

**UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**T E S I S**

**Inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes  
de enfermería de la UNDAC filial Tarma. 2023**

**Para optar el título profesional de:**

**Licenciada en Enfermería**

**Autores:**

**Bach. Yuly Natalin REYES MALLMA**

**Bach. Anghela Nancy MAYTA TRAVEZAÑO**

**Asesor:**

**Mg. Johnny Gilberto RIVERA LEÓN**

**Cerro de Pasco – Perú – 2024**

**UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA DE FORMACIÓN PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



**T E S I S**

**Inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes  
de enfermería de la UNDAC filial Tarma. 2023**

**Sustentada y aprobada ante los miembros del jurado:**

---

**Mg. César Ivón TARAZONA MEJORADA**  
**PRESIDENTE**

---

**Dra. Raquel Flor de María TUMIALÁN HILARIO**  
**MIEMBRO**

---

**Mg. Samuel Eusebio ROJAS CHIPANA**  
**MIEMBRO**



**Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión**  
**Facultad de Ciencias de la Salud**  
**Unidad de Investigación**

---

**INFORME DE ORIGINALIDAD N° 017-2024**

La Unidad de Investigación de la Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión ha realizado el análisis con exclusiones en el Software Turnitin Similarity, que a continuación se detalla:

Presentado por:

Yuly Natalin REYES MALLMA  
Anghela Nancy MAYTA TRAVEZAÑO

Escuela de Formación Profesional

**Enfermería**

**Tesis**

“LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTRÉS PERCIBIDO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNDAC FILIAL TARMA. 2023”

**Asesor:**

Mg. Johnny Gilberto RIVERA LEÓN

Índice de Similitud: 12%

Calificativo

**APROBADO**

Se adjunta al presente el informe y el reporte de evaluación del software similitud.

Cerro de Pasco, 08 de enero del 2024

Dra. Raquel Tumialan Hilario  
Directora de la Unidad de Investigación  
Facultad de Ciencias de la Salud

## **DEDICATORIA**

A Dios, por acompañarnos en cada caso personal y profesional que damos.

A nuestros padres, que gracias a ellos somos lo que somos por ser la fuerza para obtener todos los logros además porque son el motivo de nuestra inspiración y superación.

A nuestros hermanos, por estar en los momentos más importantes y ser guías en nuestras vidas.

## **AGRADECIMIENTO**

A la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, por permitirnos ser parte de esta hermosa casa de estudio y brindarnos esta maravillosa profesión.

A los docentes que nos brindaron conocimientos necesarios para aplicarlos en el campo laboral.

A todos aquellos que fueron partícipes, directa e indirectamente, en el presente estudio.

## RESUMEN

El presente trabajo de investigación tuvo como objetivo: Determinar la relación de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023. El estudio de investigación fue de tipo cuantitativo, diseño correlacional. Para la recolección de datos se utilizó instrumentos: Cuestionario de inteligencia emocional y Cuestionario de estrés percibido.

La población de estudio estuvo constituida por 200 estudiantes de enfermería de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión, filial Tarma. La muestra estimada aplicando la fórmula de población finita fue de 145 estudiantes de enfermería. Se obtuvo como resultados: El nivel de inteligencia emocional en estudiantes de enfermería es alto en el 72,7%, 30,8% es promedio y 7% es bajo.

Con respecto al estrés percibido por los estudiantes de enfermería es promedio en el 42,7%, bajo en el 37,5% y alto en el 19,6%.

**Palabras Clave:** inteligencia emocional, estrés percibido, estudiantes de enfermería.

## ABSTRACT

The objective of this research work was to: Determine the relationship between emotional intelligence and perceived stress in nursing students at the UNDAC Tarma Branch. 2023. The research study was quantitative, correlational design. To collect data, instruments were used: Emotional Intelligence Questionnaire and Perceived Stress Questionnaire.

The study population consisted of 200 nursing students from the Daniel Alcides Carrión National University, Tarma branch. The estimated sample applying the finite population formula was 145 nursing students. The results were obtained: The level of emotional intelligence in nursing students is high at 72.7%, 30.8% is adequate and 7% is low.

Regarding the stress perceived by nursing students, it is adequate in 42.7%, low in 37.5% and high in 19.6%.

**Keywords:** emotional intelligence, perceived stress, nursing students.

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS), reportó que existen 10 millones de estudiantes de la salud en el mundo con estrés percibido; siendo causa de explosión emocional en las personas menores de 25 años de edad en los países en desarrollo en un 74% y en vías de desarrollo 90%; presentándose mayormente en las mujeres 72.4% y varones 27.6%, principalmente. (1)

La Organización Panamericana de la Salud (OPS), indica que la inteligencia emocional se ha relacionado con una serie de beneficios, tanto a nivel personal como profesional. Puede mejorar la toma de decisiones, la resolución de conflictos, la empatía, la comunicación, la gestión del estrés y la calidad de las relaciones. También es relevante en contextos laborales, ya que se ha demostrado que las personas con una alta inteligencia emocional suelen ser líderes más efectivos y trabajadores más colaborativos. (2)

El Ministerio de Salud del Perú (MINSA), a través de los servicios de Psicología a nivel nacional, evidenció que los problemas de salud mental y estrés en población estudiantil provocan impulsividad emocional y falta de inteligencia emocional, actualmente se han registrado 83 mil 753 estudiantes universitarios con estrés percibido. (1)

El Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), señaló que la inteligencia emocional, un concepto revolucionario que ha surgido en las últimas décadas, ha demostrado ser una variable fundamental en la comprensión de las complejidades humanas. Esta habilidad para percibir, comprender y gestionar las emociones propias y ajenas se ha convertido en un punto de interés para investigadores, profesionales y educadores en diversos campos. Su influencia abarca desde el ámbito personal, donde afecta la toma de decisiones, la calidad de las relaciones y la salud mental, hasta el ámbito profesional, donde incide en la efectividad del liderazgo, la colaboración y el éxito en el estudio. (2)

Asimismo, la etapa universitaria se considera uno de los períodos más emocionantes y desafiantes en la vida de un individuo. Representa una transición fundamental en la que los jóvenes se embarcan en la búsqueda de conocimiento, independencia y autodescubrimiento. Sin embargo, este viaje hacia la educación superior no está exento de obstáculos y tensiones. Uno de los desafíos más significativos que enfrentan los estudiantes universitarios es el estrés, un fenómeno que ha ido adquiriendo una importancia creciente en el entorno académico. (2)

Por ello, el estrés percibido en los estudiantes universitarios es un tema de interés inmenso y cada vez mayor en la comunidad científica y educativa. Las demandas académicas, la presión por calificaciones sobresalientes, los plazos ajustados, las responsabilidades sociales y la transición a la vida adulta son solo algunas de las fuentes de estrés que enfrentan los estudiantes en su travesía educativa. Este estrés percibido no solo puede afectar su bienestar psicológico y emocional, sino que también influye en su rendimiento académico y en su capacidad para desarrollar habilidades de afrontamiento que les servirán a lo largo de sus vidas. (1)

El propósito de esta tesis es analizar a fondo el fenómeno de la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes universitarios. A través de una revisión de la literatura actual y la presentación de investigaciones originales, se busca comprender los factores que contribuyen al estrés en este grupo demográfico, las consecuencias que este puede tener en su salud mental y física, y las estrategias de afrontamiento que utilizan para lidiar con él.

## ÍNDICE

DEDICATORIA	
AGRADECIMIENTO	
RESUMEN	
ABSTRACT	
INTRODUCCIÓN	
ÍNDICE	

### CAPÍTULO I

#### PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Identificación y determinación del problema .....	1
1.2. Delimitación de la investigación .....	5
1.3. Formulación del problema.....	6
1.3.1. Problema general.....	6
1.3.2. Problemas específicos.....	6
1.4. Formulación de Objetivos. ....	7
1.4.1. Objetivo general.....	7
1.4.2. Objetivos específicos.....	7
1.5. Justificación de la investigación. ....	7
1.6. Limitaciones de la investigación.....	8

### CAPÍTULO II

#### MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de estudio .....	9
2.2. Bases teóricas – científicas.....	14
2.3. Definición de términos básicos .....	26
2.4. Formulación de hipótesis. ....	27
2.4.1. Hipótesis general .....	27

2.4.2. Hipótesis específicas .....	27
2.5. Identificación de variables .....	27
2.6. Definición operacional de variables e indicadores.....	28

### **CAPÍTULO III**

#### **METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN**

3.1. Tipo de investigación .....	30
3.2. Nivel de investigación .....	30
3.3. Métodos de investigación .....	31
3.4. Diseño de investigación .....	31
3.5. Población y muestra .....	32
3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	33
3.7. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación. ....	34
3.8. Técnicas de procesamiento y análisis de datos .....	39
3.9. Tratamiento estadístico.....	40
3.10. Orientación ética filosófica y epistémica.....	40

### **CAPÍTULO IV**

#### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

4.1. Descripción del trabajo de campo.....	42
4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados.....	42
4.3. Prueba de hipótesis .....	48
4.4. Discusión de resultados.....	52

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANEXOS

## INDICE DE TABLAS

Tabla 1	Población de la universidad.....	32
Tabla 2	Muestra de la universidad .....	33
Tabla 3	Escala de medición del cálculo CVC .....	35
Tabla 4	Criterios y escala de confiabilidad .....	38
Tabla 5	Confiabilidad de la escala de inteligencia emocional (TMMS-24) .....	38
Tabla 6	Confiabilidad de la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE) .....	39
Tabla 7	Relación de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023. ....	43
Tabla 8	Relación entre atención a las emociones con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma.2023 .....	44
Tabla 9	Relación entre claridad emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023 .....	45
Tabla 10	Relación entre reparación emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023 .....	47

## INDICE DE GRAFICOS

GRAFICO 1	Relación de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023 .....	43
GRAFICO 2	Relación entre atención a las emociones con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma.2023 .....	45
GRAFICO 3	Relación entre claridad emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023 .....	46
GRAFICO 4	Relación entre reparación emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023 .....	48

## **CAPÍTULO I**

### **PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

#### **1.1. Identificación y determinación del problema**

Para la Organización Mundial de la Salud, establece que en el tema de la salud se enfrenta a un estado más completo buscando el bienestar en el aspecto físico, determinando el factor mental y en las condiciones sociales, no solamente con cada ausencia cuando presenta las afecciones, dolencias o enfermedades, cuando se existe en el equilibrio de cada nuestra existencia a fin de poder desarrollar cada forma en el aspecto adecuado en forma positiva (1). Para la OMS, debido a la irrupción del virus COVID-19 a finales de 2019, que desencadenó la pandemia, se han producido una serie de transformaciones significativas en la sociedad a nivel global. Dado su alto grado de peligrosidad y la rápida propagación, una de las medidas adoptadas para frenar su diseminación fue la implementación del distanciamiento social y el confinamiento (2), con ello generara que los estudiantes, pasen en realizar frente a cada actividad en el entorno educativas de forma remota, por la utilización de los recursos de desarrollo tecnológico (3).

Cuando se genera la emergencia mundial debido a la presencia de la pandemia los más impactados fueron los universitarios, quienes enfrentaron

cada problema de carácter emocionales, procesos físicos y aspectos económicos influidos por la presencia del virus. Con esa incertidumbre se impacta esta enfermedad, principalmente a los universitarios siendo estos vulneradores a tener que afrontar la enfermedad del estrés, sumado a ello la ansiedad. Una investigación a estudiantes universitarios en China, tuvo como resultados de moderados a severos en los siguientes síntomas, depresión (16.5%), ansiedad (28.8%), estrés (8.1%), por lo cual, se demuestra que existe un impacto psicológico significativo (4)

Asimismo, a nivel internacional la American College Health Association (2006) (5) afirmó que el 32% de estudiantes presentaban estrés académico generando que no tengan un adecuado desempeño. Dentro del contexto latinoamericano (6), se ha observado que el segundo año de la carrera se percibe como más estresante, posiblemente debido al final de los cursos introductorios, lo que implica una mayor carga académica. Incluso, investigadores de renombre han llegado a conclusiones similares (7) se ha descubierto que el estrés en el entorno universitario tiene un impacto en la aparición del agotamiento académico, un concepto que, hasta hace poco tiempo, se investigaba principalmente en contextos laborales nacionales debido al agotamiento emocional que resulta de la carga de trabajo en ciertos sectores. De igual manera, la tecnología se ha incorporado en múltiples sectores, lo que ha resultado en la realización de actividades desde el propio hogar. Esto ha dado lugar a un aumento notable en los niveles de estrés, depresión, ansiedad y otras condiciones de salud mental (8).

Según la evidencia internacional, se ha observado que el 42% de los estudiantes universitarios en Colombia experimenta un nivel de estrés moderado. La principal causa de este estrés parece ser la carga de trabajo que el sistema académico les impone. Además, un 48.2% de los estudiantes también

presenta un nivel moderado de estrés, pero este se atribuye más a las actividades prácticas que forman parte de su proceso académico. Por otro lado, se ha notado que el estrés académico afecta a un porcentaje significativo, oscilando entre el 44.2% y el 45.9%, de los estudiantes universitarios a lo largo de su carrera profesional. Esto claramente indica la necesidad de prestar atención a esta problemática (9). Además de lo anteriormente mencionado, otro estudio realizado en Ecuador también señala que, en poblaciones de estudiantes universitarios, los hombres muestran un nivel elevado de estrés académico en un 15.3%, seguido por un nivel moderado en el 12.3%. Por otro lado, en muestras de mujeres se observa un nivel alto en el 30.6%, seguido por un nivel moderado en el 23.6%. Esta evidencia internacional subraya la presencia de niveles preocupantes de estrés en estudiantes universitarios, con una prevalencia notable en el sexo femenino. (10).

Según, la Pontificia Universidad Católica del Perú (2018) (11) en el ámbito nacional Se informó que el 80% de la población de Perú experimenta estrés, lo que se relaciona con las variaciones en el estado de ánimo y las situaciones que podrían contribuir a la depresión. La situación en el Perú no es diferente, ya que se observa que el estrés académico afecta a aproximadamente el 75.7% de los estudiantes universitarios en niveles que van de moderados a altos. Dentro de este grupo, alrededor del 30% muestra síntomas clínicos, lo que sugiere que experimentan fluctuaciones emocionales, síntomas físicos y, en general, un estado de salud deteriorado (12). Estas cifras a largo plazo tendrían un impacto en la salud mental del 30% de la población estudiantil universitaria. Esto podría dar lugar a la aparición de trastornos depresivos, niveles elevados de ansiedad, consumo de alcohol y otros problemas psicosociales, que en última instancia pueden atribuirse a una falta de habilidades para gestionar las emociones. (13).

