

ARTÍCULO ORIGINAL
Inteligencia emocional de enfermeras de áreas críticas
Emotional intelligence of nurses in critical areas
Inteligência emocional de enfermeiros em áreas críticas

Alejandra De La Cruz-Martínez^I
Susana Berenice Alcalá-Martínez^{II}
Alicia Álvarez Aguirre^{III}
Lucero Fuentes-Ocampo^{IV}

RESUMEN

Introducción: Estudio enfocado en proyectar el desarrollo de competencias en inteligencia emocional en profesionales de enfermería de áreas críticas. **Objetivo:** Determinar la necesidad del profesional de enfermería hacia la adquisición de competencias en inteligencia emocional para el desarrollo de las intervenciones en áreas críticas en 2033. **Metodología:** Enfoque cuantitativo, prospectivo, de diseño mixto de corte transversal, con análisis de actores, exploración de variables, elaboración de escenarios, definición imagen objetivo, muestreo por conveniencia; imagen objetivo de un futuro del profesional de enfermería. **Resultados:** El 50% refiere identificar emociones, establecer límites saludables, construir relaciones laborales, facilidad de ser empática y comprensiva; haciendo probable en 10 años alcanzar la habilidad de la inteligencia emocional. **Discusión:** Con formación y apoyo, los profesionales de enfermería podrían desarrollar inteligencia emocional en 2033. **Conclusiones:** Los posibles escenarios son más cercanos a la imagen objetivo, en los indicadores de reconocer sus emociones, capacidad para establecer límites saludables, construir relaciones laborales satisfactorias, ser empática y comprensiva.

Palabras clave: Cuidados Críticos; Enfermería; Estilo de Vida Saludable; Inteligencia Emocional; Relaciones Laborales.

Para citar este documento


De La Cruz-Martínez, A, Alcalá-Martínez SB, Álvarez-Aguirre A. y Fuentes-Ocampo L. Inteligencia emocional de enfermeras de áreas críticas. *Rev. Unidad Sanit. XXI*. 2025; **5(17)**: 117-135. <https://doi.org/10.57246/zhtqfa66>

Fecha de envío: 01/05/2025 **Fecha de aceptación:** 20/09/2025 **Fecha de publicación:** 30/09/2025

^I Doctorante del Programa en Ciencias de Enfermería | Dirección de correo institucional: a.delacruz.martinez@ugto.mx ; <https://ORCID.org/0000-0001-6460-0425>

^{II} Doctorante del Programa en Ciencias de Enfermería | Dirección de correo institucional: sb.alcalamartinez@ugto.mx ; <https://ORCID.org/0009-0002-2735-9577>

^{III} Doctora en Ciencias de Enfermería. Departamento de Enfermería y Clínica, División Ciencias de la Salud e Ingenierías, Campus Celaya-Salvatierra. Guanajuato, México. |Dirección de correo institucional: alicia.alvarez@ugto.mx ; <https://ORCID.org/0000-0001-5538-7634>

^{IV} Doctora en Ciencias de Enfermería. Departamento de Enfermería y Obstetricia, División Ciencias de la Vida, Centro Interdisciplinario del Noreste. Universidad de Guanajuato | Dirección de correo institucional: I.fuentes@ugto.mx ; <https://ORCID.org/0000-0003-1254-3240>



<https://ojs-revunidadesanitaria.com.ar/index.php/rus/>

ABSTRACT

Introduction: A study focused on projecting the development of emotional intelligence competencies in nursing professionals in critical areas. **Objective:** To determine the need for nursing professionals to acquire emotional intelligence competencies for the development of interventions in critical areas by 2033. **Methodology:** A quantitative, prospective approach, stakeholder analysis, variable exploration, scenario development, target image definition, convenience sampling; a target image of the future of nursing professionals. **Results:** 50% report identifying emotions, establishing healthy boundaries, building working relationships, and being empathetic and understanding; making it likely that they will achieve the skill of emotional intelligence within 10 years. **Discussion:** With training and support, nursing professionals could develop emotional intelligence by 2033. **Conclusions:** The possible scenarios are closer to the target image in the indicators of recognizing their emotions, the ability to establish healthy boundaries, building satisfactory working relationships, and being empathetic and understanding.

Keywords: Emotional Intelligence; Nursing; Critical Care; Healthy Lifestyle; Workplace Relationships.

RESUMO

Introdução: Estudo com foco na projeção do desenvolvimento de competências de inteligência emocional em profissionais de enfermagem em áreas críticas. **Objetivo:** Determinar a necessidade de profissionais de enfermagem adquirirem competências de inteligência emocional para o desenvolvimento de intervenções em áreas críticas até 2033. **Metodologia:** Abordagem quantitativa, prospectiva, análise de stakeholders, exploração de variáveis, desenvolvimento de cenários, definição da imagem-alvo, amostragem por conveniência; uma imagem-alvo do futuro dos profissionais de enfermagem. **Resultados:** 50% relatam identificar emoções, estabelecer limites saudáveis, construir relacionamentos de trabalho e ser empáticos e compreensivos, tornando provável que alcancem a habilidade de inteligência emocional em 10 anos. **Discussão:** Com treinamento e apoio, os profissionais de enfermagem poderão desenvolver inteligência emocional até 2033. **Conclusões:** Os cenários possíveis estão mais próximos da imagem-alvo nos indicadores de reconhecimento de suas emoções, capacidade de estabelecer limites saudáveis, construir relacionamentos de trabalho satisfatórios e ser empático e compreensivo.

Palavras-chave: Inteligência Emocional; Enfermagem; Cuidados Críticos; Estilo de Vida Saudável; Relações Laborais.



