

Solange Esteban. María Vela. Ana Vásquez (1).docx

 2 revision

 2 revision

 Universidad Peruana Union

Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn:oid:::29566:439101251

Fecha de entrega

13 mar 2025, 4:14 p.m. GMT-3

Fecha de descarga

13 jun 2025, 7:49 p.m. GMT-3

Nombre de archivo

Solange Esteban. María Vela. Ana Vásquez (1).docx

Tamaño de archivo

4.6 MB

15 Páginas

6994 Palabras

44.368 Caracteres

20% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

Filtrado desde el informe

- Bibliografía
- Texto citado
- Coincidencias menores (menos de 8 palabras)
- Base de datos de Crossref
- Base de datos de contenido publicado de Crossref

Exclusiones

- N.º de coincidencias excluidas

Fuentes principales

- 16%  Fuentes de Internet
- 2%  Publicaciones
- 17%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

Fuentes principales

- 16% Fuentes de Internet
- 2% Publicaciones
- 17% Trabajos entregados (trabajos del estudiante)

Fuentes principales

Las fuentes con el mayor número de coincidencias dentro de la entrega. Las fuentes superpuestas no se mostrarán.

1	Internet	repositorio.ucv.edu.pe	1%
2	Internet	www.researchgate.net	<1%
3	Internet	hdl.handle.net	<1%
4	Trabajos entregados	consultoriadeserviciosformativos on 2024-11-23	<1%
5	Internet	repositorio.undac.edu.pe	<1%
6	Internet	www.coursehero.com	<1%
7	Internet	ciencialatina.org	<1%
8	Internet	repositorio.unc.edu.pe	<1%
9	Publicación	Editorial Mar Caribe, Erika Juana Zevallos Vera, César Vilchez Inga, Genaro Edwin ...	<1%
10	Internet	repositorio.ucam.edu	<1%
11	Trabajos entregados	Universidad Nacional del Centro del Peru on 2024-04-04	<1%

12	Internet	dspace.ups.edu.ec	<1%
13	Trabajos entregados	Universidad Europea de Madrid on 2025-02-25	<1%
14	Trabajos entregados	Universidad Manuela Beltrán Virtual on 2024-11-18	<1%
15	Internet	tesis.unap.edu.pe	<1%
16	Internet	www.behavioralpsycho.com	<1%
17	Publicación	Ortiz Márquez, Johana. "Efecto del uso, manejo y acceso de las tecnologías de la i..."	<1%
18	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Catolica del Peru on 2024-12-13	<1%
19	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2024-11-25	<1%
20	Trabajos entregados	Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC on 2024-10-29	<1%
21	Internet	repositorio.chapingo.edu.mx	<1%
22	Internet	repositorioacademico.upc.edu.pe	<1%
23	Internet	www.scielo.org.pe	<1%
24	Trabajos entregados	Universidad Anahuac México Sur on 2024-11-12	<1%
25	Internet	dspace.unitru.edu.pe	<1%

26	Internet	repositorio.unsch.edu.pe	<1%
27	Internet	search.bvsalud.org	<1%
28	Trabajos entregados	Universidad Católica San Pablo on 2024-09-27	<1%
29	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2023-03-06	<1%
30	Trabajos entregados	Universidad Cesar Vallejo on 2023-07-20	<1%
31	Trabajos entregados	Universidad De Cuenca on 2023-09-30	<1%
32	Internet	mastergestioncultural.uic.es	<1%
33	Internet	riull.ull.es	<1%
34	Trabajos entregados	uncedu on 2025-01-30	<1%
35	Trabajos entregados	UPAEP: Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla on 2024-12-09	<1%
36	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2024-11-29	<1%
37	Trabajos entregados	Universidad Internacional de la Rioja on 2014-07-24	<1%
38	Internet	audio.com	<1%
39	Trabajos entregados	Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO on 2024-09-17	<1%

40	Trabajos entregados	Universidad Manuela Beltrán Virtual on 2024-10-19	<1%
41	Internet	artquid.de	<1%
42	Internet	doczz.es	<1%
43	Internet	revista.nutricion.org	<1%
44	Internet	www.mindomo.com	<1%
45	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE on 2024-07-20	<1%
46	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Ciudad Juárez on 2024-11-17	<1%
47	Trabajos entregados	Universidad Católica San Pablo on 2024-12-04	<1%
48	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2022-06-24	<1%
49	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2024-11-25	<1%
50	Trabajos entregados	Universidad Continental on 2024-11-29	<1%
51	Trabajos entregados	Universidad De Cuenca on 2023-11-20	<1%
52	Trabajos entregados	Universidad Francisco de Vitoria on 2024-05-07	<1%
53	Trabajos entregados	Universidad Nacional de Itapúa on 2024-04-30	<1%

54	Trabajos entregados	consultoriadeserviciosformativos on 2023-10-20	<1%
55	Internet	docs.google.com	<1%
56	Internet	editorialeidec.com	<1%
57	Internet	hundred.org	<1%
58	Internet	paxtongssom.post-blogs.com	<1%
59	Internet	repositorio.epnewman.edu.pe	<1%
60	Internet	repositorio.unfv.edu.pe	<1%
61	Internet	repositorio.unp.edu.pe	<1%
62	Internet	repositorio.upn.edu.pe	<1%
63	Internet	repositorioinstitucional.ceu.es	<1%
64	Trabajos entregados	ucol on 2023-10-10	<1%
65	Trabajos entregados	upn271 on 2025-03-11	<1%
66	Internet	www.scielo.org.bo	<1%
67	Internet	96abf9fb-a2b4-4f23-8e8b-68d6bbf54168.usrfiles.com	<1%

68	Trabajos entregados	Pontificia Universidad Catolica del Ecuador - PUCE on 2022-09-30	<1%
69	Trabajos entregados	Universidad Autónoma de Bucaramanga, UNAB on 2021-10-28	<1%
70	Trabajos entregados	Universidad Católica San Pablo on 2022-08-12	<1%
71	Trabajos entregados	Universidad Católica de Santa María on 2024-06-04	<1%
72	Trabajos entregados	Universidad Tecnologica del Peru on 2023-12-15	<1%
73	Trabajos entregados	Unviersidad de Granada on 2021-06-01	<1%
74	Internet	doaj.org	<1%
75	Internet	dspace.unach.edu.ec	<1%
76	Internet	gredos.usal.es	<1%
77	Internet	repositorio.pucesa.edu.ec	<1%
78	Internet	repositorio.uss.edu.pe	<1%
79	Internet	repositorio.uta.edu.ec	<1%
80	Internet	repository.unad.edu.co	<1%
81	Internet	www.593dp.com	<1%

Inteligencia emocional, estrés académico y ansiedad en estudiantes universitarios de Lima

Influence of emotional intelligence, academic stress, and anxiety in university students, Lima

Esteban Añazco Solange Abigail ¹, Vásquez Alcántara Ana Claudia ², Vela Tello María Isabela ³

Bachiller en Enfermería, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú, solangeesteban@upeu.edu.pe, 0009-0001-4771-1833¹

Bachiller en Enfermería, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú, isabelvela@upeu.edu.pe, 0009-0005-9008-4969²

Bachiller en Enfermería, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú, anavasqueza@upeu.edu.pe, 0009-0004-1271-8877³

1

EP. Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, UPeU - Lima¹

EP. Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, UPeU - Lima²

EP. Enfermería, Facultad de Ciencias de la Salud, UPeU - Lima³

RESUMEN (250 palabras)

Introducción: El estrés académico y la ansiedad son problemáticas comunes entre los estudiantes universitarios, afectando su rendimiento y bienestar emocional.

