



UNIVERSIDAD PERUANA
CAYETANO HEREDIA

INTELIGENCIA EMOCIONAL, UN FACTOR
RELACIONADO CON LOS TRASTORNOS
DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES
UNIVERSITARIOS: REVISIÓN DE
LITERATURA

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PARA
OPTAR EL GRADO DE MAESTRA EN
PSICOLOGÍA CLÍNICA

NERY GOMEZ NOBLEGA

LIMA – PERÚ

2025

ASESORA

Dra. Jennifer Fiorella Yucra Camposano

JURADO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

DR. GIANCARLO OJEDA MERCADO
PRESIDENTE

MG. RITA SELENE ORIHUELA ANAYA
VOCAL

MG. GUISSOLA VANESSA MENDOZA CHAVEZ
SECRETARIA

DEDICATORIA

A mis padres que descansan en paz, me dieron mucho amor
y me enseñaron a perseverar por mis ideales.

A mi esposo por su amor y tolerancia.

A Pamela y Milena mis hijas
queridas que me dan muchas alegrías.

AGRADECIMIENTOS

A mis hermanos y amigas por su apoyo

FUENTES DE FINANCIAMIENTO

Tesis Autofinanciada

DECLARACIÓN DE AUTOR			
FECHA	05	04	2025
APELLIDOS Y NOMBRES DEL EGRESADO	NERY GOMEZ NOBLEGA		
PROGRAMA DE POSGRADO	MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA		
AÑO DE INICIO DE LOS ESTUDIOS	2007		
TÍTULO DEL TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DE GRADO	“INTELIGENCIA EMOCIONAL, UN FACTOR RELACIONADO CON LOS TRASTORNOS DE ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: REVISIÓN DE LITERATURA”		
MODALIDAD DE TRABAJO DE GRADO	TRABAJO DE INVESTIGACIÓN		
Declaración del Autor			
El presente trabajo de grado es original y no es el resultado de un estudio en colaboración con otros, excepto cuando así está citado explícitamente en el texto. No ha sido ni enviado ni sometido a evaluación para la obtención de otro grado o diploma que no sea el presente.			
Teléfono de contacto (fijo / móvil)	998585899		
E-mail	nery.gomez@upch.pe		



DNI 23906065

Índice

Resumen	
Abstract	
CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN	1
1. Identificación del problema	1
1.1. Objetivos de la investigación.....	5
CAPÍTULO II: DESARROLLO DEL ESTUDIO	6
2. Métodos	6
2.1. Criterios de elegibilidad.....	6
2.2. Fuentes de información	6
2.3. Búsqueda	7
2.4. Selección de estudios.....	7
2.5. Lista de datos	8
2.6. Síntesis de resultados.....	13
3. Resultados.....	16
4. Discusión	36
CAPÍTULO III: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	44
5. Conclusiones.....	44
6. Recomendaciones	47
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	49
ANEXOS	61
1. Constancia de aprobación.....	61

Resumen

La ansiedad es uno de los principales problemas de salud mental en la población universitaria. Este trastorno genera un estado de alerta excesiva que dificulta la atención y la retención de información. Los pensamientos intrusivos y las preocupaciones constantes interfieren en la capacidad de los estudiantes para concentrarse en las tareas académicas. Asimismo, la sobrevaloración de los riesgos, el miedo al fracaso y las dudas persistentes repercuten negativamente en la toma de decisiones. El objetivo de esta revisión fue sistematizar la evidencia disponible en la literatura científica, sobre la relación de la inteligencia emocional con los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios. Se realizó una búsqueda de artículos publicados entre 2019 – 2024 en español e inglés, utilizando las bases de datos Scopus y Google Scholar. Para la selección de los estudios, se aplicó el método PRISMA, identificando 23 artículos que cumplían los criterios de elegibilidad. Los resultados evidencian relación significativa entre la IE y el trastorno de ansiedad, la cual varía según las dimensiones de la IE: la atención emocional presenta relación directa con la ansiedad, mientras que claridad y reparación emocional muestran relación inversa. El género influye en los niveles de IE y ansiedad: las mujeres tienden a mostrar, mayor atención emocional, lo que incrementa sus niveles de ansiedad, mientras que los varones presentan mayor claridad y reparación emocional, lo que contribuye a reducir la ansiedad. El enfoque teórico de mayor aplicación es el modelo que conceptualiza la IE como habilidad o capacidad. Las principales limitaciones fueron la inclusión de dos bases de datos que restringió la diversidad de fuentes, así como de artículos en sólo dos idiomas, limitando el acceso a estudios en otros idiomas.

Palabras clave:

Inteligencia emocional, trastorno ansiedad, estudiante universitario, ansiedad.

Abstract

Anxiety is one of the most prevalent disorders among university students, significantly affecting their academic performance, social adaptation and psychological well-being. Faced with this scenario, emotional intelligence (EI) has emerged as a key construct to understand and address emotional challenges in this population. Several studies have shown a relationship between high levels of EI and lower anxious symptomatology, which raises the need to systematically review and organize the available finding The objective of this review is to was to systematize the evidence available in the scientific literature on the relationship between emotional intelligence and anxiety disorders in university students. A search was conducted for articles published between 2019 and 2024 in Spanish and English, using the Scopus and Google Scholar databases. To select the studies, the PRISMA method was applied, identifying 23 articles that met the eligibility criteria. The results show a significant relationship between EI and anxiety disorders, which varies according to the age of the student. The dimensions of EI: emotional attention is directly related to anxiety, while emotional clarity and repair show an inverse relationship. Gender influences EI and anxiety levels: Women tend to show greater emotional attention, which increases their anxiety levels, while men show greater clarity and emotional repair, which contributes to reducing anxiety. The most widely applied theoretical approach is the model that conceptualizes EI as a skill or ability. The main limitations were The inclusion of two databases restricted the diversity of sources, as well as articles in only two languages, limiting access to studies in other languages.

Keywords:

Emotional intelligence, anxiety disorder, university student, anxiety.

CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

1. Identificación del problema

Ser estudiante universitario es un desafío para los adolescentes, esta etapa de cambio de un método escolar a un sistema universitario genera también cambios de gran importancia en su vida personal, social y académica (Rodrich, 2023); el sistema universitario demanda más autonomía, mayor capacidad de toma de decisiones, mejor distribución del tiempo y adaptación a una nueva cultura organizacional, factores que impactan su modo de vida que pueden generar niveles de ansiedad (Panamá et al., 2023).

De acuerdo con la psicología del desarrollo, la etapa universitaria se alinea con el periodo vital de la adultez emergente o adultez temprana que es la etapa entre los 18 y 30 años, en este periodo las personas se enfocan en el desarrollo de competencias personales, laborales y sociales (Hernández & Cuanalo, 2023), también este periodo tiene sus propios retos y los jóvenes enfrentan problemas a nivel de su sexualidad, relaciones sociales, consumo de sustancias y dificultades en su salud mental, entre los que destacan la depresión, la ansiedad y el estrés (Papalia et al., 2012). Es así como el estudiante universitario experimenta demandas de su propia etapa de desarrollo, de las exigencias académicas y la presión por las expectativas sobre su futura profesión, todo ello incrementa los niveles de ansiedad.

La ansiedad es uno de los principales problemas de salud mental en la población universitaria. Este trastorno genera un estado de alerta excesiva que dificulta la atención y la retención de información. Los pensamientos intrusivos y las preocupaciones constantes interfieren en la capacidad de los estudiantes para concentrarse en las tareas académicas. Asimismo, la sobrevaloración de los riesgos,

el miedo al fracaso y las dudas persistentes repercuten negativamente en la toma de decisiones. Todo esto tiene efectos significativos en el rendimiento académico y el bienestar psicológico (Ávila Toscano et al., 2021; Barraza et al., 2023; Bojórquez & Moroyoqui, 2020), en su estudio, hallaron que todos los participantes tenían ansiedad media y alta, otros autores demuestran una prevalencia de 64.3% (Abdel & Hassan, 2017) hasta un 88,4% (Asif et al., 2020) de ansiedad en los estudiantes universitarios, encontrándose mayor prevalencia en las mujeres que en varones (López et al., 2023).

En el año 2019, 301 millones de personas a nivel mundial fueron diagnosticados con trastorno de ansiedad, situándolo como el más frecuente entre todos los trastornos mentales (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023). En el año 2020 se estimó un aumento del 26% debido a la pandemia del COVID-19, con mayor prevalencia en las mujeres que los varones (OMS, 2022) y en el 2023 se calculó que el 4% de la población mundial sufría de trastornos de ansiedad (OMS, 2023). Algunos investigadores afirman que los trastornos de ansiedad constituyen la quinta causa de discapacidad (Ayala et al., 2021). La ansiedad puede aumentar la probabilidad de depresión, consumo de drogas, así como el riesgo de conductas suicidas.

En este contexto, se presenta el concepto de ansiedad como una respuesta fisiológica a un estímulo real o no, que se percibe como amenaza, generando inquietud, irritabilidad, hipervigilancia y preocupación (Chacón et al., 2021), cuando estas sensaciones son de mayor intensidad, recurrentes y prolongadas así no exista peligro real se considera trastorno de ansiedad (OMS, 2023), este estímulo o circunstancia es considerada incontrolable e impredecible e incluso amenazante a

sus intereses vitales (Beck et al., 2012). Este trastorno presenta signos y síntomas a nivel cognitivo, afectivo, fisiológico y motor afectando la vida familiar, social y laboral de la persona.

La ansiedad se puede prevenir a través de programas que fomenten un aprendizaje social y emocional para crear mecanismos de afrontamiento positivos (OMS, 2023). Además, diversas evidencias científicas respaldan estrategias efectivas para su manejo, entre las que destacan el manejo de la inteligencia emocional, la terapia cognitivo-conductual y meditación (Carpenter et al., 2018; Fernández & Cabello, 2021).

La inteligencia emocional (IE) es la capacidad de distinguir, apreciar y valorar las emociones de manera precisa, así como, la habilidad para acceder y/o crear emociones que faciliten el pensamiento, también es la habilidad para entender las emociones y regularlas, fomentando el desarrollo emocional e intelectual (Fernández & Ramos, 2019; Fernández & Cabello, 2021). Existen dos modelos teóricos sobre la IE. El primero, IE como rasgo sustentado por Bar-On (1997) y Goleman (1995) basado en modelos de personalidad y ajuste no cognitivo, enfatiza su impacto en el éxito social, laboral y educativo. El segundo, IE como habilidad desarrollada por Salovey et al. (1995), basados en modelos de inteligencia y desempeño, que se centra en la capacidad del procesamiento y regulación de la información emocional (Ferrándiz et al., 2006).

Existe literatura científica sobre IE que señala su importancia en la salud mental y laboral. Goleman (1995) indica que para lograr éxito no solo se requiere tener conocimientos teóricos y prácticos, sino también, tener la capacidad de manejar las emociones para afrontar los desafíos académicos y laborales. Fernández

y Ramos (2019) sostienen que la IE contribuye considerablemente a la salud física y mental al mejorar la autogestión emocional, las relaciones interpersonales y la capacidad de afrontar la vida con mayor equilibrio.

Diferentes investigaciones destacan la inteligencia emocional como un factor protector en la prevención y abordaje de problemas de salud mental, ya que facilita el uso de estrategias de afrontamiento adaptativas, regula las emociones y permite enfrentar los desafíos de manera efectiva (Aguilar et al., 2024; López et al., 2023; Ordoñez, 2020). También se ha demostrado el impacto de la IE en el bienestar afectivo y el desempeño académico de los estudiantes universitarios, a través de la gestión de emociones que contribuye a tener una actitud positiva y flexible, permitiendo afrontar los exámenes y las responsabilidades académicas con mayor tranquilidad y concentración (Doyle et al., 2021), es así que, un alto nivel de IE mejora la habilidad para gestionar el estrés y manejar las emociones negativas asociadas con la ansiedad y depresión en estudiantes universitarios (Ayala et al., 2021).

Si bien existen estudios empíricos que relacionan la inteligencia emocional con la ansiedad en estudiantes universitarios, no se halló una revisión crítica que sintetice estos hallazgos. La ausencia de esta integración de evidencias limita la posibilidad de diseñar estrategias efectivas para la prevención y manejo de la ansiedad en el ámbito universitario. Debido a este vacío en la literatura científica sobre la unificación de información en este tema, esta investigación pretende aportar al conocimiento existente y reducir dicha brecha, para establecer una base científica que sirva de referencia en el desarrollo de futuras intervenciones en la salud estudiantil, promoviendo estrategias más eficaces y fundamentadas.

En función de lo expuesto, se plantea la siguiente pregunta de investigación:
¿Qué evidencia existe en la literatura sobre la relación de la inteligencia emocional con los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios?