INTRODUCCIÓN

Los cuidados de enfermería de alta complejidad se brindan a pacientes en estado crítico que requieren atención especializada, monitoreo constante y uso de tecnología avanzada. Estas intervenciones suelen darse en áreas críticas, como terapia intensiva o urgencias, donde el personal debe tomar decisiones rápidas, manejar equipos biomédicos y colaborar eficazmente con equipos multidisciplinarios¹. Esta situación se ve agravada por la escasez de personal capacitado, sobrecarga operativa y condiciones laborales estresantes.

En este sentido, se reconoce que el sistema de salud en México está representado en sus tres niveles por el cuidado del profesional de enfermería, quienes brindan intervenciones especializadas mediante la atención al paciente de forma continua y directa, según sean las necesidades de cada uno. Por ello, existe el vacío del conocimiento referente a la mejora de los entornos de trabajo, de tal forma que se considere el impacto de la salud mental que enfrentan los profesionales en el contexto nacional por la sobrecarga laboral. Actualmente, la literatura se enfoca en aspectos de la práctica clínica de este profesional, dejando de lado el abordaje emocional y social que influye en la salud mental de las y los enfermeros.

Por lo anterior, la hipótesis que se plantea para este estudio es: a mayor nivel de competencias de inteligencia emocional en los profesionales de enfermería el desarrollo de las intervenciones en áreas críticas será alcanzado mitigando la sobrecarga laboral.

En este contexto, Enfermería es el profesional que posee conocimientos científicos, normas de práctica, códigos éticos y bases filosóficas que le permiten proteger la integridad del usuario y aliviar sufrimiento de manera digna mediante intervenciones dependientes, independientes o interdependientes². De igual forma, el perfil de enfermería en áreas críticas exige competencias para atender a pacientes con funciones vitales potencialmente comprometidas³⁻⁴.

En este sentido, es importante el desarrollo de la competencia de inteligencia emocional, vinculado a la preparación cognitiva, en estos profesionales⁵⁻⁶. Por su parte, la inteligencia emocional se define como la capacidad de percibir, asimilar, comprender y regular las emociones propias y ajenas, favoreciendo el crecimiento emocional e intelectual⁷.

Por lo anterior, se espera que el personal de enfermería maneje adecuadamente su inteligencia emocional, ya que esto mejora su desempeño al permitirle reconocer sus emociones, establecer



límites saludables y prevenir la sobrecarga emocional y física⁷⁻⁹. Cabe destacar que la enfermería es una profesión altamente demandante, caracterizada por una interacción constante con pacientes, familiares y equipos de salud. Por lo tanto, en unidades críticas se requiere una base sólida de conocimientos clínicos y tecnológicas, para responder eficazmente al entorno¹⁰⁻¹¹.

Asimismo, el personal de enfermería requiere un manejo adecuado de su inteligencia emocional para responder eficazmente a las emociones de los pacientes y fortalecer las relaciones terapéuticas¹². En consecuencia, la inteligencia emocional impacta en el compromiso profesional, al facilitar la autorregulación, la empatía y el trabajo en equipo, mejorando así el clima laboral y la calidad del cuidado¹³. Sin embargo, su incorporación como competencia estratégica en la formación y práctica profesional sigue siendo limitada, lo que evidencia la necesidad de integrarla como una habilidad esencial en el ejercicio enfermero¹⁴.

Inteligencia emocional

Las emociones son importantes para el ejercicio de la razón, entre el sentir y el pensar, la emoción guía nuestras decisiones, trabajando con la mente racional y capacitando o incapacitando al pensamiento mismo¹⁵. Según afirma Goleman, se cuenta con dos tipos de inteligencia la racional y la emocional, ambas influyen en nuestro desempeño, es por esto por lo que solo, el coeficiente intelectual no basta, también se debe de considerar importante la inteligencia emocional¹⁵.

En este sentido, esta dualidad entre razón y emoción obliga a buscar una integración armónica entre ambas funciones, para lograr utilizar las emociones de manera inteligente. La inteligencia emocional incluye habilidades como automotivación, perseverancia, control de impulsos, regulación del estado de ánimo y empatía¹⁶⁻¹⁸, que permiten esta integración.

La inteligencia emocional implica la capacidad de reconocer y autorregular las emociones, de forma que se percibir, interpretar y responder adecuadamente ante las emociones de quienes se relacionan en la cotidianidad. La necesidad de gestionar de forma adecuada las emociones en los ámbitos laborales permite que los profesionales fortalecer pensamientos positivos, mejora en la toma de decisiones y relaciones interpersonales asertivas, lo que favorece su entorno¹⁹⁻²⁰.



Las competencias socioemocionales en los profesionales de enfermería impactan en el rendimiento laboral, uso de la resiliencia ante situaciones de estrés en las áreas críticas; lo que favorece la capacidad de los profesionales de enfermería para proporcionar intervenciones eficaces y efectivas en las áreas críticas de las unidades hospitalarias²¹.

Estas competencias, se estructuran en torno a cinco elementos, autoconciencia, motivación, autocontrol, empatía y habilidades sociales, permiten aplicar el potencial emocional en contextos reales, especialmente en el ámbito laboral. Cabe destacar que poseer inteligencia emocional implica el desarrollado progresivo de las competencias; ya que estas se adquieren con práctica y formación. Por ello, el funcionamiento adaptativo del profesional de enfermería en las áreas críticas de los hospitales permite la autorregulación ante eventos estresantes y favorece el bienestar psicológico, una mejora en la salud mental y laboral^{16,21}.

Finalmente, el modelo de Goleman afirma que estas competencias pueden desarrollarse y perfeccionarse con el tiempo, mejorando las relaciones personales, el desempeño profesional y el bienestar general, es por tanto que la inteligencia emocional es un complemento indispensable a la inteligencia cognitiva¹⁰. En la tabla 1. se muestra el marco de competencia emocional necesario para la inteligencia emocional.