Objetivo: determinar la influencia de la ansiedad y las dimensiones de estrés académico en la inteligencia emocional de estudiantes universitarios de una institución peruana.

Métodos: Se realizó un estudio no experimental, de corte transversal y nivel explicativo. La muestra incluyó a 1140 estudiantes de las carreras de Enfermería, Nutrición y Medicina. Se utilizaron instrumentos validados para medir la inteligencia emocional (TMMS-24), el estrés académico (Inventario SISCO SV-21) y la ansiedad (GAD-2). Los datos se analizaron mediante pruebas de normalidad (Kolmogorov-Smirnov), correlación (Rho de Spearman) y regresión lineal.

Resultados: Los estudiantes presentaron niveles adecuados de IE, con una media de 78.70, un nivel moderado en el estrés académico, con medias de 20.96 (estresores), 16.12 (síntomas) y 17.98 (estrategias). Sin embargo, se observó indicios significativos de ansiedad, con una media de 4.82. Se evidenció una relación muy débil, positiva y significativa entre la dimensión estresores e IE. También, una correlación positiva baja entre la dimensión estrategias y la variable IE. Con relación a ansiedad no encontró relación significativa.

Discusión: Los estresores y las estrategias de afrontamiento tienen un impacto positivo en el desarrollo de la IE. Sin embargo, es importante tener en cuenta otros factores que podrían influir en la inteligencia emocional.

Conclusión: Aunque no se encontró una relación significativa entre ansiedad e inteligencia emocional. Se evidenció que las dimensiones de estresores y las estrategias de afrontamiento tienen un impacto positivo en la IE.

Palabras clave: Inteligencia emocional; estrés; ansiedad; estudiantes

ABSTRACT

Introduction: Academic stress and anxiety are common problems among university students, affecting their performance and emotional well-being.

Objective: to determine the relationship between emotional intelligence, anxiety and the dimensions of academic stress in university students from a Peruvian institution.

Methods: A non-experimental, cross-sectional, explanatory study was conducted. The sample included 1,140 students from the Nursing, Nutrition and Medicine majors. Validated instruments were used to measure emotional intelligence (TMMS-24), academic stress (SISCO Inventory SV-21) and anxiety (GAD-2). The data were analyzed using normality tests (Kolmogorov-Smirnov), correlation (Spearman's Rho) and linear regression.

Results: Regarding emotional intelligence, students presented adequate levels, with an average of 78.70. In academic stress, a moderate level was observed, with averages of 20.96 (stressors), 16.12 (symptoms) and 17.98 (strategies). On the other hand, students showed significant signs of anxiety, with an average of 4.82.

Discussion: Students presented adequate levels of emotional intelligence, which coincides with previous studies in other contexts. Moderate academic stress can be adaptive, but it is important to manage it to avoid negative effects on mental health. Although no significant relationship was found between anxiety and emotional intelligence, students showed signs of anxiety. Stressors and coping strategies have a positive impact on emotional intelligence, although the percentage of explained variability is relatively low, indicating that other unmeasured factors could influence.

Conclusion: Stressors and coping strategies have a positive impact on the development of emotional intelligence.

Keys Words: Emotional intelligence; stress; anxiety; students

INTRODUCCIÓN

El estrés, definido como la tensión mental resultante de situaciones percibidas como abrumadoras (OMS, 2023), y la ansiedad, una respuesta emocional ante amenazas potenciales (Domínguez et al., 2024), pueden desencadenar efectos adversos como irritabilidad, insomnio, hipertensión y depresión (Ruiz et al., 2023; Sairitupac et al., 2020). En el contexto universitario, factores como la sobrecarga académica, la presión por el rendimiento y la falta de habilidades emocionales exacerban estos problemas, afectando negativamente la capacidad de los estudiantes para procesar información, resolver problemas y mantener un desempeño académico óptimo (Freitas et al., 2023; Salvo et al., 2021).

La inteligencia emocional (IE), entendida como la capacidad para reconocer, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas, ha surgido como un factor protector clave frente al estrés y la ansiedad (Jamba et al., 2021). Estudios recientes indican que los estudiantes con mayores niveles de IE presentan menores niveles de ansiedad y estrés académico, ya que cuentan con herramientas para regular sus emociones y afrontar situaciones desafiantes de manera adaptativa (Moral & Perez, 2022). Además, la IE se asocia con un mejor rendimiento académico, al permitir a los estudiantes gestionar emociones negativas y mantener un equilibrio emocional que favorece su desempeño en sus estudios (Carrillo et al., 2020).

En la literatura científica actual, se ha observado solo un estudio que aborda de manera conjunta la IE, el estrés académico y la ansiedad en estudiantes universitarios de Perú donde se evidenció que 46.7% presentó niveles medios de IE, correlación negativa significativa ($p < 0.05$) entre IE y ansiedad (45.2% media, 28.6% alta), depresión (44.9% media, 26.5% alta) y estrés académico (46.4% media); hallazgos que confirman el papel protector de la IE y resaltan su importancia en el bienestar estudiantil (Montenegro, 2020).

Otros estudios han abordado dos de las variables mencionadas. Un estudio en Irán analizó la influencia de la inteligencia emocional (IE) en el estrés académico en estudiantes de medicina, encontrando que el 27.1% del estrés académico estaba relacionado con componentes de la IE; así sugieren que la formación en IE es efectiva para reducir el estrés académico y debería integrarse en la educación universitaria (Charaghchian et al., 2023).

En línea con esto, otro estudio realizado en Paraguay, encontró relación significativa entre la IE y los niveles de ansiedad en estudiantes de Medicina, donde el 67.7% de los participantes presentó síntomas de

1 ansiedad; se observó una correlación inversa entre la claridad emocional ($r = -0.29$) y la reparación emocional ($r = -0.3$) con la ansiedad, indicando que, a mayor capacidad para comprender y regular las emociones, menor es la ansiedad (Ayala et al. 2021).

48 Así mismo, el estrés académico y la ansiedad han sido estudiados en México y Perú. En México 68.4% de estudiantes de psicología presentó niveles moderados de estrés académico, mientras que 75.7% mostró niveles altos de ansiedad, implicando correlación positiva media entre ambas variables ($r_s = 0.368$, $p < 0.01$) (Sánchez et al, 2022). Mientras que, en Lima Perú 36.6% de estudiantes de enfermería presentó estrés moderado con ansiedad moderada, sin embargo, no se encontró relación estadísticamente significativa entre ambas variables ($Rho = -0.090$, $p = 0.393$) (Hinostroza & Molina, 2023).

