

HABILIDADES INTRAPERSONALES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: UNA COMPETENCIA PARA EL CUIDADO DE ENFERMERÍA

Brahilin Alexini Ruiz Cuellar*,
Naiby Yorlenis Tumay Romero**,
Coautora: Nohora Cristina Guavita Rozo***

Resumen

Métodos: estudio de tipo cuantitativo con diseño descriptivo de corte transversal, realizado en Bogotá, Colombia; se llevó a cabo en dos momentos: el primero, mediante una estrategia de búsqueda de la literatura; el segundo, en el primer trimestre del 2023, consistió en una muestra no probabilística y por conveniencia. La población de estudio se conformó por 20 profesionales de enfermería.

Resultados: en la categorización de las cuatro habilidades intrapersonales en los 20 encuestados, la autoestima presentó un porcentaje del 28 %, seguida de la automotivación con un 25 %, el autocontrol con un 25 % y el autoconocimiento con un 22 %.

Conclusión: la edad, los hijos, el estado civil, la experiencia laboral y trabajar en otra institución desempeñando el mismo cargo favorecen el crecimiento emocional y profesional y amplían sus conocimientos, capacidades, seguridad de sí mismos, toma de decisiones asertivas y resolución de conflictos con apropiación y liderazgo en su rol.

Palabras clave: autocontrol, automotivación, autoestima, autoconocimiento, enfermería

* Brahilin Alexini Ruiz Cuellar, estudiante de VIII Semestre programa de Enfermería, Fundación Universitaria del Área Andina.

** Naiby Yorlenis Tumay Romero, estudiante de VIII Semestre programa de Enfermería, Fundación Universitaria del Área Andina.

*** Nohora Cristina Guavita Rozo, Magíster en Salud Mental Comunitaria, Docente Fundación Universitaria del Área Andina.

Introducción

El término inteligencia emocional (IE) hace parte de la literatura de la psicología desde 1990 gracias a Salovey y Mayer, quienes estructuraron su concepto de IE a partir de las inteligencias intrapersonal e interpersonal de Gardner. No obstante, en 1995 el concepto se difundió tras la publicación del libro *La inteligencia emocional*, por Goleman, quien profundizó en él y lo desarrolló. Por eso, se le considera el padre de la inteligencia emocional. Desde 1999, Goleman la define como la capacidad y habilidad psicológica para reconocer los sentimientos y emociones propias y de los demás, motivarse y manejar adecuadamente las emociones e influir en las acciones y conductas tanto individuales como ajenas en cualquier ámbito que requiera del control, entendimiento y manejo de estas emociones (Abarca *et al.*, 2021).

La inteligencia emocional (IE) juega un papel fundamental en el área asistencial, proporcionando estabilidad emocional en enfermería y facilitando el manejo del cuidado integral. Además, se ha reconocido como un factor clave para mejorar el desempeño laboral en términos de regulación emocional y reducción del desgaste profesional (Onte *et al.*, 2020). Es importante señalar que enfermería debe ejercer sus actividades de manera eficiente y efectiva en el desempeño de su rol; por lo tanto, se necesitan habilidades cognitivas y actitudes inherentes de su perfil profesional con como lo son su capacidad de liderazgo, resolución de problemas y toma de decisiones. En ese sentido, el desarrollo de la formación en inteligencia emocional permite imple-

mentar estrategias que hacen accesible el proceso de adaptación a las adversidades; esto requiere un equilibrio físico, psicológico y moral. Las estrategias pueden clasificarse en positivas o negativas según la proximidad que determina su comportamiento hacia el entorno, la comunidad y las personas con las que interactúan (Abarca *et al.*, 2021).

En relación con este tema, se encuentran las habilidades intrapersonales que hacen parte de la inteligencia emocional, las cuales son la autoconciencia, la autorregulación, la automotivación y la autoestima; estas son las capacidades que permiten el reconocimiento emocional de sí mismo, con el objetivo de determinar el nivel de las habilidades de inteligencia emocional intrapersonal, presentes en el profesional de enfermería que brinda cuidado al paciente hospitalizado, mediante la aplicación del cuestionario de inteligencia emocional, validado y aplicado por Mercado *et al.* (2001).

Justificación

La presente investigación se enfocó en la identificación de habilidades de la inteligencia emocional intrapersonales en enfermeros que trabajan en el área asistencial; dado que la enfermería es una profesión susceptible al manejo de situaciones estresantes, exige, dentro del quehacer profesional de quienes la ejercen, contar con habilidades que les permitan una mayor eficacia en la gestión de sus emociones, para lograr que el cuidado que brindan, además de cumplir con los estándares de calidad, sea un cuidado holístico, integral y humanizado, que atienda tanto a las necesidades

de los usuarios de los servicios de salud como del profesional que cuida. Para tal fin, este debe desarrollar habilidades tales como: la autoconciencia, que permite reconocer y comprender sus emociones, fortalezas, debilidades y necesidades; la autorregulación, que facilita un mayor control de las emociones, con lo cual se logra que el profesional de enfermería, al encontrarse en situaciones de tensión, tome decisiones responsables y coherentes, buscando las mejores estrategias que permitan solucionar y dar respuesta rápida (Lilibeth *et al.*, 2021) mediante la automotivación, la habilidad para dar las razones, el impulso, el entusiasmo y el interés que provocan una acción específica o un determinado comportamiento; así mismo, la autoestima, que permite una mayor motivación, asertividad, productividad, compromiso y dominio del entorno (Veliz *et al.*, 2018).

Objetivos

General

Determinar el nivel de las habilidades de inteligencia emocional intrapersonal presentes en el profesional de enfermería que brinda cuidado al paciente hospitalizado.

Específicos

- Categorizar las habilidades de inteligencia emocional.
- Describir la relación de las habilidades intrapersonales de la inteligencia emocional con las variables sociodemográficas del personal de enfermería.

- Identificar medidas que faciliten la gestión de la salud mental en el profesional de enfermería para el manejo de situaciones estresantes.

Referente teórico

La salud mental, en la Ley 1616 del 2013, artículo 3, es definida como un estado dinámico que se manifiesta en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción, de manera tal que permite a las personas y grupos utilizar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana y el trabajo, construir relaciones significativas y contribuir a la comunidad (Minsalud, 2013). En el artículo 9, los determinantes de la salud mental involucran: inclusión social; la lucha contra el estigma y la discriminación; buen trato y prevención de las violencias, prácticas de hostigamiento, acoso o matoneo; prevención del suicidio, del consumo de sustancias psicoactivas; la participación social y la seguridad económica y alimentaria, entre otras (Minsalud, 2013).

Una parte de la salud mental es la inteligencia emocional; según Goleman, esta se refiere a la capacidad de percibir, comprender, evaluar, expresar y reconocer emociones propias y de los demás, lo que facilita el crecimiento emocional e intelectual (Onte *et al.*, 2020). Dicho autor también sustenta que, en el manejo emocional, la automotivación, empatía, manejo de las relaciones personales, habilidades de comunicación y estilo personal son habilidades que posee la persona para controlar sus emociones. Con relación a lo expresado, es posible que una persona sea capaz de enfrentarse a

sí misma, usar sus habilidades y motivarse para controlar sus reacciones ante las situaciones que se presentan (Rengifo, 2021).