1.1. Objetivos de la investigación

Objetivo general

Sistematizar la evidencia disponible en la literatura científica sobre la relación de la inteligencia emocional con los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios.

Objetivos específicos

- Identificar los enfoques teóricos empleados en los estudios que analizan la relación entre inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios.
- Identificar los instrumentos utilizados para medir la inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios, así como los enfoques teóricos que los sustentan.
- Comparar los hallazgos sobre la inteligencia emocional ansiedad en estudiantes universitarios de ciencias de la salud y otras carreras universitarias.
- Analizar los resultados reportados en estudios realizados en contextos latinoamericanos sobre la relación entre inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios.
- Examinar las diferencias de género en la relación entre la inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad documentados en la literatura científica.

CAPÍTULO II: DESARROLLO DEL ESTUDIO

2. Métodos

La presente investigación es de tipo teórico, una revisión narrativa integradora, también denominada revisión crítica de literatura con elementos sistemáticos. Aporta un análisis argumentativo bien fundamentado, aunque con una estructura metodológica que, si bien rigurosa en ciertos aspectos, no satisface plenamente los estándares de una revisión sistemática (Manterola et al., 2023).

Su propósito es identificar, analizar y resumir de forma crítica el conocimiento disponible sobre un fenómeno, en este caso, la relación entre inteligencia emocional y trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios. Además, cumple con la finalidad de aportar a la comprensión de un campo temático desde la integración conceptual y la comparación de resultados empíricos, incluso identificando vacíos y proponiendo recomendaciones para futuras investigaciones.

2.1. *Criterios de elegibilidad*

En la presente investigación se aplicaron los siguientes criterios de elegibilidad: a) Población, estudiantes universitarios de pregrado y posgrado, b) artículos científicos sobre la relación entre las variables inteligencia emocional y trastornos de ansiedad, c) investigaciones no experimentales de tipo descriptivo correlacional, d) literatura científica divulgada en los últimos cinco años (2019 – 2024), e) artículos científicos publicados en español e inglés, f) investigaciones que aplicaron instrumentos estandarizados.

2.2. *Fuentes de información*

Para recopilar los artículos científicos, se llevó a cabo una búsqueda en la base de datos Scopus y Google Scholar. Se seleccionaron únicamente aquellos

artículos publicados en revistas científicas indexadas en base de datos internacionales durante los últimos cinco años.

2.3. Búsqueda

Para la búsqueda de artículos, se utilizaron los términos clave: “inteligencia emocional”, “trastornos de ansiedad” y “estudiantes universitarios”. También, se realizó la búsqueda en inglés con los términos “emotional intelligence”, “anxiety disorders” y “university students”. Asimismo, se combinaron estas palabras clave utilizando los operadores booleanos AND y OR, utilizando las siguientes ecuaciones de búsqueda “emotional intelligence” AND “anxiety disorders” AND “university students”, así como “emotional intelligence” AND (anxiety disorders” OR “anxiety”) AND “university students”, esto permitió identificar artículos relevantes y vinculados a las dos variables en la población estudiada. Además, se incluyó el término relacionado “ansiedad” para ampliar la búsqueda. La exploración se limitó a literatura publicada en español e inglés de los últimos cinco años, de 2019 a 2024.

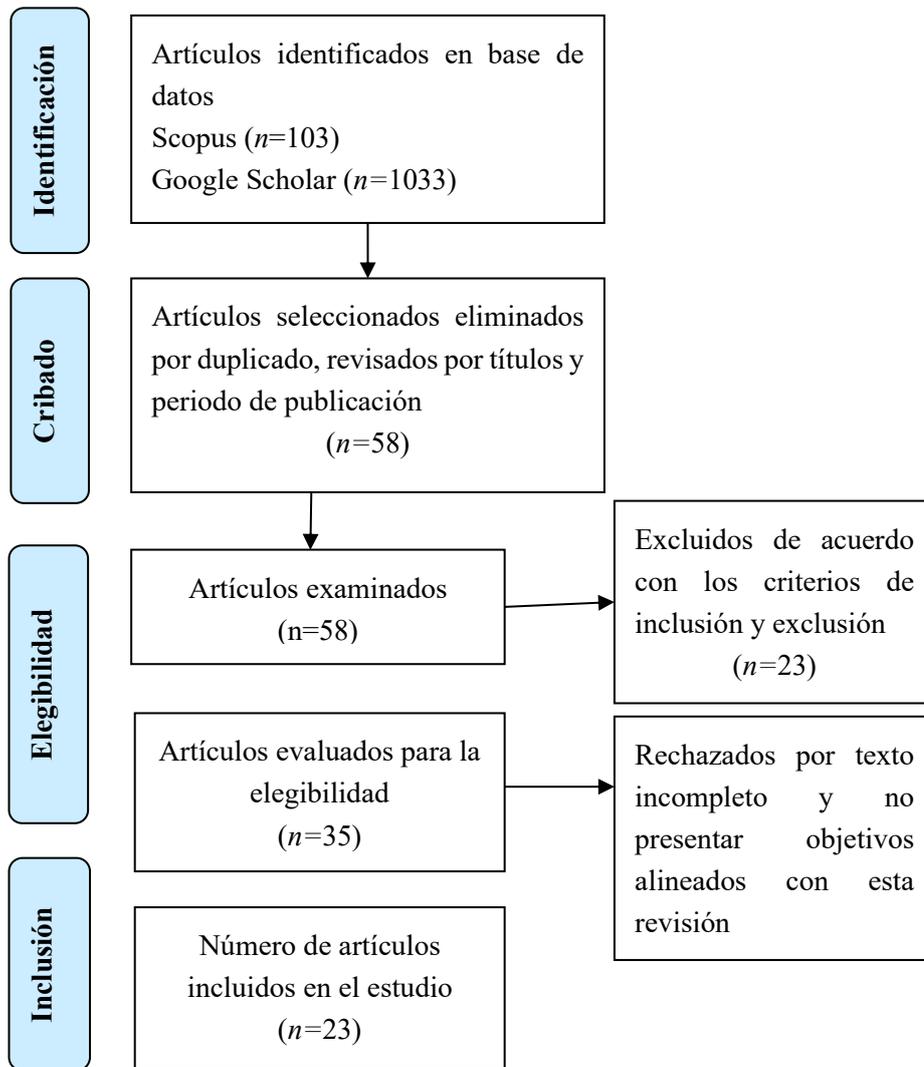
2.4. Selección de estudios

Inicialmente, se identificaron 103 en Scopus y 1,033 artículos en Google Scholar. Tras la revisión de títulos, el periodo de publicación (2019 – 2024) y eliminación de duplicados en ambas las bases de datos, se seleccionaron 58 estudios. Posteriormente, se analizaron los resúmenes y se aplicaron los criterios de inclusión y exclusión, reduciendo la muestra 35 artículos. Cada uno de estos fue revisado en detalle para identificar los resultados relevantes, lo que llevó a la exclusión de 12 artículos por estar incompletos o no presentar objetivos alineados

con esta revisión. Finalmente, 23 artículos fueron seleccionados para un análisis más profundo dentro del estudio.

Figura 1

Diagrama de flujo



Nota. Adaptado de The PRISMA Group, de Moher et al. (2009).

2.5. *Lista de datos*

Con los 23 artículos que son parte de esta revisión de literatura científica, se elaboró una tabla de datos, identificándose: autor, año, país, nombre de la

investigación, objetivo, población, muestra, modelo teórico, resultado general por género, interpretación psicológica y referencia bibliográfica, esta tabla permitió sintetizar la información para el análisis respectivo. Finalmente, se elaboró la lista de investigaciones (Tabla 1).

Tabla 1

Lista de Investigaciones

Autor Año País	Diseño de investigación, método muestra	Variables de investigación	Hallazgos
Ordoñez (2020) Perú	Cuantitativa Diseño explicativo 332 estudiantes	Inteligencia emocional, ansiedad, depresión y estrés académico	La IE con la ansiedad, se encuentran relacionadas de manera negativa, a mayor nivel de IE menor nivel ansiedad.
Aguilar et al. (2024) México	Enfoque cuantitativo, diseño no y corte transversal experimental, ex post facto. Alcance exploratorio descriptivo correlacional 421 estudiantes	Inteligencia emocional depresión, ansiedad, estrés y burnout	La regulación emocional se asocia negativamente con el estrés, la ansiedad, la depresión y el burnout. La inteligencia emocional tiene un efecto protector contra la ansiedad, depresión, estrés y burnout.
García (2021) Venezuela	Descriptiva Correlacional 230 estudiantes	Inteligencia emocional, ansiedad	La inteligencia emocional y ansiedad tiene una correlación alta – negativa.
Bojórquez & Moroyoqui (2020) México	No experimental de tipo descriptivo y correlacional 100 estudiantes	Inteligencia emocional y ansiedad	Relación directa entre la ansiedad como estado y rasgo con la reparación emocional. Asimismo, la ansiedad estado se relaciona positivamente

				con la atención emocional y de manera negativa con la claridad emocional. Por otro lado, la atención tiene relación directa con la ansiedad como rasgo.
López et al. (2023) Paraguay	Observacional, descriptivo, analítico transversal alcance correlacional 328 estudiantes	Inteligencia emocional, y ansiedad de depresión	y	Presencia de sintomatología ansiosa, con niveles más elevados en las mujeres en comparación con los hombres. En cuanto a IE no se observaron diferencias significativas por sexo.
Doyle et al. (2021) EE. UU	Descriptivo correlacional 268 estudiantes	Inteligencia emocional		La inteligencia emocional tuvo una correlación negativa con el estrés, la ansiedad y la depresión. Los estudiantes con altos niveles de inteligencia emocional mostraron menores niveles de malestar psicológico.
Ardiles et al. (2020) Chile	Cuantitativo, observacional, y de alcance correlacional 80 estudiantes	IE, ansiedad y depresión	y	Entre IE percibida y ansiedad se encontró una correlación inversa de fuerza moderada baja.
Ayala et al. (2021) Paraguay	Observacional, analítico, transversal, retrospectivo de alcance correlacional 276 estudiantes	IE, ansiedad y depresión	y	Se encontró correlaciones en casi todos los componentes de la IE (atención, claridad y reparación) con ansiedad y depresión.

Guerrero et al. (2021) Ecuador	Descriptivo correlacional transversal con enfoque cuantitativo 60 estudiantes	Inteligencia emocional y ansiedad	Existen correlaciones significativas de todas las dimensiones de IE con la ansiedad psíquica, la correlación es negativa, mientras que, con la ansiedad somática no existen correlaciones
Montero et al. (2022) México	Descriptivo correlacional 260 estudiantes	IE, ansiedad y depresión	El presente estudio encontró una correlación negativa entre los factores de inteligencia emocional y la manifestación de sintomatología depresiva y ansiosa.
Ávila et al. (2021) Colombia	Diseño predictivo transversal. 400 Estudiantes	Ansiedad ante exámenes, engagement, IE y factores asociados con pruebas académicas	El cálculo de relaciones entre las tres variables de inteligencia emocional y la AE fue significativo. La Claridad y la Reparación se relacionan de forma inversa con la AE.
Botero & Delfino (2020) Argentina	Descriptivo correlacional 171 estudiantes	Inteligencia emocional, ansiedad	La atención emocional se relaciona de forma directa positiva, con la ansiedad estado y rasgo. Mayor claridad y reparación emocional, menores niveles de ansiedad como estado y rasgo.
Akbar et al. (2023) Indonesia	Corte transversal con enfoque analítico correlacional 135 estudiantes	Ansiedad, eficacia e inteligencia emocional	Existe una correlación significativa positiva entre IE y la ansiedad.

Mercader et al. (2023) España	Descriptiva, correlacional, cuantitativa, transversal, ex post facto, diseño retrospectivo y comparativo 165 estudiantes	Ansiedad somática, ansiedad cognitiva, autoeficacia e inteligencia emocional	Presencia de correlaciones significativas entre la claridad y la regulación emocional con la ansiedad cognitiva y somática. La atención emocional y la ansiedad (cognitiva, somática) no tiene una relación directa.
Wells et al. (2021) EE. UU.	Estudio transversal descriptivo correlacional 182 estudiantes	Ansiedad depresión inteligencia emocional	Se identificó una correlación negativa estadísticamente significativa entre los niveles de IE, la ansiedad y la depresión.
Aung y Moe (2020) Myanmar	Descriptivo correlacional. 954 estudiantes	Inteligencia emocional y ansiedad social	La inteligencia emocional y la ansiedad social de los estudiantes correlacionan negativamente.
Masha'al et al. (2024) Jordania	Correlacional transversal 282 estudiantes	Inteligencia emocional, estrategias de afrontamiento y ansiedad	Los resultados confirman el papel de la IE como factor clave para reducir los niveles de ansiedad a través del afrontamiento durante la pandemia.
Trigueros et al. (2020) España	Correlacional. Modelo de ecuaciones estructurales (SEM), 347 estudiantes	IE, resiliencia, de ansiedad ante los exámenes, estrés académico y dieta mediterránea	La IE predijo positivamente la resiliencia. A su vez, la resiliencia predijo negativamente la ansiedad ante los exámenes.
Dasor et al. (2023) EE. UU.	Estudio transversal multicéntrico de alcance correlacional 791 estudiantes	IE, depresión, de estrés y ansiedad.	Se encontró una correlación negativa entre la inteligencia emocional y niveles de depresión, estrés y ansiedad.

