

UNIVERSIDAD DE LAS AMÉRICAS

Maestría en Psicología Clínica

**Inteligencia emocional y Síndrome de Burnout en
estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería**

Autora

Jhoana Elizabeth Campoverde Barros

Docente

Carlos Burneo Garcés, PhD.



Resumen

Introducción. Existen varios generadores de estrés estudiantil que inciden en los discentes universitarios como la sobrecarga académica, relaciones interpersonales entre pares y docentes, procesos evaluativos, entre otros que afectan su estado emocional y salud mental; estrés que de volverse crónico puede desarrollar el Síndrome de Burnout el cual afecta de manera particular a poblaciones del área de la Salud como es el caso de la Carrera de Enfermería. Sobre este aspecto se han establecido varios procesos que pretenden disminuir dicho síndrome, entre los que se encuentra el fortalecimiento de la inteligencia emocional la cual ha sido identificada como preventiva frente al Burnout. **Problema.** Sin embargo, pese a que existen investigaciones que indican que los estudiantes universitarios de Enfermería presentan una alta prevalencia de este síndrome no se ha investigado ampliamente su relación con la inteligencia emocional en esta población de estudio, lo que sugiere la necesidad de realizar investigaciones en estudiantes de Enfermería y encontrar alternativas que propendan la reducción del Síndrome de Burnout. **Objetivo.** Estudiar la relación entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estudiante de la Carrera de Enfermería y aplicar un plan que fortalezca la inteligencia emocional a fin de prevenir dicho síndrome. **Metodología.** Con esta finalidad, se diseñará y validará en población estudiantil universitaria una propuesta que investigue el nexo entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout, al igual que un plan de intervención que propende el desarrollo de la inteligencia emocional como estrategia preventiva frente dicho síndrome. **Resultados esperados.** Con esto se pretende proporcionar al sistema de educación superior ecuatoriano y a la comunidad científica un proyecto que propenda el desarrollo de la inteligencia emocional y contribuya a la reducción de las cifras de Burnout en la comunidad estudiantil universitaria.

Palabras clave: Inteligencia emocional, Síndrome de Burnout, estudiantes, universidad.



Abstract

Introduction. There are several generators of student stress that affect university students such as academic overload, interpersonal relationships between peers and teachers, evaluation processes, among others that affect their emotional state and mental health; stress that if it becomes chronic can develop Burnout Syndrome which particularly affects populations in the area of Health as is the case of the Nursing Career. On this aspect, several processes have been established to reduce this syndrome, among which is the strengthening of emotional intelligence which has been identified as a preventive against Burnout. **Problem.** However, despite the existence of research indicating that university nursing students have a high prevalence of this syndrome, its relationship with emotional intelligence in this study population has not been widely investigated, which suggests the need to conduct research on nursing students and find alternatives that promote the reduction of Burnout Syndrome. **Objective.** To study the relationship between emotional intelligence and Burnout Syndrome in nursing students and to apply a plan to strengthen emotional intelligence in order to prevent Burnout Syndrome. **Methodology.** With this purpose, a proposal that investigates the link between emotional intelligence and Burnout Syndrome will be designed and validated in a university student population, as well as an intervention plan that favors the development of emotional intelligence as a preventive strategy against Burnout Syndrome. **Expected results.** The aim is to provide the Ecuadorian higher education system and the scientific community with a project that promotes the development of emotional intelligence and contributes to the reduction of Burnout figures in the university student community.

Key words: Emotional intelligence, Burnout Syndrome, students, university.



Índice de contenidos

1. Introducción.....	6
2. Justificación y relevancia del tema.....	8
3. Pregunta de investigación.....	9
4. Objetivos.....	9
5. Marco teórico.....	10
6. Marco metodológico.....	29
7. Resultados esperados.....	39
8. Propuesta de intervención en psicología clínica.....	41
8.1. Nivel de intervención.....	41
8.2. Fundamentación.....	41
8.3. Descripción de la propuesta.....	43
8.4. Población objetivo.....	57
8.5. Actividades de intervención.....	57
8.6. Recursos necesarios para implementar la intervención.....	58
8.7. Plan de evaluación de la intervención.....	59
8.8. Viabilidad.....	59
9. Discusión, conclusiones y recomendaciones.....	60
9.1. Implicaciones de los resultados esperados para la investigación y la práctica clínica... 61	
9.2. Limitaciones y fortalezas de la propuesta de investigación y de la propuesta de intervención.....	61
9.3. Conclusiones generales tras desarrollar la propuesta de investigación y la propuesta de intervención.....	62
9.4. Recomendaciones o propuestas.....	63
10. Referencias.....	63



Índice de tablas

Tabla 1. Planificación de actividades por objetivo específico	36
Tabla 2. Resultados de inteligencia emocional en población universitaria.....	40
Tabla 3. Actividades de intervención del plan de inteligencia emocional	57
Tabla 4. Recursos necesarios para implementar la intervención	58



1. INTRODUCCIÓN

Contextualización

En la vida académica universitaria existen generadores de estrés estudiantil como las evaluaciones académicas, relaciones con docentes y sobrecarga de tareas; los cuales deterioran el estado emocional y salud mental y física del estudiantado (Espinosa et al., 2020; Osorio et al., 2020; Silva et al., 2020). Lo que en algunos casos genera trastornos o cambios del estado de ánimo; encontrándose estos aspectos entre las principales causas de bajo rendimiento académico, abandono y deserción universitaria (Caro et al., 2019; Vera et al., 2020). Cuando este estrés se vuelve crónico puede presentarse el Síndrome de Burnout (Liébana et al., 2018); caracterizándose por sentimiento de pérdida de realización personal, despersonalización y agotamiento emocional; asociado a una sobrecarga psicológica en sus funciones sociales y/o productivas (Avecillas et al., 2021). Afectando su desarrollo, satisfacción académica, comprensión, educación, desempeño académico (Farina, 2020), y sus creencias de auto eficiencia; generando una profunda desmotivación, pérdida de interés en sus estudios, desconfianza en sus capacidades e inseguridad (Álvarez y López, 2021; Seperak et al., 2021). Síndrome que presenta una mayor prevalencia en discentes de las Ciencias de la Salud (Rosales et al., 2020; Trunce et al., 2020).

En este sentido, existen investigaciones que determinan que la inteligencia emocional tiene un efecto protector frente al estrés académico en estudiantes universitarios, proporcionando una mayor capacidad de afrontamiento (Montenegro, 2020), relacionándose positivamente con la adaptabilidad y rendimiento académico en esta población (Idrogo y Asenjo, 2021); además de asociarse con el engagement académico —estado de bienestar psicológico generador de compromiso estudiantil— (Arias et al., 2020). Por lo que, es importante que las instituciones de educación superior fortalezcan esta inteligencia en su estudiantado (Torres y Sosa, 2020), lo que



podría repercutir de forma positiva en el compromiso académico (Pérez et al., 2020); propendiendo de esta manera al bienestar estudiantil y la continuidad del discente en la vida universitaria; aportando así en la consecución de su plan de vida.

Planteamiento del problema

Aunque hay estudios que indican que en los estudiantes universitarios ecuatorianos de Enfermería existe una alta prevalencia del Síndrome de Burnout, aspecto que ha llegado a tener consecuencias negativas importantes en dicha población llevándola incluso a la deserción universitaria, no se ha investigado ampliamente la correlación entre la inteligencia emocional y dicho síndrome en esta población; pese a que la evidencia científica indica que dicha inteligencia tiene un efecto protector sobre el síndrome de Burnout.

Breve revisión de la literatura

Existen estudios que determinan la existencia del Síndrome de Burnout en discentes de Enfermería. En España, se identificó una asociación positiva y moderada para el agotamiento y cinismo, y negativa y más débil en auto eficacia (Liébana et al., 2018). En otro estudio el 45,75% presentó cansancio emocional y despersonalización, y el 69,93% baja realización personal (Muñoz et al., 2022). En Ecuador, otra investigación reportó que más del 28% tiene niveles moderados y altos de agotamiento emocional, cerca del 19% cinismo y el 10% agotamiento (Rosales et al., 2020). En este mismo país, en la ciudad de Cañar, se encontró que el 76,6% presentó un Burnout leve, el 20,3% moderado y el 0,5% profundo; siendo relevante que sólo el 2,6% no lo presenta (Avecillas et al., 2021).

Sin embargo, al analizar la correlación entre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout en esta población la información no es amplia; ya que las exploraciones se centran mayormente en alumnos no universitarios, profesionales enfermeros y/o internos de Enfermería; evidenciándose



esta situación en algunos estudios de metaanálisis (Ferreira et al., 2023; Puertas et al., 2020). En cuanto a las investigaciones realizadas específicamente en población universitaria de Enfermería, en España, se encontraron relaciones significativas entre el riesgo psicopatológico y la inteligencia emocional; viéndose necesario el trabajo de esta inteligencia (Delgado et al., 2019). En Chile, se evidenció que las dimensiones de inteligencia emocional aumentan el engagement académico (Ardiles et al., 2020); mientras que, otro estudio, señala que la intervención en dicha inteligencia podría disminuir el estrés, Burnout y generar mayor vinculación académica (Alvarez et al., 2018). Finalmente, en Ecuador no se encontraron estudios que generen esta correlación, pero, se han identificado falencias en relación a la inteligencia emocional en estudiantes universitarios, con valores por debajo de los estándares en la capacidad de regular sus emociones (Remache et al., 2023).

2. JUSTIFICACIÓN Y RELEVANCIA DEL TEMA

La evidencia científica ha identificado que el Síndrome de Burnout se encuentra presente en discentes universitarios de Enfermería, afectando su desempeño académico y llevándolos a que se desmotiven y pierdan el interés en sus estudios; sin embargo, la literatura existente ha centrado su interés en los profesionales enfermeros o en sus internos, pero, las aportaciones de cómo llegar a contrarrestarlo en el estudiantado aún son insuficientes, pese a la existencia de estudios que asocian el desarrollo de la inteligencia emocional como predictor del engagement académico el cual apunta a fortalecer el bienestar psicológico repercutiendo positivamente en el desempeño universitario y por ende incidiendo de manera efectiva en el Burnout. Por este motivo plantear un proyecto de investigación que identifique la asociación entre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout se torna relevante, ya que si se identifica científicamente su relación se podría mejorar



el desarrollo y rendimiento académico de esta población, generando un mayor bienestar psicológico y por ende potenciando la consecución de sus estudios.

3. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

A partir del desarrollo del objeto de esta investigación y considerando la relevancia de la relación existente entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout surge la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuál es la relación entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estudiantes ecuatorianos de la Carrera de Enfermería?

4. OBJETIVOS

Para dar respuesta al tema de investigación, así como, a la pregunta de investigación se presenta un objetivo general y cuatro objetivos específicos, mismos que se detallan a continuación:

Objetivo general

Estudiar la relación entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.

Objetivos específicos

- Conocer las características sociodemográficas de los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.
- Estudiar las características de la inteligencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.
- Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.
- Analizar el nexo entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.



5. MARCO TEÓRICO

Con el fin de fundamentar científicamente el presente estudio se realiza una revisión de la literatura la cual se estructura en dos aspectos principales; en primer lugar, describe a la inteligencia emocional desde una aproximación histórica y conceptual, las claves la fundamentan, su prevalencia en estudiantes universitarios y la relación que existe entre esta inteligencia y el desempeño académico universitario; en segundo lugar, se establece una aproximación histórica y conceptual del Síndrome de Burnout, los factores que se asocian a dicho síndrome, la repercusión que tiene en los estudiantes universitarios y la prevalencia que presenta en esta población. Por otro lado, se realiza una revisión de la literatura relacionada a la pregunta de investigación y los objetivos planteados en el presente estudio, en donde se analiza la relación existente entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en la población universitaria y más específicamente en los discentes de la Carrera de Enfermería; finalmente, se presentan las limitaciones y vacíos encontrados en la revisión de la literatura que motiva a la ejecución de la presente investigación.

5.1. Inteligencia emocional

La inteligencia emocional ha sido estudiada en varios ámbitos del desarrollo del ser humano tanto sociales, laborales, personales, educativos, entre otros; tomando un particular interés en este último dada la implicancia que tiene en el desarrollo de competencias académicas que potencian el desempeño académico de los estudiantes; motivo por el cual, en este apartado se pretende realizar una aproximación histórica y conceptual de la inteligencia emocional y generar un análisis de estudios realizados en la población discente universitaria.

5.1.1. Aproximación histórica y conceptual



Dentro de la historia de la psicología el concepto de inteligencia ha tomado diferentes direcciones asociándose conceptos que abarcan desde la capacidad para la solución de problemas, razonamiento y adaptación al ambiente; se la considera también como la actividad psíquica compleja que organiza habilidades, emplea procedimientos o recursos de manera eficiente, entre otros criterios. En este sentido Howard Gardner en el año de 1983 plantea que no existe un única inteligencia, por el contrario, las personas poseen por lo menos ocho que comprenden: inteligencia musical, naturalista, espacial, lingüística, cinestésico-corporal, lógico-matemática, interpersonal e intrapersonal; por lo que, el individuo aprende de múltiples maneras existiendo por lo tanto diversas habilidades y capacidades (Chura, 2019).

Esta base epistemológica dio lugar a que en el año de 1990 Peter Salovey y John Mayer añadan en el criterio de la inteligencia personal al concepto de *inteligencia emocional*, definiéndola como la “habilidad para percibir, valorar y expresar emociones, relacionada también la habilidad para acceder o generar sentimientos cuando facilitan el pensamiento y conocimiento emocional y la habilidad para regular emociones que promuevan el crecimiento emocional e intelectual” (Gallego et al., 2021, p. 116); a su vez estos autores definieron cinco capacidades integradoras de la competencia emocional que comprenden: la capacidad para saber ponerse en el lugar de los demás, saber manejar las emociones propias, reconocer las propias emociones, crear relaciones sociales y utilizar el potencial existente.

Luego, en el año 1995 Daniel Goleman, considerado como uno de los mayores investigadores de la inteligencia emocional, menciona que son necesarias las habilidades personales y sociales para un desempeño laboral destacado; además, coloca en un mismo nivel de relevancia a los componentes no cognitivos y los cognitivos de la inteligencia argumentando que el cerebro emocional es anterior al racional (Cervantes y Rojas, 2023). Planteando cinco



capacidades básicas inherentes a las emociones y sentimientos que indican que, si una persona con inteligencia emocional logra con mayor facilidad el manejo de sus emociones negativas, le permitirá tener mejores habilidades empáticas, mayor interrelación personal y alcanzar una mayor felicidad al generar un incremento de su autoconocimiento y autoconciencia emocional, repercutiendo positivamente en su conducta; estas capacidades son: “1. Descubrir las emociones y sentimientos propios, 2. Reconocerlos, 3. Manejarlos, 4. Crear una motivación propia, 5. Gestionar las relaciones personales” (García 2020, p. 6).

5.1.2. Claves fundamentales de la inteligencia emocional

Para que la inteligencia emocional pueda consolidarse adecuadamente se requiere de cinco claves esenciales que son: autoconciencia emocional, autocontrol emocional, automotivación, empatía y habilidades sociales; estas claves se plantean considerando los principios presentados por Arrabal (2018), quien sugiere:

Autoconciencia emocional

Las personas, aunque parezca sorprendente, no siempre tienden a conocerse interiormente, dando por hecho aspectos de sus propios sentimientos sin detenerse a pensar cómo estos sentimientos afectan su estado emocional y sus acciones; por ello, se vuelve relevante la autoconciencia emocional que comprende procesos de autoobservación y autoevaluación.