Por otro lado, la enfermería, según la Ley 266 de 1996, artículo 3, se define como “una profesión liberal y una disciplina de carácter social, cuyos sujetos de atención son la persona, la familia y la comunidad, con sus características socioculturales, sus necesidades y derechos, así como el ambiente físico y social que influye en la salud y en el bienestar” (Ministerio de Educación, 1996). Se trata de una profesión que cuenta con unos principios específicos de la práctica profesional estipulados en el artículo 2, los cuales son: integralidad, individualidad, dialogicidad, calidad y continuidad; estos son fundamentos estos en los principios éticos y morales, fundamentados en el respeto de los Derechos Humanos y los derechos del profesional que se encuentran en el artículo 21, los cuales corresponden a tener un ambiente laboral sano, trato digno, condiciones de trabajo de calidad, entre otros (Ministerio de Educación, 1996). Lo anterior contribuirá a que el profesional de enfermería consiga manejar y cumplir con los estándares de calidad en el cuidado que brinda a las personas.

Del mismo modo, el cuidado de enfermería se fundamenta en teorías como la del Cuidado Humano de Jean Watson, quien considera que la enfermería debe aplicar un cuidado holístico al individuo, la familia y la comunidad, teniendo en cuenta que cuidar es una acción humana específica de las relaciones interpersonales o relación terapéutica; basándose en la

comprensión entre humanos, el manejo de la confianza que el paciente deposita en la enfermera que lo cuida genera capacidad para controlar sus emociones, expresiones y sentimientos al sujeto de cuidado, así como respetar sus valores y creencias (Rengifo, 2021).

Este grupo investigador considera que las habilidades intrapersonales de la inteligencia emocional son una herramienta necesaria que el profesional de enfermería debe conocer y gestionar, puesto que dentro de su quehacer profesional y su vida personal está en constante interacción con diferentes tipos de personalidades, situaciones y opiniones, ya sea con su equipo de trabajo, con los sujetos de cuidado y los múltiples roles a desempeñar, además de situaciones que pueden generar malestar emocional y psicológico o insatisfacción. De acuerdo a lo anterior, estas habilidades influyen en el cuidado integral y autocuidado de los enfermeros, al brindar un cuidado de calidad con trato digno y humanizado, en las áreas de la promoción, prevención, tratamiento, rehabilitación, acompañamiento al final de la vida y/o en los procesos de salud-enfermedad.

Metodología

Según Sampieri (2014), una investigación basada en el enfoque cuantitativo está dirigida a describir, explicar, validar y predecir fenómenos, así como generar y contrarrestar teorías; por esta razón, los datos se recopilan utilizando herramientas estandarizadas y validadas para demostrar su confiabilidad (Sampieri, 2014); a partir de lo anterior, este estudio se considera de tipo cuantitativo con

diseño descriptivo de corte transversal, realizado en Bogotá, Colombia; se realizó en dos momentos: el primero se llevó a cabo durante septiembre y octubre del 2022 mediante una estrategia de búsqueda de la literatura; se consideraron los artículos publicados entre el 2017 y el 2022; de 57 artículos, 42 cumplieron con los criterios de inclusión; finalmente, se realizó una matriz en una base de datos para el cruce de la información. El segundo momento se realizó en el primer trimestre del 2023, utilizando a un grupo de enfoque como medio de recogida de datos; fue una muestra no probabilística y por conveniencia y la población de estudio estuvo conformada por 20 profesionales de enfermería, que dieron su consentimiento para participar en el estudio y cumplieron los criterios de inclusión: ser enfermero(a) que trabaja en el área asistencial y tener entre 22 y 55 años de edad. Se tuvieron en cuenta datos demográficos como: el sexo, la edad, número de hijos, personas a cargo, ocupación (trabajar o estudiar y trabajar), dinámica familiar (único proveedor, gastos compartidos y ninguno), años de experiencia, si labora en otra institución desempeñando este mismo cargo, estado civil, estrato socioeconómico, tipo de contratación (fijo, indefinido o prestación de servicios) y años laborando dentro de la institución.

Se aplicó el cuestionario de inteligencia emocional, validado y aplicado por Mercado, Ramos Callejas y Vásquez del Río. Este cuestionario consta de 120 ítems relacionados con las siete categorías comprendidas en la inteligencia emocional, las cuales son: comunicación, empatía, autoconocimiento, au-

tomotivación, autocontrol, relaciones con los demás y autoestima; cabe resaltar que para el presente estudio se tuvieron en cuenta las preguntas relacionadas con las habilidades intrapersonales que son el autoconocimiento/ autoconciencia, autocontrol/autorregulación, automotivación y autoestima, que se evaluaron mediante la escala de Likert; el análisis de la información del cuestionario de inteligencia emocional se realizó con la herramienta estadística Looker Studio Pro versión 2022, mediante el cual se clasificó por generalidades y de forma específica cada una de las habilidades intrapersonales; esto permitió el cruce de variables entre los encuestados y los datos sociodemográficos de acuerdo con las respuestas de cada uno.

Resultados

Toda la población estudiada estuvo conformada por (20/100 %) encuestados, de los cuales el 55 % (n=11) fue de sexo femenino, 45 % (n=9) fue de sexo masculino; edades entre 22 y 35 años el 50 % (n=10), 36 a 45 años el 35 % (n=7) y 46 a 55 años el 15 % (n=3); en la dinámica familiar, el 65 % (n=13) de los encuestados manejan gastos compartidos, 30 % (n=6) son único proveedor y 5 % (n=1) ninguno; con relación a laborar en otra institución desempeñando el mismo cargo, el 70 % (n=14) no laboran en otra institución y el 30 % (n=6) sí laboran en otra institución; el estado civil estuvo conformado por: casados el 35 % (n=7), unión libre el 25 % (n=5), solteros con vínculos románticos el 20 % (n=), separados el 10 % (n=2) y solteros sin vínculos románticos el 10 % (n=2); en el tipo

de contratación se evidenció que los de contrato indefinido fueron el 50 % (n=10), contrato fijo el 35 % (n=7) y los de contrato por prestación de servicio el 15 % (n=15); en los años de experiencia, los encuestados con < 5 años de experiencia son un 10 % (n=2) y > 5 años de experiencia un 90 % (n=18); en si tienen hijos o no, el 25 % (n=5) de los encuestados no tienen hijos y el 75 % (n=15) de los encuestados sí los tienen hijos; en cuanto a estrato socioeconómico, los de estrato 2 fueron el 40 % (n=8), los de estrato 3 el 40 % (n=8) y los de estrato 4 el 20 % (n=4). (Tabla 1)