Se define a la inteligencia emocional (14) La inteligencia emocional comprende un conjunto de competencias emocionales, tanto individuales como relacionales, que influyen en nuestra capacidad general para enfrentar las exigencias y tensiones del entorno. Esta habilidad es esencial en nuestras vidas, ya que nos permite reconocer tanto nuestras propias emociones como las de los demás, lo que conlleva beneficios significativos, como una mejora en nuestras interacciones sociales, una toma de decisiones más adecuada y precisa, así como la capacidad de identificar nuestras propias emociones y prevenir la manifestación de reacciones negativas como la ira, la depresión, la ansiedad y el estrés. La inteligencia emocional, la capacidad de afrontar el estrés, los patrones de vida y el estrés académico son factores cruciales en el ámbito social y educativo. En el contexto académico, los individuos no solo reciben y adquieren conocimientos, sino que también enfrentan situaciones estresantes. El éxito en la gestión del estrés está relacionado con la presencia de recursos como la inteligencia emocional y una inteligencia emocional alta. Esto significa que la habilidad para identificar, regular y utilizar la información proporcionada por los sentimientos y emociones de manera adaptativa es esencial para enfrentar eventos estresantes y mejorar la calidad de vida en general (15).

El estrés es un tema de gran relevancia en el entorno universitario, y debido al deseo de proporcionar una educación completa a los estudiantes, se busca ofrecerles recursos personales y sociales que les permitan enfrentar de manera efectiva las demandas del sistema universitario. Además, se busca reducir los impactos negativos en la salud física y mental, el rendimiento académico y, en general, la adaptación al entorno universitario. Por lo tanto, se lleva a cabo el estudio presente con este propósito (16). Así que, el estudiante se encuentra en una situación propensa al estrés, especialmente en el contexto educativo, ya que dedica una parte significativa de su tiempo a lograr el éxito

académico. Es de suma importancia analizar cómo la inteligencia emocional influye en el estrés relacionado con los estudios, con el objetivo de ofrecer apoyo y orientación a los estudiantes, permitiéndoles desarrollar sus carreras y estudios de manera eficaz (17).

En tiempos recientes, se ha destacado la importancia de comprender la relación entre la inteligencia emocional y el estrés académico, particularmente en la población universitaria. Esto se debe al hecho de que vivimos en un mundo globalizado que se caracteriza por la diversidad de enfoques en todos los aspectos de la vida cotidiana, incluyendo la educación. En este contexto, la preparación profesional de los estudiantes universitarios a menudo conlleva enfrentar el estrés académico, el cual puede resultar especialmente desafiante para ciertos individuos (18).

## **1.2. Delimitación de la investigación**

### **Delimitación conceptual.**

- Estando la inteligencia emocional frente con cada evaluación con cada expresión, que generan el manejo, en reconocer las emociones.
- Cuando se percibe el estrés.

### **Delimitación espacial.**

El estudio se realizará en el anexo de Sacsamarca localizado en Jr. José Gálvez N° 2436 y 2452 de las instalaciones de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión (UNDAC) de la Filial de la ciudad de Tarma, específicamente en la Escuela de formación profesional de Enfermería - Facultad de Ciencias de la Salud. Localizada en la ciudad de Tarma, Provincia de Tarma, en la Región Junín.

### **Delimitación temporal.**

La investigación se localizará en el tiempo del mes de noviembre del 2022 a marzo del 2023, fechas que se realizó la toma de información.

### **Delimitación social.**

El trabajo se realizará aplicando la encuesta a los universitarios de la escuela de Enfermería Filial Tarma, Facultad de Ciencias de la Salud, de la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

### **1.3. Formulación del problema**

En el caso de la filial de Tarma, después de la pandemia, con el retorno a las clases presenciales se ha notado mucho estrés afectando a los estudiantes este regreso, alterando el rendimiento académico y generando ansiedad en cuanto a sus acciones influyendo a la inteligencia emocional que cada estudiante genera y desarrolla, como parte del regreso a la Universidad. Ante esta problemática nos queda plantear el problema de identificar si la variable de inteligencia emocional de los estudiantes se relaciona con el estrés académico de los estudiantes, ante ello se desarrollará, a presente investigación, esperando diagnosticar con la investigación los resultados a fin de tomar acciones correctivas referente a las acciones generadas en el estudio.

Por lo que formulamos el siguiente problema

#### **1.3.1. Problema general**

¿Cómo se relaciona la inteligencia emocional entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la Filial UNDAC Tarma, 2023?

#### **1.3.2. Problemas específicos**

- ¿Cómo es la relación de la atención a las emociones entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023?
- ¿Cómo es la relación de la claridad emocional entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023?
- ¿Cómo es la relación de la reparación emocional entre el estrés

percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023?

#### **1.4. Formulación de Objetivos**

##### **1.4.1. Objetivo general**

Determinar la relación de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023.

##### **1.4.2. Objetivos específicos**

- Relacionar la atención a las emociones entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma.2023.
- Relacionar la relación de la claridad emocional entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023.
- Relacionar la reparación emocional entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023.

#### **1.5. Justificación de la investigación.**

**Justificación Teórica:** En la indagación y revisión bibliográfica no encontramos que a nivel de la provincia Tarma no ubicamos investigaciones parecidas, similares o referentes, así mismo en esta investigación se pudo conocer lo que sucede con los universitarios de enfermería que cumplan con logra la formación profesional, es decir se identificó la manera que actúan en situaciones emocionales y estresantes como: Determinar reparar las emociones, la claridad emocional y atender por cada sentimiento que muestran, También se espera tener resultados que contribuyan y favorecen en mejorar la formación académica de los futuros profesionales enfermeros.

**Justificación Práctica:** La utilización de los resultados, favorece el conocimiento de cómo los estudiantes de enfermería emplean o dirigen sus emociones al asumir una actitud o encarar situaciones estresantes en el lustro

de su formación profesional.

**Justificación Metodológica:** En el estudio guio en base al método científico se utilizará dos instrumentos cuya validez y confiabilidad de sus autores originales, no obstante, nosotras hemos realizado la validez y confiabilidad correspondiente. Los instrumentos de medición utilizados en la investigación fueron el inventario de inteligencia emocional Trait Meta Mood Scale TMMS-24 y para estrés es la escala de percepción global de estrés (EPGE) de Cohen, Kamarck y Mermelstein.

#### **1.6. Limitaciones de la investigación.**

Para el trabajo se presentaron algunas limitaciones, como es natural en todo estudio, la principal es que no encontrar estudios similares a nivel local, en bibliografías revisadas de las diferentes instituciones hemos encontrado que se refieren principalmente a estudiantes de zonas más urbanizadas y con mayor apoyo de psicólogos de sus respectivos departamentos.

## **CAPÍTULO II**

### **MARCO TEÓRICO**

#### **2.1. Antecedentes de estudio**

- **Antecedentes Internacionales:**

**Ortega Ceballos P et al.** (19) en el 2022. Se tuvo una investigación del estrés percibido por alumnos en la pandemia por COVID-19. Cuyo objetivo se determinó sobre la percepción del estrés con los universitarios. Tuvo como metodología cuantitativo, transversal, analítico. Usando la escala de estrés percibido (PSS-14). Cuyo resultado evidencia, que el 50.34% y 4.14% de las mujeres es de un nivel moderado, con un alto de estrés. Con detectar a los factores psicosociales durante la COVID-19. Se concluyo que, la presencia en forma más profunda, al favorecer con se genera la intervención más efectiva de cada política pública en el sector salud generado mentalmente, en todo el proceso de confinamiento, generando una salud física muy importante frente a la salud mental.

**Tacca D, Tacca A** (20) en el año 2019 se tuvo la investigación cuyo título fue factores de riesgo psicosocial y estrés percibido en maestros universitarios. Cuyo objetivo fue conocer cómo se relaciona factores de riesgo psicosocial entre el estrés que perciben los docentes universitarios. Cuya

metodología fue de un enfoque cuantitativo, con un diseño correlacional y transversal. Cuyo resultado fue indicaron que la variable estrés percibe la relación positiva con las exigencias psicológicas, con el trabajo activo, para la compensación, con la doble presencia de los maestros; encontrando la relación inversa del estrés entre el apoyo social recibido. Cuya conclusión determina que los maestros trabajan por contrato se percibe el nivel del estrés, como uno de los principales síntomas en el cansancio, en no poder dormir, con el dolor de cabeza, con la falta de concentración y falta del apetito.

**Vallejo-Martín M. et al.** (21) en el 2018, investigó: la percepción del estrés en universitarios, su influencia del burnout y con el engagement académico. Cuyo objetivo fue identificar al burnout entre el engagement académico incide en el estrés que perciben los universitarios. Cuya metodología: presenta una muestra de 409 universitarios de la Universidad de Málaga. Se investigo el perfil sociodemográfico, se usó el instrumento del burnout académico utilizaron una adaptación española Prizmic Kuzmica y Vigil Colet (2015), el engagement se estudió por Utrecht Work Engagement Scale de Schaufeli y Bakker (2003) y el estrés se estudió por el instrumento de Remor (2006). Tuvo como resultado: a los universitarios generan los niveles medios-bajos entre el cinismo, medios para el agotamiento, inadecuación, frente al vigor, a la absorción, determinar al estrés percibido y medios entre los factores altos con la dedicación. Cuya conclusión, son los valores relevantes al elaborar programas educativos, que incrementan con el bienestar psicológico de alumnos.

- **Antecedentes nacionales:**

**Martinez C. et al.** (22) en el 2022. Se estudió al estrés percibido e inteligencia emocional en jóvenes del colegio nacional de Cajamarca, en el año 2020. Cuyo objetivo fue determinar cómo se relación el estrés percibido con la

inteligencia emocional en jóvenes del colegio en la ciudad de Cajamarca. Cuya metodología fue del tipo básico, diseño no experimental, transversal. Cuyo resultado nos mostró la relación del estrés que se percibe con la inteligencia emocional para los jóvenes del colegio nacional, donde existe la relación en forma inversa de la intensidad baja. Revelando con el factor del sexo, en mantener la relación en el contexto inverso. Se concluye que existe correlación entre el grado académico, con la evidencia entre las secciones con una correlación inversa.

**Toro F (23) (2022).** Se estudió la existían correlaciones significativas entre las variables inteligencia emocional, estrategias de aprendizaje y estrés académico en universitarios. Siendo de un diseño fue aspecto no experimental, de un contexto de corte transversal, aplicando el tipo correlacional. Tuvo como resultado la presencia de relación significativa, entre las variables de estudio. Concluyendo que existe relación entre las variables de estudio es decir una aumenta y la otra disminuye.

**Borja y Rodríguez (24) (2022)** La investigación tuvo como propósito determinar la relación entre inteligencia emocional y estrés, el diseño de investigación fue correlacional. Cuyo resultado fue la existencia de una correlación negativa baja. Concluyendo que la correlación es inversamente proporcional es decir aumenta una variable y disminuye la otra.

**Palomino B (25) (2021).** Tuvo como investigación a la inteligencia emocional entre el estrés académico en universitarios de Lima en el año 2021. El objetivo fue determinar la relación de la inteligencia emocional entre el estrés académico. La metodología fue el diseño no experimental, de corte transeccional, con un alcance correlacional. Cuyo resultado fue la existencia de relación inversa significativa entre las variables de estudio de la inteligencia emocional entre el estrés académico. Se concluye que, a mayor inteligencia

emocional, menor estrés académico.

**Torres I.** (26) en el 2021 tuvo como objetivo analizar la influencia de las dimensiones de la inteligencia emocional sobre el Estrés Académico. Los resultados fueron que existe una influencia baja de las dimensiones. Concluyendo los aspectos intrapersonales, con la el factor interpersonal, frente a la influencia en forma positiva, teniendo el afrontamiento, al general la inferencia de la persona en forma adecuado siendo estos aspectos en forma de situaciones estresantes. Concluyendo que se generan sensaciones de sentir emociones muy desagradables.

**Ancajima L.** (27) en el año 2021 tuvo como objetivo general diseñar una propuesta de intervención basada en la inteligencia emocional para afrontar el estrés académico. Tubo como resultados la presencia del estrés académico siendo de un nivel medio con un valor de 68.8% entre los universitarios, con un nivel bajo comprende el valor del 30%, siendo el afrontamiento para el estrés académico el que más prevalece por el nivel del aspecto medio de un 78.8% entre los individuos, generado por un nivel bajo frente a la relación de un valor 11.35.

**Arango M.** (28) en el 2020 investigó con respecto de la inteligencia emocional entre el manejo de estrés de jóvenes en un colegio con el contexto del covid-19, en Pisco-2020. Cuyo objetivo fue demostrar la relación de la inteligencia emocional entre con el manejo de estrés en estudiantes del colegio en el Contexto COVID-19, en Pisco - 2020. Tubo como metodología el de tipo, nivel de estudio es correlacional, transversal de diseño no experimental. Cuyo resultado fue, que se determinó la correlación de inteligencia emocional entre el afrontamiento al estrés, indicando una relación positiva en forma directa con un grado alto. Se concluye que se validad la hipótesis alterna y se rechaza la hipótesis nula.

- **Antecedentes regionales:**

**Estrella, Boza y Carbajal** (29) 2023 cuyo título fue la inteligencia emocional y habilidades sociales en el colegio en Huancayo, Cuyo objetivo fue determinar cómo se relaciona la inteligencia emocional entre habilidades sociales en jóvenes de un colegio de Huancayo. Cuya metodología fue el enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y con el diseño no experimental. Como resultado se determinó la existencia de relación entre la variable habilidades sociales e inteligencia emocional. Se concluye que se evidencia que existe relación significativa, en forma directa con la inteligencia emocional entre las habilidades sociales en jóvenes.

**Patiño, Berrios, Mango** (30) en 2022, cuya investigación fue Inteligencia emocional entre estrés académico en jóvenes de Huancayo, 2022. Tuvo como objetivo el de indicar la relación que existe de la inteligencia emocional entre estrés académico en jóvenes de secundaria en Huancayo. Cuya metodología fue diseño correlacional transversal, tipo básica, nivel correlacional. Cuyo resultado fue que existe relación inversa entre moderado, la inteligencia emocional y estrés académico en jóvenes en Huancayo. Concluyendo que si aumenta una variable aumenta la otra por la relación existente.

**Chumbe** (31) en 2022 cuya investigación fue la inteligencia emocional entre estrés académico en alumnos del colegio en Jauja 2022. Su objetivo fue la determinación de correlación con la inteligencia emocional entre el estrés académico en alumnos del colegio en Jauja. Cuya metodología fue de un enfoque cuantitativo, del tipo básico con nivel descriptivo-explicativo, cuyo diseño es no experimental de nivel correlacional causal. Cuyo resultado fue que no existe relación entre las variables de estudio. Cuya conclusión fue que existe relación entre una variable y aumenta la otra.