Shi et al. (2022) China	Cuantitativo transversal multicéntrico de alcance correlacional 1388 estudiantes	Inteligencia emocional como rasgo, estrés y ansiedad	La inteligencia emocional como rasgo se asoció negativamente con la ansiedad.
Rahim et al. (2020) Pakistán	Descriptiva correlacional 367 estudiantes	IE, ansiedad por búsqueda de información.	Relación inversa significativa entre inteligencia emocional y ansiedad por búsqueda de información.
Dhawan y Kour (2024) India	Estudio correlacional con encuestas aplicadas 317 estudiantes	Inteligencia emocional, autoestima y ansiedad social.	No hubo correlación significativa entre la inteligencia emocional y la ansiedad social.
Guil y Gil-Olarte (2021) España	Estudio correlacional 476 estudiantes	Inteligencia emocional, afecto negativo y ansiedad estado.	La atención emocional alta aumentó la ansiedad estado. La claridad y reparación emocional redujeron la ansiedad estado. La inteligencia emocional puede tener un "lado oscuro" si no se acompaña de estrategias adecuadas de regulación emocional.

2.6. Síntesis de resultados

Los hallazgos obtenidos sobre la relación entre la IE y el trastorno de ansiedad en estudiantes universitarios, demuestran que sí existe una correlación significativa inversa o negativa entre estas dos variables, 26% de las investigaciones correlacionaron las dimensiones de la IE y la ansiedad, señalando que las dimensiones de IE se correlacionan de diferente manera con la ansiedad, es así que

la claridad y la reparación emocional tienen una correlación inversa, mientras que la atención emocional tiene una correlación directa (Ávila et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Botero & Delfino, 2020; Guil & Gil, 2021; López et al., 2023; Mercader et al., 2023). Solo un artículo indica que no existe correlación significativa entre IE y ansiedad (Dhawan & Kour, 2024).

El enfoque teórico más empleado fue de Salovey y Mayer, quienes conceptualizan la IE como una habilidad, considerando como un constructo más específico en comparación con el enfoque de la IE como rasgo, éste último se basa en un modelo de personalidad y que está compuesto por otros constructos como la empatía, motivación, habilidad social etc. El instrumento más utilizado para evaluar la IE fue TMMS: Trait Meta – Mood Scale (Salovey et al., 1995), TMMS -24, versión reducida (Fernández et al., 2004). Con relación a la ansiedad el mayor porcentaje de investigaciones se sustentaron bajo un enfoque teórico multidimensional, esto podría deberse a que los artículos analizados correlacionaron diferentes tipos de trastornos de ansiedad con la IE, tales como, ansiedad generalizada, ansiedad estado – rasgo, ansiedad ante los exámenes, etc. En total se evaluaron diez tipos de trastornos de ansiedad.

En cuanto a la inteligencia emocional relacionada con la ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud, se encontró que el 43 % de los artículos analizados corresponden a esta población, lo que evidencia un interés significativo en su salud mental. Dentro de este grupo, la mayor proporción de estudios se centra en estudiantes de medicina, reflejando la preocupación por el impacto de las exigencias académicas en su bienestar emocional. Los artículos señalan que existe mayor nivel de ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud debido a las

exigencias propias de la formación, en especial en medicina (Ayala et al., 2021; Dasor et al., 2023; López et al., 2023; Wells et al., 2021). No se ha encontrado investigaciones comparativas de estudiantes de ciencias de la salud en relación con estudiantes de otras carreras universitarias.

Del total de artículos revisados sobre la relación de la inteligencia emocional (IE) y ansiedad en estudiantes universitarios, más del 50% corresponde a países latinoamericanos (Aguilar et al., 2024; Ardiles et al., 2020; Ávila et al., 2021; Ayala et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Botero & Delfino, 2020; García, 2021; Guerrero et al., 2021; López et al., 2023; Montero et al., 2022; Ordoñez, 2020; Ríos et al., 2019), siendo México el país con el mayor número de estudios, uno de los hallazgos de esta revisión evidencia la preferencia de los investigadores latinoamericanos por emplear el enfoque teórico de Salovey y Mayer para sustentar la inteligencia emocional. Así mismo, se observa una tendencia por estudiar la correlación entre IE y trastornos afectivos (estrés, ansiedad y depresión) en forma conjunta. En contraste, en países fuera de Latinoamérica, la IE se ha correlacionado mayormente con una sola variable (como ansiedad, ansiedad ante los exámenes) o, en algunos casos, junto con factores positivos como resiliencia y autoestima.

Los resultados sobre las diferencias de género en la relación de la inteligencia emocional con la ansiedad en estudiantes universitarios indican que el 43% de los artículos revisados incluyeron el género como variable de análisis. De estos estudios, la mayoría evidenció la existencia de diferencias significativas según el género, mostrando que las mujeres presentan niveles más bajos de IE y mayor nivel de ansiedad, mientras que los varones tienden a exhibir mayor nivel IE y

menor de ansiedad (Aguilar et al., 2024; Aung & Moe, 2020; Ayala et al., 2021; Dasor et al., 2023; Montero et al., 2022; Ríos et al., 2019).

3. Resultados

De acuerdo con el objetivo general de sintetizar la evidencia disponible en la literatura científica sobre la relación de la inteligencia emocional con los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios. Los hallazgos indican que, el mayor porcentaje de los estudios demuestran que la inteligencia emocional se correlaciona de manera significativa con la ansiedad en estudiantes universitarios.

Tabla 2

Lista de Investigaciones Correlación entre inteligencia emocional y ansiedad

Artículos	Detalle del tipo de correlación	<i>n</i>	%
Existe correlación entre IE y ansiedad	Correlación negativa entre inteligencia emocional y ansiedad.	16	70 %
	Atención emocional tiene correlación positiva o directa con la ansiedad.	6	26%
	Claridad y reparación emocional tiene correlación negativa o inversa con la ansiedad.		
No existe correlación significativa entre IE y ansiedad		1	4%
Total		23	100%

La mayoría de los estudios incluidos en esta revisión (96%) reportó una correlación significativa entre inteligencia emocional y ansiedad, lo que confirma la relevancia de esta variable psicológica como factor asociado al bienestar emocional de los estudiantes universitarios (Tabla 2). Dentro de este grupo, un porcentaje considerable (70%) evidenció una relación negativa entre ambos constructos, lo que implica que, a mayores niveles de inteligencia emocional, los niveles de ansiedad tienden a ser menores. Esta tendencia es interpretada en la

literatura como efecto modulador o protector de la IE frente a los estados de ansiedad, especialmente en contextos exigentes con el universitario, donde las demandas cognitivas, sociales y emocionales son elevadas (Aguilar et al., 2024; Doyle et al., 2021).

Los estudios que sostienen esta asociación negativa señalan que los estudiantes con mayor inteligencia emocional poseen mejores habilidades para percibir, comprender y regular sus estados afectivos, lo cual les permite enfrentar situaciones estresantes con mayor eficacia. Esta competencia emocional favorece el uso de estrategias de afrontamiento más adaptativas, como la reevaluación cognitiva o la resolución activa de problemas, y disminuye la posibilidad de recurrir a respuestas evitativas o desreguladas que, a menudo, exacerban la ansiedad. Además, se ha observado que los individuos con alta IE presentan una mayor capacidad para identificar señales de malestar emocional en etapas tempranas, lo que facilita la búsqueda de apoyo o la aplicación de mecanismos autorregulatorios antes de que se intensifique los síntomas ansiosos.

En el contexto universitario, donde los estudiantes están expuestos a múltiples fuentes de presión, como el rendimiento académico, la incertidumbre vocacional, la sobrecarga de tareas y la adaptación social, la inteligencia emocional emerge como una variable crítica para mantener el equilibrio psicológico. De ahí que su presencia actúe como un amortiguador frente a los efectos del estrés prolongado, previniendo el deterioro emocional y facilitando un ajuste más saludable a las exigencias del entorno educativo.

Una parte significativa de los estudios analizados (26%) abordó de manera específica la relación entre los distintos componentes de la IE y ansiedad,

mostrando que dicha relación no es homogénea y varía según el tipo de habilidad emocional considerada. Esta revisión revela que los efectos de la IE sobre la ansiedad no pueden entenderse como un fenómeno lineal ni global, si no que deben analizarse desde una perspectiva diferenciada por componentes. Así, por ejemplo, se observó que el componente de atención emocional tiende a presentar una correlación positiva con la ansiedad, particularmente cuando esta atención es excesiva, poco funcional o no va acompañada de estrategias de regulación emocional adecuada (Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Guil & Gil, 2021). Un monitoreo emocional excesivo puede generar hipervigilancia, es decir, una sobreatención a los estados afectivos internos que, lejos de facilitar su procesamiento adaptativo, intensifica la percepción de malestar. En este sentido, prestar demasiada atención a las emociones sin una comprensión clara ni capacidad de intervención sobre ellas puede ampliar los síntomas ansiosos, convirtiendo la conciencia emocional en un factor de riesgo más que en una fortaleza.

Por el contrario, los estudios que analizaron la claridad y la reparación emocional identificaron en ambos componentes una correlación negativa con la ansiedad, lo que indica un efecto protector ante el malestar psicológico latinoamericanos (Ardiles et al., 2020; Ayala et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020). La claridad emocional, entendida como la capacidad para identificar, etiquetar y comprender adecuadamente los estados emocionales, permite una interpretación más realista de las experiencias internas, lo cual contribuye a reducir la incertidumbre emocional que comúnmente acompaña a la ansiedad. A su vez, la reparación emocional, concebida como la habilidad para regular emociones

negativas y restablecer el equilibrio afectivo, favorece estrategias de afrontamiento más eficaces, disminuyendo la intensidad y la frecuencia de los episodios ansiosos.

Cabe señalar, sin embargo, que un pequeño porcentaje de los estudios incluidos en esta revisión (4%) reportó una ausencia de correlación significativa entre inteligencia emocional y ansiedad (Dhawan & Kour, 2024). Estas investigaciones sugieren que, en determinados contextos o poblaciones, otros factores individuales o ambientales podrían tener mayor peso en la aparición o modulación de la ansiedad, lo que invita a considerar la influencia de variables mediadoras como el nivel de estrés académico, las estrategias de afrontamiento o el soporte social percibido.

Tabla 3

Enfoques teóricos empleados

Variables	Enfoques teóricos	<i>n</i>	%
Inteligencia	Como habilidad o capacidad	13	57
Emocional	Como rasgo	10	43
Total		23	100
Ansiedad	Enfoque integrado o multidimensional	17	74
	Enfoque factorial	4	17
	Enfoque cognitivo	2	9
Total		23	100

En relación con el objetivo de identificar los enfoques teóricos empleados en los estudios que analizan la relación entre la inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios (Tabla 3), se evidenció que la mayoría de la investigaciones revisadas sustentan conceptualmente la inteligencia emocional a partir del modelo propuesto por Salovey y Mayer, el cual entiende la IE como habilidad cognitiva que permite percibir, comprender, utilizar y regular la

información emocional, tanto propia como ajena, con el fin de facilitar el pensamiento y promover el desarrollo emocional e intelectual (Ferrándiz et al., 2006). Este enfoque destaca que la IE puede ser desarrollada progresivamente a través del aprendizaje, la práctica y la experiencia cotidiana, lo que implica su carácter dinámico y educable (Fernández et al., 2004). Los estudios que adoptan este marco teórico tienden a considerar que la IE puede fortalecerse mediante intervenciones específicas, como programas psicoeducativos, entrenamiento en habilidades socioemocionales o prácticas de autorregulación emocional, lo que la convierte en un recurso clave para la prevención y reducción de la ansiedad en el contexto universitario (Fernández & Cabello, 2021).