38 La IE es clave en la adaptación académica, el rendimiento y la salud mental de los estudiantes universitarios, incidiendo en su capacidad para gestionar el estrés y afrontar desafíos académicos (Pezo Arteaga & Paredes Limo, 2022). Además, la IE influye en el desempeño académico a través de la autorregulación, destacando la necesidad de fortalecer estas competencias (Núñez et al., 2023). Sin embargo, la escasez de evidencia de estudios de investigación sobre esta temática dificulta el desarrollo de estrategias efectivas para optimizar la formación universitaria y el bienestar estudiantil (Suyo-Vega et al., 2023).

60 En una universidad se observó que los estudiantes presentan signos de estrés académico y ansiedad, manifestados en irritabilidad, dificultades de concentración y preocupación. En este contexto se consideró relevante analizar de manera conjunta la IE, estrés académico y ansiedad; variables poco exploradas. Estos resultados contribuyen a demostrar que el ámbito educativo también se pueden aplicar las teorías de Dorothea Orem que resalta la importancia del autocuidado y la regulación emocional para mantener el equilibrio psicológico (Monteza, 2024) y Callista Roy quien aborda el estrés como un proceso de adaptación a las demandas ambientales (Sánchez, 2023). Estas teorías permiten comprender cómo la IE actúa como mecanismo protector.

3 En consecuencia, se realizó el estudio con el objetivo de determinar la influencia entre la inteligencia emocional, la ansiedad y las dimensiones de estrés académico en estudiantes universitarios de una institución peruana.

¹Autor de correspondencia: Solange Abigail Esteban Añazco
Km. 19 Carretera Central, Ñaña, Lima
E-mail: solangeesteban@gmail.com

METODOLOGIA

El diseño fue no experimental, dado que no se interviene en las variables, sino que se observan y miden tal como ocurren naturalmente (Calderón & Alzamora, 2019). Asimismo, fue de corte transversal, ya que los datos se recopilaron en un momento específico, sin realizar seguimientos a lo largo del tiempo (Manterola et al., 2019). También de tipo explicativo.

Población y muestra

La población de estudio estuvo compuesta por un total de 1140 estudiantes de las carreras de Enfermería, Nutrición y Medicina, quienes cursaron sus estudios en una universidad privada de Lima durante el semestre académico 2024-II.

La muestra fue seleccionada por muestreo no probabilístico por conveniencia debido a su practicidad y viabilidad en el contexto académico. Este método permitió acceder de manera rápida y eficiente a los participantes, considerando que los estudiantes tenían disponibilidad limitada y horarios restringidos.

Se incluyeron a los estudiantes con edades entre 18 y 35 años y excluyó a los que tuvieron un diagnóstico confirmado de ansiedad o estrés y estuvieron bajo tratamiento médico, o no completaron la encuesta de manera íntegra.

Instrumentos

Para evaluar la Inteligencia Emocional (IE), se utilizó el instrumento Trait Meta-Mood Scale-24 (TMMS-24), validado por González et al. (2013) en Argentina con 24 ítems en escala Likert de 5 opciones de respuesta. Está conformado por 3 dimensiones (atención, claridad y reparación emocional). La validez del instrumento se realizó mediante validez de contenido, con el juicio de 05 expertos que obtuvieron resultados según el V de Aiken de 0,60, considerado como valor de validez aceptable. Según la validez de constructo, se identificaron cargas factoriales superiores a 0,30, las cuales explican una varianza de 54,5%. Para la confiabilidad del instrumento, se identificó un coeficiente alfa de Cronbach de 0,82, 0,84 y 0,85 para las dimensiones respectivas. El análisis factorial confirmatorio obtuvo los siguientes resultados: $\chi^2/\text{gl} = 2,76$; AGFI = 0,98; RMSEA = 0,04; RMSR = 0,055, siendo considerado válido según los índices de ajuste.

Para la variable estrés académico, se utilizó el instrumento Inventario SISCO SV-21, validado por Olivas, Morales y Solano (2021) en Perú. Es una escala Likert que contiene 21 ítems con 6 opciones de respuesta. El instrumento está conformado por 3 dimensiones (estresores, síntomas, estrategias). Según la validez de constructo, se identificaron cargas factoriales que oscilan entre 0,50 y 0,835. Para la confiabilidad del instrumento, se identificaron coeficientes Omega de 0,90, 0,89 y 0,89 para las dimensiones respectivas. El análisis factorial confirmatorio obtuvo $\chi^2/\text{gl} = 4,85$; RMSEA = 0,083; CFI = 0,929; TLI = 0,920; SRMR = 0,061, siendo considerado válido según los índices de ajuste.

Para la variable ansiedad, se utilizó el instrumento General Anxiety Disorder 2 (GAD-2), validado por Baños-Chaparro (2022) en Perú. Contiene una escala Likert con 2 ítems y 4 opciones de respuesta. El instrumento evalúa un síntoma cognitivo y otro emocional. Según la validez de constructo, presenta una aceptable consistencia interna mediante el coeficiente $r_{AF} = 0,82$ y el coeficiente $\omega = 0,81$. El análisis factorial confirmatorio obtuvo los siguientes resultados: CFI = 0,99; WRMR = 0,51; RMSEA = 0,05; SRMR = 0,02, siendo considerado válido según los índices de ajuste. Según las orientaciones del instrumento, el GAD-2 no tiene limitaciones en su uso, por lo que puede ser utilizado por profesionales no especializados en salud mental, siempre que tengan capacitación o conocimientos mínimos.

Procedimientos:

Se coordinó con las autoridades académicas y docentes para aplicar los instrumentos al finalizar las clases o en momentos designados por los profesores. Asimismo, para la aplicación los estudiantes recibieron una explicación sobre los objetivos del estudio y firmaron el consentimiento informado. Las encuestas se aplicaron de manera presencial, con una duración aproximada de 10 minutos, durante los meses de julio y noviembre. Finalmente, los datos se codificaron y transfirieron a una hoja de cálculo en Microsoft Excel.

Análisis de datos

Mediante el sistema estadístico R Studio versión 3.2.2 se obtuvo un producto a través de tabla de doble entrada, gráficos y la distribución de porcentajes para su interpretación correspondiente, además para la prueba de normalidad se utilizó Kolmogorov Smirnov y para los datos descriptivos (media, mediana, moda, error típico, varianza, desviación estándar, asimetría y curtosis), se usó el Rho de Spearman para los

análisis de correlación, para el modelo explicativo fue utilizado el análisis de regresión lineal y se subsanó las informaciones para confirmación del modelo con un análisis de multicolinealidad (VIF).

Aspectos éticos

Esa investigación fue aprobada del Comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, con número de constancia: 2024-CEB-FCS-UPEU-099. Luego el estudio se rigió por los principios éticos establecidos en la Declaración de Helsinki, el Código de Nuremberg y el Informe de Belmont. Se garantizó la autonomía de los participantes mediante el consentimiento informado, la confidencialidad de los datos y la no maleficencia, evitando cualquier daño físico o psicológico. Además, se aseguró la justicia, garantizando un trato equitativo a todos los participantes.