En este sentido, cuando se observa con atención hacia el interior del propio individuo, más concretamente hacia nuestro propios sentimientos, en ocasiones estos tienden a disminuir o dispersarse, para ello, esta autora recomienda: Buscar un lugar en el cual se pueda estar solos, que sea tranquilo y silencioso; a fin de pasar a un proceso de relajación que permita enfocarse en los propios sentimientos y, una vez ubicado el sentimiento, se lo observa sin juzgar imaginando que no es uno mismo quien lo observa, al observar el sentimiento evitando pensar si está bien o mal o



si es o no de nuestro gusto; al cabo de un tiempo, este simple acto puede llevar a que el sentimiento disminuya o se disperse; esto se genera debido a que observar desde fuera hacia dentro permite que el sentimiento no se estanque. Al inicio puede que se perciba que el sentimiento aún continúe, sin embargo, con la práctica se genera un entrenamiento mental que permite tomar el control del sentimiento, dando paso a la segunda clave de la inteligencia emocional.

Autocontrol emocional

Continuando con este autor esta segunda clave contempla aceptar las emociones tal y como se presentan y, con esta premisa, llegar a un dominio de su intensidad y por ende de la influencia que esta emoción pueda generar en el individuo; para ello, es importante conocer que las emociones pueden tener un límite, a fin de que estas lleguen a ser sanas y constructivas. Desde este criterio es importante considerar que los pensamientos tóxicos (pensamientos negativos que llevan a tener emociones negativas) influyen negativamente en nuestro desarrollo personal, por lo que, tomar consciencia de que es el individuo quien toma el control de sus pensamientos lo vuelve dueño de sus propias emociones, por lo tanto, si se logra controlar estos pensamientos tóxicos, analizando la situación antes de sacar una conclusión deliberada, se puede llegar a tener un autocontrol emocional.

En este sentido se recomienda que, cuando se llegue a tener un sentimiento negativo, se tome conciencia del sentimiento evaluándolo del 1 al 10 (en donde 1 es muy poco y 10 es el punto máximo de malestar); luego, se identifique el pensamiento que llevó a dicha emoción, para proceder a cortar dicho pensamiento buscando uno opuesto, uno más positivo o uno más agradable. Esta actividad generará el hábito de cortar los pensamientos negativos y, por lo tanto, no permite que surjan sentimientos negativos.

Automotivación



Esta tercera clave está constituida por los motivos que llevan al individuo a tomar una decisión y realizar cualquier acto que le lleve a la consecución de una meta planteada; estos son de tipo intrínseco y llevan a la persona a realizar algo que le es importante para sí mismo, que es de su propio interés o gusto; por lo tanto, aquello que le mueve al individuo, motivándolo a hacer algo que desea.

Para ello, la persona puede imaginarse a sí mismo con su sueño cumplido, ideando cómo sería su vida y cómo se siente con ello; luego, imaginará qué ha realizado para conseguirlo; cuáles han sido los pasos ejecutados y cómo ha trabajado para llegar a la consecución de su sueño; esto permitirá trazar el camino a seguir. Esta actividad lleva a mentalizarse sobre una meta realista, motivarse y generar una hoja de ruta que revele cómo llegar a la consecución de aquello que se desea.

Empatía

Se considera empatía a la capacidad que tienen las personas para llegar a entender los problemas y situaciones por las que atraviesan aquellos individuos que se encuentran en nuestro entorno; esto no implica que se llegue a sentir lo que la otra persona está sintiendo; sino comprender que los otros individuos pueden estar viviendo situaciones personales que los lleven a actuar de diferentes maneras y que, estos actos, no necesariamente están relacionados con nosotros. Para ello se requiere tener una escucha activa de la otra persona, comprenderla y aceptar que tiene sus propias vivencias y que, en este sentido, somos también capaces de brindarle ayuda con relación a nuestras propias competencias.

Habilidades sociales

Esta quinta y última clave es entendida como las facultades que le permiten al individuo relacionarse con las otras personas, las circunstancias que los rodean y gestionar sus propias



emociones de manera positiva y fructífera. Para ello es necesario que la persona sea capaz de expresar sus sentimientos, comprender los sentimientos propios y ajenos, generar empatía, controlar su propio carácter, ser perseverante, amable, cordial y respetuoso con los demás; así como, resolver los conflictos interpersonales de manera efectiva.

5.1.3. Estado de la inteligencia emocional en estudiantes universitarios

La inteligencia emocional en estudiantes universitarios los estudios muestran resultados diversos. En una investigación realizada en México a estudiantes universitarios de distintas carreras se obtuvo que el 41% presenta poca atención; en cuanto a la claridad emocional, el 32% presentó mala claridad y el 49% adecuada; en la reparación emocional, el 19% presenta mala reparación; además, se encontró que existe relación directa entre la reparación emocional y la ansiedad (Bojórquez y Moroyoqui, 2020). En otra investigación realizada en este mismo país, en el Estado de Hidalgo, a estudiantes de la carrera de Enfermería dio como resultado que los discentes tenían una estabilidad emocional media en todos los cinco parámetros de la inteligencia emocional, lo que llevó a concluir que esta estabilidad favorecería el desarrollo de sus potencialidades profesionales (Barrera et al., 2019).

En una investigación realizada en Ecuador en estudiantes de Enfermería se encontró una inadecuada inteligencia emocional, en donde el 53,5% manifiesta que algunas veces son capaces de percibir la relación entre sus sentimientos y pensamientos; el 59,7% que a veces anticipan los efectos de sus emociones en las otras personas; revelando que varios de ellos poseen dificultades para identificar la influencia de sus pensamientos y sentimientos en sus relaciones interpersonales; además, el 44,4% expresa que a veces reflexionan sobre cómo expresar sus emociones; el 25,6% que siempre se le hace difícil coordinar claramente sus ideas al sentirse presionado a nivel académico; el 35% siempre sentirse angustiado frente a exposiciones y el 22,5% que se le hace



difícil mantener la calma cuando debe presentar evaluaciones o asignaciones académicas (Cornejo et al., 2022).

En otro estudio realizado en este mismo país se identificó que los estudiantes universitarios tienen un nivel bajo de inteligencia emocional en el 12,5% y un nivel muy bajo el 21,4%, presentándose principalmente en hombres (Vallejos, 2022). Mientras que en otra investigación los estudiantes presentaron resultados adecuados en cuanto a atención emocional; pero, en claridad emocional, comprensión emocional y reparación emocional los valores fueron por debajo de los normales (Remache et al., 2023). Estos resultados indican que, en la mayoría de las investigaciones que se presentan en este apartado, los estudiantes universitarios tienen valores bajos en cuanto a su inteligencia emocional, por lo que, sería importante fortalecer este aspecto.

5.1.4. Inteligencia emocional y su relación con el desempeño académico universitario

El desempeño académico en el campo universitario comprende varios constructos que incluyen la capacidad de respuesta, el alcance de los objetivos académicos, espacios temporales del aprendizaje, aspectos pedagógicos, personales, sociales, entre otros; siendo por tanto multicausal; identificándose que un inadecuado desempeño académico lleva a un bajo rendimiento académico (Elena et al., 2022).

Por su parte el rendimiento académico, es considerado como el nivel de conocimiento del discente frente a un área o asignatura, concibiéndolo como un factor relevante y determinante en el proceso académico, pues en él se refleja el nivel del estudiante, de la planta docente y de la institución (Carreño et al., 2020). Este rendimiento establece la reprobación o aprobación de un módulo, curso o periodo académico, al igual que el éxito obtenido al final de un proceso formativo y constituye el indicador principal del aprendizaje; nivel que se lo mide a través de las calificaciones (Barren et al., 2019).



Considerando que, como se señaló previamente, la inteligencia emocional se relaciona con la habilidad de gestionar adecuadamente los sentimientos, pensamientos, emociones y promueve el crecimiento intelectual; ha sido estudiada en múltiples espacios como los organizacionales, sociales, de la salud y de la educación; tomando un particular interés en este último, pues las instancias educativas han utilizado sus criterios con el fin de fortalecer y mejorar los procesos académicos, en donde las universidades no han sido la excepción; existiendo una amplia investigación al respecto.

De ahí que surgen investigaciones que han analizado el desempeño y rendimiento académico en esta población discente; como las realizadas en España en donde se identificó que existen diferencias en relación al sexo, siendo los hombres quienes tuvieron mayores puntuaciones en todas las habilidades emocionales excepto en empatía cognitiva; mientras que, las mujeres tuvieron mayor puntuación en afectos positivos y satisfacción con la vida; en cuanto a la edad, se encontró una relación inversamente significativa con los afectos positivos y la satisfacción académica y vital (Cañero et al., 2019). En otro estudio se estableció relaciones estadísticamente significativas entre la autoeficacia educativa y la competencia emocional, pues quienes presentan bajas puntuaciones en autoeficacia académica e inteligencia emocional presentan también un bajo éxito académico (Domenech et al., 2019).

En un estudio realizado en Lisboa se identificó que esta inteligencia se relaciona positivamente con el compromiso académico (Junça y Almeida, 2023). En Vietnam se evidenció que los discentes que presentaron alta inteligencia emocional tenían un mejor desempeño académico (Nguyen y Nguyen, 2023). En otra investigación realizada en varios países en desarrollo se identificó que la productividad de los estudiantes se ve influenciada tanto por la



inteligencia emocional como por su personalidad, siendo importante el aprendizaje de habilidades emocionales en quienes presentan bajo rendimiento y fracaso académico (Dong et al., 2022).

A nivel de Latinoamérica en Ecuador, en una investigación que correlaciona a la inteligencia emocional y el rendimiento académico se obtuvo una calificación en inteligencia emocional estimada como media, además, dio como resultado una correlación positiva moderada entre estas dos variables (Mayorga, 2019). En otro estudio se estableció que esta inteligencia se relaciona moderada y positivamente con la autoeficacia académica; además, tiene un efecto indirecto en el compromiso académico (Bonilla et al., 2022).

5.2. Síndrome de Burnout

El Síndrome de Burnout ha sido estudiado en diversos ámbitos tanto laborales como académicos; ya que, el agotamiento emocional, estrés crónico, despersonalización, entre otros aspectos característicos de este síndrome han afectado el desempeño tanto de profesionales como de estudiantes; por ello, los discentes universitarios no se ven exentos de padecerlo, motivo por el cual, en este apartado se pretende generar una aproximación histórica y conceptual de dicho síndrome y analizar si su aparición tiene repercusiones en el desempeño académico de los estudiantes universitarios.

5.2.1. Aproximación histórica y conceptual

Freudenberger en el año 1974 acuñaría el término Burnout “estar quemado” para referirse a conductas de algunos jóvenes voluntarios en una clínica de toxicómanos en Nueva York quienes tenían una sobre carga laboral y presentaron signos de agotamiento, cinismo, irritabilidad y tendencia a evitar a los usuarios; tres años más tarde, Maslach en el año 1977 presentó al Burnout a la Asociación Americana de Psicólogos definiéndolo como *desgaste profesional* de quienes laboran en espacios que mantienen contacto directo con usuarios en especial docentes y personal



de la salud, identificándolo como un estrés crónico provocado por el ambiente laboral con repercusiones sociales, organizacionales e individuales; posteriormente se añadiría la repercusión en las estrategias de afrontamiento individuales pudiendo llevar a la deserción laboral o desatención a los usuarios (Martínez, 2010; Quintero et al., 2020).

En la actualidad este síndrome es reconocido por la Organización Internacional de Trabajo (Quintero et al., 2020); se encuentra presente en la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE 11) en donde se lo identifica como *síndrome de desgaste ocupacional* caracterizándolo con tres dimensiones: “1. Sentimientos de falta de energía o agotamiento; 2. Aumento de la distancia mental con respecto al trabajo, o sentimientos negativos o cínicos con respecto al trabajo; y 3. Una sensación de ineficacia y falta de realización” (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023, p. 1); aplicándose este criterio únicamente dentro del contexto laboral. Finalmente, en el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM V) no se encuentra declarado como síndrome, nombrándose de manera muy breve en el apartado correspondiente al “Glosario de conceptos culturales de malestar” dentro de los *trastornos relacionados en otros contextos culturales* (American Psychiatric Association, 2014).

Aunque el Síndrome de Burnout fue abordado inicialmente desde el área laboral, ha tomado particular interés en la población estudiantil universitaria, equiparando la sobre carga laboral con la sobrecarga académica, llevando al alumno a tener sentimientos de incapacidad para desempeñar sus actividades académicas y generando una pérdida de interés en sus estudios; población que cumple con la estructura tridimensional del Burnout que consiste en cinismo, despersonalización y agotamiento emocional; además de ineficiencia y baja realización personal; tomando en este caso el nombre de Síndrome de Burnout Académico (Aguayo et al., 2019; Rosales et al., 2021).



5.2.2. Factores asociados al Síndrome de Burnout Académico y su repercusión en estudiantes universitarios

Las emociones son relevantes para el aprendizaje y no se la puede separar de la cognición debido a que repercuten en el desempeño y rendimiento académico del discente (Palma y Barcia, 2020); además, la orientación al logro, confianza en sí mismo, autoestima positiva, perseverancia, compromiso, estrés, entre otros aspectos, pueden potenciar o afectar directamente en las calificaciones académicas (Padua, 2019); motivo por el cual, el rendimiento académico puede verse afectado por diversos factores como: aspectos cognitivos, conductuales, atención, procesamiento emocional (Reynoso y Méndez, 2018), la dedicación del discente, su habilidad académica, motivación, factores socioeconómicos, estrés académico y estilos de aprendizaje (Barreno et al., 2019).

De ahí que varios estudios han analizado cómo el Síndrome de Burnout Académico el cual se caracteriza, entre otros aspectos, porque el estudiante no se siente capaz de concretar sus actividades académicas y pierde interés en sus estudios, han llegado a afectar su rendimiento académico. Aspecto que se ve reflejado en varias investigaciones como la realizada en Irán, en la cual se determinó que dicho rendimiento estaba relacionado con el agotamiento (Sharififard et al., 2020). En otra investigación se identificó que en tres instituciones académicas del área de la salud de Canadá, Malasia y China, existe una correlación entre el rendimiento académico y Burnout negativa y baja pero significativa (Zalts et al., 2021). En España, de acuerdo al modelo de ecuaciones estructurales, el Síndrome de Burnout Académico y rendimiento escolar, presentan una relación negativa; indicando que a mayor Burnout menor será su rendimiento (Usán et al., 2020). En otro estudio realizado a estudiantes universitarios de Portugal, Brasil, Mozambique, Reino Unido, Estados Unidos de América, Finlandia, Serbia, RAE de Macao y Taiwán; se determinó que



el Burnout está asociado al 37% de la intención de abandono académico y al 23% de aquellos que presentan bajo rendimiento académico (Marôco et al., 2020).

Al analizar los factores que se asocian a este síndrome en una investigación realizada a una población española se identificó que algunas características sociodemográficas se encuentran relacionadas, ya que los estudiantes presentaron mayor Burnout a medida que avanza el curso académico, encontrándose diferencias significativas en cuanto al año de estudio, pues presentaron mayores niveles de agotamiento emocional con incremento de despersonalización a medida que avanza el nivel académico; además, presentaron indefensión e incertidumbre, seguido de falta de competencia y exceso de trabajo. Identificándose también un aumento del agotamiento mientras más avanza el año de estudio, con una relación inversa con el compromiso académico; encontraron también que dicho agotamiento tiende a agravarse con la insatisfacción académica, problemas de desempeño en clase y la sobre carga de estudio en el hogar (Velandó et al., 2023).