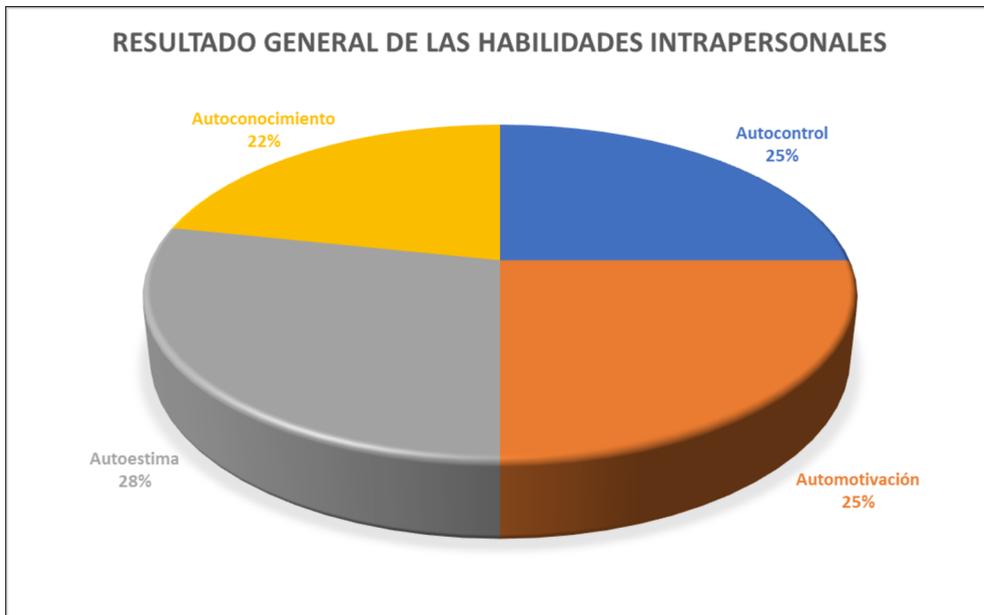
Considerando el objetivo general del estudio, el cual fue determinar el nivel de las habilidades de inteligencia emocional intrapersonales presentes en el profesional de enfermería que brinda cuidado al paciente hospitalizado, se pudo observar mediante la categorización de las cuatro habilidades intrapersonales en los 20 encuestados que la autoestima presentó un porcentaje del 28 %; seguida de la automotivación con un 25 %, el autocontrol con un 25 % y el autoconocimiento con un 22 %. (Figura 1).

Tabla 1. Variables sociodemográficas

VARIABLES SOCIODEMOGRÁFICAS		n	%
SEXO	Masculino	9	45
	Femenino	11	55
EDAD	22 a 35 años	10	50
	>36 años	10	50
DINÁMICA FAMILIAR	Gastos compartidos	13	65
	único proveedor	6	30
	Ninguno	1	5
LABORA EN OTRA INSTITUCIÓN DESEMPEÑANDO EL MISMO CARGO	Si	6	30
	No	14	70
ESTADO CIVIL	Casados	7	35
	Unión libre	5	25
	Solteros con vínculos románticos	4	20
	Separados	2	10
	Solteros sin vínculos románticos	2	10
TIPO DE CONTRATACIÓN	Indefinido	10	50
	Fijo	7	35
	Prestación de servicios	3	15
AÑOS DE EXPERIENCIA	< 5 años de experiencia	2	10
	> 5 años de experiencia	18	90
HIJOS	Si	15	75
	No	5	25
ESTRATO SOCIOECONÓMICO	2	8	40
	3	8	40
	4	4	20

Fuente: Grupo investigador

Figura 1. Resultado general de las habilidades intrapersonales

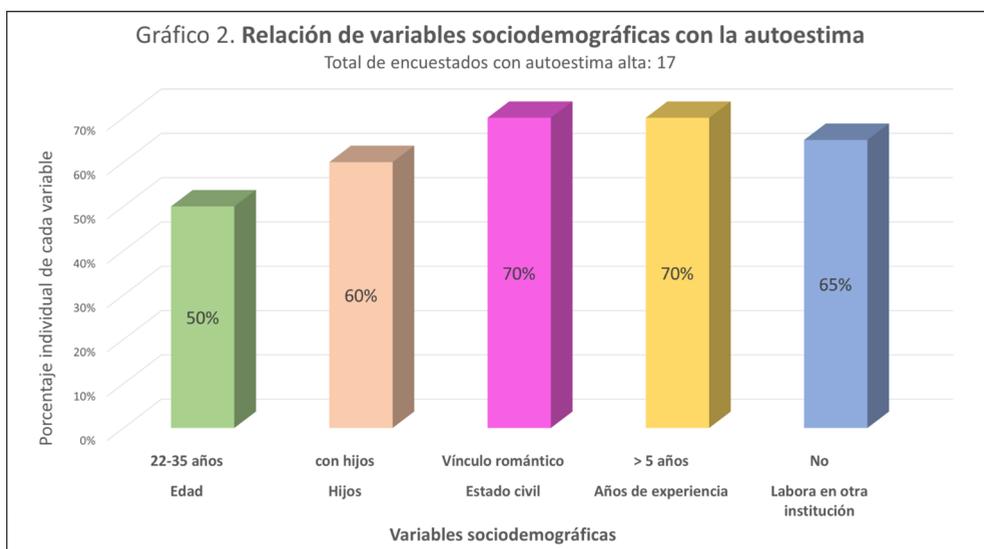


Fuente: grupo investigador.

Estos fueron los hallazgos en la relación de las variables sociodemográficas con la habilidad de la autoestima: Se observó que en la autoestima, de los 20 encuestados el 85 % (n=17) obtuvieron puntajes altos. De acuerdo con lo anterior, en la edad, es mayor la autoestima en personas de 22 a 35 años, con un 50 % (n=10), en comparación con las edades de 36 años o más que fue menor, con un 35% (n=7). Por otra parte, es mayor la autoestima en los encuestados que tienen hijos, con un 60 %, comparados con los que no tienen hijos, con un 25% (n=5). En cuanto al estado civil, los encuestados con algún vínculo romántico (unión libre, casados y noviazgo) tienen mayor nivel de autoestima, con un 70 % (n=14) comparado con los que no tienen ningún vínculo romántico (solteros, separados, divorciados y viudos), con un 15 % (n=3). Con relación a los años de experiencia laboral, se evidenció que el

70 % (n=14) de los encuestados que tienen > 5 años de experiencia cuentan con mayor autoestima en comparación con los que tienen < 5 años de experiencia, con un 15 % (n=3). Respecto a si laboran en otra institución desempeñando el mismo cargo, se observó que los profesionales que solo trabajan en una institución cuentan con mayor autoestima, un 65% (n=13), en comparación de los que sí trabajan en otra institución, con un 20 % (n=4). (Figura 2)

