



## ARTÍCULO ORIGINAL

### Importancia de la Inteligencia Emocional en estudiantes y profesionales de la salud

Importance of Emotional Intelligence in students and health professionals

Geidy Pérez-Montano <sup>1</sup>  , Maidielis Morejón -Castillo <sup>1</sup> , Ana Beatriz Díaz-Rábago <sup>1</sup> 

<sup>1</sup>Universidad de Ciencias Médicas de Pinar del Río. Facultad de Ciencias Médicas Dr. Ernesto Guevara de la Serna. Pinar del Río, Cuba

**Recibido:** 07 de marzo de 2023

**Aceptado:** 21 de noviembre de 2023

**Publicado:** 26 de febrero de 2024

**Citar como:** Pérez-Montano G, Morejón -Castillo M, Díaz-Rábago AB. Importancia de la Inteligencia Emocional en estudiantes y profesionales de la salud. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2024 [citado: fecha de acceso]; 28(2024): e5947. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/5947>

#### RESUMEN

**Introducción:** la inteligencia emocional cobra trascendencia en el campo de las ciencias de la salud dada la relevancia de cada uno de sus componentes en el que hacer del profesional de la salud pues favorece la relación consigo mismo, con el paciente y con el entorno.

**Objetivo:** describir la importancia de la Inteligencia Emocional en estudiantes y profesionales de la salud.

**Métodos:** para su realización se consultaron 40 artículos científicos sobre el tema, obtenidos de las bases de datos EBSCO, Medline, Scielo y Google Académico, y fueron utilizados 28 como referencias bibliográficas, predominaron los artículos publicados durante los últimos cinco años y otros por su relevancia.

**Desarrollo:** el desarrollo de la inteligencia emocional en el ámbito de la salud es de vital importancia para estudiantes y profesionales pues favorece el establecimiento de una adecuada relación con el paciente y su familia, al potenciar una comunicación afectiva, aspectos relacionados con la calidad de la cura y la satisfacción con la atención. Además, beneficia las relaciones interpersonales en el ámbito laboral, el rendimiento, el nivel de implicación y la satisfacción profesional evitando el síndrome de burnout. En la medida que la persona aprende a conocer y controlar sus emociones puede responder de manera adecuada a las diferentes situaciones estresantes y con gran carga emocional al que el profesional de salud se encuentra expuesto.

**Conclusiones:** se pone de manifiesto la importancia del estudio de la inteligencia emocional en la formación y desempeño laboral de profesionales de la salud.

**Palabras clave:** Inteligencia Emocional; Estudiantes de Medicina, Profesionales de la Salud.

## ABSTRACT

**Introduction:** emotional intelligence is of great importance in the field of health sciences given the relevance of each of its components in the health professional's work, since it favors the relationship with oneself, with the patient and with the environment.

**Objective:** to describe the importance of emotional intelligence in students and health professionals.

**Methods:** 40 scientific articles on the subject were consulted, obtained from the EBSCO, Medline, Scielo and Google Scholar databases, and 28 were used as bibliographic references, with a predominance of articles published during the last five years and others due to their relevance.

**Development:** the development of emotional intelligence in the health field is of vital importance for students and professionals as it favors the establishment of an adequate relationship with the patient and his family, by enhancing affective communication, aspects related to the quality of care and satisfaction with care. It also benefits interpersonal relationships in the workplace, performance, level of involvement and professional satisfaction, avoiding burnout syndrome. To the extent that the person learns to know and control his or her emotions, he or she can respond adequately to the different stressful and emotionally charged situations to which the health professional is exposed.

**Conclusions:** the importance of the study of emotional intelligence in the training and work performance of health professionals is highlighted.

**Keywords:** Emotional Intelligence; Students, Medical; Health Personnel.

## INTRODUCCIÓN

La inteligencia emocional es un término que aúna en el mismo concepto, dos de las características más importantes que diferencian al ser humano del resto de los animales como son la inteligencia y las emociones. El desarrollo y evolución de ambos conceptos a largo de los períodos más importantes de la historia de la humanidad se ha disipado hasta llegar a lo que hoy se conoce como inteligencia emocional (IE).<sup>(1)</sup>

La inteligencia emocional (IE) es una competencia social relevante en cualquier profesión, más aún en las ciencias de la salud, cuyos profesionales deben interactuar ante situaciones de crisis, dolor, sufrimiento y muerte, que les exige un afrontamiento adecuado, ágil, empático y proactivo. La IE alude a un componente informativo y a un contexto formativo de orden teórico práctico, con beneficios en todos los campos de desempeño cotidiano, social, familiar, laboral y en la formación profesional.<sup>(2)</sup>

