



Diputación de Palencia



Universidad de Valladolid

Escuela de Enfermería de Palencia  
"Dr. Dacio Crespo"

**GRADO EN ENFERMERÍA**  
Curso académico (2016-17)

**Trabajo Fin de Grado**

**Inteligencia Emocional y su implicación en  
el ámbito de Enfermería.**

Revisión bibliográfica

Alumna: Ana Gutiérrez García

Tutora: D<sup>a</sup> Ana Rosario Martín Herranz

Julio, 2017

# ÍNDICE

RESUMEN	2
ABSTRACT	3
INTRODUCCIÓN	4
OBJETIVOS	14
MATERIAL Y MÉTODOS	15
RESULTADOS	17
CONCLUSIONES	25
BIBLIOGRAFÍA	26
ANEXOS	31

## RESUMEN

**Introducción:** El término Inteligencia Emocional (IE) consiste en el uso inteligente de las emociones, haciendo que estas trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro pensamiento y comportamiento de manera que mejoren nuestros resultados. El proceso evolutivo de este fenómeno tiene su origen en los estudios relacionados tanto con la emoción como con la inteligencia. Diversos autores afirman que la IE constituye una competencia fundamental para los profesionales enfermeros y defienden que, para establecer una relación terapéutica, es necesario identificar y comprender las emociones propias, así como las emociones de los pacientes y sus familiares.

**Objetivos:** Explicar el concepto de Inteligencia Emocional, sus beneficios y aplicación en el ámbito de la enfermería, así como mostrar las competencias emocionales.

**Material y métodos:** Se realiza una revisión bibliográfica en los meses de febrero a julio de 2017. Para ello se han utilizado 14 artículos, 7 tesis y un trabajo de fin de grado encontrados en las diferentes bases de datos. Los criterios de inclusión fueron: acceso gratuito, idioma español, inglés y portugués, centrados en el ámbito sanitario, publicados nacional e internacionalmente.

**Resultados y discusión:** Los resultados obtenidos muestran como un buen uso de las emociones, puede influir tanto en el rendimiento laboral, en el caso de los profesionales enfermeros, como en el rendimiento académico y experiencias durante el periodo de prácticas de los estudiantes de Enfermería.

**Conclusiones:** La IE constituye una competencia fundamental para los profesionales de enfermería. Si se entrenara de la manera adecuada serían muchos los beneficios obtenidos de ella y éstos repercutirían tanto en el bienestar de los profesionales de enfermería como en la calidad de los cuidados aplicados al paciente.

**Palabras clave:** Inteligencia emocional, competencias emocionales básicas, profesionales de enfermería, estudiantes de enfermería, burnout.

## ABSTRACT

**Introduction:** The term Emotional Intelligence (IE) is the intelligent use of emotions, making them work for us, using them to help us guide our behavior and thinking in a way that improves our results. The evolutionary process of this phenomenon has its origin in studies related to both emotion and intelligence. Several authors affirm that EI constitutes a fundamental competence for nursing professionals and they argue that, in order to establish therapeutic relationships, it is necessary to identify and understand one's own emotions as well as the emotions of patients and their families.

**Objectives:** Explain the concept of Emotional Intelligence, its benefits and application in the field of nursing, as well as show emotional competencies.

**Material and methods:** A bibliographic review is carried out in the months of February to July 2017. For this purpose, 14 articles and 9 theses have been used in the different databases. Inclusion criteria were: free access, Spanish, English and Portuguese language, focused on health, published nationally and internationally.

**Results:** The results obtained are based on demonstrating how a good use of emotions can influence both the work performance, in the case of nursing professionals, and in the academic records and experiences during the internship period of Nursing students.

**Conclusions:** EI is a key competence for nursing professionals. If it were properly trained, the benefits would be many and it would have repercussions both on the well-being of nursing professionals and on the quality of care applied to the patient.

**Key words:** Emotional intelligence, basic emotional competencies, nursing professionals, nursing students, burnout.

# INTRODUCCIÓN

Si pensamos detenidamente la importancia que tienen en la vida diaria nuestras emociones, nos podremos dar cuenta de la influencia que tiene nuestro estado emocional en las grandes decisiones que tomamos en nuestra vida, en nuestra salud, en nuestro trabajo o en nuestras relaciones con los demás.

## Concepto, antecedentes y evolución

Mayer & Salovey (1997) definieron la Inteligencia Emocional (IE) como *“la habilidad para percibir y valorar con precisión las emociones, la habilidad para acceder y/o generar sentimientos cuando éstos facilitan el pensamiento; la habilidad para comprender la emoción y el conocimiento emocional, y la habilidad para regular las emociones que promueven el crecimiento emocional e intelectual”*.<sup>(1)</sup>

A principios del siglo XX, se inician estudios desde el ámbito de la psicología, que relacionan la inteligencia y las emociones. El origen de este fenómeno tiene un claro precursor en la Inteligencia Social, un concepto definido por Edward Thorndike (1920) como *“la habilidad para comprender y dirigir a los hombres y mujeres, muchachos y muchachas, y actuar sabiamente en las relaciones humanas”*.<sup>(2)</sup>

Según Mayer se puede hacer una división de la evolución del concepto de IE en cinco etapas: la primera abarca desde 1900 hasta 1969, en este periodo el estudio psicológico de la inteligencia y las emociones está relativamente separado; la segunda, desde 1970 hasta 1989, puede considerarse como la etapa precursora de la IE; una tercera etapa, desde 1990 hasta 1993, donde Salovey y Mayer (1990) publican una serie de artículos en los que definen el término; una cuarta etapa, desde 1994 hasta 1997, donde el término IE se populariza gracias al trabajo de Goleman (1995); y por último, desde 1998 hasta hoy, etapa en la que se produce un gran número de investigaciones de la IE y se aprueba su definición.<sup>(3)</sup>

Daniel Goleman, psicólogo estadounidense, destacó a nivel mundial cuando escribió su best-seller *“Inteligencia Emocional”* (1995), basado en el trabajo de Salovey y Mayer, donde explica que competencias como el autoconocimiento o la empatía tienen mayor importancia para la vida que el CI (Cociente Intelectual).<sup>(4)</sup>

Gardner, psicólogo de la Universidad de Harvard, desarrolló la teoría de las Inteligencias Múltiples (1988). Definió la inteligencia como “la capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas”.<sup>(5)</sup> Añade que “todos tenemos siete inteligencias modulares, es decir, cada inteligencia es una competencia autónoma e independiente de las otras; se combina de manera adaptativa para el individuo y la cultura pero no se influyen entre sí”.<sup>(5)</sup> El conjunto de estas siete inteligencias está formado por: Inteligencia Lingüística, Inteligencia Lógica, Inteligencia Musical, Inteligencia Visual – Espacial, Inteligencia Kinestésica, Inteligencia Interpersonal, Inteligencia Intrapersonal. Las dos últimas categorías son precisamente la clave de la llamada IE. (Figura 1)<sup>(6)</sup>