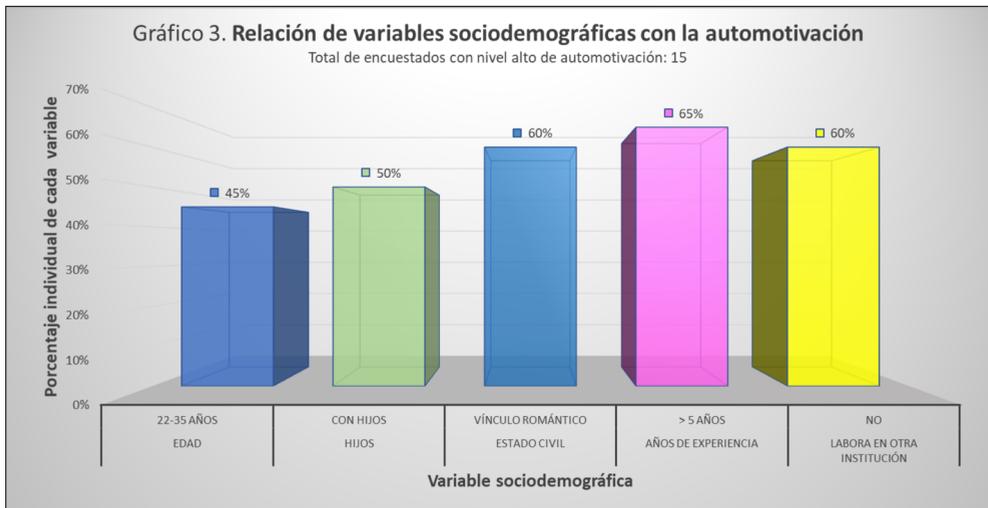
Estos fueron los hallazgos respecto de las variables sociodemográficas con la habilidad de la automotivación: se observó que, en cuanto a la automotivación de los 20 encuestados, el 75 % (n= 15) obtuvieron puntajes altos. En cuanto a la edad, es mayor la automotivación en personas de 22 a 35 años, con un 45 % (n=9), en comparación con personas de 36 años o más, que tuvieron un 30% (n=6). Por



Fuente: grupo investigador.

otra parte, es mayor la automotivación en los encuestados que tienen hijos, con un 50 % (n=10), en comparación con los que no tienen hijos, con un 25 % (n=5). En cuanto al estado civil, los encuestados con algún vínculo romántico (unión libre, casados y noviazgo) tienen mayor nivel de automotivación, con un 60 % (n=12), comparado con los que no tienen ningún vínculo romántico (solteros, separados, divorciados y viudos), con un 15 % (n=3). Con relación a los años de experiencia laboral, se evidenció que el 65 % (n=13) de los encuestados que tienen > 5 años de experiencia cuentan con mayor automotivación comparados con los que tienen < 5 años de experiencia, con un 10 % (n=2). En si labora en otra institución desempeñando el mismo cargo, se observó que los profesionales que solo trabajan en una institución contaron con mayor automotivación, 60 % (n=12), en comparación de los que sí trabajan en otra institución, con un 15 % (n=3). (Figura 3)

Estos fueron los hallazgos en la relación de las variables sociodemográficas con la habilidad del autocontrol: se observó que, de los 20 encuestados, el 75 % (n=15) obtuvieron puntajes altos en el autocontrol. En la edad, es mayor el autocontrol en personas de 36 años o más, 40 % (n=8), en comparación con las de 22 a 35 años, 35 % (n=7). Así mismo, es mayor el autocontrol en los encuestados que tienen hijos, 65% (n=13), comparados con los que no tienen hijos, 10 % (n=2). Por otra parte, los encuestados con algún vínculo romántico (unión libre, casados y noviazgo) tienen mayor nivel de autocontrol, 55 % (n=11), comparados con los que no tienen ningún vínculo romántico (solteros, separados, divorciados y viudos), con un 20 % (n=4). Con relación a los años de experiencia laboral, se evidenció que el 60 % (n=12) de los encuestados que tienen > 5 años de experiencia laboral cuentan con mayor autocontrol comparado con los que tienen < 5 años de experiencia, 15 % (n=3). En si labora en otra insti-



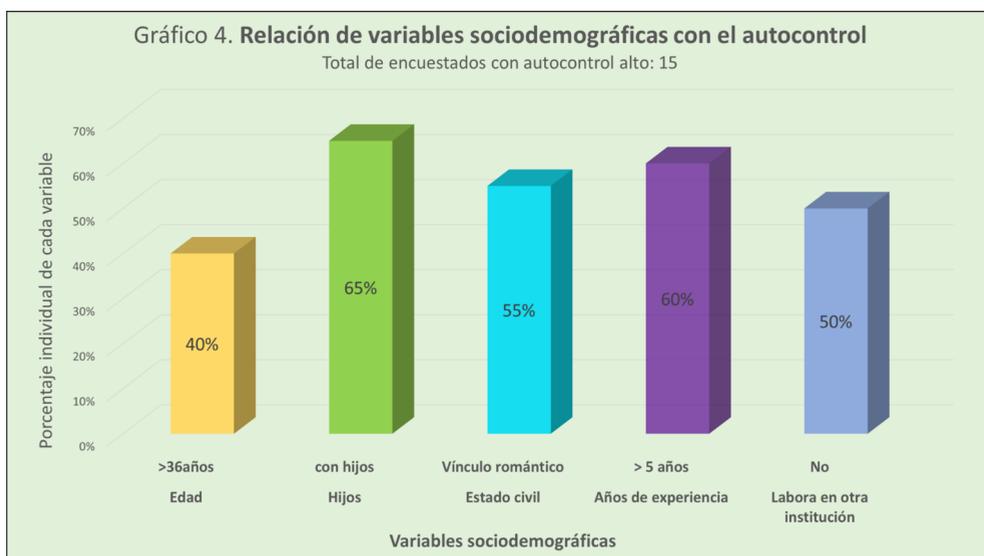
Fuente: grupo investigador.

tución desempeñando el mismo cargo, se observó que los profesionales que solo trabajan en una institución contaron con mayor autocontrol en un 50 % (n=10) en comparación de los que sí trabajan en otra institución, con un 25 % (n=5). (Figura 4)

Pasemos ahora a los hallazgos en la relación de las variables sociodemográficas con la habilidad del autoconocimiento. Se observó que, de los 20 encuestados, el 65 % (n= 13) obtuvieron puntajes altos. Respecto a la edad, es mayor el autoconocimiento en personas de 22 a 35 años, con un 45 % (n=9), en comparación con las de 36 años o más, con un 20 % (n=4). De otra parte, es mayor el autoconocimiento en los encuestados que tienen hijos, 45 % (n=9), comparados con los que no tienen hijos, 20 % (n=4). En cuanto al estado civil, los encuestados con algún vínculo romántico (unión libre, casados y noviazgo) tienen mayor nivel de autoconocimiento, 60 % (n=12), comparados con los que no tienen ningún vínculo romántico (solteros,

separados, divorciados y viudos), con un 5 % (n=1). Con relación a los años de experiencia laboral, se evidenció que el 55 % (n=11) de los encuestados que tienen > 5 años de experiencia cuentan con mayor autoconocimiento comparado con los que tienen < 5 años de experiencia, con un 10 % (n=2). En si labora en otra institución desempeñando el mismo cargo se observó que los profesionales que sí trabajan en otra institución contaron con mayor autoconocimiento, 45 % (n=9), en comparación de los que solo trabajan en una institución, 20 % (n=4). (Figura 5)