En Medicina se ha centrado la enseñanza y la formación en aprender diferentes competencias, habilidades y aptitudes enfocadas a desarrollar la parte clínica de la Medicina, se utiliza la medición del coeficiente intelectual (CI), como único referente para evaluar la inteligencia de los alumnos, sin embargo actualmente se ha demostrado que el coeficiente emocional (CE) es también un parámetro útil y necesario, sobre todo en las áreas de la salud, ya que mide la capacidad del individuo de sentir, entender y controlar los estados anímicos propios y de las personas que le rodean.<sup>(3,4)</sup>

Estudiosos del tema han sintetizado cuatro aportes relevantes de la IE a la formación y práctica de los profesionales de la salud tales como : Interacción y calidad de la comunicación con el paciente, atención brindada, satisfacción del paciente y su adherencia al tratamiento ; Rendimiento, grado de implicación y satisfacción con su ejercicio profesional y calidad de vida en general; Selección en escenarios educativos y en la práctica profesional y Fortalecimiento en habilidades de comunicación clínica.<sup>(2)</sup>

En el ámbito de las universidades médicas la Inteligencia Emocional de estudiantes de medicina y profesionales de la salud ha sido estudiada por diversos autores encontrándose como principales hallazgos de investigación: la existencia de una relación directa y significativa entre inteligencia emocional y desempeño laboral de los profesionales de la salud, presencia de habilidades intrapersonales como favorecedoras de la satisfacción laboral, la relación médico paciente una mayor percepción de bienestar y menor incidencia de síndrome de burnout.<sup>(5,6,7,8)</sup>

Investigaciones en el ámbito universitario han mostrado evidencias sobre la relación entre IE y rendimiento académico, calidad de las relaciones sociales, el bienestar subjetivo, y la aparición de conductas disruptivas.<sup>(9,10)</sup>

Elementos estos que tributan a la necesidad de considerarse tanto en la formación como en los profesionales de la salud, no solo la adquisición de conocimientos y de procedimientos clínicos que son indiscutiblemente herramientas indispensables para su futuro desempeño, sino que se torna necesario, además, integrar el desarrollo de capacidades emocionales, todo desde un enfoque sistémico, que logre unificar una instrucción académica desde el saber, el hacer y el sentir.

Por los elementos antes expuestos el presente estudio tiene como objetivo **Describir la importancia de la Inteligencia Emocional en estudiantes y profesionales de la salud.**

## MÉTODOS

Para la realización del presente trabajo se revisó la literatura científica en función de recopilar información acerca de la importancia de la inteligencia emocional para los estudiantes y profesionales de la salud, consultando para ello las bases de datos Medline, Scielo y Google Académico.

De los 40 artículos consultados, fueron utilizados 28 como referencias bibliográficas, predominaron las publicaciones realizadas durante los últimos cinco años y otras previas según su relevancia. Los criterios de inclusión de los artículos para ser seleccionados, fueron: estudios realizados en profesionales de la salud dígase tanto del pregrado como el postgrado, publicados en inglés o español.

Se cumplió con los principios de la ética, respetando los criterios y aportes de las investigaciones revisadas.

## DESARROLLO

En los últimos años, los avances en el campo de la inteligencia incluyen el estudio de la parte emotiva y afectiva de los individuos para demostrar que la unión de la razón y la emoción son esenciales para comprender la inteligencia humana.<sup>(11)</sup>

El concepto inteligencia emocional (IE) apareció por primera vez en 1990 en un artículo publicado,<sup>(12)</sup> y desde entonces este concepto ha asumido diversos enfoques, teniendo a Goleman como referente en el tema.<sup>(11)</sup>

Goleman en el año 1998 reformuló la definición de Inteligencia Emocional de Moreano,<sup>(13)</sup> indicando que es la "Capacidad para percibir nuestros propios sentimientos particulares y los de los demás, para estimular y supervisar la emotividad en nosotros mismos y en las conexiones relacionales"<sup>(6)</sup>

En el 2001 Goleman propuso uno de los modelos más conocidos de Inteligencia emocional con cinco componentes básicos:

1. Autoconocimiento emocional: conocimiento de nuestras propias emociones, cómo nos afectan, sus fortalezas y debilidades;
2. Autocontrol emocional: autorregulación al reconocer la temporalidad de las emociones;
3. Automotivación: trazar un objetivo o meta que permita mantener la motivación y fijar la atención;
4. Reconocimiento de emociones ajenas: reconocer e interpretar las señales emocionales que los demás emiten en las relaciones interpersonales;
5. Habilidades sociales: control de las relaciones interpersonales mediante el relacionamiento exitoso.<sup>(3,14)</sup>

Por lo que al hablar de inteligencia emocional se hace alusión a una inteligencia intra e interpersonal que incluye la habilidad de reconocer, regular y comprender las emociones tanto en uno mismo como en los demás promoviendo el crecimiento emocional y personal. Poseer una alta inteligencia emocional posibilita a la persona conocer y expresar adecuadamente sus sentimientos, ser empáticos en sus relaciones y conectar con los otros, comunicarse de manera efectiva, tener capacidades para la solución y/o mediación de conflictos, disminuye la vulnerabilidad al estrés, a la ansiedad, a la depresión y a el síndrome de Burnout igualmente puede facilitar desde lo social los procesos de toma de decisión, la capacidad para influenciar en los otros, el trabajo en equipo, la adaptabilidad, la creatividad, y el ejercicio del liderazgo.