En una investigación realizada a estudiantes de Fisioterapia se identificó que se asocia principalmente con la sobrecarga académica y las deficiencias metodológicas del profesorado y, en menor grado pero significativo, se encontró asociaciones con las creencias sobre el rendimiento académico y los exámenes (Abarca et al., 2022). En estudiantes de la carrera de Medicina, en un estudio realizado en Croacia en donde el 77% de los estudiantes eran inmigrantes de otros países se encontró que la continuidad del aprendizaje y la soledad familiar y social se encuentran asociadas a la presencia de este síndrome (Gradiski et al., 2022). Otra investigación señala que sólo el hecho de estudiar Medicina es un factor de riesgo sumado al poco apoyo percibido desde sus compañeros de trabajo (Walkiewicz y Tartas, 2018).

En otra población universitaria de la Universidad de Granada se encontraron correlaciones estadísticamente significativas entre la edad y el agotamiento emocional, aumentando mientras



menos años tenga la persona; en relación al sexo los hombres presentaron más despersonalización y un menor nivel de realización personal; en cuanto al estado civil y tener o no un empleo no se encontraron diferencias estadísticamente significativas; al realizar una comparación con diferentes carreras, los estudiantes de Enfermería tuvieron puntuaciones inferiores en despersonalización en relación a las Ciencias Sociales y Educación; finalmente, en cuanto al año académico los estudiantes de primer año presentaron niveles bajos de realización personal encontrándose más agotados emocionalmente (Aguayo et al., 2019).

En otra investigaciones realizadas específicamente a estudiantes de la carrera de Enfermería se encontró que el Síndrome de Burnout se asocia con factores de tipo social, interpersonal, ambiental y académico; identificándose que el agotamiento emocional, despersonalización y realización personal se relaciona con la personalidad, empatía y resiliencia; concluyendo que los factores de personalidad pueden generar este síndrome; además, se estableció que el Burnout se incrementa mientras más avanzan en años universitario (aspecto que concuerda con los estudios realizados en otras poblaciones universitarias detalladas anteriormente), también se encontraron asociaciones con la insatisfacción del curso académico, mal ambiente, organización docente e interacciones con los docentes; también se identificó que a menor edad existía un incremento del síndrome y que presentó un aumento en las mujeres y en aquellos estudiantes que tenían hijos; en cuanto a personalidad, se encontró como factor protector el ser proactivos y tener apertura a los retos; finalmente, se identificó que el autoestima, autoeficacia y autoconcepto tienen una relación indirectamente proporcional al Síndrome de Burnout (Velandó et al., 2023).

5.2.3. Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios

Al realizar una revisión de la literatura se encontró que la prevalencia del Síndrome de Burnout varía en relación a la población universitaria y el país de estudio; por lo que, se parte por



presentar los resultados de una revisión sistemática la cual identifica que la prevalencia global de este síndrome es del 55,4% en agotamiento emocional; 31,6% en cinismo y 30,9% para eficacia académica (Rosales et al., 2021).

Al analizar las diferencias entre carreras universitarias en una investigación realizada a estudiantes de Ciencias Económicas, Psicología, Nutrición, Arquitectura y Odontología se obtuvo una prevalencia general del 5,37% , de los cuales las carreras con mayor prevalencia fue Odontología y Arquitectura (García y Arriaga, 2019). En otra investigación realizada en México a discentes de las ciencias de la Salud, Biológicas, Sociales, de Humanidad y Físico-Matemáticas, se estableció que más del 60% de los discentes presentaron niveles de medios a altos en la evaluación general y en escalas específicas de inadecuación y agotamiento; además, existió una prevalencia del 43% en la escala de cinismo, con medias más altas en quienes pertenecen a las ciencias de la Salud y Sociales (Osorio et al., 2020). En un estudio realizado en Ecuador en el cual participaron estudiantes de las facultades de las ciencias de la Salud, Educación y Ciencias Humanas presentaron niveles altos y moderados de agotamiento emocional más del 28% de los estudiantes, cinismo casi el 19%, y el 10% con agotamiento (Rosales et al., 2020).

En investigaciones realizadas a estudiantes de Medicina las prevalencias son variadas; en una investigación de tipo longitudinal realizada en Barcelona se identificó que existe incremento estadísticamente significativo mientras más avanzan en su nivel académico ya que ascendió del 33,6% en el año 2018 al 38% en el año 2019 (Amor et al., 2020). En Paraguay, se determinó que el 9% tiene el síndrome instalado, el 3% se encuentra en fase de agotamiento y el 42% se encuentra en etapa temprana; siendo relevante que sólo un 6% no lo posee y que el 40% restante presenta una posibilidad de desarrollarlo (González et al., 2020). En Colombia la prevalencia fue del 30,8%; encontrándose niveles altos en despersonalización, cansancio emocional y niveles bajos en



realización personal (González Arteta et al., 2023). Finalmente, en Ecuador el 41,1% presentó Burnout severo y el 47,8% moderado, siendo mayor en la población femenina (Espinoza et al., 2020).

Respecto a la prevalencia de este síndrome en estudiantes de Enfermería en un estudio de metaanálisis se identificó que el 41% presentó agotamiento emocional, el 27% baja realización personal y el 25% despersonalización (Gómez et al., 2023); por otro lado, en una investigación realizada en Brasil este síndrome fue prevalente en el 20% de los estudiantes (Vasconcelos et al., 2020).

5.3. Literatura sobre el objetivo de la presente investigación

La presente investigación pretende estudiar la relación de la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería, por lo que, a través de la revisión de la literatura se procura generar una aproximación de la asociación de estas dos variables; para lo cual, se parte de revisar investigaciones realizadas a estudiantes universitarios de diferentes carreras, para luego establecer un acercamiento hacia los discentes de la carrera de Enfermería.

5.3.1. Lo que dice la literatura sobre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout

Al realizar una revisión de la literatura las investigaciones que han estudiado la relación existente entre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout no son extensas, encontrándose resultados similares a las realizadas a diversas poblaciones de carreras universitarias, las cuales generan una asociación positiva entre estas dos variables.

En México en una investigación que tuvo como participantes a estudiantes de Psicología, Ciencias de la Comunicación, Diseño Gráfico Empresarial, Trabajo Social y Artes, se identificó que el 25% presenta Burnout medio e inteligencia emocional, el 14,5% Burnout medio y baja



inteligencia emocional, y el 2,7% Burnout y baja inteligencia emocional con un incremento de valores bajos en la población femenina; determinándose que la inteligencia emocional se considera como factor protector ante la aparición de Burnout Académico (Montenegro, 2020).

En otra investigación llevada a cabo en este mismo país en la cual intervinieron estudiantes de Psicología, Arquitectura, Mecánica, Administración de Negocios Internacionales, Derecho, Ingeniería Industrial, Mecánica, Civil, Ambiental e Ingeniería de Minas; se encontró que existe una correlación positiva entre inteligencia emocional y engagement académico (Arias et al., 2020); resultados similares se presentaron en estudiantes españoles de Ciencias de la Salud (Fisioterapia, Medicina, Odontología, Enfermería y Farmacia) en donde se observó que el factor protector del engagement académico se asocia de forma positiva con la inteligencia emocional lo que genera un mayor involucramiento, concentración, esfuerzo y voluntad con los estudios (Pérez et al., 2020). Considerándose que, si el desarrollo de esta inteligencia genera engagement, el cual se asocia con el compromiso estudiantil y es un factor protector del Burnout, al fortalecer la inteligencia emocional podría tener una reducción de este síndrome.

Por último, en Chile se realizó una investigación a estudiantes de Psicología, Terapia Ocupacional, Kinesiología y Enfermería obteniéndose como resultado que la inteligencia emocional se considera como factor moderador para la prevención de este síndrome; motivo por el cual, al intervenir en esta inteligencia se podría disminuir la sintomatología del Burnout, potenciando la motivación y vinculación académica y emocional (Alvarez et al., 2018).

5.3.2. Lo que dice la literatura sobre inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería

Con relación a los estudios sobre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout específicamente en estudiantes de la carrera de Enfermería son aún más escasos, debido a que las



investigaciones se centran mayormente en poblaciones que corresponden a profesionales de Enfermería, quienes laboran en instancias de salud y, a internos de Enfermería, los cuales se encuentran en contacto directo con el paciente y realizan a la vez las labores profesionales; evidenciándose en algunos estudios de metaanálisis (Ferreira et al., 2023; Puertas et al., 2020). Por lo que, los factores que se asocian a la aparición de este síndrome corresponden principalmente a atención al usuario, jornadas laborales, identidad profesional y valor socioeconómico del cuidado (Castillo et al., 2023; García, 2022; Salyers et al., 2017; Wright et al., 2022). Motivo por el cual, su realidad es muy distinta a los estudiantes que cursan una la Carrera de Enfermería y, por ende, los estudios que relacionan la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estas poblaciones no pueden equipararse a una población estudiantil, viéndose limitada la literatura en cuanto a la asociación de estas dos variables en dichos estudiantes.

En cuanto a las investigaciones realizadas específicamente en población universitaria de Enfermería, en España se encontraron asociaciones significativas entre el riesgo psicopatológico (entre ellos el Síndrome de Burnout) y la inteligencia emocional; considerándose relevante trabajar en aspectos inherentes a la inteligencia emocional (Delgado et al., 2019). En México, se evidenció una asociación de la satisfacción con el estudio en el 100% de quienes presentaron una adecuada inteligencia emocional y en el 60,25% de quienes presentan menores puntajes de esta inteligencia; siendo relevante que solo el 1,1% no presenta afectos negativos ubicándose este porcentaje en los estudiantes que presentan una adecuada inteligencia emocional; además, el 77,7% tiene cansancio emocional relacionado al Síndrome de Burnout presentándose este síntoma en el 70,8% de quienes tienen menor inteligencia emocional (Torres y Sosa, 2020). Por lo que, los resultados indican que existen asociaciones significativas entre la conceptualización de las emociones y el Síndrome de Burnout.



Por último, en una investigación llevada a cabo en Chile se tuvo como resultado una correlación positiva moderada entre la dimensión de atención emocional y realización personal; correlativa negativa baja entre claridad emocional y agotamiento; correlativa positiva moderada baja entre satisfacción y predisposición con los estudios y realización personal; correlativa negativa baja entre reparación emocional y agotamiento, y positiva moderada con la falta de realización personal, pero, negativa baja con la despersonalización (Ardiles et al., 2020); concluyendo que a mayores niveles de inteligencia emocional mayor es el engagement académico, generando un factor protector frente al Burnout Académico.

5.3.3. Discusión de la literatura disponible sobre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout

Las investigaciones que se incluyen en la presente investigación presentan resultados similares en cuanto a la relación entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout, tanto en aquellas que se realizan en poblaciones estudiantiles universitarias de diferentes carreras como las que llevadas a cabo en discentes de la Carrera de Enfermería, en las cuales se evidencian asociaciones de tipo inversamente proporcional entre estas dos variables, indicando que a mayor inteligencia emocional menor es el riesgo de Burnout (Álvarez y López, 2021; Ardiles et al., 2020; Delgado et al., 2019; Montenegro, 2020; Torres y Sosa, 2020); considerándose, por lo tanto, a la inteligencia emocional como un factor protector frente a este síndrome.

Por otro lado, al ser el engagement un predictor de compromiso académico y un protector directo frente al Burnout, varias investigaciones han establecido una correlación positiva entre este aspecto y la inteligencia emocional indicando que, si se potencia el desarrollo del engagement, el Burnout tiende a reducirse considerablemente (Alvarez et al., 2018; Arias et al., 2020; Pérez et al., 2020), por lo que, si se potencia la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios, se



potencia también el engagement académico y por ende disminuye la presencia del Síndrome de Burnout Académico.

5.3.4. Vacíos y limitaciones de la literatura disponible sobre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout

Se puede evidenciar que existe amplios estudios realizados en la población discente universitaria que relacionan al Burnout, por un lado, y a la inteligencia emocional, por el otro, con el desempeño y rendimiento académico, los cuales ponen en evidencia las implicaciones negativas y positivas que cada uno tiene en la vida de los estudiantes y por ende cómo la presencia de estos dos aspectos puede influir en la consecución de sus estudios; sin embargo, las investigaciones que relacionan a la inteligencia emocional y al Síndrome de Burnout son escasas cuando se trata de los estudiantes universitarios y son aún más limitadas al tratarse específicamente de discentes universitarios que estudian una carrera de Enfermería; principalmente en la población ecuatoriana sobre la cual merece atención la presente investigación, en donde no se han encontrado investigaciones actuales que estudien la relación entre estas dos variables.

5.4. Motivo de la presente investigación

Al ser insuficientes los estudios que analizan la relación existente entre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de la Carrera de Enfermería, principalmente en el contexto ecuatoriano, se vuelve relevante investigar científicamente la correlación existente entre estas variables, ya que sus resultados permitiría identificar si sus asociaciones tienen repercusiones en el desempeño académico universitario dada la relación de estas dos variables con dicho desempeño; pudiendo, de esta manera, llegar a ser útiles para futuras investigaciones que propendan el cumplimiento de los objetivos educacionales y mejoren la calidad de vida académica del estudiantado.



6. MARCO METODOLÓGICO

El marco metodológico tiene a fin describir cómo se llevará a cabo la investigación, el cual se ha dividido en los siguientes apartados para su mejor comprensión: diseño del estudio, contexto, participantes y muestreo, instrumentos, procedimiento, análisis de datos, planificación de actividades, reflexividad de la investigadora, consideraciones éticas y viabilidad.

6.1. Diseño del Estudio

Enfoque

La presente investigación corresponde a un estudio con enfoque cuantitativo, ya que la recolección de datos se llevará a cabo utilizando procedimientos estandarizados y aceptados por la comunidad científica que pretenden medir el estudio de las variables “inteligencia emocional” y “Síndrome de Burnout” a través de instrumentos de recolección estandarizados que permitan representar sus resultados mediante medidas numéricas; con método deductivo, ya que parte del planteamiento de su objetivo, análisis de la teoría y su derivación en expresiones lógicas denominadas hipótesis que serán sometidas a prueba.

Alcance

Responde a un alcance correlacional, debido a que asociará los resultados obtenidos en la medición de las variables de la investigación permitiendo la cuantificación de sus relaciones a través de procesos estadísticos, admitiendo de esta manera indicar las relaciones existentes entre las variables de estudio; con corte transversal, ya que los datos serán recolectados en un solo momento, en un tiempo determinado.

Diseño



En cuanto al diseño este será no experimental, debido a que las variables serán estudiadas sin intervención ni manipulación del investigador, tal como se observen en su contexto natural (Hernández Sampieri y Mendoza Torres, 2018).

6.2. Contexto

La investigación se aplicará en los estudiantes de la Carrera de Enfermería - Campus universitario Cuenca, de la Universidad Católica de Cuenca, matriculados durante el periodo académico octubre 2023 – marzo 2024. Institución de educación superior de carácter privado ubicada en la región Sierra en el sur del Ecuador; cuyos discentes son oriundos tanto de la ciudad de Cuenca, así como, de diversas ciudades ecuatorianas ubicadas principalmente en la zona sur, quienes provienen mayormente de las diversas regiones ecuatorianas como son Costa, Sierra y Amazonía; teniendo, por lo tanto, una población local y migrante con características sociodemográficas heterogéneas, motivo por el cual, se considera relevante la presente investigación teniendo en cuenta que diversas investigaciones han identificado que la migración, ser discente universitario del área de la salud, la carga académica universitaria, entre otros aspectos pueden encontrarse relacionadas con las variables del presente estudio.

6.3. Participantes y muestreo

El universo de estudio está constituido por 636 estudiantes de primer a séptimo ciclo de la Carrera de Enfermería - Campus universitario Cuenca, de la Universidad Católica de Cuenca, matriculados durante el periodo académico octubre 2023 – marzo 2024. Excluyéndose a los discentes que cursan octavo y noveno ciclo quienes se encuentran atravesando su año de internado rotativo debido a que, al estar en contacto directo con el paciente y estar trabajando en una instancia de salud, se hallan transversalizados por otros factores estresantes los cuales se asocian principalmente a la vida laboral y la atención del paciente.



