

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN

ESCUELA DE POSGRADO

Unidad de Posgrado de Psicología



**Inteligencia emocional y estrés en adultos: Una revisión
narrativa**

Trabajo Académico para obtener el Título de Segunda Especialidad
Profesional en Psicología Clínica y de la Salud

Autores:

Bustamante Ticona Denys Yoel

Ana Andrea Huanca Torres

Asesora:

Mg. Esther Edelmira Méndez Zavaleta

Lima, mayo de 2025

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DEL TRABAJO ACADÉMICO

Yo Esther Edelmira Méndez Zavaleta docente de la Unidad de Posgrado de Psicología, Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: **“Inteligencia emocional y estrés en adultos: Una revisión narrativa”** de Yoel Denys Bustamante Ticona y Ana Andrea Huanca Torres tiene un índice de similitud de 14% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 05 días del mayo del 2025.



Mg. Méndez Zavaleta Esther Edelmira
Asesora

Inteligencia emocional y estrés en adultos: Una revisión narrativa”

TRABAJO DE ACADÉMICO

Presentado para optar el Título de Segunda Especialidad
Profesional en Psicología clínica y de la Salud



Maestro. Cristian Edwin Adriano Rengifo
Dictaminador

Lima, 05 de mayo de 2025

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo describir, a través de la literatura científica, la relación entre la inteligencia emocional y el estrés en adultos. Metodología: La búsqueda de revisión narrativa se realizó en Scopus, Pudmed y Scielo, usando términos y descriptores para “inteligencia emocional”, “estrés” en población adulta; luego, estos descriptores se elaboraron con las estrategias de búsqueda usando los operadores booleanos OR, AND y AND NOT. Se consideraron estudios en inglés o español correspondiente a los últimos cinco años. Resultados: Hasta noviembre del 2024, se encontraron 34 estudios en Scopus, 11 en Pudmed y 15 en Scielo. Después de hacer la revisión se incluyeron 10 estudios; de los cuales 4 fueron estudios correlacionales, 02 observaciones, 02 explicativos, 01 cualitativo y 01 de revisión.

Conclusiones: La inteligencia emocional y el estrés se correlacionan negativamente, de tal manera que a mayor inteligencia emocional menor estrés en los adultos. Pero también existe relación positiva, cuando las situaciones de la vida son estresantes mejoran la inteligencia emocional. Además, que la educación en IE mejora la empatía, autorregulación, sentimientos de confianza, aceptación de los propios sentimientos los cuales reducen el estrés.

Palabras claves: Inteligencia emocional, estrés, adultos.

Abstract

Objective: The present study aimed to describe, through scientific literature, the relationship between emotional intelligence and stress in adults. **Methodology:** Narrative review, the search was carried out in Scopus, Pudmed and Scielo, using terms and descriptors for “emotional intelligence”, “stress” in the adult population, then these descriptors were developed into search strategies using the Boolean operators OR, AND and AND NOT. Studies in English or Spanish corresponding to the last five years were considered. **Results:** Until November 2024, 34 studies were found in Scopus, 11 in Pudmed and 15 in Scielo. After doing the review, 10 studies were included; of which 4 were correlational studies, 02 observations, 02 explanatory, 01 qualitative and 01 review. **Conclusions:** Emotional intelligence and stress are negatively correlated, such that the greater the emotional intelligence, the less stress in adults. But there is also a positive relationship, when life situations are stressful, they improve emotional intelligence. Furthermore, EI education improves empathy, self-regulation, feelings of confidence, and acceptance of one's own feelings, which improve stress.

Keywords: Emotional intelligence, stress, adults.

Introducción

El ser humano, en la actualidad, tiene un estilo de vida acelerado, donde no encuentra espacio para realizar cosas previstas o demandas y urgencias de la vida cotidiana (Montenegro, 2020). Además, el haber pasado por una serie de situaciones como la pandemia la cual trajo confinamiento y aislamiento obligatorio generando miedo, frustración y ansiedad, así como un gran número de pérdidas importantes de forma repentina y agresiva, favoreciendo así el incremento de desequilibrios o inestabilidades a nivel psicológico (Otayza, 2021). Todas estas situaciones, resultan ser factores estresantes cuando no se enfrenta de manera adecuada a estos acontecimientos, generando estrés; por eso, el estrés es uno de los fenómenos que tiene un impacto negativo en el individuo y se asocia significativamente con estados de ánimo negativos y una mala salud física, de tal manera que las respuestas afectivas inadecuadas a eventos diarios aparentemente menores tienen implicaciones a largo plazo en la salud mental (Charles et al., 2013).

