



Cáceres González, Claudia ¹ <https://orcid.org/0000-0001-9191-0920>¹Universidad Nacional de Itapúa. Dirección de Investigación y Ambiente. Encarnación, Paraguay. arayvoty@gmail.comHernández Sánchez, Brizeida ² <https://orcid.org/0000-0001-5397-154>²Universidad de Salamanca. Departamento de Didáctica, Organización y Métodos de Investigación. Salamanca, España. brizeida@usal.esTanii, Renzo Takahiro ³ <https://orcid.org/0000-0002-2750-9486>³Universidad Nacional de Itapúa. Encarnación, Paraguay. renzo.tanii25@gmail.com

Resumen

El estudio tiene por objetivo analizar las dimensiones de la inteligencia emocional percibida de los estudiantes de la Universidad Nacional de Itapúa, Paraguay, como aporte a su salud mental en tiempos de COVID-19. De metodología cuantitativa, diseño descriptivo-correlacional y muestreo probabilístico. La población muestra (N=224) incluyó estudiantes de las Facultades de Humanidades y Medicina. El instrumento aplicado fue TMMS-24, cuyos resultados arrojaron que los estudiantes poseen una adecuada percepción emocional en un 59,8%, una adecuada comprensión emocional en un 57,7% y una regulación emocional adecuada en un 58%. Y como factores que aportan a su salud mental en tiempos de COVID-19 han manifestado la actitud positiva, autoestima, actividad física, apoyo emocional, recreación, empatía, autocontrol, buenos hábitos. Las dimensiones emocionales percibidas y los factores de salud mental les ha contribuido como medio de afrontamiento de la pandemia COVID-19.

Palabras clave: inteligencia emocional, salud mental, estudiantes, COVID-19, Universidad Nacional de Itapúa.

Abstract


The aim of the study was to analyze the dimensions of the perceived emotional intelligence of students of the National University of Itapúa, Paraguay, as a contribution to their mental health in times of COVID-19. Quantitative methodology, descriptive-correlational design and probabilistic sampling. The sample population (N=224) included students from the Faculties of Humanities and Medicine. The instrument applied was TMMS-24, whose results showed that 59.8% of the students have an adequate emotional perception, 57.7% have an adequate emotional understanding and 58% have an adequate emotional regulation. And as factors that contribute to their mental health in times of COVID-19 they have manifested positive attitude, self-esteem, physical activity, emotional support, recreation, empathy, self-control, good habits. The perceived emotional dimensions and mental health factors have contributed to them as a means of coping with the COVID-19 pandemic.

Key words: emotional intelligence, mental health, students, COVID-19, National University of Itapúa.

Área del conocimiento: Humanidades y Filosofía

Correo de Correspondencia: arayvoty@gmail.com

Conflictos de Interés: Los autores declaran no tener conflictos de intereses

 Este es un artículo publicado en acceso abierto bajo una licencia Creative Commons CC-BY

Fecha de recepción: 22/03/2020

Fecha de Aprobación: 03/08/2020

Página Web: <http://publicaciones.uni.edu.py/index.php/rseisa>

Citación recomendada: Cáceres González, C., Hernández Sánchez, B., Takahiro Tanii, R., (2020). Inteligencia emocional percibida en universitarios en tiempos de Covid-19: un aporte a su salud mental. *Revista sobre estudios e investigaciones del saber académico* (Encarnación), 14(14): 37-43

Introducción

La Inteligencia Emocional (IE) está asociada a un mecanismo protector y potenciador de la salud mental. Funciona como amortiguador de las respuestas de ansiedad, depresión y/o disminuir su aparición, y como un factor protector a la vulnerabilidad al estrés (Arias & Giuliani, 2014; Laporta et al., 2016).