RESULTADOS

42

Según la tabla 1 se observa que la mayoría de la muestra es del sexo femenino con 67,3% y tan solo 32,6% del sexo masculino. Del mismo numero 96,9% es soltero y 53,35 pertenece a costa de Perú. El 43,8% pertenece a carrera de enfermería y 37,68% de medicina, cerca de 15% pertenece al 5 ciclo y 12,2% entre el ciclo 6 y 7. De esos estudiantes 39,8% refieren que sus familias ganan más que 2 mil al mes sugiriendo pertenecer la clase socioeconómica media y alta en comparación a 17% que refiere que su familia recibe menos a 1000 soles perteneciendo a clase socioeconómica baja. También se observa que 79,3% no trabajan y solo 20,6% trabajan. Con relación al consumo de productos, 29,4% refiere el consumo de cafeína y 38,8% consumen gaseosas, también se observa que 67,3% descansan menos de 6 horas por noche y 30,% descansan de 7 hasta 8 horas. Además, 37,8% refieren realizar actividad física una vez por semana y 19,4% refiere ser sedentario.

Tabla 1. Datos sociodemográficos de los participantes del estudio

Variable	f	%
Edad (M = 21.14; DE = 3.55)		
Sexo		
Femenino	336	67.33
Masculino	163	32.67
Estado Civil		
Soltero	484	96.99
Casado	14	2.81
Divorciado	1	0.20
Procedencia		
Costa	266	53.31
Sierra	126	25.25
Selva	100	20.04
Extranjero	7	1.40
Escuela Profesional		
Enfermería	219	43.89
Nutrición	92	18.43
Medicina	188	37.68
Ciclo		
1	58	11.62
2	22	4.41
3	51	10.22
4	38	7.62
5	78	15.63
6	43	8.62
7	61	12.22
8	61	12.22
9	28	5.61
10	59	11.82
Ingreso familiar		
< 1000	85	17.03
1000 – 1500	99	19.84
1500 – 2000	116	23.25
> 2000	199	39.88
Trabaja		
Si	109	20.64
No	396	79.36
Utiliza alguno de estos productos		
Caféina	147	29.46
Redbull	19	3.81
Hojas de coca	8	1.60
Gaseosas	191	38.28
Ninguno	134	26.85
Usted descansa por la noche		
Menos de 6 horas	336	67.33
7-8 horas	150	30.06
Mas de 8 horas	13	2.61
Usted realiza actividad física		
1 vez por semana	188	37.68
2-3 veces por semana	158	31.66
4-5 veces por semana	56	11.22
Soy sedentario	97	19.44

Nota: M=media; DE= desviación estándar; f= frecuencia; %= porcentaje.

Según la tabla 2 se observa que la variable inteligencia emocional presenta una media alrededor de 78,7 sugiriendo que la muestra tiene una inteligencia emocional adecuada, con una desviación moderada, con

relación a asimetría y curtosis presenta distribución cuasi normal y simétrica. Con resultados alrededor de la media sin la presencia de extremos, ese padrón también se observa en sus respectivas dimensiones.

53

Con relación a variable estrés por la media de sus respectivas dimensiones se sugiere que la muestra presenta un nivel moderado de estrés académico, también se observa valores bajos de desviación estándar y una distribución cuasi simétrica.

Con relación a ansiedad se observa media de 4,8 sugiriendo que los estudiantes presentan indicios significativos de ansiedad, además presenta una desviación estándar cerca al límite permitido. También presenta una distribución cuasi simétrica.

Tabla 2. Análisis de normalidad de las variables de estudio

Variable	Min	Max	M	DE	g1	g2
Inteligencia Emocional	34	120	78.70	15.59	-0.03	-0.14
AIE	8	40	24.96	6.32	0.00	-0.37
CIE	8	40	25.82	6.64	0.07	-0.41
RIE	10	40	27.92	6.22	-0.19	-0.38
Estresores	1	35	20.96	6.64	-0.11	-0.26
Síntomas	0	35	16.12	7.59	0.20	-0.40
Estrategias	0	30	17.98	5.80	-0.20	-0.11
Ansiedad	2	8	4.82	1.69	0.36	-0.73

Nota: AIE= atención a las emociones; CIE=claridad emocional; RIE=reparación emocional; Min= mínimo; Max = máximo; M=media; DE= desviación estándar; g1= asimetría; g2= curtosis.

1

31

Con relación a tabla 3, se observa una relación muy débil, positiva y significativa entre la dimensión estresores e inteligencia emocional, sugiriendo que a mayor nivel de los estresores mayor la inteligencia emocional. También se observa una correlación positiva baja entre la dimensión estrategias y la variable inteligencia emocional, sugiriendo que cuanto mayor el utilizzo de estrategias durante el estrés, mayor también será la inteligencia emocional. Con relación a ansiedad no encontró relación significativa.

Tabla 3. Análisis de correlación de las variables de estudio

	Inteligencia Emocional	
	rho	p
Estresores	0.09*	0.039
Síntomas	-0.08	0.092
Estrategias	0.42***	0.000
Ansiedad	-0.06	0.200

Nota: *p=valor significancia <0,05; *** p=valor significancia <0,01.

1

22

Según la tabla 4 se observa que la dimensión de la variable independiente explica la variable dependiente (inteligencia emocional) en 8%, sugiriendo que a cada incremento de 0,03 de los estresores también debe incrementar la inteligencia emocional en la misma cantidad, el modelo es significativo <0,05, además se observa que el modelo no presenta multicolinealidad. Tales resultados sugieren que los sujetos que experimentan situaciones de estrés en un nivel moderado pueden promover el desarrollo de la inteligencia emocional, ese resultado puede sugerir ser una consecuencia de un mecanismo de adaptación.

Tabla 4. Regresión de los estresores como predictor de la inteligencia emocional

Predictor	β	ES	t	p	Intercepto	R2	VIF
ESTRES	0.039	0.019	2.062	0.039	17.87	0.08	1,1

Nota: ESTRES=estresores; VIF – Varianza inflacionada; R2 – R cuadrado; B – Beta; P valor – significancia a nivel <0,05; T – valor absoluto de t; ES – error estándar.

Según la tabla 5 se observa que la dimensión de la variable independiente explica la variable dependiente inteligencia emocional en 17,6%, sugiriendo que a cada incremento de 0,15 de las estrategias utilizadas también debe incrementar la inteligencia emocional, el modelo es significativo <0,05, además se observa que el modelo no presenta multicolinealidad. Esos resultados sugieren que los sujetos que experimentan situaciones de estrés en un nivel moderado y utilizan estrategias de afrontamiento pueden desarrollar inteligencia emocional.

Tabla 5. Regresión de estrategias de afrontamiento como predictor de inteligencia emocional

Predictor	β	ES	t	p	Intercepto	R2
ESTRAT	0.155	0.015	10.294	0.000	5.71	0.176

Nota: ESTRAT=estrategia; VIF – Varianza inflacionada; R2 – R cuadrado; B – Beta; P valor – significancia a nivel <0,05; T – valor absoluto de t; ES – error estándar.

DISCUSIÓN

En relación con la inteligencia emocional, los resultados indican que los estudiantes presentan un nivel adecuado tanto a nivel general como en sus dimensiones específicas. Este hallazgo coincide con la investigación realizada por Coronado et al. (2023) en México, donde se encontró que los estudiantes universitarios muestran niveles adecuados de inteligencia emocional según sus dimensiones. Asimismo, un estudio realizado en Ecuador por Hidalgo et al. (2022) respalda los resultados respecto a las dimensiones de IE señalando que 67,7%, 61,2% y 61,8 de los estudiantes presentó niveles adecuados de atención emocional, comprensión de sus emociones y regulación de sus emociones respectivamente.