Por otro lado, respecto a las medidas que facilitan la gestión de la salud mental al profesional de enfermería para el manejo de situaciones estresantes, identificadas en la revisión de la literatura realizada en el primer momento del estudio, se halló que las efectivas fueron: mayor estabilidad laboral, trabajo en equipo y experiencia laboral, pues mostraron una mayor capacidad para sentir y expresar sus emociones (Veliz *et al.*, 2018); siguen



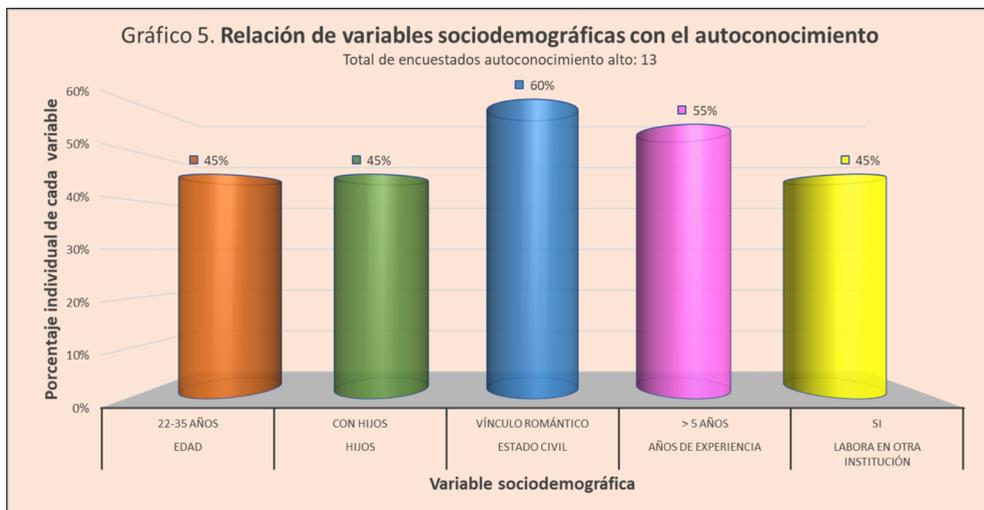
Fuente: grupo investigador.

las medidas conductuales, las cuales son: la necesidad de disponer de tiempo para discutir situaciones existentes durante el horario de trabajo, el intercambio de emociones y experiencias con los compañeros de trabajo, los pacientes, la familia y los amigos (Benito *et al.*, 2020); así mismo, el análisis de las prácticas en el lugar de trabajo con enfermeras experimentadas, la formación centrada en el autoconocimiento de las emociones y en el aprendizaje reflexivo y técnicas de dinámicas de grupo con ejercicios de gestión emocional (Martínez y Ruiz, 2022).

Discusión

El personal de enfermería experimenta constante trabajo emocional durante la atención al sujeto de cuidado. El presente estudio buscó determinar el nivel de las habilidades de inteligencia emocional intrapersonal, presentes en el profesional de enfermería que brinda cuidado al paciente hospitalizado.

Los hallazgos mostraron que del 100 % de las cuatro habilidades intrapersonales, la habilidad que presentó mayor nivel fue la autoestima con un 28 %, lo que demuestra que los profesionales de enfermería al tener autoestima tienden a desarrollar mayor percepción de sí mismos, lo que se evidencia mediante la motivación, asertividad, mayor compromiso y satisfacción con su trabajo; como lo indican Veliz, Dornel, Soto, Reyes y Contreras en su estudio, una autoestima alta permite tener cierto dominio del entorno y facilitar el trabajo en redes, tan propio del profesional de enfermería y que asegura el éxito de su quehacer profesional (Veliz *et al.*, 2018). Después de la autoestima, del 100 % de las habilidades intrapersonales, la segunda fue la automotivación, con un 25%; esta habilidad implica concentrar la atención hacia el logro de metas y objetivos. García considera la automotivación como “motor” de todo viaje; solo así se persiste en la búsqueda de las propias metas y en su obtención (García *et al.*, 2018). El auto-



Fuente: grupo investigador.

control, al igual que la automotivación, del 100 % obtuvo el 25 %; este hallazgo puede indicar que el profesional de enfermería pone un esfuerzo considerable en el control de sus emociones para brindar un cuidado humanizado de manera efectiva al sujeto de cuidado; lo que respalda el estudio de Onte, Silva, Santos y Ferreira indica que la capacidad de regular las emociones es relevante para la salud mental, pues fortalece la atención y la cognición, aumenta el bienestar, la calidad de las relaciones sociales y el desempeño laboral (Onte *et al.*, 2020). Por último, la habilidad que demostró menor proporción fue el autoconocimiento, con un 22%, contrario a lo que se observó en el estudio de Vera, Zambrano y Vega, en el cual se evidenció que de las habilidades del área intrapersonal la de mayor desarrollo es específicamente conciencia de uno mismo (autoconocimiento) (Lilibeth *et al.*, 2021); así mismo, en un estudio realizado al personal de enfermería se mostró que puntuó alto en inteligencia emocional, especialmente en la autoconciencia de sus propios

sentimientos (Alabdulbaqi *et al.*, 2019). Los hallazgos del presente estudio son razonables puesto que puede deberse a que en el ambiente hospitalario el profesional de enfermería puede estar sometido a exigencias emocionales que desafían sus habilidades intrapersonales e interpersonales debido a que las habilidades intrapersonales en el profesional de enfermería durante el trabajo, como lo demuestran Rivera, Yaeguer y Specos, son un factor crucial para mantener el equilibrio emocional, por cuanto le permite ser consciente de los límites y condiciones de cada situación, tomar decisiones y construir oportunidades terapéuticas adaptadas a las posibilidades reales (Benito *et al.*, 2020).

Por otro lado, respecto a las habilidades intrapersonales con relación a las variables sociodemográficas del personal de enfermería para este estudio, fueron representativas las variables de la edad, si tiene hijos, el estado civil, los años de experiencia y si labora en otra institución desempeñando el mismo cargo. Los

hallazgos demostraron que con relación a la edad, en las habilidades de autoestima, automotivación y autoconocimiento, los profesionales de enfermería entre 22 y 35 años tuvieron mayor nivel de estas habilidades, a diferencia del autocontrol donde se evidenció mayor nivel en los profesionales de enfermería mayores de 36 años; lo anterior se respalda con un estudio realizado por Câmara, De Cunha y Faria sobre los factores influyentes en la inteligencia emocional, el cual revela que el personal de enfermería más joven era el que tenía mayor inteligencia emocional, pero también se debe tener en cuenta que la inteligencia emocional puede ser aprendida y continúa evolucionando a lo largo del ciclo de vida como consecuencia de las situaciones vividas; además, la “edad biológica no determina el nivel de sensibilidad o insensibilidad de un profesional, sino sus experiencias de vida y el desarrollo de sus conocimientos, que le permiten crear conciencia de sí mismo y de los demás”; también mencionan que algunos estudios en la literatura corroboran estos hallazgos, ya que la edad se asocia con un mayor nivel de inteligencia emocional, resultante de la madurez y, en consecuencia, del aumento natural de las habilidades para enfrentar con mayor eficacia situaciones de presión y estrés (Câmara, De Cunha y Faria, 2018).