No obstante, el modelo de Salovey y Mayer también ha sido objeto de diversas críticas desde la literatura especializada, se ha señalado que este modelo presenta un solapamiento conceptual con otros constructos psicológicos, como la personalidad, la inteligencia general o las habilidades sociales, lo que interfiere en la confirmación de su capacidad para distinguir entre constructos distintos (Brody, 2004; Landy, 2005).

Estas observaciones sugieren que, si bien el modelo de Salovey y Mayer constituye una base teórica sólida y ampliamente utilizada en el estudio de la inteligencia emocional, es necesario mantener una mirada crítica sobre sus limitaciones, complementándolo con modelos alternativos o integradores que incorporen dimensiones contextuales, culturales y disposicionales del funcionamiento emocional.

Por otro lado, un porcentaje menor de las investigaciones se apoyó en el enfoque de la inteligencia emocional como rasgo, cuyas principales referencias

teóricas corresponden a Bar-On y Goleman. Este modelo no considera la IE como una habilidad estrictamente cognitiva, sino como una combinación de competencias emocionales, rasgos de personalidad y factores de adaptación, que se expresan en la efectividad psicológica global del individuo. Desde esta perspectiva, la IE está más vinculada al éxito social, académico o laboral, y su medición se realiza a través de autoinformes que capturan estilos de funcionamiento emocional más estables en el tiempo (Ferrándiz et al., 2006; Goleman, 1995). A diferencia del modelo de habilidades, este enfoque asume que la IE forma parte de las disposiciones emocionales relativamente duraderas del sujeto, lo que la hace menos susceptible a ser modificada por intervenciones a corto plazo.

Sin embargo, el modelo de inteligencia emocional como rasgo ha sido objeto de críticas importantes, especialmente en lo que respecta a su delimitación conceptual y su rigor científico. Diversos autores han señalado que este enfoque presenta una considerable superposición con rasgos de personalidad tradicionales, como los incluidos en el modelo de los cinco grandes factores (Big Five), lo que pone en cuestión su capacidad para discriminar entre constructo (Petrides & Furnham, 2001; Zeidner et al., 2002).

Asimismo, se ha argumentado que el modelo carece de una base teórica sólida y unificada, al combinar de forma amplia y a veces poco diferenciada constructos emocionales, motivacionales y de personalidad (Brody, 2004), lo que ha llevado a algunos investigadores a considerar que se trata más de un marco amplio de bienestar emocional que de una forma específica de inteligencia. Por estas razones, aunque el modelo de IE como rasgo ha sido influyente en contextos aplicados y ha permitido explorar vínculos con variables como el estrés, la ansiedad

o la adaptación, su uso como marco teórico central requiere una mirada crítica, especialmente cuando se busca precisión conceptual y robustez metodológica en el estudio de fenómenos psicológicos complejos.

De los trece artículos que adoptaron el modelo de inteligencia emocional (IE) propuesto por Salovey y Mayer, ocho corresponden a investigaciones realizadas en países de América Latina, cinco en otras regiones del mundo. Esta distribución evidencia una clara preferencia por este modelo en investigadores latinoamericanos, posiblemente debido a su enfoque centrado en el procesamiento, comprensión y regulación de las emociones, aspectos especialmente relevantes en intervenciones educativas y clínicas en estos entornos. En contraste, el enfoque de IE como rasgo —considerado un constructo más amplio— incluye, además de componentes emocionales, dimensiones como la empatía, el optimismo, la sociabilidad y otras habilidades disposicionales, lo cual puede diluir el análisis específico del manejo emocional. Esta diferencia entre modelos no solo refleja distintos marcos conceptuales, sino también distintas intenciones prácticas y contextuales en el estudio de la IE.

No obstante, si bien el modelo de IE como habilidad aporta un marco estructurado para el desarrollo de programas psicoeducativos y la medición de competencias emocionales (Fernández, 2004; Salovey et al., 1995), su aplicabilidad en contextos latinoamericanos presenta ciertas limitaciones que conviene problematizar. En primer lugar, fue desarrollado en entornos anglosajones, con sistemas educativos individualistas y centrados en el rendimiento, lo que implica supuestos culturales que no siempre se alinean con las realidades colectivistas e interdependientes que prevalecen en muchas regiones de América Latina. El énfasis

del modelo en habilidades cognitivas individuales puede dejar de lado componentes relacionales y comunitarios del manejo emocional, fundamentales en culturas donde las emociones se expresan, interpretan y regulan en función de vínculos sociales más estrechos (Mesquita & Walker, 2003).

En consecuencia, es pertinente cuestionar la validez universal del modelo de Salovey y Mayer como marco explicativo. Su aplicación en realidades educativas y sociales diversas —como las de América Latina— requiere una adaptación crítica que contemple las dinámicas culturales, estructurales y comunitarias del entorno. Se sugiere, por tanto, complementar este enfoque con marcos más integradores o culturalmente sensibles que reconozcan las particularidades del contexto y permitan una comprensión más completa del funcionamiento emocional en estudiantes universitarios.

Respecto al constructo de ansiedad, el análisis evidenció que la mayoría de los estudios se adscribe al enfoque integrado o multidimensional. Este modelo propone una visión comprensiva que considera la interacción de factores biológicos, psicológicos, sociales (Engel, 1977) y, en algunos casos, espirituales, como elementos interrelacionados en la génesis y mantenimiento de los estados ansiosos (Díaz & de la Iglesia, 2019).

Desde esta perspectiva, la ansiedad se entiende como el resultado de una interacción compleja entre múltiples dimensiones: 1) Factores biológicos, que incluyen el papel de los neurotransmisores en la regulación de la ansiedad (Nutt, 2001), el funcionamiento de la amígdala como estructura clave en el procesamiento emocional, y la predisposición genética (Hettema et al., 2001). 2) Factores psicológicos, como las cogniciones disfuncionales, los aprendizajes previos

mantenidos por refuerzo negativo, y las experiencias tempranas que configuran patrones emocionales vulnerables. 3) Factores sociales y ambientales, entre los que se encuentran la presión académica o laboral, las demandas contextuales, las normas y valores culturales, así como situaciones de crisis económicas, violencia o desastres naturales. 4) Factores espirituales, vinculados a la pérdida de sentido vital, el vacío existencial o los conflictos con creencias personales, que pueden generar angustia o intensificar los síntomas ansiosos (Frankl, 2015).

Este modelo integrado resulta especialmente útil como marco conceptual, ya que permite una comprensión holística del fenómeno ansioso. Sin embargo, su aplicación práctica en investigaciones empíricas presenta ciertas limitaciones, principalmente por la escasez de instrumentos válidos que permitan evaluar de manera simultánea todas estas dimensiones. En este sentido, se sugiere la posibilidad de explorar modelos alternativos más específicos o modulares, que faciliten una aproximación metodológicamente más viable sin renunciar a la complejidad inherente del fenómeno.

En menor proporción, algunos estudios emplean el enfoque factorial, que diferencia entre ansiedad como rasgo y ansiedad como estado. Según esta perspectiva, la ansiedad rasgo representa una disposición relativamente estable a experimentar ansiedad en distintas situaciones, mientras que la ansiedad estado se refiere a una respuesta emocional transitoria, activada por circunstancias específicas, con intensidad y duración variables. La distinción entre ansiedad estado y ansiedad rasgo ha sido útil en contextos educativos para comprender la variabilidad emocional de los estudiantes y diseñar intervenciones específicas. No obstante, este modelo ha sido criticado por su limitada capacidad para reflejar la

complejidad emocional en situaciones académicas de alta demanda, al no considerar adecuadamente los factores contextuales ni las interacciones entre componentes emocionales, cognitivos y sociales

Finalmente, un grupo reducido de estudios (9%) adoptó el enfoque cognitivo-conductual, fundamentado en los aportes de Aaron Beck, el cual entiende la ansiedad como un sistema complejo que incluye respuestas cognitivas, fisiológicas, afectivas y conductuales, activado ante la anticipación de eventos que el individuo percibe como amenazantes, impredecibles o incontrolables. Este modelo plantea que los pensamientos disfuncionales y los sesgos atencionales juegan un rol clave en la aparición y mantenimiento de los síntomas ansiosos, y que mediante técnicas de reestructuración cognitiva y exposición progresiva es posible modificar dichas respuestas. La inclusión de este enfoque en algunos estudios revisados sugiere la necesidad de considerar la ansiedad no solo como un estado emocional, sino como un proceso interactivo que puede ser abordado eficazmente desde la modificación de patrones de pensamiento y comportamiento. No obstante, cabe señalar que, si bien el enfoque cognitivo-conductual ofrece herramientas útiles y validadas empíricamente, puede resultar limitado como marco teórico explicativo si se le aplica de forma aislada, sin integrar una visión más amplia que contemple factores contextuales, sociales y culturales que influyen en la experiencia y manifestación de la ansiedad.

De acuerdo con los artículos analizados, se observa un marcado interés en el continente americano por investigar la ansiedad en conjunto con otras variables asociadas, como el estrés y la depresión. En particular, siete de estos estudios fueron realizados en países de Latinoamérica y tres en Estados Unidos. Esta tendencia

evidencia una preocupación creciente por abordar la salud mental desde una perspectiva integral, considerando la alta comorbilidad entre estos trastornos y su impacto conjunto en el bienestar psicológico. La inclusión simultánea de ansiedad, estrés y depresión en los diseños de investigación responde a la necesidad de comprender la interacción entre estos constructos, lo cual resulta fundamental para el desarrollo de estrategias de evaluación, prevención e intervención más eficaces.

Tabla 4

Instrumentos usados para medir las variables

Variables	Instrumentos	<i>n</i>
Inteligencia emocional	TMMS: Trait Meta-Mood Scale (Salovey, Mayer, 1995), TMMS-24, versión reducida (Extremera & Fernández, 2006)	13
	WLEIS; Wong & Law Emotional Intelligence Scale (Wong & Law, 2002)	4
	SEIS; Emotional Intelligence Scale (Schutte, Malouff, Hall, Haggerty, 1998)	5
	EQ-i: Bar-On Emotional Quotient Inventory (Bar-On, 1997 a 1997 b)	1
Ansiedad	Escala de trastorno de ansiedad generalizada (GAD-7)	4
	El competitive State Anxiety Inventory 2 (CSAI- 2)	1
	Questionary Zung Self Anxiety Scale (ZSAS)	1
	Cuestionario de Salud del paciente – 4 (PHQ – 4)	4
	Escala de Depresión Ansiedad Estrés (DASS – 21)	3
	Escala de ansiedad por interacción social desarrollada por Mattick y Clarke (1995)	2
	Ansiedad Estado – Rasgo (STAI)	3
	Escala de Ansiedad de Hamilton (CAAE)	2
	Autoevaluación de la Ansiedad ante los Exámenes	2
Inventario de ansiedad de Beck	1	

En los estudios revisados, se identificó el uso de diversos instrumentos para la medición de la inteligencia emocional (Tabla 4), lo que evidencia la pluralidad de enfoques teóricos y metodológicos presentes en la literatura. El instrumento más empleado fue el TMMS (Trait Meta-Mood Scale) en su versión abreviada TMMS-24, desarrollado inicialmente por Salovey y Mayer en 1995 y adaptado por Fernández et al. (2004). Este cuestionario, ampliamente validado en población universitaria, evalúa tres dimensiones clave de la IE: atención emocional, claridad y reparación emocional. Su uso mayoritario en las investigaciones revisadas refleja una clara preferencia por herramientas breves, operativas y sensibles al contexto académico, lo que permite su aplicación eficiente en estudios de campo y contextos educativos. Además, su fundamentación teórica en el modelo de habilidades emocionales posiciona a este instrumento como una opción sólida para explorar cómo los estudiantes perciben, comprenden y regulan sus emociones en relación con los estados ansiosos.