**Riveros M.** (32) en el 2021 tuvo como investigó la inteligencia emocional

entre el estrés en universitarios de obstetricia de la Universidad privada de Huancayo, 2021. Cuyo objetivo fue determinar la relación de la inteligencia emocional entre estrés académico en universitarios de la Universidad de Huancayo, en el 2021. Cuya metodología fu de tipo básica, nivel de investigación relacional, diseño de investigación no experimental transversal – correlacional. Teniendo el resultado de existir relación en el aspecto negativa moderada. Se concluye la existencia de la correlación negativa moderada o inversa entre las variables de estudio es decir una variable aumenta y la otra disminuye.

## **2.2. Bases teóricas – científicas**

### **a) Inteligencia emocional.**

Para Fernández, Extremera y Ramos (2004) (33), determino la adaptación frente a la Escala para la evaluación de la expresión manejo y reconocimiento de emociones; siendo esta habilidad en captar e identificar con cada emoción en forma propia y ajena, con la regulación de las emociones con la habilidad en modificar estos estados emocionales, con la evaluación para las estrategias en modificar. Cada comprensión para determinar las emociones en su implicancia por el conocer cada una de las emociones, para combinarse o progresar, con cada transición con las emociones. Determinando las dimensiones:

- Atención emocional: comprende a cada referencia de la percepción entre propias emociones, con la capacidad en sentir, que se expresa mediante las emociones como un factor muy adecuado.
- Claridad emocional: Se genera como una dimensión para evaluar cada percepción en comprender los propios estados generados por las emocionales.
- Reparación emocional: Se calcula por la capacidad que nos permite regular cada uno de los propios estados de la emoción de manera

correcta.

Para utilizar el instrumento de recolección de datos en forma autoinforme se usa en la evaluación de la inteligencia emocional el instrumento Trait Meta-Mood Scale (TMMS; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai, 1995) (34). Siendo este instrumento el cual nos permitirá evaluar cada una de las capacidades en la percepción de los individuos cuando se prestar la atención según el estado de ánimo, frente a las emociones, con una capacidad en discriminar entre los factores pertinentes, formando la capacidad en forma regular (Extremera y Fernández-Berrocal, 2006) (35).

Se tiene al enfoque teórico cuya propuesta del aspecto teórico de la variable inteligencia emocional (IE) se refiere cada uno de los procesos que son implicados por el reconocimiento, al usar, comprender, el manejo generado por cada estado emocional en sí mismo, a fin de resolver cada problema, que se regula en cuanto a la conducta de cada individuo (36)

Para, Mestre y Berrocal (2007) (37) definieron que la inteligencia emocional determina un conjunto de cuatro factores: en percibir, generar la expresión de las emociones generadas con la precisión; usando cada emoción en facilitar cada una de las actividades en forma cognitiva; a fin de entender cada emoción, para regular con cada emoción se viene generando para el crecimiento individual entre los aspectos emotivos.

Para Fernández y Extremera 2005 (35) donde se conceptualiza que la inteligencia emocional genera la habilidad en percibir, los valores en la expresión de cada emoción frente a la exactitud, de la habilidad en acceder, generar los sentimientos para facilitar con el pensamiento; siendo que cada habilidad comprender que las emociones, frente al conocimiento emocional, a la habilidad frente a la regulación frente a cada una de las emociones que promueve en el crecimiento de las emociones y en forma intelectual. Con la capacidad en

percibir, la comprensión, con la regulación de los estados emocionales en formas predictoras muy significativas con el mejor funcionamiento interpersonal, de la psicología. Para Goleman (2000, 1996) (38) genera la popularización de cada uno del concepto de la inteligencia emocional, en el reconocimiento por haber generado la toma del concepto según Salovey que determino en la Universidad de Yale. También, para Salovey que explica a la inteligencia emocional entendiendo a la habilidad para emplear al conocimiento por la propia vida. Estudiando a Goleman (1996) (39) que utiliza la definición de la inteligencia emocional frente a las habilidades, por ser capaz en motivar y persistir con las decepciones, que son controladas para el impulso, en demorar la gratificación, frente a la regulación del humor a fin de evitar cada uno de los trastornos para disminuir a la capacidad en el aspecto de pensar, para mostrar frente a la empatía y abrigar esperanzas.

Mayer y Salovey (1990), Cuando inventaron la palabra "inteligencia emocional", se esforzaron mucho por darle una explicación científica. Además, idearon el primer informe de evaluación automotriz y desarrollaron métodos para medir en forma mucho más exacta. Teniendo como objetivo el medir a la variable inteligencia emocional, como uno de los factores de inteligencia clásica, teniendo a uno de ellos como a la inteligencia lógica-matemática, que genera en formular las labores en ejecutar a los individuos a fin de completar cada aspecto de desarrollo (40).

Independientemente del nivel cognitivo o el rendimiento académico del alumno, las habilidades para general la percepción, la comprensión, en regular cada una de las emociones frente al carácter de un aspecto muy vital, generando la importancia a fin de adaptarse frente al entorno, al contribuir en el aspecto muy sustancial, determinando con ellos el bienestar psicológico de los individuos, el crecimiento y desarrollo personal. Para Mayer y Salovey, ellos

definen a la inteligencia emocional, a la habilidad que todo individuo pueda percibir en sí mismo, en frente a los demás, expresando cada emoción de manera adecuada, así como capacitar el uso de las percepciones en facilitar en pensar, comprender, el pensamiento referente a la cada emoción, la regulación en sí mismo, frente a los demás. Con ellos Mayer, Salovey (1997) (40), considero 2 modelos referente a la inteligencia emocional:

Teniendo en cuenta el modelo frente a **Habilidades Integrantes**:

- 1) **Percepción emocional.** Se genera con la capacidad en valorar y expresar como se generan las emociones en forma precisa.
  - Identificar a las emociones como si fueran propias, extrañas e inducidas frente a los elementos sensoriales.
  - Generar la expresión de los sentimientos, frente a las necesidades que se impliquen.
  - Valorar cada una de las honestidades frente a las expresiones.
- 2) **Asimilación emocional.** Generación de la capacidad en generar sentimientos que generan la ayuda frente al pensamiento.
  - Conocimiento por la actividad en la labor frente a cada emoción referente al razonamiento.
  - Consideración frente a la posibilidad en diferentes aspectos desde el punto de vista que induce las emociones.
- 3) **Comprensión emocional.** Capacidad en comprender todos los aspectos de cada emoción.
  - Generar la designación frente a cada emoción usando el lenguaje.
  - Comprendiendo a cada emoción en el aspecto complejo en transmitir las emocionales
  - Relación con cada emoción en el contexto general.
- 4) **Regulación emocional.** Controlar cada emoción frente al desarrollo en

el aspecto intelectual.

- La no determinación del bloqueo de los estados de emocionales en los aspectos "positivos" ni con los aspectos "negativos".
- Reflexionar con respecto a cada emoción y la influencia entre sí mismo, frente a los demás.
- Valorar cada emoción en el aspecto justo según la medida.

El segundo modelo combina la Inteligencia Emocional y describe rasgos de personalidad que deben acompañar esta inteligencia. Los sujetos con Inteligencia Emocional realizaban más proyectos, eran más persistentes en las tareas difíciles y tenían una actitud positiva hacia la vida. Todo esto conduce a mejores resultados y recompensas para usted y los demás.

Teniendo para ello frente a la teoría de la inteligencia emocional, Bar-On (1997), intenta responder a la pregunta de por qué algunos individuos tienen más éxito en el desarrollo de la vida frente a cada problema en combinar el rasgo (41). Se encuentra las cinco áreas siendo estas:

- **Destrezas interpersonales:** referente a cada correlación de los aspectos que son interpersonales, con la responsabilidad del aspecto social, frente a cada empatía.
- **Adaptabilidad:** para la resolución cada una de las dificultades, siendo estas pruebas que son frente a cada una de la realidad, estando en el aspecto flexibilidad.
- **Manejo del estrés:** se genera la tolerancia sobre el stress, frente al control con los impulsos que son desarrollados.
- **Estado del ánimo general (humor):** son generados por la alegría, frente al optimismo.
- Habilidades en los aspectos intrapersonales.

Se desarrollará, con respecto a la inteligencia emocional, con cada uno

de las habilidades, frente a las competencias, con las destrezas al ser representado con un número de conocimientos a fin de emplear cada uno del afrontamiento de la vida frente al éxito. Según Goleman (1995, 2000), se creó un modelo en forma mixto referente a la inteligencia emocional, cuyas características son de cinco áreas:

- Conocer cada una de las propias emociones.
- Manejar el desarrollo de las emociones
- Motivarse entre sí mismo.
- Reconocer con las emociones con los otros
- Manejar con cada relación.

**a.1. Estrés percibido.**

Según la OMS "El conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción" es lo que se conoce como estrés. Es decir, frente al cambio o las formas de circunstancia que son diferentes al poder generar el estrés en forma dependiente de cada uno de los estados físico y aspectos psíquicos de cada persona, ya que se trata de un sistema de alerta biológica necesario para la supervivencia.

El estrés es una enfermedad que causa desequilibrios en el cuerpo, el comportamiento y la mente en una persona que intenta adaptarse a presiones internas o externas.

Según Cano (2002) al señalar cuando se habla frente al estrés cuando se produce una discrepancia entre las demandas del ambiente y los recursos de la persona para hacerles frente". Siendo el estrés una forma de responder cada adaptativa de cada persona, frente al principio de ayudar en responder en forma cada vez más rápida, en forma eficaz cada circunstancia según lo que se requieran en la vida cotidiana (42).

Siendo el estrés una forma de relacionar con cada persona y un estresor,

que generalmente se definen como circunstancias o eventos que provocan tensión. Siendo para ello que el estrés se percibido pudiendo afectar cada actitud o el comportamiento de una persona a corto plazo, pero a largo plazo afecta su equilibrio.

El estrés puede mejorar y mantener la salud. Por lo tanto, el estrés tendría dos significados: "eustres", que sería una estimulación que el sujeto puede manejar con éxito, y "distres", que sería la experiencia excesiva y fuera de control del sujeto. Sin embargo, el estrés se refiere a la situación difícil en la que el sujeto no se siente preparado para afrontar las demandas excesivas del entorno (43).

#### **a.2. Fases del estrés:**

Siendo las reacciones la que se manifestara con las tres fases: Siendo ellas la etapa de alarma, la etapa de resistencia y el agotamiento.

#### **a.3. Fase alarma o huida.**

Cada característica tiene un aspecto frente a cada cambio en el aspecto fisiológicos, los aspectos bioquímicos frente al organismo en el desarrollo a fin contribuir a enfrentarse con cada situación estresante específicamente.

Frente al estrés se considera con la marcha entre el eje hormonal del hipotálamo – hipófisis – suprarrenal: Aumenta la presión sanguínea, la glucosa en sangre, los latidos del corazón y los niveles de adrenalina. Además, el sistema digestivo se cierra y los músculos se tensan más. Estas respuestas son típicas y necesarias para que la persona tenga la fuerza necesaria para fugar del enemigo, frente a cualquier aspecto de peligro, en el entorno.

#### **a.4. Fase de adaptación o resistencia.**

Al producir cada situación en cada estrés, por cada sustancia en los aspectos químicos por producir en la primera fase se acumulan en el cuerpo.

La producción de estas sustancias resulta en el mantenimiento de la

alerta sin relajación. El cuerpo responde frente a la nueva respuesta en los aspectos fisiológicos en mantener frente al equilibrio de cada hormona, con sustancias para que se libera con los aspectos de la composición de la sangre. Por lo tanto, si el organismo es capaz de resistir durante un largo período de tiempo, no habrá ningún problema; en caso contrario, sin duda pasará a la siguiente etapa.

#### **a.5. Fase de agotamiento.**

Cuando no podemos cambiar cada situación en algunos casos por causas del estrés, no se puede ver la salida de cada situación, se genera el agotamiento en cada recurso en forma orgánica, frente a las emociones durante esta fase. El estrés constante provoca la liberación de sustancias químicas llamadas catecolaminas, que dañan los tejidos. Esto abre la posibilidad de muchas enfermedades, principalmente las relacionadas con el sistema cardiovascular. Esto significa que los enfoques para lidiar con el factor estresante se han agotado.

#### **a.6. Componentes del estrés**

Para Campos (2006), siendo el estrés frente a los dos componentes muy básicos: Entre aquellos agentes en forma estresantes o estresores y para la respuesta con el estrés (44).

#### **a.7. Agentes estresores.**

El estrés se puede atribuir a todas las situaciones que ocurren a nuestro alrededor, tanto a las personas como a los estímulos ambientales que saturan el nivel de tolerancia de cada persona. El nivel de activación de una persona (que se conoce como su nivel para tolerar en forma previa frente a la reacción) al considerar frente al nivel en forma inicial con cada condición frente al estrés.

#### **a.8. La respuesta del estrés.**

Con cada una de las respuestas referente al estrés al definir según la forma

con cada persona responde a los factores estresantes. Hay dos formas en que una persona puede responder a una situación estresante:

Siendo una respuesta en forma armónica, para adecuar con la demanda que se presenta.

Respuestas inadecuadas, insuficientes o exageradas a la demanda planteada, lo que resulta en desadaptación.

Existe una variación individual, ya que hay personas que experimentan experiencias agotadoras, difíciles o negativas para su cuerpo, mientras que otras personas experimentan experiencias ligeramente alteradoras y no causan daño al sistema nervioso ni a ninguna parte del cuerpo (44).

#### **a.9. Consecuencias y efectos negativos del estrés.**

**A nivel del sistema de respuesta fisiológica:** Otros síntomas incluyen entre ellos la taquicardia, para aumentar la tensión arterial, con demasiada sudoración, con alteraciones ante el ritmo respiratorio, incrementado la tensión muscular, al aumentar se con la glucemia en combinación con la sangre, incrementando el metabolismo en el aspecto basal, con el aumento más posterior del colesterol, para inhibirse con el sistema inmunológico, con muchas sensaciones con el nudo ante la garganta y con mucha dilatación frente a las pupilas

**A nivel del sistema cognitivo:** Ansiedad, con presencia de indecisiones, falta de concentración, en desorientación, generando el mal humor, por hipersensibilidad frente a cada crítica, con los sentimientos frente a la falta de control.

**A nivel del sistema motor:** se genera en hablar en forma rápida, frente a cada temblor, cuando tartamudeo, con una fuerte voz entrecortada, presentando aspectos de imprecisión, con la explosión de emociones, generado por el consumo de droga de aspectos legales como es el consumo de tabaco,

el abundante alcohol, con los excesos o carencias del apetito, comportamiento impulsivo y risas nerviosas son algunos de los síntomas.