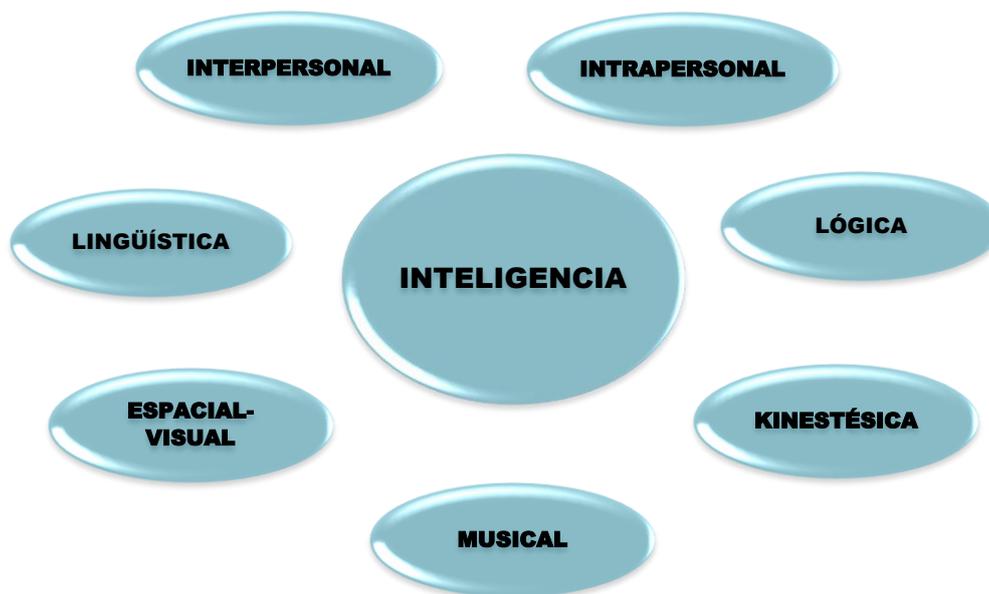


Figura 1. Inteligencias múltiples. Howard Gardner

La Inteligencia Interpersonal es la capacidad de empatizar e interactuar con otras personas, de entenderlas, de poder distinguir diferentes estados de ánimo en determinados momentos. Observar qué le sucede en determinadas situaciones para actuar de una manera apropiada. En otras palabras, es la capacidad de mantener buenas relaciones con los demás.<sup>(7)</sup>

Quienes poseen esta inteligencia son personas con una buena relación tanto con sus compañeros de trabajo como con las personas que los rodean. Por ello les cuesta poco esfuerzo saber cuáles son las necesidades ajenas y pueden reaccionar de una manera adecuada. Empatizan permitiéndoles conocer las emociones en otras personas y adoptar una actitud positiva. <sup>(7)</sup>

La Inteligencia Intrapersonal hace referencia al conocimiento de los aspectos internos de sí mismo, el no engañarnos con respecto a nuestras emociones y nuestros sentimientos y respetarlos. Es la capacidad de ser realistas al ver cómo somos, de saber cuáles son nuestras prioridades para así poder actuar en consecuencia y qué queremos realmente. Nos permite construir un modelo realista de nosotros mismos. <sup>(7)</sup>

### Competencias de la IE

Una competencia es *“la capacidad para movilizar adecuadamente un conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para realizar actividades diversas con un cierto nivel de calidad y eficacia”* (Bisquerra y Pérez, 2007). <sup>(8)</sup>

Goleman define una serie de competencias que conforman la IE. Las tres primeras, autoconocimiento, automotivación y autorregulación, conforman la esfera personal, y las otras dos, empatía y habilidades sociales, pertenecen a la esfera social. Cada una de ellas está compuesta por una serie de características. (Figura 2) <sup>(9)</sup>



Figura 2. Competencias de la IE. Goleman.

Las competencias personales incluyen: <sup>(9,10)</sup>

- **Autoconocimiento:** El conocimiento de las propias emociones, el conocimiento de uno mismo, la capacidad de reconocer un sentimiento en el mismo momento en que aparece. Constituye la piedra angular de la IE. Por ejemplo, cuando una persona que es consciente de sí misma está enojada, no solo es consciente de ese enojo, sino que también puede determinar la causa de la ira y así utilizar este conocimiento para decidir qué hacer, evitando una reacción descontrolada.
- **Autorregulación:** La capacidad para controlar las emociones, los estados de ánimo e impulsos y adecuarlos según la situación. Nos permite saber cómo expresar nuestras emociones de manera adecuada. No se trata solamente de pasar por alto las emociones negativas y requiere mucha práctica.
- **Automotivación:** La capacidad de motivarse a sí mismo, logrando cambios positivos, enfocando las emociones hacia el optimismo, la confianza, la positividad y la persistencia. Esta habilidad ayuda a aumentar las competencias sociales y permite el enfoque en las metas a conseguir y no en los obstáculos.

Las competencias sociales, implican: <sup>(9,10)</sup>

- Empatía: Permite ver el estado emocional del otro y “ponerse en su lugar”, teniendo conciencia de sus sentimientos, necesidades y preocupaciones de forma racional y eficaz. No es más que ser capaz de reconocer y comprender las experiencias emocionales de los demás.
- Destrezas sociales: El control de las relaciones interpersonales. Es una habilidad que supone relacionarse de manera adecuada con las emociones ajenas. Permiten un mejor desarrollo de las relaciones interpersonales en el área familiar, social y laboral.

## Modelos y medidas de la IE

Actualmente existen muchos modelos para medir la IE. A continuación se muestran los más importantes para su evaluación. <sup>(11)</sup>

### **a. Modelo de habilidad**

Modelo de Mayer y Salovey (1995), también denominado de Procesamiento Cognitivo. Se centra, exclusivamente, en el contexto emocional de la información, en el estudio de las capacidades relacionadas con dicho procesamiento. Enfatiza el uso adaptativo de las emociones como medio para conseguir un razonamiento más efectivo. Se mide a través de una medida de autoinforme, el Trait Meta-Mood Scale (TMMS) (Anexo I), el cual contiene 48 ítems que evalúan tres dimensiones de la IE: atención, claridad y reparación, y ha mostrado unos índices adecuados de una validez aceptable. Estos mismos autores, en 1997, presentaron una nueva adaptación donde enumeran las diferentes habilidades emocionales, desde los procesos psicológicos más simples (percepción emocional) hasta los más complejos (regulación de los estados afectivos). <sup>(11,12)</sup>

Modelo de Extremera y Fernández-Berrocal (2001). Destaca porque es en español y evalúa tres dimensiones clave de la IE: percepción emocional, comprensión de los sentimientos y regulación emocional, con ocho ítems cada una de ellas. Se mide a través del TMMS-24 (Anexo II), que es una versión reducida del TMMS citado anteriormente. <sup>(11,12)</sup>

## **b. Modelos mixtos**

Combinan dimensiones de personalidad y la capacidad de automotivación con habilidades de regulación de emociones.