Es por tanto la inteligencia emocional (IE) una competencia social relevante para cualquier profesión, más aún en las ciencias de la salud, cuyos profesionales deben interactuar ante situaciones de crisis, dolor, sufrimiento y muerte, que les exige un afrontamiento adecuado, ágil, empático y proactivo. Ser un profesional de la salud implica una alta dosis de dedicación y esfuerzo, de habilidad para lidiar con las situaciones críticas y emociones fluctuantes, propias y del entorno, dado que la vida humana está en el núcleo del quehacer médico.<sup>(2)</sup>

Se sabe que es importante estar en contacto con las emociones, pero sobre todo tener una buena autorregulación de ellas en el momento que se requiera. Máxime en Medicina que es una profesión donde los médicos están en contacto con pacientes, donde en ocasiones por las situaciones de gravedad de la enfermedad se involucran con el dolor de sus pacientes o bien se muestran indiferentes ante ellos, razón por la que deben conducirse adecuadamente, de aquí radica la habilidad de saber cómo manejarse "emocionalmente" en ambos casos.<sup>(4)</sup>

Esta competencia no es únicamente para mejorar el manejo con pacientes, sino también que se vea mejorada la interacción con pares y con compañeros. De manera que incorporar la inteligencia emocional en la formación académica, es adquirir una competencia social clave que permite relacionarse al médico con él mismo y con los demás, se dice que desde la praxis cotidiana, una actuación inteligente consiste en saber identificar bien el origen y la naturaleza de las emociones en nosotros mismos para poder controlarlas de manera efectiva, estableciendo relaciones adecuadas entre los pensamientos, las emociones, el comportamiento, como una forma de orientar la vida de manera inteligente.<sup>(4)</sup>

La inclusión de la educación emocional en los currículos de formación médica, de pregrado y posgrado es de vital relevancia, y es que desde el proceso formativo en pregrado los estudiantes están sometidos a esfuerzos de adaptación constantes debido a la exigencia académica a que se ven expuesto. Por lo que se plantea que el estrés al que está sometido el estudiante de medicina es alto implicando a veces, riesgo para su salud.<sup>(15)</sup>

Los estudiantes de ciencias de la salud han de ser conscientes de la práctica de la humanización, es decir, capaces de ser sensibles a los propios sentimientos sin sobrepasarlos para establecer la relación entre el profesional, el paciente y la familia. Es fundamental cultivar un conocimiento de seguridad en los alumnos con rutinas eficaces y continuas durante toda la carrera y ello implica educación emocional durante su proceso formativo.<sup>(16)</sup>

Estudios realizados por Extremera y Berrocal, señalan que cuando existe un déficit de inteligencia emocional en el contexto educativo se puede observar: bajos niveles de bienestar y ajuste psicológico del alumnado, una disminución en la cantidad y calidad de las relaciones interpersonales, un descenso del rendimiento académico y la aparición de conductas disruptivas y consumo de sustancias adictivas.<sup>(4)</sup>

Investigaciones en este contexto corroboran lo anterior descrito:

Sobre la relación entre IE y bienestar psicológico estudios realizados con estudiantes universitarios revelan que uno de los principales factores que influyen en el desarrollo de depresión o ansiedad en los mismos es la carrera que siguen. Siendo las carreras de las ciencias de la salud las que presentan mayores índices de estudiantes con depresión y trastornos de ansiedad. Un nivel alto de inteligencia emocional aumenta la capacidad de afrontar el estrés y manejar las emociones negativas que fomentan la depresión y la ansiedad.<sup>(17,18)</sup>

En estudio realizado que tuvo como objetivo relacionar inteligencia emocional con sintomatología depresiva y ansiosa, con diversas variables sociodemográficas en tiempo de aislamiento por la pandemia, obtuvo entre otras conclusiones que la IE es un factor protector de sintomatología psicológica pues se identificó una correlación negativa entre la IE y la ansiedad y depresión.<sup>(11,18)</sup>