De los 636 discentes se obtendrá una muestra de 240 participantes a través de muestreo aleatorio simple, el cual corresponde a un muestreo de tipo probabilístico que brinda la misma oportunidad a los estudiantes de ser seleccionados y permite generar una representatividad del universo de estudio, así como, establecer inferencias poblacionales; muestra que tiene un nivel de confianza del 95%, con una desviación estándar poblacional del 0,5 y un límite de error muestral de 0,025. Para la selección aleatoria de los 240 participantes se utilizará el programa de computadora Microsoft Excel que permitirá generar un reporte automático de los participantes sin intervención del investigador, asegurando de esta manera la fiabilidad de la muestra seleccionada.

Criterios de inclusión

Como criterios de inclusión se considerarán los siguientes:

- 1) Ser estudiante de primer a séptimo ciclo de la Carrera de Enfermería-Campus universitario Cuenca
- 2) Estar matriculado durante el periodo académico octubre 2023 – marzo 2024.
- 3) Asistir regularmente a clase.
- 4) No presentar condiciones mentales diagnosticadas que puedan interferir negativamente en la evaluación.
- 5) Firmar el consentimiento informado.

6.4. Instrumentos

Para la obtención de la información requerida relacionadas a las características sociodemográficas, inteligencia emocional y Síndrome de Burnout, se aplicará el siguiente protocolo de evaluación:

Características sociodemográficas



Para la caracterización de la muestra de estudio se aplicará un cuestionario estructurado, cuyo fin será recopilar información sobre las características sociales y demográficas de los participantes; el cual será elaborado por la investigadora para la ocasión y pretende obtener información relacionada a: datos de filiación, edad, sexo, lugar de procedencia, estado civil y nivel de estudio de los participantes. Dicho cuestionario estará estructurado con preguntas abiertas para los datos de filiación; preguntas de medida nominal para el sexo, lugar de procedencia y estado civil, y preguntas de tipo ordinal para la edad y el nivel de estudio; cuestionario que tendrá una duración entre 3 y 5 minutos de aplicación.

Inteligencia emocional

A fin de establecer la inteligencia emocional de los estudiantes de la presente investigación se utilizará la escala Trait Meta Mood Scale ([TTMM-24] Fernández et al., 2004). La cual está compuesta por 24 preguntas evaluadas a través de una escala de cinco valores que van desde 1 “Nada de acuerdo” a 5 “Totalmente de acuerdo”; dichas preguntas miden tres componentes de la inteligencia emocional que comprenden: la atención (preguntas de la 1 a la 8), entendida como la capacidad de atender sus sentimientos adecuadamente; claridad (preguntas de la 9 a la 16), que analiza la comprensión de sus estados emocionales y, la reparación (preguntas de la 17 a la 24), que indaga la capacidad de regular sus estados emocionales de forma adecuada. Este instrumento genera una diferenciación en cuanto a sexo teniendo diferentes puntuaciones para hombres y mujeres en cada uno de los tres componentes; instrumento muy utilizado al momento de evaluar dicha inteligencia el cual cuenta con un Alfa de Cronbach y Alfa Ordinal superior a 0,8 en cada uno de sus componentes (Gonzalez et al., 2020).

Síndrome de Burnout Académico



Para la identificación del Síndrome de Burnout Académico se utilizará el test de Maslach Burnout Inventory-Student Survey ([MBI-SS] Carvajal Andrade et al., 2020). El cual es de aplicación colectiva y diligenciamiento individual; mismo que valora el agotamiento, visto como el sentimiento de no poder dar más de sí mismo, tanto psíquica como físicamente; el cinismo, entendido como la actitud negativa de pérdida de interés en el estudio y desvalorización; la autoeficacia académica, que analiza la presencia de incertidumbres acerca de la capacidad para ejecutar el trabajo académico. Aspectos que son medidos a través de tres subescalas puntuadas en una frecuencia de 7 puntos, que va desde 0 (nunca) a 6 (siempre). El agotamiento es evaluado a través de cinco ítems, el cinismo a través de cuatro y la autoeficacia por medio de seis ítems. Dicho cuestionario presenta una consistencia interna y fiabilidad superior al 90% por lo que es considerado uno de los instrumentos de mayor uso para esta variable; test que ha sido validado en estudiantes de Enfermería en el contexto ecuatoriano presentando un Alfa de Cronbach del 0,91.

6.5. Procedimiento

Previa a la ejecución del presente proyecto se solicitará la aprobación de un Comité de Ética para la Investigación en Seres Humanos que cuente con el permiso respectivo en el territorio ecuatoriano; se oficiará a las autoridades pertinentes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Cuenca para adquirir los permisos de aplicación de los instrumentos de evaluación, sistematización de sus resultados y la posterior divulgación de resultados; respetando los principios de confidencialidad de los participantes. Se socializará de manera clara y comprensible a los estudiantes universitarios que serán parte del estudio (de forma verbal y escrita) el contexto del presente proyecto en donde se les explicarán los objetivos, fines, confidencialidad, sistematización de la información y publicación de resultados; a quienes se les entregará un consentimiento informado el cual se solicitará sea leído y firmado.



El tiempo que se utilizará para la aplicación de los instrumentos de evaluación corresponden entre 3 y 5 minutos destinados para el cuestionario de recolección de la información sociodemográfica; entre 10 y 15 minutos para el MBISS y, entre 10 y 15 minutos para el TMMS-24; estimándose entre 50 y 60 minutos para la aplicación de los instrumentos, tiempo que incluye la socialización de las instrucciones y proceso de administración de los reactivos. Los estudiantes serán convocados de manera colectiva en grupos de 24 estudiantes en el laboratorio de informática de la carrera de Enfermería, pues la aplicación de todos los instrumentos se realizará de manera virtual a través del elemento Office Microsoft Forms el cual será configurado para el efecto, asegurando de esta manera un registro efectivo de las respuestas de los participantes sin correr el riesgo de modificación de la información al momento de su digitalización; además, cada instrumento aplicado constará de una codificación asegurando de esta manera el anonimato de los participantes. Los 240 estudiantes participantes del presente estudio serán divididos en 10 grupos, aplicándose los instrumentos a un total de tres grupos por día; por lo que, la recolección de la información tardará 4 días en ser completada; los días y la hora de aplicación estarán sujetos a la disposición del laboratorio de informática de la Carrera de Enfermería.

6.6. Análisis de datos

La presente investigación tiene a fin estudiar la relación de la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en los estudiantes universitarios de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca; para lo cual se aplicará inicialmente un cuestionario que permita recopilar información de tipo sociodemográfica, cuyos resultados serán ingresados en el programa estadístico determinado para el efecto de acuerdo con su tipo de medida sea esta nominal u ordinal; en el caso de la única pregunta abierta que corresponde a los datos de filiación no se ingresará esta información al sistema a fin de resguardar la confidencialidad del encuestado, en su lugar se



registrará un código numérico de acuerdo a la celda del sistema informático. En cuanto a los test MBISS y TMMS-24, estos dos instrumentos arrojan resultados numéricos, por lo que la investigación corresponde a un enfoque cuantitativo.

El programa Office Microsoft Forms en el cual será recolectada la información de los encuestados permite descargar las respuestas en un documento en formato Excel, por lo que las respuestas de los 240 estudiantes de la muestra serán ingresados de forma directa en el programa estadístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versión 19 para Windows, programa que permite el análisis de datos cuantitativos, en donde se establecerá la confiabilidad y validez por medio de Alpha de Cronbach del MBISS (para el Síndrome de Burnout) y TMMS-24 (para la inteligencia emocional). A fin de determinar su normalidad, al ser más de 50 participantes, se aplicará la prueba Kolmogorov-Smirnov; además, se analizará la frecuencia de las respuestas del cuestionario sociodemográfico.

Para establecer la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en la población de estudio se utilizará una distribución de frecuencias y para determinar la asociación entre las variables inteligencia emocional y Síndrome de Burnout se aplicará la prueba de Chi cuadrado de Pearson en caso de que la prueba de normalidad determine una distribución paramétrica o, en su lugar, se utilizará la prueba de Correlación de Spearman en caso de que se identifique que son de tipo no paramétricas; considerando que para determinar dicha asociación se deberá correlacionar cada una de las tres dimensiones que evalúa el MBI-SS que corresponden a agotamiento, cinismo y autoeficacia académica, con cada una de los tres componentes que evalúa el TMMS-24 que son atención, claridad y reparación; además, se realizará una asociación entre la información sociodemográfica y todas las variables de MBI-SS y del TMMS-24.



De esta manera se dará cumplimiento a los objetivos específicos de la presente investigación ya que, la descripción de los resultados del cuestionario sociodemográfico permitirá identificar las características sociodemográficas de los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca, el establecimiento de las frecuencias de los resultados del TMMS-24 consentirá estudiar las características de la inteligencia emocional de la población de estudio y en el caso del MBISS determinará la prevalencia del Síndrome de Burnout en dicha población; finalmente, la correlación de las variables inteligencia emocional y Síndrome de Burnout permitirá analizar el nexo entre estas dos variables; además, la asociación por medio de esta prueba estadística con las características sociodemográficas establecerá si existe o no relación de la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout con las diferencias sociales y demográficas de los participantes.

6.7. Planificación de actividades por cada objetivo específico

El desarrollo del presente proyecto de investigación será realizado en seis meses, a través de 15 actividades distribuidas de la siguiente manera: cinco actividades que darán cumplimiento al objetivo uno, cuatro actividades para el objetivo dos, cuatro para el objetivo tres y dos para el objetivo cuatro; las cuales se describen en la Tabla 1.

Tabla 1

Planificación de actividades por objetivo específico

Objetivo específico	Actividades por objetivo	Inicio	Fin
O.1. Conocer las características sociodemográficas de los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.	A.1.1. Estructurar un cuestionario sociodemográfico.	M1	M1
	A.1.2. Programar el cuestionario sociodemográfico en el elemento Office Microsoft Forms.	M1	M1
	A.1.3. Aplicación del cuestionario sociodemográfico en la población de estudio.	M2	M2
	A.1.4. Ingreso de la información en el programa estadístico SPSS.	M3	M3
	A.1.5. Análisis de frecuencia de los resultados en el programa estadístico SPSS.	M4	M4

O.2. Estudiar las características de la inteligencia emocional de los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.	A.2.1. Programar el instrumento TMMS-24 en el elemento Office Microsoft Forms.	M1	M1
	A.2.2. Aplicación del TMMS-24 a la población de estudio.	M2	M2
	A.2.3. Ingreso de la información en el programa estadístico SPSS.	M3	M3
	A.2.4. Análisis de frecuencia de los resultados en el programa estadístico SPSS.	M4	M4
O.3. Determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.	A.2.1. Programar el instrumento MBISS en el elemento Office Microsoft Forms.	M1	M1
	A.2.2. Aplicación del MBISS a la población de estudio.	M2	M2
	A.2.3. Ingreso de la información en el programa estadístico SPSS.	M3	M3
	A.2.4. Análisis de frecuencia de los resultados en el programa estadístico SPSS.	M4	M6
O.4. Analizar el nexo entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en los estudiantes de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca.	A.4.1. Análisis correlacional de cada uno de los componentes del TMMS-24 con cada uno de los componentes del MBISS.	M4	M6
	A.4.2. Análisis correlacional de cada uno de los componentes del TMMS-24 y de cada uno de los componentes del MBISS con cada variable sociodemográfica.	M4	M6

Nota. O=Objetivo; A=Actividad; M=Mes

6.8. Reflexividad de la investigadora

La investigadora del proyecto “Inteligencia emocional y Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería”, se encuentra habilitada para la aplicación de los instrumentos del estudio; está acreditada para la programación de dichos instrumentos en el elemento Office Microsoft Forms y cuenta con experiencia en la utilización de la herramienta estadística SPSS lo que reduce los riesgos de manejo de la información al momento de su análisis.

La investigadora reconoce que sus propias perspectivas, prejuicios y valores pueden influir en el proceso de investigación, por lo que, se evitará al máximo la digitalización manual de la información ya que el elemento Office Microsoft Forms permite descargar los resultados de los instrumentos aplicados en un documento en formato Excel, formato que el programa estadístico SPSS admite incorporarlos sin alterar sus resultados; reduciendo de esta manera la errores de digitalización en el ingreso manual de esta información y, por ende, disminuyendo el sesgo de



subjetividad al momento del ingreso de los datos. Además, el programa estadístico SPSS permite el análisis de la información de manera objetiva, por lo que, las tablas que arroja este programa serán plasmados en los resultados de este proyecto y se analizarán en función de criterios estadísticos de frecuencia y relación; permitiendo a los participantes del estudio expresar sus propias voces sin sesgo personal de la investigadora. Mejorando de esta manera la validez y confiabilidad de los hallazgos.

6.9. Consideraciones éticas

La investigadora de este proyecto se compromete a respetar los derechos y el bienestar de los participantes, por lo que contará con la aprobación de un Comité de Ética para Investigaciones en Seres Humanos, asegurando de esta manera que el presente estudio no implica riesgos físicos, psicológicos o sociales para los participantes.

Se respetará los principios de confidencialidad de la información y de su identidad, pues todos los cuestionarios serán manejados bajo una codificación, evitando de esta manera el manejo de los nombres de los participantes; además, en caso de publicarse los resultados del presente estudio no incluirá aspectos que permita que los participantes sean identificados.

Previa a la participación de los estudiantes se les explicará abiertamente sobre los objetivos de la investigación de manera verbal asegurándose que sean entendidos por todos; quienes firmarán un consentimiento informado, pudiendo retirarse de la investigación en cualquier momento sin que esto implique ningún tipo de perjuicio para el implicado.

Los participantes no recibirán ningún rédito económico por su participación. Además, el almacenamiento de la información se realizará por medio de un programa estadístico, por ello su análisis no tendrá ningún sesgo personal, siendo por tanto completamente objetivo; por lo que, los



resultados de la presente investigación pueden servir de base para investigaciones futuras que analicen las variables del estudio en poblaciones con características similares.

6.10. Viabilidad

La formación académica de la investigadora permite la aplicación de los instrumentos; así como, la digitalización de la información en programas de computadora. Se cuenta con la aprobación de la Carrera de Enfermería para la aplicación de este estudio y con la disposición de esta para la utilización del laboratorio de informática. Los materiales y financiamiento de este proyecto se encontrarán a cargo de la investigadora, por lo que, tanto la institución de educación superior como los participantes no generarán un gasto económico. En caso de que algún participante no dese continuar con su participación se incluirá a un nuevo estudiante de forma aleatoria bajo los principios de selección del muestreo aleatorio simple.

7. RESULTADOS ESPERADOS

Considerando que el presente estudio será aplicado en estudiantes de la carrera de Enfermería en una universidad cuencana que acoge poblaciones diversas se espera que la aplicación del cuestionario para identificar características sociodemográficas revele esta realidad, por lo que se prevé que la edad de los participantes será superior a los 17 años con ascendencia en años para los que cursen ciclos superiores. En cuanto al sexo, se espera que sean mayormente mujeres al ser una carrera con predominancia femenina y con diversidad en cuanto a su estado civil; además, al ser una universidad que acoge a discentes de diversas zonas ecuatorianas principalmente de la región Sur del Ecuador su lugar de procedencia será también disímil.