Tabla 1. Marco de la Competencia Emocional

Competencia Personal Conciencia de uno mismo	Competencia Social Empatía
Conciencia emocional	Compresión de los demás
Valoración adecuada de uno mismo	Orientación hacia el servicio
Confianza en uno mismo	Aprovechamiento de la diversidad
	Conciencia política
Autorregulación	Habilidades sociales
Autocontrol.	Influencia
Confiabilidad	Comunicación
Integridad	Liderazgo
Adaptabilidad	Canalización del cambio
Innovación	Resolución de conflictos
	Colaboración y cooperación
	Habilidades de equipo
Motivación	
Motivación de logro	
Compromiso	
Optimismo	

Fuente: Goleman D. Inteligencia Emocional 2033.

Por lo anterior, el objetivo general de este estudio es determinar la necesidad del profesional de enfermería hacia la adquisición de competencias en inteligencia emocional para el desarrollo de las intervenciones en áreas críticas en 2033.



MÉTODO

Diseño de estudio

Este es un estudio de diseño mixto de corte transversal, empleando el método prospectivo propuesto por Rodríguez J²², que propone la elaboración de escenarios a partir de 7 pasos: 1) Fijar objetivos; 2) Identificar fuerzas directoras; 3) Identificar factores influyentes; 4) Seleccionar factores importantes; 5) Identificar escenarios alternativos; 6) Desarrollar los escenarios; y 7) Redacción, asignación e identificación de los escenarios. La metodología prospectiva es una estrategia estructurada basada en un conjunto de técnicas y herramientas utilizadas para explorar y entender los posibles futuros y cómo se pueden preparar y responder a ellos. En esta metodología, la imagen del futuro deseado es una herramienta clave que se utiliza para establecer objetivos, desarrollar estrategias y tomar decisiones²³⁻²⁴. En esta investigación, la imagen objetivo será un escenario deseado, en donde el profesional de enfermería cuenta con un nivel inteligencia emocional para hacer frente a su trabajo clínico operativo dentro de las áreas críticas donde se implementan intervenciones de cuidado de alta complejidad¹⁷⁻¹⁸.

En esta metodología se requiere el análisis de escenarios a futuro²²⁻²⁴, así como el análisis del juego de los actores es importante para la simulación del comportamiento futuro de las variables clave¹⁸⁻²⁵. En esta etapa, se procede a la exploración de las estrategias de los actores cara a cara con las variables del sistema, para a partir de allí, definir sus principales posibles tendencias^{19,20,26}. Además, se complementa con el Cuestionario Breve de Inteligencia Emocional propuesto por Goleman¹⁷.

Esta investigación se desarrolló en las siguientes etapas: 1) Aplicación del cuestionario; 2) Diseño de escenarios y 3) Análisis de los escenarios.

Muestra

Los instrumentos se aplicaron a 20 enfermeras que aceptaron participar en el estudio y que firmaron el consentimiento informado, cada destacar que esta investigación se apegó al Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Investigación para la Salud.

Se empleo el muestreo no probabilístico por conveniencia y se seleccionaron intencionalmente a las participantes en función de su disponibilidad de tiempo y del cumplimiento de los criterios



inclusión; enfermeras es decir del sexo femenino, que estén laborando en el área de cuidados críticos en el hospital de segundo y tercer nivel, así como tener más de 10 años de antigüedad laboral.

Instrumento

Para la recolección de datos se empleó en un primer momento una Cédula de Datos personales, la cual indagaba sobre los elementos personales de los participantes, así mismo el Cuestionario Breve de Inteligencia Emocional propuesto por Goleman¹⁷. Este instrumento ha reportado un Alfa de Cronbach de 0.81 y consta de 7 ítems diseñados a partir de los componentes de la inteligencia emocional, agrupados en las siguientes dimensiones: 1.-Autoconciencia emocional (ítem 1), 2.-Autorregulación y manejo del estrés (ítems 2 y 3) y 3.-Manejo de relaciones y habilidades sociales (ítems 4, 5, 6 y 7).

Cada ítem fue evaluado mediante una escala ordinal tipo Likert de 7 puntos, con opciones de respuesta que indican la frecuencia de la conducta emocional observada en el entorno laboral: 0 = Nunca, 1 = Pocas veces al año, 2 = Una vez al mes o menos, 3 = Unas pocas veces al mes, 4 = Una vez a la semana, 5 = Unas pocas veces a la semana, 6 = Todos los días. El puntaje total máximo posible es de 42 puntos, y el mínimo es 0 puntos, donde una puntuación más alta indica mayor expresión de competencias emocionales en el contexto laboral crítico de enfermería¹⁷.

Procedimiento

Para la recolección de los datos se realizó el levantamiento de los datos de manera presencial, previo se había firmado el consentimiento informado, el levantamiento de los datos se realizó en dos días. El rellenado de los instrumentos tuvo una duración aproximada de 20 minutos, además en todo momento se les indico que si tenían alguna duda la expresaran para poder apoyarles. Posterior a eso se les agradeció su participación.

Análisis de los datos

En este trabajo se tendrán dos momentos, en un primer momento se describirán los posibles escenarios del fenómeno de estudio con base a la literatura expuesta en los diversos repositorios y en un segundo momento se realizó el análisis del Cuestionario Breve de Inteligencia Emocional mediante estadística descriptiva.

Diseño de escenarios (Instrumento de Análisis Prospectivo)



Respecto a la metodología de método prospectivo propuesto por Rodríguez J²² a continuación, se describen las categorías de análisis-escenarios, que fueron considerados en las participantes de la investigación, los cuales son el resultado de la investigación teórica de la temática, es decir que el diseño de los posibles escenarios se basa en la revisión de la literatura en la que se encontraron las fuerzas directoras y los principales factores que describen los escenarios alternativos ²². Derivado de lo anterior, se escribe cada escenario de forma narrativa especificando que los actores principales (profesionales de enfermería) están bajo factores de estrés por desarrollar múltiples roles, trabajar en áreas críticas por tiempos prolongados.