Modelo de Bar-On (1997). Es una de las medidas más ampliamente aceptada para evaluar la IE. En este modelo se distinguen habilidades intrapersonales, habilidades interpersonales, adaptabilidad y manejo del estrés y del estado anímico, que se miden a través de una escala de 133 ítems, con 7 o 9 ítems para cada componente conceptual. Está diseñado para utilizarse en personas mayores de 17 años. <sup>(11,12)</sup>

Modelo de Goleman (2002). Este modelo consta de 5 habilidades básicas: habilidad de manejar las emociones o de autorregularse, habilidad para motivarse a sí mismo, habilidad para reconocer las emociones de otros, empatía y la habilidad para manejar las relaciones y emociones ajenas. Lo que lo diferencia de los demás modelos es que va dirigida al ámbito empresarial y se centra en el pronóstico de la excelencia laboral. Se evalúa a través del Emocional Competence Inventory (ECI 1.0) (Boyatzis, Goleman y Rhee, 2000) que consta de 110 ítems con escala tipo Likert de 7 posibles respuestas. <sup>(11,12)</sup>

En 2002, Mayer, Salovey y Caruso desarrollaron un método de evaluación distinto. Se trata del Test de IE Mayer-Salovey-Caruso (MSCEIT) (Anexo III), un test diseñado para evaluar la IE entendida como una capacidad. No se trata de una medida de auto informe, sino de una prueba de habilidad cuyas respuestas representan aptitudes reales para resolver problemas emocionales. Consiste en ocho pruebas distintas, con un total de 141 ítems, y puede usarse para la contratación de personal emocionalmente inteligente.

Para Extremera y Fernández Berrocal (2010) la manera de evaluar la IE dependerá de la persona evaluadora y de la situación. Para ellos, algunas de las principales características de los métodos de evaluación son las siguientes: deben ser fáciles de administrar, atractivo para la persona que los realiza, con instrucciones sencillas, para poder obtener los resultados de manera rápida; el tiempo de realización debe ser limitado, por ejemplo el TMMS requiere de unos 10 minutos y el MSCEIT entre 30 y 45 minutos; y presentar una fiabilidad y validez demostrada. <sup>(13,14)</sup>

## Beneficios, Aplicación, Implicación de la IE en el ámbito sanitario

Antes de centrarnos en el mundo sanitario sería oportuno hacer una breve referencia de la IE en el ámbito laboral general.

El concepto de inteligencia se ha querido comparar a lo largo de su evolución con la IE. Esta es una herramienta muy importante, según Goleman y otros autores, que puede ayudar a las personas a mejorar su productividad. Asegura que sólo el coeficiente intelectual (CI) no es suficiente para que una persona muestre sus aptitudes académicas, profesionales o personales, ya que supone una pequeña parte de los factores que pueden determinar el éxito. Hay aspectos, entre otros, como la suerte, la clase social y en mayor medida la IE que ayudan a alcanzar dicho éxito, por ello, nuestras habilidades emocionales son capaces de hacernos más humanos ayudándonos a tomar mejores decisiones. <sup>(15)</sup>

Quienes son capaces de saber gestionar sus emociones y sentimientos tienen una ventaja tanto en el mundo laboral como en diversos aspectos de sus vidas. Por el contrario, una persona que carezca de control sobre sus emociones, sobre todo las negativas, puede que le impida tomar decisiones y pensar con claridad. <sup>(15)</sup>

Ahora podemos plantearnos una pregunta. ¿Qué beneficios nos puede aportar el uso de la IE? La diferencia entre una persona que desarrolla la IE y otra que no, es que la primera puede considerarse una persona sana y equilibrada en los distintos aspectos de su vida. Y esto es posible porque ha aprendido a manejar tanto sus emociones como las ajenas.

El psicólogo García-Allen (2017) propone los siguientes beneficios de la IE: mejora el autoconocimiento y la toma de decisiones, mejora del rendimiento laboral, protege y evita el estrés, mejora las relaciones interpersonales, favorece el desarrollo personal, otorga capacidad de influencia y liderazgo, favorece el bienestar psicológico, reduce la ansiedad y los niveles de depresión, aumenta la motivación y ayuda a alcanzar las metas y a dormir mejor. <sup>(16)</sup>

Centrándonos ahora en el contexto sanitario, la relación entre emoción y salud cada vez es más evidente. Todo enfermo que se encuentra ingresado tiene la expectativa de recibir un buen trato. Señalan que se sienten cuidados cuando las enfermeras los

tratan con amabilidad y los escuchan atentamente. Valoran especialmente que las enfermeras muestren empatía y capacidad de gestión emocional. Todo ello les proporciona bienestar. <sup>(17)</sup>

Algunas investigaciones han demostrado que las emociones negativas y desagradables en pacientes ingresados disminuyen las defensas del Sistema Inmunitario y predisponen a contraer enfermedades como el asma, úlceras gástricas, contracturas musculares, hipertensión crónica y trastornos cardiovasculares, entre otras. <sup>(18)</sup>

Los profesionales de la salud, y en concreto los profesionales de Enfermería, son los que poseen mayor riesgo de padecer Burnout.

El término Burnout fue descrito por primera vez, en EEUU, por el psiquiatra Freudenberger, en 1974. Estudió, durante un tiempo aproximado de un año, a un grupo de profesionales del ámbito sanitario que desarrollaban su trabajo en una clínica de desintoxicación. Observó que tras ese año se producía una pérdida progresiva de la energía, llegando hasta el agotamiento y una desmotivación por el trabajo, junto con síntomas de ansiedad y depresión. Esto provocaba un trato distante con el paciente, causando, inevitablemente, un deterioro de la atención profesional. <sup>(19)</sup>

La definición de Burnout, según Freudenberger (2001), es *“un síndrome de extenuación emocional, despersonalización y falta de logro personal en el trabajo, que puede desarrollarse en aquellas personas cuyo objeto de trabajo son las personas en cualquier tipo de actividad. Es un síndrome psicológico que aparece como respuesta a factores estresantes crónicos interpersonales en el trabajo.”* <sup>(19)</sup>

Fomentar la IE en este ámbito ayuda de manera positiva tanto en la relación médico-terapeuta paciente como en aspectos como la calidad del cuidado. También influye positivamente en el rendimiento y eficacia del proceso terapéutico. <sup>(20,21)</sup>

Según Albert Jovell (2012), médico, especialista en Salud Pública por la Universidad de Harvard y fundador del Foro español de pacientes, los profesionales de la salud dan por asumido que los usuarios esperan su competencia científica y técnica, pero sin embargo, afirma que entre estos crece la demanda de un trato más humano y con mayor calidad y no sólo un tratamiento. <sup>(17)</sup>

Enfermería es una profesión que requiere una IE desarrollada, ya que es uno de los colectivos que más ha tenido presente los aspectos emocionales desde siempre. Contempla al individuo de una manera holística, es decir, como un todo en su esfera física, social, psicológica y espiritual. <sup>(17)</sup>

Jean Watson (2007), enfermera norteamericana, autora de la Teoría del Cuidado Humano, plantea que la enfermería es una profesión ligada a una serie de responsabilidades éticas y sociales. Para Watson, las enfermeras a diario realizan actividades que requieren de un trabajo tanto físico como emocional. Por ello, además de conocimientos y destrezas técnicas, estas deben poseer habilidades emocionales para enfrentarse al difícil reto que supone un cuidado humano, eficaz y de calidad de las personas. Considera que una labor emocional bien utilizada puede desencadenar resultados positivos tanto en los profesionales como en los pacientes. <sup>(17)</sup>