Un estudio realizado en Perú por Vallejos (2022), indicó que 66.1% de los estudiantes presentan inteligencia emocional de nivel promedio y alto. Estas similitudes que dan a conocer los estudios en el desarrollo de la IE entre estudiantes universitarios podrían tener implicaciones significativas en la forma en que enfrentan los desafíos académicos. Por ejemplo, una mayor capacidad de atención emocional facilitaría la identificación temprana de señales de estrés, mientras que una regulación emocional efectiva promovería estrategias de afrontamiento más adaptativas. Es importante destacar que una IE adecuada no solo se asocia con niveles moderados de estrés académico en estudiantes de ciencias de la salud, sino que también se extiende a diversas facultades y áreas de la vida universitaria. En este sentido, la IE se configura como un factor protector clave, no solo para el bienestar y el éxito académico de los estudiantes, sino también para su desarrollo como futuros profesionales, al equiparlos con herramientas emocionales esenciales para enfrentar entornos complejos y demandantes.

Según la base teórica, la inteligencia emocional se define como la capacidad para percibir, comprender y regular las emociones propias y ajenas, lo que contribuye a un mejor manejo del estrés y a una mayor adaptación al entorno (Moya et al, 2023). En el contexto universitario, una inteligencia emocional adecuada se asocia con un mejor rendimiento académico, mayor satisfacción personal y una mayor capacidad para enfrentar desafíos emocionales y sociales (Luna et al, 2025). En diferentes culturas los estudiantes universitarios parecen tener una característica común, es la capacidad para gestionar emociones, comprenderlas y regularlas, lo que les permite adaptarse mejor a los desafíos del entorno universitario. Además, estos hallazgos podrían indicar que, independientemente de las particularidades de cada sociedad, la inteligencia emocional juega un papel fundamental en la gestión del estrés y la ansiedad., lo cual refuerza la importancia de fomentar el desarrollo de estas habilidades.

Por otro lado, el estudio demuestra que los estudiantes presentan nivel moderado de estrés académico. Estos resultados coinciden con una investigación realizada en Ecuador por Zambrano and Tomalá (2022),

1 encontró que los estudiantes universitarios de la carrera de Educación Inicial experimentan nivel intermedio de estrés, siendo el 57.1% (tercer semestre) y 43,8% (séptimo semestre). Además, una investigación realizada por Alduraywish et al. (2023) en Arabia Saudita, hallaron que los estudiantes de medicina mostraron que 72% tienen moderados niveles de estrés. De la misma manera, en Cuba Hernández et al. (2023), encontraron que existe un predominio de 70% de estudiantes con estrés moderado. Así mismo, en Perú los estudios de Mendizabal y Magallanes (2022) y de Cassaretto et al. (2021) señalan que 96% y 38,3% de los estudiantes universitarios tienen nivel medio de estrés académico. Los hallazgos internacionales convergen en la prevalencia del estrés académico moderado entre estudiantes universitarios, sugiriendo una experiencia transcultural común. Aunque las cifras fluctúan, la tendencia hacia niveles intermedios de estrés resalta la necesidad de intervenciones institucionales proactivas.

14 El estrés académico se define como una respuesta fisiológica y emocional que surge cuando las demandas académicas superan los recursos de afrontamiento del estudiante (Fretel et al. 2022). En el contexto universitario, un nivel moderado de estrés puede ser adaptativo, ya que motiva a los estudiantes a esforzarse y alcanzar sus metas académicas, sin embargo, cuando el estrés es excesivo, puede tener efectos negativos en la salud mental y el rendimiento académico (Pinto et al. 2022). Estos resultados sugieren que, aunque los estudiantes de la muestra analizada experimentan un nivel moderado de estrés, es fundamental implementar estrategias de monitoreo y gestión para prevenir que este estrés se convierta en un factor perjudicial. Esta recomendación es especialmente relevante en el ámbito universitario, donde las demandas académicas suelen ser intensas y constantes. La implementación de programas de apoyo psicológico y talleres de manejo del estrés, que promuevan un equilibrio entre las exigencias académicas y el bienestar emocional podría ser clave para prevenir los efectos negativos del estrés excesivo.

El estudio indica que los estudiantes presentan indicios significativos de ansiedad, lo cual coincide con estudios recientes realizados en diferentes contextos. A nivel internacional, una investigación realizada por Bombom and Gaibor, (2024) en Ecuador, encontró que 39.3% de los estudiantes universitarios presentó ansiedad leve. Asimismo, un estudio en Paraguay por Ayala et al. (2021), señala que la frecuencia de ansiedad de leve a extrema encontrada en la muestra de su estudio, es de 67,7%, indicando una situación alarmante en la salud mental de los universitarios. Similarmente, en Perú, Sandoval et al. (2021), encontraron que 28,5% de los estudiantes de la facultad de medicina presentan ansiedad moderada. La variabilidad en los resultados de cada estudio mencionado, podría reflejar diferencias metodológicas o en los instrumentos de medición utilizados; sin embargo, se evidencia que la ansiedad es un problema multifactorial que requiere enfoques adaptados a cada contexto. La presencia de ansiedad, incluso en niveles leves o moderados por un tiempo prolongado, puede tener repercusiones negativas en el rendimiento académico, la calidad de vida y el bienestar emocional de los estudiantes.

20 Según la base teórica, la ansiedad se define como una respuesta emocional caracterizada por sentimientos de tensión, preocupación y cambios fisiológicos, que surge cuando una persona percibe una amenaza o un desafío que supera sus recursos de afrontamiento (Méndez et al., 2024). Asimismo, la ansiedad excesiva sobrecarga el sistema nervioso, eleva el cortisol de manera prolongada y afecta negativamente áreas cerebrales como el hipocampo y la corteza prefrontal, dificultando el manejo emocional (Villarreal et al. 2024). En el contexto universitario, la ansiedad puede ser desencadenada por factores como la presión académica, la competencia entre pares y la incertidumbre sobre el futuro laboral (Duano et al., 2024). Al existir indicios significativos de ansiedad, se debe resaltar la importancia de aprender a manejarla, no solo como una herramienta para superar los desafíos académicos, sino también como una habilidad esencial para el desarrollo profesional futuro, donde la presión y la incertidumbre son frecuentes. En este sentido, las instituciones educativas tienen un papel crucial en la implementación de programas de prevención e intervención que promuevan la salud mental y el desarrollo de habilidades de afrontamiento adaptativas, para prevenir consecuencias negativas tanto a nivel individual como institucional.

En cuanto al análisis de correlación, en el estudio no se encontró relación significativa entre ansiedad e inteligencia emocional. En cambio, un estudio realizado por Ayala et al. (2021) en Paraguay, halló significancia con relación a la inteligencia emocional (claridad y reparación de emociones) con los promedios de ansiedad. Asimismo, no se encontraron más antecedentes que hayan analizado la relación ansiedad-IE en estos últimos años.