En contraste, los otros tres instrumentos identificados en los estudios se enmarcan en el enfoque de la IE como rasgo, el cual considera la inteligencia emocional como un conjunto de disposiciones emocionales estables vinculadas a la personalidad y al ajuste emocional general. Estos instrumentos, aunque teóricamente consolidados y ampliamente reconocidos, mostraron una presencia menos frecuente en los estudios revisados. Una posible explicación de su menor uso radica en su orientación más frecuente hacia contextos organizacionales o clínicos, donde se prioriza el análisis del funcionamiento emocional global y no tanto la variabilidad emocional situada en escenarios educativos específicos. Esta diferencia sugiere que, en el ámbito universitario, los investigadores optan por

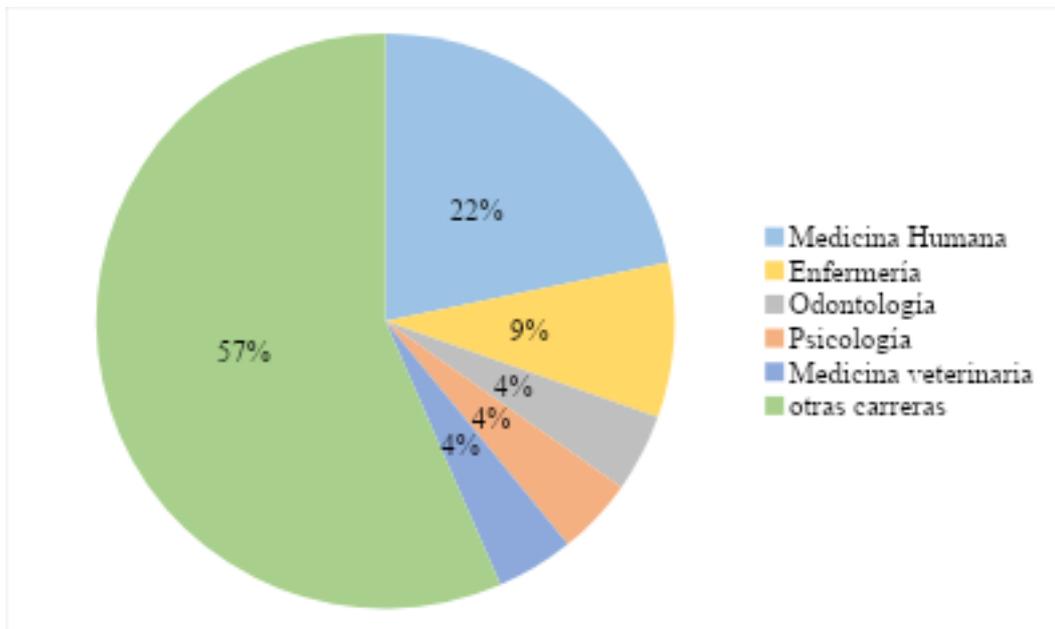
herramientas que no solo sean teóricamente consistentes, sino también accesibles y fácilmente integrables a estudios de corte transversal o con grandes muestras.

En cuanto a la medición de la ansiedad, también se observó una diversidad de enfoques e instrumentos utilizados. Entre los más empleados se encuentra la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7), reconocida por su adecuada fiabilidad y validez psicométrica (Shi et al., 2022), y por su capacidad para evaluar síntomas asociados a la ansiedad general en diferentes niveles de severidad. Asimismo, varios estudios recurrieron al Cuestionario de Salud del Paciente-4 (PHQ-4), una herramienta breve y de fácil aplicación que permite detectar de manera simultánea síntomas de ansiedad y depresión, lo que resulta especialmente útil en investigaciones que exploran el malestar emocional de manera más amplia (Doyle et al., 2021).

Otro instrumento relevante fue la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21), que permite una evaluación multifactorial de estas tres dimensiones afectivas, facilitando un análisis conjunto del impacto emocional en estudiantes universitarios. Su utilidad reside en su estructura compacta, lo que favorece su uso en investigaciones cuantitativas de corte transversal. Finalmente, la Escala de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) se empleó en estudios que buscaban distinguir entre la ansiedad transitoria, relacionada con situaciones específicas, y la ansiedad como rasgo estable de personalidad. Esta herramienta permite explorar con mayor profundidad el componente emocional, considerando tanto las fluctuaciones situacionales como la predisposición individual a experimentar ansiedad, lo cual resulta especialmente pertinente en poblaciones jóvenes sometidas a contextos académicos exigentes.

Figura 2

Inteligencia emocional y trastornos de ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud y estudiantes de otras carreras



Los hallazgos obtenidos en esta revisión revelan diferencias relevantes en torno a la relación entre la inteligencia emocional (IE) y los trastornos de ansiedad, al comparar estudiantes de ciencias de la salud con aquellos pertenecientes a otras áreas académicas. Del total de artículos revisados, una proporción significativa (57%) corresponde a investigaciones realizadas en estudiantes de carreras como ciencias sociales, económico-administrativas, ingenierías y ciencias naturales, algunas de las cuales incluyeron muestras conjuntas de diversas facultades. En contraste, una proporción menor pero considerable (43%) se enfocó específicamente en estudiantes de ciencias de la salud, siendo los estudiantes de medicina quienes concentraron el mayor número de estudios dentro de esta categoría (Figura 2). Esta distribución refleja una tendencia investigativa orientada

a explorar las demandas emocionales que experimentan los futuros profesionales de la salud, en especial durante procesos formativos exigentes que involucran tanto la adquisición de conocimientos técnicos como la exposición a situaciones humanas complejas.

En relación con los niveles de ansiedad reportados, los resultados indican que los estudiantes de ciencias de la salud, y particularmente los de medicina, presentan niveles significativamente más altos en comparación con estudiantes de otras carreras universitarias (Doyle et al., 2021). De las diez investigaciones centradas en esta población, siete concluyen que el aumento de la ansiedad está asociado a múltiples factores vinculados al contexto académico y clínico, entre ellos las altas exigencias curriculares, la presión por el rendimiento académico, y la experiencia de prácticas clínicas que implican contacto directo con el sufrimiento humano (Ayala et al., 2021; López et al., 2023). Este conjunto de experiencias formativas, por su intensidad y continuidad, no solo genera un desgaste emocional, sino que también incrementa el riesgo de desarrollar trastornos afectivos, como el estrés, la ansiedad y la depresión, cuyas tasas en estudiantes de ciencias de la salud superan las observadas en la población general (Wells et al., 2021).

Frente a este panorama, diversos autores recomiendan implementar intervenciones estructuradas desde el currículo universitario que incorporen la formación en inteligencia emocional como estrategia preventiva y promotora de la salud mental. En este sentido, se sostiene que la IE puede constituir un recurso clave para mejorar el manejo de las emociones, reducir el impacto negativo del estrés académico y, además, potenciar habilidades interpersonales fundamentales para el ejercicio profesional en contextos sanitarios. Así, se sugiere no solo formar a los

estudiantes en competencias emocionales, sino también involucrar a los docentes en el acompañamiento afectivo y la detección temprana de síntomas de malestar psicológico (Ardiles et al., 2020; Ayala et al., 2021). Asimismo, se plantea la necesidad de desarrollar políticas institucionales orientadas a la prevención y atención de la ansiedad en los entornos universitarios, especialmente en programas de medicina, incluyendo acciones concretas para el desarrollo de la IE como medio de contención y fortalecimiento personal (Shi et al., 2022).

Tabla 5

Relación entre inteligencia emocional y trastorno de ansiedad en estudiantes universitarios en contexto latinoamericano

Países		<i>n</i>	Porcentajes
Países Latinoamericanos	Perú	1	52 %
	México	3	
	Colombia	2	
	Paraguay	2	
	Argentina	1	
	Chile	1	
	Venezuela	1	
	Ecuador	1	
Otros países		11	48%
Total		23	100%

Para analizar la relación entre inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios en el contexto latinoamericano, se revisaron 23 artículos de la muestra (Tabla 5). El mayor porcentaje corresponde a estudios realizados en países latinoamericanos, siendo México el país que concentra el mayor número de publicaciones relacionadas con esta temática. En contraste, otros países latinoamericanos están representados con menor frecuencia en la muestra.

Esta distribución sugiere un interés creciente en el contexto mexicano por explorar los factores emocionales vinculados a la salud mental en el ámbito universitario, aunque también evidencia una necesidad de mayor producción científica en otros países de la región.

Además, se identificaron artículos realizados en países fuera del contexto latinoamericano, como Estados Unidos, España, China, India, Indonesia, Myanmar y Pakistán. Aunque en menor número, estas investigaciones contribuyen con perspectivas teóricas y metodológicas que enriquecen la comprensión global del vínculo entre IE y ansiedad, y permiten contrastar los hallazgos latinoamericanos con otros entornos culturales y académicos.

De los 12 artículos que abordaron directamente la evaluación de la inteligencia emocional, nueve fundamentaron el concepto desde el enfoque propuesto por Salovey y Mayer (1995), el cual define la IE como una habilidad cognitiva relacionada con la percepción, comprensión, regulación y uso de las emociones. Estos nueve artículos emplearon el TMMS-24 en su versión abreviada (Fernández & Ramos, 2019), instrumento ampliamente utilizado para medir la atención, claridad y reparación emocional (Ardiles et al., 2020; Ávila et al., 2021; Ayala et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Botero & Delfino, 2020; Guerrero et al., 2021; López et al., 2023; Montero et al., 2022; Ríos et al., 2019). Asimismo, ocho de estos estudios exploraron la relación específica entre las dimensiones de la IE y los niveles de ansiedad, evidenciando un enfoque analítico detallado sobre cómo los componentes emocionales interactúan con los síntomas ansiosos latinoamericanos (Aguilar et al., 2024; Ardiles et al., 2020; Ávila et al., 2021; Ayala et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Botero & Delfino, 2020;

García, 2021; Guerrero et al., 2021; López et al., 2023; Montero et al., 2022; Ordoñez, 2020; Ríos et al., 2019).

Por otro lado, siete de los 12 estudios no solo se centraron en la ansiedad, sino que analizaron de forma conjunta las variables de IE, ansiedad, estrés y depresión. Esta aproximación permitió una visión más amplia del impacto emocional y psicológico en la población universitaria, considerando la frecuente coexistencia de estos indicadores de malestar mental (Aguilar-Priego et al., 2024; Ardiles et al., 2020; Ayala et al., 2021; López et al., 2023; Montero et al., 2022; Ordoñez, 2020). Respecto a los instrumentos utilizados para medir la ansiedad, se encontró una diversidad metodológica. Cuatro utilizaron el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) (Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Botero & Delfino, 2020; García, 2021; Ordoñez, 2020), dos estudios aplicaron la Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (GAD-7) (Ayala et al., 2021; López et al., 2023), dos investigaciones emplearon la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) (Aguilar et al., 2024; Ardiles et al., 2020) y dos utilizaron la Escala de Hamilton para la Ansiedad (HARS) (Guerrero et al., 2021; Montero et al., 2022). Esta variedad refleja una heterogeneidad en los enfoques de evaluación, que, si bien puede dificultar la comparación directa entre estudios, también ofrece un panorama más completo del fenómeno.

En relación con las características de la muestra, ocho de los 12 estudios señalaron que sus participantes eran estudiantes universitarios sin especificar la carrera profesional a la que pertenecían (Aguilar et al., 2024; Ávila et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Botero & Delfino, 2020; García, 2021; Guerrero et al., 2021; Montero et al., 2022; Ríos et al., 2019). En cambio, tres investigaciones

trabajaron específicamente con estudiantes de ciencias de la salud, grupo que presenta particular interés debido a la exigencia emocional y cognitiva de su formación (Ardiles et al., 2020; Ayala et al., 2021; López et al., 2023) y una investigación trabajo con estudiantes de la facultad de humanidades (Ordoñez, 2020). Finalmente, ocho estudios incluyeron análisis diferenciados por sexo, lo cual permite identificar posibles variaciones en la relación entre IE y ansiedad en función del género, un aspecto relevante para el diseño de intervenciones más precisas (Aguilar et al., 2024; Ayala et al., 2021; Botero & Delfino, 2020; García, 2021; López et al., 2023; Montero et al., 2022; Ordoñez, 2020; Ríos et al., 2019).

Tabla 6

Diferencia por género en relación entre inteligencia emocional y trastorno de ansiedad en estudiantes universitarios

Artículos	<i>n</i>	%	<i>nm</i>
Estudios que no consideraron los resultados por género.	13	57%	
Estudios que consideraron resultados por género.	10	43%	
Mayor cantidad mujeres en la muestra			7
Mayor cantidad de varones en la muestra			2
Igual cantidad varones y mujeres en la muestra			1
Total	23	100%	10

Nota. *nm número de artículos que indican el porcentaje de participantes por género en la muestra estudiada.

Para analizar las diferencias de género en la relación entre la inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios, se examinó el total de artículos de revisados. La mayoría de las investigaciones no demostraron los resultados por género (Tabla 6). De los diez estudios que, sí incluyeron este análisis, siete reportaron una mayor proporción de mujeres en la muestra (Aguilar et al., 2024; Aung & Moe, 2020; Ávila et al., 2021; Bojórquez & Moroyoqui, 2020; Guerrero et al., 2021; Montero et al., 2022; Ríos et al., 2019), dos indicaron una mayor participación de varones (Aung & Moe, 2020; Jan et al., 2020), y uno señaló una distribución equitativa entre ambos sexos (García, 2021).