De manera similar, en un estudio de competencias emocionales se demuestra que en los enfermeros adultos se evidenciaron valores muy altos en las dimensiones de autoconciencia emocional; estos resultados pueden estar asociados a que a medida que aumentan los años las personas adquieren mayor conciencia

de sus emociones (Lilibeth *et al.*, 2021); se trata de un hallazgo diferente a los encontrados en nuestro estudio con relación al autoconocimiento. Así mismo, los hallazgos demostraron que para las cuatro habilidades intrapersonales fueron relevantes las variables de los hijos y el estado civil, que dieron como resultado que los profesionales de enfermería con hijos y con vínculo romántico (unión libre, casados y noviazgo) alcanzaron un nivel alto. Un estudio sobre el intercambio de las relaciones entre trabajo emocional menciona que esto puede deberse a que la familia le permite al personal de enfermería tener más experiencia con varios conflictos emocionales, al manejar una gama más amplia de emociones y tener un mayor apoyo emocional con los miembros de la familia (Lee y Ji, 2018). La experiencia laboral también jugó un papel importante en las cuatro habilidades intrapersonales, dado que los profesionales con > 5 años de experiencia laboral tuvieron niveles altos; estos resultados concuerdan con el estudio de Câmara, De Cunha y Faria, según el cual, en cuanto a “la influencia de la experiencia profesional en la inteligencia emocional, los profesionales de enfermería notaron que las experiencias y conocimientos previos les proporcionaron mayor confianza y habilidades para enfrentar situaciones complejas, factor que contribuyó a su desarrollo emocional”; sin embargo, algunos de los resultados del estudio lo contradicen, al mencionar que los profesionales de enfermería con < 5 años de experiencia profesional eran las que tenían mayor inteligencia emocional y, a medida que aumentaba la experiencia, la inteligencia emocional disminuía (Câmara, De Cun-

ha y Faria, 2018). Por último, en la variable “labora en otra institución desempeñando el mismo cargo” se evidenció que en las habilidades de autoestima, automotivación y autocontrol, los encuestados que trabajan en una sola institución obtuvieron el nivel alto, a diferencia de la habilidad de autoconocimiento, donde se observó que los profesionales que trabajan en dos instituciones obtuvieron nivel alto; estos resultados pueden estar asociados con que en los profesionales de enfermería con mayor carga laboral, como lo mencionan Lledó y Bosch, los cambios en el turno de trabajo pueden interferir con los ritmos neurofisiológicos y circadianos y/o implicar aislamiento social, dado que los distintos turnos dificultan el mantenimiento de la vida familiar y de la salud mental (Lledó y Bosch, 2021).

Por otra parte, las medidas que facilitan la gestión de la salud mental en el profesional de enfermería para el manejo de situaciones estresantes, identificadas en la revisión de la literatura realizada en el primer momento del estudio, favorecen en el profesional de enfermería el desarrollo de la capacidad de percibir, comprender, regular, tomar decisiones asertivas en la resolución de conflictos y disfrutar de sus emociones (Câmara, De Cunha y Faria, 2018), puesto que la esencia de la práctica de enfermería es la relación única que se forma entre una persona que tiene determinadas necesidades de cuidado y otra que puede identificar y satisfacer esas necesidades a partir del conocimiento del otro, generado desde la cercanía, la visión y la comprensión empática, sin dejar de lado el aspecto técnico del cuidado (Delgado y Sanhueza, 2021).

Conclusión

De acuerdo con los resultados, se concluye que para este estudio las edades entre 22 y 35 años mostraron un nivel alto en las habilidades de la autoestima, automotivación y autoconocimiento y los mayores de 36 años tuvieron un nivel alto en el autocontrol. Por otro lado, los hijos y el estado civil con vínculo romántico (unión libre, casados y noviazgo) jugaron un papel importante en las cuatro habilidades y, junto con tener más de 5 años de experiencia laboral, son factores que favorecen el crecimiento emocional y profesional y amplían sus conocimientos, capacidades, seguridad de sí mismos, toma de decisiones asertivas, resolución de conflictos con apropiación y liderazgo en su rol.

Del mismo modo, es importante que el profesional de enfermería aplique medidas para mantener el nivel de las habilidades intrapersonales, que incluyan la comprensión de sus propias emociones, con el fin de favorecer la asertividad y la independencia personal y lograr actitudes que favorezcan habilidades interpersonales como la empatía y la comunicación y establecer buenas relaciones con el sujeto de cuidado, la familia, la comunidad y el equipo de trabajo; esta gestión de las emociones repercute positivamente en el resultado del servicio asistencial y por tanto en la salud del paciente, dado que tanto los pacientes como el personal de enfermería están en constantes situaciones que generan tensión.