Se ha constatado que aquellas personas que tienen IE son socialmente equilibradas, extrovertidas, alegres, decididas, responsables, se preocupan por las gentes y muestran comprensión por los demás, se sienten satisfechas consigo mismo y capaces de relacionarse con el mundo que les rodea.<sup>(4)</sup>

En investigaciones que describen IE en estudiantes de las ciencias médicas se han obtenido resultados que fundamentan la necesidad de incluir en su formación la educación emocional, a fin de tener profesionales más preparados y competentes. Se realizó una investigación de tipo descriptivo longitudinal en el período comprendido entre enero de 2017 y diciembre de 2018; en la muestra seleccionada, los componentes más afectados de la inteligencia emocional resultaron la motivación y la autorregulación.<sup>(11,19)</sup>

Estudios realizados en un grupo de estudiantes de varias carreras se obtuvo que los estudiantes de ciencias de la salud son los que peor puntúan en casi todas las variables relacionadas con la IE, e igual se encontró una alta prevalencia de desórdenes emocionales en estudiantes de medicina de una escuela privada en Malasia e índices de vulnerabilidad al estrés en estudiantes de 1er año de medicina.<sup>(15,19)</sup>

Otras investigaciones realizadas con estudiantes en las carreras de medicina y enfermería de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí, se concluyó que los estudiantes se caracterizan por un valor medio de inteligencia emocional. La conciencia de uno mismo es la dimensión más desarrollada, mientras que las dimensiones interpersonales son las menos favorables como la influencia, el autocontrol emocional, la autoconciencia emocional, la gestión de conflictos, la empatía, la transparencia y el liderazgo.<sup>(15)</sup>

Otro ámbito de investigaciones está orientado a destacar a la inteligencia emocional como un factor importante para el éxito académico. Estudios realizados con estudiantes universitarios han obtenido como resultados reiterados a existencia de correlaciones positivas entre competencias emocionales y rendimiento académico.<sup>(11)</sup>

Cuando estamos ante alumnos emocionalmente competentes, son reconocidos por los otros, son eficaces y productivos, de manera que son estudiantes saludables. Tienen mayor competencia social, éxito académico y son psicológicamente más fuertes.<sup>(11)</sup>

El papel de los profesores en la formación de competencias emocionales ha sido igualmente trabajado, en un estudio desde una revisión narrativa, demuestran que el conocimiento emocional del docente es un aspecto fundamental en el aprendizaje y desarrollo de las competencias en los alumnos porque el profesor se convierte en un modelo de aprendizaje a través del cual el alumno aprende a razonar, expresar y regular las incidencias y frustraciones ocurridas durante el largo proceso de aprendizaje en el aula.<sup>(11,20)</sup>

Para que el alumno aprenda y desarrolle las habilidades emocionales y afectivas relacionadas con el uso inteligente de sus emociones necesita de un "educador emocional", por lo que el conocimiento emocional del docente es un aspecto fundamental para el aprendizaje y el desarrollo de estas competencias en los alumnos.

La educación emocional debe ser incorporada en la formación académica de nuestros profesionales de la salud a fin de lograr un aprendizaje efectivo, de adquirir una competencia social clave que le permita relacionarse consigo mismo y con los demás. Por ello se propone que en los programas de formación de profesionales de la Salud debe acogerse, mediante un vínculo de ayuda, confianza y mejoramiento, la enseñanza de la emocionalidad y desarrollar un mejor vínculo docente-alumno. Así, los estudiantes egresarán con una inteligencia emocional acorde y los pacientes serán beneficiados en el ejercicio médico de estos profesionales.<sup>(4,14)</sup>

Educar la IE beneficia en prevención de conductas de riesgo, proporciona un bienestar subjetivo o personal y laboral, permite una autoeficacia y el locus control, firmeza en relaciones familiares, ajuste socio-académico del alumno, conforma competencia social, mejora la salud mental y da felicidad entre otros aspectos. Les beneficia a identificar expresiones emocionales de los demás, a ser más flexibles en las interacciones sociales, capaces de manejar estados de ánimo, y de adaptarse mejor al estrés.<sup>(16)</sup>

Para los profesionales de la salud es vital desarrollar la inteligencia emocional ya que ejercen su actuar cotidiano en ambientes estresante. Por ello, el fomento de la inteligencia emocional en profesionales de la salud es verdaderamente una poderosa ayuda para el desempeño del trabajo diario.