Tal es así que, según la American Psychological Association (APA, 2016), el estrés es un factor peligroso que obstruye la habilidad de vivir una calidad de vida saludable por un tiempo prolongado; es decir, el individuo puede sentirse fuera de control aun cuando la causa sea insignificante. Y se le define como la respuesta biológica y psicológica frente a un agente, estímulo o estresor, y que esta situación puede ser regulado por estrategias de afrontamiento que incluye la inteligencia emocional la cual es la habilidad de reconocer las emociones y sentimientos propios y las demás personas (Poaquiza y Gavilanes, 2022). De modo que el estrés, al estar

implicado en la reacción física y psicológica, también está relacionado con la inteligencia emocional (Aguilar et al., 2014).

Tener la habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y la de los demás, promueve el crecimiento emocional e intelectual, tan necesario para cuando las situaciones exigen más capacidad para enfrentarlas y salir adelante (Díaz y Tirado, 2021). La inteligencia emocional se basa en habilidades no cognitivas, englobando un conjunto de rasgos emocionales y de personalidad que al vincularse frecuentemente da como producto la adaptación al entorno; es decir, es la capacidad de una persona de aceptar y gestionar a conciencia sus emociones, considerando la importancia que estas poseen en todas las conductas y decisiones que se toman a lo largo de la vida, aunque a veces no se es consciente de ello (Ramos, 2017).

Existen estudios que evidencian la importancia de la inteligencia emocional en relación al estrés como la de Ranasinghe et al. (2017) que en una muestra de 471 estudiantes universitarios encontró la existencia de una relación positiva entre las variables, indicando que a menor puntuación de estrés mayor puntuación en inteligencia emocional. Downey et al. (2010) revelan que el empleo de estrategias no productivas de afrontamiento se asocia positivamente con comportamientos agresivos, problemas sociales, problemas de desobediencia de reglas, ansiedad y depresión, mientras que la estrategia productiva solución activa muestra correlaciones inversas con estas variables. Wang et al. (2016) encontraron asociaciones entre todas las dimensiones de la inteligencia emocional con el afrontamiento productivo; y Azpiazu et al. (2015) encontraron relaciones directas entre afrontamiento productivo (apoyo social)

e inteligencia emocional. Y Nespereira-Campuzanoa y Vázquez-Campo (2017), en un estudio en profesionales de enfermería del servicio de urgencias hospitalarias, encontraron que la inteligencia emocional está relacionada con el estrés laboral y, de manera específica, la comprensión de los propios estados emocionales influye en la realización personal de tal manera que los profesionales con más estabilidad laboral muestran una mejor capacidad para sentir y expresar sus sentimientos.

Esta revisión permitirá tener un amplio repertorio de los estudios realizados con estas variables, los cuales servirán no solo para tener conocimiento teórico sino también para poder plantear estrategias de afrontamiento, intervenciones y programas para lograr en la población un buen desarrollo emocional. Por lo tanto, la presente investigación tiene como objetivo describir, a través de la literatura científica, la relación entre la inteligencia emocional y el estrés en adultos.

Metodología

El estudio es de revisión narrativa cuya intención es sintetizar a nivel descriptivo los resultados de estudios sobre la inteligencia emocional y su relación con el estrés en poblaciones adultas (Ato et al., 2013). Para ello, se realizaron búsquedas de la literatura científica en tres bases de datos o motores de búsqueda: Pubmed, Scielo y Scopus, considerando estudios en inglés o español, correspondiente a los últimos cinco años. Para aquella búsqueda se empleó una estrategia de búsqueda desarrollada usando términos y descriptores para “inteligencia emocional”, “estrés” en población adulta (Tabla 1), luego estos descriptores se elaboraron las estrategias de búsqueda usando los operadores booleanos OR, AND y AND NOT (anexo A). En PubMed se

utilizaron ajustadores de campo para la búsqueda en el título, resumen, en Scielo en el título y resumen, mientras que en Scopus en título, resumen y palabras clave.

Tabla 1.

Descriptores de las variables de estudio

Población	Inteligencia emocional	Estrés
Adult	"emotional Intelligence"	Stress
Adulthood	"affective Intelligence"	"Acute stress"
"adult person"	"Social Emotional Intelligence"	"Acute episodic stress"
"Old person"	"Socio-emotional Competence"	"Chronic stress"
Ripe	"Relational Intelligence"	"Emotional Stress"
"mature person"	"Emotional Self-Control"	"Work stress"
Old man	"Intrapersonal intelligence"	Distress
"young adult"	"Interpersonal intelligence"	Eustress
"middle adulthood"	"Social skills"	Pressure
maturity	Empathy	Strain
		Overload
		"mental exhaustion"
		"mental fatigue"

Aprobada la estrategia de búsqueda, se buscó la información por dos colaboradores de forma independiente en las bases de datos previamente señaladas. Ambos revisores organizaron los resultados de la búsqueda en una base de datos elaborado en el programa Microsoft Excel. Se incluyeron estudios que consideraron a la "inteligencia emocional" y estrés como una variable principal o secundaria y que se haya estudiado en poblaciones de adultos; dichos estudios pueden haber sido artículos originales, originales breves, revisiones sistemáticas y narrativas. Se excluyeron documentos tipo notas y erratas; así también, los elementos duplicados, los estudios que no se realizaron en poblaciones adultas, o el tema en estudio no esté relacionado a las variables de estudio. Para ello, los títulos y los resúmenes se compararon con los criterios de inclusión y exclusión especificados antes de leer los textos completos.