Los estudios en enfermería sobre la IE y su relación con otras variables han ido aumentando de forma creciente, desde el año 2000 hasta la actualidad. Afirman que la IE es una competencia fundamental de los profesionales enfermeros y defienden que para establecer relaciones terapéuticas es necesario identificar y comprender las emociones propias, así como las emociones de los pacientes y sus familiares. <sup>(17)</sup>

La IE ayuda a los estudiantes a buscar soluciones a problemas, como, por ejemplo, cuando es necesario realizar una técnica dolorosa para la que no se tiene la suficiente destreza. También se encuentran con situaciones que les hacen cambiar de unas emociones intensas a otras igualmente intensas pero opuestas, obligándoles a mantener un estado emocional neutral a la vez que son capaces de adoptar una comunicación y conductas apropiadas para cada caso. <sup>(22)</sup>

La importancia de la Inteligencia Emocional y su repercusión en el ámbito sanitario es un tema que, aunque su estudio ha ido en aumento, aún se debería desarrollar con más importancia ya que se pueden obtener múltiples beneficios. Las emociones juegan un papel fundamental en nuestras vidas y los profesionales de enfermería deberían aprender a gestionar adecuadamente.

En las instituciones sanitarias se encuentran personas enfermas que están sufriendo dolor, que están tristes por su situación o preocupadas ante un posible diagnóstico fatal.

En muchas ocasiones, las enfermeras se enfrentan a este ambiente, emocionalmente intenso, en condiciones adversas y en situaciones muy complejas, como son las urgencias o los entornos muy especializados, que requieren rapidez de respuesta, o los contextos de falta de personal y otros recursos. En estos momentos, el desarrollo de la IE resulta esencial con el fin de minimizar los problemas que se derivan de estos factores, tales como estrés, ansiedad acerca de la muerte o conductas que pueden afectar a la calidad de los cuidados enfermeros.

Cuando un profesional conecta o empatiza con un paciente de una manera adecuada, la respuesta del paciente hacia ese profesional casi siempre será positiva y viceversa.

Se ha podido comprobar, tanto en la experiencia como familiar de un enfermo y como estudiante en prácticas, que el beneficio que se puede obtener de un adecuado uso de las emociones es enorme. Por supuesto, todo el mundo quiere que las técnicas que se le realicen sean las mejores y con el mínimo sufrimiento posible; pero cuando los pacientes vuelven a sus casas, lo que permanece en su memoria es el trato recibido por parte del profesional y cómo les han hecho sentir.

Por todo esto se considera interesante profundizar en el conocimiento de este tema.

## **OBJETIVOS**

### General:

- Profundizar sobre el conocimiento de la IE y su implicación en el ámbito de Enfermería.

Específicos:

- Identificar las competencias emocionales.
- Mostrar los beneficios de la IE tanto en la práctica enfermera como en la formación de los estudiantes de enfermería.

## **MATERIAL Y MÉTODOS**

Se realiza una revisión bibliográfica sobre la IE en el ámbito de la enfermería durante los meses de febrero a julio de 2017.

Se realizó una búsqueda haciendo uso de diferentes herramientas bibliográficas, tales como LILACS, Dialnet, SciELO, PubMed, biblioteca Cochrane plus, Google académico y la revista de enfermería Elsevier.

Con el fin de emplear un lenguaje unificado se utilizaron los siguientes términos, para la realización de búsquedas bibliográficas en bases de datos internacionales. (Tabla 1)

BASES DE DATOS	TÉRMINOS USADOS	NUMERO DE ARTÍCULOS
GOOGLE SCHOLAR	INTELIGENCIA EMOCIONAL	174.000
GOOGLE SCHOLAR	IE AND ENFERMERIA	15.300
GOOGLE SCHOLAR	IE AND ENFERMERIA AND BURNOUT	1.450
GOOGLE SCHOLAR	IE AND ENFERMERIA AND ESTUDIANTES	76.300
PUBMED	EMOTIONAL INTELLIGENCE	75.349
PUBMED	EI AND NURSING	11.269
PUBMED	EI AND NURSING AND BURNOUT	356
PUBMED	EI AND NURSING AND STUDENT	1.507
SCIELO	EMOTIONAL INTELLIGENCE	244
SCIELO	EI AND NURSING	13
SCIELO	EI AND BURNOUT	1
MEDLINE	INTELIGENCIA EMOCIONAL	36
MEDLINE	IE AND ENFERMERIA	0
MEDLINE	IE AND ENFERMERA	4
MEDLINE	IE AND ESTUDIANTES	4
MEDLINE	IE AND ESTUDIANTES AND ENFERMERIA	0
LILACS	INTELIGENCIA EMOCIONAL	153
LILACS	INTELIGENCIA EMOCIONAL AND ENFERMERIA	14

Tabla 1

## Criterios de selección

Una vez obtenidos los diferentes resultados de búsqueda, se determinaron los criterios de inclusión y exclusión para la selección de artículos útiles. (Tabla 2)

CRITERIOS DE INCLUSIÓN	CRITERIOS DE EXCLUSIÓN
Idioma Español, Inglés y Portugués	Artículos repetidos en las diferentes bases de datos
Publicaciones en España y a nivel internacional	No estar centrados en la investigación original
Todos los años de publicación	No evaluar intervenciones dirigidas a mejorar la IE en el trabajo enfermero
Artículos referidos al ámbito sanitario	Trabajos duplicados
Artículos gratuitos	Artículos de pago

Tabla 2

En el proceso de selección de los artículos utilizados para la realización de este trabajo se leyeron primero los títulos de los trabajos para hacer una primera y rápida selección, descartándose todos aquellos que no estaban relacionados con los objetivos del trabajo. En segundo lugar se leyeron los resúmenes para poder seleccionar los que más se ajustaban al tema del trabajo. Finalmente se seleccionaron una serie de artículos sobre los cuales se hizo una lectura más detenida. En caso de encontrar un artículo repetido en varias publicaciones se incluyó el publicado en un portal con mayor impacto y/o el publicado más recientemente.

Además se analizaron las referencias bibliográficas de los artículos seleccionados con el fin de encontrar estudios potencialmente incluíbles para la revisión. Estos artículos se encontraron a través de Google Scholar.

Para la elaboración de los resultados de esta revisión bibliográfica se han seleccionados 14 artículos y 7 tesis doctorales y 1 trabajo de fin de grado.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La información analizada se ha estructurado en varios subapartados: uno dedicado solo a la IE y los profesionales de la enfermería, otro dirigido a la IE en los estudiantes de enfermería y el último apartado a la IE, enfermería y burnout.

### IE en los profesionales de Enfermería

Los profesionales de Enfermería provocan un gran sentimiento de satisfacción en los pacientes, que saben reconocer cuando estos son atentos, afectivos y sensibles. En el día a día, estos profesionales se encuentran rodeados de sentimientos y emociones a veces difíciles de identificar, que se originan tanto en el paciente como en el propio profesional. Las diferentes situaciones presentes en lo cotidiano de la enfermería pueden afectar a su calidad de vida y de trabajo. Por ello la IE puede considerarse un buen factor protector.

Según muchos autores, la competencia emocional es un requisito imprescindible de la profesión enfermera. En investigaciones recientes se ha observado que la IE es una de las variables que puede predecir el rendimiento en el trabajo.