Descripción de las categorías de análisis-escenarios de agrupación

1. Tengo facilidad para reconocer mis propias emociones.

Según Goleman¹⁶, para reconocer las propias emociones, se requiere conciencia de uno mismo, afirma que se integra de lo siguientes componentes: “conciencia emocional: la capacidad de reconocer el modo en que nuestras emociones afectan a nuestras acciones y la capacidad de utilizar nuestros valores como guía en el proceso de toma de decisiones. Valoración de uno mismo: el reconocimiento sincero de nuestros puntos fuertes y de nuestras debilidades, la visión clara de los puntos que debemos fortalecer y la capacidad de aprender de la experiencia. Confianza en uno mismo: el coraje que se deriva de la certeza en nuestras capacidades, valores y objetivos”¹⁵⁻¹⁶.

Según Richard Boyatzis¹⁵, como se citó en Goleman¹⁶, “se trata de la capacidad de permanecer atentos, de reconocer los indicadores, y sutiles señales internas que nos permiten saber lo que estamos sintiendo y de saber utilizarlas como guía que nos informa de forma continua acerca del modo como estamos haciendo las cosas”¹⁵⁻¹⁶. En este sentido, un posible escenario enfatiza el racionamiento de las propias emociones, en la conciencia emocional, dado que esta capacidad es esencial en los hospitales en las áreas críticas, especialmente en los que se debe mantener un contacto con otros para tratar cuestiones de estrés.

2. Creo que puedo establecer límites saludables con mis emociones.

Establecer límites saludables con las propias emociones requiere una competencia emocional desarrollada, especialmente la autorregulación, entendida con la capacidad de controlar estados internos e impulsos, de ella deriva el autocontrol, que permite manejar emociones conflictivas con equilibrio, serenidad y responsabilidad, favoreciendo la eficacia interpersonal¹⁵⁻¹⁶. El



escenario en el profesional de enfermería refleja que contar con la capacidad del adecuado manejo del estrés laboral evitará el desgaste emocional (burnout) y lograr un equilibrio entre la vida personal y laboral en especial en personal que labora en áreas críticas.

3. *Pienso que mi trabajo me genera sobrecarga emocional.*

La autoconciencia, el autocontrol, son las competencias más relevantes en el ámbito laboral. Los profesionales más brillantes destacan por sus logros personales, y por su capacidad para trabajar en equipo, para maximizar la producción del grupo. El autocontrol es saber controlar adecuadamente los impulsos y las emociones, especialmente conflictivos¹⁵. El escenario en el profesional de enfermería reconoce que es indispensable contar con la capacidad de manejar la sobrecarga emocional mediante estrategias de afrontamiento, solicitar apoyo y aplicar técnicas de autocontrol para sostener la calidad del cuidado en pacientes hospitalizados en áreas críticas.

4. *Siento que puedo responder efectivamente a las emociones*

Dentro de las competencias personales de la inteligencia emocional, la conciencia emocional destaca como la capacidad de reconocer las propias emociones y sus efectos, valorar adecuadamente las fortalezas y debilidades, y mantener confianza en uno mismo, lo que permite gestionar eficazmente las repuestas emocionales¹⁵⁻¹⁶. El escenario en el profesional de enfermería deberá contar con la capacidad de lograr mantener la calma frente a situaciones críticas en las áreas de urgencias y UCIN; lo que pretende favorecer la empatía ante pacientes y familias a su cargo.

5. *En mi trabajo construyo relaciones laborales satisfactorias.*

Las habilidades sociales, son las capacidades para inducir respuestas deseables en los demás, para construir relaciones laborales satisfactorias y exitosas, y sus competencias son: a) influencia: utilizar tácticas de persuasión eficaces, b) liderazgo: inspirar y dirigir a grupos y personas, c) canalización del cambio: iniciar o dirigir los cambios, d) resolución de conflictos: capacidad de negociar y resolver conflictos, e) colaboración y cooperación: ser capaces de trabajar con los demás en la consecución de una meta en común y f) habilidades de equipo: ser capaces de crear la sinergia grupal en la consecución de metas colectivas, el desarrollo de estas competencias favorece un entorno adecuado para el trabajo en equipo, la colaboración y el logro de objetivos organizacionales¹⁶. El escenario en el profesional de enfermería que labora



en áreas críticas de manera continua podrá trabajar de manera colaborativa e interdisciplinaria, dado que contar con la capacidad de comunicarse de manera asertiva, brindar respeto mutuo y la generación de un clima laboral positivo, posibilita el trabajo en conjunto como parte esencial en hospitales con áreas críticas.

6. *Tengo facilidad para ser empática y comprensiva con los que me rodean.*

Ser empático y comprensivo en un ambiente laboral implica desarrollar la capacidad de entender y compartir las emociones y perspectivas de los demás, fomentando así un entorno de colaboración, respeto y apoyo mutuo. En la inteligencia emocional, la competencia social, y la empatía se componen de competencias tales como: a) comprensión de los demás: captar los sentimientos y los puntos de vista de otras personas e interesarnos por las cosas que les preocupan, b) orientación hacia el servicio: es anticiparse, reconocer y satisfacer las necesidades de los clientes, c) aprovechar la diversidad: aprovechar las oportunidades de diferentes tipos de personas y d) conciencia política: capacidad de darse cuenta de las corrientes emocionales y de las relaciones subyacentes en un grupo¹⁵⁻¹⁶. El escenario en el profesional de enfermería se visualizará en contar con la capacidad de comprender el sufrimiento de los pacientes y sus familiares a través brindar un cuidado humanizado reconociendo que también tienen necesidades emocionales que abordar.