El término fue propuesto por Salovey y Mayer en 1990 destacando la importancia de las competencias emocionales y sociales, como parte de la inteligencia. La idea de una inteligencia asociada a las emociones existió desde 1920, cuando Thorndike distinguió la inteligencia social de otros tipos de inteligencia (Ferrer y Bresó, 2015). Sin embargo, de forma específica es utilizada por primera vez en 1990 por Salovey y Mayer en su artículo “*Emocional Intelligence*”, definiéndola como la habilidad para percibir, evaluar, comprender, expresar con precisión las emociones y regularlas (Mayer y Salovey, 1997).

Las competencias emocionales es un campo de estudio relativamente reciente. Investigaciones de Arias y Giuliani (2014); Ayala et al. (2016); Fonseca et al. (2017); Schoeps et al. (2019), concluyen los beneficios de las habilidades emocionales en la promoción de la salud mental y bienestar sobre los problemas psicológicos.

La salud es resultante de un complejo proceso en que interactúan varios factores: biológicos, económicos, sociales, políticos y ambientales, generando condiciones que permiten el desarrollo pleno de las potencialidades humanas. Así mismo, en cuanto a salud mental existen factores determinantes que estimulan o inhiben su manifestación, tanto físicos, sociales, económicos y psicológicos (Keyes y Waterman (2003).

En tal sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) sustenta que la salud mental implica una concepción integral de la persona, contemplando de forma interrelacionada sus aspectos físicos, psicológicos y sociales (OMS, 2013, 2018).

La salud mental como término fue evolucionando. Según Lopera (2015) está influenciada por factores tanto sociales como biológicos y no es una condición

estática. Además, está influenciada y determinada por cada lugar y tiempo que, con el paso de los años, genera variaciones innegables en la forma de presentación de los trastornos (Galante, 2008). Y en situaciones de desastres, emergencias humanitarias, epidemias, se producen cambios bruscos en las dinámicas relacionales, lo cual tiene un impacto en la salud mental. Es lo que se observa en la sociedad actual ante la pandemia del COVID-19.

El SARS-CoV-2, agente causal del COVID-19, síndrome respiratorio agudo grave denominado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en febrero de 2020, es el agente etiológico de la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19) (OMS, 2020). El virus, del cual se tiene la primera constancia en la ciudad Wuhan de China, genera preocupaciones de pánico generalizado y ansiedad creciente, incertidumbre, miedo, amenaza, soledad y, aunque sus efectos en la salud mental no se han estudiado sistemáticamente, se anticipa que tendrá efectos ondulantes (Extremera, 2020; Rodríguez et al, 2020).

He aquí, que la IE, asociado a un mecanismo protector y potenciador de la salud mental, es un buen protector frente a la aparición de tales trastornos psicológicos. Fomentarla como estrategia de afrontamiento será de gran beneficio a la salud mental. Por lo mismo, la investigación tiene por objetivo analizar las dimensiones de la inteligencia emocional percibida de los estudiantes de la Universidad Nacional de Itapúa, Paraguay, como aporte a su salud mental en tiempos de COVID-19.

Materiales y métodos

Es una investigación cuantitativa de diseño descriptivo-correlacional de muestreo probabilístico. La población muestra incluyó estudiantes de las Facultades de Humanidades y Medicina de la Universidad Nacional de Itapúa, Paraguay. De la población total de los estudiantes de grado, 888 matriculados en el 2020, participaron 237 estudiantes (26,68%), con un margen de error de 13 datos (5,48%). Específicamente, son 78 de Medicina (34,8 %) y 146 (65,2%) de Humanidades. A partir del mismo, se cuenta con 224 datos analizados,

de los cuales 56 (25%) son hombres y 168 (75%) son mujeres.

Para lograr el objetivo de estudio se aplicó la prueba TMMS-24 de Fernández et al. (2004) de formato escala Likert de 24 ítems, planteado a través del formulario Google. El trabajo de campo fue realizado de septiembre a diciembre de 2020. El instrumento incluyó variables independientes: sexo, edad, carrera, curso, Facultad y factores que aportan a su salud mental en tiempos de COVID-19, a fin de caracterizar la muestra. Las variables dependientes evalúan los niveles de inteligencia emocional intrapersonal explorando tres factores: percepción emocional, comprensión de sentimientos y reparación emocional. Su evaluación permite saber si estos componentes emocionales deben mejorar, si es adecuada o si es demasiada atención o excelente. Los datos fueron trabajados con el programa SPSS, versión 25.