Un estudio exploratorio realizado por M. Pilar Berrios Martos, José María Augusto Landa y María del Carmen Aguilar Luzón (2005), pertenecientes al departamento de Psicología de la Universidad de Jaén, observaron que existe una relación entre la IE y la Satisfacción Laboral en los profesionales enfermeros. Para ello, trabajaron con una muestra de 180 enfermeras del Hospital público de Jaén y utilizaron como método de evaluación el TMMS. Con este estudio llegaron a la conclusión que para explicar la satisfacción en el trabajo de estos profesionales hay que tener en cuenta tanto factores cognitivos como emocionales. <sup>(24)</sup>

En otro estudio realizado por Cummings, Haydik y Estabrooks (Canadá, 2005) a una muestra de 6.526 profesionales enfermeros de diferentes hospitales de pacientes agudos en la localidad de Alberta (Canadá), cuyo objetivo es desarrollar un modelo teórico sobre el impacto de la reestructuración de las enfermeras en un hospital, resaltan que los profesionales que son capaces de usar un alto liderazgo basado en las competencias de la IE, informaban de menor cansancio emocional, mayor satisfacción en su trabajo y un mayor conocimiento de las necesidades de sus pacientes, que los profesionales que no usaban este tipo de liderazgo. <sup>(24)</sup>

Campos, Ribeiro y da Conceição (Coímbra, 2012), en un estudio descriptivo y correlacional, observaron a 153 enfermeras/os, de 8 hospitales, responsables de servicios hospitalarios. Su objetivo fue identificar las habilidades de IE necesarias para la gestión de estos servicios. Determinan que la capacidad de una buena administración de la IE puede ayudar a mejorar el rendimiento del trabajador; por ello, es muy importante el estilo de liderazgo de los responsables de enfermería, ya que influye en la motivación hacia su trabajo, generando un buen clima laboral, provocando que los profesionales trabajen más por placer que por obligación y, a la vez, proporcionando una atención de calidad. <sup>(26)</sup>

Si las enfermeras cuidan las emociones, ayudan a disminuir o frenar las reacciones negativas frente al diagnóstico de una enfermedad, a la vez que transmiten comprensión y seguridad, generando un bienestar emocional que provoca un menor tiempo de hospitalización del paciente. En los estudios mencionados, realizados en la Universidad de Jaén y en el llevado a cabo por Cummings, Haydik y Estabrooks coinciden en que el uso de la IE está relacionado de manera positiva con una mayor satisfacción laboral. <sup>(23,24,26)</sup>

### IE en los estudiantes de enfermería

En el ámbito académico se argumenta que es necesario tener en cuenta y fomentar la dimensión emocional en el aprendizaje de los estudiantes. El fomento de estas habilidades repercute en la práctica de los cuidados, beneficia un desarrollo crítico del pensamiento, facilita la integración del estudiante y minimiza el impacto emocional que las prácticas pueden ocasionar en él (Rochester et al, 2005). Para lograr alcanzar todas esas competencias es imprescindible que establezcan relaciones interpersonales de calidad basadas en la colaboración, respeto, comprensión y confianza mutua, consiguiendo aumentar su motivación. <sup>(17,22)</sup>

El periodo de prácticas tiene una gran importancia en la formación de los estudiantes de enfermería porque se les exige que usen capacidades similares a las que necesitarán cuando sean profesionales, permitiéndoles tener contacto con la realidad y poder poner en práctica su capacidad de gestión emocional y razonamiento crítico. Necesitan usar sus emociones con juicio y manejar situaciones problemáticas para centrarse en el cuidado del paciente. <sup>(22)</sup>

En un estudio, Bellack et al. (Boston, 2001) inician un programa de formación a estudiantes de enfermería que incluye aspectos importantes de la IE, permitiéndoles conseguir una serie de competencias para el liderazgo de equipos. Este programa revela que esta formación mejora su desarrollo profesional. Oi Sun Lee y Mee Ock Gu (Korea, 2013) realizaron un estudio cuantitativo y cualitativo a una muestra de 36 estudiantes, para analizar los efectos que producen la aplicación de un programa de IE durante un periodo de 4 semanas. Después de su aplicación, los estudiantes experimentaron una mejor capacidad para establecer relaciones interpersonales, una mayor autonomía y una reducción de los niveles de estrés. <sup>(3,29)</sup>

Sanjuán Quiles y Ferrer Hernández (Medellín, 2008), en su estudio descriptivo, exploratorio y transversal, cuyo objetivo fue conocer el perfil emocional de los estudiantes durante las prácticas y su relación con el aprendizaje, observaron la relación del aprendizaje o rendimiento con el perfil emocional en 100 estudiantes que realizaban sus prácticas clínicas en el Hospital de Elda (Alicante), durante el periodo 2005 – 2007. Concluyeron que todos aquellos estudiantes que necesitan un mayor control y manejo de sus emociones aprecian de una manera negativa el entorno clínico, la tutorización y el apoyo recibido. <sup>(25)</sup>

Pan Zhang, Chang-Zai Li et al. (China, 2013) se fijaron en que la IE y los eventos negativos de la vida pueden ser predictores muy importantes de salud mental. Realizaron un estudio transversal a una muestra de 467 estudiantes de enfermería de algunas regiones de China. Concluyeron lo valiosa que es la aplicación de la IE en los eventos negativos, ya que amortigua sus efectos. <sup>(27)</sup>

El objetivo de un estudio exploratorio, realizado en China en 2016 por Kyung Hee Chun y Euna Park a 35 estudiantes de enfermería y medicina, es identificar los conocimientos sobre IE y sus características, que poseen estos estudiantes. Se encontraron una serie de resultados que se pueden englobar en 3 grupos. 1. “Tipo de control de sensibilidad”: aquí los individuos consideran importantes las emociones de otra persona pero no muestran sus propios estados emocionales. La capacidad de poder controlar estos estados, en áreas como enfermería y medicina, ayuda a resolver problemas de manera eficaz. 2. “Tipo de empatía-motivación”: tener empatía hacia los demás es muy importante y ayuda a mantener un estado de ánimo positivo. 3. “Preocupación tipo de empatía-motivación”: no cuestionan las

situaciones nuevas realizando de antemano un plan de investigación que les permite su resolución. Con este estudio se concluyó que la IE es un factor que ayuda a los estudiantes a una mejor adaptación a los distintos entornos a los que deben enfrentarse. <sup>(28)</sup>

En el estudio realizado por Sanjuán Quiles y Ferrer Hernández (Medellín, 2008) se demuestra la necesidad de una mayor enseñanza de IE, en los estudiantes, por la relación existente entre formación-rendimiento y control de las emociones con la satisfacción en las prácticas clínicas. Por ello, los estudios elaborados en Boston, China y Medellín comprobaron que incluyendo conocimientos de IE en la formación de estudiantes les ayudará a mejorar su desarrollo personal. <sup>(3,25,29)</sup>

