



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de
Enfermería de Lima 2023

TESIS PARA OBTENER EL TÍTULO PROFESIONAL DE:

Licenciado en Enfermería

AUTORES:

Caldas Delgadillo, Fernando Zacarías (orcid.org/0000-0002-3347-1218)

Clavijo Huamancondor, Gisella Estela (orcid.org/0000-0001-5187-2341)

ASESORAS:

Dra. Rivero Álvarez, Rosario Paulina (orcid.org 0000-0002- 9804-7047)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Salud Mental

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Promoción de la salud, nutrición y salud alimentaria

LIMA - PERÚ

2023

DEDICATORIA

Dedico este trabajo de revisión sistemática a mi familia por su apoyo incondicional, amor, confianza, los cuales fueron mi fortaleza para lograr mis metas trazadas y dar por culminado este trabajo.

Caldas Delgadillo, Fernando Zacarías

Este proyecto está dedicado a las personas que más han influenciado en mi vida, dándome los mejores consejos, guiándome y haciéndome una persona de bien, con todo mi amor y afecto se lo dedico.

Clavijo Huamancondor, Gisella Estela

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por estar presente en cada paso que realizo, brindando su fortaleza para lograr mis metas trazadas. También, a nuestras asesoras por su enseñanza y guiarnos al término de nuestro trabajo.

Caldas Delgadillo, Fernando Zacarías

Agradezco a Dios por haberme otorgado una familia maravillosa, que han creído en mí siempre, dándome ejemplo de superación, humildad y sacrificio; enseñándome a valorar todo lo que tengo.

A todos ellos les dedico el presente trabajo, porque han fomentado en mí, el deseo de superación y triunfo en la vida. Lo que ha contribuido a la ejecución de este logro. Espero contar siempre con su valioso e incondicional apoyo.

Clavijo Huamancondor, Gisella Estela



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, RIVERO ALVAREZ ROSARIO PAULINA, docente de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, asesor de Tesis titulada: "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima 2023", cuyos autores son CLAVIJO HUAMANCONDOR GISELLA ESTELA, CALDAS DELGADILLO FERNANDO ZACARIAS, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 15.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

LIMA, 05 de Diciembre del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
ROSARIO PAULINA RIVERO ALVAREZ DNI: 06170844 ORCID: 0000-0002-9804-7047	Firmado electrónicamente por: RRIVERO el 11-12- 2023 10:25:53

Código documento Trilce: TRI - 0682736



Declaratoria de Originalidad de los Autores

Nosotros, CALDAS DELGADILLO FERNANDO ZACARIAS, CLAVIJO HUAMANCONDOR GISELLA ESTELA estudiantes de la FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD de la escuela profesional de ENFERMERÍA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - LIMA NORTE, declaramos bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis titulada: "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima 2023", es de nuestra autoría, por lo tanto, declaramos que la Tesis:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. Hemos mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumimos la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual nos sometemos a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
CLAVIJO HUAMANCONDOR GISELLA ESTELA : 42680807 ORCID: 0000-0001-5187-2341	Firmado electrónicamente por: GCLAVIJOH el 23-12- 2023 10:49:20
CALDAS DELGADILLO FERNANDO ZACARIAS : 73783222 ORCID: 0000-0002-3347-1218	Firmado electrónicamente por: CALDASDFER el 23- 12-2023 10:48:25

Código documento Trilce: INV - 1476781

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA AUNTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN REPORSITORIO INSTITUCIONAL	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN	1
II. MARCO TEÓRICO	6
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización	13
3.3. Población, muestra y muestreo	14
3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos	14
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de Datos	15
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS	17
V. DISCUSIÓN	21
VI. CONCLUSIONES	25
VII. RECOMENDACIONES	26
REFERENCIAS	27
ANEXOS	35

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Datos generales de estudiantes de enfermería de una universidad de Lima 2023.....	17
Tabla 2. Relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima 2023.....	18
Tabla 3. Relación entre inteligencia emocional y las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima 2023.....	19
Tabla 4. Relación entre estrés académico y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima 2023	20

RESUMEN

El estudio tiene como objetivo determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima. Fue una investigación tipo básica, de diseño no experimental, cuantitativa, correlacional y de corte transversal, con una muestra de 152 estudiantes de enfermería de Lima. Los instrumentos utilizados fueron una adaptación del Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24) y del SISCO SV 21. Los resultados mostraron que la prueba de correlación de Spearman entre la inteligencia emocional y el estrés académico mostró un valor $\rho = -0.721$ ($p=0.000$). Asimismo, la relación entre la inteligencia emocional con las manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales y sociales mostraron un valor $\rho = -0.643$, -0.678 , -0.635 y -0.593 , ($p=0.000$). Por último, la relación del estrés académico con la percepción emocional, comprensión de sentimientos, y regulación emocional tuvieron un valor de $\rho = -0.711$, -0.615 , y -0.665 , ($p=0.000$). Se concluyó que existe una relación alta e inversa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima.

Palabras clave: Inteligencia emocional, estrés académico, estudiantes de enfermería.

ABSTRACT

The aim of the study was to determine the relationship between emotional intelligence and academic stress in nursing students in Lima. It was a basic research, non-experimental, quantitative, correlational and cross-sectional design, with a sample of 152 nursing students from Lima. The instruments used were an adaptation of the Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24) and the SISCO SV 21. The results showed that Spearman's correlation test between emotional intelligence and academic stress showed a rho value = -0.721 ($p=0.000$). Likewise, the relationship between emotional intelligence with physiological, psychological, behavioral and social manifestations showed a rho value = -0.643, -0.678, -0.635 and -0.593, ($p=0.000$). Finally, the relationship of academic stress with emotional perception, understanding of feelings, and emotional regulation had a value of rho = -0.711, - 0.615, and -0.665, ($p=0.000$). It was concluded that there is a high and inverse relationship between emotional intelligence and academic stress in nursing students in Lima.

Keywords: Emotional intelligence, academic stress, nursing students.

I. INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud advierte que el estrés académico se exterioriza en un gran porcentaje de estudiantes, debido a las sobre exigencias del entorno educativo generando problemas de salud como: cefalea, dolor abdominal y contracturas de la espalda; provocando ansiedad, angustia y tristeza, según la OMS, 350 millones de personas aproximadamente muestran síntomas de depresión; convirtiéndose en la segunda causa en problemas de salud, los cambios de horarios, evaluaciones continuas, lo incierto de un futuro profesional y otros aspectos¹.

Los principales países con mayor nivel de estrés académico fueron, China 76%, México 74%, Perú 77%, Turquía 72 %, Grecia 68%; se especifica que el promedio de estrés fue de un 56%, lugar que ocupa Argentina. Los estudiantes están sometidos a actividades que se consideran estresantes en lo personal, causando una inestabilidad continua se presenta con una serie de síntomas y se ven en la obligación de tomar medidas para restablecer el equilibrio emocional ².

En el Perú, 6 de cada 10 personas sufren este trastorno; los universitarios también son afectados a nivel nacional, manifiestan en muchas situaciones alteraciones en el estado de ánimo, variaciones del humor y otros momentos nerviosismo por situaciones negativas ³. El Ministerio de Salud, asevera que un 30% de estudiantes de universidades son muy afectados en su salud mental por constante la presión académica ⁴.

La etapa universitaria conlleva a situaciones adversas para los estudiantes donde los momentos y estímulos son variados que llegan a afectar en el avance académico de los estudiantes que conllevan a abandonar las universidades, como construir nuevas relaciones entre maestros y compañeros de clase, nuevas rutinas, diferentes métodos de enseñanza. Se dice que los profesionales de diferentes carreras tienen que tener el poder necesario para desempeñar una técnica donde se pueda distinguir, procesar y regular de manera peculiar las afecciones, competencias a desarrollar lo cual requiere mucho esfuerzo un compromiso a su

proyecto de investigación teniendo estrategias intelectuales que involucran la inteligencia emocional ⁵.

Algunos artículos académicos, sugieren que los estudiantes más afectados son de las carreras de medicina y enfermería porque tienden experimentar profundos cambios emocionales, psicológicos, físicos y en lo social por la sobrecarga de actividades y tareas asociadas a la práctica generando elevaciones de estrés que afectan en su formación profesional ⁶. En la era digital, es un reto globalizar competencias existiendo un grado de complejidad en lo psicológico solo un 83% logran la adaptación emocional ⁷.

En Reino Unido, que utilizan enfoques que desarrollan conceptos acerca de la resistencia y la capacidad de recuperación emocional ⁸. Así mismo en otros países mediante las investigaciones se muestra un alto nivel en inteligencia emocional en la cual se puede mejorar, y obtener la capacidad de poder lidiar entre el estrés y aprender a manejar nuestras emociones negativas que solo conducen a la depresión y ansiedad, la asimilación emocional y el desarrollo de nuevas estrategias es importante así evitará diferentes situaciones que puedan generar los pensamientos negativos ⁹.

En Malasia, se reveló una media en inteligencia emocional de los estudiantes en salud enfermería en el segundo año aumenta significativamente a 4,24(DE + 0,779) en comparación con 4,22 (DE + 0,738) en el primer año y 4,15(de + 0,618) en el tercer año; el estrés académico fue significativamente menor 2,80 (DE + 0,598) en el primer año en comparación con el segundo y tercer año ;2,90 (DE + 0,656; 3,06 (DE + 0,547) respectivamente ¹⁰.

En el sur de España, se analizó como se relacionaba el autoconcepto y el estrés académico en estudiantes de educación de diferentes universidades, así como el papel mediador de la inteligencia emocional y las causas de personalidad en el estudio que confirmó la asociación entre las cuatro variables, en una significancia de 0,009 ¹¹.

En Estados Unidos, se han comprobado que la inteligencia emocional enlaza de manera positiva en resiliencia ($\beta = 0,56$, $p < 0,001$) mientras que la resiliencia se relaciona con la ansiedad ($\beta = -0,48$, $p < 0,001$) y el estrés académico ($\beta = -0,58$, $p < 0,01$) en forma negativa. Filipinas mostró una correlación moderadamente negativa ($r = -0,476$) es decir, mayor los de inteligencia emocional conducen a niveles más bajos en estrés en alumnos universitarios ¹². En ese mismo país se relacionaron con aspectos interpersonales, un ambiente de enseñanza, la evaluación y la personalidad del docente; asociadas con las reacciones y signos del estrés. Las reacciones psicológicas se presentaron con mayor frecuencia en forma paralela a los síntomas físicos conductuales, predominaron los síntomas como ansiedad, preocupación constante y aumento de la inquietud ¹³.

En el ámbito académico se percibe asociación entre estrés con inteligencia emocional en entre los alumnos de enfermería, altos niveles de ansiedad limitan la suficiencia para afrontar y manejar el estrés, reflejando fatiga y síntomas emocionales, algunos son incapaces de adquirir habilidades emocionales que conlleva el rendimiento académico ^{14,15}.

Los cambios generados durante la pandemia han provocado el cierre de escuelas y universidades, la transición a la educación virtual a distancia, han provocado deficiencias en el avance intelectual y de socialización entre alumnos. Los nuevos cambios tecnológicos y el aprendizaje son desafiantes y relacionados con esto, los estudiantes no tienen un gran potencial biopsicosocial necesario para poder procesar una adecuada información para resolver problemas, se sienten limitados, incapaces de funcionar correctamente; con un adecuado desarrollo, donde las personas son más capaces de autoanalizarse y comprender sus sentimientos logrando una habilidad al acceder o producir emociones para facilitar el pensamiento ¹⁶.

A nivel local, se logra identificar mediante entrevistas con estudiantes universitarios donde se puede percibir la carga emocional en el cual manifiestan sentirse preocupados, desmotivados, irritables, con problemas de salud tanto físico como mental, algunos llegando a la depresión la falta de economía en sus hogares les

obliga a trabajar y estudiar y esforzarse más. Por otro lado, los universitarios cursando la carrera de enfermería viven una etapa universitaria con altas cargas y exigencias educativas de aprendizaje basadas en tareas teóricas o prácticas y sobrecargas de actividades. Sentirse inestable y la falta de expresión emocional debido al tiempo limitado para asumir la responsabilidad del trabajo académico. Por tal motivo se realiza la pregunta general: ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima-2023?

Asimismo, se plantean los problemas específicos: ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales, y sociales, del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima? y ¿Cuál es la relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima?