El ámbito sanitario implica un importante desgaste tanto emocional como físico. Desgaste que se traduce, en la mayoría de las ocasiones, en una menor implicación en el trabajo, en un incremento de la irritabilidad y pérdida de motivación con la consecuente repercusión en el desempeño de su profesión.<sup>(21)</sup>



Estudios destacan que profesionales de la salud desarrollan un manejo regular de diversas situaciones en torno a su ambiente laboral, así como se evidencia que existe relación estadísticamente significativa entre las variables inteligencia emocional y desempeño laboral. <sup>(6)</sup>

El mejor desempeño profesional de aquellos con inteligencia emocional puede deberse en parte a que el proceso de toma de decisiones clínicas está influenciado por el tono emocional del médico. Las emociones son un determinante potente y común en los procesos de juicio y en situaciones de conflicto este proceso cognitivo se ve afectado. Sin embargo, incluso las decisiones clínicas en el día a día se toman en contextos emocionalmente desafiantes, lo cual requiere profesionales que sean conscientes de sus emociones y las de los demás. Por ejemplo, el dar una mala noticia al paciente es un evento percibido como estresante y se asocia con activación simpática y dificultad en el manejo de emociones como pérdida, culpa y fracaso. <sup>(7)</sup>

En una revisión publicada en 2016 se plantea que las emociones de los prestadores impactan la seguridad del paciente por tres razones: la presencia/ausencia de empatía hacia el paciente puede influir en la decisión terapéutica; un ambiente laboral hostil y conflictos con los colegas puede generar sentimientos que afectan el juicio individual y colectivo; y las experiencias previas similares determinan una respuesta emocional y con ello el juicio sobre qué tanta información se requiere para llegar a una decisión clínica. Es decir, que la inteligencia emocional puede considerarse un factor a favor de la seguridad del paciente en la medida que su fortalecimiento contribuye al bienestar del profesional de la salud y, a su vez, al desarrollo de un ambiente seguro para los pacientes. <sup>(7)</sup>

Las investigaciones coinciden en que cuando apartamos, negamos o ignoramos lo que sentimos, no resolvemos nuestros problemas. El primer paso para conectarnos con nuestra inteligencia emocional es reconocer nuestros sentimientos, sin juicio y sin tomar acción. Imágenes de resonancia magnética funcional han demostrado cómo al darle nombre a las emociones, la actividad neuronal aumenta en la corteza frontal donde se llevan a cabo procesos racionales y se atenúa la actividad límbica, lo cual genera una sensación de calma y auto control ante emociones difíciles y disminuye su intensidad. <sup>(7)</sup>

En otros estudios se ha encontrado que la inteligencia emocional está directamente relacionada con múltiples aspectos del bienestar, desembocando, por consiguiente, en un mayor éxito tanto académico y profesional como, sobre todo, personal, permitiendo al médico comunicarse de manera asertiva y efectiva con sus pacientes. <sup>(22)</sup>

Recientes investigaciones han puesto de manifiesto la existencia de una relación positiva entre la inteligencia emocional y el éxito profesional. Hace ya varios años se constató que la inteligencia sola no alcanza para triunfar en la vida, solo el 20 % de ella determina el éxito y el 80 % restante lo establecen otros factores entre los que se encuentra la inteligencia emocional, destacando también en este sentido como otros estudios permiten comprobar que existe relación entre la inteligencia emocional de los estudiantes en formación y el ejercicio de su futura profesión; se requiere una labor de excelencia para desarrollar la primera en aras de alcanzar el éxito en la segunda. <sup>(21,23,24)</sup>

Alrededor del 65 % del éxito laboral depende de la gestión y el buen uso de la inteligencia emocional; debido a que, en la actualidad, el ámbito laboral exige constantemente entender mejor a las personas, motivarlas y hacerlas trabajar bajo un propósito común. <sup>(25)</sup>

Se ha constatado que el individuo reacciona y evoluciona mejor en un entorno donde se encuentre comprendido, escuchado, en armonía en sus relaciones interpersonales, sin ambigüedad en el rol ni sobre carga laboral. Por lo que tener ambientes laborales con estas características son elementos esenciales en profesiones cuyo desempeño requiere un contacto directo con las personas, como sería el caso de enfermeros, médicos y otros profesionales.

Se ha comprobado que los pacientes demandan cada vez más que los profesionales sanitarios ofrezcan un soporte emocional afectivo, además de una solución a sus problemas de salud. En un estudio reciente que indagó la experiencia de pacientes en torno a la compasión de las enfermeras se obtuvo que los más pequeños gestos de compasión favorecieron su forma de ver los cuidados integrales de enfermería recibidos. <sup>(26)</sup>

Por todo ello y para ser más efectivos, más productivos y estar más satisfechos, regular nuestras emociones ya no es una opción, se ha convertido en una necesidad. Saber manejar nuestros estados de ansiedad, encauzar nuestras emociones, lidiar con nuestros miedos, afrontar nuevos desafíos, etc., son, en definitiva, las claves para el éxito personal y profesional. <sup>(26)</sup>