Se pretende que la aplicación del TMMS-24 permita identificar características inadecuadas de inteligencia emocional en la población de estudio, conjetura que se realiza al analizar los resultados de investigaciones previas de dicha inteligencia cuyos resultados han identificado que



los estudiantes universitarios presentan, entre otros aspectos, bajos niveles de claridad, comprensión, reparación y estabilidad emocional; tal como lo indica la Tabla 2.

Tabla 2

Resultados de inteligencia emocional en población universitaria

Autor	País	Carrera universitaria	Resultado
Bojórquez y Moroyoqui, 2020	México	Diferentes carreras	Poca atención 41%; mala claridad emocional el 32%; mala reparación emocional 19%.
Barrera et al., 2019		Enfermería	Estabilidad emocional media en todos los cinco parámetros de la inteligencia emocional.
Cornejo et al., 2022	Ecuador	Enfermería	Inadecuada inteligencia emocional en más de la mitad de los participantes.
Remache et al., 2023			Adecuada atención emocional; pero, claridad, comprensión y reparación emocionales con valores por debajo de los normales.
Vallejos, 2022	Perú	Psicología	Nivel bajo de inteligencia emocional en el 12,5% y un nivel muy bajo el 21,4%.

En cuanto a la prevalencia del Síndrome de Burnout de la población del estudio se espera que la aplicación del MBI-SS arroje resultados que indiquen que este síndrome se encuentra presente en los participantes, hipótesis que se realiza debido a que investigaciones previas han indicado que dicha población presenta niveles moderados para agotamiento emocional y cinismo con niveles bajos en autoeficacia académica (Espinoza et al., 2020; González Arteta et al., 2023; González et al., 2020; Osorio et al., 2020; Rosales et al., 2021).

Finalmente, en cuanto al nexo entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout se pretende que al correlacionar las variables de estudio se encuentren asociaciones significativas entre ellas; considerando que una adecuada inteligencia emocional propende el Engagement académico y, por lo tanto, se considera un factor protector frente al Burnout; hipótesis que se realiza en base a resultados de investigaciones ejecutadas al respecto en las cuales se concluyó que a mayores niveles de inteligencia emocional mayor es el engagement académico y a menor



inteligencia emocional mayor es el Síndrome de Burnout (Ardiles et al., 2020; Delgado et al., 2019; Torres y Sosa, 2020).

8. PROPUESTA DE INTERVENCIÓN EN PSICOLOGÍA CLÍNICA

A fin de fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Cuenca como un enfoque preventivo frente al Síndrome de Burnout, se genera la siguiente propuesta de intervención que lleva por nombre: *Plan de inteligencia emocional en estudiantes universitarios*.

8.1. Nivel de Intervención

El plan de intervención tiene un enfoque preventivo del Síndrome de Burnout debido al estar enfocada en una población que se considera de riesgo para adquirir dicho síndrome; teniendo por lo tanto un nivel preventivo primario en quienes aún no han desarrollado esta condición con el fin de evitar su aparición; un nivel preventivo secundario, ya que en quienes presentan dicho síndrome se pretende retardar su progreso reduciendo su prevalencia y, un nivel preventivo terciario, pues al reducir su prevalencia se pretende mejorar la calidad de vida de las personas del estudio evitando de esta manera mayores complicaciones (Amigo, 2015). Teniendo como premisa que al fortalecer la inteligencia emocional se puede incidir positivamente en la reducción del Síndrome de Burnout.

8.2. Fundamentación

El Síndrome de Burnout presenta un principal incremento en estudiantes de las Ciencias de la Salud (Rosales et al., 2020; Trunce et al., 2020), con prevalencias moderadas en discentes que cursan la carrera de Enfermería presentando valores que superan el 20% (Avecillas et al., 2021; Gómez et al., 2023; Liébana et al., 2018; Muñoz et al., 2022; Rosales et al., 2020; Vasconcelos et al., 2020).



En cuanto a la presencia de inteligencia emocional en estudiantes universitarios existen investigaciones que han identificado falencias en dicha inteligencia, encontrándose valores no adecuados que están por debajo de las capacidades regulativas emocionales (Cornejo et al., 2022; Remache et al., 2023). Se ha determinado también que la inteligencia emocional al facilitar una mayor adaptabilidad a los procesos académicos (Idrogo y Asenjo, 2021), mejorar su capacidad de afrontamiento (Montenegro, 2020), y ser un predictor del engagement académico (Arias et al., 2020), inciden positivamente en el compromiso académico y disminuyen el riesgo de Burnout (Pérez et al., 2020); concluyéndose que la estabilidad de la inteligencia emocional potenciaría en el estudiantado el desarrollo de sus capacidades académicas y profesionales (Barrera et al., 2019).

En tal sentido, existen estudios que han explorado la correlación entre la inteligencia emocional y Síndrome de Burnout encontrándose relaciones positivas entre estas variables, pues a mayor inteligencia emocional disminuye el riesgo psicopatológico asociado a este síndrome (Alvarez et al., 2018; Delgado et al., 2019), además se encontraron asociaciones entre dicha inteligencia y el engagement académico indicando que a mayor inteligencia emocional mayor es la probabilidad de desarrollar engagement, considerándolo como un factor protector del Burnout Académico (Ardiles et al., 2020); generando mayor voluntad frente a los estudios, esfuerzo, concentración e involucramiento (Pérez et al., 2020).

Motivo por el cual, los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Cuenca no estarían exentos de estar en riesgo de padecer Síndrome de Burnout, por lo que, el fortalecimiento de la inteligencia emocional al asociarse con mayor compromiso estudiantil y ser un predictor del engagement académico se consideraría como un factor protector del Burnout; por lo que, al fortalecer dicha inteligencia podría tener una asociación positiva en la reducción de este



síndrome siendo, por lo tanto, preventiva de dicha condición; en tal sentido un plan de intervención que potencie la inteligencia emocional en los estudiantes de Enfermería se vuelve relevante.

8.3. Descripción de la Propuesta

El *Plan de inteligencia emocional en estudiantes universitarios* corresponde a un estudio con enfoque cuantitativo, debido a que se pretende medir a través de valores numéricos tanto la Inteligencia emocional como el Síndrome de Burnout; con proceso deductivo, ya que se pondrá a prueba expresiones lógicas en forma de hipótesis; con alcance correlacional, pues se asociará los resultados de las variables inteligencia emocional y síndrome de Burnout; con corte longitudinal, debido a que los datos serán recolectados a la misma población de estudio en dos momentos de tiempo, uno previo a la intervención y un segundo luego de la intervención y, con diseño experimental, pues las variables del estudio serán manipuladas por la investigadora por medio de la aplicación de un plan de intervención en inteligencia emocional.

El plan será aplicado a todos los estudiantes de primer a séptimo ciclo matriculados en la Carrera de Enfermería-Campus universitario Cuenca de la Universidad Católica de Cuenca que se encuentren legalmente registrados en el periodo académico abril 2024-octubre 2024; excluyéndose a los discentes matriculados en octavo y noveno ciclo debido a que no asisten regularmente a la universidad al encontrarse en su internado rotativo y presentan factores estresantes no asociados necesariamente a su desempeño académico ya que realizan actividades laborales de atención directa al pacientes; como criterios de inclusión se considerarán los siguientes:

- 1) Acudir regularmente a clase.
- 2) No presentar condiciones mentales diagnosticadas que puedan interferir negativamente en la evaluación.
- 3) Firmar el consentimiento informado.



8.3.1. Momentos de la propuesta

El *Plan de inteligencia emocional en estudiantes universitarios* consta de cuatro momentos que comprenden: 1. explicación del plan de intervención y firma del consentimiento informado; 2. aplicación del pretest; 3. aplicación del plan de intervención; 4. aplicación del post test. Para los fines de la presente propuesta, los momentos 2 y 4 que corresponden a la aplicación del pre y post test se detallarán en un mismo apartado, debido a que corresponden a los mismos reactivos. Momentos que se describen a continuación:

a. Primer momento: Explicación del plan de intervención y firma del consentimiento informado

Se explicará de forma comprensible cada uno de los momentos del Plan de inteligencia emocional que se pretende aplicar en el estudiantado universitario, asegurándose que los cuatro momentos de su aplicación sean entendidos por los discentes y no generen ninguna inquietud; esta explicación se realizará inicialmente de manera oral a fin de permitirles verbalizar cualquier duda al respecto, la cual será atendida de forma inmediata; además se indicará los objetivos, fines, proceso de sistematización de la información, confidencialidad de los resultados y reserva de su identidad en caso de que los resultados lleguen a ser publicados; una vez que se haya aclarado cualquier inquietud de los participantes, se procederá a entregar un consentimiento informado escrito el cual contendrá la misma información que ha sido explicada previamente de manera verbal; documento que se solicitará sea leído por los asistentes y firmado en caso de consentir su participación.

b. Segundo y cuarto momento: Aplicación del pre y post test

Se aplicará un pretest a fin de identificar los niveles de inteligencia emocional y la prevalencia del Síndrome de Burnout iniciales en la población participante y, luego de la aplicación



del *Plan de inteligencia emocional en estudiantes universitarios* se aplicará un post test con los mismos instrumentos utilizados para el pretest con el fin de identificar si estas variables del estudio tuvieron algún cambio tras la intervención del plan; para ello se realizará el siguiente proceso:

Se utilizarán tres instrumentos que permitirán el estudio de las variables que consisten en: un cuestionario estructurado que pretende identificar las características sociodemográficas de la población de estudio elaborado por la investigadora el cual estará conformado por: datos de filiación, edad, sexo, lugar de procedencia, estado civil y nivel de estudio de los participantes. Se utilizará la escala Trait Meta Mood Scale ([TTMM-24] Fernández et al., 2004) para establecer la inteligencia emocional y el test de Maslach Burnout Inventory-Student Survey ([MBI-SS] Carvajal Andrade et al., 2020) para identificar la prevalencia del Síndrome de Burnout en los discentes universitarios; considerando que ambas pruebas cuentan con un Alfa de Cronbach superior al 0,8 indicando confiabilidad y consistencia interna en ambos reactivos.

Todas las pruebas serán registradas directamente por los participantes a través del elemento digital Office Microsoft Forms en los dos momentos de aplicación (pre y post test) y su procesamiento se realizará a través del programa estadístico Statistical Package for Social Sciences (SPSS) versión 19 para Windows; por medio del cual se establecerá su normalidad utilizando la prueba Kolmogorov-Smirnov y, dependiendo de su resultados, para la correlación de las variables inteligencia emocional y Síndrome de Burnout se aplicará la prueba Chi cuadrado de Pearson si resultan ser paramétricas o la prueba de Correlación de Spearman si son no paramétricas; además se correlacionarán las dimensiones de cada variable con los resultados del cuestionario sociodemográfico.

Una vez se cuente con los resultados del pre y post test se compararán los valores obtenidos tanto a nivel de las frecuencias de las variables inteligencia emocional y Síndrome de Burnout; así



como en los valores de sus correlaciones; con ello se establecerá si existe o no variación estadística tras la aplicación del plan de intervención.

c. Tercer momento: Aplicación del plan de intervención

A fin de fortalecer la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de la carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Cuenca se aplicará un plan de intervención basado en el Modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman, quien planteó cinco capacidades básicas relacionadas a las emociones y sentimientos que comprenden: “1. Conocer las propias emociones, 2. Manejar las emociones, 3. Motivarse a sí mismo (automotivación), 4. Reconocer las emociones en los demás, y 5. Establecer relaciones personales” (García, 2020, p. 6). Para lo cual se utilizará técnicas de la terapia Cognitiva (Ruiz et al., 2017), considerando que existe evidencia científica que ha demostrado que esta terapia es efectiva en casos de estrés crónico (Alba y Calvete, 2019; Berrío y Mazo, 2011; Cano, 2002; Moscoso, 2010; Noor et al., 2023; Soria y Noroña, 2022), y que cuando el estrés se vuelve crónico puede presentarse el Síndrome de Burnout (Liébana et al., 2018), para lo cual se plantea el siguiente plan de intervención que comprende un total de diez sesiones distribuidas con un intervalo de una semana entre sesión, cuya duración será de una hora por sesión y con grupos de participantes de máximo 30 personas por grupo (considerando que este es el número aproximado de estudiantes por paralelo y que sus pares pueden ser un apoyo en el proceso), plan que se describe a continuación:

1. Primera capacidad: Conocer las propias emociones

En esta etapa es importante que los estudiantes generen una autoconciencia de sus estados internos, recursos, sentimientos y emociones; para ello se realizará las siguientes actividades distribuidas en tres sesiones:

Primera sesión:



- **Socialización de las actividades:** Antes de la aplicación del plan se explicará a los participantes las fases que lo comprenden, se establecerá un rapport adecuado, se definirán los roles de los participantes y del psicólogo facilitador del proceso, y se indicará la importancia de realizar las tareas para la casa.
- **Identificación de los esquemas cognitivos que se activan:** Esta actividad se realizará por medio de la aplicación analógica del cuestionario de esquemas de Young CEY-S3 (Quiñones et al., 2018), con el fin de que los participantes reconozcan los esquemas cognitivos que cada uno presenta. Una vez aplicado el cuestionario se solicitará a los participantes guarden sus resultados y los revisen cuando consideren les sea necesario.
- **Psicoeducación sobre esquemas:** Se realizarán un proceso de psicoeducación sobre cada uno de los esquemas cognitivos presentes en el cuestionario de esquemas de Young CEY-S3, con el objetivo de proporcionarles a los participantes información científica que les permita conocer y familiarizarse sobre el tema, además de promover en ellos un conocimiento de sus propios procesos mentales y de las emociones que en ellos generan.
- **Tarea para la casa:** Se entregará una hoja de registro que contenga una columna para los esquemas que se activan, una segunda columna para la situación que genera dichos esquemas y una tercera columna que registre cómo se sintieron cuando se activaron dichos esquemas; hoja que será registrada hasta la siguiente sesión.

Segunda sesión:

- **Análisis de la tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes socialicen si les ha sido posible realizar la hoja de registro y si tuvieron inconvenientes al realizarla, se felicitará por el trabajo ejecutado y se solicitará recuerden lo registrado en su hoja para el trabajo de la presente sesión.



- **Identificación de los modos que se activan:** Se generará un segundo proceso de psicoeducación relacionados a los modos de esquemas, considerando que estos son estados emocionales y respuestas de afrontamiento adaptativas y desadaptativas, con el fin de que los participantes reconozcan en cada uno el modo que se activa cuando experimentan sentimientos intensos, miedo, ansiedad, estrés, etc. facilitando de esta manera una comprensión de cómo estos modos pueden emitir mensajes negativos interiorizados, replicados y autodirigidos los cuales a su vez desatan emociones negativas.
- **Registro de los modos identificados:** Una vez que los participantes hayan reconocidos sus modos de esquemas, se les solicitará que en una hoja de registro anoten todos aquellos que consideran les corresponden y procedan a colocarle un nombre a su modo, con esta actividad se pretende ayudarlos a recuperar el control sobre los mismos y generar un distanciamiento emocional.
- **Tarea para la casa:** Se entregará una hoja de registro que contenga una columna para los modos que se activan, una segunda columna para la situación que genera dichos modos y una tercera columna que registre cómo se sintieron cuando estos se activaron; hoja que será registrada hasta la siguiente sesión.

Tercera sesión:

- **Análisis de la tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes socialicen si les ha sido posible realizar la hoja de registro y si tuvieron inconvenientes al realizarla, se felicitará por el trabajo ejecutado y se solicitará recuerden lo registrado en su hoja para el trabajo de la presente sesión.
- **Psicoeducación sobre pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas:** Se explicará a los participantes en qué consisten los pensamientos automáticos y las distorsiones cognitivas



y cómo estas generan sesgos al momento de percibir la información del medio que les rodea y la interpretación de los acontecimientos.