Los hallazgos evidencian la existencia de diferencias de género en la relación de la IE y ansiedad. De los diez estudios que incluyeron este análisis, seis indicaron que los varones obtuvieron mayores puntuaciones en la IE y menores niveles de ansiedad, mientras que las mujeres presentan bajos niveles de IE y altos niveles de ansiedad (Aguilar et al., 2024; Aung & Moe, 2020; Ayala et al., 2021; Dasor et al., 2023; Montero et al., 2022; Ríos et al., 2019). Por otro lado, dos artículos señalan que no hubo diferencias significativas en los valores de la IE y ansiedad por género, encontrado que tanto varones como mujeres obtuvieron niveles adecuados de IE y un nivel medio de ansiedad (Botero & Delfino, 2020; García, 2021). Finalmente, dos estudios refieren que no se observaron diferencias significativas por sexo en ninguna de las dimensiones de la inteligencia emocional, a pesar de ello, las mujeres presentan puntuación alta en la ansiedad (López et al., 2023; Ordoñez, 2020).

4. Discusión

Esta revisión sintetiza los hallazgos sobre la relación de la inteligencia emocional con los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios. Se ha evidenciado que la IE se correlaciona inversamente con el trastorno de ansiedad, sugiriendo que la IE actúa como un factor protector (Aguilar et al., 2024). Esto puede explicarse porque la IE permite regular las emociones de manera efectiva, generando el desarrollo de estrategias adaptativas para manejar la ansiedad. Ardiles et al. (2020) encontraron una correlación inversa de magnitud moderada baja, mientras que Ordoñez (2020) reportó una correlación con un valor de significancia estadísticamente al límite. Estos hallazgos sugieren que la inteligencia emocional podría desempeñar un papel protector contra los trastornos de ansiedad. No obstante, Dhawan et al. (2024) señalan que la inteligencia emocional no presenta una relación significativa con la ansiedad

El análisis de las dimensiones específicas de la IE revela que la claridad emocional y la capacidad de reparación emocional se correlacionan negativamente con la ansiedad, destacando que una mayor habilidad para comprender y manejar las emociones reduce los niveles de ansiedad (Extremera & Fernández, 2006; Guil & Gil, 2021; Mercader et al., 2023), destacan que una mayor claridad emocional facilita el reconocimiento preciso de las emociones, la comprensión de la causa de la ansiedad y el uso de estrategias de regulación emocional más eficaces, lo que fortalece la resiliencia y favorece una mejor adaptación. En esta línea, Berking et al. (2011) señalan, que el entrenamiento en estrategias de reparación emocional, como la aceptación y el cambio de perspectiva, contribuyen significativamente a reducir la ansiedad.

Por otro lado, la atención emocional muestra una correlación positiva con la ansiedad, lo que sugiere que una mayor conciencia de las emociones, en especial las negativas, puede incrementar los niveles de ansiedad; estos hallazgos son consistentes con los estudios de Botero y Delfino (2020) y López et al. (2023). Extremera y Fernández (2006), quienes señalan que prestar atención a las emociones sin comprenderlas ni regularlas, puede aumentar la predisposición a los trastornos de ansiedad. Por su parte, Salguero et al. (2010), sugieren que una atención emocional excesiva, combinada con una baja claridad emocional, está asociada con niveles elevados de ansiedad. En contraste, Baer et al. (2008), concluyeron que una atención emocional sin juicio actúa como un factor protector frente a la ansiedad.

Esta distinción es relevante, por consiguiente, se puede indicar que no todas las dimensiones de la IE tienen el mismo impacto en el control de la ansiedad, esto permite inferir que se requiere un enfoque diferenciado en las intervenciones psicológicas.

Para sustentar la IE en los artículos revisados, se observa una marcada preferencia por el modelo de IE como habilidad propuesta por Salovey et al. (1995), frente al modelo de IE como rasgo defendido por Bar-On y Goleman, este último modelo enfatiza que la IE está influenciado por la personalidad y se desarrolla con el tiempo (Ferrándiz et al., 2006), también está fuertemente relacionado con la estabilidad emocional y el bienestar psicológico, lo que reduce la ansiedad en estudiantes universitarios (Shi et al., 2022), por lo que se considera un factor protector contra la ansiedad. Este modelo muestra que la estabilidad emocional y la adaptabilidad al entorno universitario, ayuda a disminuir la ansiedad. Basado en

este modelo se construyeron varios instrumentos, diez estudios de esta revisión utilizaron estas pruebas y el resultado global de IE se correlacionó con la ansiedad, lo que podría influenciar en los hallazgos.

El modelo de Salovey et al. (1995), considera la IE como una capacidad cognitiva para procesar y regular la información emocional con el fin de promover el crecimiento emocional e intelectual (Fernández & Ramos, 2019). Este modelo tiene un sólido sustento teórico basado en la psicología cognitiva, así como en la neurociencia que conceptualiza la IE como un subconjunto de la inteligencia social (Fernández & Cabello, 2021). Este enfoque es el más relevante, cuando se estudia la ansiedad en el ámbito académico y su uso implica que la mayoría de los estudios revisados se centraron en la regulación emocional y el procesamiento cognitivo de las emociones, estos dos aspectos podrían haber sesgado la interpretación de la relación entre IE y ansiedad.

Los dos modelos indicados posiblemente ofrezcan perspectivas complementarias de la IE, por ello resulta necesario que futuras investigaciones exploren en forma rigurosa las diferencias conceptuales entre estos dos modelos y su impacto en la relación entre IE y ansiedad.

El enfoque más empleado para sustentar la ansiedad fue el multidisciplinario o integrado, el mismo refiere que los estados de ansiedad están determinados por la interacción de las variables personales y situacionales (Díaz & de la Iglesia, 2019), la preferencia por este enfoque puede deberse a que los artículos analizados correlacionaron la IE con diferentes tipos de ansiedad, así como el predominio actual de la multicausalidad de los problemas de salud física y mental.

Como se mencionó anteriormente, los estudios analizados utilizaron diversos instrumentos para medir la IE, al igual que diferentes instrumentos para evaluar distintos tipos de ansiedad, esta variabilidad de instrumentos dificulta la homogenización de los resultados. Por ello se recomienda que futuras investigaciones sistematicen artículos con características más uniformes, como el uso de un solo tipo de instrumento para evaluar cada variable

El total de investigaciones sobre IE y ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud, coinciden en mostrar la correlación negativa y significativa entre IE y ansiedad, esto mismo refieren Shi et al. (2022), en su estudio con estudiantes de medicina con una muestra de 1,388. Asimismo, Sandoval (2020) en su estudio con estudiantes de ciencias de la salud, encontró correlación negativa significativa entre la IE y la ansiedad rasgo-estado. La mayoría de los estudios analizados demuestra altos niveles de ansiedad en estudiantes de ciencias de la salud, Ayala et al. (2021) encontraron que el 67.7% presentaba ansiedad, refiriendo que esta es una condición alarmante en la salud mental del estudiante, a diferencia de López et al. (2023), quienes encontraron niveles de ansiedad moderados, este hecho podría explicarse por la alta carga académica y la presión asociada a su formación profesional. Estudios previos han identificado que la ansiedad en estos estudiantes se debe a factores como el miedo al fracaso y la exposición a situaciones de alto estrés en entornos clínicos (Doyle et al., 2021). Estos hallazgos demuestran la urgente necesidad de implementar estrategias para el cuidado de la salud mental y el bienestar de los estudiantes de ciencias de la salud, pues serán profesionales que asistan la salud de otras personas (Ardiles et al., 2020; Ayala et al., 2021; López

et al., 2023). En la literatura científica es conocido el beneficio de la IE para aliviar la ansiedad de los estudiantes en tiempos de adversidad (Masha'al et al., 2024).

En el contexto latinoamericano, sobre la relación entre inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en estudiantes universitarios, los resultados coinciden con el resto de las investigaciones de otras regiones. El mayor porcentaje de estudios en Latinoamérica correlacionaron la IE con estrés, ansiedad y depresión (Aguilar et al., 2024; Montero et al., 2022; Ordoñez, 2020), en comparación con estudios de otras regiones que correlacionaron la IE con una sola variable como, por ejemplo, la ansiedad ante los exámenes (Dhawan & Kour, 2024; Trigueros et al., 2020), esto podría responder a la necesidad de estudiar de manera integral la salud mental de los estudiantes latinoamericanos, considerando las condiciones sociopolíticas y económicas que, en muchos casos, los llevan a migrar de las provincias a las grandes ciudades para buscar mejor preparación y tener mayor oportunidad laboral, este proceso de adaptación genera estrés, ansiedad y depresión en los estudiantes (Ruffat, 2010), esto implica la necesidad de continuar investigando las variables socioculturales de esta población.

La mayoría de los investigadores latinoamericanos, fundamentaron el estudio de la IE en el enfoque teórico de Salovey et al. (1995), lo que coincide con los hallazgos generales de esta revisión. El instrumento más utilizado para evaluar la IE fue el TMMS (1995) y el TMMS-24, versión reducida (Fernández et al., 2004). Este instrumento basado en este enfoque teórico ha sido validado y adaptado en diversos países de Latinoamérica.

En cuanto a las diferencias por género en la relación de la IE y ansiedad en estudiantes universitarios, los resultados indican que sí existe diferencia, en el caso

de los varones tienen mayor puntuación en la IE y menor nivel de ansiedad, a diferencia de las mujeres que tienen menor nivel de IE y mayor nivel de ansiedad. En este sentido, Ayala et al. (2021) encontraron que el porcentaje de ansiedad era significativamente mayor en estudiantes mujeres de medicina en comparación con los hombres. De manera similar, un estudio realizado en Alemania por Wege et al. (2016), confirma que la ansiedad es más frecuente en mujeres que en varones. Esto podría deberse a las diferencias biológicas, psicológicas y aspectos socioculturales, así mismo, las mujeres prestan más atención a sus emociones, en especial a las negativas, lo que genera la actitud de rumiar y esto a su vez incrementa el nivel de ansiedad, en cambio los varones puntúan más alto en claridad y reparación emocional (Dasor et al., 2023; Montero et al., 2022), ya que hombres y mujeres presentan diferencias en la forma de percibir, expresar y regular sus emociones, lo cual podría estar relacionado con diferencias en la socialización emocional y las expectativas de rol de género (Barraza et al., 2017).

Algunas investigaciones analizadas, señalan que no existe diferencia por género, tanto los varones como las mujeres tienen puntuación adecuada en la IE y el nivel de ansiedad es medio. Otros artículos refieren que no existe diferencia en las puntuaciones de las dimensiones de la IE, a pesar de ello, las mujeres presentan puntuación alta en la ansiedad.

De los 23 artículos analizados, solo uno corresponde a una investigación realizada con estudiantes de posgrado. La inclusión de este estudio se justifica por las características particulares de su muestra, compuesta por participantes cuyas edades oscilan entre los 20 y 30 años, y por su valor añadido al incluir una proporción significativamente mayor de varones en comparación con el resto de los

estudios revisados (Jan et al., 2020). Esta franja etaria coincide con la etapa de la adultez emergente o adultez temprana, definida por la psicología del desarrollo como el periodo comprendido entre los 18 y 30 años (Hernández & Cuanalo, 2023). La incorporación de este estudio, por tanto, permite ampliar la diversidad de la muestra en términos de género y etapa evolutiva, contribuyendo a un análisis más equilibrado y representativo del fenómeno investigado

Estas diferencias de resultados podrían deberse a la variedad de instrumentos utilizados para evaluar las dos variables. Cabe aclarar que en la mayoría de los estudios revisados hubo más participación de las mujeres, lo que podría influir en los resultados. Las próximas investigaciones deben de tener criterios específicos de elegibilidad, por ejemplo, estudios que se fundamenten en uno de los enfoques de IE y un solo instrumento de medición por cada variable.

Otra limitación importante en esta revisión fue la selección de estudios basados exclusivamente en artículos de la base de datos de Scopus y Google Scholar, lo que puede haber limitado la diversidad de fuentes. Además, se incluyeron solo estudios en inglés y español, lo que restringe la inclusión de hallazgos relevantes publicados en otros idiomas.

El análisis de los modelos teóricos utilizados en los estudios revisados evidencia que la elección del marco conceptual incide directamente en la forma de interpretar la relación entre la inteligencia emocional y la ansiedad. El predominio del modelo de IE como habilidad, ha orientado la mayoría de las investigaciones hacia el análisis de procesos cognitivos relacionados con la regulación emocional y en algunas investigaciones permitió analizar esta relación según las dimensiones de la IE. Por otro lado, el modelo de IE como rasgo, aporta una visión más integrada

con la personalidad y el bienestar psicológico, destacando su rol protector frente a la ansiedad.