Resultados y discusión

Se procedió al cálculo del índice de consistencia interna del instrumento TMMS-24, mediante el Alfa de Conbrach, obteniéndose los siguientes resultados: atención emocional $\alpha = .87$, claridad de sentimientos $\alpha = .90$ y reparación emocional $\alpha = .87$. El coeficiente de confiabilidad para la totalidad de los 24 ítems se obtuvo $\alpha = .90$. Por lo tanto, se confirma que el instrumento es confiable. Estudios anteriores como el de Salguero et al. (2010) encontraron que la escala tenía muy buenas propiedades psicométricas (Atención emocional: $\alpha = .90$, para Claridad de sentimientos, $\alpha = .90$ y para Reparación emocional $\alpha = .86$). Así también, Arias y Giuliani (2014) hallaron valores similares a los anteriores: Atención emocional $\alpha = .86$, Claridad de sentimientos $\alpha = .85$ y Reparación emocional $\alpha = .83$.

En el estudio, en primer lugar, se identificó que el mayor grado de percepción emocional entre las carreras logró de forma adecuada Lengua Inglesa, alcanzando un 81,8%. Respecto a la comprensión emocional adecuada Matemáticas logró un 75% y la regulación emocional alcanzó Relaciones Internacionales, con un 75% (Tabla 1).

Tabla 1. Características emocionales según carreras.

Percepción Emocional	Medicina	Psicología	Ciencias de la Educación	RRII	Bilingüismo	Matemáticas	Lengua Ingles	Trabajo Social
Debe mejorar	22 (28,2)	10 (20,0)	6 (18,2)	7 (35,0)	1 (7,1)	1 (6,3)	2 (18,2)	0 (0)
Adecuada	44 (56,4)	31 (62,0)	17 (51,5)	11 (55,0)	9 (64,3)	12 (75,0)	9 (81,8)	1 (50,0)
Demasiada atención	12 (15,4)	9 (18,0)	10 (30,3)	2 (10,0)	4 (28,6)	3 (18,8)	0 (0)	1 (50,0)
Comprensión Emocional	Medicina	Psicología	Ciencias de la Educación	RRII	Bilingüismo	Matemáticas	Lengua Ingles	Trabajo Social
Debe mejorar	28 (35,9)	14 (28,0)	13 (39,4)	9 (45,0)	4 (28,6)	2 (12,5)	7 (63,6)	1 (50,0)
Adecuada	41 (52,6)	27 (54,0)	14 (42,4)	10 (50,0)	9 (64,3)	12 (75,0)	4 (36,4)	1 (50,0)
Excelente	9 (11,5)	9 (18,0)	6 (18,2)	1 (5,0)	1 (7,1)	2 (12,5)	0 (0)	0 (0)
Regulación Emocional	Medicina	Psicología	Ciencias de la Educación	RRII	Bilingüismo	Matemáticas	Lengua Ingles	Trabajo Social
Debe mejorar	23 (29,5)	11 (22,0)	10 (30,3)	5 (25,0)	2 (14,3)	2 (12,5)	5 (45,5)	1 (50,0)
Adecuada	46 (59,0)	27 (54,0)	16 (48,5)	15 (75,0)	10 (71,4)	9 (56,3)	6 (54,5)	1 (50,0)
Excelente	9 (11,5)	12 (24,0)	7 (21,2)	0 (0)	2 (14,3)	5 (31,3)	0 (0)	0 (0)

En segundo lugar, los resultados arrojados demuestran que para los estudiantes de Medicina existe una correlación positiva y significativa entre la comprensión emocional y la regulación emocional ($r = 0,598$; $p < .001$) (Tabla 2). Para los estudiantes de la Facultad de Humanidades existe una correlación positiva y significativa entre los tres componentes de la inteligencia emocional (Tabla 3).