El estudio se justifica en forma teórica porque pretende enriquecer los conocimientos sobre las variables de inteligencia emocional y estrés académico, así como sobre sus consecuencias físicas y psicológicas que se generan en estudiantes universitarios si hay desequilibrio entre ambas. A nivel práctico, los hallazgos así mismo puede fortalecer el desarrollo de programas psicoeducativos que coadyuven a disminuir los factores estresantes la importancia de la salud mental, con el único objetivo de mejorar la calidad de vida de los alumnos. También permitirá tener de base metodológica instrumentos de investigación confiables y con validez, esto servirá como guía para futuros estudios.

El estudio aporta información teniendo el fin de concientizar sobre inteligencia emocional y estrés académico en futuros estudios con la finalidad de concientizar la importancia de la salud mental, de este modo se aportará estrategias de afrontamiento el cual permitirá reducir los síntomas psicológicos y físicos de los estudiantes, se utilizará instrumentos de evaluación se, recolectarán datos con validez para la investigación.

El objetivo principal es determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima y los específicos: Establecer la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones

fisiológicas, psicológicas, conductuales, y sociales, del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima; Establecer la relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima.

Hipótesis general H1: Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima. Ho: No existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima.

Hipótesis específica HE2: Existe relación entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales, y sociales, del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima. HE2 o: No existe relación entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales, y sociales, del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima.

Hipótesis específica HE3: Existe relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima. H3 o: No existe relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima.

II. MARCO TEÓRICO

Montenegro en 2020, analizaron la asociación entre inteligencia emocional con el estrés académico en estudiantes de enfermería, como resultados obtuvieron que el valor de chi cuadrado fue de 46.731 ($p=0.000$), por lo que concluyen que si se presenta relación entre ambas variables ¹⁷.

Quispe y Sotomayor en 2018, investigaron la asociación del afrontamiento de estrés y la inteligencia emocional en estudiantes de enfermería y obstetricia embarazadas, como resultados obtuvieron que el 57,5% tienen buena inteligencia emocional, solían desarrollar métodos que permitan controlar el estrés, entre las variables existió correlación de 0.507 ($p=0.001$) ¹⁸.

Magno 2021, analizó la asociación de la inteligencia emocional percibida con el manejo del estrés académico y encontró asociación positiva entre las variables de 0.61 ($p<0.01$), hubo una correlación moderada de 15,27% entre manejo de emociones y las estrategias para afrontar el estrés académico debido a una mínima capacidad para buscar ayuda del estudiante de enfermería promedio¹⁹.

Asimismo, Palomino en 2021, evaluó estudiar la inteligencia emocional y estrés académico en 103 alumnos de universidad, reportando que se relacionan significativamente con -0.894 ($p=0.000$), del estrés con la inteligencia intrapersonal -0.871 ($p=0.000$), con inteligencia interpersonal -0.954 ($p=0.000$), asimismo de -0.788 ($p=0.000$) para adaptabilidad, además de -0.899 ($p=0.000$) respecto a manejar el estrés, y de -0.951 ($p=0.000$) en ánimo general ²⁰.

Salazar en 2021, analizó en Ecuador la inteligencia emocional y cómo influye en el estrés académico en alumnos de enfermería con un diseño no experimental y rango de correlación, usando los dos cuestionarios con 60 estudiantes, logró hallar que la inteligencia emocional estaba significativamente inversamente relacionada con el estrés con una correlación de -0.340 ($p=0.008$) ²¹.

Subramanyam y Thirumala en 2021, presentaron como objetivo evaluar los efectos del estrés académico y autoconfianza de alumnos de enfermería de la India, un

nivel de estrés académico mínimo presenta elevada inteligencia emocional, donde concluyen la relación inversa mediante el valor F de Anova de 5.66 ($p=0.01$) ²².

Dahshan et al en 2020, en Egipto, exploraron la inteligencia emocional y estrés para un grupo de alumnos de enfermería y revelaron que padecieron estrés de moderado a alto incluso presentando nivel moderado o alto de inteligencia emocional, con una correlación por prueba de chi cuadrado de 16.3 ($p=0.003$) ²³.

Ardiles 2020, analizó los síntomas de ansiedad, depresión y estrés en el alumnado universitario de enfermería en Chile que presentaban altos niveles de estrés. Los síntomas del alto estrés se correlacionan con una disminución de la inteligencia emocional en sus dimensiones comprensión de sentimientos (-0.320; $p=0,01$) y regulación emocional (-0.510; $p=0.01$) ²⁴.

Novianty et al en 2020, relacionaron inteligencia emocional y estrés académico en 197 alumnos pertenecientes a la carrera de enfermería en Indonesia, como resultado, presentaron menor inteligencia emocional asociada a episodios estresantes por aspectos académicos en los estudiantes con un valor de -0.899 ($p=0.000$) ²⁵.

Xu et al en 2023 plantearon evaluar cómo se asocian la inteligencia emocional con el estrés académico y la empatía para un total de 1126 alumnos universitarios de enfermería en China. Sus resultados mostraron que la inteligencia emocional tuvo relación con el estrés académico de -0.254 ($p=0.001$) y con la empatía emocional de -0.1 ($p=0.01$) ²⁶.

Asad y Batool en 2021 analizaron como se relaciona la inteligencia emocional y el estrés académico con una cantidad de 206 de alumnado universitario de una facultad de medicina de Pakistán. Como resultados indicaron que la correlación mostró un valor negativo -0.460 ($p=0.01$), y entre la inteligencia emocional y el estrés físico era de -0.411 ($p=0.01$), con el estrés psicológico fue de -0.494 ($p=0.03$), y con el estrés conductual fue de -0.452 ($p=0.02$), por lo que existe relación entre ambas variables ²⁷.

La inteligencia emocional es parte del comportamiento humano, y procesarla implica reconocerla, usarla, manejarla de tal modo que la inteligencia, sea incorporada al alumnado de enfermería con el propósito de procesar la información

para mejorar el pensamiento, permitiendo resolver y regular las conductas problemáticas ²⁸.

Mejorando el liderazgo, la gestión de decisiones, el compromiso,

la comunicación, la gestión de conflictos y el rendimiento académico, gestionar sus propias emociones significa construir una relación social positiva, enfrentando una gran tensión emocional en el trabajo académico, principales factores de estrés ²⁹.

Para Domínguez 2018, la inteligencia emocional resulta la competencia de distinguir, discernir y gestionar adecuadamente las emociones, en este caso, los estudiantes de enfermería también pueden carecer de la capacidad de comprender y reconocer sus propias emociones, si son conscientes de su propia situación de salud, porque no pueden gestionarlas durante el entrenamiento y las interacciones ³⁰.

De acuerdo a primera dimensión aborda la capacidad de sentir emociones apropiadamente, ya que el desarrollo emocional mantiene la salud psicológica, física, reduce el riesgo de estrés durante las calificaciones y el trabajo escolar ³¹. En el entorno clínico de los estudiantes de enfermería, la educación también ayuda a reducir los temores de los estudiantes y permite una comunicación eficaz, la inteligencia emocional para reconocer y gestionar eficazmente las emociones personales y profesionales ³².

La percepción emocional es la habilidad que permite captar las emociones personales y del resto, además de sentirlo en aspectos materiales como objetos, arte, historias, música y otros estímulos³³. La comprensión de sentimientos se encarga de comprender y utilizar los conocimientos de las emociones. Además, añade la habilidad de clasificar cada emoción y darle un significado. Asimismo, presenta la habilidad de averiguar emociones complejas, como aquellas que surgen simultáneamente³⁴.

Respecto a la regulación emocional, implica el autodomínio a través del comportamiento, la autoconciencia teniendo de por medio la emoción, la empatía por los demás y la adquisición de un conjunto de habilidades sociales, educación

con valores y autocuidado, mecanización de los pasos continuos del desarrollo de habilidades que impactan positivamente en las disciplinas académicas ³⁵. Esta dimensión obtiene una gran ventaja porque controlas y comprendes tus propias emociones, lo que le permite anticipar reacciones casi inmediatas ante riesgos de alta peligrosidad, lo que logra frenar conductas inapropiadas, y continuar desarrollando habilidades emocionales a través de recompensas a largo plazo que ayuden a comprender las decisiones del beneficio ³⁶.

El estrés académico viene a ser una condición que se presencia en cada persona por diversos aspectos de la vida, que, si bien es una condición común, afecta al desempeño de los estudiantes en un contexto académico. Una persona desarrolla estrés académico cuando se enfrenta a situaciones muy demandantes que sobrepasan su capacidad de respuesta. Este término "estrés" proveniente del término inglés "stress", en forma de "distress" inglés medieval "destresse", cuyo significado es estar bajo estrechez u opresión en un ambiente educativo ³⁷.

El estrés se define entonces como un estímulo no específico por medio de percibir situaciones perturbadoras al ambiente personal, en una respuesta a amenazas o problemas ambientales a través de procesos de afrontamiento, ya que en un nivel moderado de estrés incita al individuo a ser activo y productivo ³⁸. Al sobrepasar estos niveles, provoca inconvenientes psicológicos y físicos por lo que el estrés académico viene a ser una respuesta a las necesidades de los estudiantes, superando sus capacidades y, lo que es más importante, un ambiente muy competitivo que afecta significativamente la orientación laboral futura ³⁹.

El estrés académico se relaciona fácilmente con los estudiantes de nivel superior, pues este problema se presenta en los más jóvenes, pues la falta de tiempo, la interrupción de la formación clínica, la confianza en sí mismo y la carga académica son requisitos indispensables para que el estudiante a crear estrategias para afrontarlo ⁴⁰. Respecto a la dimensión física, vienen a ser esos efectos asociados a respuestas fisiológicas como: perturbación del sueño, que puede ser falta del mismo o pesadillas, dolores intensos de cabeza, o de los músculos, mareos, problemas digestivos, cansancio continuo o falta de apetito ⁴¹.

En cuanto a la dimensión psicológica, hace referencia a síntomas relacionados a respuestas de estilo cognitivo o emocional, como ansiedad, impulsividad, sensación de tristeza, problemas de concentración o de memoria, incluso para tomar decisiones. Referente a la dimensión comportamental, señala a los aspectos de conducta de un individuo: aislamiento y problemas sociales, retrasar o exagerar las aplicaciones en actividades académicas, rendirse académicamente, costumbre de morderse las uñas, estar inquieto por nerviosismo.

Los procesos para tomar y llevar una gestión de decisiones relacionadas con una malla curricular son medidos como condiciones estresantes en aspectos académicos del alumnado universitario, es decir, se trata de exceder los requisitos académicos frente a la reacción del estudiante ⁴². Respecto a los síntomas de estrés, las reacciones del estudiante ante los desequilibrios sistémicos provocados por el estrés, cuando un alumno goza de salud aprenden a buscar soluciones que incrementen su satisfacción con su entorno educativo impidiendo que afecte su actividad profesional en el futuro ⁴³.

La mayoría de estos síntomas son explicados con alteraciones del sueño, cansancio constante, dolores de cabeza, problemas digestivos, somnolencia y aumento de la necesidad de dormir, tensión muscular, estreñimiento, inquietud excesiva e hiperactividad, que pueden conducir a niveles elevados de estrés ⁴⁴.

Con referencia a las estrategias para afrontar proactivamente el estrés académico, la persona trata de recuperar el equilibrio, o concentrarse en la solución del evento pues le preocupa los resultados para ello analiza las diferentes propuestas como ya sea positivas o no y de esta manera se maneja el estrés apoyándose en la fuerza de sus emociones, así como en sus como manifestaciones conductuales, afectivas ⁴⁵. Sin embargo, no siempre el despliegue de las son exitosas pudiendo manifestarse síntomas somáticos de respuestas al estrés de manera negativa como el miedo, tristeza lo que evidencia la necesidad de ser entrenado para un mejor manejo ⁴⁶.

La inteligencia emocional y estrés académico referido al papel de enfermería cuando esta padece niveles elevados de estrés, puede utilizar su inteligencia emocional para aliviar su estrés y aumentar el contexto de bienestar, la acción protectora controla el estrés, sobre todo cuando la inteligencia emocional es fortalecida por los componentes educativos, para apoyar el bienestar de los estudiantes en los campos educativo y clínico ⁴⁷.

El estrés académico en diferentes áreas de habilidades, incide en los métodos para afrontarlo, porque regular las emociones hace que el panorama sea distinto para el alumnado de enfermería, experimentan afrontamiento activo, retención, planificación y supresión, porque el apoyo social positivo aumenta con el humor emocional en la recepción, por lo que el apoyo cognitivo estratégico ⁴⁸.