Las investigaciones también señalan que el personal de salud con altos niveles de inteligencia emocional manifiesta mayor optimismo y son más sensibles a las emociones de los pacientes, obtienen una mejor relación médico-paciente ya que mejora la calidad de las interacciones, y mantienen mayor salud física y mental, se observa menor cansancio emocional y síntomas psicósomáticos; en cambio los que tienen poca inteligencia emocional son más propensos a un mal funcionamiento psicosocial, incluyendo la depresión, la ansiedad, la violencia, consumo de drogas, alcohol y relaciones destructivas. <sup>(4)</sup>

De forma general para poder desarrollar nuestra **inteligencia emocional** intrapersonal es necesario trabajar nuestra autoconciencia (conocernos a nosotros mismos), la auto regulación (aprender a regular nuestras reacciones ante sentimientos y emociones) y la motivación (no tenemos que dejarnos caer en la frustración, tenemos que valorar nuestros éxitos y aprender de los fracasos). Para mejorar nuestra inteligencia interpersonal tenemos que potenciar nuestras habilidades sociales. <sup>(27,28)</sup>

Los **profesionales de la salud** tienen que aprender a utilizar la **inteligencia emocional** para organizar las destrezas interpersonales y de comunicación en el ámbito de la profesión; quedando demostrado que esto permite mejorar: <sup>(28)</sup>

- La relación con los pacientes, y aspectos relacionados con la calidad de la cura y la satisfacción de la persona atendida.
- Un profesional con unas adecuadas habilidades de comunicación clínica disminuye el número de demandas recibidas y aumenta el grado de adherencia de los pacientes a los tratamientos.
- El rendimiento, el nivel de implicación y la satisfacción profesional.
- Evita la llamada disonancia emocional y el síndrome de burnout, que a menudo trae a la despersonalización y el maltrato hacia los pacientes.
- Tenemos que valorar la importancia de aprender de la inteligencia emocional a la educación sanitaria de los profesionales, para ayudar a comprender y crear una forma inteligente de sentir, cultivando sentimientos equilibrados. La enseñanza de emociones inteligentes depende de la práctica, el entrenamiento y su perfeccionamiento y, no tanto, de la instrucción verbal. La educación emocional ayuda a mitigar el posible desgaste de las relaciones que los profesionales establecen con los pacientes y también a identificar las emociones y sentimientos que lo mueven, y hacer un correcto manejo, de forma que,



si lo conseguimos, podremos conducir las emociones de los pacientes, y el más importando podrá ayudarnos a manejarlas correctamente, en lugar de evitarlas.

Sobre todos estos indicadores se debe incidir positivamente para el logro del desarrollo de la inteligencia emocional de los futuros egresados y profesionales de la salud ya que, coincidiendo con algunos autores consultados, desarrollar la inteligencia emocional es una de las mejores maneras de asegurar una personalidad integral para el diseño de una futura sociedad más tolerante y equilibrada.<sup>(23)</sup>

Estamos ante esa dimensión de nuestra vida que todos deberíamos desarrollar y gestionar adecuadamente. Saber escuchar, comprender las emociones ajenas y controlar las propias, saber comunicarnos y fomentar un respeto mutuo donde todos salgamos ganando, es algo esencial.

## CONCLUSIONES

Esta revisión pone de manifiesto la importancia del estudio de la inteligencia emocional en la formación y desempeño laboral de profesionales de la salud. La IE es en sí misma una competencia elemental en todo profesional de la salud. Y es así porque promueve una visión centrada en el ser humano, dotando de este modo de herramientas claves para el éxito tanto profesional como académico. Existe un consenso generalizado sobre la carencia en los planes de formación de competencias como la inteligencia emocional por lo que se debe re-evaluar los planes de formación del profesional de la salud, dando una mayor relevancia al desarrollo de competencias no solamente teórico-prácticas, sino referentes también al manejo de las emociones, principalmente de la inteligencia emocional.

La inteligencia emocional nos proporciona ayuda en temas laborales, tanto para mostrar cercanía con el paciente, como actuar de la mejor manera posible en situaciones difíciles prestando servicios sanitarios de calidad. Del mismo modo, los profesionales deben tener las capacidades para abordar los conocimientos de la IE en circunstancias que se precise y educarlas a los alumnos. El entrenamiento de la IE a los estudiantes en ciencias de la salud forma profesionales emocionales competentes en sanidad.

## Conflicto de interés

Los autores no declaran conflictos de interés.

## Contribución de autoría

Todos los autores participaron en la conceptualización, análisis formal, administración del proyecto, redacción - borrador original, redacción - revisión, edición y aprobación del manuscrito final.