El estrés también provoca una serie de trastornos relacionados, que, aunque no son la causa principal, a veces actúan como un factor común:

- Trastornos respiratorios: se complican con el asma, generación de la hiperventilación, desarrollo de la taquipnea, entre otros problemas respiratorios.
- Trastornos cardiovasculares: presencia de enfermedad coronaria, desarrollo de la hipertensión arterial, frente a las alteraciones con cada ritmo en la presencia de aspectos cardiacos, considerando los factores generales.
- Trastornos inmunológicos: presencia de cada enfermedad con los aspectos de carácter infeccioso.
- Trastornos endocrinos: desarrollo del hipertiroidismo, presencia de cada aspecto del hipotiroidismo, con ellos se desarrolla el síndrome denominado Cushing, generado entre ellos.
- Trastornos dermatológicos: presencia de unas partículas de prurito, con características de sudoraciones en forma muy expansiva, generación de la dermatitis muy atípica, presencia de la caída exagerada del cabello, aparición de la urticaria muy crónica, con características de rubor facial, entre muchos otros síntomas.
- Diabetes: Suele ser de una gran gravedad de la enfermedad.
- Dolores crónicos y cefaleas continuas, generados por los múltiples problemas frente a la salud.
- Trastornos sexuales: generación de la impotencia, presencia de la eyaculación precoz, vaginismo, alteraciones de la libido, entre otros.
- Trastornos psicopatológicos: Ansiedad, miedos, fobias, depresión,

conductas adictivas, insomnio, alteraciones alimentarias, trastornos de la personalidad, entre otros.

**b) Vulnerabilidad al estrés.**

Para Crespo y Labrador, psicólogos que determinan la vulnerabilidad frente al estrés donde definimos como cada tendencia en la persona tiene la experiencia sobre el estrés en ciertas circunstancias muy vitales (en el aspecto externo e interno) generan los niveles de estrés en forma muy exagerada sobre el umbral de la determinación de la tolerancia según sea el caso del estrés (45).

Para Zaldívar, genera los estados muy vivenciales para displacerá cada aspecto de sostenibilidad en cada tiempo al ser acompañado en un más alto grado o menor frente a las medidas en la transformación de los aspectos psicofisiológicos, cuando se aparece en cada persona cuando es producto que se relaciona con las diversas alteraciones que se desarrolla en el ambiente, siendo este impone con cada demanda el cual no tiene mucho control al crea y no tener. Se considera una forma de amenaza potencial que se transforma en amenaza activa, cuando se considera que realmente pone en peligro al individuo (46).

Para Lázarus. La generación de la vulnerabilidad frente al estrés como adquirir entre los dos principales aspectos primordiales:

**b.1. Heredada.**

La vulnerabilidad hereditaria está relacionada con una hipersensibilidad específica, como la sensibilidad ansiosa o el neuroticismo, que hace que la persona perciba lo que es simplemente un problema como una amenaza (tendencia a dramatizar) y entonces reacciona exageradamente.

**b.2. Aprendida.**

Según Henri Laborit, tiene que ver con una forma de impotencia agresiva conocida como agresividad defensiva o "inhibición de la acción". Resulta en que

alguien no puede luchar o huir en una situación conflictiva. En este caso, al quedar inhibido, por ejemplo, de reaccionar ante un padre rígido o una madre invasiva, le produce ira, que queda contenida, puede ser de angustia si se inhibe o irritabilidad si todavía intenta luchar.

**b.2.1. Factores que influyen en la vulnerabilidad al estrés.**

Los factores al influir la vulnerabilidad del estado de estrés que se determina (47).

**b.2.2. Autorregulación:**

Genera la expresión, frente al control de cada una de las emociones, generadas por las ideas en el auto instruccional que se genera (47).

**b.3. Optimismo y apoyo social:**

El entorno social, que consiste en la información y los recursos que ofrecen otras personas del entorno, minimiza la percepción de amenaza, maximiza la percepción real de control y facilita la acción directa y anticipatoria de modos de comportamiento, es un papel protector muy importante ante situaciones de estrés. Por otro lado, el optimismo es una parte de la habilidad para desarrollar la fortaleza personal, que también protege del estrés. Se consideran aspectos positivos: comprometerse con lo que emprende, afrontar cada dificultad como un reto, sentirse dueño del control sobre sus propias circunstancias, enfocar los problemas de forma realista y optimista, ser proactivo en la búsqueda de alternativas y soluciones, y tener un sólido sistema de valores y creencias (47).

**b.3.1. Sociabilidad y acción:**

Un factor importante de protección para reducir la vulnerabilidad al estrés es la habilidad de la persona para establecer vínculos afectivos y desarrollar acciones que vinculen a la persona con su entorno.

Además, este factor constituye la base sobre la cual se desarrollan los demás factores (47).

**b.3.2. Tolerancia y reactividad:**

se refiere a la capacidad de manejar situaciones que generan estrés y desarrollan conductas de afrontamiento efectivas, mientras que la reactividad es la variabilidad en la respuesta emocional y fisiológica a los eventos que actúan como estresores (47).

**2.3. Definición de términos básicos**

a. Evaluación:

Desarrollo de un proceso en determinar el logro el mérito o valor de alguna cosa” (Scriven 1967).

b. Expresión:

Todos los signos, símbolos y medios por los cuales transmitimos significados y valores a otros seres humanos, desde la señal, el gesto o la imagen hasta la palabra hablada o escrita, son formas de expresión (Paoli, 1985)

c. Manejo:

Con la presencia por la acción frente al manejo, de cada organizar o al conducir frente a los objetos en cada una de las situaciones referentes.

d. Reconocimiento de emociones:

Con la capacidad frente a reconocer frente a cada emoción en el aspecto tanto con las propias frente a los aspectos ajenos al gestionar con nuestra respuesta entre ellas. (Daniel Goleman)

e. Estrés percibido:

Por cada uno de los grados con los individuos al percibir con cada una de las situaciones de cada hecho de vida en los aspectos impredecibles e incontrolables, con el valor que es muy estresante (Moscoso, 2009; Remor, 2006)

## **2.4. Formulación de hipótesis.**

### **2.4.1. Hipótesis general**

Existe relación favorable de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2022.

### **2.4.2. Hipótesis específicas**

- Existe relación favorable entre atención a las emociones con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Tarma.2023.
- Existe relación favorable entre la claridad emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023.
- Existe relación favorable entre la reparación emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023.

## **2.5. Identificación de variables.**

**Variable 1:** Inteligencia emocional.

**Variable 2:** Estrés Percibido.

## 2.6. Definición operacional de variables e indicadores

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
<b>Inteligencia emocional</b>	La inteligencia emocional es el proceso de reconocer, usar, comprender y manejar cada uno de los aspectos emocionales en sí mismo, o entre otras personas al tener que solucionar los problemas, controlando la conducta (Mestre y Fernández-Berrocal, 2007). Concepto reformulado por Mayer y Salovey, 1997; Salovey y Mayer, 1990.	Es un conjunto que comprende las cuatro habilidades: a) percibir y expresar emociones con precisión; b) utilizar las emociones para facilitar la actividad cognitiva; c) comprender y d) regular las emociones para el crecimiento personal y emocional.	<b>Atención a los sentimientos</b>	1. Presto mucha atención a los sentimientos.
				2. Constantemente me preocupo mucho por lo que siento.
				3. Constantemente 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 a 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.
			<b>Claridad emocional</b>	9. Presto mucha atención a los sentimientos.
				10. Constantemente me preocupo mucho por lo que siento.
				11. Constantemente dedico tiempo a pensar en mis emociones.
				12. Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.
				13. Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.
				14. Pienso en mi estado de ánimo constantemente.
				15. A menudo pienso en mis sentimientos.
				16. Presto mucha atención a cómo me siento.
			<b>Reparación de las emociones</b>	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 esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.
				23. Tengo mucha energía cuando me siento feliz.
				24. Cuando estoy enfadado intento que se me pase.

VARIABLES	DEFINICIÓN CONCEPTUAL	DEFINICIÓN OPERACIONAL	DIMENSIONES	INDICADORES
<b>Estrés percibido</b>	Es el grado en que las personas creen que las circunstancias de su vida son impredecibles e incontrolables, lo que las hace sentir estresantes (Moscoso, 2009; Remor, 2006)	Hay tres perspectivas sobre el estrés percibido: estando la primera que comprende el ambiental, centrándose en cada evento vital que es estresante; luego en segundo impacto está el aspecto psicológico, al implicar la experiencia en el aspecto subjetivo como respuesta emocional frente a cada estresores; y la tercera es la biomédica, que estudia la respuesta y los sistemas fisiológicos involucrados en el afrontamiento de los problemas vitales (1). Siendo este aspecto de la salud, la investigación y el conocimiento sobre los estresores son cruciales debido a su conexión con la susceptibilidad, el curso y el pronóstico de una variedad de condiciones o enfermedades que afectan a diferentes órganos y sistemas (2)***	Escala de estrés percibido	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. En el último mes, ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?</li> <li>2. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?</li> <li>3. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?</li> <li>4. En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?</li> <li>5. En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?</li> <li>6. En el último mes, ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?</li> <li>7. En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?</li> <li>8. En el último mes, ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?</li> <li>9. En el último mes, ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?</li> <li>10. En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?</li> <li>11. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?</li> <li>12. En el último mes, ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?</li> <li>13. En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?</li> </ol>

\*\*\* Escala de Estrés Percibido-10: Desempeño psicométrico en estudiantes de medicina de Bucaramanga, Colombia  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0120-00112014000300010](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-00112014000300010)

## **CAPÍTULO III**

### **METODOLOGÍA Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN**

#### **3.1. Tipo de investigación**

El enfoque que se considera para la presente investigación es el cuantitativo, el cual, según Hernández et al., (2014) (48), esta investigación tiene este enfoque porque utiliza la recolección de datos, medición numérica para afirmar y afinar preguntas de investigación al interpretar la relación de las variables de estudio (49). Para Tamayo y Tamayo (2003) se refiere al estudio como pura, denominada como básica o fundamental, a fin de apoyar con el contexto teórico, como un propósito muy fundamental para el desarrollo de la teoría con el descubrimiento en ampliar las generalizaciones y los principios deterministas (50). Siendo esta investigación empleada para el cuidado de los procedimientos en el cálculo del muestreo, poniendo fin a los extendedores por cada hallazgo entre los grupos o entre los aspectos estudiador. Entonces el tipo de estudio es básico no solo por el contexto teórico si no por crecimiento teórico.

#### **3.2. Nivel de investigación**

Realizaremos una investigación descriptiva - correlacional porque se labora teniendo en cuenta la realidad, de las características muy fundamentales en presentar e interpretar en forma precisa con cada variable de estudio,

estando la relación de existir con las variables de estudio. Según Hernández et al., (2014) se evaluará el grado de la correlación de las dos o más variables de estudio, por ello las investigaciones correlacionales se tiene en cuenta primero la medición de cada etapa, y se cuantifica, a fin de analizar, estableciendo cada uno de los vínculos a estudiar. Con las correlaciones se sustentan las hipótesis que se someten a las pruebas estadísticas de estudio (48). Generado con la mención del nivel de estudio correlacional, estando asociado con las dos variables que se estudian.

### **3.3. Métodos de investigación**

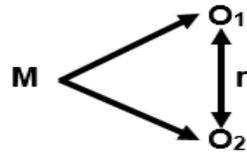
Para Hernández et al., (2014), determina al estudio como el conjunto de los procesos que son sistemáticos, con críticas en aspectos empírico que se aplican al investigar el fenómeno, situaciones problemáticas (48). Estando Tamayo y Tamayo (2003), manifiesta que el método de estudio se el método científico, siendo estos procedimientos que se plantean frente a cada problema científico, teniendo para ello la prueba la hipótesis en su aplicación, con las encuestas de trabajo que se investigan (50). Siendo el estudio la base de los acontecimientos que se comprueban.

**Método Inductivo - Deductivo.** A través del presente método, se obtendrá conocimientos de lo general a lo particular y viceversa; vale decir, analizando las variables consideradas en nuestros objetivos de investigación, se efectuará generalizaciones con relevancia científica, que permitieron sustentar afirmaciones en relación a las hipótesis formuladas.

El método descriptivo analítico y el estadístico.

### **3.4. Diseño de investigación**

Se usará en la presente investigación el Diseño Descriptivo Correlacional esquemáticamente expresada así:



Donde:

**M** = muestra

**O<sub>1</sub>** = Primera variable

**O<sub>2</sub>** = Segunda variable

**r** = Relación entre la variable 1 y Variable 2

### 3.5. Población y muestra

La población de estudio está conformada por **200** estudiantes de enfermería.

Para la presente investigación se usará la siguiente formula

**Tabla 1 Población de la universidad**

Ciclo	Estudiantes
I	47
III	39
V	34
VII	39
IX	41
Total	200

Fuente: Trabajo de investigación

Se aplica la formula:

$$n = \frac{Z^2 NPQ}{Z^2 PQ + (N - 1)E^2}$$

Donde:

n = Determinación del tamaño de muestra a estudiar

z = Factor del nivel de confianza de la investigación: 1.96

p = Proporción del valor de acierto de la variable: 0.5

q = Probabilidad del valor del fracaso de la variable 0.5

E = Factor del error de estimación: 0.05

N = Cantidad de población en general del estudio: 200

Determinando los valores estadísticos se tiene:

$$n = \frac{(1.96)^2(200)(0.5)(0.5)}{(1.96)^2(0.5)(0.5) + (200 - 1)(0.05)^2} = 145$$

La muestra: en el estudio se calculó un tamaño de 145 universitarios.

Para Hernández et al., (2014), se determina la muestra en el aspecto no probabilísticas, que se llamaba la muestra dirigida, suponiendo cada uno se los procedimientos para que se selecciona por la orientación con la característica del estudio, siendo el criterio estadístico expresado en forma general (48).

**Tabla 2 Muestra de la universidad**

Ciclo	Estudiantes
I	34
III	28
V	25
VII	28
IX	30
Total	145

Fuente: Trabajo de investigación

Procedimiento del muestreo: el muestreo es el probabilístico aleatorio. Estando Otzen, Monterola (2017) mencionan que la conveniencia, permite la selección de los accesos en aceptar la inclusión. Siendo estos fundamentos para convivir en la accesibilidad, en los aspectos más próximos entre los individuos que investigan. Siendo el muestro del estudio en el enfoque cuantitativo no probabilístico determinado por conveniencia (51).

### 3.6. Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

En el presente estudio se utilizará como técnica a la entrevista.

Los instrumentos son: la encuesta:

- La inteligencia emocional, ha sido evaluado por la encuesta: Evaluación de la expresión, manejo y reconocimiento de emociones.
- El estrés percibido, ha sido evaluado por la encuesta que lleva el mismo nombre.