En la investigación se trabajó con la teoría de adaptación de Callista Roy en este caso, los estudiantes de enfermería aceptaran el modelo como una herramienta de gran utilidad para que puedan comprender mejor sus intervenciones destinados a reducir los mecanismos que generan estrés relacionados con metas de supervivencia, crecimiento, reproducción y manejo del estrés académico. Al observar se puede apreciar con capacidad notable de la recuperación a los cambios físicos, psicológicos importantes. El modelo que utilizó reconoce que un individuo viene a ser un sistema que se adapta y de forma constante interactúa con su alrededor. El modelo promueve atención para la forma de adaptarse de los pacientes a su ambiente, así como también promover su salud y bienestar. La enfermera utiliza los 4 modelos adaptativos para evaluar las conductas que indican que las personas están experimentando estrés.⁴⁹.

El modo fisiológico de adaptación se refleja mediante las observaciones de la enfermera sobre el comportamiento y las reacciones fisiológicas de unas personas con cierto nivel de estrés. El autoconcepto grupal está basado en rasgos psicológicos y de espiritualidad en las personas, la autoestima, la autoimagen. La profesional enfermería puede ayudar a identificar los propios recursos de los estudiantes universitarios y centrar esencialmente su intervención en fortalecer esos recursos, en lugar de ignorar las debilidades y los miedos. La forma para adaptarse a un desempeño del rol resulta un estilo de ajuste social centrado en el rol de la persona en la sociedad y requiere una comprensión de quién es él en

relación con los demás. Estudiante de enfermería que culmina la carrera puede identificar dónde se encuentra socialmente una persona, si tiene exceso de trabajo, como es su vida diaria. Roy lo define como “comportamiento expresivo”. Así mismo los profesionales pueden ayudar a los estudiantes universitarios a descubrir qué funciones son indispensables o esenciales, cuales son importantes y cuales están sobrecargadas para brindarles técnicas donde aprendan a distribuir su tiempo, priorizar y crear un espacio colaborativo ⁵⁰.

Modo de adaptación de la independencia las personas tratan de adaptarse en situaciones difíciles en busca de ayuda, apoyo y amor de los demás. Los estudiantes deben identificar los inconvenientes que crean cada persona y proporcionar sistema de apoyo en un punto de vista social dirigidos a reducir conflictos. Callista Roy, define los siguientes metaparadigmas los cuales son; salud como el proceso de tener en cuenta aspectos de promover, prevenir, mantener, restaurar. Además, Roy considera a la enfermera como un ser biopsicosocial que interactúa constantemente con el entorno cambiante y es alguien capaz de buscar soluciones a los problema o situaciones y por último está el entorno que es una agrupación de todos los aspectos, como también de circunstancias del comportamiento de la persona y de la comunidad, esto incluye los estímulos focales, contextuales y residuales ⁵¹.

III. METODOLOGÍA

3.1. Tipo y diseño de investigación

Es tipo básica, en su reto para obtención y aumento de nuevos conocimientos, mediante diferentes investigaciones precedentes y teorías. El enfoque es cuantitativo, porque se usó formularios, técnicas estadísticas y se cuantificó su interpretación para un determinado contexto. Adicionalmente, el nivel es correlacional puesto que se indagó la asociación del comportamiento de las variables inteligencia emocional y estrés académico.

3.2. Variables y operacionalización

Variable 1: Inteligencia emocional

Definición conceptual: Se basa en la idea de que es una capacidad que involucra procesar información emocional de manera eficiente y efectiva. ³⁰

Definición operacional: La variable se mide por puntuaciones obtenidas en la Escala TMMS-24, elaborado por Salovey y Mayer tiene; tres dimensiones: Percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional. La escala de medición es ordinal.

Variable 2: Estrés Académico

Definición conceptual: Se basa en la reacción a niveles fisiológicos, afectivos, comportamentales y mentales ante la presencia de situaciones académicas. ³⁸

Definición operacional: La variable se mide por la escala SISCO elaborado por Barraza, dividida en 4 dimensiones: Manifestaciones fisiológicas, manifestaciones psicológicas, manifestaciones conductuales, y manifestaciones sociales. La escala de medición es ordinal.

3.3. Población, muestra y muestreo

Para este caso la población de estudio fue conformada por 250 estudiantes de enfermería, el muestreo será probabilístico aleatorio simple porque se seleccionó a los estudiantes de la población al azar para obtener la muestra.

Referente a los criterios de inclusión; se tendrán en cuenta aquellos estudiantes que desearan participar, que sólo estudien la carrera de enfermería en Lima; para los criterios de exclusión se consideran aquellos estudiantes en vacaciones o que pertenezcan a otras instituciones donde se estudie para técnicos en enfermería.

Finalmente, la muestra fue de 152 estudiantes de enfermería de Lima. (ver anexo 3)

3.4. Técnica e instrumentos de recolección de datos

La técnica del estudio es la encuesta, el instrumento son los cuestionarios para cada variable de estudio (ver anexo 4).

El instrumento para la variable Inteligencia Emocional es el “Cuestionario sobre Inteligencia Emocional”, que es una adaptación del original Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24), desarrollada por Salovey y Mayer en 1990, luego adaptada al español por Fernández y Extremera en 2004, y adaptada en Perú por Zapata en 2021. Este instrumento se constituye en 24 ítems divididos en 3 dimensiones: Percepción Emocional (8 ítems), Compresión de sentimientos (8 ítems), Regulación Emocional (8 ítems), donde cada una se presenta en una escala Likert de 4 niveles: nunca (1pto), rara vez (2ptos), algunas veces (3ptos), casi siempre (4ptos), y siempre (5ptos).

Por otro lado, el instrumento para la variable Estrés Académico es el “Cuestionario sobre Estrés Académico”, que es una adaptación del original “Escala SISCO SV 21”, desarrollado por Arturo Barraza Macías en 2018; y

adaptado en Perú por Zapata en 2021. Este instrumento se constituye por 20 ítems, divididos en 4 dimensiones: Manifestaciones Fisiológicos (5 Ítems), Manifestaciones Psicológicos (5 Ítems), Manifestaciones Conductuales (5 Ítems), Manifestaciones sociales (5 Ítems), donde se presenta una escala de Likert de 4 niveles: nunca o casi nunca (1pto), a veces (2ptos), casi siempre (3ptos), y siempre (4ptos).

La validación y confiabilidad de los instrumentos se realizó en el estudio de Zapata en 2021 (ver anexo 4 y 5). La validación se llevó a cabo por juicio de 3 jueces, y la confiabilidad se realizó por el estadístico de Alfa de Cronbach, donde se tuvo un valor de 0.922 para el instrumento sobre Inteligencia Emocional, y 0.910 para el instrumento respecto al Estrés Académico.

Asimismo, se desarrolló una confiabilidad por una prueba piloto de 10 estudiantes de enfermería, donde se obtuvo una confiabilidad para el instrumento sobre Inteligencia emocional de 0.854, y para el instrumento sobre estrés académico fue de 0.951 (ver anexo 7).

3.5. Procedimientos

Se establecieron comunicación con los participantes y se le explicaron el propósito de la investigación, respondieron dos encuestas de 15 minutos. En la cual se enviaron una solicitud de permiso al rector de la entidad responsable y con el consentimiento informado de los estudiantes correspondientes para la ejecución de la investigación.

3.6. Método de análisis de Datos

Se elaboran la base de datos con toda la información recaudada, luego se realizaron el Excel y SPSS, donde se analizaron los resultados, que también dio los datos como tablas de frecuencias necesarios para interpretar los resultados de cada variable y las dimensiones de cada variable.

3.7. Aspectos éticos

Autonomía: Los participantes firmaron un documento de consentimiento informado, se respetó su decisión de participar en el estudio (ver anexo 6).

Se mantiene la absoluta fiabilidad de toda la información obtenida y los resultados se presentaron de forma general y no específica.

Beneficencia: Según este principio lo que se buscaron con toda investigación es el esclarecimiento de los problemas de salud mental en los estudiantes de enfermería, con el fin de que el estudio sirva de base para beneficiar la salud mental.

Maleficencia: En la investigación que se realizaron no se buscaron dañar a la institución o a la muestra elegida, porque se cumplieron con la privacidad de los datos brindados, si no que buscaron crear conocimientos mediante lo analizado y la realidad.

Justicia: Es definido como justicia equitativa, donde todos los encuestados fueron tratados sin discriminación ya sea por cultura, religión, etc.

IV. RESULTADOS

Tabla 1. Datos generales de estudiantes de enfermería de una universidad de Lima 2023

DATOS GENERALES	VALORES	n	%
SEXO	Masculino	58	38
	Femenino	94	62
ESTADO CIVIL	Soltero	111	73
	Casado	33	22
	Conviviente	8	5
TRABAJO	Independiente	45	30
	Dependiente	93	61
	No trabaja	14	9
CICLO DE ESTUDIO	IX Ciclo	29	19
	X Ciclo	123	81

La mayoría son mujeres 62% (94) solteros, 73% (111), tienen un trabajo dependiente 61% (93) y pertenecen al X ciclo el 81% (123).

Tabla 2. Relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima 2023

Variables		Inteligencia emocional	Estrés académico
Rho de Spearman	Coeficiente de correlación	1.000	-0.721
	Sig. (bilateral)	-	0.000
	N°	152	152
	Coeficiente de correlación	-0.721	1.000
	Sig. (bilateral)	0.000	-
	N°	152	152

Existe de acuerdo a la correlación de Spearman, relación significativa, alta e inversa entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes universitarios de enfermería de Lima $p=0.000$, $r=-0.721$.

Tabla 3. Relación entre inteligencia emocional y las dimensiones del estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima 2023

Variable	–	Dimensión	Fisiológicas	Psicológicas	Conductuales	Sociales
manifestaciones						
		Coeficiente de correlación	-0.643	-0.678	-0.635	-0.593
Rho de Spearman	Inteligencia emocional		0.000	0.000	0.000	0.000
		N	152	152	152	152

Existe según las pruebas de correlación de Spearman, relación negativa, moderada entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones fisiológicas -0.643, psicológicas -0.678, conductuales -0.635 y sociales -0.593, del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima, se acepta la hipótesis de trabajo y la significancia en todas fue $p < 0.05$.

Tabla 4. Relación entre estrés académico y las dimensiones de la inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima 2023

Variable – Dimensión de la inteligencia emocional	Percepción emocional de	Comprensión de sentimientos	Regulación emocional	
	de	-0.711	-0.615	-0.665
	Coeficiente de correlación			
Rho de Sig. (bilateral) Spearman	Estrés académico	0.000	0.000	0.000
	N	152	152	152

Las pruebas de significancia son menores a 0.05 en las dimensiones, pero el nivel del coeficiente de correlación es inverso y alto entre el estrés académico y la dimensión percepción emocional -0.711, e inverso y moderado con las dimensiones comprensión de sentimientos -0.615 y regulación emocional -0.665, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima.

V. DISCUSIÓN

En los años precedentes a este estudio, la virtualidad impidió el contacto directo del estudiante de enfermería con los pacientes, equipo de salud, compañeros de estudios y con la comunidad universitaria en general; por lo tanto, el aislamiento, el nuevo modo de vivenciar las relaciones, el excesivo uso de la tecnología alejó en cierta forma a las personas; motivos por los cuales, se analiza en la nueva presencialidad la inteligencia emocional como habilidad que toda estudiante de enfermera debe construir, lograr y mantenerla para una adecuada percepción, entendimiento y manejo de sus emociones; asimismo, el adecuado manejo del estrés académico debería ser necesario y preponderante para poder desarrollar sus actividades en el campo clínico, en la comunidad o en el aula universitaria.

En este estudio hay relación significativa, alta e inversa entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes universitarios de Enfermería de Lima $p=0.000$, $r=-$

0.721 similares al estudio de Palomino ²⁰ $r=-0.894$, $p=0.000$ y Salazar ²¹ $r=-0.340$, $p=0.008$. Xu et al ²⁶ mencionan que los estudiantes que saben manejar sus niveles de estrés académico y poseen alta inteligencia emocional tienen mayor capacidad de desarrollar sus actividades referidas al ejercicio de las prácticas de enfermería y desempeño académico. El manejo del estrés con el uso adecuado de la inteligencia emocional fortalece componentes educativos, que apoyen al estudiante tanto en el desarrollo de sus clases como en sus prácticas de enfermería.