Según la literatura, la IE incluye la capacidad de regular las emociones, lo cual facilita a reducir los niveles de ansiedad (Acebes et al., 2021). Las personas con alta IE son más hábiles para identificar y modificar estados emocionales negativos, lo que les permite manejar adecuadamente la ansiedad (Guerrero et al., 2021). Por tanto, una mayor capacidad para percibir y comprender las emociones propias y ajenas facilita la identificación temprana de factores desencadenantes de ansiedad, permitiendo estrategias de afrontamiento más efectivas. Aunque no se encontraron antecedentes que coincidan con los resultados. Este hallazgo podría explicarse por la influencia de variables no consideradas, como el apoyo social, la personalidad o experiencias previas, que podrían tener mayor peso que la inteligencia emocional en la manifestación de la ansiedad.

Otro hallazgo del estudio al analizar las dimensiones del estrés académico, es la relación positiva y significativa entre los estresores y la inteligencia emocional, lo que sugiere que, a mayor presencia de estresores, mayor es la inteligencia emocional de los estudiantes y que los estresores explican la inteligencia emocional en 8%, sugiriendo que por cada incremento de 0,03 de los estresores también debe incrementar la inteligencia emocional. No se encontraron antecedentes que hayan analizado la relación entre las dimensiones de estrés e IE, lo que resalta la singularidad de estos hallazgos en el contexto estudiado.

El estrés académico es una respuesta adaptativa ante los desafíos educativos; sin embargo, su persistencia puede afectar la salud mental y física de los estudiantes, particularmente en áreas de alta exigencia como las ciencias de la salud (Umbarila and Ibañez, 2024). En este sentido, cuando los estudiantes universitarios se enfrentan a estresores, como exámenes o trabajos finales, su cuerpo libera hormonas; las mismas que en niveles moderados, preparan al organismo para responder a desafíos, aumentando la alerta y la concentración (Barria et al. 2024).

La exposición a estresores académicos, clínicos y sociales en estudiantes de ciencias de la salud puede impulsar el desarrollo de la inteligencia emocional, ya que situaciones como la sobrecarga académica o un clima social adverso motivan el fortalecimiento de habilidades como la regulación emocional y la percepción intrapersonal (Sánchez et al., 2024). Aunque estos estresores afectan el bienestar, también representan oportunidades para el crecimiento emocional, vinculando el afrontamiento efectivo con el desarrollo de competencias emocionales clave (Poaquiza and Gavilanes, 2022). En entornos demandantes, los estresores pueden actuar como catalizadores para adquirir habilidades cruciales en el ámbito profesional (Bernedo et al., 2023). En otras palabras, el estrés moderado puede entenderse como un mecanismo de entrenamiento emocional, que al exponer a los individuos a situaciones desafiantes pero manejables, fortalece su capacidad para regular las respuestas emocionales, impulsando a los estudiantes a desarrollar habilidades emocionales más sólidas para afrontar los desafíos. Este proceso podría explicar por qué un pequeño aumento en los estresores se asocia con un incremento en la inteligencia emocional.

Además, en la investigación se encontró una correlación positiva entre el uso de estrategias de afrontamiento y la inteligencia emocional, indicando que aquellos estudiantes que emplean más estrategias para manejar el estrés tienden a tener una mayor inteligencia emocional; así la dimensión estrategias también explica la inteligencia emocional 17,6%, sugiriendo que a cada incremento de 0,15 de las estrategias utilizadas también debe incrementar la inteligencia emocional. En una investigación realizada por Traverso et al. (2023) en Perú, evidenció que la inteligencia emocional se correlaciona de manera positiva moderada (Pearson = 0.6003) con el afrontamiento al estrés. Asimismo, no se encontraron más antecedentes que hayan analizado la relación estrategias de afrontamiento-IE en estos últimos años.

La IE actúa como un facilitador clave en la selección y aplicación de estrategias de afrontamiento efectivas, ya que permite una mayor conciencia emocional y una regulación más adecuada de las respuestas ante el estrés (Hidalgo et al., 2022). Las estrategias de afrontamiento son procesos y acciones utilizados para gestionar situaciones problemáticas, con resultados que varían según factores contextuales (Traverso et al., 2023). Entre los estudiantes de ciencias de la salud, algunos adoptan enfoques activos y resolutivos, reinterpretando positivamente las adversidades; no obstante, otros recurren a estrategias disfuncionales, como evitación, descontrol emocional, reacciones adversas, consumo de sustancias y automedicación, lo que puede afectar su bienestar y rendimiento académico (Barreto and Salazar, 2021).

Las estrategias de afrontamiento y la inteligencia emocional están intrínsecamente unidas. La IE proporciona las herramientas para un afrontamiento adaptativo, permitiéndonos elegir estrategias más efectivas y saludables (Valdez et al., 2022). Es decir, una persona con alta IE puede reconocer sus emociones de ansiedad ante un examen y utilizar estrategias de afrontamiento centradas en el problema, como estudiar de manera organizada. En síntesis, las estrategias de afrontamiento son herramientas que permiten gestionar situaciones problemáticas, destacando su dualidad entre enfoques adaptativos y disfuncionales.

CONCLUSIONES

Se concluye que los estudiantes universitarios presentan niveles adecuados de inteligencia emocional y moderados de estrés académico. Aunque no se encontró una relación significativa entre ansiedad e inteligencia emocional; las dimensiones de estrés académico (estresores y las estrategias de afrontamiento) tienen un impacto positivo en el desarrollo de la inteligencia emocional. Estos hallazgos resaltan la importancia de fomentar el desarrollo de habilidades emocionales y estrategias de afrontamiento en el ámbito universitario para mejorar el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes.

Por otro lado, aunque los resultados son significativos, el porcentaje de variabilidad explicada por los modelos de regresión es relativamente bajo. Esto sugiere que otros factores, como el apoyo social, la resiliencia y las características personales, también podrían influir en la inteligencia emocional. Se recomienda futuras investigaciones que incluyan estas variables para obtener una comprensión más completa del fenómeno.

REFERENCIAS

- Acebes, J., Granado, M. y Marchena, C. (2021). Relación entre inteligencia emocional y ansiedad en un club de fútbol sala de Madrid. *Revista Retos*, 39.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8027866>
- Ahmed, I., Hazell, C.M., Edwards, B. et al. (2023). A systematic review and meta-analysis of studies exploring prevalence of non-specific anxiety in undergraduate university students. *BMC Psychiatry* 23, 240. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04645-8>
- Alduraywish, S., Alburikan, A., Alotaibi, M., Alhamoudi, A., Aldosari, A., Alturki, M., Alotaibi, A. y Tharkar, S. (2023). Association between academic stress during exam period, dietary behavior and bowel symptoms among medical students in Saudi Arabia. *Clinical Epidemiology and Global Health*, 22. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101318>
- Arias, J., Covinos M., y Cáceres, M. (2020). Formulación de los objetivos específicos desde el alcance correlacional en trabajos de investigación. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2). <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/73/46>
- Ayala-Servín, N., Duré Martínez, M. A., Urizar González, C. A., Insaurralde-Alviso, A., Castaldelli-Maia, J. M., Ventriglio, A., Almirón-Santacruz, J., García, O. E., y Torales, J. C. (2021). Emotional intelligence associated with levels of anxiety and depression in medical students of a public University. *Anales de La Facultad de Ciencias Médicas (Asunción)*, 54(2), 51–60.
<https://doi.org/10.18004/anales/2021.054.02.51>