### **3.7. Selección, validación y confiabilidad de los instrumentos de investigación**

La selección se realizó para lograr demostrar la hipótesis de investigación. Asimismo, la validación de los instrumentos estuvo a cargo de tres maestros expertos en el tema. La confiabilidad fue a través de la prueba estadística del alfa de Cronbach.

#### **3.7.1. Validez de la escala de inteligencia emocional (TMMS-24)**

La validez posibilita la identificación de un contenido que simplifique la comparación de las dimensiones durante su desarrollo y aplicación, con el propósito de medir la variable de investigación. (48)

La escala de inteligencia emocional se sometió a evaluación de juicio de tres expertos en el tema, con su apoyo se verifica la relevancia, coherencia, suficiencia y claridad del instrumento, cuya evaluación fue dada por:

- Mg. Yuly Selmira Hilario Pizarro, Licenciada en Enfermería, docente en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.
- Mg. Jhon Misael Julcarima Raqui, Licenciado en Psicología, Especialidad en metodología de la investigación. Docente en la Universidad Católica Sedes Sapientiae.
- Mg. May Lavado Yarango, Licenciado en Psicología. Docente en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

El proceso se llevó a cabo de la siguiente manera: se confeccionó un archivo que contenía los instrumentos de validación, compuesto por la matriz de

consistencia y la operacionalización de cada variable, el instrumento y, finalmente, la ficha de validación. Estos archivos fueron distribuidos a cada uno de los expertos, quienes evaluaron el instrumento teniendo en cuenta los siguientes criterios: relevancia, claridad conceptual, redacción, escala y codificación, así como el formato. Después de esta evaluación, emitieron sus juicios valorativos, concluyendo que el instrumento mantiene una correspondencia adecuada entre la variable, las dimensiones, los indicadores y los ítems con las opciones de respuesta. Asimismo, se destacó la calidad técnica en términos de representatividad y pertinencia del lenguaje.

Además, con el propósito de calcular el coeficiente de validez, se aplicó el método del Coeficiente de Validez de Contenido (CVC), conforme a la sugerencia de Hernández y Nieto (2014). En este procedimiento, se asignaron puntajes a cada ítem, evaluados por los tres jueces en relación con las 24 preguntas. Posteriormente, se calculó el CVC para la escala de inteligencia emocional, proporcionando así una medida del grado de concordancia entre los expertos.

**Tabla 3** *Escala de medición del cálculo CVC*

Valor del CVC	Interpretación
Menor a 0.60	Validez, así como concordancia inaceptable
semejante o mayor de 0.60 y menor o similar que 0.70	Deficiente validez y concordancia
Superior que 0.71 e inferior o igual que 0.80	Aceptable validez y concordancia
Superior que 0.80 e inferior o igual que 0.90	Buena validez y concordancia
Superior que 0.90	Excelente validez y concordancia

*Fuente.* Hernández y Nieto (2014)

### **Interpretación**

Siguiendo la metodología del CVC, para que un instrumento sea considerado válido, es necesario alcanzar un nivel de validez y concordancia

superior a 0,80. Después de calcular el coeficiente de validez, se obtuvo un **CVC total de 0,92**, lo que indica que los expertos estuvieron notablemente de acuerdo en que **la Escala de inteligencia emocional (TMMS-24) posee una validez y concordancia excelentes**.

### **3.7.2. Validez de la Escala de percepción global de estrés (EPGE)**

La validez posibilita la identificación de un contenido que simplifique la comparación de las dimensiones durante su desarrollo y aplicación, con el propósito de medir la variable de estudio. (48)

La Escala de percepción global de estrés (EPGE) se sometió a evaluación de juicio de tres expertos en el tema, con su apoyo se verifica la relevancia, coherencia, suficiencia y claridad del instrumento, cuya evaluación fue dada por:

- Mg. Yuly Selmira Hilario Pizarro, Licenciada en Enfermería, docente en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.
- Mg. Jhon Misael Julcarima Raqui, Licenciado en Psicología, Especialidad en metodología de la investigación. Docente en la Universidad Católica Sedes Sapientiae.
- Mg. May Lavado Yarango, Licenciado en Psicología. Docente en la Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión.

El procedimiento se desarrolló de la siguiente manera: se elaboró un archivo que contenía los instrumentos de validación, integrando la matriz de consistencia y la operacionalización de cada variable, el instrumento y, por último, la ficha de validación. Estos archivos fueron distribuidos entre los expertos, quienes evaluaron el instrumento considerando aspectos como relevancia, claridad conceptual, redacción, escala y codificación, así como el formato. Después de esta evaluación, los expertos emitieron sus juicios valorativos, concluyendo que el instrumento mantiene una correspondencia

apropiada entre la variable, las dimensiones, los indicadores y los ítems con las opciones de respuesta. Además, se resaltó la calidad técnica en términos de representatividad y pertinencia del lenguaje.

Adicionalmente, con el fin de determinar el coeficiente de validez, se empleó el método del Coeficiente de Validez de Contenido (CVC), siguiendo la recomendación de Hernández y Nieto (2014). En este proceso, se asignaron puntajes a cada ítem, los cuales fueron evaluados por los tres jueces en relación con las 13 preguntas. Luego, se realizó el cálculo del CVC para la Escala de percepción global de estrés (EPGE), brindando de este modo una medida del nivel de concordancia entre los expertos.

### **Interpretación**

*Mediante la escala de medición del cálculo CVC de la tabla anterior, y tomando en cuenta el método del CVC, para que un instrumento se considere como válido, se requiere un nivel de validez y concordancia mayor a 0,80; así luego de obtener el coeficiente de validez, se obtuvo un **CVC total de 0,94**, evidenciando que los expertos concordaron que la **Escala de percepción global de estrés (EPGE), presenta excelente validez.***

### **3.7.3. Confiabilidad de la Escala de inteligencia emocional**

El criterio de confiabilidad de la Escala de inteligencia emocional (TMMS-24) se evaluó mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach. Este enfoque es aconsejado para preguntas que presentan más de dos respuestas y evalúa el grado de consistencia y precisión en los valores, es decir, qué tan similares son dentro del conjunto de datos. Los estándares de evaluación se registran en la siguiente tabla (48):

**Tabla 4 Criterios y escala de confiabilidad**

<b>Criterio de confiabilidad</b>	<b>Escala</b>
Muy baja	0,01 a 0,20
Baja	0.21 a 0.40
Moderada	0.41 a 0.60
Alta	0.61 a 0.80
Muy alta	0.81 a 1,00

La escala de inteligencia emocional (TMMS-24) se aplicó a una muestra piloto constituida por 20 estudiantes de Obstetricia de la UNDAC de otros semestres que no fueron consideradas en la muestra, al ser una población con similares características muestral.

Obtenidos los datos se pasó a nivelar la confiabilidad manejando el paquete estadístico SPSS, obteniendo los resultados siguientes:

**Tabla 5 Confiabilidad de la escala de inteligencia emocional (TMMS-24)**

Alfa de Cronbach	N° de preguntas
0,947	24

*Fuente.* Prueba piloto, estadística de Alfa de Cronbach

### **Interpretación**

Con respecto a los datos obtenidos, se observó un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,947, ubicándolo en la escala de 0.81 a 1.00, concluyendo en una muy alta confiabilidad de la escala de inteligencia emocional.

#### **3.7.4. Confiabilidad de la Escala de percepción global de estrés (EPGE)**

La confiabilidad de la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE) se evaluó utilizando el coeficiente de Alfa de Cronbach. Este enfoque se recomienda para preguntas que cuentan con más de dos respuestas y mide el nivel de consistencia y precisión presentes en los valores, es decir, la similitud dentro del conjunto de datos. Los criterios de evaluación se detallan en la siguiente tabla (48):

La Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE), se aplicó a una muestra piloto constituida por 20 estudiantes de Obstetricia de la UNDAC de otros semestres que no fueron consideradas en la muestra, al ser una población con similares características muestral.

Obtenidos los datos se procedió a identificar la confiabilidad usando el paquete estadístico SPSS, generando los siguientes resultados:

**Tabla 6 Confiabilidad de la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE)**

Alfa de Cronbach	N° de preguntas
0,959	13

*Fuente.* Prueba piloto, estadística de Alfa de Cronbach

### **Interpretación**

Tomando en cuenta la tabla 3, criterios y escala de confiabilidad, y sobre los datos obtenidos, se observó un coeficiente de Alfa de Cronbach de 0,959, ubicándolo en la escala de 0.81 a 1.00, concluyendo en una muy alta confiabilidad de la Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE).

### **3.8. Técnicas de procesamiento y análisis de datos**

Para la realización del presente estudio se enviará solicitudes a los directivos de la Filial Tarma, especialmente a la sub dirección.

Así como a las delegadas o presidentes de cada aula, para la realización de la entrevista presencial y la realización de la encuesta virtual.

Verificando siempre la conformidad al rellenar o responder en cada uno de los instrumentos de investigación (49)..

- Se realizará la elaboración de tablas y gráficos para ser interpretadas
- Para responder a la Hipótesis General se realizará la correlación de las dos variables V1 y V2
- Para responder al resto de las hipótesis se realizará de la siguiente forma, la V1 con las Dimensiones 1 al 4, allí se también se realizará las

correlaciones respectivas.

Al final determinamos las conclusiones y recomendaciones.

Para el procedimiento y análisis de datos se utilizará el Excel y el SPSS en su versión 26.

### **3.9. Tratamiento estadístico**

El tratamiento estadístico se realizará a través del análisis de correlación, donde se determinará cada variable en la investigación se asociará o no.

Dicho resultado se genera el análisis presentando el coeficiente que se determina la relación determinando los valores de -1 y + 1. Siendo estos signos los que se indican como el factor del tipo de correlación entre nuestras variables. Al ser positivo, se indica la existencia de la asociación del factor positiva; generando la magnitud al incrementar, siendo este el valor negativo, indicando para ello la existencia de la relación en forma negativa con las dos variables de investigación. Con el valor del incremento, determinando con la segunda variable disminuyen en cada valor (49).

Estando las variables en forma independiente, siendo el coeficiente de la relación frente a cada magnitud del valor de cero (0). Para cada fuerza se asocia el aspecto de la relación en forma lineal se incrementa con cada medida frente al coeficiente de correlación generado por el valor de -1 a +1.

A través del SPSS se determina el coeficiente de correlación.

Como primer paso la prueba de normalidad, utilizando la prueba de Kolmogorov Smirnov (49).

### **3.10. Orientación ética filosófica y epistémica**

En la presente investigación brindará la información a todos los estudiantes, sobre el propósito y objetivos del estudio, después se procederán a firmar el consentimiento informado (Anexo). La finalidad que perseguimos en los estudiantes es su participación voluntaria y decidida, podrán retirarse del

estudio en cualquier momento, pero informarán los pormenores de dicha situación. Los datos obtenidos, son confidenciales y su uso se manejó con absoluta discreción

## **CAPÍTULO IV**

### **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

#### **4.1. Descripción del trabajo de campo**

Para el desarrollo de la investigación, se tuvo que gestionar el permiso y autorización por parte del director de la universidad UNDAC de Tarma, luego, con su aceptación, procedimos a aplicar los instrumentos a la muestra focalizada.

Posteriormente, teniendo los datos necesarios para la investigación, se procesó en los programas Excel v.2016 y SPSS v.26, para la elaboración de una base y análisis de datos.

#### **4.2. Presentación, análisis e interpretación de resultados**

A continuación, se presentan los resultados de manera descriptiva e inferencial para responder a los objetivos planteados. De manera descriptiva los resultados de cada una de las variables y sus respectivas dimensiones mediante gráficos y tablas de frecuencias y porcentajes.

Por otro lado, de manera inferencial, los resultados respecto al cruce entre las variables y dimensiones; empleando para ello, la prueba de correlación de Spearman para probar la hipótesis.

**Tabla 7 Relación de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023.**

INTELIGENCIA EMOCIONAL	ESTRÉS PERCIBIDO						Total	
	Bajo		Promedio		Alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Alto	0	0,0	23	57,5	0	0,0	93	57,5
Promedio	2	5,0	9	22,5	6	15,0	57	42,5
Total	2	5,0	32	80,0	6	15,0	145	100,0

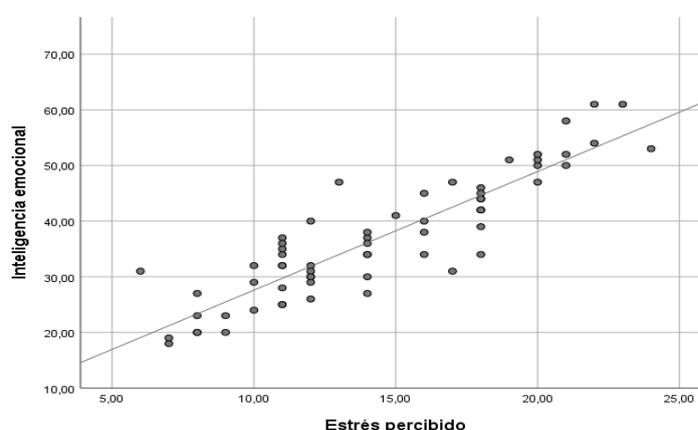
**FUENTE:** Cuestionario de inteligencia emocional. Ficha clínica de estrés percibido.

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**

Los resultados obtenidos indican que inteligencia emocional de los estudiantes de enfermería de la UNDAC es alto en el 57,5% y promedio en el 42,5%. Asimismo, con respecto al estrés percibido, el 80% es promedio, el 15% se encuentra con alto y el 5% tiene bajo.

Dichos resultados indican que inteligencia emocional y estrés percibido de la población evaluada se encuentran en parámetros promedios, lo cual se refleja en el adecuado funcionamiento escolar e interpersonal que vienen presentando. Asimismo, el buen manejo de emociones dentro del área interpersonal y educativo viene generando dichos resultados.

**GRAFICO 1 Relación de la inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023**



<b>Coefficiente de correlación</b>	<b>0,719</b>
------------------------------------	--------------

Los resultados que se muestran en el gráfico y coeficiente de correlación, acusan claramente que existe alto grado de correlación entre inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023. Asimismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que a mayor nivel de inteligencia emocional, mejor será la percepción en distinguir el estrés que siente el estudiante.