Asimismo, en este estudio, la relación entre de la inteligencia emocional con la dimensión manifestaciones fisiológicas es inversa y moderada $r=-0.643$, $p=0.000$ similar a los resultados de Asad y Batool ²⁷ ($r=-0.411$; $p=0.01$) . Según Diaz et al ⁵⁰ las reacciones fisiológicas son malestares que el estudiante siente debido a miedos o debilidades producto factores estresantes y de una baja inteligencia emocional; que pueden expresarse con diferentes molestias tal como sugiere Ángel et al ⁴⁴. es decir, un estudiante de enfermería que posea mayor inteligencia emocional tiende a tener menores manifestaciones fisiológicas de estrés. Al reconocer estos malestares que sobrecargan a los internos de enfermería, se podrán crear

estrategias que lo ayuden a enfrentar situaciones estresantes para mejorar su desempeño en sus prácticas de enfermería.

Por otro lado, la relación entre la inteligencia emocional con la dimensión manifestaciones psicológicas también es inversa y moderada $r=-0.678$; $p= 0,000$, similar a los resultados de Asad y Batool ²⁷ ($r=-0.494$; $p=0.03$). En el estudio de Vargas ⁴¹ se menciona que el estrés académico en estudiantes no permite manejar su inteligencia emocional generando respuestas emocionales como ansiedad, impulsividad, dificultar de concentración y retención de información, lo que además genera que tenga una falta de constancia en sus labores como practicante. El reconocimiento y gestión de las emociones por parte del profesional que apoya al estudiante, así como por el mismo estudiante, le permite identificar comprender sus propias emociones, y de esa manera mejora su capacidad de respuesta antes situaciones estresantes.

La relación entre la inteligencia emocional con la dimensión manifestaciones conductuales también es inversa y moderada $r=-0.635$; $p=0.000$, con semejanza a los resultados de Asad y Batool²⁷ ($r=-0.452$; $p=0.02$). Asimismo, Magno ¹⁹ indica que el manejo de emociones conductuales se relaciona con la inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés. Ascue ³⁸ en su estudio menciona que los estudiantes de enfermería manifiestan otras molestias como cansancio, sueño, intranquilidad, debido a las demandas elevadas en el centro de salud, perturbando el desarrollo de sus prácticas de enfermería. La identificación de estas manifestaciones conductuales genera una ventaja y beneficio al estudiante, ya que cuando se recupera la estabilidad emocional del estudiante, genera reacciones positivas en su comportamiento, disminuye los niveles de estrés y mejora su estado mental.

Por último, la relación entre la inteligencia emocional con la dimensión manifestaciones sociales es igualmente inversa y moderada $r=-0.593$; $p=0.000$, es decir, los estudiantes de enfermería con alta inteligencia emocional logran afrontar con mayor éxitos manifestaciones sociales del estrés académico, semejante a lo mencionado en el estudio de Palomino ²⁰ quien destaca que el estrés académico se relaciona con la inteligencia y relaciones interpersonales e intrapersonales, capacidades que facilitan la interacción social con los usuarios y trabajadores en el centro de salud. Asimismo, Novianty ²⁵ manifiesta que la falta de dicha capacidad

de interacción con los compañeros de trabajo genera falta de trabajo en equipo en el ambiente laboral, y por tanto acumulación de tareas. Lograr una convivencia social positiva y en armonía permite que los niveles de estrés sean menores, y junto a una elevada inteligencia emocional, los estudiantes de enfermería pueden realizar su internado con mayor eficiencia.

Por otro lado, los resultados mostraron que el estrés académico y la dimensión percepción emocional se relacionan de forma inversa y alta $r=-0.711$; $p=0.000$, es decir, si un estudiante tiene una percepción emocional alta, se relaciona con tener un nivel de estrés académico bajo. Según García ³³ una percepción emocional alta se relaciona con habilidades para aprehender las emociones propias y del resto de compañeros de trabajo, por lo que es capaz de buscar mejorar ese estado emocional disminuyendo los niveles de estrés, y poder trabajar en conjunto a favor de los pacientes. Asimismo, Lewis ³¹ indica que es importante un buen estado emocional para mantener una buena salud mental, desenvolverse mejor en el entorno del centro de salud, y comunicarse efectivamente con su equipo de trabajo. El estudiante de enfermería debe sentirse libre de expresar sus emociones, su pensamiento, que logra liberarse de esa tensión acumulada por las labores académicas, presentando una alta percepción emocional que se relacionará con bajos niveles de estrés académico.

Por otro lado, la relación entre el estrés académico y la dimensión comprensión de sentimientos es inversa y moderada $\rho=-0.615$; $p=0.000$, por lo que un estudiante de enfermería con una alta comprensión de sentimiento tiende a presentar un bajo estrés académico, similar a la investigación de Ardiles ²⁴ ($r=-0.320$; $p=0,01$). Asimismo, Hernández e Hinojos ³⁴ indicaron que, además de lograr sentir las emociones, entender a las personas sentimentalmente ayuda a descifrar emociones complejas que ocurren al mismo tiempo. Asimismo, Cejudo et al ³⁶ señalan que comprender los sentimientos propios frena los riesgos a problemas conductuales o de salud mental, por lo que es importante que cada estudiante

aprenda a autoidentificarse y actuar cuando los niveles de estrés perjudican su estado emocional. La enseñanza al interno de enfermería sobre la identificación y comprensión de sus sentimientos y de sus compañeros de trabajo permite que sea capaz de solicitar ayuda cuando estos apartados empiecen a descender, evitando los niveles de estrés elevados.

Finalmente, la relación del estrés académico con la dimensión regulación emocional es igualmente inversa y moderada $r=-0.665$; $p=0.000$, semejante al estudio de Ardiles ²⁴ ($r=-0.510$; $p=0,01$). Según Sánchez et al ³⁵, una alta regulación emocional implica una serie de habilidades sociales y disciplinas académicas que permitan un autodomínio del comportamiento, logrando que el estrés académico no afecte al estudiante. La regulación emocional se relaciona con el afrontamiento del estrés académico como señala Díaz ⁴⁵, logrando recuperar el equilibrio emocional de estudiante en el ámbito académico y de sus prácticas. Brindar educación sobre inteligencia emocional a los estudiantes de enfermería que realizan su internado permite, mediante el reconocimiento de su propio estado emocional, una comprensión y regulación del mismo, permitiéndole afrontar esta etapa con el menor nivel de estrés posible.

Según el modelo de adaptación de Callista Roy, es importante comprender las emociones y sentimientos de los estudiantes de enfermería, ya permite reducir los niveles estrés relacionados al entorno académico que viven. La identificación de las debilidades, miedos y dificultades de los estudiantes de enfermería permite eliminarlas y generar una elevada percepción y regulación de sus emociones, así como identificar las funciones importantes, y cuales generan una sobrecarga, brindándoles conocimiento sobre manejo óptimo y distribución de tiempo que le permita desempeñarse en lo académico y reducir los niveles de estrés por ello.

VI. CONCLUSIONES

PRIMERA: Existe una relación alta e inversa entre la inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima.

SEGUNDA: Existe una relación moderada e inversa entre la inteligencia emocional y las manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales y sociales del estrés académico en estudiantes de Enfermería de Lima.

TERCERA: Existe una relación alta e inversa entre el estrés académico y la percepción emocional en estudiantes de Enfermería de Lima

CUARTA: Existe una relación moderada e inversa con la comprensión de sentimientos y la regulación emocional en estudiantes de Enfermería de Lima.

VII. RECOMENDACIONES

PRIMERA: A las autoridades de las escuelas de enfermería universitaria, diseñar estrategias a través de talleres vivenciales para diagnosticar los niveles de inteligencia emocional en percepción, comprensión y regulación, a fin de lograr que los estudiantes afronten el estrés causado por la carga académica.

SEGUNDA: En cada centro de salud o institución hospitalaria, se deberían realizar talleres donde se aborden temas relacionados con el estrés académico dirigidos por docentes y enfermeros especializados en salud mental, a fin de que los internos de enfermería logren manejar los estados emocionales y afrontar el estrés provocado por la alta carga laboral y académica.

TERCERA: Realizar nuevos estudios con muestras más amplias relacionados a la inteligencia emocional y el estrés académico, que permita reconocer una asociación más alta de estas variables de estudio y diseñarse estrategias para que puedan impulsar profesionales con un buen estado de salud emocional.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Estrés. Ginebra: Centro de prensa de la OMS; 2022. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-andanswers/item/stress>
2. Moscoso CI, Barzallo JL. Prevalencia del estrés académico en estudiantes de medicina, asociado al rendimiento académico, Rev Médica Hosp José Carrasco Arteaga. 2018; 10(2): 88–92. Disponible en: <https://revistamedicahjca.iess.gob.ec/ojs/index.php/HJCA/article/view/72>
3. Cassaretto M, Vilela P, Gamarra L. Estrés académico en universitarios peruanos: importancia de las conductas de salud, características sociodemográficas y académicas. Lib Rev Peru Psicol. 2021;27(2): e482. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272021000200005
4. Cutipé Y, Orestes C. Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre impactos en su salud mental por presión académica. RPP. 2018. Disponible en: <https://rpp.pe/vital/vivir-bien/hasta-30-de-la-poblacion-universitaria-del-perusufre-de-impactos-en-su-salud-mental-por-presion-academica-noticia1151266>
5. Organización Mundial de la Salud. Estrés. Ginebra: Centro de prensa de la OMS; 2022. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/questions-andanswers/item/stress>

6. Castillo IY, Barrios A, Alvis LR. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena. *Investig Enferm Imagen Desarr.* 2018; 20(2). Disponible en: <https://www.redalyc.org/journal/1452/145256681002/html/>
7. Aguirre D. Retos y desafíos de la Enfermería en el mundo moderno. *Rev haban cienc méd.* 2020; 19(3): e3229. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000300001&lng=es.
8. Unido R, Clouder C, Heys B. Aspectos del aprendizaje social y emocional en el Reino Unido. *Fundacionbotin.org.* [cited 2023 Jul 6]. Available from: https://fundacionbotin.org/89dguuytdfr276ed_uploads/EDUCACION/ANALISIS%20INTERNACIONAL/2008/Reinounido2008.pdf
9. Puertas P, Zurita F, Chacón R, Castro M, Ramírez I, González G. La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. *Anales de Psicología.* 2020; 36(1): 84-91. Disponible en: <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.36.1.345901>.
10. Arsat NB, Dasan NB, Tawakal SNB, Bianus F, Binti NNS, Peter JPC. Emotional Intelligence and Stress Among Nursing Student, University Malaysia Sabah (UMS). *Malaysian Journal of Medicine & Health Sciences.* 2020; 15(5): 70.
Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=144663256&lang=es&site=ehost-live>
11. García I, Augusto JM, León SP, Quijano R. Pathways between self-concept and academic stress: the role of emotional intelligence and personality among university students. *Journal of Further & Higher Education.* 2023; 47(2): 182–96. Disponible en: <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=162174020&lang=es&site=ehost-live>.
12. Trigueros R, Padilla AM, Aguilar JM, Rocamora P, Morales MJ, López R. The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic

Stress and the Mediterranean Diet. A Study with University Students. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Mar 20;17(6):2071. Disponible en: <https://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/7943/ijerph-17-02071.pdf>

13. Teque E, Gálvez N, Salazar D. Estrés académico en estudiantes de enfermería de universidad peruana. *Medicina naturista*. 2020; 14(2): 43-48. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7512760>
14. Barrera R, Solano C, Arias J, Jaramillo O, Jiménez R. La Inteligencia Emocional en Estudiantes Universitarios. *Educación Y Salud Boletín Científico Instituto De Ciencias De La Salud Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo*. 2019; 7(14): 50–55. Disponible en: <https://doi.org/10.29057/icsa.v7i14.4437>
15. Beckie Y. El papel de la Inteligencia emocional sobre el estrés en Enfermería: Propuesta de un programa de Intervención en habilidades emocionales 2020. Disponible en: <http://tauja.ujaen.es/jspui/handle/10953.1/11387>
16. Luque S, Tacuri C. Inteligencia emocional y rendimiento académico en estudiantes de la institución educativa privada “Antonio Raymondi” de Juliaca, 2021. *Ciencia Latina* Disponible en: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i5.3496
17. Montenegro J. La inteligencia emocional y su efecto protector ante la ansiedad, depresión y el estrés académico en estudiantes universitarios. *Revista Científica Institucional TZHOECOEN*. 2020; 12(4):449-461. Disponible en: <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/view/1395>
18. Quispe N, Sotomayor C. Estrategias de afrontamiento al estrés e inteligencia emocional en estudiantes embarazadas de la Escuela de enfermería y Obstetricia, en la Universidad Nacional de Huancavelica [Tesis de Licenciatura]. Huancavelica: Universidad Nacional de Huancavelica; 2018. Disponible en: <http://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2147>
19. Magno P. Inteligencia emocional percibida y afrontamiento del estrés académico en universitarios de Ciencias de la Salud de Lima. [Tesis de