7. *En mi trabajo trato de comunicarme efectivamente con los que me rodean.*

La comunicación efectiva fortalece las habilidades interpersonales, fundamentales para relaciones sólidas, decisiones acertadas y productividad en el entorno laboral. Estas competencias sociales están vinculadas a la inteligencia emocional, destacando la comunicación clara y las habilidades de equipo como clave para inducir respuestas positivas y alcanzar metas colectivas²⁵⁻²⁷. El escenario en el profesional de enfermería implicará contar con la competencia de escuchar activamente, transmitir información clara con aquellos que colaboran en el área de cuidados críticos para prevenir posibles conflictos, lo que asegura una atención de enfermería de eficaz y eficiente.

Análisis del Cuestionario Breve de Inteligencia Emocional

Se describen los ítems del instrumento mediante frecuencias y proporciones de cada uno, se describe el primer (ítem 1).



“Tengo facilidad para reconocer mis propias emociones” presenta la mayor concentración en la categoría más alta con un puntaje de 6, de estas la frecuencia fue del 50 % lo que corresponde con 10 participantes. Este resultado indica un nivel elevado de autoconciencia emocional entre los profesionales encuestados. Este indicador también registra una media alta, reflejando una competencia bien consolidada.

En contraste, el indicador 3 “Pienso que mi trabajo me genera sobrecarga emocional” muestra una distribución más dispersa, aunque la mayoría se concentra entre los valores 4 y 5, 75% del total, solo 1 persona, 5%, seleccionó el valor 6, lo cual sugiere que, si bien se percibe una carga emocional moderada, no todos la experimentan de forma constante. Este hallazgo también puede interpretarse como una posible subestimación del desgaste emocional.

Por otro lado, los indicadores 2 y 4 “Establecer límites saludables”, “Responder efectivamente a las emociones” y “Comunicarse efectivamente”, concentran su mayor frecuencia entre los valores 4, 5 y 6, lo que denota niveles intermedios-altos de regulación emocional y habilidades comunicativas. Por ejemplo, en el indicador 2, el 75% de las respuestas se ubican entre los valores 4 y 5, con una tendencia modal en el valor 5 con una frecuencia de 8 respuestas.

El indicador 5, “Construyo relaciones laborales satisfactorias” tiene su mayor concentración en el valor 5, 9 participantes y un segundo pico en el valor 6, 5 participantes, lo que representa el 70% de la muestra; este patrón sugiere un alto grado de competencia interpersonal en el ámbito laboral.

Finalmente, el indicador 6 “Empatía y comprensión con los demás”, muestra que el 60% de los participantes se ubican en los valores 5 y 6, lo que confirma un nivel destacado de empatía afectiva y sensibilidad social, componentes clave de la inteligencia emocional.

En general, los resultados reflejan un perfil emocional favorable entre los profesionales de enfermería que laboran en áreas críticas, con altos niveles de autoconciencia, empatía y habilidades sociales, aunque la gestión del desgaste emocional, indicador 3, podría constituir un foco de atención.



Tabla 2. Inteligencia emocional en profesionales de enfermería en áreas críticas

Indicador	Valoración por porcentajes							
	0	1	2	3	4	5	6	Total
1. Tengo facilidad para reconocer mis propias emociones.	5%	0%	0%	5%	20%	20%	50%	100%
2. Creo que puedo establecer límites saludables.	0%	0%	0%	5%	35%	40%	20%	100%
3. Pienso que mi trabajo me genera sobrecarga emocional.	0%	0%	5%	15%	40%	35%	5%	100%
4. Siento que puedo responder efectivamente a las emociones.	0%	0%	5%	5%	40%	30%	20%	100%
5. En mi trabajo construyo relaciones laborales satisfactorias.	0%	5%	5%	5%	15%	45%	25%	100%
6. Tengo facilidad para ser empática y comprensiva con los que me rodean.	0%	5%	0%	5%	30%	45%	15%	100%
7. En mi trabajo trato de comunicarme efectivamente con los que me rodean.	0%	0%	5%	5%	30%	40%	20%	100%

Fuente: Resultados del Cuestionario para valorar la inteligencia emocional en profesionales de enfermería en áreas críticas . *Nota:* Los resultados son expresados en porcentajes.

La Tabla 2 muestra la distribución porcentual de las respuestas en una escala tipo Likert de siete niveles de 0 a 6, cada indicador representa una dimensión clave de la inteligencia emocional en el contexto de áreas críticas.

El indicador 1 “Tengo facilidad para reconocer mis propias emociones”, presenta el mayor porcentaje en la categoría 6 “todos los días” con un 50%, seguido de un 20% en los valores 4 y 5, lo que refleja una alta autoconciencia emocional entre la mayoría de los encuestados. Solo un 5% reporta esta habilidad como poco frecuente, valor 0 y 3.

En el indicador 2 “Creo que puedo establecer límites saludables”, se observa que el 75% de los participantes se concentra en los valores 4 y 5, y un 20% en el valor 6. Esta distribución sugiere que la mayoría considera tener una buena capacidad para regular emocionalmente sus relaciones laborales, aunque aún hay un margen para fortalecer la práctica diaria de esta competencia.

El indicador 2 “Pienso que mi trabajo me genera sobrecarga emocional”, muestra una tendencia concentrada en las categorías 4 con un 40% y en la 5 con un 35% lo que indica que el 75% de los encuestados percibe una carga emocional significativa con frecuencia. Esto permite visualizar que hay una alerta sobre el desgaste laboral. Solo un 5 % lo percibe como algo cotidiano, lo que puede interpretarse como una subestimación o como una adaptación psicológica al entorno.



Respecto al indicador 4, “siento que puedo responder efectivamente a las emociones” destaca que el 90% de las respuestas se agrupan entre los valores 4, 5, y 6, lo que corresponde a un 40 % en el valor 4, un 30 % en el 5 y 20 % en el 6. Esto indica una buena capacidad de regulación emocional, aunque con la oportunidad de consolidación.