- Baños-Chaparro, J. (2022). Análisis psicométrico del Generalized Anxiety Disorder-2 en adultos peruanos. *Revista de Investigaciones Universidad del Quindío*, 34(1): 30.36.
<https://ojs.uniquindio.edu.co/ojs/index.php/riuq/article/download/581/915>
- Barreto, D. y Salazar, H. (2021). Agotamiento Emocional en estudiantes universitarios del área de la salud. *Universidad y Salud*, 23(1). <http://scielo.org.co/pdf/reus/v23n1/2389-7066-reus-23-01-30.pdf>
- Barria, Y., Robles, M., Ureña, M. (2024). Estudio de indicadores bioquímicos en el desarrollo del estrés laboral y sus efectos a la salud. *Revista Semilla Científica*, 6.
<https://revistas.umecit.edu.pa/index.php/sc/article/view/1617>
- Bernedo, M., Quiroga, E., Liébana, C., Márquez, L., Arias, N., Fernández E. (2023). Factores estresores, Inteligencia Emocional y Engagement en los estudiantes de enfermería durante sus prácticas clínicas. *Index de Enfermería*, 31(3). https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962022000300018&script=sci_arttext&tlng=en
- Bombon, T. y Gaibor, I. (2024). Resiliencia y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria Penta Ciencias*, 6(4).
<https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/1151/1554>
- Calderón, J. y L. Alzamora. (2019). Diseños de investigación para tesis de posgrado. *Revista Peruana de Psicología y Trabajo Social*, 7(2). <http://revistas.uigv.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/660/581>
- Carreón-Gutiérrez, C., Delos Reyes-Nieto, L., y Vásquez-Treviño, M. (2022). Estrés académico en estudiantes de enfermería durante la pandemia de COVID-19. *Revista Salud y Cuidado*, 1(1), 1–14.
<https://revistasaludycuidado.uaemex.mx/article/view/18237>
- Carrillo Galán, Y., Perez Vega, J., Roa Gonzales, S., Morales Gonzales, Y., Rylander Yamada y J., y Medez Queve, T. (2020). Inteligencia Emocional y Rendimiento Académico en Estudiantes Universitarios. *Rev Mex Med Forense* 5(3). <https://www.medigraphic.com/pdfs/forense/mmfs-2020/mmfs203zo.pdf>
- Cassaretto, M., Vilela, P. y Gamarra, L. (2021). Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. *Revista Liberabit*, 27(2).
<https://doi.org/10.24265/liberabit.2021.v27n2.07>
- Charaghchian, E., Ardameh, M., Tavakoly, S., Tehrani, H., Ghavami, V. y Gholian, M. (2023). The influence of emotional intelligence on academic stress among medical students in Neyshabur, Iran. *BMC Psychiatry*, 23. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05344-0>
- Coronado, A., Bojórquez, C. y Quintana C. (2023). La inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *Journal Know and Share Psychology*, 4(3). <https://doi.org/10.25115/kasp.v4i3.9604>
- Domínguez, J., Expósito, V. y Torres, E. (2024). Epidemiología de la ansiedad y su contexto en atención primaria. *Revista Atención Primaria Práctica*, 6(2). <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-practica-24-articulo-epidemiologia-ansiedad-su-contexto-atencion-S260507302400004X>
- Freitas, P., Meireles, A., Ribeiro, I., Abreu, M., Paula, W. y Cardoso, C. (2023). Síntomas de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes del área de la salud e impacto en la calidad de vida. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 31. <https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3884>
- Fretel, N., Aranciaga, H., Torres, E. y Velasquez, L. (2022). Estrés académico en nuevos estudiantes en la Carrera de Enfermería. Caso UNAMAD. *Revista de Investigación en Salud*, 5(13).
<https://doi.org/10.33996/revistavive.v5i13.139>
- González, R., Custodio, J., y Abal, F. (2020). Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos. *Revista Psicogente*, 23(44): 1-26.
<https://www.redalyc.org/journal/4975/497570227001/html/>
- Guerrero, K., Pachecho, J. y Tacuri, R. (2021). Análisis exploratorio de la relación entre ansiedad e inteligencia emocional de estudiantes universitarios cuidadores y no cuidadores durante la pandemia de Coronavirus. Caso: Cuenca, Ecuador. *Revista Maskana*, 12(1).
<https://publicaciones.ucuenca.edu.ec/ojs/index.php/maskana/article/view/3478/2673>
- Gusqui Bonilla, K. M., & Galárraga Andrade, A. S. (2023). Relación entre inteligencia emocional y el manejo del estrés académico en los estudiantes universitarios . *REVISTA U-Mores*, 2(2), 9–23.
<https://doi.org/10.35290/ru.v2n2.2023.873>

- Hernández, M., Cruz, I., Téllez, T. y Rodríguez, M. (2023). Estrés académico en estudiantes de Medicina diagnosticados en la Unidad de Orientación Estudiantil. *Medisan*, 27(2).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1029-30192023000200007&script=sci_arttext&tlng=pt
- Hidalgo, P., Cañas, A. y Cuartero, M. (2022). Autocuidados, afrontamiento e inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(1).
<https://doi.org/10.17060/ijodaep.2022.n1.v1.2389>
- Hinostroza, I. y Molina, J. (2023). Estrés académico y ansiedad en estudiantes del décimo ciclo de enfermería de una universidad privada de Lima, 2023. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(4). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7296
- Jamba, A., Vidal, R., Cossio, M., Hernández, O., Gómez, I., y Gómez R. (2021). Instrumentos que evalúan la inteligencia emocional en estudiantes universitarios: Una Revisión Sistémica. *Revista Ecuatoriana de Neurología*, 30(2): 68-75. http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?pid=S2631-25812021000200068&script=sci_arttext
- Leonardo, A. y Leyva, K. (2024). *Inteligencia emocional y ansiedad en estudiantes de Enfermería, Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión – Filial Tarma, 2023*. [Tesis licenciatura. Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión]. http://45.177.23.200/bitstream/undac/3831/1/T026_72812564_T.pdf
- Luna, S., Macas, E., Peña, G. y Rojas W. (2025). Inteligencia emocional, satisfacción académica y rendimiento académico en estudiantes universitarios del área de la salud. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 8(20). <https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/226/489>
- Martha Elena Núñez, Pura Miguelina García, Asad Abbas, The mediating role of self-regulation between emotional intelligence and student performance in online global classroom-based collaborative international online learning (COIL): Empirical evidence from four partner universities of Latin America, *Research in Globalization*, Volume 7, 2023, 100178, ISSN 2590-051X,
<https://doi.org/10.1016/j.resglo.2023.100178>
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2590051X23000680>
- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P. y García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 30(1). 10.1016/j.rmcl.2018.11.005
- Méndez, G., Nicolalde, M., Oñate, J. y Mantilla I. (2024). Relación entre Autoconcepto y Ansiedad en estudiantes universitarios de Ciencias de la Salud. *Revista San Gregorio* 1(1). 10.36097/rsan.v1iEspecial_1.2724
- Mendizabal, G. y Magallanes, C. (2022). Niveles de estrés percibido en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 5(13).
<https://repsi.org/index.php/repsi/article/view/108/252>
- Montenegro, J. (2020). La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Tzhoeco: Revista Científica*, 12(4).
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8152423>
- Monteza, L. (2024). *Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de una universidad pública-Chachapoyas, 2023*. [Tesis licenciatura. Universidad Nacional Toribio Rodríguez de Mendoza de Amazonas]. <https://repositorio.untrm.edu.pe/handle/20.500.14077/3723>
- Moral, R. y Pérez, C. (2022). Inteligencia emocional y ansiedad en tiempo de pandemia. *Revista Ansiedad y Estrés*, 28(2): 122-130. <https://doi.org/10.5093/anyes2022a14>
- Moya, C., Urgilés, E., Ulloa, M., Gaibor, M., Condor, K., Ramos, V. et al. (2023). La inteligencia emocional desde una perspectiva: Educativa, Psicopatológica, y de Satisfacción Laboral. *Revista Psicología UNEMI*, 7(13). <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol7iss13.2023pp116-125p>
- Ochoa, J. Yunkor, R. (2020). El estudio descriptivo en la investigación científica. Universidad autónoma del Perú. *Acta Jurídica Peruana*, 2(2). <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224>
- Olivas-Ugarte, L., Morales-Hernández, S., y Solano-Jáuregui, M. (2021). Evidencias psicométricas de Inventario SISCO SV-21 para el estudio del estrés académico en universitarios peruanos. *Revista propósitos y representaciones*, 9(2). http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S2307-79992021000200001&script=sci_abstract&tlng=en
- OMS. (2023). Estrés. <https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress>