- Licenciatura]. Lima: Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas; 2020. Disponible en: <https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/653752>
20. Palomino B. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima, 2021. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Cesar Vallejo; 2022. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/81986>
 21. Salazar D. Inteligencia emocional y estrés académico en internos rotativos de enfermería que cursan su rotación en un hospital de Ecuador, 2021. [Tesis de Maestría]. Universidad Cesar Vallejo. 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12692/71789>
 22. Subramanyam K, Thirumala Rao V. Emotional Intelligence Among College Students: The Role of Academic Stress and Self Confidence. *J Psychol Psychiatry Res Orig Res Artic Manusc Sci Serv J Psychol Psychiatry Res.* 2021; 1(1): 1–5. Disponible en: <https://manuscriptscientific.com/images/b83c92893faad03a88f4ca0f8ce3fdfa.pdf>
 23. El-dahshan M, Elshall S, El-Kholy S, Dorgham L. T The Relationship among Emotional Intelligence, Stress and Coping Strategies for Nursing Students. *J Educ Res Rev.* 2020; 8(4): 45–56. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/342942379_The_Relationship_among_Emotional_Intelligence_Stress_and_Coping_Strategies_for_Nursing_Student
 24. Ardiles R, Barraza R, Koscina I, Espínola N. Inteligencia Emocional y su potencial preventivo de Síntomas Ansioso - Depresivos y Estrés en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería.* 2020; 26(1):1–15. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.29393/ce26-20iera40020>
 25. Novianty L, Utami RN, Ahmad G, Pusparini D. Hubungan Self-Efficacy dan Emotional Intelligence dengan Stress Akademik Mahasiswa Sarjana Keperawatan di STIKES Sukabumi. *Jurkes Kesehatan [Internet].*

2022;11(2):148-54. Disponible en: <https://doi.org/10.46815/jk.v11i2.95>

26. Xu J, Zhang L, Ji Q, Ji P, Chen Y, Song M, Guo L. Nursing students' emotional empathy, emotional intelligence and higher education-related stress: a cross-sectional study. *BMC Nursing*. 2023; 22: 437-445. Disponible en: <https://doi.org/10.1186/s12912-023-01607-z>
27. Asad S, Batool T. Academic stress, emotional intelligence and self-esteem, in medical students of second and third year. *Jahan-e-Tahqeeq*. 2021; 4(3). Disponible en: <http://jahan-e-tahqeeq.com/index.php/jahan-e-tahqeeq/article/view/690>
28. Cruellas M. La inteligencia emocional en el ámbito enfermero [Internet]. Universidad Europea de Madrid; 2021. Disponible en: <http://titula.universidadeuropea.com/handle/20.500.12880/127>
29. Buenaño AL, Gavilanes WL, Saltos LF, Díaz Y. Inteligencia emocional y resiliencia en estudiantes universitarios, durante la pandemia del COVID-19. *Conciencia Digital*. 2023; 6(1.4):1079-1097. Disponible en: <https://doi.org/10.33262/concienciadigital.v6i1.4.2054>
30. Domínguez J. La inteligencia emocional en alumnos de 4o de Enfermería de la USAL. [Tesis de Licenciatura]. España: Universidad de Salamanca; 2018. Disponible en: <https://gredos.usal.es/handle/10366/137587>
31. Lewis GM, Neville C, Ashkanasy NM. Emotional intelligence and affective events in nurse education: A narrative review. *Nurse Educ Today* 2021; 53(1): 34–40. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2017.04.001>
32. Roque MK. Relación entre resiliencia e inteligencia emocional en estudiantes de un centro preuniversitario privado de Lima - Metropolitana - 2020. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad peruana Cayetano Heredia; 2020. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.12866/8553>
33. García C. La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*. 2020; 39(2): 1–22.

Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0257-43142020000200015

34. Hernández WA, Hinojos ER. Relaciones Interpersonales entre los enfermeros para su bienestar. *Rev. iberoam. Educ. investi. Enferm.* 2019; 9(4): 40–47. Disponible en: <https://www.enfermeria21.com/revistas/aladefe/articulo/316/relacionesinterpersonales-entre-enfermeros-para-su-bienestar/>
35. Sánchez MT, Megías A, Gómez R, Gutiérrez MJ, Fernández P, Sánchez MT, et al. Relación entre la inteligencia emocional percibida y el comportamiento de riesgo en el ámbito de la salud. *Escritos de Psicología.* 2018; 11(3): 115–123. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1989-38092018000300115
36. Cejudo J, López ML, Jesús M. Inteligencia emocional y resiliencia: su influencia en la satisfacción con la vida en estudiantes universitarios. *Anuario de Psicología.* 2018; 46(2): 51–57. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97049408001>
37. Escobar ER, Soria BW, López GF, Peñafiel Á. Manejo del estrés académico: revisión crítica. *Revista Atlante: Cuadernos de Educación y Desarrollo.* Ecuador, Chimborazo; 2018. Disponible en: <https://www.eumed.net/rev/atlante/2018/08/estres-academico.html>
38. Ascue RN, Loa E. Estrés académico en los estudiantes de las 47 universidades públicas de la Región. *Apurímac en tiempos de pandemia Covid19. Cienc Lat Rev Científica Multidiscip.* 2021; 5(1):365–76. Disponible en: <https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/238>
39. Alsulami S, Al Omar Z, Binnwejjim MS, Alhamdan F, Aldrees A, Al-Bawardi A, et al. Percepción del estrés académico entre los estudiantes del Programa Preparatorio de Ciencias de la Salud en dos universidades sauditas. *Adv Med Educ Pract.* 2018;9(1):164. Disponible en:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5856041/>

40. Barraza A. Inventario SISCO SV - 21. Inventario Sistemico Cognoscitivista para el estudio del estrés académico. 1a ed. México, Durango: Books-ECORFAN®; 2018. Disponible en: https://www.ecorfan.org/libros/Inventario_SISCO_SV-21/Inventario_sist%C3%A9mico_cognoscitivista_para_el_estudio_del_estr%C3%A9s.pdf
41. Vargas DJ. Estrés académico en estudiantes del 3er ciclo de la Escuela Profesional de Enfermería de UNW, 2020. [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad Privada Norbert Wiener; 2021. Disponible en: <https://hdl.handle.net/20.500.13053/4746>
42. Cabanach RG, Souto A, Franco V. Escala de Estresores Académicos para la evaluación de los estresores académicos en estudiantes universitarios. *Rev Iberoam Psicol y Salud* 2018; 7(2): 41–50. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.rips.2016.05.001>
43. Gíl JA, Fernández CO. El estrés académico, estresores, síntomas y estrategias de afrontamiento en residentes de Estomatología General Integral. *EDUMECENTRO*. 2021; 13(1): 16–31. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742021000100016
44. Angel JL, Muentes AD, Choez J, Valero NJ. Estrés académico y salud mental en estudiantes universitarios en el área de la salud. *Polo del Conoc*.2020;5(6):750–61. Disponible en: <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1994>
45. Díaz E. La inteligencia emocional y el afrontamiento del estrés en personal de enfermería. [Tesis de Licenciatura]. Islas Baleares: Universitat de les Illes Balears; 2019. Disponible en: <http://dspace.uib.es/xmlui/handle/11201/150706>
46. Arrogante Ó. Estrategias de afrontamiento al estrés laboral en Enfermería - Metas de Enfermería. *Rev Metas enfermería*. 2018;19(10):71–6. Disponible en:

<https://www.enfermeria21.com/revistas/metas/articulo/81011/estrategiasdeafro-ntamiento-al-estres-laboral-en-enfermeria/>

47. Foster K, Fethney J, Kozlowski D, Fois R, Reza F, McCloughen A. Inteligencia emocional y estrés percibido de estudiantes australianos de preinscripción en salud: un estudio transversal multidisciplinario. *Nurse Educ Today*. 2018.;66:51–6. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0260691718301540>
48. Domínguez S, Huicho D. Influencia de la regulación emocional sobre las estrategias de afrontamiento al estrés ante la situación de pandemia en universitarios de Lima [Tesis de Licenciatura]. Lima: Universidad San Ignacio de Loyola; 2020. Disponible en: <http://repositorio.usil.edu.pe/handle/USIL/11237>
49. Bonfill E, Lleixa M, Sáez F, Romaguera S. Estrés en los cuidados: una mirada desde el modelo de Roy. *Index Enferm*; 19(4): 279-282. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962010000300010&lng=es.
50. García E, Cusme N. Aplicación del modelo de Callista Roy como herramienta de adaptación al estrés. *Brazilian Journal of Health Review*. 2023; 6(1): 1832-1854. Disponible en: <https://doi.org/10.34119/bjhrv6n1-145>
51. Jácome A. Hans Selye y la endocrinología social. *Revista Colombiana De Endocrinología, Diabetes y Metabolismo*. 2017; 2(1): 44-47. Disponible en: <https://doi.org/10.53853/encr.2.1.71>
52. González R, Custodio J, Abal F. Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos. *Psicogente*. 2020; 23(44): 1-26. Disponible en: <https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3469>
53. Alania R, Llancari A, Rafaele M, Ortega D. Adaptación del Inventario de Estrés Académico SISCO SV al contexto de la crisis por COVID-19. *Socialium*. 2020; 4(2): 111-130. Disponible en: <https://doi.org/10.26490/uncp.sl.2020.4.2.669>

ANEXOS

ANEXO 1: MATRIZ DE CONSISTENCIA

PROBLEMA	OBJETIVO	HIPÓTESIS	DISEÑO	VARIABLE
<p>Problema general ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima?</p> <p>Problemas específicos ¿Cuál es la relación entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales, y sociales, del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima?</p>	<p>Objetivo general Determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima.</p> <p>Objetivos específicos Establecer la relación entre inteligencia emocional y las Dimensiones manifestaciones fisiológicas, psicológicas, conductuales, y sociales, del estrés académico en</p>	<p>Hipótesis general: Existe relación significativa entre la inteligencia emocional y el estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima 2023.</p> <p>Las hipótesis específicas: Existe relación entre inteligencia emocional y las dimensiones manifestaciones fisiológicas,</p>	<p>Investigación básica, de diseño no experimental</p> <p>Nivel correlacional</p> <p>Enfoque cuantitativo</p> <p>Corte transversal</p> <p>Población: 250 estudiantes</p>	<p>VARIABLE 1: INTELIGENCIA EMOCIONAL</p> <p>Dimensiones:</p> <ul style="list-style-type: none"> Percepción emocional Comprensión de sentimientos Regulación emocional <p>VARIABLE 2: ESTRÉS ACADÉMICO</p> <p>Dimensiones</p> <ul style="list-style-type: none"> Manifestaciones fisiológicas Manifestaciones psicológicas Manifestaciones conductuales

<p>¿Cuál es la relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima?</p>	<p>estudiantes de enfermería de Lima.</p> <p>Establecer la relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional, en inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima.</p>	<p>psicológicas, conductuales, y sociales del estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima.</p> <p>Existe relación entre estrés académico y las dimensiones percepción emocional, comprensión de sentimiento, y regulación emocional de la inteligencia emocional en estudiantes de enfermería de Lima.</p>	<p>de enfermería de Lima.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Manifestaciones sociales
--	--	--	-------------------------------	--

ANEXO 2: OPERACIONALIZACIÓN DE VARIABLES

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA
INTELIGENCIA EMOCIONAL	Se basa en la idea de que es una capacidad que involucra el procesamiento de la información emocional de manera eficiente	Puntaciones obtenidas en la Escala TMMS-24, elaborado por Salovey y Mayer en 1990, adaptada al español por Fernández Berrocal, Extremera y Ramos en 2004 y en	Percepción emocional	Capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.	Ordinal
			Comprensión de sentimiento	Reconocimiento bien de sus propios estados emocionales.	

	y efectiva. Mayer & Salovey en 1995	Perú por Zapata José en 2021, la cual está conformado por 24 ítems de tipo Likert, dividido en 3 dimensiones.	Regulación emocional	Capacidad de regular sus estados emocionales correctamente.
--	-------------------------------------	---	----------------------	---

VARIABLE	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIÓN	INDICADORES	ESCALA
ESTRÉS ACADÉMICO	Reacción a nivel fisiológico, afectivo, comportamental y mental ante la presencia de situaciones académicas, en	Puntaciones obtenidas mediante la escala SISCO elaborado por Barraza en 2008, y adaptado en Perú por Zapata José en 2021, el cual contiene 20	Manifestaciones fisiológicas	Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.	Ordinal
			Manifestaciones psicológicas	Aparición de respuestas Psicológicas asociadas al estrés.	
			Manifestaciones conductuales	Aspecto conductual del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a	

	Barraza 2008.	preguntas tipo Likert, dividido en 4 dimensiones.		las labores académicas.	
			Manifestaciones sociales	Sistema de símbolos que permite la comunicación a un nivel comprensivo y expresivo verbal y no verbal.	