- **Identificación de pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas:** Luego del proceso de psicoeducación se entregará a cada participante una lista impresa de pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas la cual tiene una breve explicación de cada una y se les solicitará identifiquen cuál de ellas las presentan, anotando cuándo las presentan y cómo les han hecho sentir. Esta hoja de registro se solicitará sea guardada por los estudiantes y sea revisada cuando la consideren necesario.
- **Tarea de casa:** Se solicitará a los discentes que perciban si estos pensamientos automáticos y distorsiones cognitivas se presentan durante la semana y continúen registrando en la hoja utilizada previamente cuándo se activan y el sentimiento que les generan. Además, se solicitará que para la siguiente sesión los participantes lleven todas las hojas de registro.

2. Segunda capacidad: Manejar las emociones

Una vez conocidas sus emociones, en esta segunda etapa es relevante que los discentes manejen sus sentimientos, sean capaces de calmarse a sí mismos y sean capaces de deshacerse de sentimientos como la ansiedad, el estrés o la irritabilidad; para ello se plantea un total de tres sesiones, distribuidas de la siguiente manera:

Cuarta sesión:

- **Análisis de la tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes socialicen si les ha sido posible realizar la hoja de registro y si tuvieron inconvenientes al realizarla, se felicitará por el trabajo ejecutado y se solicitará recuerden lo registrado en su hoja para el trabajo de la presente sesión.



- **Identificación del grado de dominio de sus emociones:** Una vez que los participantes hayan reconocido las emociones que les generan los esquemas, modos, distorsiones y pensamientos automáticos se solicitará que revisen los registros realizados en las tres primeras sesiones y escriban en una nueva hoja aquellas que se repiten mayormente junto con la situación que usualmente desencadena esa emoción y se solicitará que en una escala de valoración de la emoción que va de 0 (ningún dominio de la emoción) a 100 (total dominio de la emoción) registren el grado de dominio que han tenido de dichas emociones. Esta escala de valoración se utilizará posteriormente para generar una autoevaluación de su progreso.
- **Cuestionar y buscar evidencia empírica de sus pensamientos, sesgos negativos y creencias subyacentes:** Se solicitará a los participantes que, en base a lo registrado previamente, desafíen sus creencias disfuncionales mediante un cuestionario socrático por medio de las siguientes preguntas: ¿Cuál es la evidencia a favor o en contra de que mis pensamientos pudieron influir en mis emociones? ¿Cuál es una forma alternativa de pensar en esa situación? ¿Cuáles son las consecuencias de mis pensamientos en las situaciones que viví? ¿Cómo puedo aumentar el grado de control de mis emociones? Respuestas que pueden ser verbalizadas abiertamente por los participantes, cuyas participaciones permitirán generar un análisis de cómo los esquemas, modos, pensamientos y distorsiones suelen afectar las emociones y cómo cada participante puede tener alternativas personales para su regulación emocional.
- **Tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes que durante la semana pongan en práctica las alternativas de control de sus emociones que consideran le son útiles con relación a la actividad anterior.

Quinta sesión:



- **Análisis de la tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes socialicen si les ha sido posible poner en práctica las alternativas de control de emociones identificadas, aquellas que han sido útiles se instará a mantenerlas y, en caso de que no hayan tenido éxito, planteen nuevas estrategias que serán aplicadas a lo largo de la terapia; además se solicitará que evalúen si su control emocional se encuentra en el mismo nivel utilizando la misma escala valorativa de la sesión cuatro.
- **Tarjetas recordatorio:** Se solicitará a los participantes escribir frases e ideas que les ayuden a crear mensajes alternativos cuando sus esquemas, modos, distorsiones o pensamientos se activen, con frases que les motiven a tomar decisiones y establecer acciones concretas, enfrentar sus pensamientos, temores, ansiedad, estrés y miedos; tarjetas que se solicitará tenerlas cerca y revisarlas frecuentemente; las cuales serán utilizadas durante el proceso terapéutico pudiendo servir una vez terminado el plan para prevenir recaídas.
- **Tarea para la casa:** Se instará a los participantes que sumado a las alternativas identificadas previamente lean las tarjetas recordatorio cuando surjan los pensamientos que les generan emociones negativas, y se recuerden a sí mismo que son capaces de aumentar el grado de dominio emocional identificado en la sesión 4.

Sexta sesión:

- **Análisis de la tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes socialicen si les ha sido posible generar un mayor control de emociones considerando las estrategias planteadas a lo largo del proceso y las tarjetas recordatorio, y evalúen si su control emocional se encuentra en el mismo nivel utilizando la misma escala valorativa. En caso de que no haya modificación consideren modificar sus estrategias o incluir otras e incrementar nuevos recordatorios en las tarjetas.



- **Imaginar metáforas:** En esta sesión se solicitará a los participantes que cuando los pensamientos automáticos surjan imaginen situaciones con alternativas diferentes y con desenlaces más positivos en las cuales ellos se vean representados, a fin de simbolizar mentalmente alternativas de una situación.
- **Tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes que a la par que ponen en práctica las estrategias y tarjetas recordatorio-establecidas previamente incrementen durante la semana la imaginación de metáforas cuando surjan pensamientos que les generen emociones negativas.
- **Refuerzo de las técnicas empleadas:** Si en la siguiente sesión se observa que las técnicas de manejo de emociones deben ser reforzadas se incrementará una sesión adicional para fortalecer este proceso, caso contrario, se pasará al siguiente momento relacionado a la automotivación, detallado a continuación.

3. Tercera capacidad: Motivarse a sí mismo (Automotivación)

En esta etapa los estudiantes serán capaces de poner sus emociones al servicio de un objetivo, controlar la impulsividad, retrasar la gratificación. Esta etapa está compuesta de dos sesiones, distribuidas de la siguiente manera:

Séptima sesión:

- **Análisis del progreso de autocontrol emocional:** Se realizará un análisis del progreso utilizando la misma escala valorativa de la sesión cuatro, a fin de que puedan identificar cambios surgidos a lo largo del plan y su capacidad de regulación emocional. Esto servirá para identificar sus capacidades y facilitará su automotivación.
- **Imaginación inducida:** Se solicitará a los estudiantes intenten transformar una imaginación negativa en otra más neutra o positiva, con el objetivo de experimentar un mayor control de su imaginación y la posibilidad de fantasear con situaciones o conductas más adaptativas.



- **Repetición de metas:** En base a la actividad realizada con la imaginación inducida se solicitará a los participantes repitan imaginariamente las conductas y acciones deseadas e incluyan auto instrucciones positivas que le faciliten su ejecución.
- **Tarea para la casa:** Se solicitará a los discentes que cuando surjan pensamientos que les generen emociones no deseadas realicen la técnica de repetición de metas y pongan en práctica las auto instrucciones positivas que se plantearon previamente.

Octava sesión:

- **Análisis de la tarea de casa:** Se solicitará a los participantes socialicen los resultados obtenidos con la tarea de casa y apliquen la escala valorativa de regulación emocional utilizada previamente a fin de identificar sus progresos y generar una mayor automotivación de sus capacidades.
- **Reforzamiento de metas, objetivos, control de la impulsividad y gratificación:** Por medio de la imaginación como estrategia de coping se entrenará a los participantes a fin de que utilicen la imaginación como estrategia de afrontamiento visualizándose a sí mismos haciendo frente a las situaciones, llegando a sus objetivos y controlando su impulsividad, y se solicitará se imaginen como se sentirían al conseguirlo.
- **Tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes continúen poniendo en práctica las técnicas aprendidas hasta el momento e incluyan la imaginación como estrategia de coping regulando cada vez más sus emociones con miras a alcanzar sus metas y objetivos e identifiquen cuáles han ido alcanzando a lo largo del proceso terapéutico.

4. Cuarta capacidad: Reconocer las emociones de los demás

En esta etapa se espera potenciar en los estudiantes la capacidad para comprender las preocupaciones, necesidades y sentimientos ajenos; generar una conciencia empática y mantener



una sintonía con los deseos y necesidades de los demás. Etapa que está compuesta por una sesión establecida de la siguiente manera:

Novena sesión:

- **Análisis de la tarea de casa:** Se solicitará a los participantes socialicen los resultados obtenidos con la tarea de casa y apliquen la escala valorativa de regulación emocional utilizada previamente a fin de identificar sus progresos.
- **Descubrimiento guiado:** Por medio de un cuestionario socrático guiado por el terapeuta los participantes se replantearán las preguntas realizadas en la cuarta sesión y se solicitará comparen sus respuestas con las realizadas en sesiones anteriores, esto permitirá que identifiquen que un cambio en sus pensamientos, generando un cambio en sus emociones. Además, se incluirán preguntas como: ¿Qué pudo llevar a que “X” persona/docente/compañero de clase le lleve a actuar de esa manera? ¿Mis pensamientos pudieron llevarme a no escuchar lo que “X” persona/docente/compañero de clase necesitaba? ¿Si yo fuese “X” persona/docente/compañero de clase qué me gustaría que me dijeran?
- **Tarea para la casa:** Se solicitará a los participantes que a la par que continúan realizando las técnicas aprendidas previamente se realicen las preguntas previas cuando surjan alguna emoción negativa en presencia de alguien más.
- **Refuerzo de las técnicas empleadas:** Si en la siguiente sesión no se observa un progreso se repetirá la actividad realizando preguntas que generen el reconocimiento de las emociones de los demás y cómo los pensamientos automáticos personales pueden llevar a anular las emociones de los otros.

5. Quinta capacidad: Establecer relaciones personales



En esta última etapa se pretende generar en los estudiantes habilidades para gestionar las emociones de los demás y una interrelación personal sin dificultades. Etapa que está compuesta por una sesión establecida de la siguiente manera:

Décima sesión:

- **Análisis de la tarea de casa:** Se solicitará a los participantes socialicen los resultados obtenidos con la tarea de casa y apliquen la escala valorativa de regulación emocional utilizada previamente a fin de identificar sus progresos durante estas 10 sesiones.
- **Técnica de conceptualización de alternativas:** Se solicitará a los participantes que busquen de forma activa interpretaciones distintas a las realizadas por ellos y encuentren explicaciones alternativas a problemas y situaciones que hayan vivido con alguna persona durante la semana (en caso de no haber vivido alguna situación pueden utilizar aquellas identificadas en sesiones anteriores). Esta técnica pretende evitar interpretaciones unificadas para todas las situaciones y encontrar solución a sus problemas de relación interpersonal.
- **Role playing:** En el cual se prestará atención a los pensamientos automáticos de los estudiantes frente a situaciones que les generan malestar y que pudieron interrumpir un proceso de comunicación adecuada con otras personas. Aquí se solicitará plantear situaciones hipotéticas en las cuales han sentido que no han podido establecer una adecuada relación interpersonal, se solicitará que presten atención y verbalicen sus pensamientos durante la actividad y cómo les hace sentir; posteriormente se instará a pensar alternativas que lleven a un final diferente y deseado las cuales propendan una relación interpersonal más sana y lo pongan en práctica en un nuevo role playing; con esta nueva puesta en práctica se pedirá nuevamente que presten atención a sus pensamientos y cómo esto les hace sentir.



- **Tarea de casa:** Se solicitará a los participantes pongan en práctica las técnicas aprendidas al momento de interrelacionarse con otra persona.
- **Cierre del proceso:** Se recuerda a los participantes todas las técnicas aprendidas a lo largo de la aplicación del plan y se insta a utilizar las técnicas que les han sido más efectivas durante el proceso.

Objetivos de la intervención

Para dar respuesta al plan de inteligencia emocional en estudiantes universitarios se presenta un objetivo general y cuatro objetivos específicos, mismos que se detallan a continuación:

Objetivo general

Aplicar un plan que fortalezca la inteligencia emocional en los estudiantes universitarios de la Carrera de Enfermería de la Universidad Católica de Cuenca a fin de prevenir el Síndrome de Burnout Académico en dicha población.

Objetivos específicos

- Evaluar las características sociodemográficas, inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout iniciales en la población de estudio.
- Aplicar un plan de intervención que fortalezca la inteligencia emocional en discentes universitarios.
- Evaluar las características sociodemográficas, inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout luego de aplicado el plan de intervención en los estudiantes universitarios.
- Analizar la relación entre los resultados obtenidos de las características sociodemográficas, inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout iniciales con los resultados finales; a fin de identificar si existen variaciones estadísticamente significativas.

8.4. Población objetivo

La población objetivo está constituida por un universo aproximado de 636 estudiantes de primer a séptimo ciclo de la Carrera de Enfermería - Matriz, de la Universidad Católica de Cuenca, que presente una matrícula aprobada para el periodo académico octubre 2024 – marzo 2024 (pudiendo variar este universo considerando que no se conoce con exactitud el número de discentes que se lleguen a matricular, universo estimado con relación al número de estudiantes actualmente matriculados).

8.5. Actividades de intervención

El desarrollo del presente *Plan de inteligencia emocional* será realizado en un periodo de 12 meses, a través de 15 actividades distribuidas de la siguiente manera: cinco actividades que darán cumplimiento al objetivo uno, cuatro actividades para el objetivo dos, tres para el objetivo tres y tres para el objetivo cuatro; mismas que se describen en la Tabla 3.

Tabla 3

Actividades de intervención del plan de inteligencia emocional

Objetivo específico	Actividades por objetivo	Inicio	Fin
O.1. Evaluar las características sociodemográficas, inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout iniciales en la población de estudio.	A.1.1. Estructurar un cuestionario sociodemográfico.	M1	M1
	A.1.2. Programar el cuestionario sociodemográfico, TMMMS-24 y MBISS en el elemento Office Microsoft Forms.	M1	M1
	A.1.3. Aplicación de los reactivos a la población de estudio (pretest).	M2	M2
	A.1.4. Ingreso de la información en el programa estadístico SPSS.	M3	M3
	A.1.5. Análisis de frecuencia y asociaciones de las variables en el programa estadístico SPSS.	M3	M3
O.2. Aplicar un plan de intervención que fortalezca la inteligencia emocional en discentes universitarios.	A.2.1. División en subgrupos de estudiantes considerando el número de ciclos y paralelos.	M4	M4
	A.2.2. Elaboración de un cronograma de aplicación del plan para todos los grupos participantes.	M4	M4
	A.2.3. Aprobación del cronograma de aplicación del plan por las instancias pertinentes.	M4	M4
	A.2.4. Implementación del plan de intervención con un total de diez sesiones por grupo, una sesión semanal y una hora de duración por sesión.	M5	M8

O.3. Evaluar las características sociodemográficas, inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout luego de aplicado el plan de intervención en los estudiantes universitarios.	A.3.1. Aplicación de los reactivos a la población de estudio (post test).	M9	M9
	A.3.2. Ingreso de la información en el programa estadístico SPSS.	M10	M10
	A.3.3. Análisis de frecuencia y asociaciones de las variables en el programa estadístico SPSS.	M10	M10
O.4. Analizar la relación entre los resultados obtenidos de las características sociodemográficas, inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout iniciales con los resultados finales; a fin de identificar si existen variaciones estadísticamente significativas	A.4.1. Comparación de las frecuencias de las variables obtenidas en el pretest y las obtenidas en el post test.	M11	M11
	A.4.2. Análisis de las correlaciones de las variables obtenidas en el pretest y las obtenidas en el post test.	M11	M11
	A.4.3. Elaboración de un informe de los resultados obtenidos.	M12	M12

Nota. O=Objetivo; A=Actividad; M=Mes

8.6. Recursos necesarios para implementar la intervención

Para la ejecución del plan de inteligencia emocional se tiene previsto los recursos que se detallan en la Tabla 4.