Sobre la base de los artículos obtenidos, los investigadores revisaron los estudios (incluidos vs excluidos) hasta llegar a un consenso del 100%.

Una vez obtenido la lista preliminar de artículos incluidos, se procedió a la recopilación de los datos en un formulario de recopilación de datos, las discrepancias entre los colaboradores se resolvieron internamente hasta llegar a un consenso. Finalmente, los datos de ambos colaboradores se verificaron de forma cruzada verificando los resultados y, finalmente, aprobaron la tabla de la revisión narrativa. Los datos recolectados fueron primer autor, año de publicación, tipo de artículo, diseño del estudio, objetivo, instrumentos, muestra y resultados; el proceso se puede apreciar en la figura 1.

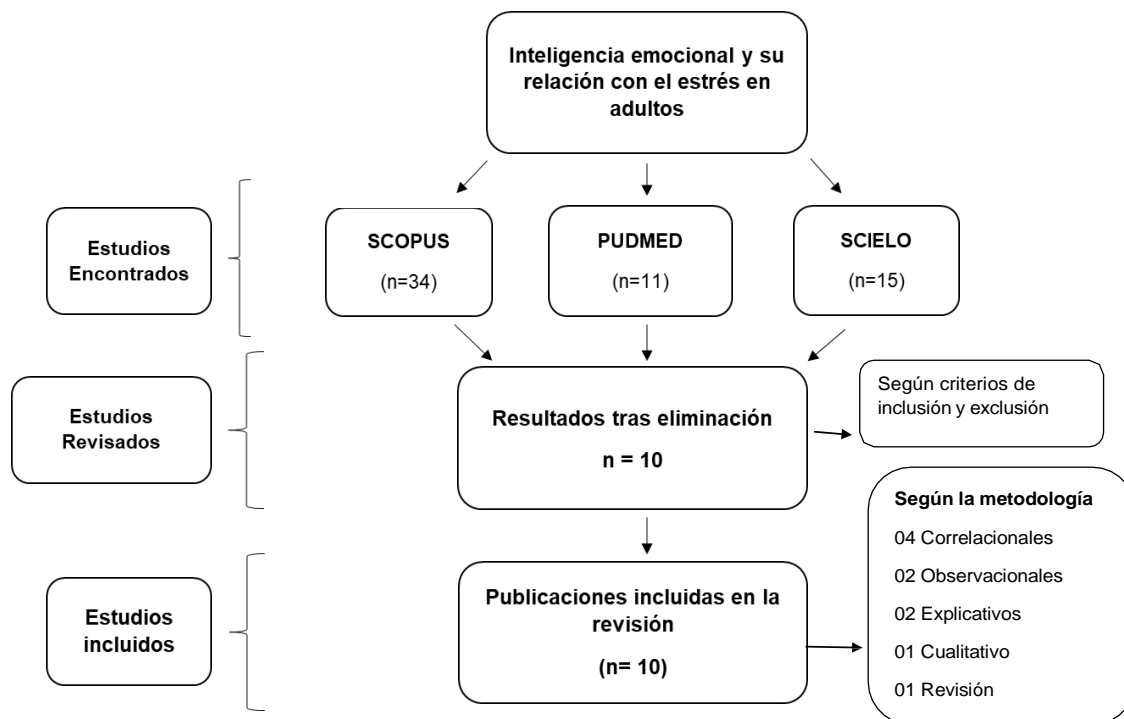


Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de selección del estudio

Resultados

Hasta noviembre del 2024 se encontraron 34 estudios en Scopus, 11 en Pudmed y 15 en Scielo; después de hacer la revisión, se incluyeron 10 estudios, de los cuales 4 fueron estudios correlacionales, 02 observaciones, 02 explicativos, 01 cualitativo y 01 de revisión y se organizaron en la tabla 2 los cuales tenían como objetivo principal investigar cómo se relaciona la inteligencia emocional y el estrés en poblaciones adultas.