ANEXO 3: CÁLCULO DE MUESTRA

Para calcular el tamaño de muestra en esta investigación se empleará la fórmula de tamaño muestra con población conocida:

$$n = \frac{N \cdot Z_{\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q}{E^2(N - 1) + Z_{\alpha/2}^2 \cdot p \cdot q} \cdot 2$$

Dónde:

N = 250 estudiantes de enfermería de Lima 2023.

$\frac{\alpha}{2}$ Z = 1.96, con 95% de fiabilidad.

E = 0.05, error extremo permisible (5%).

p = 0.5, probabilidad que ocurra el evento.

q = 1 - p = 0.50, probabilidad que no ocurra el evento.

Entonces:

$$\frac{250 \times 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5}{0.05^2(250 - 1) + 1.96^2 \times 0.5 \times 0.5} = 152$$

Por lo tanto, la muestra será de 152 estudiantes de enfermería de Lima 2023.

ANEXO 4: INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS

Cuestionario de Inteligencia Emocional

Saludos Estudiantes. Este cuestionario es anónimo y sólo se utilizarán los datos para fines de investigación. El cual consta de 3 partes, en la primera es de Datos generales, en la cual debe marcar la opción que considere conveniente, Asimismo en las siguientes partes de datos específicos siga las instrucciones que se le indican.

Datos Generales

Sexo	Sector de distrito	Estado civil	Trabajo	Ciclo de estudio

Escala

Nunca	Rara vez	Algunas veces	Casi siempre	Siempre
1	2	3	4	5

Variable: Inteligencia Emocional

N°	Dimensiones / Ítems	Escala de Evaluación				
		1	2	3	4	5
Dimensión 1: Percepción Emocional						
1	Presto mucha atención a los sentimientos					
2	Normalmente me preocupo por lo que siento					
3	Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones					

4	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo					
---	--	--	--	--	--	--

5	Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos					
---	--	--	--	--	--	--

6	Pienso en mi estado de ánimo constantemente					
---	---	--	--	--	--	--

7	A menudo pienso en mis sentimientos					
---	-------------------------------------	--	--	--	--	--

8	Presto mucha atención a cómo me siento					
---	--	--	--	--	--	--

Dimensión 2: Comprensión de sentimientos

9	Tengo claro mis sentimientos					
---	------------------------------	--	--	--	--	--

10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos					
----	---	--	--	--	--	--

11	Casi siempre sé cómo me siento					
----	--------------------------------	--	--	--	--	--

12	Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas					
----	---	--	--	--	--	--

13	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones					
----	--	--	--	--	--	--

14	Siempre puedo decir cómo me siento					
----	------------------------------------	--	--	--	--	--

15	A veces puedo decir cuáles son mis emociones					
----	--	--	--	--	--	--

16	Puedo llegar a comprender mis sentimientos					
----	--	--	--	--	--	--

Dimensión 3: Regulación emocional

17	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista					
----	---	--	--	--	--	--

18	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables					
----	--	--	--	--	--	--

19	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida					
----	--	--	--	--	--	--

20	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal					
----	--	--	--	--	--	--

21	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme					
----	--	--	--	--	--	--

22	Me preocupo por tener buen estado de ánimo					
----	--	--	--	--	--	--

23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz					
24	Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo					

Cuestionario de Estrés Académico

A continuación, se presentarán una serie de manifestaciones del estrés de tipo: Fisiológicas, Psicológicas, Conductuales y Sociales. A las cuales usted debe responder marcando la opción, de acuerdo con lo que considere conveniente.

Escala

Nunca o casi nunca	A veces	Casi siempre	siempre
1	2	3	4

Variable: Estrés Académico

N°	Dimensiones / Ítems	Escala de Evaluación			
		1	2	3	4
Dimensión: Manifestaciones Fisiológicas					
1	Presento acidez estomacal				
2	Siento hormigueo o adormecimiento en las manos o cara.				
3	Siento tensión muscular a nivel de cuello y hombros.				
4	Tengo náuseas y/o mareos.				
5	Mi libido sexual ha disminuido.				

Dimensión: Manifestaciones Psicológicos					
6	Me siento irritable				
7	Tengo dificultad para tomar decisiones				
8	Me preocupo excesivamente por las cosas				
9	Tengo sentimientos de tristeza				
10	Tengo sentimientos de minusvalía				
Dimensión: Manifestaciones Conductuales					
11	Camino de un lado a otro dentro de un mismo ambiente				
12	Suelo rascarme, morderme o frotarme las uñas				
13	Tengo dificultad para conciliar el sueño				
14	Tengo pesadillas				
15	No puedo relajarme fácilmente				
Dimensión: Manifestaciones Sociales					
16	Evito entablar el diálogo con los demás				
17	La sobrecarga de trabajo interfiere en mi vida de familia				
18	No disfruto de las actividades recreativas				
19	Mis discusiones en casa con los más próximos a mí han aumentado últimamente.				
20	Mi capacidad de interactuar con las personas ha disminuido últimamente (amigos, equipo de trabajo, otros).				

ANEXO 5: CONFIABILIDAD DEL INSTRUMENTO

Confiabilidad de los instrumentos de Inteligencia Emocional (IE) y Estrés Académico (EA) realizados por Zapata José (2021)

Tabla 9: Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos IE.

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,922	24

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	24	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	24	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Tabla 10: Confiabilidad de los instrumentos de recolección de datos EA

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
,910	20

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	20	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	20	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

ANEXO 6: VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Validación del instrumento “Cuestionario de Estrés Académico” JUEZ 1: DR. NEMECIO PABLO PEÑA RIVERA

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente: aportando tanto al área investigativa Gestión y Calidad del Servicio educativo como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con la investigación denominada: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zaramilla, en tiempos COVID-19, 2021.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Necemio Pablo Peña Rivera		
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor (X)	
Área de Formación académica:	Clinica (X)	Educativa (X)	Organizacional ()
Áreas de experiencia profesional:	Docencia superior tecnológica Docencia Universitaria		
Institución donde labora:			
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica:			

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar el contenido de instrumento, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Nombre de la Prueba:	ESCALA SISCO SV 21
Autor:	Elaborado por Arturo Barraza Macías (2008).
Procedencia:	
Administración:	Individual
Tiempo de aplicación:	Entre 15 minutos a 20 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos
Significación:	Esta escala está compuesta por 21 ítems, permitiendo así evaluar con fiabilidad de la escala de Estrés Académico.

4. SOPORTE TEÓRICO
DESCRIBIR EN FUNCIÓN AL MODELO TEÓRICO

Escala/AREA	Sub escala (dimensiones)	Definición
Escala Sisco SV 21	Manifestaciones Fisiológicas	Se refiere a la activación fisiológica, que es la manera que tiene nuestro cuerpo de reaccionar ante determinadas situaciones, todas son reacciones normales y en absoluto perjudiciales para la salud.
	Manifestaciones Psicológicas	Se refiere a las emociones que se desencadenan como consecuencia de una situación compleja en la vida de la persona.
	Manifestaciones Conductuales	Se refiere al control emocional mediante la inhibición, exacerbación, o distorsión que puede manifestar la respuesta emocional.
	Manifestaciones sociales	Se refiere a los aspectos que permiten a la persona interactuar con otras personas, para lo que son esenciales la existencia de otros con conciencia de sí mismos, el lenguaje y la intención de comunicar.

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el cuestionario de Estrés Académico. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

Primera dimensión: Manifestaciones Fisiológicas

- **Objetivos de la Dimensión:** Medir la Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.	1. Presento acidez estomacal	4	4	4	
	2. Siento hormigueo o adormecimiento en las manos o cara.	4	4	4	
	3. Siento tensión muscular a nivel de cuello y hombros.	4	4	4	
	4. Tengo náuseas y/o mareos.	4	4	4	
	5. Mi libido sexual ha disminuido.	4	4		

Segunda dimensión: Manifestaciones Psicológicas

- **Objetivo de la dimensión:** Medir la Aparición de respuestas Psicológicas asociadas al estrés.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aparición de respuestas Psicológicas asociadas al estrés	6. Me Siento irritable.	4	4	4	
	7. Tengo dificultad para tomar decisiones.	4	4	4	
	8. Me preocupo excesivamente por las cosas.	4	4	4	
	9. Tengo sentimientos de tristeza	4	4	4	
	10. Tengo sentimientos de minusvalía	4	4	4	

Tercera dimensión: **Manifestaciones Conductuales**

- Objetivo de la Dimensión: Medir los Aspectos conductuales del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a las labores académicas.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aspecto conductual del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a las labores académicas	11. Camino de un lado a otro dentro de un mismo ambiente.	4	4	4	
	12. Suelo rascarme, mordirme o frotarme las uñas.	4	4	4	
	13. Tengo dificultad para conciliar el sueño.	4	4	4	
	14. Tengo pesadillas.	4	4	4	
	15. No puedo relajarme fácilmente.	4	4	4	

Cuarta dimensión: **Manifestaciones sociales**

- Objetivo de la Dimensión: Medir el intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento.	16. Evito entablar el diálogo con los demás.	4	4	4	
	17. La sobrecarga de trabajo interfiere en mi vida de familia.	4	4	4	
	18. No disfruto de las actividades recreativas.	4	4	4	
	19. Mis discusiones en casa con los más próximos a mí han aumentado últimamente.	4	4	4	
	20. Mi capacidad de interactuar con las personas han disminuido últimamente (amigos, equipo de trabajo, otros).	4	4	4	

Firma del evaluador


 DR. VICENTIO PÉREZ PEÑA RIVERA
 CPPe. N° 2600207488
 DOCENTE

JUEZ 2: MG. CARLOS ALBERTO LUQUE RAMOS

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área investigativa Gestión y Calidad del Servicio educativo como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con la investigación denominada: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zaramilla, en tiempos COVID-19, 2021.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Carlos Alberto Luque Ramos		
Grado profesional:	Maestría	(X)	
	Doctor	()	
Área de Formación académica:	Clinica	()	Educativa (X)
	Social	(X)	Organizacional()
Áreas de experiencia profesional:	Docencia en Educación superior tecnológica. Docencia Universitaria: Postgrado		
Institución donde labora:			
Tiempo de experiencia profesional en el área:	1 a 4 años	()	
	Más de 5 años	(X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica:			

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar el contenido de instrumento, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Nombre de la Prueba:	ESCALA SISCO SV 21
Autor:	Elaborado por Arturo Barraza Macías (2008).
Procedencia:	
Administración:	Individual
Tiempo de aplicación:	Entre 15 minutos a 20 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos
Significación:	Esta escala está compuesta por 20 ítems, permitiendo así evaluar con fiabilidad de la escala de Estrés Académico.

4. SOPORTE TEÓRICO
DESCRIBIR EN FUNCIÓN AL MODELO TEÓRICO

Escala/AREA	Sub escala (dimensiones)	Definición
Escala Sisco SV 21	Manifestaciones Fisiológicas	Se refiere a la activación fisiológica, que es la manera que tiene nuestro cuerpo de reaccionar ante determinadas situaciones, todas son reacciones normales y en absoluto perjudiciales para la salud.
	Manifestaciones Psicológicas	Se refiere a las emociones que se desencadenan como consecuencia de una situación compleja en la vida de la persona.
	Manifestaciones Conductuales	Se refiere al control emocional mediante la inhibición, exacerbación, o distorsión que puede manifestar la respuesta emocional.
	Manifestaciones sociales	Se refiere a los aspectos que permiten a la persona interactuar con otras personas, para lo que son esenciales la existencia de otros con conciencia de sí mismos, el lenguaje y la intención de comunicar.