En diversos trabajos, se afirma que el poder reconocer y controlar las emociones puede ayudar a mejorar el rendimiento de los estudiantes. Pero el número de puntos académicos que engloban estos temas, dentro del plan de estudios, no es suficiente. Sería aconsejable plantear la posibilidad, por ejemplo, de impartir cursos obligatorios o materias puntuables en su expediente, que permitan el desarrollo de la IE, para así preparar a los estudiantes en el control y afrontamiento de los momentos difíciles de manera satisfactoria. <sup>(3,27,29)</sup>

## IE, Burnout y Enfermería

Numerosos estudios revelan que los profesionales y estudiantes de enfermería que aplican la IE tienen menos niveles de Burnout. <sup>(24)</sup>

Escuchar continuamente las quejas de los demás conlleva un gran desgaste personal, reducción de la productividad y la eficiencia, excesivas bajas laborales y, en definitiva, un deterioro de la calidad del cuidado. Por eso, las emociones tienen un papel fundamental a la hora de reaccionar ante el estrés y el Burnout. Won-Moon, profesor universitario (2011, Corea del Sur), en un artículo de investigación realizado a una muestra de 295 empleados de Corea del Sur, donde relaciona la IE con el agotamiento emocional y el desempeño laboral, llega a la conclusión de que la satisfacción laboral y el desempeño laboral tienen una correlación negativa porque ambos están influidos por el agotamiento emocional. <sup>(23,30)</sup>

Limonero, Tomas Sábado, Fernández Castro y Gómez Benito (Barcelona 2004), realizaron un estudio, a una muestra de 218 profesionales de diferentes hospitales de Barcelona, cuyo objetivo fue analizar el estrés y la IE percibida en estos profesionales. Encontraron que aquellos sujetos con altas puntuaciones en IE mostraban bajos niveles de estrés. El estrés afecta a cada profesional de manera distinta en función de las habilidades que tenga desarrolladas. <sup>(24)</sup>

Tatiana Nespereira Campuzano y Miriam Vázquez Campo (Galicia 2016) realizaron un estudio observacional, descriptivo y transversal, a una muestra de 36 enfermeras y 24 auxiliares de enfermería durante el periodo comprendido entre enero y mayo de 2016. Observaron que estos profesionales, pertenecientes al servicio de Urgencias del Hospital de Orense, tienen una mayor predisposición a padecer niveles medio-altos de burnout. Con este estudio concluyeron que todos aquellos trabajadores que presentan una buena capacidad para sentir y expresar sus sentimientos y emociones poseen una mejor estabilidad laboral. <sup>(34)</sup>

Los estudios realizados en Galicia, y en Barcelona, a los profesionales de enfermería, coinciden en que cuanto mayor nivel de IE posea el trabajador, menor será el estrés ocupacional. <sup>(24,32)</sup>

Respecto a los estudiantes, cuando comienzan las prácticas clínicas se enfrentan a diversas fuentes de estrés. La IE les ayuda a enfrentarse a ellas.

En un estudio descriptivo, transversal realizado por Manuel Pulido Martos, José M. Augusto Landa y Esther López Zafra (Granada 2016) analizan la influencia de la IE sobre los estresores ocupacionales en estudiantes. La muestra fue de 127 alumnos que realizaban sus prácticas clínicas en hospitales y centros de salud. Los resultados mostraron que las principales fuentes estresantes son la incertidumbre, la falta de competencia, el desamparo, el contacto con el sufrimiento y la incapacidad para controlar la relación con el paciente. <sup>(33)</sup>

En un estudio cuantitativo no experimental, realizado por Cristina Liébana Presa (Córdoba, 2011), a una muestra de 1278 estudiantes de Enfermería y Fisioterapia de cuatro universidades públicas de Castilla y León, se pretende alentar a realizar investigaciones para orientar a estudiantes en el manejo de sus emociones y las de

los demás, dentro de las prácticas clínicas, para que puedan ejercer de manera adecuada su profesión en el futuro. <sup>(31)</sup>

Tamara Ledo Calles (Palencia, 2015) realizó un estudio cuantitativo, observacional, descriptivo y transversal a 114 alumnos de la EUE “Dr. Dacio Crespo” de Enfermería, cuyo objetivo fue identificar los factores estresantes durante las prácticas clínicas. <sup>(35)</sup>

Tanto este estudio como en el referido anteriormente de Córdoba, coinciden en que lo que más estresa a los estudiantes durante el periodo de prácticas es la atención a las emociones. A la vez coinciden en que algunos de los factores que también les estresa son: la falta de competencia, el contacto con el sufrimiento, la impotencia e incertidumbre, no controlar la relación con los pacientes, la implicación emocional y la sobrecarga de trabajo. Ambos estudios concluyen que, para una mejor gestión de las emociones, se deberían realizar programas de formación para el desarrollo de competencias emocionales y del afrontamiento del estrés. Por ello, la implementación de estos programas antes de las prácticas, ayudaría a que el desarrollo de las mismas fuera más satisfactorio y eficaz. <sup>(31,35)</sup>

Algunos estudios muestran que las situaciones más estresantes para los estudiantes antes de comenzar las prácticas son: adquirir habilidades necesarias para la aplicación de los conocimientos teóricos. Sin embargo durante las prácticas las fuentes de estrés según Manuel Pulido Martos, José M. Augusto Landa y Esther López Zafra (Granada 2016), son: la muerte, el sufrimiento, el contacto con pacientes terminales y la diferencia entre la teoría y la práctica. <sup>(33)</sup>

Maritza Espinoza y Olivia Sanhueza (Chile, 2011) realizaron un estudio descriptivo y correlacional a 188 estudiantes de enfermería, cuyo objetivo era conocer el miedo a la muerte de los pacientes y su relación con la IE en estos estudiantes. La muerte y el miedo a la misma son experiencias inherentes a la labor de esta profesión que todo estudiante debería conocer, ya que les hace más susceptibles a presentar ansiedad y puede afectar en el futuro a la calidad de los cuidados. Con este estudio, Espinoza y Sanhueza, pretenden demostrar que un mayor nivel de IE en los estudiantes se asocia con un menor miedo a la muerte. Por ello se cree necesaria una formación sobre las competencias emocionales, ya que proporcionaría a los futuros profesionales una serie de estrategias de afrontamiento para determinadas

situaciones, como por ejemplo, en los momentos finales de la vida de un paciente.  
(32)

## **CONCLUSIONES**

Formarse y estar emocionalmente preparados ayuda, de la mejor manera, en distintos tipos de situaciones y supone una mejora del desarrollo tanto personal como profesional.

Trabajar en el ámbito sanitario implica un desgaste físico y mental, por ello, fomentar la IE podría ayudar de muchas maneras. Sería recomendable realizar talleres o seminarios periódicos para beneficio de los profesionales de este ámbito y de la calidad de su trabajo.

Deberían establecerse, en los centros de formación de futuros enfermeros, programas de educación emocional que desarrollen las habilidades de la IE, para que así puedan repercutir en su rendimiento académico, ayudarles a afrontar distintas situaciones durante el periodo de prácticas clínicas y en su futuro desarrollo profesional.

La IE no solo puede y debe usarse como herramienta efectiva frente al estrés, sino que si se entrena de manera adecuada se pueden observar grandes beneficios que ayudan a aumentar la calidad del cuidado del paciente y ayudaría a prepararse adecuadamente frente a los estresores ocupacionales.