Tabla 2.

Correlación de las dimensiones emocionales puntuadas en la Facultad de Medicina.

Predictores	Estadísticos	Percepción Emocional	Comprensión Emocional	Regulación Emocional
Percepción Emocional	Correlación r de Pearson		0,197	-0,48
	Valor p		0,084	0,674
Comprensión Emocional	Correlación r de Pearson	0,197		0,598**
	Valor p	0,084		<0,001
Regulación Emocional	Correlación r de Pearson	0,048	0,598**	
	Valor p	0,674	<0,001	

*El nivel de significación $\square = 0,05$

Tabla 3.

Correlación de las dimensiones emocionales puntuadas en la Facultad de Humanidades

Predictores	Estadísticos	Percepción Emocional	Comprensión Emocional	Regulación Emocional
Percepción Emocional	Correlación r de Pearson		0,263	0,277
	Valor p		0,001	<0,001
Comprensión Emocional	Correlación r de Pearson	0,263		0,591
	Valor p	0,001		<0,001
Regulación Emocional	Correlación r de Pearson	0,277	0,591	-
	Valor p	0,001	0,001	-

En tercer lugar, los valores de una elevada atención emocional (inapropiada) se relacionan con una peor salud mental o con un estado de poco bienestar emocional (Duarte, 2018). En este estudio se halló un porcentaje de atención emocional elevada en hombres en un 12,5% y en las mujeres en un 20,2%.

Las personas que tienen una apropiada claridad emocional atienden a sus sentimientos en la justa medida, sin excederse o detenerse en ellos demasiado, pero haciéndose cargo de lo que pudiera molestar a futuro. En este estudio se halló una excelente claridad en cuanto a los hombres en una muestra de 12,5% y las mujeres también en 12,5% (Tabla 4).

En cuanto a una excelente reparación emocional los hombres tienen una puntuación más baja, un 7,1% en relación con las mujeres que es de 18,5% (Tabla 4). En esta dimensión de reparación se ha encontrado la habilidad de regular las emociones propias y ajenas, moderando lo negativo y potenciando las emociones saludables o positivas, incluye el manejo del mundo intrapersonal e interpersonal poniendo en práctica diversas estrategias (Fernández y Extremera, 2005); es decir, favorecen al desarrollo de la salud mental.

Tabla 4.

Características emocionales según sexo.

Características	Hombres (%)	Mujeres (%)	Total (%)
Percepción Emocional			
Debe mejorar	16 (28,6)	33 (19,6)	49 (21,9)
Adecuada	33 (58,9)	101 (60,1)	134 (59,8)
Demasiada atención	7 (12,5)	34 (20,2)	41 (18,3)
Comprensión Emocional			
Debe mejorar	24 (42,9)	54 (32,1)	78 (34,8)
Adecuada	25 (44,6)	93 (55,4)	118 (52,7)
Excelente	7 (12,5)	21 (12,5)	28 (12,5)
Regulación Emocional			
Debe mejorar	13 (23,2)	46 (27,4)	59 (26,3)
Adecuada	39 (69,6)	91 (54,2)	130 (58,0)
Excelente	4 (7,1)	31 (18,5)	35 (15,6)

En cuarto lugar, en cuanto a la variable sexo, se halló que existen diferencias significativas solo para la percepción emocional, las mujeres frente a los hombres tienen un puntaje mayor (t test= 2,720; $p= 0,008$) (Tabla 5).

Tabla 5.