En el indicador 5 “Construyo relaciones laborales satisfactorias”, el mayor porcentaje 45%, se encuentra en el valor 5, seguido del 25% en el valor 6. La suma de los valores altos 4, 5 y 6, representa el 85% del total, lo que evidencia una fuerte competencia interpersonal positiva en el entorno laboral.

El indicador 6 “Tengo facilidad para ser empática y comprensiva con los que me rodean”, también refleja un perfil positivo, con un 45% en el valor 5 y un 30% en el valor 4. Solo el 5% se posiciona en los niveles más bajos, valor 1 y 3, lo que confirma una alta prevalencia de empatía como competencia emocional clave.

Por último, el indicador 7 “Me comunico efectivamente con los que me rodean”, muestra un 40% en el valor 5 y un 30% en el valor 4, y 20% en el valor 6. Esta distribución indica que el 90% de los participantes considera que se comunica con eficacia con regularidad o alta frecuencia, lo cual es esencial para el trabajo colaborativo en áreas críticas.

En conjunto, los resultados evidencian que los profesionales de enfermería en áreas críticas poseen altos niveles de autoconciencia, empatía, habilidades interpersonales y comunicación efectiva, todos ellos componentes clave de la inteligencia emocional. Sin embargo, la percepción de sobrecarga emocional, el indicador 3, sobresale como un factor de riesgo que podría afectar el bienestar emocional y el desempeño profesional, por lo que debe ser considerado prioritario en programas de intervención y formación emocional.

En respuesta al objetivo específico de identificar las tendencias generales en el desarrollo de las competencias en inteligencia emocional del personal de enfermería que labora en áreas críticas, según los resultados del instrumento Cuestionario breve de Inteligencia Emocional para valorar la inteligencia emocional en profesionales de enfermería en áreas, se identificaron siete categorías: 1) Tengo facilidad para reconocer mis propias emociones; 2) Creo que puedo establecer límites saludables con mis emociones; 3) Pienso que mi trabajo me genera sobrecarga emocional; 4) Siento que puedo responder efectivamente a las emociones; 5) En mi trabajo



construyo relaciones laborales satisfactorias; 6) Tengo facilidad para ser empática y compresiva con los que me rodean; y 7) En mi trabajo trato de comunicarme efectivamente con los que me rodean.

De acuerdo con las frecuencias del ítem 1 del instrumento, la categoría 1) facilidad para reconocer mis propias emociones, se presenta en enfermería como la capacidad para que reconozcan sus emociones ante situaciones críticas en el cuidado del paciente y en el entorno laboral. Esto coincide con los dos elementos que la componen según la literatura, que son la conciencia emocional y la valoración de uno. En enfermería esto se manifiesta por identificar el impacto de las propias emociones en la práctica profesional, lo que favorece la toma de decisiones en situaciones críticas y a la par salvaguardar el autocuidado.

Respecto a la categoría 2) Percepción de sobrecarga emocional generado por el trabajo, se presenta en el profesional de enfermería como la capacidad de autocontrol ante situaciones de estrés y el manejo de trabajo colaborativo. En enfermería se expresa a través del logro del equilibrio entre la vida personal y laboral, lo que reduce el desgaste emocional que afecta su salud mental.

Ahora bien, en la categoría 3) Sobrecarga emocional presente en el área laboral, se presenta en el profesional de enfermería como la autoconciencia de controlar los impulsos y las emociones en situaciones de estrés que favorezcan comportamientos conflictivos con otros. En enfermería se vislumbra que contar con límites saludables en los espacios laborales, se refleja en la calidad del cuidado que brindan a sus pacientes.

En esta misma línea, en la categoría 4) Responder efectivamente a las emociones, se presenta en el profesional de enfermería como aquella capacidad para reconocer las propias emociones. En enfermería, se reconoce la fortaleza para mantener la gestión en situaciones de estrés, lo que permite una respuesta empática y la resolución de las necesidades de los pacientes críticos.

Respecto a la categoría 5) Construcción de relaciones laborales satisfactorias, se presenta en el profesional de enfermería a través de las habilidades sociales que le permiten trabajar de manera satisfactoria con el equipo multidisciplinario y bajo condiciones de estrés laboral. En enfermería, se refleja que las habilidades sociales son acordes ante las características requeridas para el trabajo en áreas críticas, precisando un clima laboral positivo.



Mientras que la categoría 6) Facilidad para ser empática y comprensiva, se presenta en el profesional de enfermería mediante la capacidad de entender y compartir las emociones de quienes le rodean. En enfermería, se confirma la presencia de la sensibilidad social, lo que facilita el desarrollo de la empatía, siendo esta una habilidad socioemocional fundamental en el profesional de enfermería para llevar a cabo intervenciones holísticas en áreas críticas.

Respecto a la categoría 7) Comunicación efectiva en el trabajo, entendida por el profesional de enfermería como el establecimiento del canal de comunicación asertivo que sirve para reconocer las necesidades de quienes están a su cargo; así como gestionar las propias necesidades. En enfermería, se muestra como una habilidad crucial para otorgar cuidados a los pacientes, orientar a los familiares en el seguimiento de los tratamientos y transmitir seguridad en el seguimiento de las intervenciones en áreas críticas.

DISCUSIÓN

Los resultados de esta investigación revelan un escenario prospectivo favorable hacia el año 2033, proyectando que las principales necesidades del profesional de enfermería respecto a las competencias en inteligencia emocional son el desarrollo de la autoconciencia, empatía, regulación emocional y relaciones interpersonales. Lo anterior coincide con otro estudio realizado por Castillejos et al.¹⁶ que establece que la inteligencia emocional en el profesional de enfermería que labora en áreas críticas representa una competencia estratégica para afrontar las exigencias de entornos como la terapia intensiva y urgencias, dado que la vulnerabilidad de los pacientes que reciben en dichas áreas exige al profesional ser empático con las necesidades de los pacientes y a su vez favorecer una práctica holística.