Referencias

- Abarca-Arias, Y. M., Apaza-Pinto, Y. T., Carrillo-Cusi, G. G., & Espinoza-Moreno, T. M. (2021). Inteligencia emocional y satisfacción laboral en enfermeras de un Hospital Regional en Arequipa. *Revista Cubana de Enfermería*, 37(1), e3531. Epub 01 de marzo de 2021. Recuperado en 25 de octubre de 2022, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192021000100003&lng=es&tling=pt.
- Alabdulbaqi, E., Banjar, H., & Felemban, O. (2019). The Relationship between Self-Leadership and Emotional Intelligence among Staff Nurses. *IOSR Journals*, ISSN 2320-1940 8(1). https://www.academia.edu/38382321/The_Relationship_between_Self_Leadership_and_Emotional_Intelligence_among_Staff_Nurses
- Awad, T. M., Osman, F. E., & Abo-elyzeed, S. M. (2022). Relation between Cognitive Emotion Regulations, Spiritual Intelligence with Occupational Stress among Critical Care Nurses Staff. *Tanta Scientific Nursing Journal*, 24(1), 347–369. https://tsnj.journals.ekb.eg/article_218016.html <https://doi.org/10.21608/TSNJ.2022.218016>
- Bamonti, P., Conti, E., Cavanagh, C., Grolimatos, L., Gregg, J., Goulet, C., Pifer, M., & Edelstein, B. (2017). Coping, Cognitive Emotion Regulation, and Burnout in Long-Term Care Nursing Staff: A Preliminary Study. <https://doi-org.proxy.bidig.areandina.edu.co/10.1177/0733464817716970>, 38(1), 92–111. <https://journals-sagepub-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/doi/full/10.1177/0733464817716970> <https://doi.org/10.1177/0733464817716970>
- Barrué, Paula & Sánchez-Gómez, M. (2021). La experiencia emocional de enfermeras de la Unidad de Hospitalización a Domicilio en cuidados paliativos: un estudio cualitativo exploratorio. *Enfermería Clínica*, 31(4), 211-221. <https://www-sciencedirect-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/science/article/abs/pii/S1130862120305556>
- Benito, E; Rivera -Rivera, P; Yaeguer, J.P & Specos, M. (2020). PRESENCIA, AUTOCONCIENCIA Y AUTOCUIDADO DE LOS PROFESIONALES QUE TRABAJAN CON EL SUFRIMIENTO. *Apuntes de bioética*, 1(1), 5-17. <http://cuidadospaliativos.org/uploads/2020/8/Presencia,%20autoconciencia%20y%20autocuidado%20de%20los%20profesionales%20que%20trabajan%20con%20el%20sufrimiento.pdf>
- Câmara - Encarnação, R .M; De Cunha - Soares, E. M & Faria de Carvalho, A.L. R. (2018). INTELIGENCIA EMOCIONAL: FACTORES INFLUYENTES E IMPACTO EN ENFERMEROS EN CUIDADOS INTENSIVOS. *Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste*, vol. 19, e33229. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=324054783048>
- Camarena Chamaya, L. M., Camarena Chamaya, M. M., Fernández Rengifo, W. F., Gonzales Saldaña, S. H., Cárdenas, M. H., Camarena Chamaya, L. M., Camarena Chamaya, M. M., Fernández Rengifo, W. F., Gonzales Saldaña, S. H., & Cárdenas, M. H. (2022). Tipo de familia e inteligencia emocional en enfermeros de un hospital público de Perú. *Enfermería: Cuidados Humanizados*, 11(1), e2418. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2393-66062022000101205&lng=es&nrm=iso&tling=es <https://doi.org/10.22235/ECH.V11i1.2418>
- Carmona, Y & Montalvo, A. SENSIBILIDAD MORAL DE LAS ENFERMERAS FRENTE AL ENFERMO TERMINAL. (2019). *Invest. Educ. Enferm*, 37(3), e07. <http://www.scielo.org.co/pdf/iee/v37n3/2216-0280-iee-37-03-e07.pdf>
- Delgado - Riffo, C.A & Sanhueza - Alvarado, O.I. (2021). Experiencias y sentimientos de las enfermeras que trabajan en oncología: una revisión integradora. *Ciencia y enfermería*, Vol.27. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1384355>

Diogo, P.M; Freitas, B.H; Costa, A.I & Gai-va, A. (2021). Atención de enfermería pediátrica desde la perspectiva de las emociones: del Nightingale hasta el presente. *Rev. bras. enferm*, 74(4), e20200377. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1251197>

Ernawati, & Bratajaya, C. N. A. (2021). Senior nurses' perceptions of essential soft skills for novice nurses in a private hospital in Jakarta, Indonesia: A phenomenological study. *Belitung Nursing Journal*, 7(4), 320–328. <https://www.belitungraya.org/BRP/index.php/bnj/article/view/1549> <https://doi.org/10.33546/bnj.1549>

Fontenot, N.M & Blanco, K.A. (2019). Uso de debriefing basado en evidencia para combatir el sufrimiento moral en enfermeras de cuidados intensivos: un proyecto piloto. *Revista de Educación y Práctica de Enfermería*, 9(12). https://www.researchgate.net/publication/335171829_Using_evidence-based_debriefing_to_combat_moral_distress_in_critical_care_nurses_A_pilot_project

Garcia, P. (2018). La inteligencia emocional como principal estrategia para los profesionales de enfermería ante el proceso de morir de sus pacientes. (Tesis). Recuperado de: <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/bitstream/handle/11531/35962/PFG000921.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

García-Llana, H., Serrano, R., & Cancio, H. (2018). Evaluación del impacto de un programa de formación en Entrevista Motivacional a enfermería nefrológica. *Revista de La Sociedad Española de Enfermería Nefrológica*, 21(4), 394–402. <https://go-gale-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/ps/i.dop=IF-ME&sw=w&issn=11391375&v=2.1&it=r&i-d=GALE%7CA572716743&sid=googleScholar&linkaccess=fulltext> <https://doi.org/10.4321/S2254-28842018000400009>

Giménez, S., Cuevas, A., & Navarro, A.F. (06 de octubre 2019). Análisis de la Regulación Emocional Cognitiva en personal de Enfermería | Discover Medicine. *Revista Discover Medicine*. <https://revdiscovermedicine.com/index.php/inicio/article/view/179>

Lee, E. K., & Ji, E. J. (2018). The Moderating Role of Leader–Member Exchange in the Relationships Between Emotional Labor and Burnout in Clinical Nurses. *Asian Nursing Research*, 12(1), 56–61. <https://www-sciencedirect-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/science/article/pii/S1976131717304371> <https://doi.org/10.1016/J.ANR.2018.02.002>

Li, X., Chang, H., Zhang, Q., Yang, J., Liu, R., & Song, Y. (2021). Relationship between emotional intelligence and job well-being in Chinese clinical nurses: multiple mediating effects of empathy and communication satisfaction. *BMC Nursing*, 20(1), 1–10. <https://link.springer.com/articles/10.1186/s12912-021-00658-4>

Lilibeth, D., Menéndez, V., Zambrano Chávez, G. V., Oswaldo, J., & Intriago, V. (2021). Competencias emocionales del enfermero profesional en la atención al paciente en el Hospital General Instituto Ecuatoriano de Seguridad Social Manta. *QhaliKay Revista de Ciencias de La Salud ISSN 2588-0608*, 5(3), 38–45. <https://revistas.utm.edu.ec/index.php/QhaliKay/article/view/3122/3628> <https://doi.org/10.33936/QKRC.S.V5I3.3122>

Lledó-Morera, R.N & Bosch-Alcaraz, R.N. (2021). Análisis del afrontamiento de la enfermera frente a la muerte de un pediátrico Análisis de cómo las enfermeras afrontan la muerte de un paciente pediátrico. *Enfermería Intensiva*, 32(3), 117-124. <https://www-sciencedirect-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/science/article/abs/pii/S1130239920300894> Mariam shabany & Mahsa Ghajarzadeh. (2018). Inteligencia emocional y depresión entre enfermeras de hospitales de la Universidad de Ciencias Médicas de Teherán. *Archives of Neuroscience*, 5(4), e70734. <https://brieflands.com/articles/ans-70734.html>

Martínez-Rojas, S. M., & Ruiz-Roa, S. L. (2022). Bienestar psicológico en enfermeras que realizan terapia de reemplazo renal en tiempos de COVID-19. *Revista de La Sociedad Española de Enfermería Nefrológica*, 25(1), 46–53. <https://go-gale-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/ps/i.do?p=AO-NE&sw=w&issn=11391375&v=2.1&it=r&id=GALE%7CA702805716&sid=googleScholar&linkaccess=fulltext> <https://doi.org/10.37551/S2254-28842022005>