- Pezo Arteaga, E., & Paredes Limo, E. F. (2022). Inteligencia emocional en estudiantes universitarios a partir de la pandemia por covid-19: una revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(6), 8485-8501. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i6.4014
- Pinto, E., Villa, A., y Pinto, H. (2022). Estrés académico en estudiantes de la Universidad de La Guajira, Colombia. *Revista de Ciencias Sociales*, 28(5), 87–99. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8471675>
- Poaquiza, L. y Gavilanes, G. (2024). El estrés y su relación con la inteligencia emocional en docentes universitarios. *Revista Multidisciplinar Ciencia Latina*, 6(3). https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2301
- Ramos, D. (2021). Estrategias de afrontamiento frente al estrés en estudiantes de Enfermería en una universidad nacional. *Investigación e Innovación*, 1(2), 28-37. <http://www.revistas.unjbg.edu.pe/index.php/iirce/article/view/1219/1397>
- Ruano, H., Sanchez, M. y Soto, E. (2024). Como se manifiesta el nivel de ansiedad en estudiantes universitarios en durango, México. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México*, 8(5). <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/14754/21018>
- Ruiz, A., Beníte, V., Rodríguez, J., Rivera, R., y Rea, H. (2023). Análisis del estrés académicos en estudiantes universitarios del Área de la Salud. *Revista Conocimiento Identidad Sociedad Acción*, 4(4): 54-82. <https://revista-cisa.com/index.php/cisa/article/view/27/49>
- Sánchez, J., Damián, E., Pozo, M., y Baz, E. (2022). Estrés académico y ansiedad en estudiantes de psicología. *Revista Dilemas Contemporáneas: Educación, Política y Valores*, 1(46). <http://www.dilemascontemporaneoseduccionpoliticaayvalores.com/>
- Sánchez, F. (2019). Fundamentos Epistémicos de la Investigación Cualitativa y Cuantitativa: Consensos y Disensos. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 13(1), 102-122. doi: <https://doi.org/10.19083/ridu.2019.644>
- Sánchez, M., Sanabrias, D., Zagalaz, M. y Cachón J. (2024). Inteligencia emocional, estrés percibido y uso del Smartphone en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología*, 54(1). <https://revistes.ub.edu/index.php/Anuario-psicologia/article/view/41489/41684>
- Sanchez, R. (2023). *Inteligencia emocional y estrés académico en los estudiantes de noveno y décimo ciclos de enfermería de la Universidad Norbert Wiener, Lima-2023*. [Tesis paralicenciatura. Universidad Norbert Wiener]. <https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/10093>
- Sandoval, K., Morote, P., Moreno, M. y Taype, A. (2021). Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia de COVID-19. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 30(20). <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2021.10.005>
- Silva-Ramos, M., López-Cocotle, J., y Meza-Zamora, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Suyo-Vega, J. A., Meneses-La-Riva, M. E., & Fernández-Bedoya, V. H. (2023). Emotional Intelligence of University Students in Latin America: A Systematic Review of the Scientific Literature Published in Spanish Between 2015 and 2021. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 23(8). <https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i8.6061>
- Torres, A., Soria, C., y Sánchez, A. (2022). Estrés académico en universitarios y preuniversitarios de medicina de la universidad nacional de asunción, 2018. *Discover Medicine*, 6(1), 29–35. <https://revistascientificas.una.py/index.php/DM/article/view/3611/3004>
- Traverso, R., Aguirre, J., Talavera, J. y Palomino, J. (2023). Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en personal de salud. *Revista de la Facultad de Medicina Humano*, 23(3). <http://dx.doi.org/10.25176/rfmh.v23i3.5659>
- Umbarila, A., y Ibañez, M. (2024). Estrés académico y sus componentes en estudiantes universitarios del programa de medicina. *Enfoques*, 5(1), 154–172. Recuperado a partir de <https://revistasdigitales.uniboyaca.edu.co/index.php/EFQ/article/view/1408>
- Valdez, Y., Marentes, R., Correa, S., Hernández, I. y Quintana, M. (2022). Nivel de estrés y estrategias de afrontamiento utilizadas por estudiantes de la licenciatura en Enfermería. *Revista Enfermería Global*, 21(1). <https://doi.org/10.6018/eglobal.441711>

- Vallejos, C. (2022). Niveles de inteligencia emocional en estudiantes de la carrera de psicología de una universidad pública peruana. *Revista Facultad de Medicina Humana*, 22(3).
<https://revistas.urp.edu.pe/index.php/RFMH/article/view/5015>
- Vasconcelos, J., De Paula, W., Rezende, P., Godman, B., Rezende, R., y Coura, E. (2021). Prevalencia y factores asociados a la ansiedad entre estudiantes universitarios de ciencias de la salud en Brasil: hallazgos e implicaciones. *Revista Brasileiro de Psiquiatria*, 70(2). <https://doi.org/10.1590/0047-20850000000322>
- Villarreal, D., Quiroz, C., Hauger, R. y Olivares, J. (2024). El factor liberador de corticotropina, las urocortinas y sus receptores: sus acciones más allá del estrés, la depresión y la ansiedad. *Revista de Educación Bioquímica*, 43(1). <https://www.medigraphic.com/pdfs/revedubio/reb-2024/reb241b.pdf>
- Zambrano, W. y Tomalá, M. (2022). Diagnóstico de estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Tecnológica-Educativa Docentes*, 14(2). <https://doi.org/10.37843/rted.v14i2.330>