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el cuestionario de Estrés Académico. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial/lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

Primera dimensión: Manifestaciones Fisiológicas

- Objetivos de la Dimensión: Medir la Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.	1. Presento acidez estomacal	4	4	4	
	2. Siento hormigueo o adormecimiento en las manos o cara.	4	4	4	
	3. Siento tensión muscular a nivel de cuello y hombros.	4	4	4	
	4. Tengo náuseas y/o mareos.	4	4	4	
	5. Mi libido sexual ha disminuido.	3	4	4	

Segunda dimensión: Manifestaciones Psicológicas

- Objetivo de la dimensión: Medir la Aparición de respuestas Psicológicas asociadas al estrés.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aparición de respuestas Psicológicas asociadas al estrés	6. Me Siento irritable.	4	4	4	
	7. Tengo dificultad para tomar decisiones.	4	4	4	
	8. Me preocupo excesivamente por las cosas.	4	4	4	
	9. Tengo sentimientos de tristeza	4	4	4	
	10. Tengo sentimientos de minusvalía	4	4	4	

Tercera dimensión: **Manifestaciones Conductuales**

- Objetivo de la Dimensión: Medir los Aspectos conductuales del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a las labores académicas.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aspecto conductual del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a las labores académicas	11. Camino de un lado a otro dentro de un mismo ambiente.	4	4	4	
	12. Suelo rascarme, mordirme o frotarme las uñas.	4	4	4	
	13. Tengo dificultad para conciliar el sueño.	4	4	4	
	14. Tengo pesadillas.	4	4	4	
	15. No puedo relajarme fácilmente.	4	4	4	

Cuarta dimensión: **Manifestaciones sociales**

- Objetivo de la Dimensión: Medir el intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento.	16. Evito entablar el diálogo con los demás.	4	4	4	
	17. La sobrecarga de trabajo interfiere en mi vida de familia.	4	4	4	
	18. No disfruto de las actividades recreativas.	4	4	4	
	19. Mis discusiones en casa con los más próximos a mí han aumentado últimamente.	4	4	4	
	20. Mi capacidad de interactuar con las personas han disminuido últimamente (amigos, equipo de trabajo, otros).	4	4	4	

Firma del evaluador

JUEZ 3: DR. EFRÉN GABRIEL CASTILLO HIDALGO

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área investigativa Gestión y Calidad del Servicio educativo como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con la investigación denominada: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zaramilla, en tiempos COVID-19, 2021.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Efrén Gabriel Castillo Hidalgo		
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor (X)	
Área de Formación académica:	Clinica (X)	Educativa ()	Organizacional()
Áreas de experiencia profesional:	Docencia, Investigación, clínico Forense		
Institución donde labora:	Unidad Médico legal III Lambayeque Universidad Cesar Vallejo Universidad San Agustín de Arequipa Universidad Señor de Sipán Universidad Católica de Trujillo Benedito XVI Trujillo		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica:	Propiedades psicométricas de escala FACES II en estudiantes de un centro Preuniversitario de Trujillo Propiedades psicométricas de escala ADCA en estudiantes de un centro Preuniversitario de Trujillo Propiedades psicométricas de escala de violencia encubierta en estudiantes universitarios de Chiclayo Revisor por pares de la Revista Tempus Psicológicos de la Universidad de Manizales- Colombia Miembro del Comité Editorial de la Revista Jang de la Universidad Cesar Vallejo.		

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACION:

- Validar el contenido de instrumento, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL CUESTIONARIO DE ESTRÉS ACADÉMICO

Nombre de la Prueba:	ESCALA SISCO SV 21
Autor:	Elaborado por Arturo Barraza Macías (2008).
Procedencia:	
Administración:	Individual
Tiempo de aplicación:	Entre 15 minutos a 20 minutos
Ambito de aplicación:	Adolescentes y adultos
Significación:	Esta escala está compuesta por 21 ítems, permitiendo así evaluar con fiabilidad de la escala de Estrés Académico.

4. SOPORTE TEÓRICO DESCRIBIR EN FUNCIÓN AL MODELO TEÓRICO

Escala/AREA	Sub escala (dimensiones)	Definición
Escala Sisco SV 21	Manifestaciones Fisiológicas	Se refiere a la activación fisiológica, que es la manera que tiene nuestro cuerpo de reaccionar ante determinadas situaciones, todas son reacciones normales y en absoluto perjudiciales para la salud.
	Manifestaciones Psicológicas	Se refiere a las emociones que se desencadenan como consecuencia de una situación compleja en la vida de la persona.
	Manifestaciones Conductuales	Se refiere al control emocional mediante la inhibición, exacerbación, o distorsión que puede manifestar la respuesta emocional.
	Manifestaciones sociales	Se refiere a los aspectos que permiten a la persona interactuar con otras personas, para lo que son esenciales la existencia de otros con conciencia de sí mismos, el lenguaje y la intención de comunicar.

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el cuestionario de Estrés Académico. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.

que está midiendo.	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra esta relacionado con la dimensión que está midiendo.
	RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	
1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.	
2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.	
3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.	
4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.	

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

Primera dimensión: Manifestaciones Fisiológicas

- Objetivos de la Dimensión: Medir la Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aparición de respuestas fisiológicas asociadas al estrés.	1. Presento acidez estomacal	4	4	4	
	2. Siento hormigueo o adormecimiento en las manos o cara.	4	4	4	
	3. Siento tensión muscular a nivel de cuello y hombros.	4	4	4	
	4. Tengo náuseas y/o mareos.	4	4	4	
	5. Mi libido sexual ha disminuido.	4	4	4	

Segunda dimensión: Manifestaciones Psicológicas

- Objetivo de la dimensión: Medir la Aparición de respuestas Psicológicas asociadas al estrés.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aparición de	6. Me Siento irritable.	4	4	4	

respuestas Psicológicas asociadas al estrés	7. Tengo dificultad para tomar decisiones.	4	4	4	
	8. Me preocupo excesivamente por las cosas.	4	4	4	
	9. Tengo sentimientos de tristeza	4	4	4	
	10. Tengo sentimientos de minusvalía	4	4	4	

Tercera dimensión: Manifestaciones Conductuales

- Objetivo de la Dimensión: Medir los Aspectos conductuales del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a las labores académicas.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Aspecto conductual del individuo: aislamiento y conflicto social, dilación o excesiva dedicación a las labores académicas	11. Camino de un lado a otro dentro de un mismo ambiente.	4	4	4	
	12. Suelo rascarme, morderme o frotarme las uñas.	4	4	4	
	13. Tengo dificultad para conciliar el sueño.	4	4	4	
	14. Tengo pesadillas.	4	4	4	
	15. No puedo relajarme fácilmente.	4	4	4	

Cuarta dimensión: Manifestaciones sociales

- Objetivo de la Dimensión: Medir el intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Intercambio continuo de acciones, lo que implica el desempeño de roles y el ajuste del comportamiento.	16. Evito entablar el diálogo con los demás.	4	4	4	
	17. La sobrecarga de trabajo interfiere en mi vida de familia.	4	4	4	
	18. No disfruto de las actividades recreativas.	4	4	4	
	19. Mis discusiones en casa con los más próximos a mí han aumentado últimamente.	4	4	4	
	20. Mi capacidad de interactuar con las personas han disminuido últimamente (amigos, equipo de trabajo, otros).	4	4	4	


 Dr. Iván Gabriel Castillo Maldonado
 Psicólogo
 C.F.P. 8284
 Firma del evaluador

Validación del instrumento “Cuestionario de Inteligencia Emocional”

JUEZ 1: NEMECIO PABLO PEÑA RIVERA

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento “CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL”. La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área investigativa Gestión y Calidad del Servicio educativo como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con la investigación denominada: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zaramilla, en tiempos COVID-19, 2021.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Necemio Pablo Peña Rivera		
Grado profesional:	Maestría ()	Doctor (X)	
Area de Formación académica:	Clinica (X)	Educativa (X)	Organizacional()
Areas de experiencia profesional:	Docencia en Educación superior tecnologica. Docencia Universitaria		
Institución donde labora:			
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (X)	
Experiencia en Investigación Psicométrica:			

2. PROPOSITO DE LA EVALUACION:

- Validar el contenido de instrumento, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nombre de la Prueba:	ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TRAIT META MOOD SCALE 24 (TMMS-24)
Autor:	Elaborado por Salovey y Mayer (1990) adaptada al español por Fernández Berrocal, Extremera y Ramos (2004).
Procedencia:	
Administración:	Individual
Tiempo de aplicación:	Entre 15 minutos a 20 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos
Significación:	Esta escala está compuesta por 24 ítems, permitiendo así evaluar con fiabilidad de la escala de Inteligencia Emocional

4. SOPORTE TEÓRICO
DESCRIBIR EN FUNCIÓN AL MODELO TEÓRICO

Escala/AREA	Sub escala (dimensiones)	Definición
Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24)	Percepción emocional	Se refiere a la habilidad para percibir las propias emociones y la de los demás, así como percibir emociones en objetos, arte, historias, música y otros estímulos.
	Comprensión de sentimientos	Se refiere a la habilidad para comprender la información emocional, cómo las emociones se combinan y progresan a través del tiempo y saber apreciar los significados emocionales.
	Regulación emocional	Se refiere a la habilidad para estar abierto a los sentimientos, modular los propios y los de los demás así como promover la comprensión y el crecimiento personal

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el cuestionario de **Inteligencia Emocional**. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem pueda ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

Primera dimensión: Percepción emocional

- **Objetivos de la Dimensión:** Medir la capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.	1. Presto mucha atención a los sentimientos	4	4	4	
	2. Normalmente me preocupo por lo que siento.	4	4	4	
	3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	4	4	4	
	4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	4	4	4	
	5. Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos.	4	4	4	
	6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	4	4	4	
	7. A menudo pienso en mis sentimientos.	4	4	4	
	8. Presto mucha atención a cómo me siento	4	4	4	

Segunda dimensión: Comprensión de sentimientos

- **Objetivo de la dimensión:** Medir la habilidad de reconocimiento de sus propios estados emocionales.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
	8. Tengo claro mis sentimientos	4	4	4	
	9. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	4	4	4	

Reconocimiento de sus propios estados emocionales	10. Casi siempre sé cómo me siento.	4	4	4	
	11. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	4	4	4	
	12. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones	4	4	4	
	13. Siempre puedo decir cómo me siento	4	4	4	
	14. A veces puedo decir cuáles son mis emociones	4	4	4	
	15. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	4	4	4	

Tercera dimensión: **Regulación emocional**

- Objetivo de la Dimensión: Medir el nivel de regulación de sus propios estados emocionales.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Regulación de sus estados emocionales en forma correcta.	16. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	4	4	4	
	17. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	4	4	4	
	18. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	4	4	4	
	19. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	4	4	4	
	20. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	4	4	4	
	21. Siempre puedo decir cómo me siento.	4	4	4	
	22. Me preocupo por tener buena estado de ánimo.	4	4	4	
	23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	4	4	4	
	24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	4	4	4	

Firma del evaluador


 DR. NISCENTO PEÑO PEÑA RIVERA
 CPPe. N° 2800207488
 DOCENTE

JUEZ 2: MG. CARLOS ALBERTO LUQUE RAMOS

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área investigativa Gestión y Calidad del Servicio educativo como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con la investigación denominada: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zaramilla, en tiempos COVID-19, 2021.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Carlos Alberto Luque Ramos		
Grado profesional:	Maestría (<input checked="" type="checkbox"/>)	Doctor ()	
Area de Formación académica:	Clinica ()	Educativa (<input checked="" type="checkbox"/>)	Organizacional()
	Social (<input checked="" type="checkbox"/>)		
Áreas de experiencia profesional:	Docencia en Educación superior tecnológica. Docencia Universitaria: Postgrado		
Institución donde labora:			
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (<input checked="" type="checkbox"/>)	
Experiencia en Investigación Psicométrica:	-		

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACION:

- Validar el contenido de instrumento, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nombre de la Prueba:	ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TRAIT META MOOD SCALE 24 (TMMS-24)
Autor:	Elaborado por Salovey y Mayer (1990) adaptada al español por Fernández Berrocal, Extremera y Ramos (2004).
Procedencia:	
Administración:	Individual
Tiempo de aplicación:	Entre 15 minutos a 20 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos
Significación:	Esta escala está compuesta por 24 ítems, permitiendo así evaluar con fiabilidad de la escala de Inteligencia Emocional

4. SOPORTE TEÓRICO
DESCRIBIR EN FUNCIÓN AL MODELO TEÓRICO

Escala/AREA	Sub escala (dimensiones)	Definición
Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24)	Percepción emocional	Se refiere a la habilidad para percibir las propias emociones y la de los demás, así como percibir emociones en objetos, arte, historias, música y otros estímulos.
	Comprensión de sentimientos	Se refiere a la habilidad para comprender la información emocional, cómo las emociones se combinan y progresan a través del tiempo y saber apreciar los significados emocionales.
	Regulación emocional	Se refiere a la habilidad para estar abierto a los sentimientos, modular los propios y los de los demás así como promover la comprensión y el crecimiento personal

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el cuestionario de **Inteligencia Emocional**. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.
COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide este.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

Primera dimensión: **Percepción emocional**

- **Objetivos de la Dimensión:** Medir la capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.	1. Presto mucha atención a los sentimientos	4	4	4	
	2. Normalmente me preocupo por lo que siento.	4	4	4	
	3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	4	4	4	
	4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	4	4	4	
	5. Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos.	4	4	4	
	6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	4	4	4	
	7. A menudo pienso en mis sentimientos.	4	4	4	
	8. Presto mucha atención a cómo me siento	4	4	4	

Segunda dimensión: **Comprensión de sentimientos**

- **Objetivo de la dimensión:** Medir la habilidad de reconocimiento de sus propios estados emocionales.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
	8. Tengo claro mis sentimientos	4	4	4	
	9. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	4	4	4	

Reconocimiento de sus propios estados emocionales	10. Casi siempre sé cómo me siento.	4	4	4	
	11. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	4	4	4	
	12. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones	4	4	4	
	13. Siempre puedo decir cómo me siento	4	4	4	
	14. A veces puedo decir cuáles son mis emociones	4	4	4	
	15. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	4	4	4	

Tercera dimensión: Regulación emocional

- **Objetivo de la Dimensión:** Medir el nivel de regulación de sus propios estados emocionales.

INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Regulación de sus estados emocionales en forma correcta.	16. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	4	4	4	
	17. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	4	4	4	
	18. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	4	4	4	
	19. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	4	4	4	
	20. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	4	4	4	
	21. Siempre puedo decir cómo me siento.	4	4	4	
	22. Me preocupo por tener buena estado de ánimo.	4	4	4	
	23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	4	4	4	
	24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	4	4	4	



Firma del evaluador

JUEZ 3: DR. EFRÉN GABRIEL CASTILLO HIDALGO

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área investigativa Gestión y Calidad del Servicio educativo como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración al contribuir con la investigación denominada: Inteligencia Emocional y Estrés Académico en estudiantes de un Instituto Superior Tecnológico de Zaramilla, en tiempos COVID-19, 2021.

Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Efrén Gabriel Castillo Hidalgo
Grado profesional:	Maestría () Doctor (X)
Area de Formación académica:	Clinica (X) Educativa (X) Social () Organizacional()
Areas de experiencia profesional:	Docencia, Investigación, clínico Forense
Institución donde labora:	Unidad Médico legal III Lambayeque Universidad Cesar Vallejo Universidad San Agustín de Arequipa Universidad Señor de Sipán Universidad Católica de Trujillo Benedicto XVI Trujillo
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años () Más de 5 años (X)
Experiencia en Investigación Psicométrica:	Propiedades psicométricas de escala FACES II en estudiantes de un centro Preuniversitario de Trujillo Propiedades psicométricas de escala ADCA en estudiantes de un centro Preuniversitario de Trujillo Propiedades psicométricas de escala de violencia encubierta en estudiantes universitarios de Chiclayo Revisor por pares de la Revista Tempus Psicológicos de la Universidad de Manizales- Colombia Miembro del Comité Editorial de la Revista Jang de la Universidad Cesar Vallejo..

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- a. Validar el contenido de instrumento, por juicio de expertos.

3. DATOS DEL CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Nombre de la Prueba:	ESCALA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL TRAIT META MOOD SCALE 24 (TMMS-24)
Autor:	Elaborado por Salovey y Mayer (1990) adaptada al español por Fernández Berrocal, Extremera y Ramos (2004).
Procedencia:	
Administración:	Individual
Tiempo de aplicación:	Entre 15 minutos a 20 minutos
Ámbito de aplicación:	Adolescentes y adultos
Significación:	Esta escala está compuesta por 24 ítems, permitiendo así evaluar con fiabilidad de la escala de Inteligencia Emocional

4. SOPORTE TEÓRICO

DESCRIBIR EN FUNCIÓN AL MODELO TEÓRICO

Escala/AREA	Sub escala (dimensiones)	Definición
Escala de Inteligencia Emocional Trait Meta Mood Scale 24 (TMMS-24)	Percepción emocional	Se refiere a la habilidad para percibir las propias emociones y la de los demás, así como percibir emociones en objetos, arte, historias, música y otros estímulos.
	Comprensión de sentimientos	Se refiere a la habilidad para comprender la información emocional, cómo las emociones se combinan y progresan a través del tiempo y saber apreciar los significados emocionales.
	Regulación emocional	Se refiere a la habilidad para estar abierto a los sentimientos, modular los propios y los de los demás así como promover la comprensión y el crecimiento personal

5. PRESENTACIÓN DE INSTRUCCIONES PARA EL JUEZ:

A continuación, a usted le presento el cuestionario de **Inteligencia Emocional**. De acuerdo con los siguientes indicadores califique cada uno de los ítems según corresponda.

Categoría	Calificación	Indicador
CLARIDAD El ítem se comprende fácilmente, es decir, su sintáctica y semántica son adecuadas.	1. No cumple con el criterio	El ítem no es claro.
	2. Bajo Nivel	El ítem requiere bastantes modificaciones o una modificación muy grande en el uso de las palabras de acuerdo con su significado o por la ordenación de las mismas.
	3. Moderado nivel	Se requiere una modificación muy específica de algunos de los términos del ítem.
	4. Alto nivel	El ítem es claro, tiene semántica y sintaxis adecuada.

COHERENCIA El ítem tiene relación lógica con la dimensión o indicador que está midiendo.	1. totalmente en desacuerdo (no cumple con el criterio)	El ítem no tiene relación lógica con la dimensión.
	2. Desacuerdo (bajo nivel de acuerdo)	El ítem tiene una relación tangencial /lejana con la dimensión.
	3. Acuerdo (moderado nivel)	El ítem tiene una relación moderada con la dimensión que se está midiendo.
	4. Totalmente de Acuerdo (alto nivel)	El ítem se encuentra está relacionado con la dimensión que está midiendo.
RELEVANCIA El ítem es esencial o importante, es decir debe ser incluido.	1. No cumple con el criterio	El ítem puede ser eliminado sin que se vea afectada la medición de la dimensión.
	2. Bajo Nivel	El ítem tiene alguna relevancia, pero otro ítem puede estar incluyendo lo que mide éste.
	3. Moderado nivel	El ítem es relativamente importante.
	4. Alto nivel	El ítem es muy relevante y debe ser incluido.

Leer con detenimiento los ítems y calificar en una escala de 1 a 4 su valoración, así como solicitamos brinde sus observaciones que considere pertinente

1. No cumple con el criterio
2. Bajo Nivel
3. Moderado nivel
4. Alto nivel

DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO:

Primera dimensión: **Percepción emocional**

- Objetivos de la Dimensión: Medir la capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Capacidad de sentir y expresar los sentimientos en una forma adecuada.	1. Presto mucha atención a los sentimientos	4	4	4	
	2. Normalmente me preocupo por lo que siento.	4	4	4	
	3. Normalmente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	4	4	4	
	4. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	4	4	4	
	5. Dejo que mis sentimientos afecten mis pensamientos.	4	4	4	
	6. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	4	4	4	
	7. A menudo pienso en mis sentimientos.	4	4	4	
	8. Presto mucha atención a cómo me siento	4	4	4	

Segunda dimensión: Comprensión de sentimientos

- Objetivo de la dimensión: Medir la habilidad de reconocimiento de sus propios estados emocionales.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Reconocimiento de sus propios estados emocionales	8. Tengo claro mis sentimientos.	4	4	4	
	9. Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	4	4	4	
	10. Casi siempre sé cómo me siento.	4	4	4	
	11. Normalmente conozco mis sentimientos sobre las personas.	4	4	4	
	12. A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	4	4	4	
	13. Siempre puedo decir cómo me siento.	4	4	4	
	14. A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	4	4	4	
	15. Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	4	4	4	

Tercera dimensión: Regulación emocional

- Objetivo de la Dimensión: Medir el nivel de regulación de sus propios estados emocionales.

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Regulación de sus estados emocionales en forma correcta.	16. Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	4	4	4	
	17. Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	4	4	4	
	18. Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	4	4	4	
	19. Intento tener pensamientos positivos aunque me sienta mal.	4	4	4	
	20. Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	4	4	4	
	21. Siempre puedo decir cómo me siento.	4	4	4	
	22. Me preocupo por tener buena estado de ánimo.	4	4	4	
	23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.	4	4	4	
	24. Cuando estoy enfadado intento cambiar mi estado de ánimo.	4	4	4	

Firma del evaluador


 Dr. Edgar Gabriel Castillo
 Psicólogo
 C.P.R. 9294

ANEXO 7: CONFIABILIDAD ACTUAL DE LOS INSTRUMENTOS (Desarrollado por Clavijo y Caldas)

CUESTIONARIO SOBRE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Percepción Emocional	,879	8
Comprensión de Sentimientos	,752	8
Regulación Emocional	,917	8
INTELIGENCIA EMOCIONAL	,854	24

CUESTIONARIO SOBRE ESTRÉS ACADÉMICO

Resumen de procesamiento de casos

		N	%
Casos	Válido	10	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

	Alfa de Cronbach	N de elementos
Manifestaciones Fisiológicas	,889	5

Manifestaciones Psicológicas	,861	5
Manifestaciones Conductuales	,917	5
Manifestaciones Sociales	,876	5
ESTRÉS ACADÉMICO	,951	20

Piloto.sav [ConjuntoDatos1] - IBM SPSS Statistics Editor de datos

Archivo Editar Ver Datos Transformar Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

Visible: 44 de 44 variables

	IE1	IE2	IE3	IE4	IE5	IE6	IE7	IE8	IE9	IE10
1	4	4	4	4	4	4	4	5	4	4
2	5	3	4	4	4	5	4	5	5	5
3	3	4	4	4	2	3	4	4	4	4
4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4
5	5	5	4	5	3	3	4	5	5	5
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
7	4	5	4	5	4	4	5	4	3	3
8	5	5	5	5	3	3	5	5	4	4
9	2	2	3	3	1	3	3	3	3	3
10	5	5	4	4	1	2	4	4	4	4
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										

Vista de datos Vista de variables

IBM SPSS Statistics Processor está listo | Unicode:ON

22°C Ventoso | Buscar | 16:09 6/10/2023

Cronbach Variables y dimensiones.spv [Documento2] - IBM SPSS Statistics Visor

Archivo Editar Ver Datos Transformar Insertar Formato Analizar Gráficos Utilidades Ampliaciones Ventana Ayuda

RELIABILITY

```

/VARIABLES=IE1 IE2 IE3 IE4 IE5 IE6 IE7 IE8 IE9 IE10 IE11 IE12 IE13 IE14 IE15 IE16 IE17 IE18 IE19
IE20 IE21 IE22 IE23 IE24
/SCALE('ALL VARIABLES') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.

```

Fiabilidad

Escala: ALL VARIABLES

Resumen de procesamiento de casos

Casos	Válido	N	%
	10	10	100,0
	Excluido ^a	0	,0
	Total	10	100,0

a. La eliminación por lista se basa en todas las variables del procedimiento.

Estadísticas de fiabilidad

Alfa de Cronbach	N de elementos
,864	24

IBM SPSS Statistics Processor está listo | Unicode:ON

22°C Ventoso | Buscar | 16:10 6/10/2023

ANEXO 8: CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Estudiante:

Con el debido respeto nos presentamos ante usted, somos Fernando Zacarías Caldas Delgadillo y Gisella Estela Clavijo Huamancondor, estudiantes de enfermería del X ciclo de la Universidad César Vallejo. En la actualidad nos encontramos realizando un proyecto de tesis titulado ***“Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima 2023”***; y para ello quisiera contar con su valiosa colaboración. El proceso consiste en responder preguntas, será parte de un proceso de entrevista y aplicación de algunos test. De aceptar participar, afirmó haber sido informado de todos los procedimientos de la investigación. En caso tenga alguna duda con respecto a algunas preguntas se me explicará cada una de ellas.

Gracias por su colaboración.

Atte.:

CALDAS DELGADILLO, FERNANDO ZACARÍAS

CLAVIJO HUAMANCONDOR, GISELLA ESTELA

ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA - UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

DECLARACIÓN JURADA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____
_____, identificado con número de DNI: _____, acepto participar en el estudio "Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de enfermería de Lima 2023".

Firma