Maziero, Vanessa; Rocha, Fernanda; Campos, Juliana; Dias, Bruna; Balsanelli, Alexandre; Gabriel, Carmen & Bernardes, Andrea. (2022). Cuestionario de Liderazgo Auténtico aplicado a enfermeros brasileños: evidencias de validez. *Rev. latinoam. enferm. (Online)*, 30, e3607. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1389115>

Mazzella-Ebstein, A., Tan, K., Panageas, K., Arnetz, J., & Barton-Burke, M. (2021). The Emotional Intelligence, Occupational Stress, and Coping Characteristics by Years of Nursing Experiences of Newly Hired Oncology Nurses. *Asia-Pacific Journal of Oncology Nursing*, 8(4), 352–359. <https://www.sciencedirect-com.proxy.bidig.areandina.edu.co/science/article/pii/S2347562521000585>

Meneghini, A. M., Colledani, D., Morandini, S., de France, K., & Hollenstein, T. (2022). Emotional Engagement and Caring Relationships: The Assessment of Emotion Regulation Repertoires of Nurses. *Psychological Reports*, 2022(0), 1–23. <https://doi-org.proxy.bidig.areandina.edu.co/10.1177/00332941221110548>

Mercado, A., Ramos, J. (2001) Validación de un Cuestionario para la medición de la Inteligencia emocional. 1-147. Recuperado de <http://intellectum.unisabana.edu.co/bitstream/handle/10818/4056/131283>.

Ministerio de educación. (1996) Ley 266 de 1996. Mineducación. Obtenido de https://www.google.com/url?sa=t&source=web&cd=&ved=2ahUKewjM56qR4pP-AhWLR-RTABHXhFD0wQFnoECAkQAQ&url=https%3A%2F%2Fwww.mineducacion.gov.co%2F1759%2Farticles-105002_archivo_pdf.pdf&usg=AOvVaw3RjPe0mQZH-V9zIEAFNHwiG

Ministerio de salud.(2013) Ley N° 1616 de 21 de enero de 2013 “ley de salud mental”. Minsalud obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Oliver, A., Sansó, N., Galiana, L., Tomás, J. M., & Benito, E. (2017). Evaluación psicométrica en profesionales de enfermería de cuidados paliativos. *Aquichan*, 17(2), 183–194. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972017000200183&lng=en&nrm=iso&tlng=es <https://doi.org/10.5294/AQUI.2017.17.2.7>

Onte, Carla; Silva - Pereira, A.F; Santos - Prior A.I & Ferreira, Marlene. (2020). CUIDAR A LOS QUE SE PREOCUPAN: EFECTIVIDAD DE UN PROGRAMA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL PARA ENFERMEROS. *Investigación en Enfermería*, 22. <https://www.proquest.com/scholarly-journals/cuidar-los-que-se-preocupan-efectividad-de-un/docview/2717543953/se-2>

Phillips, C. S., Volker, D. L., Davidson, K. L., & Becker, H. (2020). Storytelling through music: A multidimensional expressive arts intervention to improve emotional well-being of oncology nurses. *Journal of Oncology Practice*, 16(4), E405–E414. <https://ascopubs.org/doi/full/10.1200/JOP.19.00748> <https://doi.org/10.1200/JOP.19.00748>

Rakhshani T., Motlagh Z., Beigi V., Rahimkhanli M., & Rashki M. (2018). The Relationship between Emotional Intelligence and Job Stress among Nurses in Shiraz, Iran. *Malayos J Med Sci*, 25(6), 100–109. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6422573/>

Rasheed, S. P., Sundus, A., Younas, A., Fakhar, J., & Inayat, S. (2020). Development and Testing of a Measure of Self-awareness Among Nurses. *Https://Doi-Org.Proxy.Bidig.Areandina.Edu.Co/10.1177/0193945920923079*, 43(1), 36–44. <https://doi.org/10.1177/0193945920923079>

Rengifo de Vargas, Yuli. (2021). LAS EMOCIONES EN ENFERMERÍA: UNA MIRADA DESDE EL CUIDADO HUMANO. *Revista arbitrada de CIEG*, 146-161. <https://revista.grupociieg.org/wp-content/uploads/2021/11/Ed.52146-161-Rengifo-Yuli.pdf>

Roczniewska, M., & Bakker, A. B. (2021). Burnout and self-regulation failure: A diary study of self-undermining and job crafting among nurses. *Journal of Advanced Nursing*, 77(8), 3424–3435. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/jan.14872> <https://doi.org/10.1111/JAN.14872>

Sampieri. (2014). Estudio cuantitativo. *Métodos de comunicación sociales*. Obtenido de <http://metodos-comunicacion.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/sites/219/2014/04/Hernandez-Sampieri-Cap-1.pdf>

Santana, Thiago da Silva; Servo, M.L.; De Sousa, A.R; Fontoura, E.G; Góis, Rebeca M.O; Mercês, M.C. (2021). ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO UTILIZADAS POR ENFERMERAS DE EMERGENCIA DEL HOSPITAL. *Texto & contexto enferm*, 30, e20200435. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1341733>

Serafim, T.C; Naddaf, B.H; Rodrigues - Carizani, M; De Gea - Gervasio, M; Monique, D & Rejane - Salim, N. (2021). Atención a mujeres en situación de muerte fetal intrauterina: experiencias de profesionales de la salud. *Revista Gaucha de Enfermagem*, vol.42, e20200249. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-1251773>

Sousa, L; Pereira, C; López, A; Chispa, M; Fortuna, T; Príncipe, F & Mota, L. (2020). INTELIGENCIA EMOCIONAL DE ENFERMEROS EN EL ABORDAJE DEL PACIENTE CRÍTICO: ESTUDIO CUALITATIVO. *Revista de Investigación e Innovación en Salud*, 3(2), 39-48. http://www.scielo.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2184-15782020000200039&lang=es

Tafjord, T. (2021). Managing Strong Emotions: Nurses' Recognition and Responses to Personal Emotions When Approaching Parents With Cancer and Their Dependent Children. *Qualitative Health Research*, 31(5), 926–941. <https://doi-org.proxy.bidig.areandina.edu.co/10.1177/1049732320983788>

Veliz - Burgos, A .L; Dörner - Paris, A .P; Soto - Salcedo, A; Reyes - Lobos, J .L & Ganga - Contreras, F. (2018). Inteligencia emocional y bienestar psicológico en profesionales de enfermería del sur de Chile. *MediSur*, 16(2), 259-266. <https://www.re-dalyc.org/articulo.oa?id=180061493009>

Vitale, E. (2021). The Mindfulness and the Emotional Regulation Skills in Italian Nurses During the COVID-19 Pandemic: A Descriptive Survey-Correlational Study. <https://Doi-Org.Proxy.Bidig.Areandina.Edu.Co/10.1177/08980101211015804>, 39(4), 345–355 <https://doi.org/10.1177/08980101211015804>