Tabla 2. Características de los estudios incluidos

Autor/ año	Diseño	Objetivo	Instrumentos	Población	Resultados
García-Domínguez et al (2023)	Descriptivo Correlacional	Conocer la relación que existe entre la inteligencia emocional (IE) y los eventos estresantes de la vida (EEV) en adultos	Inventario de Estrés en la Vida y Escala de Estado de Ánimo de Rasgos	95 adultos de 60 a 85 años	Se realizó en análisis con cada uno de los eventos y los resultados mostraron que la IE se relacionó de forma positiva con la muerte de un miembro cercano a la familia ($r_s = .65, p = .05$), la alteración en la salud de algún miembro en la familia ($r_s = .54, p = .05$), el no poder realizar actividades que disfrutaba ($r_s = .54, p = .05$).
Jung et al (2019)	Estudio observacional	Investigar las múltiples asociaciones entre el estrés y la inteligencia emocional (IE)	Inventario de respuesta al estrés (SRI), Cuestionario de IE, WAIS	70 adultos sanos	Se encontró correlaciones negativas significativas entre el estrés y los componentes de la IE, como la conciencia y la expresión emocional, el pensamiento emocional y la regulación emocional.
Toriello et al (2022)	Revisión exploratoria	Realizar una revisión de alcance para determinar lo que se sabe sobre la inteligencia emocional (IE) en la educación médica de <u>pregrado (UME)</u>	Artículos publicados hasta diciembre del 2020	119 estudios que cumplieron con los criterios de inclusión	El uso de la determinación de la IE puede ser útil como un componente del proceso de admisión, una IE más alta probablemente esté relacionada con un mejor razonamiento clínico y una IE más alta contribuye a un manejo más eficaz del estrés.

Partido y Owen (2020)	Tranversal explicativo	Determinar si la IE está relacionada con el estrés y el agotamiento	Cuestionario de estrés ambiental dental, Inventario de burnout Maslach	57 participantes	El autocontrol es un predictor significativo del estrés personal ($R^2 = .023$, $P = .023$); la empatía y la autocompetencia eran predictores significativos del estrés clínico ($R^2 = .085$, $P = .034$); la empatía y la autoconciencia eran predictores significativos del agotamiento emocional ($R^2 = .071$, $P = 0.006$); y la empatía era un predictor de la realización personal ($R^2 = .150$, $P = 0.002$).
West et al (2020)	Estudio de cohorte	Explorar la IE durante la habituación de estudiantes de medicina militares que se sometieron a una simulación de alto estrés con entrenamiento en trauma y habilidades quirúrgicas.	EQ-i 2.0, Habilidades quirúrgicas en STOPS	96 estudiantes de medicina con seguimiento de 3 años	La formación hiperrealista sobre traumas mejora significativamente la inteligencia emocional de los estudiantes de medicina. Esto tiene amplias implicaciones para el futuro de la formación médica y quirúrgica. Esta filosofía de formación puede formar médicos emocionalmente inteligentes que puedan desempeñarse bien bajo estrés y sean más resistentes al agotamiento, algo que la comunidad médica necesita desesperadamente.
Ballester et al (2020)	Estudio correlacional	Examinar la relación entre la inteligencia emocional y los problemas psicológicos.	Cuestionario de IE, empatía, autoestima, felicidad, síntomas emocionales y quejas somáticas.	399 adultos jóvenes	La inteligencia emocional se asoció positivamente con la felicidad, la empatía y la autoestima, y negativamente con la ansiedad, la depresión, el estrés y las quejas somáticas.
Tabib et al (2024)	Estudio cualitativo	Explorar las perspectivas de las parteras sobre la influencia del programa de educación de IE en su bienestar emocional y sus experiencias de práctica.	Entrevista semiestructurada	15 parteras en 2 grupos focales, cohorte 1: 9 parteras y cohorte 2: 6 parteras	La educación en IE puede reducir el estrés emocional en las parteras, mejorar su empatía y sentimientos de confianza, mejorando así la calidad de la atención que brindan.

Napirah et al. (2021)	Descriptivo correlacional	Determinar la relación entre la autoconciencia, la autorregulación, la automotivación, la empatía y las habilidades sociales con el estrés laboral en enfermeras.	Cuestionario de IE y cuestionario de estrés. DAS	35 enfermeras	Se encontró una relación entre la autoconciencia ($p = 0,034$), la autogestión ($p = 0,044$), la automotivación ($p = 0,012$), la empatía ($p = 0,021$) y las habilidades sociales ($p = 0,026$) con el estrés laboral entre enfermeras en los servicios de hospitalización del Hospital Undata; concluyendo que la inteligencia emocional afecta el estrés laboral de las enfermeras de un hospital durante el ejercicio de su trabajo.
Leonova et al. (2021)	Longitudinal Correlacional	Determinar la dinámica del burnout en períodos tranquilos y estresantes y rastrear la correlación de los síntomas con las capacidades emocionales.	Cuestionario de IE y cuestionario de burnout de Maslach	575 estudiantes y 96 profesores se les evaluó al comienzo del año académico, después de las sesiones de exámenes de invierno y primavera.	La empatía y la autorregulación desarrolladas son los principales signos de la madurez emocional de las mujeres después de la graduación. La estructura de las correlaciones entre los parámetros de burnout y las competencias emocionales difirió en diferentes grupos. La contribución más significativa a la prevención del burnout en los estudiantes la realiza la reflexión y la autorregulación, en los profesores, la autorregulación, la empatía y la aceptación de los propios sentimientos. La correlación negativa entre las capacidades emocionales y los síntomas de burnout se exagera en momentos de estrés.
Kadović et al. (2022)	Explicativo	Examinar la contribución de la capacidad de regulación y control emocional en la predicción del estrés laboral en profesionales de la salud	Cuestionario sobre estresores en el lugar de trabajo y Cuestionario de regulación y control emocional (ERC)	203 profesionales de la salud	El nivel de estrés experimentado fue significativamente mayor si la capacidad de regulación y control emocional era baja (Rho de Spearman = 0,308; $p < 0,001$). El modelo de regresión multivariante (varianzas explicadas del 11,2%; $p = 0,001$) indicó una mayor posibilidad de estrés severo en los encuestados que tienen una Memoria de Contenido Emocionalmente Saturado más fuerte (odds ratio = 1,18; IC 95% = 1,07–1,30).