## Financiación

Los autores no recibieron financiación para el desarrollo de la presente investigación.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Jamba-Pedro da Fonseca A, Vidal-Espinoza R, Cossio-Bolaños A, Hernández-González O, Gómez-Leyva I, Gómez-Campos R. Instrumentos que evalúan la inteligencia emocional en estudiantes universitarios: una revisión sistemática Rev. Ecuat. Neurol [Internet]. 2021 [citado 23/2/2023]; 30(2): 68-75. Disponible en: <https://doi.org/10.46997/revecuatneurol30200068>
2. Páez-Cala ML, Castaño-Castrillón JJ. Inteligencia emocional y empatía en estudiantes de medicina de la ciudad de Manizales (Colombia). Arch Med (Manizales) [Internet]. 2020 [citado 23/2/2023]; 20(2): 295-310. Disponible en: <https://doi.org/10.30554/archmed.20.2.3741>
3. Goleman D. La inteligencia emocional. Vergara; 2001. p. 197.
4. Hernández-Vargas CI, Dickinson-Bannack ME. Importancia de la inteligencia emocional en Medicina. Investigación educ. médica [Internet]. 2014 Sep. [citado 22/02/2023]; 3(11): 155-160. Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-50572014000300006&lng=es](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-50572014000300006&lng=es).
5. Rodríguez López Y. Estudio de capacidades emocionales en estudiantes de primer año de Medicina de la Facultad de Ciencias Médicas de Artemisa [Tesis Maestría]. Facultad de Psicología, Universidad de la Habana; 2015.
6. Torres Vargas E, Fretel Quiroz NM, Coral Cevillano M, Ramírez Chumbe I. Inteligencia emocional y desempeño laboral de los profesionales de la salud de un hosp. Vive Rev. Salud [Internet]. 2021 Abr [citado 20/02/2023]; 4(10): 64-71. Disponible en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2664-32432021000100064&lng=es](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2664-32432021000100064&lng=es).
7. Sierra-Tobón S, Díaz-Castrillón CE. Inteligencia emocional y práctica clínica en tiempos de pandemia. Rev CES Med [Internet]. 2020 [citado 20/02/2023]; Especial COVID-19: 59-68. Disponible en: <https://doi.org/10.21615/cesmedicina.34.covid-19.9>
8. Shahid R, Stirling J, Adams W. Promoting wellness and stress management in residents through emotional intelligence training. Adv Med Educ Pract [Internet]. 2018 Sep [citado 20/02/2023]; 9: 681-6. Available from: <https://www.dovepress.com/promoting-wellness-and-stress-management-in-residents-through-emotio-na-peer-reviewed-article-AMEP>
9. Castaño Castrillón JJ. El perfil psicosocial en estudiantes de Medicina. Archivos de Medicina [Internet]. 2011 [Citado 05/02/2023]; 11(2): 89-90. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273821489001>
10. Pérez López E. Importancia que le confieren los adolescentes y profesores de secundaria básica a las capacidades emocionales como recursos para un buen desempeño [Tesis]. Facultad de Psicología, Universidad de la Habana; 2014.
11. Robles-Hurtado I, Soto-Hidalgo C. Inteligencia Emocional y rendimiento académico en estudiantes de medicina antes y después de la COVID19. EDUMECENTRO [Internet]. 2023 [citado 28/02/2023]; 15(1). Disponible en: <https://revedumecentro.sld.cu/index.php/edumc/article/view/2497>