**Tabla 8 Relación entre atención a las emociones con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma.2023**

INTELIGENCIA EMOCIONAL Atención a las emociones	ESTRÉS PERCIBIDO						Total	
	Bajo		Promedio		Alto		N°	%
	N°	%	N°	%	N°	%		
Alto	0	0,0	22	55,0	2	5,0	24	60,0
Promedio	0	0,0	10	25,0	3	7,5	13	32,5
Bajo	2	5,0	0	0,0	1	2,5	3	7,5
Total	2	5,0	32	80,0	6	15,0	40	100,0

**FUENTE:** Cuestionario de inteligencia emocional. Ficha clínica de estrés percibido.

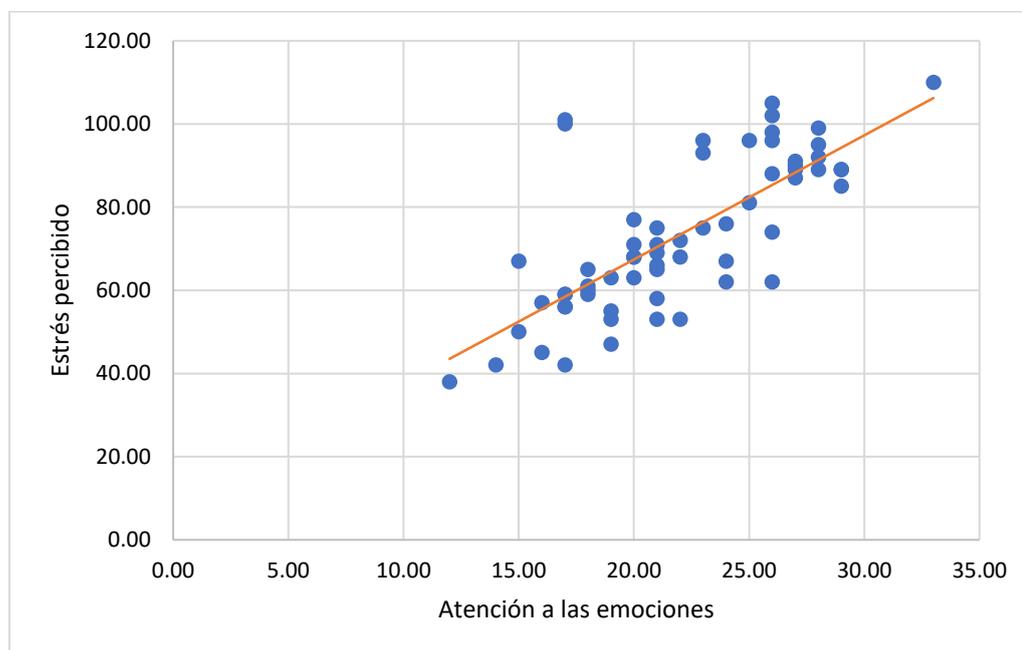
### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**

Los resultados obtenidos reportan que inteligencia emocional en la atención a las emociones de los estudiantes de enfermería de la UNDAC es alto en el 55%, los cuales presentan un estrés percibido promedio.

Asimismo, el 25% de aquellos que presentan inteligencia emocional promedio en la atención a las emociones, tienen un estrés percibido promedio.

En ese sentido, los resultados evidencian que la atención a las emociones está latente en la población evaluada y que a su vez el control del estrés percibido que presentan, favoreciendo así un adecuado desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje.

**GRAFICO 2** *Relación entre atención a las emociones con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma.2023*



<b>Coefficiente de correlación</b>	<b>0,682</b>
------------------------------------	--------------

Los resultados que se muestran en el gráfico y coeficiente de correlación, acusan claramente que existe significativa correlación entre la dimensión atención a las emociones y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023. Asimismo, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que, a mayor nivel de atención a las emociones, mayor será la expresión de estrés del estudiante.

**Tabla 9** *Relación entre claridad emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023*

INTELIGENCIA EMOCIONAL Dimensión claridad emocional	ESTRÉS PERCIBIDO						Total	
	Bajo		Promedio		Alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Alto	1	2,5	8	20,0	0	0,0	9	22,5
Promedio	1	2,5	24	60,0	5	12,5	30	75,0
Bajo	0	0,0	0	0,0	1	2,5	1	2,5
Total	2	5,0	43	81,1	6	15,0	40	100,0

**FUENTE:** Cuestionario de inteligencia emocional. Ficha clínica de estrés percibido.

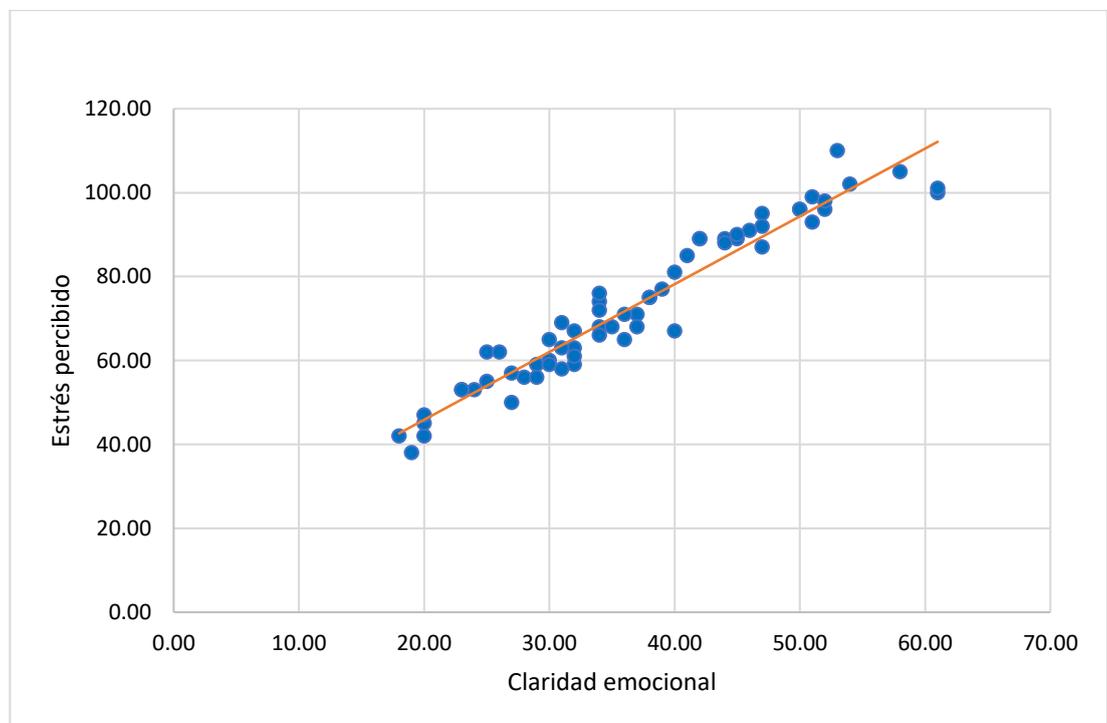
### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**

Los resultados obtenidos reportan que inteligencia emocional en la Dimensión claridad emocional de los estudiantes de enfermería de la UNDAC es promedio según el 60% de los entrevistados, de los cuáles presentan un estrés percibido promedio.

Asimismo, se evidencia que el 20% de evaluados presentan un nivel alto de inteligencia emocional en la dimensión claridad emocional, y estos tienen un estrés percibido promedio.

En ese sentido, lo resultados indican que el estrés percibido en los evaluados no está afectando la claridad emocional, por lo que puede haber otros factores involucrados, tales como la calidad de sueño y descanso.

**GRAFICO 3** *Relación entre claridad emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023*



<b>Coefficiente de correlación</b>	<b>0,736</b>
------------------------------------	--------------

Los resultados que se muestran en el gráfico y coeficiente de correlación, acusan claramente que existe alto grado de correlación entre la dimensión claridad emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023. De igual manera, se puede notar que la relación entre variables es positiva, es decir que, a mayor nivel de claridad emocional, mejor será la percepción y posterior dominio del estrés.

**Tabla 10 Relación entre reparación emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023**

INTELIGENCIA EMOCIONAL Dimensión reparación emocional	ESTRÉS PERCIBIDO						Total	
	Bajo		Promedio		Alto			
	N°	%	N°	%	N°	%	N°	%
Alto	1	2,5	26	65,0	3	7,5	30	75,0
Promedio	1	2,5	6	15,0	3	7,5	10	25,0
Bajo	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Total	2	5,0	32	80,0	6	15,0	40	100,0

**FUENTE:** Cuestionario de inteligencia emocional. Ficha clínica de estrés percibido.

### **ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN.**

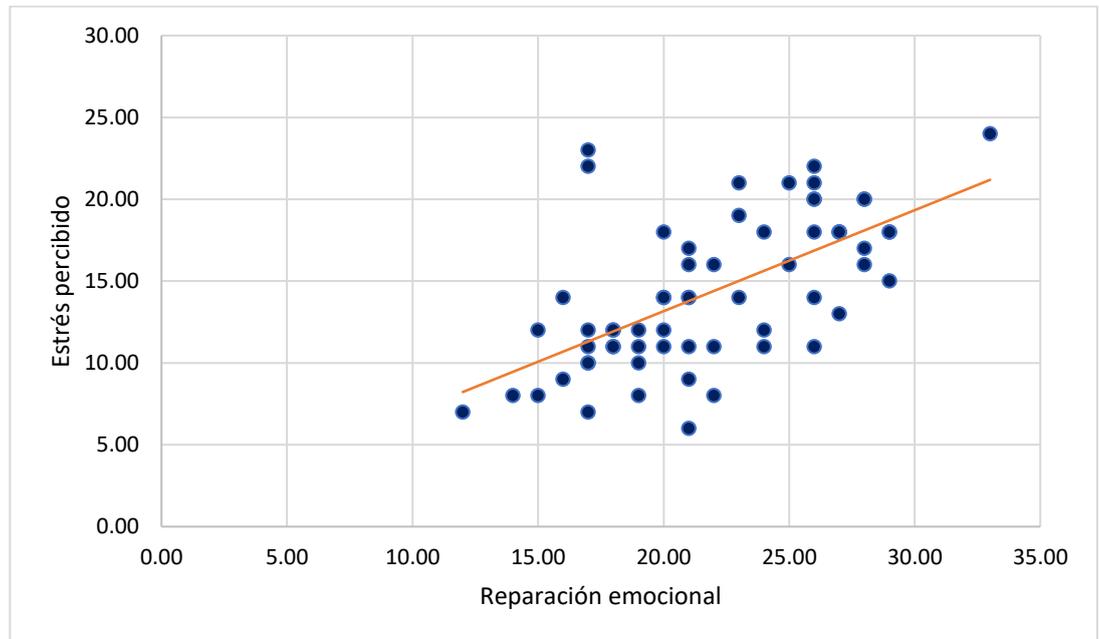
Los resultados tenidos indican que inteligencia emocional en la Dimensión reparación emocional de los estudiantes de enfermería de la UNDAC es alto según el 65% de los entrevistados, de los cuáles presentan un estrés percibido promedio.

Asimismo, se evidencia que el 15% de evaluados presentan un nivel promedio de inteligencia emocional en la dimensión reparación emocional, y estos tienen un estrés percibido promedio.

Estos resultados indican que mientras el estudiante mantenga activo la

reparación emocional, apoyará en que los niveles de estrés percibido se mantengan en estados adecuados y nos afecte su salud mental.

**GRAFICO 4** *Relación entre reparación emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023*



<b>Coefficiente de correlación</b>	<b>0,814</b>
------------------------------------	--------------

Los resultados que se muestran en el gráfico y coeficiente de correlación, acusan claramente que existe alto grado de correlación entre la dimensión reparación emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023. De esta forma, se puede observar que la relación entre variables es positiva, es decir que, a mayor nivel de reparación emocional, mejor será el conocimiento y percepción de aquello que le causa estrés al estudiante.

#### **4.3. Prueba de hipótesis**

##### **A. Formulación de hipótesis general**

H<sub>0</sub>: No existe relación favorable entre inteligencia emocional con el estrés

percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

H<sub>1</sub>: Existe relación favorable entre inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**Nivel de significancia**

$\alpha = 0,05$

**Valor de probabilidad**

<b>Correlaciones</b>				
			Estrés percibido	Inteligencia emocional
Rho de Spearman	Estrés percibido	Coeficiente de correlación	1,000	,719
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	145	145
	Inteligencia emocional	Coeficiente de correlación	,719	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	145	145

$p = 0,000$

**Decisión y conclusión:**

Como el valor de probabilidad  $p = 0,000$  es menor que el nivel de significancia  $\alpha = 0,05$ ; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación favorable entre inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**B. Formulación de hipótesis específica N°01**

H<sub>0</sub>: No existe relación favorable entre la atención a las emociones con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

H<sub>1</sub>: Existe relación favorable entre la atención a las emociones con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma

2023.

<b>Correlaciones</b>			<b>Estrés percibido</b>	<b>Atención a las emociones</b>
Rho de Spearman	Estrés percibido	Coeficiente de correlación	1,000	,682
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	145	145
	Atención a las emociones	Coeficiente de correlación	,682	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	145	145

**Nivel de significancia**

$$\alpha = 0,05$$

**Valor de probabilidad**

$$p = 0,000$$

**Decisión y conclusión:**

Como el valor de probabilidad,  $p = 0,000$ , es menor que el nivel de significancia  $\alpha = 0,05$ ; se acepta la hipótesis de investigación y se rechaza la hipótesis nula.

Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación favorable entre la atención a las emociones con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**C. Formulación de hipótesis específica N°02**

$H_0$ : No existe relación favorable entre la claridad emocional con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

H<sub>1</sub>: Existe relación favorable entre la claridad emocional con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**Nivel de significancia**

$\alpha = 0,05$

**Valor de probabilidad**

Correlaciones			Estrés percibido	Dimensión claridad emocional
Rho de Spearman	Estrés percibido	Coeficiente de correlación	1,000	,736*
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	145	145
	Dimensión claridad emocional	Coeficiente de correlación	,736*	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	145	145

$p = 0,000$

**Decisión y conclusión:**

Como el valor de probabilidad,  $p = 0,000$ , es menor que el nivel de significancia  $\alpha = 0,05$ ; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación favorable entre claridad emocional con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**D. Formulación de hipótesis específica N°03**

H<sub>0</sub>: No existe relación favorable entre reparación emocional con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

H<sub>1</sub>: Existe relación favorable entre reparación emocional con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**Nivel de significancia**

$\alpha = 0,05$

**Valor de probabilidad**

<b>Correlaciones</b>			Estrés percibido	Dimensión reparación emocional
Rho de Spearman	Estrés percibido	Coeficiente de correlación	1,000	,814
		Sig. (bilateral)	.	,000
		N	145	145
	Dimensión reparación emocional	Coeficiente de correlación	,814	1,000
		Sig. (bilateral)	,000	.
		N	145	145

$p = 0,000$

**Decisión y conclusión:**

Como el valor de probabilidad,  $p = 0,000$ , es menor que el nivel de significancia  $\alpha = 0,05$ ; se rechaza la hipótesis nula y se acepta la hipótesis de investigación.

Esto nos permite concluir para un 95% de confianza que existe relación favorable entre la reparación emocional con el estrés percibido del en estudiantes de enfermería de la UNDAC, filial Tarma 2023.