Asimismo, en estos estudios se plantean que existe una correlación negativa y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés, lo que implica que a mayor inteligencia emocional menor estrés en los adultos; además la IE se asocia

positivamente con la felicidad, la empatía y la autoestima, y negativamente con la ansiedad, la depresión, el estrés y las quejas somáticas; de tal manera que una IE más alta se relacione con un mejor razonamiento para que contribuya a un manejo más eficaz del estrés (García-Dominguez et al., 2023; Jung et al., 2019; Partido y Owen, 2020; Ballester et al., 2020 y Napirah et al., 2021; Toriello et al., 2022).

Por otro lado, también se puede observar que la IE tiene una relación positiva con el estrés evidenciándose que la formación hiperrealista sobre traumas mejora significativamente la inteligencia emocional, la cual se centrada en la filosofía de formación profesional, señalando que personas emocionalmente inteligentes puedan desempeñarse bien bajo estrés y sean más resistentes al agotamiento (West et al., 2020).

Asimismo, se encontró que la educación en IE puede reducir el estrés emocional, mejorando la empatía, la autorregulación, sentimientos de confianza, aceptación de los propios sentimientos, mejorando la calidad del trabajo e indicando que son signos de la madurez emocional; de tal manera que el nivel de estrés es mayor si la capacidad de regulación y control emocional es baja, y que hay mayor posibilidad de estrés severo cuando existe una memoria de contenido emocionalmente saturado (Leonova et al., 2021; Kadović et al., 2022 y Tabib et al., 2024).

Discusión

El objetivo del presente estudio fue describir a través de la literatura científica la relación entre la inteligencia emocional y el estrés en adultos, los resultados muestran que existe una correlación negativa y significativa entre la inteligencia emocional y el estrés, lo que implica que a mayor inteligencia emocional menor estrés en los adultos; en este sentido, se tiene a Lutunske (2020) quien, en su investigación, con 12 docentes tuvo el fin de identificar el nivel de inteligencia emocional y el grado de estrés. Sus resultados mostraron que a mayor nivel de inteligencia emocional de los docentes menor es el grado de estrés. También Tolentino-Ricoy et al. (2024) buscó determinar la relación de la IE con el síndrome de burnout en estudiantes de medicina, encontrando que los estudiantes con mayores habilidades de IE muestran menor sintomatología del burnout. Jung et al (2019), en su estudio, encontró que existen correlaciones negativas significativas entre el estrés y los componentes de la IE, como la conciencia y la expresión emocional, el pensamiento emocional y la regulación emocional; y Zumaeta et al (2023) agrega que tener estrategias de afrontamiento para buscar regular las emociones generan un cambio cognitivo en el significado de las situaciones estresantes sin cambiar la situación que produce el estrés. Asimismo, Partido y Owen (2020) refieren que la IE se asocia positivamente con la felicidad, la empatía y la autoestima, pero negativamente con la ansiedad, la depresión, el estrés y las quejas somáticas, lo que indican que una IE más alta se relacione con un mejor razonamiento de tal manera que este contribuye manejar eficazmente el estrés.

Por otro lado, los resultados indican que la IE también se relaciona de manera positiva con el estrés evidenciándose que los traumas mejoran significativamente la

inteligencia emocional. Frente a esto, West et al (2020) señalan estos resultados se pueden aplicar al campo de formación profesional, donde las personas emocionalmente inteligentes puedan desempeñarse bien bajo estrés y sean resistentes al agotamiento. La OMS (2023) agrega que tener estrés es positivo de alguna manera, pues esta situación ayuda a realizar las actividades diarias, lo que ayuda a desarrollar resiliencia y adaptabilidad. Merino et al (2019) agrega que esta relación positiva se explique porque algunas personas son más más optimistas y poseen estrategias de afrontamiento al estrés y tienen confianza en su desempeño. Y Urbano (2022) refiere que personas con mayor tendencia a ser optimistas reportaron experimentar una menor sintomatología física de estrés, contrario a lo que reportaron aquellas más tendientes al pesimismo.