Actualmente, el 50% de las participantes manifiestan reconocer sus propias emociones todos los días, lo que posiciona a la autoconciencia emocional como la competencia con mayor nivel de consolidación. Esto coincide con Goleman¹⁷, quien identifica esta habilidad como la base de todas las demás dimensiones de la inteligencia emocional, esta autoconciencia actúa como un punto de partida que puede potenciar el crecimiento de otras competencias.

Asimismo, se observan altos niveles en la capacidad para establecer límites saludables, responder a emociones, comunicarse eficazmente y construir relaciones laborales satisfactorias, con entre un 75% y 90% de las participantes ubicadas en los niveles intermedios-altos de frecuencia, esto sugiere que las competencias de autorregulación y habilidades sociales



están en proceso de desarrollo, con una tendencia positiva hacia su fortalecimiento para el año 2033. Lo anterior coincide con el autor Garner²¹ ya que, en caso de la empatía, el 60% de las participantes reporta comportamientos empáticos frecuentes, lo que permite anticipar que, para 2033, esta dimensión podría alcanzar niveles óptimos.

De acuerdo con Guerrero et al.²² indican que, por otro lado, la sobrecarga emocional, indicador 3, representa el mayor desafío. Aunque solo un 5% la percibe como constante, un 75% la experimenta con frecuencia, valores 4 y 5, esto sugiere una alerta temprana sobre el desgaste emocional progresivo que puede surgir por la intensidad del entorno laboral crítico.

Los autores Irrázabal et al.¹⁵ refieren que el entorno clínico en áreas críticas, con pacientes inestables, alta carga asistencial, déficit de recursos y rotación constante del personal, condiciona la respuesta emocional de los profesionales, estas condiciones requieren formación técnica, y un entrenamiento sistemático en inteligencia emocional, orientado a sostener el autocontrol, tomar decisiones bajo presión y mantener una comunicación efectiva con los equipos multidisciplinarios.

La evolución proyectada de la inteligencia emocional en el personal de enfermería hacia 2033, se presenta como altamente probable y alcanzable siempre que se diseñen estrategias formativas, terapéuticas y organizacionales que integren esta competencia en los entornos hospitalarios.

CONCLUSIONES

La inteligencia emocional se posiciona como una competencia clave en el perfil del profesional de enfermería que labora en áreas críticas, al influir directamente en su desempeño clínico, toma de decisiones, capacidad para establecer relaciones interpersonales y manejo de situaciones emocionales. Los hallazgos de esta investigación permiten proyectar un escenario positivo hacia el año 2033, en el que la mayoría de las enfermeras podrían haber consolidado habilidades emocionales como la autoconciencia, la empatía, la autorregulación y la comunicación efectiva.

El análisis de los siete indicadores evaluados evidencia que ya existe una base emocional sólida en el presente, especialmente en el reconocimiento de las propias emociones y en la capacidad para establecer relaciones laborales satisfactorias. Sin embargo, la percepción de sobrecarga



emocional, aunque no generalizada, emerge como un factor de atención que podría limitar el desarrollo emocional integral si no se interviene oportunamente.

Por tanto, se concluye que el escenario prospectivo más probable es favorable, siempre que las instituciones de salud y formación profesional implementen estrategias estructuradas para el fortalecimiento de la inteligencia emocional. La inteligencia emocional, entendida como una competencia transversal y desarrollable, debe ser integrada como un eje formativo y organizacional prioritario, indispensable para enfrentar los desafíos complejos que se proyectan en el ejercicio de la enfermería en áreas críticas para el año 2033.

REFERENCIAS

1. DOF - Diario Oficial de la Federación. Dof.gob.mx. 2013[citado 20 de marzo 2025] <https://tinyurl.com/4vt2hsme>
2. White J, Gunn M, Chiarella M, Catton H, Stewart D. Actualización de las definiciones de «enfermería» y «enfermera». Informe final del proyecto, junio de 2025. Ginebra (Suiza): Consejo Internacional de Enfermeras; 2025.
3. Nespereira T, Vázquez M. Inteligencia emocional y manejo del estrés en profesionales de Enfermería del Servicio de Urgencias hospitalarias. *Enfermería Clínica*. 2017[citado 20 de marzo 2025];27(3),172–8. DOI: [10.1016/j.enfcli.2017.02.007](https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2017.02.007)
4. Jiménez, M. A., Insausti, A. M., Zubeldia, J., Berasain, I., & Trandafir, P. C. Identificación y manejo de situaciones emocionales vividas por los estudiantes de enfermería durante las prácticas clínicas. *Enfermería global*. 2024[citado 20 de marzo 2025];23(1), 429–457. <https://dx.doi.org/10.6018/eglobal.573071>.
5. Ribeiro, D. Almeida, A. & Tavares, J. Competência emocionais e características sociodemográficas e profissionais de enfermeiros. *Enfermería global*. 2024[citado 20 de marzo 2025];23(2), 153–193. <https://doi.org/10.6018/eglobal.586691>
6. Castillejos L, Yara V, Landeros E. Relationship between Emotional Intelligence and Nursing Care. *Revista Cuidarte*. 2020[citado 20 de marzo 2025];11(3),e989. <https://doi.org/10.15649/cuidarte.989>
7. Romero, A. Síndrome de Burnout y desgaste emocional en personal de enfermería. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria de Ciencias de la Salud*. *Salud y Vida*. 2024[citado 20 de marzo 2025];8(15), 107–116. <https://doi.org/10.35381/s.v.v8i15.3202>
8. Ordoñez P, Polit M, Martínez G, Videla S. Emotional intelligence of intensive care nurses in a tertiary hospital. *Enfermería Intensiva*. 2021[citado 20 de marzo 2025];32(3),125–32. DOI:[10.1016/j.enfie.2020.05.001](https://doi.org/10.1016/j.enfie.2020.05.001)