Diferencias significativas en cuanto a la variable de sexo de los estudiantes de ambas Facultades (muestra total)

Predictores	Estadísticos	Hombres	Mujeres
Percepción Emocional	t test: 2,720 $p= 0,008$	3,44	3,75
Comprensión Emocional	t test: 0,540 $p= 0,590$	3,43	3,36
Regulación Emocional	t test: 0,809 $p= 0,419$	3,55	3,45

En quinto lugar, en cuanto a la variable de los dos primeros años y los dos últimos, se podría esperar que los años de formación universitaria influenciara en la percepción de la IE en los estudiantes, sin embargo, los resultados demuestran que no hay diferencia significativa al respecto en ninguna de las dimensiones (Tabla 6).

Tabla 6.

Diferencias significativas de las variables de los dos primeros años y de los dos últimos años entre los estudiantes de las Facultades de Humanidades y Medicina.

Predictores	Estadísticos	Dos primeros años	Dos últimos años
Percepción Emocional	t test: 1,264 p= 0,207	3,71	3,58
Comprensión Emocional	t test: 0,668 p= 0,505	3,38	3,31
Regulación Emocional	t test: 1,091 p= 0,277	3,51	3,39

Y, por último, respecto a los factores identificados que contribuyen a su salud mental en tiempos de COVID-19, han señalado: actitud positiva, autoestima, optimismo, actividad física, apoyo emocional, afrontamiento positivo, entorno saludable, recreación, empatía, autocontrol, buenos hábitos que genera calidad de vida.

A partir del mismo, se afirma que, en tiempos de COVID-19, los estudiantes poseen una adecuada percepción emocional en un 59,8%, una adecuada comprensión emocional en un 57,7% y una regulación emocional adecuada en un 58%, como se observa en la Tabla 4. La percepción de estas dimensiones emocionales y los factores identificados que contribuyen a la salud mental en tiempos de COVID-19, le aportan al desarrollo de su salud mental, que, a pesar de hallarse, muchos de ellos y sus familias, sin trabajo, familiares infectados, con secuelas varias, y otros fallecidos, han podido y pueden seguir sosteniéndose fuertes y continuar sus estudios universitarios.

A raíz de la cantidad del margen de error (5,48%) y la limitada población a dos Facultades de la Universidad Nacional de Itapúa, se sugiere extender la población muestra a otras áreas y Universidades, para ampliar los estudios de las dimensiones emocionales. Así mismo, aplicar otras herramientas de evaluación que complemente tales resultados y permita concluir investigaciones más sólidas.

Conclusiones

Las competencias de percepción, comprensión y regulación emocional son de vital importancia para la adaptación al medio y contribuyen a la salud mental. A partir del análisis de las dimensiones de la inteligencia emocional de los estudiantes, en tiempos de COVID-19, como aporte a su salud mental, se concluye, que:

El mayor grado de percepción emocional entre las carreras se observa que logró de forma adecuada Lengua Inglesa; respecto a la adecuada comprensión emocional logró Matemáticas y la adecuada regulación emocional logró Relaciones Internacionales.

Para los estudiantes de Medicina existe una correlación significativa entre la comprensión emocional y la regulación emocional; para los estudiantes de la Facultad de Humanidades existe una correlación significativa entre los tres componentes de la inteligencia emocional. En cuanto a la variable sexo, existen diferencias significativas solo para la percepción emocional, las mujeres frente a los hombres tienen un puntaje mayor. Respecto a la variable años de curso, no hay diferencia significativa en ninguna de las dimensiones. Y, en cuanto a los factores identificados que contribuyen a su salud mental en tiempos de COVID-19, son la actitud positiva, autoestima, optimismo, actividad física, apoyo emocional, afrontamiento positivo, entorno saludable, recreación, empatía, autocontrol, buenos hábitos.

La información obtenida contribuye a afirmar que los estudiantes demuestran poseer dimensiones de inteligencia emocional adecuadas por encima del 58%. La percepción y manejo de estas dimensiones emocionales y los factores que aportan a su salud mental ante el COVID-19, permite a los estudiantes sobrellevar la compleja situación de la pandemia. Por último, se sugiere ampliar la muestra de estudio en universitarios, combinando con otras herramientas de evaluación, a fin de concluir estudios más profundos.