Las evidencias revisadas sugieren, que fomentar el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes universitarios puede contribuir de manera significativa a la reducción de los niveles de ansiedad. En este contexto, resulta pertinente implementar programas de intervención emocional, como talleres, cursos o módulos formativos, que fortalezcan habilidades de autorregulación, empatía y manejo del estrés. Asimismo, es fundamental que los departamentos de bienestar universitario brinden orientación psicológica y acompañamiento emocional, a fin de identificar a los estudiantes con mayor vulnerabilidad emocional y ofrecerle el apoyo necesario.

También es importante sensibilizar al personal docente sobre la relevancia de la IE en el ámbito académico. Finalmente, las universidades pueden aprovechar esta evidencia para diseñar e implementar políticas institucionales orientadas al bienestar emocional del estudiante.

CAPÍTULO III: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5. Conclusiones

En relación con el objetivo general, se concluye que el mayor porcentaje de la evidencia empírica revisada indica una relación significativa entre la inteligencia emocional (IE) y los trastornos de ansiedad, confirmando el papel relevante que desempeñan las distintas dimensiones de la IE en la salud mental. Específicamente, se observó que la claridad y la reparación emocional se relacionan negativamente con la ansiedad, lo que sugiere su función como factores protectores frente a esta. Por el contrario, la atención emocional muestra una relación positiva, lo que podría implicar una mayor vulnerabilidad al experimentar y mantener elevados niveles de ansiedad. Estos hallazgos destacan la importancia de considerar el perfil emocional individual al diseñar intervenciones preventivas o terapéuticas orientadas a la ansiedad, subrayando el valor de fortalecer habilidades como la comprensión y regulación emocional para fomentar el bienestar psicológico.

En relación con el primer y segundo objetivo específico, se concluye que la revisión de los estudios evidencia una predominancia del modelo de inteligencia emocional (IE) como habilidad o capacidad, frente al modelo de IE como rasgo. Esta preferencia metodológica se refleja en el uso mayoritario del instrumento TMMS-24 (Fernández et al., 2004), el cual ha permitido analizar de manera diferenciada la relación entre las dimensiones específicas de la IE y los niveles de ansiedad. En contraste, los estudios que adoptan el modelo de IE como rasgo tienden a evaluar la IE como una variable global, limitando la comprensión de cómo cada dimensión emocional se vincula de forma particular con la ansiedad. Esta diferencia metodológica sugiere que el enfoque basado en habilidades ofrece una

mayor precisión para identificar factores emocionales específicos que podrían intervenir en el desarrollo o mitigación de los trastornos de ansiedad.

En cuanto al estudio de la ansiedad, se observa una clara preferencia por un enfoque multidimensional, dada la diversidad de trastornos de ansiedad abordados en relación con la IE. Esta variedad metodológica se reflejó en la utilización de al menos diez instrumentos distintos para evaluar esta variable, lo cual responde a la complejidad inherente del constructo ansioso. Esta diversidad permitió identificar cómo diferentes formas de ansiedad —como la ansiedad social, generalizada, de desempeño, entre otras— pueden vincularse de manera diferenciada con las dimensiones emocionales evaluadas.

En relación con el tercer objetivo específico, se concluye que se muestra interés por investigar la relación de las dos variables en los estudiantes de ciencia de la salud, particularmente en las carreras de medicina y enfermería. Los artículos analizados demuestran la existencia de alto nivel de ansiedad en estudiantes, posiblemente esto se debe a la naturaleza estresante de los rigurosos programas de formación, en especial en medicina. Un limitante para el análisis fue no tener investigaciones comparativas con estudiantes de otras carreras universitarias.

En relación con el cuarto objetivo específico, se concluye que, en el contexto latinoamericano, se observa un creciente interés por investigar la relación entre la inteligencia emocional (IE) y variables como la ansiedad, el estrés y la depresión. En contraste, en otros contextos geográficos, los estudios tienden a vincular la IE con una sola variable como la ansiedad o en conjunto con constructos positivos, tales como la autoestima, la resiliencia, entre otros. Al igual que en la mayoría de los estudios incluidos en esta revisión, los investigadores latinoamericanos suelen

adoptar el modelo de Salovey y Mayer como marco teórico para sustentar la IE. Asimismo, predomina el uso del instrumento TMMS-24, adaptado por Fernández et al. (2004), para su evaluación. Estos hallazgos evidencian la relevancia de seguir profundizando en el estudio de la IE como variable clave en la promoción de la salud mental, especialmente en contextos vulnerables como los de América Latina.

En relación con el quinto objetivo específico, se concluye que los estudios revisados evidencian la existencia de diferencias significativas en la relación entre inteligencia emocional (IE) y ansiedad según el género. En el caso de las mujeres, se observa una mayor tendencia a presentar niveles elevados de atención emocional, lo que podría estar vinculado a un incremento en los niveles de ansiedad, posiblemente debido a una mayor focalización en las emociones sin una adecuada claridad o regulación de estas. Por el contrario, en los varones, se destaca que altos niveles de claridad y reparación emocional se asocian con una reducción de la ansiedad, lo que sugiere una mayor capacidad para comprender y gestionar sus estados emocionales de manera adaptativa.

Estos hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de considerar el factor género en el análisis de la relación entre IE y ansiedad, así como en el diseño de intervenciones psicoeducativas o clínicas. Promover habilidades emocionales específicas en función de las diferencias de género podría ser clave para prevenir o mitigar los efectos de la ansiedad en distintas poblaciones.

6. Recomendaciones

Se recomienda realizar la revisión de literatura con criterios de elegibilidad más específicos. Por ejemplo, un solo enfoque teórico de la IE (habilidad o rasgo) y delimitar mejor la ansiedad variable (trastorno de ansiedad generalizado, ansiedad social, ansiedad estado-rasgo etc.) lo que reduciría la heterogeneidad de los estudios revisados y facilitaría comparaciones más precisas.

Se recomienda sistematizar estudios sobre la relación de las dimensiones de la IE y ansiedad con mayor número de artículos, lo que daría lugar a hallazgos más sólidos para intervenir en cada dimensión.

Dada la heterogeneidad de los hallazgos y los posibles sesgos identificados en los estudios revisados sobre la relación entre la inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad en población universitaria, se recomienda la realización de un metaanálisis que permita integrar los tamaños del efecto reportados. Esta estrategia metodológica facilitaría una estimación más robusta, precisa y generalizable acerca del vínculo entre la inteligencia emocional y los trastornos de ansiedad, consolidando la evidencia empírica disponible y aportando mayor claridad a sus implicancias teóricas y prácticas.

Es necesario realizar una revisión de investigaciones sobre la relación entre la IE y la ansiedad que incluyan un mayor número de países latinoamericanos, con el fin de homogenizar los hallazgos en este contexto. Asimismo, se requiere profundizar en cómo influye el género en dicha relación. Para ello, es fundamental contar con un número de estudios y que las muestras consideradas en la sistematización presenten una proporción equitativa de mujeres y varones.

También es fundamental mejorar la evaluación de calidad de los estudios incluidos, para lo cual se recomienda el uso de herramientas estandarizadas, lo que permitiría una selección más rigurosa y evitar sesgos en la interpretación de resultados.

Futuras revisiones deben incluir bases de datos más especializadas en psicología y salud mental: PsycINFO, PubMed, Web of Science o Medline.

Se recomienda diseñar programas de intervención que permitan un manejo adecuado de la atención emocional, evitando focalizarse en las emociones negativas y fortalecer las dimensiones de claridad y reparación emocional en estudiantes universitarios, esto podría lograrse a través de talleres de regulación emocional, programas de educación emocional o estrategias de afrontamiento enfocados en reducir la ansiedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abdel Wahed, W. Y., & Hassan, S. K. (2017). Prevalence and associated factors of stress, anxiety and depression among medical Fayoum University students. *Alexandria Journal of Medicine*, 53(1), 77-84. <https://doi.org/10.1016/j.ajme.2016.01.005>
- Aguilar-Priego, L., Guzmán-Toledo, R. M., & Rojas-Solís, J. L. (2024). Inteligencia emocional como factor protector ante depresión, ansiedad, estrés y burnout en estudiantes universitarios. *Avances en Psicología*, 32(1), 1-16. <https://doi.org/10.33539/avpsicol.2024.v32n1.3224>
- Akbar, R. R., Prananda, Y. P., Anggraini, D., & Hariyani, I. P. (2023). Anxiety in Medical Students: In Terms of the Influence of Efficacy Aspects and Emotional Intelligence. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 11(E), 316-321. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2023.11452>
- Ardiles, R., Alfaro, P., Moya, M., Leyton, C., Rojas, P., & Videla, J. (2020). La inteligencia emocional como factor amortiguador del burnout académico y potenciador del engagement académico. *Revista Electrónica de Investigación en Docencia Universitaria*, 2(1), 53-83. <https://doi.org/10.54802/r.v2.n1.2020.10>
- Asif, S., Muddassar, A., Shahzad, T. Z., Raouf, M., & Pervaiz, T. (2020). Frequency of depression, anxiety and stress among university students. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(5), 971-976. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.5.1873>

- Aung, M. K., & Moe, S. A. K. (2020). Inteligencia emocional y ansiedad social de estudiantes universitarios de Sagaing. *Journal Myanmar Acad. Artes y Ciencias*, 18(98), 313-325.
- Ávila Toscano, J. H., Rambal Rivaldo, L., Oquendo Gonz'alez, K., & Vargas Delgado, L. (2021). Ansiedad ante exámenes en universitarios: Papel de engagement, inteligencia emocional y factores asociados con pruebas académicas. *Psicogente*, 24(46), 1-24. <https://doi.org/10.17081/psico.24.46.4338>
- Ayala-Servín, N., Duré Martínez, M. A., Urizar González, C. A., Insaurrealde-Alviso, A., Castaldelli-Maia, J. M., Ventriglio, A., Almirón-Santacruz, J., García, O. E., & Torales, J. C. (2021). Emotional intelligence associated with levels of anxiety and depression in medical students of a public University. *Anales de la Facultad de Ciencias Médicas (Asunción)*, 54(2), 51-60. <https://doi.org/10.18004/anales/2021.054.02.51>
- Baer, R. A., Smith, G. T., Lykins, E., Button, D., Krietemeyer, J., Sauer, S., Walsh, E., Duggan, D., & Williams, J. M. G. (2008). Construct Validity of the Five Facet Mindfulness Questionnaire in Meditating and Nonmeditating Samples. *Assessment*, 15(3), 329-342. <https://doi.org/10.1177/1073191107313003>
- Bar-On, R. (1997). *BarOn Emotional Quotient Inventory: Technical Manual*. Multi-Health Systems.

- Barraza, R., Muñoz, N., Alvarado, M., & Johana, M. (2023). Influencia de la inteligencia emocional percibida, la ansiedad y el estrés sobre la presencia de síntomas depresivos en estudiantes de medicina chilenos/as. *Revista Chilena de Neuro-psiquiatría*, *61*(3), 286-297. <https://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v61n3/0717-9227-rchnp-61-03-0286.pdf>
- Barraza-López, R. J., Muñoz-Navarro, N. A., & Behrens-Pérez, C. C. (2017). Relación entre inteligencia emocional y depresión-ansiedad y estrés en estudiantes de medicina de primer año. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, *55*(1), 18-25. <https://doi.org/10.4067/S0717-92272017000100003>
- Beck, A., Wüstenberg, T., Genauck, A., Wrase, J., Schlagenhauf, F., Smolka, M. N., Mann, K., & Heinz, A. (2012). Effect of Brain Structure, Brain Function, and Brain Connectivity on Relapse in Alcohol-Dependent Patients. *Archives of General Psychiatry*, *69*(8), 842. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2011.2026>
- Berking, M., Margraf, M., Ebert, D., Wupperman, P., Hofmann, S. G., & Junghanns, K. (2011). Deficits in emotion-regulation skills predict alcohol use during and after cognitive-behavioral therapy for alcohol dependence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *79*(3), 307-318. <https://doi.org/10.1037/a0023421>
- Bojórquez, C. I., & Moroyoqui, S. G. (2020). Relación entre inteligencia emocional percibida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, *41*(13), 7-16. <https://www.revistaespacios.com/a20v41n13/a20v41n13p07.pdf>