Asimismo, se encontró que la educación en IE puede reducir el estrés emocional, mejorando la empatía, la autorregulación, sentimientos de confianza, aceptación de los propios sentimientos, mejorando la calidad del trabajo e indicando que son signos de la madurez emocional. Leonova et al (2021) arguye, ante esto, que el nivel de estrés es mayor si la capacidad de regulación y control emocional son bajas y que hay mayor posibilidad de estrés severo cuando existe una memoria de contenido emocionalmente saturado. Zumaeta et al (2023) agrega que existe una relación entre la IE con las estrategias de afrontamiento al estrés, siendo las estrategias de mayor relevancia la planificación, reinterpretación positiva y crecimiento, y afrontamiento religioso. Puigbó et al (2019), en su estudio, encontraron que las personas con alta claridad emocional afrontan en estrés centrándose en el problema, la aceptación de las emociones y aquellas con alta reparación emocional usan más el afrontamiento

centrado en el problema, la búsqueda de apoyo social y menos el rechazo; y las personas con alta atención emocional usan más la aceptación de emociones y la búsqueda de apoyo social.

Conclusiones

La inteligencia emocional y el estrés se correlacionan negativamente, de tal manera que a mayor inteligencia emocional menor estrés en los adultos. También hay una relación positiva, la que se evidencia cuando las situaciones de la vida son estresantes mejoran la inteligencia emocional. Además, que la educación en IE mejora la empatía, autorregulación, sentimientos de confianza, aceptación de los propios sentimientos los cuales reducen el estrés.

Referencias

- Aguilar, M., Gil, L., Pinto, G., Quijada M., Zúñiga, S. (2014). *Inteligencia emocional, estrés, autoeficacia, locus de control y rendimiento académico en universitarios*. Enseñanza e Investigación en Psicología, 19 (1), 21-35
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29232614002>
- American Psychological Association (2016). *Comprendiendo el estrés crónico*.
<http://www.apa.org/centrodeapoyo/estres-cronico.aspx>
- Ato, M., López-García, J., & Benavente, A. (2013). *Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología*. Anales de Psicología, 29(3).
<https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Azpiazu, L., Esnaola, I. y Sarasa. M. (2015). *Capacidad predictiva del apoyo social en la inteligencia emocional*. European Journal of Education and Psychology, 8 (2015), pp. 23-29 <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2015.10.003>
- Ballester, A., De la Barrera, U., Schoeps, K. y Montoya-Castilla, I. (2022). *Emotional factors that mediate the relationship between emotional intelligence and psychological problems in emerging adults*. Behavioral Psychology/Psicología conductual 30(1):249-267. <https://doi.org/10.51668/bp.8322113n>
- Charles, S., Piazza, J., Mogle, J., Sliwinski, M., & Almeida, D. (2013). *The Wear and Tear of Daily Stressors on Mental Health*. Psychological Science, 24(5), 733-741.
<https://doi.org/10.1177/0956797612462222>
- Díaz, P. y Tirado, F. (2021). *Revisión sistémica de estudios sobre inteligencia emocional y bullying en los años 2010 a 2020*. Tesis de pregrado, Universidad

Cesar

Vallejo.

Lima,

Perú.

<https://repositorio.ucv.edu.pe/handle/20.500.12692/59205>

García-Domínguez, K., Salazar-Moreno, C., Flores-Garza, P., Jiménez-Padilla, B., Vargas-Beltrán, M., & Fierro-Herrera, C. (2023). *Estrés e Inteligencia Emocional en Adultos Mayores de Ciudad Chihuahua, Chihuahua, México*. *Horizonte sanitario*, 22(3), 635-642. <https://doi.org/10.19136/hs.a22n3.5646>

Jung, Y, Shin, N., Jang, J., Lee, W., Lee, D., Choi, Y., Choi, S., & Kang, D. (2019). *Relationships among stress, emotional intelligence, cognitive intelligence, and cytokines*. *Medicine*, 98(18), e15345. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000015345>

Kadović, M., Mikšić, Š., & Lovrić, R. (2022). *Ability of Emotional Regulation and Control as a Stress Predictor in Healthcare Professionals*. *International journal of environmental research and public health*, 20(1), 541. <https://doi.org/10.3390/ijerph20010541>

Leonova, I., Yevchenko, I., Masliuk, A., Brahina, K., & Salata, H. (2021). *Inteligencia emocional como factor contra el síndrome de burnout en estudiantes y docentes mujeres*. *Journal of Intellectual Disability - Diagnosis and Treatment*, 9 (3), 280–293. <https://doi.org/10.6000/2292-2598.2021.09.03.4>

Lutunske, T. (2020). *Inteligencia emocional y estrés laboral en docentes de educación escolar básica durante la pandemia covid-19*. *La Saeta Universitaria Académica y de Investigación*, 9(2), 39-51. <https://doi.org/10.56067/saetauniversitaria.v9i2.239>.