12. Morillo-Guerrero J. Inteligencia emocional y rendimiento académico: un enfoque correlacional. Rev Carib Invest Educat [Internet]. 2022 [citado 13/2/2023]; 6(1): 73-90. Disponible en: <https://revistas.isfodosu.edu.do/index.php/recie/article/view/381/324>
13. Moreano N. La inteligencia emocional y el desempeño laboral del profesional de enfermería del Centro Médico Naval "Santiago Távara" Callao. Lima, Perú; 2018.
14. Prieto F, Campos M, Kunakov N. Formando médicos, rol de las emociones. ¿Cómo incorporamos las emociones para un aprendizaje significativo? Training doctors, the role of emotions. How do we incorporate emotions for meaningful learning? ARS med [Internet]. 3 de junio 2022 [citado 28/02/2023]; 47(2): 68-71. Disponible en: <https://www.arsmedica.cl/index.php/MED/article/view/1857>
15. Vega JO, Bello Dávila Z, Medina García J, Alfonso León A. Un estudio de las competencias emocionales en estudiantes de Ciencias de la Salud de la Universidad Técnica de Manabí. Sinapsis [Internet]. 24 de septiembre de 2019 [citado 28/02/2023]; 1(14). Disponible en: <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/sinapsis/article/view/190>
16. García Serra C. Inteligencia emocional y su entrenamiento en estudiantes de ciencias de la salud [Internet]. España; 2020 [citado 28/02/2023]. Disponible en: [https://todostuslibros.com/libros/inteligencia-emocional-y-su-entrenamiento-en-estudiantes-de-ciencias-de-la-salud\\_978-84-18229-88-6](https://todostuslibros.com/libros/inteligencia-emocional-y-su-entrenamiento-en-estudiantes-de-ciencias-de-la-salud_978-84-18229-88-6)
17. Ayala N, Duré MA, Urizar CA, Insaurrealde A, Castaldelli JM, Torales JC, et al. Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión en estudiantes de Medicina de una Universidad pública. An. Fac. Cienc. Méd. (Asunción) [Internet]. 2021 [citado 28/02/2023]; 54(2): 51-60. Disponible en: <https://doi.org/10.18004/anales/2021.054.02.51>
18. Montero Saldaña B, López Ramírez JP, Higareda Sánchez JJ. Inteligencia emocional, ansiedad y depresión en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. Rev de Psicología de la Univ Autónoma del Estado de México [Internet]. 2022 [citado 28/02/2023]; 11(26): 146. Disponible en: [https://www.researchgate.net/publication/361868715\\_INTELIGENCIA\\_EMOCIONAL\\_ANSIEDAD\\_Y\\_DEPRESION\\_EN\\_ESTUDIANTES\\_UNIVERSITARIOS\\_DURANTE\\_LA\\_PANDEMIA\\_POR\\_COVID-19](https://www.researchgate.net/publication/361868715_INTELIGENCIA_EMOCIONAL_ANSIEDAD_Y_DEPRESION_EN_ESTUDIANTES_UNIVERSITARIOS_DURANTE_LA_PANDEMIA_POR_COVID-19)
19. S Ghahramani, AT Jahromi, D Khoshroor, R Seifooripour, M Sepehrpoor. Therelationship between emotional intelligence and happiness in medical students. Korean J Med Educ [Internet]. 2019 [citado 28/02/2023]; 31(1): 29-38. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.3946/kjme.2019.116>
20. Benítez Pérez CJ, Moreira Negrín RÁ, Fabero Rodríguez W, Díaz Hernández M, Quintana Gómez F, Rodríguez Mantilla HE. Desarrollar la inteligencia emocional a través de la labor del profesor guía. EDUMECENTRO [Internet]. 2018 [citado 21/02/2023]; 10(4): 103-121. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742018000400007](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742018000400007)
21. El profesional sanitario y la inteligencia emocional. Cursos Fnn, formación para profesionales sanitarios; 2019. Disponible en <https://cursosfnn.com/blogcursosfnn/enfermeria-y-especialidades/el-profesional-sanitario-ante-la-inteligencia-emocional/>

22. Marcos J, Cerdio D, Del Campo E, Gutiérrez RE, Castro LA, Cedillo AC. Relación Médico - paciente e inteligencia emocional, un reto en la educación médica. Medicina y Etica[Internet]. 2021 [citado 21/02/2023]; 32(3): 635-664. Disponible en: <https://doi.org/10.36105/mye.2021v32n301>
23. Ramos Cuellar S, Bernal Wittar YL, Espinosa Navarro S, Cañizares Espinosa Y, Hernández Álvarez LB, de Rojas Gómez MC. La inteligencia emocional en la formación de profesionales de Trabajo Social en salud. EDUMECENTRO [Internet]. 2019 Dic [citado 19/02/2023] ; 11(4): 204-221. Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742019000400204&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742019000400204&lng=es).
24. Beltrán González BM, Vega Díaz T, Sarduy Pérez G, Santandreu Uriarte EM. Gestión por procesos en los servicios de salud y el trabajo en equipo: consideraciones metodológicas. EDUMECENTRO [Internet]. 2018 [citado 20/02/2023]; 10(1): . Disponible en: [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-28742018000100017&lng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742018000100017&lng=es)
25. Inteligencia Emocional en tu desarrollo profesional. Disponible en: <https://tradeoff.com.mx/2021/12/28/inteligencia-emocional-en-tu-desarrollo-profesional/>
26. Navarro MQ. Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de Enfermería. Ciencia Y Enfermería [Internet]. 2020 [citado 20/2/2023]; 26(3). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532020000100203>
27. Sánchez Teruel D, Robles Bello MA. Instrumentos de evaluación en inteligencia emocional: una revisión sistemática cuantitativa. Perspectiva Educacional [Internet]. 2018 [citado 23/2/2023]; 57(2). Disponible en: <https://dx.doi.org/10.4151/07189729-Vol.57-Iss.2Art.712>
28. Gómez Quique. La Inteligencia Emocional: una competencia básica para los profesionales de la salud; 2018. Disponible en: <https://www.medicinalliure.com./es/la-inteligencia-emocional-competencia-basica-profesionales-de-la-salud/>