**4.4. Discusión de resultados**

La presente investigación se centró en explorar la relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC filial Tarma en el año 2023. A través de la revisión del análisis estadístico y la recolección de datos, se han obtenido resultados significativos que permiten discutir e interpretar los hallazgos para contribuir al entendimiento de este fenómeno en el contexto específico de los estudiantes de enfermería.

En ese sentido, los resultados obtenidos revelan que los estudiantes de enfermería de la UNDAC filial Tarma presentan niveles variados de inteligencia

emocional. La mayoría de los participantes demuestran competencias emocionales que les permiten manejar eficazmente sus propias emociones y comprender las emociones de los demás (13). Estos hallazgos están en concordancia con la literatura existente, que sugiere que la formación en enfermería está asociada con el desarrollo de habilidades emocionales debido a la naturaleza empática y emocionalmente demandante de la profesión.

La inteligencia emocional se ha identificado como una herramienta crucial para afrontar situaciones estresantes, ya que permite a los individuos regular sus emociones y mantener un equilibrio emocional (8). En este sentido, los resultados sugieren que los estudiantes con mayores niveles de inteligencia emocional pueden experimentar niveles más bajos de estrés percibido, evidenciando la importancia de incluir programas de desarrollo emocional en el currículo de enfermería.

La correlación positiva encontrada entre la inteligencia emocional y el estrés percibido respalda la idea de que los estudiantes de enfermería con habilidades emocionales más desarrolladas tienden a experimentar niveles más bajos de estrés percibido. Este hallazgo coincide con estudios previos que sugieren que la inteligencia emocional puede actuar como un amortiguador frente a las demandas estresantes, facilitando una mejor adaptación a situaciones desafiantes (17).

No obstante, es crucial considerar que la inteligencia emocional no es un factor aislado, y otros elementos contextuales pueden influir en la relación observada. Factores como el apoyo social, las condiciones de estudio y la carga académica pueden modular la manera en que la inteligencia emocional se relaciona con el estrés percibido. Estudios futuros podrían profundizar en estas variables para comprender mejor la complejidad de esta relación (10).

Por otro lado, los resultados de esta investigación tienen importantes

implicaciones para la práctica y la formación de estudiantes de enfermería. La identificación de la inteligencia emocional como un factor protector frente al estrés percibido sugiere la necesidad de implementar programas de desarrollo emocional en el currículo académico. Esto podría incluir estrategias para mejorar la conciencia emocional, la regulación emocional y la empatía, con el objetivo de fortalecer la resiliencia de los estudiantes ante las demandas emocionales de la profesión.

Además, las instituciones académicas y los profesionales de la salud pueden considerar la implementación de intervenciones específicas para gestionar el estrés percibido, como programas de apoyo psicológico y técnicas de manejo del estrés. Al abordar estos aspectos, se podría mejorar el bienestar emocional y la calidad de vida de los estudiantes de enfermería, contribuyendo a la formación de profesionales más equilibrados y capacitados.

Es importante reconocer las limitaciones de este estudio, como el tamaño de la muestra y la especificidad del contexto estudiado. Futuras investigaciones podrían ampliar la muestra y considerar otras variables que podrían influir en la relación entre inteligencia emocional y estrés percibido. Además, la implementación de intervenciones específicas y el seguimiento a largo plazo podrían proporcionar una comprensión más profunda de la efectividad de los programas de desarrollo emocional en la reducción del estrés percibido.

En conclusión, este estudio contribuye al entendimiento de la relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC filial Tarma. Los resultados sugieren que fortalecer las habilidades emocionales puede ser una estrategia eficaz para mitigar el impacto del estrés en este grupo poblacional. La implementación de intervenciones basadas en estos hallazgos podría tener un impacto significativo en la formación y el bienestar emocional de los futuros profesionales de enfermería.

## CONCLUSIONES

1. Existe relación favorable entre inteligencia emocional con el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023 **(Objetivo)**
2. Existe relación favorable entre atención a las emociones entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma.2023.  
**(Objetivo 1)**
3. Existe relación favorable entre la claridad emocional entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma. 2023.  
**(Objetivo 2)**
4. Existe relación favorable entre reparación emocional entre el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma 2023.  
**(Objetivo 3)**

## **RECOMENDACIONES**

1. A los estudiantes de enfermería se les sugiere estar en continua revisión de los últimos avances científicos y sobre el control de estrés percibido.
2. Se sugiere aplicar los conocimientos recibidos sobre la inteligencia emocional al momento de sentir presión en el estudio.
3. Realizar estudios de diseño comparativo con otros grupos de estudiantes para determinar la relación con las variables similares.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Organización Mundial de la Salud. ; 1948.
2. Organización Mundial de la Salud. Brote de enfermedad por coronavirus (COVID-19). ; 2020.
3. Alcántara O. La enseñanza del derecho en entornos virtuales a propósito de la pandemia. Estado de la cuestión en Perú. Lus Comitiãlis; 2020.
4. Lozano A. Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. Revista de Neuro-Psiquiatria; 2020.
5. American College Health Association. Estrés Académico y su relación con la ansiedad en estudiantes universitarios. ; 2006.
6. Mazo R, Londoño K, Gutierrez Y. Estrés académico en estudiantes universitarios. Informes Psicológicos; 2013.
7. Barraza A. Estrés académico y burnout estudiantil. Análisis de su relación en alumnos de licenciatura. , Psicogente; 2009.
8. Maia B, Días P. Ansiedad, depresión y estrés en estudiantes universitarios: el impacto del COVID-19. Estudios de Psicología; 2020.
9. Castillo I, Barrios A, Alvis L. Estrés académico en estudiantes de enfermería de Cartagena, Colombia. Investigación en Enfermería: Imagen y Desarrollo. ; 2017.
10. Conchado J, Álvarez R, Cordero G, Gutiérrez F, Terán F. Estrés académico y resultados docentes en estudiantes de medicina. Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río; 2019.
11. Pontificia Universidad Católica del Perú. El estrés, ese enemigo silencioso que afecta al 80% de peruanos. ; 2018.
12. Córdova D, Santa F. Factores asociados al estrés en estudiantes de odontología de una universidad peruana. Revista Estomatológica Herediana; 2018.
13. Radio programas del Perú. Hasta 30% de la población universitaria del Perú sufre de impactos en su salud mental por presión académica. RPP. ; 2018.
14. Baron R. Adaptacion y estandarizacion del Inventario de Inteligencia

Emocional de baron Ice Na- en jovenes y adultos muestra de Lima Metropolitana. Lima. ; 1997.

15. Perlacios. Factores asociados al estrés académico en estudiantes universitarios. ; 2006.
16. Segura Márquez L. Inteligencia emocional social, estrés y rendimiento académico en estudiantes de una universidad privada de Lima Metropolitana. Univeridad Femenino del Sagrada Corazón; 2021.
17. Huanque Parra D. Inteligencia emocional y su incidencia en el estrés Académico en tiempo de pandemia en estudiantes de pres grado de la escuela profesional de educación de universidad privada de Arequioa 2021. Universidad Católica de Santa María; 2023.
18. Gonzáles Chung JN, Terrones Carrero MI. Inteligenica emocional y estrés académico en estudiantes de una Universidad Provada, Lambayeque 2023. Universidad de San Martin de Porres; 2023.
19. Ortega-Ceballos PA, Terrazas-Meraz MA, Zuñiga Hernández OY, Macías Carrillo C. Estrés percibido en estudiantes universitarios durante la pandemia por COVID-19. Revista ConCiencia. 2022 Julio - Diciembre 27; 7(2).
20. Tacca Huaman DR, Tacca Huaman AL. Factores de riesgos psicosociales y estrés percibido en docentes universitarios. Scielo, ISSN 2307-7999. 2019 setiembre - diciembre ; 7(3).
21. Vallejo-Martín M, Aja Valle J, Plaza Angulo JJ. Estrés percibido en estudiantes universitarios: influencia del burnout y del engagement académico. International Journal of Educational Research and Innovation. 2018 Enero 22; I(9): p. 220-236.
22. Martínez Lizano CA, Valdivieso Rodríguez LdlM. Estrés percibido e inteligencia emocional en adolescentes de un colegio nacional en la ciudad de Cajamarca, 2020. Tesis de grado. Cajamarca: Universidad Privada del Norte, Carrera de Psicología; 2022 diciembre. Report No.: oai:repositorio.upn.edu.pe:11537/30845.
23. Toro Figueroa A. Inteligencia emocional, estrategias de aprendizaje y estrés académico en estudiantes universitarios. Universidad Católica de Santa María; 2022.
24. Borja Lozada V, Rodríguez Delelis Y. Inteligencia emocinao y estrés de

- estudiantes universitarios durante la pandemia Covid 19. Universidad Católica de Santa María; 2022.
25. Palomino Sánchez BS. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de una universidad de Lima, 2021. Tesis de grado. Lima: Universidad César Vallejo, Maestría en Psicología Educativa; 2021. Report No.: Lima Norte [1821].
  26. Torres Ahumada IV. Influencia de la inteligencia emocional sobre el estrés académico en estudiantes de universidad privados de Lima en tiempos de pandemia. Universidad San Ignacio de Loyola; 2021.
  27. Ancajima Carranza dP. Propuesta de intervención basada en la inteligencia emocional para afrontar el estrés académico en estudiantes de la Universidad de Trujillo 2020. Universidad César Vallejos; 2021.
  28. Arango Flores MR. Inteligencia emocional y manejo de estrés en adolescentes de una Institución educativa en el contexto del covid-19, Pisco-2020. Tesis de grado. Pisco: Universidad Privada Telesup, Facultad de Salud y Nutrición / Escuela Profesional de Psicología; 2020.
  29. Estrella Zarate A, Boza Morales R, Carbajal Mucha KE. Inteligencia emocional y habilidades sociales en adolescentes de una institución educativa, Huancayo, 2022. [Online].; 2023. Available from: HYPERLINK "<https://hdl.handle.net/20.500.12394/13071>"  
<https://hdl.handle.net/20.500.12394/13071> .
  30. Patiño Ponce Y, Berrios de la Cruz AT, Mango Ayala MR. Inteligencia emocional y estrés académico en adolescentes de tercero de secundaria de una institución educativa policial de Huancayo, 2022. [Online].; 2022. Available from: HYPERLINK "<https://hdl.handle.net/20.500.12394/12251>"  
<https://hdl.handle.net/20.500.12394/12251> .
  31. Chumbe Chávez E. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de secundaria de una institución educativa particular de Jauja, Junín 2022. [Online].; 2022. Available from: HYPERLINK "<http://purl.org/pe-repo/ocde/ford>" \l "5.01.02" <http://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.01.02> .
  32. Riveros Pérez MM. Inteligencia emocional y estrés académico en estudiantes de obstetricia de una Universidad Privada de Huancayo - 2021. Tesis de licenciatura. Huancayo: Universidad Peruana Los Andes, Facultad de Ciencias de la Salud; 2021. Report No.:

oai:repositorio.upla.edu.pe:20.500.12848/3682.

33. Fernández Berrocal P, Extremera Pacheco N, Palomera Martín R, Ruíz Aranda D, Salguero Juan y Seva JM, Cabello Gonzáles R. Inteligencia Emocional: 20 años de investigación y desarrollo: II Congreso Internacional de Inteligencia Emocional. ; 2011.
34. Cofré D. Adaptación y validación del cuestionario de inteligencia emocional Trait Meta-Mood Scale 48 (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman, Turvey y Palfai (1995), en estudiantes de pregrado de la Facultad de Educación y Humanidades y de la Facultad de Ciencias de. ; 2013.
35. Fernández Berrocal P, Extremera Pacheco N. La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey. Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado.; 2005.
36. Gable Shemueli R. Inteligencia emocional: perspectivas y aplicaciones ocupacionales. ; 2005.
37. Cabral SC. Desarrollo de la relación entre inteligencia emocional y los problemas de convivencia: estudio clínico y experimental. ; 2012.
38. López CO, Parra DF. Propuesta de un modelo de entrenamiento de Inteligencia Emocional para el equipo directivo y comercial de Media Commerce Perú. ; 2022.
39. Soledispa Aguilar JA. Inteligencia emocional y el desarrollo socioafectivo en los estudiantes de la Escuela de Educación Básica 18 de Octubre. ; 2019.
40. Vega Parra MT, Gonzales Rojas JP, Salamanca Morales CM, Reyes Salazar DC. Letras, color y comunicación una educación emocional como fuente transformadora de las prácticas educativas. ; 2021.
41. Inteligencia emocional en el trabajo: cómo seleccionar y mejorar la inteligencia emocional en individuos, grupos y organizaciones. Editorial Kairós.; 2023.
42. Quijije EM, Tomalá YG, Cedeño LM, Gutiérrez GV. Estrés laboral en el personal de salud en tiempos de COVID-19. Recimundo; 2021.
43. Quinatoa Chasi F. Eficacia de la gimnasia cerebral en pacientes psiquiátricos jóvenes en edades comprendidas entre 18 a 40 años diagnosticados con trastornos de ansiedad por estrés post traumático. [Online].; 2022. Available from: [HYPERLINK](#)

"<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/29655>"

<http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/29655> .

44. Sánchez J. Estrés laboral. Revista Hidrogénesis,; 2010.
45. Macías Pichardo H. Estudio de los niveles de estrés del contingente español desplegado en Irak en misión de mantenimiento de la paz. ; 2007.
46. Álvarez YT. Estrés psicológico en las cuidadoras familiares de ancianos con demencia vascular. Revista Chilena de Neuropsicología; 2017.
47. Sánchez González ES. Medición y análisis descriptivo de los niveles de estrés laboral en operadores de centrales hidroeléctricas. ; 2016.
48. Hernández R, Fernández C, Baptista P. Metodología de la investigación (5ª ed.) México: McGraw-Hill; 2010.
49. Tamayo , Tamayo M. El Proceso de la Investigacion Cientifica. Mexico: Limusa; 2003.

## **ANEXOS**

## Anexo N° 01

# INSTRUMENTOS DE RECOLECCION DE DATOS

## INSTRUMENTO DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL (TMMS-24) de Salovey y Mayer

### Introducción:

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre sus emociones y sentimientos. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

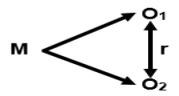
Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ni de acuerdo, ni en desacuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5

		1	2	3	4	5
1	Presto mucha atención a los sentimientos.					
2	Constantemente me preocupo mucho por lo que siento.					
3	Constantemente 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 a 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.					
9	Tengo claros mis sentimientos.					
10	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.					
11	Casi siempre sé cómo me siento.					
12	Constantemente 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.					
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 esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.					
23	Tengo mucha energía cuando me siento feliz.					
24	Cuando estoy enfadado intento que se me pase.					