Tabla 4

Recursos necesarios para implementar la intervención

Componente	Recursos	
	Humanos	Materiales
1. Instalaciones (bienes inmóviles)	Psicóloga facilitadora. Técnico colaborador.	Auditorio, aulas de clase, laboratorio de informática.
2. Bienes móviles	Psicóloga facilitadora. Técnico colaborador.	Mesas y sillas.
3. Materiales analógicos, digitales e insumos de oficina.	Psicóloga facilitadora. Técnico colaborador.	10 resmas de papel bond tamaño A4, impresora con tinta a color, 3 juegos de tintas de impresora de repuesto de diferentes colores, 10 cajas de esferográficos de color azul, 10 cajas de lápices, 2 cajas de borradores de queso, computadora, programas de computadora (Microsoft Forms, Microsoft Office, SPSS 19), conexión a internet, grapadora, perforadora, sacagrapas, 700 carpetas de cartulina.

8.7. Plan de evaluación de la intervención

A fin de evaluar los resultados del *plan de inteligencia emocional* se ha establecido tres momentos, que corresponde a la aplicación de un pretest, aplicación de un post test y análisis estadístico comparativo de los resultados:

Primer momento: Que corresponde a la aplicación de una batería de test (pretest) que incluye un cuestionario de características sociodemográficas, la escala Trait Meta Mood Scale (TTMM-24) para definir la inteligencia emocional y la prueba de Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) para establecer el Síndrome de Burnout; instrumentos que serán aplicados a todos los participantes; cuyos resultados permitirán establecer valores de frecuencias, varianzas, covarianzas y de relación estadística entre las variables de estudio.

Segundo momento: Que comprende la aplicación un post test con los mismos instrumentos utilizados en el pretest, cuyos resultados permitirán identificar frecuencias, varianzas, covarianzas y relaciones estadísticas entre las variables de estudio.

Tercer momento: Que comprende la comparación de los valores estadísticos obtenidos en el pretest con los obtenidos en el post test, a fin de identificar si existen asociaciones y variaciones estadísticamente significativas tras la aplicación del plan de intervención entre las variables inteligencia emocional y Síndrome de Burnout; además de identificar si existe variación al correlacionar los resultados con las características sociodemográficas. Adicional a lo antes señalado, se generará una frecuencia de participación una vez terminado el proceso a fin de establecer el número de participantes iniciales frente a los finales.

8.8. Viabilidad

Viabilidad técnica: El plan de inteligencia emocional en estudiantes universitarios es viable técnicamente ya que cuenta con el apoyo de la instancia de educación superior para su



aplicación, institución que proporcionará sus instalaciones y bienes móviles durante la ejecución del proceso; además, se cuenta con el apoyo de un técnico colaborador durante su ejecución.

Viabilidad financiera: El presente plan será financiado por la investigadora, proyecto que puede ser presentado para fondos concursables al Departamento de Investigación institucional, una vez se cuente con la aprobación del Comité de Ética para la Investigación en Seres Humanos.

Viabilidad social: El plan de intervención tiene a fin contribuir en la mejora de la inteligencia emocional siendo esto preventivo para la aparición del Síndrome de Burnout Académico, por lo que existe un interés de contribución social de las partes involucradas tanto administrativas, de gestión y académicas.

Posibles obstáculos: Se considera que el presente plan pueda verse retrasado en el inicio de su ejecución debido al tiempo que toma ser aprobado por un Comité de Ética para la Investigación en Seres Humanos; por lo que, se prevé sea presentado con la mayor prontitud a esta instancia a fin de agilizar los procesos, adicional a lo cual se cuenta con el apoyo de técnicos investigadores quienes pueden generar un proceso de revisión y corrección del documento previa a la presentación de dicho Comité.

9. DISCUSIÓN, CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El presente apartado tiene a fin establecer las implicaciones de los resultados que se esperan del proyecto tanto para la investigación como para la práctica clínica; identificar cuáles son las fortalezas de la propuesta de investigación y de la propuesta de intervención, así como, las limitaciones que este proyecto presenta; establecer conclusiones tras el desarrollo del proyecto e identificar las recomendaciones o propuestas que se realiza tras su aplicación.

9.1. Implicaciones de los resultados esperados para la investigación y la práctica clínica

Al analizar investigaciones previas que asociaron a la inteligencia emocional y su incidencia en el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios se puede establecer que el desarrollo de dicha inteligencia incrementa el engagement académico y genera asociaciones positivas frente al Burnout considerándose que a mayor inteligencia emocional menor es el riesgo de este síndrome (Ardiles et al., 2020; Arias et al., 2020; Montenegro, 2020); además esta inteligencia propende a un mayor involucramiento y autoeficacia académica (Alvarez et al., 2018; Domenech et al., 2019; Junça y Almeida, 2023; Pérez et al., 2020); por lo que intervenir en inteligencia emocional podría disminuir el riesgo de Burnout Académico, siendo por tanto preventivo de dicha condición.

No obstante, las investigaciones que estudian la asociación entre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout y que sean específicas para estudiantes universitarios de la Carrera de Enfermería son escasas, por lo que llevar a cabo este estudio permitiría ampliar el proceso investigativo en esta población específica; también es relevante para la práctica clínica ya que los resultados de este estudio permitirían tener un fundamento empírico de la relación entre estas dos variables de estudio admitiendo a futuro diseñar procesos de intervención en poblaciones con características similares y pudiendo ser considerado por instancias de educación superior a fin de prevenir dicho síndrome en la población discente.

9.2. Limitaciones y fortalezas de la propuesta de investigación y de la propuesta de intervención

La presente propuesta es pionera en el Austro ecuatoriano, por lo que de llevarse a cabo contribuiría de manera positiva en la prevención del Síndrome de Burnout en discentes universitarios por medio del fortalecimiento de la inteligencia emocional, favoreciendo su



involucramiento y desempeño académico; además, fortalecer dicha inteligencia no solo previene este síndrome sino que favorece al individuo para mejorar sus relaciones interpersonales, comunicarse efectivamente, generar estrategias de resolución de conflictos y la expresión asertiva de sus emociones; por lo tanto, contribuye a su calidad de vida.

Por otro lado, esta propuesta se ve limitada al no incluir a los estudiantes de octavo y noveno ciclo de la Carrera de Enfermería, ya que no se encuentran asistiendo presencialmente a la instancia de educación superior debido a su actual situación de internado, por lo que dichos discentes no se verían beneficiados de la aplicación de la intervención. Otro aspecto a resaltar es que, al ser una carrera en la cual la mayoría de los docentes y funcionarios son enfermeros, no se cuenta con el apoyo de otro profesional del área de la psicología que pueda apoyar en las actividades de facilitador del proceso tanto en las actividades de la propuesta de investigación como en las de intervención.

9.3. Conclusiones generales tras desarrollar la propuesta de investigación y la propuesta de intervención.

La presente investigación sobre inteligencia emocional y Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios consta de dos planteamientos macros; el primero que corresponde a un plan de investigación y, el segundo a un plan de intervención, los cuales tras ser desarrollados se espera:

Plan de investigación: Establecer una relación entre la inteligencia emocional y el Síndrome de Burnout en estudiantes universitarios de la Carrera de Enfermería-Matriz de la Universidad Católica de Cuenca, relación a la cual se llega tras conocer las características sociodemográficas de la población de estudio, identificar las características de la inteligencia emocional de dichos discentes, determinar la prevalencia del Síndrome de Burnout y analizar el



nexo entre dicha inteligencia y este síndrome; resultados que permiten generar una visión de la población de estudio y conocer si existe o no relación entre estas variables de estudio.

Plan de intervención: Aplicar un plan de fortalecimiento de la inteligencia emocional en los discentes universitarios con el fin de prevenir el Síndrome de Burnout en dicha población; plan que se basa en el Modelo de Inteligencia Emocional de Daniel Goleman y que aplica para cada capacidad básica de este modelo técnicas cognitivas, considerando su eficacia científica en el manejo del estrés crónico. Con el fin de evaluar la efectividad de dicho plan, se genera un proceso de evaluación pre y post test que valore las características sociodemográficas, inteligencia emocional y Síndrome de Burnout, cuyos resultados al ser comparados permitirán identificar si existen diferencias estadísticamente significativas tras la aplicación plan de intervención.

9.4. Recomendaciones o propuestas

Un proyecto de estas características podría dar lugar a nuevas propuestas de investigación que atiendan a todas las poblaciones que se han visto afectadas por el Síndrome de Burnout, ya que no es un síndrome específico de la población de estudio; por lo que, se pretende que a través de la reproducción de este proyecto se reduzcan no solo las cifras de Burnout sino que las instancias académicas se conciencien sobre una realidad que afecta negativamente el desempeño académico y la calidad de vida del estudiantado; por ello se recomienda a estas instancias trabajar sobre esta y otras alternativas de vida saludable que reduzcan los riesgos de estrés crónico, ansiedad, entre otros aspectos que afectan directamente a la población estudiantil.

10. REFERENCIAS

Abarca Castillo, M., Guerrero Henriquez, J., Lang Tapia, M., Marín Gómez, K., y Vargas Matamala, M. (2022). Estresores académicos y manifestaciones biopsicosociales en estudiantes universitarios de fisioterapia. *Fisioterapia*, 44(2), 88–94.

<https://doi.org/10.1016/j.ft.2021.06.002>

Aguayo, R., Cañadas, G., Assbaa, L., Cañadas, G., Ramírez, L., & Ortega, E. (2019). A risk profile of sociodemographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *16*(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph16050707>

Alba, J., y Calvete, E. (2019). Relaciones entre depresión, estrés y esquemas disfuncionales tempranos en adolescentes. *Behavioral Psychology*, *27*(2), 183–198. <https://www.proquest.com/psycinfo/docview/2310734181/36186E7E866A4B92PQ/2?accountid=15299>

Alvarez, P., Castillo, M., Cerezo, F., y Fernández, M. (2018). Inteligencia emocional y su relación con el Síndrome de Burnout, estrés percibido y compromiso en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Arica. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSA*, *16*(2), 375–395. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612018000200007&script=sci_arttext

Álvarez, P., y López, D. (2021). El Burnout Académico y la intención de abandono de los estudios universitarios en tiempos de COVID-19. *RMIE*, *26*(90), 663–689. <https://www.redalyc.org/journal/140/14068995002/14068995002.pdf>

American Psychiatric Association. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales DSM-5* (5a ed.). American Psychiatric Association.

Amigo, I. (2015). *Manual de psicología de la salud* (Pirámide (ed.); 2da ed.). https://www.academia.edu/69437195/Manual_de_Psicología_de_la_salud_2da_Edición

Amor, E., Baños, J., y Sentí, M. (2020). Prevalencia del síndrome de burnout entre los estudiantes de medicina y su relación con variables demográficas, personales y académicas. *Revista de*



la *Fundación Educación Médica*, 23(1), 25–33. <https://doi.org/10.33588/fem.231.1036>

Ardiles, R., Alfaro, P., Moya, M., Leyton, C., Rojas, P., y 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>

Arias, D., Vera, M. P., Ramos, T., y Pérez, S. (2020). Engagement e inteligencia emocional en estudiantes de una universidad privada en la ciudad de Arequipa. *Propósitos y Representaciones*, 8(1), e423. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.423>

Arrabal Martín, E. M. (2018). *Inteligencia Emocional* (Elearning S.L (ed.)). <https://books.google.com.cu/books?id=bp18DwAAQBAJ&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>

Avecillas, J., Mejía, I., Contreras, J., y Quintero, Á. (2021). Burnout académico. Factores influyentes en estudiantes de enfermería. *Revista Eugenio Espejo*, 15(2), 57–67. <https://doi.org/10.37135/EE.04.11.08>

Barreno, S., Haro, O., y Flores, P. (2019). Relación entre rendimiento académico y asistencia como factores de promoción estudiantil. *Revista Cátedra*, 2(1), 44–59. <https://revistadigital.uce.edu.ec/index.php/CATEDRA/article/view/1552/2679>

Barrera, R., Solano, C., Arias, J., Jaramillo, O., y Jiménez, R. (2019). La inteligencia emocional en estudiantes universitarios. *Educación y Salud Boletín Científico de Ciencias de la Salud del ICSa*, 7(14), 50–55. <https://doi.org/10.29057/icsa.v7i14.4437>

Berrió, N., y Mazo, R. (2011). Estrés académico. *Revista de Psicología Universidad de Antioquia*, 3(2). http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S2145-48922011000200006&script=sci_abstract

- Bojórquez, C., y Moroyoqui, S. (2020). Relación entre inteligencia emocional percibida y ansiedad en estudiantes universitarios. *Revista Espacios*, 41(13), 55–64. <https://www.revistaespacios.com/a20v41n13/a20v41n13p07.pdf>
- Bonilla, D., Balseca, A., Cárdenas, M., y Moya, D. (2022). Inteligencia emocional, compromiso y autoeficacia académica. Análisis de mediación en universitarios ecuatorianos. *Interdisciplinaria. Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 39(2), 249–264. <https://doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.16>
- Cañero, M., Mónaco, E., y Montoya, I. (2019). La inteligencia emocional y la empatía como factores predictores del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 9(1), 19–29. <https://doi.org/10.30552/ejihpe.v9i1.313>
- Cano Vindel, A. (2002). Técnicas cognitivas en el control del estrés. En E. Fernández & M. Jiménez (Eds.), *Control del Estrés* (pp. 247–271). UNED Ediciones. https://www.researchgate.net/publication/230577047_Tecnicas_cognitivas_en_el_control_d_el_estres
- Caro, Y., Trujillo, S., y Trujillo, N. (2019). Prevalencia y factores asociados a sintomatología depresiva y ansiedad rasgo en estudiantes universitarios del área de la salud. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 13(1), 40–54. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297261356003>
- Carreño, K; De la Cruz, W; García, K; y Latorre, A. (2020). Factores influyentes en el rendimiento académico de los estudiantes en las instituciones de educación superior. *Revista I+D en TIC*, 11(1), 57–69. <https://revistas.unisimon.edu.co/index.php/identific/article/view/4648>
- Carvajal Andrade, L., Logacho Villacís, B., y Rojas Jaramillo, R. (2020). Prevalencia de síndrome



- de burnout en los estudiantes de la Carrera de Enfermería de la Universidad Central del Ecuador. *Revista Científica Retos de la Ciencia*, 4(8), 38–54. <https://doi.org/10.53877/rc.4.8.20200101.04>
- Castillo, A., Velando, A., De La Fuente, E., Martos, B., Membrive, M., Ramírez, L., & De La Fuente, G. (2023). Relation and effect of resilience on burnout in nurses: A literature review and meta-analysis. *International Nursing Review*, Castillo, 1–8. <https://doi.org/10.1111/inr.12838>
- Cervantes, P., y Rojas, L. (2023). La inteligencia emocional , modelos para su desarrollo. Segunda parte: Modelo de Daniel Goleman. *Reforma Siglo XXI*, 29(114), 45–46. <https://reforma.uanl.mx/index.php/revista/article/view/70><https://reforma.uanl.mx/index.php/revista/article/view/70>
- Chura, E. (2019). Bases epistemológicas que sustentan la teoría de las inteligencias múltiples de Howerd Gardner en la pedagogía. *Revista de Investigaciones de la Escuela de Posgrado*, 8(4), 1331–1340. <http://dx.doi.org/10.26788/riepg.2019.4.151>
- Cornejo, Y., Morán, D., y García, S. (2022). Análisis de la inteligencia emocional de los estudiantes universitarios en el aula de clases. *Revista Científica Arbitrada de la Fundación MenteClara*, 7(267), 1–31. <https://doi.org/10.32351/rca.v7.267>
- Delgado, M., Gómez, M., Gómez, R., y Reche, C. (2019). Relación entre inteligencia emocional y riesgo psicopatológico en estudiantes universitarios. *Formacion Universitaria*, 12(3), 39–46. <https://doi.org/10.4067/S0718-50062019000300039>
- Domenech, B., Monteagudo, M., Rodriguez, J., y Escortell, R. (2019). La autoeficacia académica y la inteligencia emocional como factores asociados al éxito académico de los estudiantes universitarios. *Revista Gestión de las Personas y Tecnología*, 12(35), 46–60.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7836899>

