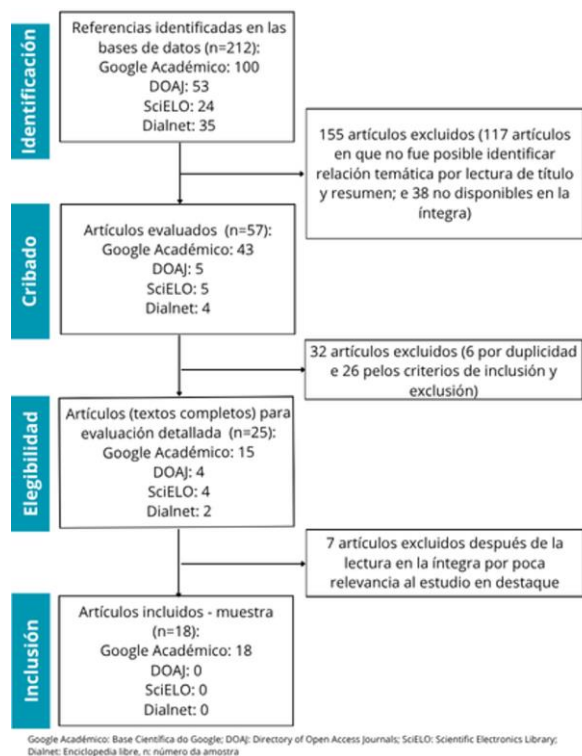
Dialnet. Se utilizaron combinaciones de descriptores como “teletrabajo”, “home office”, “inteligencia emocional”, “docencia universitaria”, “educación superior” y “pandemia”.

3. 3. Procedimiento

El proceso de selección constó de varias etapas. Inicialmente, se identificaron los registros en las bases de datos. Tras la eliminación de duplicados, se procedió a la lectura de títulos y resúmenes para descartar aquellos que no cumplieran con los criterios de inclusión. Finalmente, se realizó una lectura a texto completo de los documentos preseleccionados, resultando en una muestra final de 18 artículos para la revisión cualitativa. El flujo de selección se ilustra en el diagrama PRISMA (Figura 1).

Figura 1.

Diagrama de flujo de selección de estudios basado en PRISMA



4. Resultados

El análisis de los 18 artículos seleccionados reveló patrones consistentes respecto al impacto del teletrabajo en la docencia universitaria. Los resultados se agruparon en tres categorías temáticas principales:

1. **Impacto en la salud mental y bienestar:** La mayoría de los estudios coinciden en que la transición abrupta al entorno virtual generó un aumento significativo en los niveles de estrés y ansiedad del profesorado. La sobrecarga de tareas administrativas y la necesidad de adaptar rápidamente los materiales pedagógicos fueron factores determinantes.
2. **Rol de la inteligencia emocional:** Se evidenció que los docentes con mayores niveles de inteligencia emocional reportaron una mejor adaptación al teletrabajo. Estas habilidades facilitaron la autorregulación emocional frente a la frustración tecnológica y mejoraron la empatía en la interacción virtual con los estudiantes.
3. **Desafíos organizacionales:** Las investigaciones destacan que las instituciones de educación superior enfrentaron dificultades para mantener una cultura organizacional cohesiva. La comunicación institucional efectiva y el apoyo percibido por parte de las autoridades universitarias resultaron ser variables clave para mitigar el aislamiento profesional.

5. Discusión y conclusión

Los hallazgos de esta revisión sistemática confirman que el teletrabajo en la docencia universitaria presenta una dualidad: ofrece flexibilidad y continuidad operativa, pero impone severos desafíos psicosociales y organizacionales. En concordancia con la literatura revisada, la difuminación de los límites entre el hogar y el trabajo requiere nuevas estrategias de afrontamiento por parte del profesorado.

La inteligencia emocional se consolida como un factor protector indispensable. Su desarrollo no solo beneficia el bienestar individual del docente, sino que repercute directamente en la calidad

de la enseñanza y en la sostenibilidad de la cultura académica. Es imperativo que las universidades trasciendan la mera provisión de herramientas tecnológicas e implementen programas de apoyo socioemocional.

En conclusión, para que el teletrabajo sea una modalidad sostenible en la educación superior pospandemia, las instituciones deben fomentar activamente las competencias emocionales de su personal. Futuras investigaciones empíricas deberían evaluar la eficacia de intervenciones institucionales específicas diseñadas para fortalecer la inteligencia emocional en el contexto académico virtual.

6. Referencias

- Andrade, M. M. (2010). *Introdução à metodologia do trabalho científico: elaboração de trabalhos na graduação*. Atlas.
- Galvão, T. F., & Ricarte, I. L. M. (2019). Revisión sistemática de la literatura: conceptualización, producción y publicación. *Logeion: Filosofia da Informação*, 6(1), 57-73.
<https://doi.org/10.21728/logeion.2019v6n1.p57-73>
- Maciel, G. C. (2022). *A influência do home office na cultura organizacional, durante a pandemia de COVID-19: uma revisão narrativa da literatura* [Monografía, Universidade Federal de Ouro Preto]. Biblioteca Digital de Trabalhos de Conclusão de Curso.
<http://www.monografias.ufop.br/handle/35400000/3998>
- Scotta, G. (2024). A importância da cultura organizacional no ambiente remoto: um estudo sobre práticas de adesão da cultura da empresa em um cenário de home office. *Saber Humano: Revista Científica Da Faculdade Antonio Meneghetti*, 1(1), 07-31.
<https://doi.org/10.18815/sh.2024v1n1.663>