9. Mavrovounis, G., Mavrovouni, D., Mermiri, M., Papadaki, P., Chalkias, A., Zarogiannis, S., ... Pantazopoulos, I. Watch out for burnout in COVID-19: A Greek health care personnel study. *Inquiry: A Journal of Medical Care Organization, Provision and Financing*. 2022[citado 20 de marzo 2025];59,469580221097829. <https://doi.org/10.1177/00469580221097829>
10. Fernandez, R., Lord, H., Halcomb, E., Moxham, L., Middleton, R., Alananzeh, I., & Ellwood, L. Implications for COVID-19: A systematic review of nurses' experiences of working in acute care hospital settings during a respiratory pandemic. *International Journal of Nursing Studies*. 2020[citado 20 de marzo 2025];111,103637. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103637>
11. Linch Torres, E. L., & Cabrejo Paredes, J. E. Nivel de inteligencia emocional y estrés laboral en enfermeras de hospitales I -red asistencial La Libertad es salud. *Revista CIENCIA Y TECNOLOGÍA*. 2021[citado 20 de marzo 2025]; 17(4), 243-250. <http://dx.doi.org/10.17268/rev.cyt.2021.04.21>
12. Ramírez, S., Romero, J. L., Suleiman, N., Gómez, J. L., Monsalve, C., Cañadas, G. A., & Albendín, L. Prevalence, risk factors and burnout levels in intensive care unit nurses: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2021[citado 20 de marzo 2025];18(21),11432. <https://doi.org/10.3390/ijerph182111432>
13. Duque, C. & Arias, M. Relación enfermera-familia en la Unidad de Cuidados Intensivos. Hacia una comprensión empática. *Revista Ciencias De La Salud*. 2021[citado 20 de marzo 2025];19(1). <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.10059>
14. Pérez M, Molero M, Vázquez J, Oropesa N. The Role of Emotional Intelligence in Engagement in Nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018[citado 20 de marzo 2025];15(9),1915. <https://doi.org/10.3390/ijerph15091915>
15. Irrarázabal RA, López RB, Rojas IK, Salas NE. Inteligencia emocional y su potencial preventivo de síntomas ansioso-depresivos y estrés en estudiantes de enfermería. *Ciencia y Enfermería/Ciencia y Enfermería [Internet]*. 1 de diciembre de 2020;26. <https://doi.org/10.29393/ce26-20iera40020>
16. Campos Medina MA. Entrevista al Dr. Daniel Goleman autor del libro Óptimo. *Revista Digital de Investigación y Postgrado*. 2025;6:173–177. doi: 10.59654/txefx83
17. Goleman D. La práctica de la inteligencia emocional.1998[citado 20 de marzo 2025] <https://tinyurl.com/mukaeacf>
18. V. Alexandra, B. Celey. Metodología de los Escenarios para Estudios Prospectivos. *Revista Ingeniería e Investigación*, editor. *Revista Ingeniería e Investigación*. Dec. 1999[citado 20 de marzo 2025];1,26-35 <https://tinyurl.com/2us9tky7>



19. Jaso, M. A. Análisis metodológico de los estudios prospectivos que exploran el futuro de la bioeconomía. *Nova scientia*. 2021[citado 20 de marzo 2025];13(26). <https://doi.org/10.21640/ns.v13i26.2272>
20. La inteligencia emocional como habilidad para la vida en el desarrollo infantil desde la experiencia cotidiana. *SA [Internet]*. 2024 Oct. 21 [cited 2025 Aug. 26];7(Especial 1):122-49. Available from: <https://sinergiaacademica.com/index.php/sa/article/view/132>
21. Garner PW. Competencia emocional y sus influencias en la enseñanza y el aprendizaje. *Educational Psychology Review*.2010;22:297–321. doi:10.1007/s10648-010-9129-4.
22. Rodríguez, J.Introducción a la Prospectiva: metodologías, fases y explotación de resultados. *Economía Industrial*, 2002;1(342). <https://www.mincotur.gob.es/Publicaciones/Publicacionesperiodicas/EconomiaIndustrial/RevistaEconomiaIndustrial/342/1JesusRodriguez.pdf>
23. Reilly-King F, Duggan C, Wilner A. Foresight and futures thinking for international development co-operation: Promises and pitfalls. *Dev Policy Rev [Internet]*. 2024;42(S1). <http://dx.doi.org/10.1111/dpr.12790>
24. IDRC. Framework for Foresight at IDRC [Internet]. Ottawa: International Development Research Centre; 2024 Aug [cited 2025 Sep 14]. Available from: <https://idrc-crdi.ca/sites/default/files/2024-08/Framework-for-Foresight-at-IDRC-Es.pdf>
25. Guerrero, R. Fontán, G. Cobos, J. & Ayuso, D. El avance de la enfermería de cuidados críticos como respuesta a las demandas actuales. *Enfermería intensiva*. 2024[citado 20 de marzo 2025];35(3), e23–e29. <https://doi.org/10.1016/j.enfi.2024.01.003>
26. Rivera, F. Análisis estratégico y prospectivo en salud: el enfoque de Godet y simulaciones de escenarios para el Programa de Salud Familiar (PSF). Análisis estratégico en salud y gestión a través de la escucha [online]. 2006[citado 20 de marzo 2025]. <https://tinyurl.com/yc8ynyab>
27. Godet M, Durance P. La caja de Herramientas de la prospectiva Estratégica. *Prospectiva Estratégica: Problemas y métodos*. 2007[citado 20 de marzo 2025]. <https://tinyurl.com/57nppks8>