Merino, M., Privado, J., & Arnaiz, R. (2019). *¿Hay relación entre el desempleo de jóvenes graduados y los recursos psicológicos? Investigación empírica desde la*

teoría de la conservación de los recursos. Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones, 35(1), 1-8. <https://dx.doi.org/10.5093/jwop2019a1>

Montenegro, J. (2020). *La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios*. TZHOECOEN, 12(4), 449-461. <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>

Morales, F. (2017). *Relaciones entre afrontamiento del estrés cotidiano, autoconcepto, habilidades sociales e inteligencia emocional*. European Journal of Education and Psychology, Volume 10, Issue 2, 2017, Pages 41-48, <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2017.04.001>.

Napirah, M., Untad, V. y Alfani, S. (2021). *Correlación entre la inteligencia emocional y el estrés laboral de las enfermeras en los servicios de hospitalización, Undata Hospital*. Revista macedonia de ciencias médicas de acceso abierto, 9 (G), 337–340. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6935>

Nespereira-Campuzanoa, T. y Vázquez-Campo, M. (2017). *Inteligencia emocional y manejo del estrés en profesionales de Enfermería del Servicio de Urgencias hospitalarias*. Enfermería clínica. Vol. 27. Núm. 3. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2017.02.007>

Otayza, L. (2021). *Relación entre la inteligencia emocional y estilos de afrontamiento al estrés en alumnos de un programa de becarios de una universidad privada de Lima Metropolitana* [Tesis de pregrado, Universidad Peruana Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Peruana Cayetano Heredia. <https://hdl.handle.net/20.500.12866/9643>

- Partido, B., & Owen, J. (2020). Relationship between emotional intelligence, stress, and burnout among dental hygiene students. *Journal of dental education*, 84(8), 864–870. <https://doi.org/10.1002/jdd.12172>
- Poaquiza, L., & Gavilanes, G. (2022). *El estrés y su relación con la inteligencia emocional en docentes universitarios*. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 6(3), 1357-1372. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i3.2301
- Puigbó, J., Sílvia, T., Limonero, J., Fernández-Castro, J. (2019). Influence of the perceived emotional intelligence on the coping of the daily stress. *Ansiedad y depresión*. Vol. 25. Núm. 1. <https://doi.org/10.1016/j.anyes.2019.01.003>
- Ramos, P. (2017). *Inteligencia emocional: Control del estrés* (3a. ed.). Editorial ICB. <https://elibro.net/es/ereader/uta/106679?page=42>
- Ranasinghe, P., Wathurapatha, W., Mathangasinghe, Y., & Ponnampereuma, G. (2017). *Emotional intelligence, perceived stress and academic performance of Sri Lankan medical undergraduates*. *BMC Medical Education*, 17(1), 41. <https://doi.org/10.1186/s12909-017-0884-5>
- Saavedra, C. (2023). Eustrés y Distrés: Revisión Sistemática de la Literatura. *Cuadernos Hispanoamericanos de Psicología*, 22(2), 1-17. <https://revistas.unbosque.edu.co/index.php/CHP>
- Tabib, M., Humphrey, T., & Forbes-McKay, K. (2024). *'Doing' is never enough, if 'being' is neglected. Exploring midwives' perspectives on the influence of an emotional intelligence education programme, a qualitative study*. *Women and birth: journal of the Australian College of Midwives*, 37(3), 101587. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2024.02.003>

- Tolentino-Ricoy, K., Salomón-Cruz, J., y Puig-Lagunes, A. (2024). *Emotional intelligence and burnout in medical students*. Educación Médica, Volume 25, Issue 4, <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2024.100920>.
- Toriello, H., Van de Ridder, J., Brewer, P., Mavis, B., Allen, R., Arvidson, C., Kovargough, I., Novak, E., O'Donnell, J., Osuch, J., & Ulrich, B. (2022). *Emotional intelligence in undergraduate medical students: a scoping review*. *Advances in health sciences education: theory and practice*, 27(1), 167–187. <https://doi.org/10.1007/s10459-021-10079-2>
- Urbano, E. (2022). *Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar psicológico en adolescentes*. *Horizonte de la Ciencia*, vol. 12, núm. 22, pp. 253-262, 2022, <https://doi.org/10.26490/uncp.horizonteciencia.2020.18.403>
- Wang, Y., Xie, G. y Cui, X. (2016). *Effects of emotional intelligence and self-leadership on students' coping with stress*. *Social Behavior and Personality*, 44 (2016), pp. 853-864, <https://doi.org/10.2224/sbp.2016.44.5.853>
- West, E., Singer-Chang, G., Ryznar, R., Ross, D., Czekajlo, M., Hoang, T., Alson, R., Berbel, G., Moloff, A., Safaoui, M., Nevins, N., & LaPorta, A. J. (2020). *The Effect of Hyper-Realistic Trauma Training on Emotional Intelligence in Second Year Military Medical Students*. *Journal of surgical education*, 77(6), 1422–1428. <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2020.04.020>
- Zumaeta, R., Aguirre, J., Talavera, J., & Palomino, J. (2023). *Inteligencia emocional y estrategias de afrontamiento al estrés en personal de salud*. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 23(3), 46-56. Epub 21 de septiembre de 2023. <https://doi.org/10.25176/rfmh.v23i3.5659>