- Botero, C., & Delfino, G. (2020). Ansiedad e inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 12(1), 193-194. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7447390>
- Brody, N. (2004). What cognitive intelligence is and what emotional intelligence is not. *Psychological Inquiry*, 15(3), 234-238. <https://psycnet.apa.org/record/2004-18872-006>
- Carpenter, J. K., Andrews, L. A., Witcraft, S. M., Powers, M. B., Smits, J. A. J., & Hofmann, S. G. (2018). Cognitive behavioral therapy for anxiety and related disorders: A meta-analysis of randomized placebo-controlled trials. *Depression and Anxiety*, 35(6), 502-514. <https://doi.org/10.1002/da.22728>
- Chacón Delgado, E., Xatruch De la Cera, D., Fernández Lara, M., & Murillo Arias, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Dasor, M. Md., Jafridin, A. A., Azhar, A. A., Asma, A. A. A., Manivannan, P. C., Bilal, S., Yusof, N., & Sabri, B. A. Md. (2023). Emotional Intelligence, Depression, Stress and Anxiety Amongst Undergraduate Dental Students During the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Public Health*, 68, 1604383. <https://doi.org/10.3389/ijph.2023.1604383>
- Dhawan, M., & Kour, Dr. P. (2024). Role Of Emotional Intelligence And Self-Esteem On Social Anxiety Among College Students. *Educational Administration Theory and Practices*, 30(4), 8609-8616. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i4.2790>

- Díaz Kuaik, I., & de la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: Revisión y delimitación conceptual. *Summa Psicológica UST*, 16(1), 42-50.
<https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/130624>
- Doyle, N. A., Davis, R. E., Quadri, S. S. A., Mann, J. R., Sharma, M., Wardrop, R. M., & Nahar, V. K. (2021). Associations between stress, anxiety, depression, and emotional intelligence among osteopathic medical students. *Journal of Osteopathic Medicine*, 121(2), 125-133.
<https://doi.org/10.1515/jom-2020-0171>
- Engel, G. L. (1977). The Need for a New Medical Model: A Challenge for Biomedicine. *Science*, 196(4286), 129-136.
<https://doi.org/10.1126/science.847460>
- Extremera, N., & Fernández-Berrocal, P. (2006). Emotional Intelligence as Predictor of Mental, Social, and Physical Health in University Students. *The Spanish Journal of Psychology*, 9(1), 45-51.
<https://doi.org/10.1017/s1138741600005965>
- Fernández Berrocal, |Pablo, & Ramos Díaz, N. (2019). *Desarrolla tu inteligencia emocional* (9ª ed). Kairós.
- Fernández Berrocal, P., & Cabello, R. (2021). Inteligencia emocional como fundamento de la educación emocional. *Revista Internacional de Educación Emocional y Bienestar*, 1(1), 31-46.
<https://doi.org/10.48102/rieeb.2021.1.1.5>
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N., & Ramos, N. (2004). Validity and Reliability of the Spanish Modified Version of the Trait Meta-Mood Scale.

Psychological Reports, 94(3), 751-755.
<https://doi.org/10.2466/pr0.94.3.751-755>

Ferrándiz, C., Marín, F., Gallud, L., Ferrando, M., López Pina, J. A., & Prieto, M. D. (2006). Validez de la escala de inteligencia emocional de Schutte en una muestra de estudiantes universitarios. *Ansiedad estrés*, 12(2/3), 167-179.
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-74875>

Frankl, V. E. (2015). *El Hombre en Busca de Sentido*. Herder, Editorial S.A.

García, V. A. P. (2021). *Relación entre Inteligencia Emocional y Ansiedad en Estudiantes Universitarios*. Universidad Rafael Urdaneta.
<https://documentos.uru.edu/pdf/ART/PIAA.3201-22-00413.pdf>

Goleman, D. (1995). *Inteligencia emocional*. Kairós.

Guerrero-Jiménez, K., Pacheco-Ortega, J., Romero-Cisneros, D., & Tacuri-Reino, R. (2021). Análisis exploratorio de la relación entre ansiedad e inteligencia emocional de estudiantes universitarios cuidadores y no cuidadores durante la pandemia de Coronavirus. Caso. *Maskana*, 12(1), 35-40.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8273516>

Guil, R., & Gil-Olarte Márquez, P. (2021). Inteligencia Emocional y Educación: Desarrollo de competencias socioemocionales. En *Manual de Inteligencia Emocional* (pp. 189-215). Ediciones Pirámide.
https://www.researchgate.net/publication/349457341_Inteligencia_Emocional_y_Educacion_desarrollo_de_competencias_socioemocionales

Hernández-Corona, M. E., & Cuanalo-Sánchez, E. A. (2023). Adolescencia y adultez temprana: Etapas complejas en el desarrollo humano. En *La investigación, prevención e intervención en la violencia de pareja de*

adolescentes y jóvenes del. Puebla. CONCYTEP.
<https://www.aacademica.org/eduardo.arturo.cuanalo.sanchez/2>

Hettema, J. M., Neale, M. C., & Kendler, K. S. (2001). A Review and Meta-Analysis of the Genetic Epidemiology of Anxiety Disorders. *American Journal of Psychiatry*, *158*(10), 1568-1578.
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.10.1568>

Jan, R., Ahmed, S., & Asif Naveed, M. (2020). Relationship of emotional intelligence with information seeking anxiety among postgraduate students at universities of Khyber Pakhtunkhwa, Pakistan. *Pakistan Library & Information Science Journal*, *51*(ICEIL-II), 77-88.
https://www.researchgate.net/publication/346264817_Relationship_of_emotional_intelligence_with_information_seeking_anxiety_among_postgraduate_students_at_universities_of_Khyber_Pakhtunkhwa_Pakistan

Landy, F. J. (2005). Some historical and scientific issues related to research on emotional intelligence. *Journal of Organizational Behavior*, *26*(4), 411-424. <https://doi.org/10.1002/job.317>

López Cruz, M., Moraes Fonseca, T., Crissi Macedo, K., Zubko, D. J., & Giménez, M. B. (2023). Inteligencia emocional asociada a niveles de ansiedad y depresión de los estudiantes de medicina de la universidad privada del este-sede presidente franco. *Revista Científica Salud Y Sociedad*, *3*(1), 3-12.
<https://revista.upevirtual.com/index.php/revistasaludysociedad/article/view/28>

Manterola, C., Rivadeneira, J., Delgado, H., Sotelo, C., & Otzen, T. (2023). ¿Cuántos Tipos de Revisiones de la Literatura Existen? Enumeración,

Descripción y Clasificación. Revisión Cualitativa. *International Journal of Morphology*, 41(4), 1240-1253. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022023000401240>

Masha'al, D., Rababa, M., Hayajneh, A., & Shahrour, G. (2024). The mediating role of emotional intelligence on nursing students' coping strategies and anxiety during the COVID-19 pandemic. *PLOS ONE*, 19(4), e0300057. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0300057>

Mercader-Rubio, I., Gutiérrez Ángel, N., Silva, S., Moisés, A., & Brito-Costa, S. (2023). Relationships between somatic anxiety, cognitive anxiety, self-efficacy, and emotional intelligence levels in university physical education students. *Frontiers in Psychology*, 13, 1059432. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1059432>

Mesquita, B., & Walker, R. (2003). Cultural differences in emotions: A context for interpreting emotional experiences. *Behaviour Research and Therapy*, 41(7), 777-793. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(02\)00189-4](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(02)00189-4)

Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., & Altman, D. G. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>

Montero Saldaña, B., López Ramírez, J. P., & Higareda Sánchez, J. J. (2022). INTELIGENCIA EMOCIONAL, ANSIEDAD Y DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DURANTE LA PANDEMIA POR COVID-19. *Revista de Psicología de la Universidad Autónoma del Estado de México*, 11(26), 146. <https://doi.org/10.36677/rpsicologia.v11i26.19075>

- Nutt, D. J. (2001). Neurobiological Mechanisms in Generalized Anxiety Disorder. *Journal of Clinical Psychiatry*, 62, 22-28. [https://www.scirp.org/\(S\(czeh2tfqw2orz553k1w0r45\)\)/reference/referencepapers?referenceid=3407827](https://www.scirp.org/(S(czeh2tfqw2orz553k1w0r45))/reference/referencepapers?referenceid=3407827)
- Ordoñez, J. M. (2020). LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y SU EFECTO PROTECTOR ANTE LA ANSIEDAD, DEPRESIÓN Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS. *TZHOECOEN*, 12(4), 449-461. <https://doi.org/10.26495/tzh.v12i4.1395>
- Organización Mundial de la Salud. (2022, marzo 2). *La pandemia de COVID-19 aumenta en un 25% la prevalencia de la ansiedad y la depresión en todo el mundo*. WHO. <http://who.int/es/news/item/02-03-2022-covid-19-pandemic-triggers-25-increase-in-prevalence-of-anxiety-and-depression-worldwide>
- Organización Mundial de la Salud. (2023, septiembre 27). *Trastornos de ansiedad*. WHO. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
- Panamá Durán, P. S., Valdiviezo Llivipuma, V. F., & Vintimilla Espinoza, M. J. (2023). Niveles de depresión y ansiedad y su relación con el rendimiento académico de los estudiantes universitarios del área de salud. Revisión sistemática. *AlfaPublicaciones*, 5(2.1), 163-184. <https://doi.org/10.33262/ap.v5i2.1.373>
- Papalia, D. E., Feldman Duskin, R., & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* (12th ed.). McGraw-Hill.

- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2001). Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies. *European Journal of Personality*, 15(6), 425-448. <https://repositorio.unican.es/xmlui/bitstream/handle/10902/11520/Tesis%20SVA.pdf?sequence=1>
- Rahim, M. A., Psenicka, C., Polychroniou, P., Zhao, J., Yu, C., Anita Chan, K., Wai Yee Susana, K., Alves, M. G., Lee, C., Ralunan, S., Ferdausy, S., & Van Wyk, R. (2020). A MODEL OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AND CONFLICT MANAGEMENT STRATEGIES: A STUDY IN SEVEN COUNTRIES. *The International Journal of Organizational Analysis*, 10(4), 302-326. <https://doi.org/10.1108/eb028955>
- Ríos-Flórez, J. A., Escudero-Corrales, C., López-Gutiérrez, C. R., Estrada Mira, C. M., Montes Paniagua, J., & Muñoz-Giraldo, A. D. J. (2019). Autopercepción del estado de ánimo y presencia de ansiedad y depresión en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 11(1), 61-92. <https://doi.org/10.17533/udea.rp.v11n1a03>
- Rodrich Zegarra, P. A. (2023). *Inteligencia emocional y ansiedad estado-rasgo en estudiantes de una Universidad Privada de Lima Metropolitana* [Tesis de Maestría, Universidad de San Martín de Porres]. Repositorio de la Universidad San Martín de Porres. <https://repositorio.usmp.edu.pe/handle/20.500.12727/12106>
- Ruffat Gutiérrez, M. (2010). Calidad de vida en migrantes universitarios asentados en la región metropolitana de Santiago de Chile. *Hologramatica*, 7(14), 37-40.

https://www.cienciared.com.ar/ra/usr/3/1091/hologramatica_n14_v1pp37_40.pdf

Salguero, J. M., Fernández-Berrocal, P., Balluerka, N., & Aritzeta, A. (2010). Measuring Perceived Emotional Intelligence in the Adolescent Population: Psychometric Properties of the Trait Meta-Mood Scale. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 38(9), 1197-1209. <https://doi.org/10.2224/sbp.2010.38.9.1197>

Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. En *Emotion, disclosure, & health*. (pp. 125-154). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10182-006>

Sandoval Medina, V. P. (2020). *Inteligencia emocional y ansiedad rasgo-estado en estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de una universidad en Lima Norte* [Tesis de Maestría, Universidad Cayetano Heredia]. Repositorio de la Universidad Cayetano Heredia. <https://repositorio.upch.edu.pe/handle/20.500.12866/8384>

Shi, M., Lu, X., & Du, T. (2022). Associations of trait emotional intelligence and stress with anxiety in Chinese medical students. *PLOS ONE*, 17(9), e0273950. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0273950>

Trigueros, R., Padilla, A. M., Aguilar-Parra, J. M., Rocamora, P., Morales-Gázquez, M. J., & López-Liria, R. (2020). The Influence of Emotional Intelligence on Resilience, Test Anxiety, Academic Stress and the Mediterranean Diet. A Study with University Students. *International*

Journal of Environmental Research and Public Health, 17(6), 2071.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17062071>

Wege, N., Muth, T., Li, J., & Angerer, P. (2016). Mental health among currently enrolled medical students in Germany. *Public Health*, 132, 92-100.
<https://doi.org/10.1016/j.puhe.2015.12.014>

Wells, J., Watson, K., E. Davis, R., Siraj A. Quadri, S., R. Mann, J., Verma, A., Sharma, M., & Nahar, V. K. (2021). Associations among Stress, Anxiety, Depression, and Emotional Intelligence among Veterinary Medicine Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3934. <https://doi.org/10.3390/ijerph18083934>

Zeidner, M., Roberts, R. D., & Matthews, G. (2002). Can Emotional Intelligence Be Schooled? A Critical Review. *Educational Psychologist*, 37(4), 215-231.
https://doi.org/10.1207/S15326985EP3704_2

ANEXOS

1. Constancia de aprobación