Dado que no hay edad para el desarrollo de la IE, se recomendaría que desde niños se comiencen a desarrollar estas habilidades.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Sánchez Rueda G. Las emociones en la práctica enfermera [Tesis doctoral] Barcelona: Departamento de Pedagogía y Sistemática Social. Universidad Autónoma de Barcelona. 2013 [acceso el 2 de abril de 2017]. Disponible en: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/284050/gsr1de1.pdf?sequence=1>
2. Cortese A. Inteligencia Emocional [Sede web] Inteligencia Emocional en la educación.org [internet] Argentina [acceso el 13 de mayo de 2017] Disponible en: [http://www.inteligencia-emocional.org/ie\\_en\\_la\\_educacion/elorigendelainteligenciaemocional.htm](http://www.inteligencia-emocional.org/ie_en_la_educacion/elorigendelainteligenciaemocional.htm)
3. Aradilla Herero A. Inteligencia Emocional y en Enfermería. Ágora Enfermería [Artículo de revista] 2004 [acceso el 13 de mayo de 2017] Disponible en: <http://www.agoradenfermeria.eu/CAST/num004/recerca01.html>
4. Psicología y mente [Sede web] Barcelona: [acceso el 9 de mayo de 2017] García Allen J. Daniel Goleman: biografía del autor de la Inteligencia Emocional. Disponible en: <http://www.psicologiymente.net/biografias/daniel-goleman>
5. Castilla Ramón JR. La Teoría de las Inteligencias Múltiples [Internet] Lima: Instituto Construir.org. [acceso el 15 de abril] Disponible en: [http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de%20las%20Inteligencias%20M%FAltiples%20\(cortad\).pdf](http://www.institutoconstruir.org/centrosuperacion/La%20Teor%EDa%20de%20las%20Inteligencias%20M%FAltiples%20(cortad).pdf)
6. Aradilla Herrero A. Inteligencia Emocional y variables relacionadas con la Enfermería [Tesis doctoral] Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona. 2013. [acceso 18 de marzo de 2017] Disponible en: [http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/119774/ARADILLA\\_TESIS.pdf;jsessionid=](http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/119774/ARADILLA_TESIS.pdf;jsessionid=)
7. Meiler M. Inteligencia Interpersonal e Inteligencia Intrapersonal [Monografía en internet] México: Mejora Emocional 2007 [acceso el 12 de mayo de 2017] Disponible en: <http://www.mejoraemocional.com/superacion-personal/inteligencia-interpersonal-e-inteligencia-intrapersonal/>
8. Rafael Bisquerra [Sede web] Barcelona: Bisquerra R. 2017 [acceso el 3 de mayo de 2017] Concepto de Inteligencia Emocional. Disponible en:

<http://www.rafaelbisquerra.com/es/competencias-emocionales/81-competencias-emocionales/100-concepto-competencia-emocional.html>

9. Toledo Castillo F, Salvador Martínez S. Manual de Inteligencia Emocional aplicada a la prevención de riesgos laborales. [Monografía en internet] Murcia: Conferencia Regional de Organizadores Empresariales de Murcia. 2014. [acceso el 4 de mayo de 2017] Disponible en: [http://www.croem.es/Web20/CROEMPrevencionRiesgos.nsf/702CD82C1E7AA01AC1257DDC00333D1C/\\$FILE/20-01-15%20Inteligencia%20emocional-revisada%20CROEM.pdf](http://www.croem.es/Web20/CROEMPrevencionRiesgos.nsf/702CD82C1E7AA01AC1257DDC00333D1C/$FILE/20-01-15%20Inteligencia%20emocional-revisada%20CROEM.pdf)
10. Acciones de desarrollo-coaching [Sede web] Acciones de desarrollo-coaching. 5 competencias de la Inteligencia emocional que debes conocer. 2011 [acceso 22 de abril de 2017] Disponible en: <http://accionesdesarrollo.com/5-competencias-de-la-inteligencia-emocional-que-debes-conocer/>
11. Trujillo Flores M, Rivas Tobar LA. Orígenes, evolución, y modelos de Inteligencia Emocional. Ciencias administrativas y sociales [Artículo de revista] 2005 [acceso el 10 de mayo de 2017] Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/inno/v15n25/v15n25a01.pdf>
12. Rose Mesa Jacobo J. Inteligencia Emocional, Rasgos de personalidad, e Inteligencia Psicométrica en Adolescentes. [Tesis doctoral] Murcia: Universidad de Murcia, Departamento de Psicología. 2015. [acceso el 14 de mayo de 2017] Disponible en: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/310420/TJRMJ.pdf?sequence=1>
13. Aradilla Herrero A. Inteligencia Emocional y variables relacionadas con la Enfermería. [Tesis doctoral] Barcelona: Universidad de Barcelona. 2013. [acceso 18 de marzo de 2017] Disponible en: [http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/119774/ARADILLA\\_TESIS.pdf;jsessionid=](http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/119774/ARADILLA_TESIS.pdf;jsessionid=)
14. López Fernández C. Relación de la Inteligencia Emocional con el desempeño de los estudiantes de enfermería. [Tesis doctoral] Cádiz: Universidad de Cádiz, Departamento de psicología. 2011. [acceso el 20 de marzo de 2017] Disponible en: <http://rodin.uca.es/xmlui/handle/10498/14128>

15. Leader Summaries [Sede web] Madrid: Leader Summaries; 2003-2017. [acceso el 15 de abril de 2017] Disponible en: <https://www.leadersummaries.com/ver-resumen/inteligencia-emocional>
16. Psicología y mente [Sede web] García Allen J. 10 beneficios de la Inteligencia Emocional. Barcelona: [acceso el 9 de mayo de 2017] Disponible en: <://psicologiyamente.net/biografias/daniel-goleman>
17. Sánchez Rueda G. Las emociones en la práctica enfermera. [Tesis doctoral] Barcelona: Departamento de Pedagogía y Sistemática Social. Universidad Autónoma de Barcelona. 2013. [acceso el 28 de abril de 2017]. Disponible en: <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/284050/gsr1de1.pdf?sequence=1>
18. Inkludita, Sociedad Cooperativa Andaluza de interés social [Sede web] Jaén: [acceso el 2 de mayo de 2017] La Inteligencia Emocional en la mejora de la calidad sanitaria. Disponible en: <https://inkludita.wordpress.com/2013/03/20/la-inteligencia-emocional-en-la-mejora-de-la-calidad-sanitaria/>
19. Moriana JA. Estudio epidemiológico de la salud mental del profesorado. [Tesis doctoral] Córdoba: Departamento de Educación. Universidad de Córdoba. 2002. [acceso 19 de mayo de 2017]. Disponible en: <http://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/266/13208305.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Pons Díez X. La Comunicación entre el profesional de la Salud y el Paciente: Aspectos Legales y Guía de aplicación. Enfermería Integral [Artículo de revista] 2006 [acceso 18 de mayo de 2017] 73. Disponible en: <http://www.masterdependencia.es/pdf/comuniprofesional-pacienteJavierPons.pdf>
21. Instituto Psicobiológico [sede web] García M. Beneficios de la Inteligencia Emocional en el ámbito sanitario. Madrid: [acceso el 1 de mayo de 2017] Disponible en: <https://institutopsicobiologico.com/beneficios-de-la-inteligencia-emocional-en-el-ambito-sanitario/>
22. López Fernández C. Inteligencia Emocional y relaciones interpersonales en los estudiantes de enfermería. Elsevier [Artículo de revista] Cádiz: Universidad de Cádiz, Departamento de psicología. 2015. [acceso el 20 de marzo de 2017]