Anexo A Estrategias de búsqueda de las tres bases de datos

Base de datos	Estrategia de búsqueda	Resultados
Scopus	(TITLE-ABS-KEY (adult OR adulthood OR "adult person" OR "Old person" OR ripe OR "mature person" OR "old man" OR "young adult" OR "middle adulthood" OR maturity) AND TITLE-ABS-KEY ("emotional Intelligence" OR "affective Intelligence" OR "social emotional intelligence" OR "socio emotional competence" OR "relational intelligence" OR "emotional self-control" OR "intrapersonal intelligence" OR "interpersonal intelligence" "social skills" OR empathy) AND TITLE-ABS-KEY (stress OR "acute stress" OR "acute episodic stress" OR "chronic stress" OR "emotional stress" OR "Work stress" OR distress OR eustress OR pressure OR strain OR overload OR "mental exhaustion" OR "mental fatigue") AND NOT TITLE-ABS-KEY (chil* OR adolesce* OR animal*)) AND PUBYEAR > 2018 AND PUBYEAR < 2025 AND (LIMIT-TO (DOCTYPE , "ar"))	34
Pudmed	((adult OR adulthood OR "young adult" OR "middle adulthood" OR ender OR old man OR "old age") AND ("emotional Intelligence" OR "affective Intelligence" OR "social emotional intelligence" OR "socio emotional competence" OR "relational intelligence" OR "emotional self-control" OR empathy)) AND (stress OR "acute stress" OR "acute episodic stress" OR "chronic stress" OR "emotional stress" OR "work stress" OR distress OR pressure OR strain OR overload OR "mental exhaustion" OR "mental fatigue") Filters applied: Free full text, Classical Article, Meta-Analysis, Review, Systematic Review, in the last 5 years, Adult: 19+ years	11
Scielo	("inteligencia emocional" OR "habilidades sociales" OR resiliencia OR empatía) AND (estrés OR "estrés agudo" OR "estrés crónico" OR "estrés laboral") AND (adultos)	15

Anexo B: Captura de pantalla de las bases

Advanced query

(TITLE-ABS-KEY (adult OR adulthood OR "adult person" OR "Old person" OR ripe OR "mature person" OR "old man" OR "young adult" OR "middle adulthood" OR maturity) AND TITLE-ABS-KEY ("emotional Intelligence" OR "affective Intelligence" OR "social emotional intelligence" OR "socio emotional competence" OR "relational intelligence" OR "emotional self-control")

[Show less](#)

[Edit in advanced search](#)

Beta

Documents Preprints Patents Secondary documents Research data

Are you searching for: (TITLE-ABS-KEY (adult OR adulthood OR "adult person" OR "Old person" OR ripe OR...

34 documents found

All Export Download Citation overview More Show all abstracts Sort by Date (newest)

Document title	Authors	Source	Year
Article			
1 Emotional Intelligence in Medicine: An Investigation of the	Horne, M.L., Albright, M.	Journal of Surgical	2024

NIH National Library of Medicine
National Center for Biotechnology Information

PubMed®

Search: ((adult OR adulthood OR "young adult" OR "middle adulthood" OR elder OR ...)

Advanced Create alert Create RSS User Guide

Save Email Send to Sort by: Publication date Display options

MY CUSTOM FILTERS 11 results Page 1 of 2

RESULTS BY YEAR

PUBLICATION DATE: 1 year

Filters applied: Free full text, Classical Article, Systematic Review, Humans, Adult: 19+ years, Exclude preprints, MEDLINE. [Clear all](#)

Quoted phrases not found in [phrase index](#): "relational intelligence", "acute episodic stress"

Self-management in young and middle-aged patients with hypertension: a systematic review and meta-synthesis of qualitative studies.

Cite: He R, Wei F, Hu Z, Huang A, Wang Y. *Syst Rev*. 2024 Oct 15;13(10):e1-10. doi: 10.1186/s12874-024-02665-2