Dong, X., Kalugina, O. A., Vasbieva, D. G., & Rafi, A. (2022). Emotional Intelligence and Personality Traits Based on Academic Performance. *Frontiers in Psychology, 13*, 1–9.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.894570>

Elena, L., Otálvaro, O., y Valencia, L. (2022). Desempeño académico, clima social familiar, habilidades sociales y autoconcepto en estudiantes universitarios. *Informes Psicológicos, 22*(2), 85–100. <https://doi.org/10.18566/infpsic.v22n2a05>

Espinosa, J., Hernández, J., Rodríguez, J., Chacín, M., y Bermúdez, V. (2020). Influencia del estrés sobre el rendimiento académico. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica, 39*(1), 62–73. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4065032>

Espinoza, L., Hernández, N., Tapia, J., Hernández, Y., y Rodríguez, A. (2020). Prevalencia del síndrome de burnout en estudiantes de medicina. *Revista Cubana de Reumatología, 22*(1), e127. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1817-59962020000100005&script=sci_arttext&lng=en

Farina, E., Ornaghi, V., Pepe, A., Fiorilli, C., & Grazzani, I. (2020). High School Student Burnout: Is Empathy a Protective or Risk Factor? *Frontiers in Psychology, 11*, 1–9. <https://doi.org/10.3389/FPSYG.2020.00897/BIBTEX>

Fernández, P., Extremera, N., & Natalia, R. (2004). Validity and reliability of the spanish modified version of the Trait Meta-Mood Scale. *Psychological Reports, 94*, 751–755. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15217021/>

Ferreira, N., Nunes, A., & Haas, J. (2023). The relationship between job burnout and emotional intelligence: A Meta-Analysis. *Revista Psicologia: Organizações e Trabalho, 23*(2), 2471–2478. <https://doi.org/10.5935/rpot/2023.2.23748>

- Gallego, S., Polo, A., Londoño, C., y Osorno, J. (2021). Inteligencia Emocional: Recopilación de Antecedentes y Transición Hacia un Concepto de Destrezas Emocionales. *Revista Innovación y Desarrollo Sostenible*, 1(2), 115–122. <https://doi.org/10.47185/27113760.v1n2.35>
- García, C. (2020). La inteligencia emocional en el desarrollo de la trayectoria académica del universitario. *Revista Cubana de Educación Superior*, 39(2), 1–22. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=s0257-43142020000200015&script=sci_arttext
- García, C., y Arriaga, J. (2019). Prevalencia del síndrome de “burnout” en estudiantes universitarios. *Revista de la Facultad de Medicina*, 26, 10–14. <https://doi.org/10.37345/23045329.v1i26.52>
- García, J. (2022). El burnout como patología social en profesionales de enfermería: un análisis basado en la teoría del reconocimiento. *Revista Brasileira de Medicina do Trabalho*, 20(3). <https://www.rbmt.org.br/details/1714/en-US/burnout-as-a-social-pathology-in-nursing-professionals--an-analysis-based-on-the-theory-of-recognition>
- Gómez, J., Velando, A., Membrive, M., Ramírez, L., Aguayo, R., Ortega, E., & Cañadas, G. (2023). Prevalence and levels of burnout in nursing students: A systematic review with meta-analysis. *Nurse Education in Practice*, 72, 103753. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2023.103753>
- González Arteta, I., Rocha Carrascal, M., y Álvarez Barboza, F. (2023). Prevalencia de síndrome de Burnout en estudiantes de medicina de una institución universitaria de Cartagena-Colombia. *Revista Médica de Risaralda*, 29(1), 9–12. <https://doi.org/10.22517/25395203.25088>
- González, J., Ramos, R., Rodrigues, J., Henrique, B., Borges, S., y Coronel, B. (2020). Prevalencia del Síndrome de Burnout en estudiantes de Medicina. *Revista del Instituto de Medicina*

Tropical, 15(2), 13–18. <https://doi.org/10.18004/imt/2020.15.2.13>

Gonzalez, R., Custodio, J. B., y Abal, F. (2020). Propiedades psicométricas del Trait Meta-Mood

Scale-24 en estudiantes universitarios argentinos. *Psicogente*, 23(44), 1–26.

<https://doi.org/10.17081/psico.23.44.3469>

Gradiski, I., Borovecki, A., Ćurković, M., San Martín, M., Delgado Bolton, R., & Vivanco, L.

(2022). Burnout in International Medical Students: Characterization of Professionalism and

Loneliness as Predictive Factors of Burnout. *International Journal of Environmental*

Research and Public Health, 19(3), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031385>

Hernández Sampieri, R., y Mendoza Torres, C. (2018). Metodología de la investigación: Las rutas

cuantitativa, cualitativa y mixta. En *Mc Graw Hill* (Vol. 1, Número Mexico). Mc Graw Hill

Education.

Idrogo, D., y Asenjo, J. (2021). Relación entre inteligencia emocional y rendimiento académico

en estudiantes universitarios peruanos. *Revista de Investigación Psicológica*, 26, 69–79.

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2223-30322021000300069&script=sci_arttext

Junça, A., & Almeida, N. (2023). Can engagement and performance be improved through online

training on emotional intelligence? A quasi-experimental approach. *International Journal of*

Educational Management, 37(2), 449–464. <https://doi.org/10.1108/IJEM-03-2022-0092>

Liébana, C., Fernández, M., Vázquez, A., López, A., y Rodríguez, M. (2018). Burnout y

engagement en estudiantes universitarios de enfermería. *Enfermería Global*, 17(50), 131–

141.

[https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412018000200131&script=sci_arttext&lng=pt)

[61412018000200131&script=sci_arttext&lng=pt](https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1695-61412018000200131&script=sci_arttext&lng=pt)

Marôco, J., Assunção, H., Harju, H., Lin, S., Sit, P., Cheung, K., Maloa, B., Ilic, I. S., Smith, T.,

& Campos, J. (2020). Predictors of academic efficacy and dropout intention in university



- students: Can engagement suppress burnout? *PLOS ONE*, 15(10), e0239816.
<https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0239816>
- Martínez, A. (2010). El síndrome de Burnout. Evolución conceptual y estado actual de la cuestión. *Vivat Academia*, 12, 42–80. <https://doi.org/10.15178/va.2010.112.42-80>
- Mayorga, M. (2019). Relación entre la creatividad, la inteligencia emocional y el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Veritas & Research*, 1(1), 13–21.
<http://revistas.pucesa.edu.ec/ojs/index.php?journal=VR&page=article&op=view&path%5B%5D=3>
- Montenegro, J. (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>
- Moscoso, M. (2010). El estrés crónico y la Terapia Cognitiva Centrada en Mindfulness: Una nueva dimensión en psiconeuroinmunología. *Revista de la Facultad de Psicología*, 13, 11–29.
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3646877>
- Muñoz, A., Hernández, L., Salas, J., Hernández, A., Maxo, E., y Ochoa, A. (2022). Síndrome de burnout en estudiantes de enfermería de la escuela de ciencias de la salud: modalidad en línea. *Ciencia Latina Revista Multidisciplinar*, 6(1), 4577.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/1775/2773>
- Nguyen, T., & Nguyen, T. (2023). Correlation between Emotional Intelligence and Academic Results Self-Evaluated by Students of Vietnam National University Ho Chi Minh City's Students. *European Journal of Contemporary Education*, 12(1), 132–138.
<https://doi.org/10.13187/ejced.2023.1.132>
- Noor, U., Gupta, S., & Koshy, B. (2023). The impact of mindfulness training for nurses in lowering

- stress and enhancing well-being. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 3(S1), 446.
<https://doi.org/10.56294/saludcyt2023446>
- Organización Mundial de la Salud. (2023). *CIE-11 para estadísticas de mortalidad y morbilidad. Síndrome de desgaste ocupacional*. OMS. <https://icd.who.int/browse11/l1-m/es#/http://id.who.int/icd/entity/129180281>
- Osorio, M., Parrello, S., y Prado, C. (2020). Burnout académico en una muestra de estudiantes universitarios mexicanos. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 2(2), 27–37.
<https://www.revistacneip.org/index.php/cneip/article/view/86/67>
- Padua, L. (2019). Factores individuales y familiares asociados al bajo rendimiento académico en estudiantes universitarios. *RMIE*, 24(80), 173–195.
<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14060241008>
- Palma, G., y Barcia, M. (2020). El estado emocional en el rendimiento académico de los estudiantes en Portoviejo, Ecuador. *Dom Cien*, 6(2), 72–100.
<https://www.dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/1207/1958>
- Pérez, M., Molero, M., Simón, M., Barragán, A., Martos, Á., Ruiz, N., y Gázquez, J. (2020). Engagement académico e inteligencia emocional en estudiantes de Ciencias de la Salud. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 77–86. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.187>
- Puertas, P., Zurita, F., Chacón, R., Castro, M., Ramírez, I., & González, G. (2020). Emotional intelligence in the field of education: a meta-analysis. *Anales de Psicología*, 36(1), 84–91.
<https://doi.org/10.6018/analesps.345901>
- Quiñones, Á., Ramírez, P., Cid, J., Melipillán, R., Ugarte, C., y Florenzano, R. (2018). Cuestionario de esquemas de Young CEY-S3: Propiedades psicométricas en una muestra chilena mixta. *Terapia Psicológica*, 36(2), 144–155. <https://doi.org/10.4067/S0718->

- Quintero, J., Reyes, G., Suárez, P., y Rodríguez, M. (2020). Estrés y burnout, evolución histórica. En *Revista Egle* (Vol. 7, Número 16, pp. 92–104). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=525752962004>
- Remache, L., Guerra, C., Agualongo, D., y Dias, S. (2023). Inteligencia emocional y los nuevos retos del personal de enfermería. *Tesla*, 3(1), e190. <https://doi.org/10.55204/trc.v3i1.e190>
- Reynoso, O., y Méndez, T. (2018). ¿Es posible predecir el rendimiento académico? La regulación de la conducta como un indicador del rendimiento académico en estudiantes de educación superior. *Diálogos sobre Educación*, 16. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=553457901008>
- Rosales, Y., Mocha, J., y Ferreira, J. (2020). Síndrome de Burnout en estudiantes de la Universidad Técnica de Ambato, Ecuador. *Enfermería Investiga Investigación, Vinculación, Docencia y Gestión*, 5(2), 37–41. <https://revistas.uta.edu.ec/erevista/index.php/enfi/article/view/875/828>
- Rosales, Y., Rizzo, F., Mocha, J., & Ferreira, J. (2021). Prevalence of burnout syndrome in university students: A systematic review. *Salud Mental*, 44(2), 91–102. <https://doi.org/10.17711/SM.0185-3325.2021.013>
- Ruiz, M., Díaz, M., Villalobos, A., y González, M. (2017). Terapia Cognitiva. En M. Díaz, M. Ruíz, & A. Villalobos (Eds.), *Manual de técnicas y terapias cognitivo conductuales* (p. 673). Editorial Desclée de Brouwer.
- Salyers, M., Bonfils, K., Luther, L., Firmin, R., White, D., Adams, E., & Rollins, A. (2017). The Relationship Between Professional Burnout and Quality and Safety in Healthcare: A Meta-Analysis. *Journal of General Internal Medicine*, 32(4), 475–482. <https://doi.org/10.1007/s11606-016-3886-9>

- Seperak, R., Fernández, M., y Dominguez, S. (2021). Prevalencia y severidad del burnout académico en estudiantes universitarios durante la pandemia por la COVID-19. *Interacciones Revista de Avances en Psicología*, 7(e199), 1–7.
<https://www.ojs.revistainteracciones.com/index.php/rin/article/view/199/290>
- Sharififard, F., Asayesh, H., Mohammad, M., & Sepahvandi, M. (2020). Motivation, self-efficacy, stress, and academic performance correlation with academic burnout among nursing students. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences*, 7(2), 88–93.
https://doi.org/10.4103/JNMS.JNMS_30_19
- Silva, M., López, J., y Columba, M. (2020). Estrés académico en estudiantes universitarios. *Investigación y Ciencia*, 28(79), 75–83.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67462875008>
- Soria, J., y Noroña, D. (2022). Asociación entre distorsiones cognitivas y estrés laboral en profesionales de la salud pública. *Revista Científica*, 7(23), 171–192.
<https://doi.org/10.29394/scientific.issn.2542-2987.2022.7.23.9.171-192>
- Torres, N., y Sosa, M. (2020). Inteligencia emocional de los estudiantes de pregrado de las licenciaturas de enfermería. *Revista Cuidarte*, 11(3), e993.
<https://doi.org/10.15649/cuidarte.993>
- Trunce, S., Villarroel, G., Arntz, J., Muñoz, S., y Werner, K. (2020). Niveles de depresión, ansiedad, estrés y su relación con el rendimiento académico en estudiantes universitarios. *Investigación en Educación Médica*, 9(36), 8–16.
<https://doi.org/10.22201/fm.20075057e.2020.36.20229>
- Usán, P., Salavera, C., y Mejías, J. (2020). Relaciones entre la inteligencia emocional, el burnout académico y el rendimiento en adolescentes escolares. *CES Psicología*, 13(1), 125–139.



<https://doi.org/10.21615/cesp.13.1.8>

Valero, M., González, V., López, N., Cervera, Á., Suárez, M., & Mena, D. (2019). Burnout syndrome in nursing students: An observational study. *Nurse Education Today*, 76, 38–43.

<https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.01.014>

Vallejos, C. (2022). Levels of emotional intelligence in psychology students at a Peruvian public university. *Revista de la Facultad de Medicina Humana*, 22(3), 556–563.

<https://doi.org/10.25176/rfmh.v22i3.5015>

Vasconcelos, E., Trindade, C., Barbosa, L., & De Martino, M. (2020). Predictive factors of burnout syndrome in nursing students at a public university. *Revista da Escola de Enfermagem*, 54, e03564.

<https://doi.org/10.1590/S1980-220X2018044003564>

Velando, A., Suleiman, N., Pradas, L., Membrive, M., Ramírez, L., Gómez, J., & Cañadas, G. (2023). Factors related to the appearance and development of burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health*, 11(3), 1–13.

<https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1142576>

Vera, L., Porras, A., Delgado, P., Navarro, J., Niño, J., Durán, J., y Caballero, M. (2020). Salud mental y deserción en una población universitaria con bajo rendimiento académico. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 60, 137–158.

<https://doi.org/10.35575/rvucn.n60a8>

Walkiewicz, M., & Tartas, M. (2018). Vulnerability of medical students and professionals to extreme work stress: A select review of the literature. *Communication and Medicine*, 14(2), 181–187.

<https://doi.org/10.1558/cam.31007>

Wright, T., Mughal, F., Babatunde, O., Dikomitis, L., Mallen, C., & Helliwell, T. (2022). Burnout among primary health-care professionals in low-and middle-income countries: systematic review and meta-analysis. *Bulletin of the World Health Organization*, 100, 385-401A.



<https://doi.org/10.2471/BLT.22.288300>

Zalts, R., Green, N., Tackett, S., & Lubin, R. (2021). The association between medical students' motivation with learning environment, perceived academic rank, and burnout. *International journal of medical education*, 12, 25–30. <https://doi.org/10.5116/IJME.5FF9.BF5C/RM>