## Anexo N° 02

### MATRIZ DE CONSISTENCIA

#### LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTRÉS PERCIBIDO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA DE LA UNDAC FILIAL TARMA. 2023

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS GENERAL	VARIABLES	DIMENSIONES	METODOLOGÍA
¿Cómo se relaciona la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023?	Establecer la relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023	H1: Existe buena relación entre la inteligencia emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023	Variable 1 Inteligencia emocional	<ul style="list-style-type: none"> <li>Atención a los sentimientos</li> <li>Claridad emocional</li> <li>Reparación de las emociones</li> </ul>	<p>Enfoque: Cuantitativo.            Nivel: Descriptiva Correlacional.            Método: Inductivo – Deductivo.            Diseño: Descriptivo Correlacional</p> <p>El esquema:</p> 
<b>PROBLEMAS ESPECÍFICOS</b>	<b>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</b>	<b>HIPÓTESIS ESPECIFICAS</b>	Variable 2 Estrés percibido	<ul style="list-style-type: none"> <li>Dimensión positiva o esustrés</li> <li>Dimensión negativa o diestrés</li> </ul>	
¿Cuál es la relación entre la atención a los sentimientos y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023?	Determinar la relación que existe entre la atención a los sentimientos y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023.	Existe buena relación entre la atención a los sentimientos y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023.			
¿Cuál es la relación entre la claridad emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023?	Relacionar la relación que existe entre la claridad emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023.	Existe buena relación entre la claridad emocional y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023.			
¿Cuál es la relación entre la reparación de las emociones y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023?	Establecer la relación que existe entre la reparación de las emociones y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023	Existe buena relación entre la reparación de las emociones y el estrés percibido en estudiantes de enfermería de la UNDAC Filial Tarma, 2023			

Dónde:  
 M = Muestra.  
 O1= Observación de la V1, Inteligencia Emocional  
 O2 = Observación de la V2, Estrés percibido  
 r = Relación entre la Variable 1 y la Variable 2  
 Población: 200 estudiantes  
 Muestra: 145 estudiantes  
 Técnicas e instrumentos:  
 La encuesta y los instrumentos son el cuestionario:  
 V1: Instrumento de inteligencia emocional.  
 V2: Escala de percepción global de estrés

## Anexo N° 03

### INSTRUMENTO Escala de percepción global de estrés (EPGE) de Cohen

#### Kamarck y Mermelstein

A continuación, encontrará algunas afirmaciones sobre el estrés percibido. Lea atentamente cada frase y luego indique por favor el grado de acuerdo o desacuerdo con respecto a las mismas. Señale con un círculo la respuesta que más se aproxime a sus preferencias. No hay respuestas correctas o incorrectas, ni buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada respuesta.

Nunca	Casi Nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
0	1	2	3	4

	0	1	2	3	4
1. En el último mes, ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?					
2. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?					
3. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?					
4. En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?					
5. En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?					
6. En el último mes, ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?					
7. En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?					
8. En el último mes, ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?					
9. En el último mes, ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?					
10. En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?					
11. En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?					
12. En el último mes, ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?					
13. En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?					

## Anexo N° 04

### Operacionalización de las variables

Variable	Dimensión	Ítems	Categoría y nivel	Técnica e instrumento
Inteligencia emocional	Atención emocional	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Bajo	Trait Meta Mood Scale TMMS-24
	Claridad emocional	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16	Promedio	
	Reparación emocional	17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24	Alto	
Estrés	Dimensión positiva o esustrés	4, 5, 6, 7, 8, 10, 13	Bajo	Escala de Percepción Global de Estrés (EPGE) de Cohen, Kamarck y Mermelstein
	Dimensión negativa o diestrés	1, 2, 3, 9, 11, 12	Promedio Alto	

## Anexo N° 05

### VALIDEZ DE LOS INSTRUMENTOS



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



#### VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### "Escala de inteligencia emocional (TMMS-24)"

Nombre del experto: Yuly Selmira HILARIO PIZARRO  
Grado académico: Maestría  
Especialidad: Enfermería  
Lugar de trabajo: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión

*"Calificar con 1, 2, 3 o 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"*

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
Atención emocional	Presto mucha atención a los sentimientos.	3	4	4	4
	Adecuadamente me preocupo mucho por lo que siento.	4	4	4	4
	Adecuadamente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	4	3	4	3
	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	4	3	4	3
	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	4	4	4	4
	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	4	4	4	4
	A menudo pienso en mis sentimientos.	4	4	4	4
Claridad emocional	Presto mucha atención a cómo me siento.	3	3	4	4
	Tengo claros mis sentimientos.	4	4	4	3
	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	3	4	4	4
	Casi siempre sé cómo me siento.	4	4	4	4
	Adecuadamente conozco mis sentimientos sobre las personas.	4	4	3	3
	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	4	4	4	4
	Siempre puedo decir cómo me siento.	4	4	4	4
	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	4	4	4	4
Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	4	4	4	4	



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Reparación emocional	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	4	4	4	4
	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	3	3	3	4
	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	4	4	4	4
	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	3	4	4	3
	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	4	4	4	4
	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	4	4	4	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( x )  
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? \_\_\_\_\_

**DECISIÓN DEL EXPERTO:**

El instrumento debe ser aplicado: SI ( x ) NO ( )

Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión  
Facultad de Ciencias de la Salud  
Escuela Profesional de Enfermería  
  
Mg. Rolf Ricardo Pizarro  
DOCENTE

Firma y sello del experto



### VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### "Escala de percepción global de estrés (EPGE)"

Nombre del experto: Yuly Selmira HILARIO PIZARRO  
Grado académico: Maestría  
Especialidad: Enfermería  
Lugar de trabajo: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión

*"Calificar con 1, 2, 3 o 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"*

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
Eustrés	En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	3	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	3	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	3	3	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	4
Dístrés	En el último mes, ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	4	4



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	3
En el último mes, ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida	4	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	3	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	4	4	3

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( x )

En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? \_\_\_\_\_

**DECISIÓN DEL EXPERTO:**

El instrumento debe ser aplicado: SI ( x ) NO ( )

Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión  
Facultad de Ciencias de la Salud  
Escuela Profesional de Enfermería  
  
Dr. Roberto Pizarro Socarré

Firma y sello del experto



### VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### "Escala de inteligencia emocional (TMMS-24)"

Nombre del experto: Jhon Misael Julcarima Raqui  
Grado académico: Maestría  
Especialidad: Psicólogo – Especialidad metodología de la investigación  
Lugar de trabajo: Universidad Católica Sedes Sapientiae y la UGEL Tarma

*"Calificar con 1, 2, 3 o 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"*

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
Atención emocional	Presto mucha atención a los sentimientos.	4	4	4	4
	Adecuadamente me preocupo mucho por lo que siento.	4	4	4	4
	Adecuadamente 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	3	4
	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	4	4	4	4
	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	4	4	3	4
	A menudo pienso en mis sentimientos.	4	4	4	4
	Presto mucha atención a cómo me siento.	3	4	4	4
Claridad emocional	Tengo claros mis sentimientos.	4	4	4	4
	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	4	4	4	4
	Casi siempre sé cómo me siento.	4	3	4	4
	Adecuadamente conozco mis sentimientos sobre las personas.	3	4	4	4
	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	4	4	4	4
	Siempre puedo decir cómo me siento.	4	4	4	4
	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	3	4	4	4
	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	4	4	4	4



Jhon Misael Julcarima Raqui  
PSICÓLOGO  
C.P.S. N° 40909



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Reparación emocional	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	4	4	4	4
	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	4	4	4	3
	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	4	4	3	4
	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	4	4	4	4
	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	4	4	4	4
	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	4	3	4	3

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( X )  
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? \_\_\_\_\_

**DECISIÓN DEL EXPERTO:**

El instrumento debe ser aplicado: SI ( X ) NO ( )

  
 Jhon Misoel Julcarima Raquí  
PSICÓLOGO  
C.P.S.P. N° 40909

**Firma y sello del experto**



**VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO**  
**"Escala de percepción global de estrés (EPGE)"**

Nombre del experto: Jhon Misael Julcarima Raqui  
Grado académico: Maestría  
Especialidad: Psicólogo – Especialidad metodología de la investigación  
Lugar de trabajo: Universidad Católica Sedes Sapientiae y la UGEL Tarma

*"Calificar con 1, 2, 3 o 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"*

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
Eustrés	En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	3	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	3	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	4
Distrés	En el último mes, ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	3	4	4



Jhon Misael Julcarima Raqui  
PSICÓLOGO  
C.P.S. N° 40909



**UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA**



En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	3	4
En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	4	4	4	3
En el último mes, ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	3	4	4	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( X )

En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? \_\_\_\_\_

**DECISIÓN DEL EXPERTO:**

El instrumento debe ser aplicado: SI ( X ) NO ( )

  
 Jhon Misael Julcartma Raquí  
PSICÓLOGO  
C.P.S. N° 40909

**Firma y sello del experto**



### VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### "Escala de inteligencia emocional (TMMS-24)"

Nombre del experto: May Lavado Yarango  
Grado académico: Maestría  
Especialidad: Psicólogo  
Lugar de trabajo: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión

*"Calificar con 1, 2, 3 o 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"*

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
<b>Atención emocional</b>	Presto mucha atención a los sentimientos.	3	4	4	4
	Adecuadamente me preocupo mucho por lo que siento.	4	4	4	4
	Adecuadamente dedico tiempo a pensar en mis emociones.	3	3	4	4
	Pienso que merece la pena prestar atención a mis emociones y estado de ánimo.	4	4	3	4
	Dejo que mis sentimientos afecten a mis pensamientos.	3	4	4	4
	Pienso en mi estado de ánimo constantemente.	4	4	3	4
	A menudo pienso en mis sentimientos.	4	4	4	4
	Presto mucha atención a cómo me siento.	3	4	4	4
<b>Claridad emocional</b>	Tengo claros mis sentimientos.	4	4	3	4
	Frecuentemente puedo definir mis sentimientos.	4	4	4	4
	Casi siempre sé cómo me siento.	4	3	4	4
	Adecuadamente conozco mis sentimientos sobre las personas.	3	4	4	4
	A menudo me doy cuenta de mis sentimientos en diferentes situaciones.	4	4	4	4
	Siempre puedo decir cómo me siento.	4	3	4	4
	A veces puedo decir cuáles son mis emociones.	3	4	4	4
	Puedo llegar a comprender mis sentimientos.	4	4	4	4



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



Reparación emocional	Aunque a veces me siento triste, suelo tener una visión optimista.	4	3	4	4
	Aunque me sienta mal, procuro pensar en cosas agradables.	4	4	4	3
	Cuando estoy triste, pienso en todos los placeres de la vida.	4	4	3	4
	Intento tener pensamientos positivos, aunque me sienta mal.	3	4	4	4
	Si doy demasiadas vueltas a las cosas, complicándolas, trato de calmarme.	4	4	3	4
	Me esfuerzo por tener un buen estado de ánimo.	4	4	3	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( X )  
En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? \_\_\_\_\_

**DECISIÓN DEL EXPERTO:**

El instrumento debe ser aplicado: SI ( X ) NO ( )

  
MAY SMITH LAVADO YARANGA  
C.Ps.P. 40535

Firma y sello del experto



### VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

#### "Escala de percepción global de estrés (EPGE)"

Nombre del experto: May Lavado Yarango  
Grado académico: Maestría  
Especialidad: Psicólogo  
Lugar de trabajo: Universidad Nacional Daniel Alcides Carrión

*"Calificar con 1, 2, 3 o 4 cada ítem respecto a los criterios de relevancia, coherencia, suficiencia y claridad"*

DIMENSIÓN	ÍTEM	RELEVANCIA	COHERENCIA	SUFICIENCIA	CLARIDAD
Eustrés	En el último mes, ¿Cuán seguido te sentiste seguro de tus habilidades para manejar tus problemas personales?	3	4	4	3
	En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	4	4	3
	En el último mes, ¿Cuán seguido confiaste en tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que las cosas te estaban resultando como tú querías?	3	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido te diste cuenta que no podías hacer todas las cosas que debías hacer?	4	4	4	3
	En el último mes, ¿Cuán seguido has sentido que tienes el control de todo?	4	4	4	4
	En el último mes, ¿Cuán seguido sentiste que los problemas se te habían acumulado?	4	4	4	3
Distrés	En el último mes, ¿Cuán seguido has estado molesto por que algo pasó de forma inesperada?	4	4	3	4



UNIVERSIDAD NACIONAL DANIEL ALCIDES CARRIÓN  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD  
ESCUELA PROFESIONAL DE ENFERMERÍA



En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido incapaz de controlar hechos importantes en tu vida?	4	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido continuamente tenso?	4	4	3	4
En el último mes, ¿Cuán seguido has podido controlar las dificultades de tu vida	4	3	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido te has sentido molesto por situaciones que estaban fuera de tu control?	3	4	4	4
En el último mes, ¿Cuán seguido pudiste controlar la manera en que utilizaste el tiempo?	4	3	3	4

¿Hay alguna dimensión o ítem que no fue evaluada? SI ( ) NO ( X )

En caso de Sí, ¿Qué dimensión o ítem falta? \_\_\_\_\_

**DECISIÓN DEL EXPERTO:**

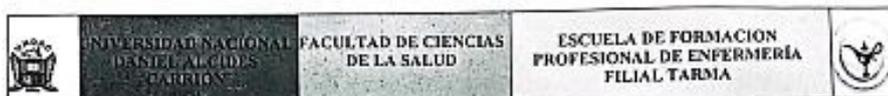
El instrumento debe ser aplicado: SI ( X ) NO ( )

  
MAY SMITEN LAVADO YARANGA  
C.Ps.P. 40535

**Firma y sello del experto**

## Anexo N° 06

### AUTORIZACIÓN DE APLICACIÓN DE INSTRUMENTOS



*"Año de la Unidad, la Paz y el Desarrollo"*

#### PROVEIDO N° 0014-2023-SDEPE-FT/UNDAC

**VISTO:** La solicitud de los estudiantes MAYTA TRAVEZAÑO, Anghela Nancy y REYES MALLMA, Yuly Natalin egresados de la Escuela de Formación Profesional de Enfermería, quienes solicitan permiso para ejecución de Proyecto de Investigación titulado "INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL ESTRÉS PERCIBIDO EN ESTUDIANTES DE ENFERMERIA DE LA UNDAC FILIAL TARMA 2023". **SE AUTORIZA** con los estudiantes de la Escuela de Formación Profesional de Enfermería Filial Tarma.

Tarma, 05 de julio del 2023.



Universidad Nacional Daniel Alcides Carrion  
Facultad de Ciencias de la Salud  
Escuela de Formación Profesional de Enfermería Tarma  
Dr. Jheysy Luis RIVERÓN DIEGO  
SUB DIRECTOR

C.E.  
JBD/ycal  
Archivo