Disponible en:  
[https://www.researchgate.net/publication/283932565\\_Inteligencia\\_emocional\\_y\\_relaciones\\_interpersonales\\_en\\_los\\_estudiantes\\_de\\_enfermeria](https://www.researchgate.net/publication/283932565_Inteligencia_emocional_y_relaciones_interpersonales_en_los_estudiantes_de_enfermeria)

23. Aroca Costa B. Relación entre Inteligencia Emocional y Burnout en una muestra de profesionales sanitarios de un servicio de oncología. [Trabajo fin de master] Madrid: Universidad Complutense de Madrid, Facultad de Medicina. 2015 [acceso el 2 de abril de 2017] Disponible en: <http://eprints.ucm.es/32468/1/TRABAJO%20FINAL%20BEATRIZ%20AROCA.pdf>
24. Berrios Martos P, Augusto Landa JM y Aguilar Luzón MC. Inteligencia emocional percibida y satisfacción laboral en contextos hospitalarios. Un estudio exploratorio en profesionales de enfermería. Index Enferm [Artículo de revista] Granada: Departamento de Psicología. Universidad de Jaén. 2006 [acceso el 13 de mayo de 2017] 15(54). Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962006000200006](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962006000200006)
25. Sanjuán Quiles A, Ferrer Hernández M<sup>a</sup> E. Perfil emocional de los estudiantes en prácticas clínicas. Acción tutorial en enfermería para apoyo, formación, desarrollo y control de las emociones. Invest. Educ. Enferm. [Artículo de revista] 2008 [acceso el 5 de junio de 2017] 26(2) Disponible en: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-53072008000200005&lang=pt](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-53072008000200005&lang=pt)
26. Conçenão Alves JA, Ribeiro C, Campos S. Inteligencia Emocional en enfermeros responsables de servicios hospitalarios. Rev. Enf Ref. [Artículo de revista] 2012 [acceso el 6 de junio de 2017] 3(7). Disponible en: [http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0874-02832012000200004&lang=pt](http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832012000200004&lang=pt)
27. Zhang P, Chang Z, et al. The mediating role of emotional intelligence between negative life events and psychological distress among nursing students: A cross-sectional study. Nurse Educ Today [Artículo de revista] 2013 [acceso el 6 de junio de 2017] 44 121-126 Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27429340>

28. Chun KH, Park E. Diversity of emotional intelligence among nursing and medical students. *Oson Public Health Res Perspect* [Artículo de revista] 2016 [acceso el 7 de junio de 2017] 7(4) 261-265 Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27635376>
29. Lee O, Gu M. Development and effects of emotional intelligence program for undergraduate nursing students: mixed methods research. *Journal of Korean Academy of Nursing* [Artículo de revista] 2014 [acceso el 6 de junio de 2017] 44(6) 682-696. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25608546>
30. López Alonso SR. Implicación emocional en la práctica de la enfermería. *Cultura de los cuidados*. [Internet] 2000. [acceso el 12 de marzo de 2017] n. 7-8:172-180. Disponible en: [https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5120/1/CC\\_07-08\\_20.pdf](https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/5120/1/CC_07-08_20.pdf)
31. Liébana Presa C. Salud emocional en estudiantes universitarios de enfermería y fisioterapia de Castilla y León. [Tesis doctoral] Universidad de Córdoba. 2011. [acceso el 19 de mayo de 2017] Disponible en: <http://helvia.uco.es/xmlui/bitstream/handle/10396/8088/2012000000463.pdf?sequence=>
32. Maritza Espinoza V, Olivia Sanhueza A. Miedo a la muerte y su relación con la inteligencia emocional de estudiantes de enfermería de Concepción. *Acta Paul. Enferme.* [Artículo de Revista] 2012 [acceso el 15 de mayo de 2017] 25(4) Disponible en: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-21002012000400020](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-21002012000400020)
33. Pulido Martos M, Augusto Landa JM, López Zafra E. Estudiantes de enfermería en prácticas clínicas: El rol de la inteligencia emocional en los estresores ocupacionales y bienestar psicológico. *Index. Enf.* [Artículo de revista] 2016 [acceso el 5 de junio de 2017] 25(3) Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962016000200020&lang=pt](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000200020&lang=pt)
34. Nespereira Campuzano T, Vázquez Campo M. Emotional intelligence and stress management in nursing professionals in a hospital emergency department.

Enferm Clinic [Artículo de revista] 2016 [acceso el 5 de junio de 2017] 27(3) 172-178. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/28499753>

35. Ledo Calles T. Estresores en los estudiantes de enfermería en las prácticas clínicas. [Trabajo de Fin de Grado] EUE Dr. Dacio Crespo de enfermería. Palencia. 2015

## ANEXOS

### Anexo I

#### **TMMS**

**Instrucciones:** A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y decida la frecuencia con la que Ud. cree que se produce cada una de ellas marcando con una X en la casilla correspondiente

1	2	3	4	5
Nunca	Raramente	Algunas Veces	Con bastante frecuencia	Muy frecuentemente

1	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas	1	2	3	4	5
2	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal	1	2	3	4	5
3	Presto mucha atención a cómo me siento	1	2	3	4	5

## Anexo II

### TMMS-24

#### INSTRUCCIONES:

A continuación encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y decida la frecuencia con la que usted cree que se produce cada una de ellas. Señale con una "X" la respuesta que más se aproxime a sus preferencias.

No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

1	2	3	4	5
NUNCA	RARAMENTE	ALGUNAS VECES	CON BASTANTE FRECUENCIA	MUY FRECUENTE MENTE

1.	Presto mucha atención a los sentimientos.	1	2	3	4	5
2.	Normalmente me preocupo mucho por lo que siento.	1	2	3	4	5
3.	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	1	2	3	4	5
4.	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	1	2	3	4	5
5.	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	1	2	3	4	5
6.	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	1	2	3	4	5
7.	A menudo pienso en mis sentimientos.	1	2	3	4	5
8.	Presto mucha atención a cómo me siento.	1	2	3	4	5
9.	Tengo claros mis sentimientos.	1	2	3	4	5
10.	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	1	2	3	4	5
11.	Casi siempre sé cómo me siento.	1	2	3	4	5
12.	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	1	2	3	4	5
13.	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	1	2	3	4	5
14.	Siempre puedo decir cómo me siento.	1	2	3	4	5
15.	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	1	2	3	4	5
16.	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	1	2	3	4	5
17.	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	1	2	3	4	5
18.	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	1	2	3	4	5
19.	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	1	2	3	4	5
20.	Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	1	2	3	4	5
21.	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	1	2	3	4	5
22.	Me preocupo por tener un buen estado de ánimo.	1	2	3	4	5
23.	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	1	2	3	4	5
24.	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	1	2	3	4	5