Referencias Bibliográficas

- Arias, C. J. y Giuliani, Ma. F. (2014). Explorando la Inteligencia Emocional percibida en tres franjas etarias: un estudio realizado en la Argentina. *Estudios interdisciplinarios envelhec.*, 19 (1): 123-140.
- Ayala, N., Bogarín, C., Bottrel, A., Duarte, C., Torales, J., Samudio, M., Barrios, I. y Arce, A. (2016). Inteligencia emocional y coeficiente intelectual como predictor de rendimiento académico en estudiantes de medicina paraguayos. Año 2015. *Mem. Inst. Investig. Cienc. Salud*, 14(2):84-91.
- Duarte-Ortíz, F. (2018). Inteligencia emocional asociada a salud mental en estudiantes universitarios de la carrera de Psicología. *Innovare*, 7 (1): 58-73.
- Extremera, N. (2020). Coping with the stress caused by the COVID-19 pandemic: future research agenda based on emotional intelligence. *International Journal of Social Psychology*, 35(3), 631-638.
- Fernández-Berrocal, P y Extremera Pacheco, N. (2005). La inteligencia emocional y la educación de las emociones desde el modelo de Mayer y Salovey. *Revista Interuniversitaria de Formación de Profesorado*, 19 (3): 63-93.
- Fernández-Berrocal, P., Extremera, N. y Ramos, N. (2004). *Escala Rasgo de Metaconocimientos sobre Estados Emocionales (TMMS-24)*, adaptación del Trait Meta-Mood Scale (TMMS-48) de Salovey, Mayer, Goldman y Palfai (1995).
- Ferrer Such, A. y Bresó Esteve, E. (2015). Diseño de un programa de intervención para el desarrollo de la Inteligencia Emocional. *Àgora de salut*. 1: 495-504.
- Fonseca-Pedrero, E., Pérez-Albéniz, A., Ortuño-Sierra, J., y Lucas-Molina, B. (2017). Efectos de una intervención de educación emocional en alumnos de un programa universitario para mayores. *Universitas Psychologica*, 16(1): 1-11.
- Galende, E. (2008). *Psicofármacos y salud mental. La ilusión de no ser*. Buenos Aires: Lugar Editorial.
- Mayer, J. D. y Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? En P. Salovey y D. J. Sluyter (eds.), *Emotional Development and Emotional Intelligence*. New York: Basic Books.
- Lopera-Echavarría, J. D. (2015). El concepto de salud mental en algunos instrumentos de políticas públicas de la Organización Mundial de la Salud. *Revista Facultad Nacional De Salud Pública*, 32(S1), S11-S20.
- Lopera-Echavarría, J. D. (2015). El concepto de salud mental en algunos instrumentos de políticas públicas de la Organización Mundial de la Salud. *Revista Facultad Nacional De Salud Pública*, 32(S1), S11-S20.
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Actualización de la estrategia frente a la COVID-19*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta*. Ginebra: OMS.
- Organización Mundial de la Salud (2013). *Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 – 2020*. Ginebra: OMS.
- Keyes, C. L., y Waterman, M. B. (2003). *Dimensions of well-being and mental health in adulthood*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Rodríguez-Quiroga, C. Buiza, M. A. Álvarez de Mon y J. Quintero (2020). COVID-19 y salud mental. *Medicine*, 13(23), 1285-96.
- Salguero, J. M., Fernandez-Berrocal, F., Balluerka, N., y Aritzeta, A. (2010). Measuring perceived emotional intelligence in the adolescent population: psychometric properties of the trait meta-mood scale. *Social Behavior and Personality*, 38(9), 1197-1210.

Schoeps, K., Tamarit, A.; De la Barrera, U. y González Barrón, R. (2019). Efectos de un entrenamiento en habilidades emocionales para prevenir el síndrome de burnout en profesores. *Estrés y Ansiedad*, 25(1): 7-13.