

Inteligencia emocional y su relación con la salud mental de los profesionales del sector salud en la ciudad de Barranquilla

Presentado por:

Llanos De Oro Isabella

Código estudiantil: 20212438064

Manrique Vega Laura María

Código estudiantil: 20221440793

Rodríguez Rebolledo Janella Alexandra

Código estudiantil: 20221441160

Suarez Moreno Magaly Zenith

Código estudiantil: 20221442016

Trabajo de Investigación del Programa de Administración de Empresas

Tutor:

Viviana Cervantes Atia

RESUMEN

El presente estudio analiza la relación entre la inteligencia emocional y la salud mental de los profesionales del sector salud en la ciudad de Barranquilla, debido al surgimiento ante la creciente preocupación por el bienestar psicológico del personal sanitario. La investigación busca identificar cómo las competencias emocionales influyen en la estabilidad mental y el desempeño laboral de estos profesionales, con el propósito de proponer estrategias que favorezcan su bienestar integral.

El problema central radica en que los trabajadores de la salud enfrentan largas jornadas, exigencias continuas y alta carga emocional ya que por estos factores se incrementan los niveles de ansiedad y agotamiento, el estudio plantea como objetivo general analizar la relación entre la inteligencia emocional y la salud mental de los profesionales del sector salud en Barranquilla, considerando como variables principales la autoconciencia, autorregulación, motivación, empatía y habilidades sociales.

El marco teórico se apoya en los postulados de Daniel Goleman, Peter Salovey y John Mayer, quienes definen la inteligencia emocional como la capacidad de percibir y manejar emociones propias y ajenas. A su vez, esta investigación aborda la variable de la salud mental desde la perspectiva de la Organización Mundial de la Salud (OMS).

El estudio adoptó un enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y diseño transversal. Se aplicaron dos instrumentos: la prueba TMMS-24 para evaluar la inteligencia emocional y el cuestionario GHQ-28 de Goldberg para medir la salud mental. La muestra estuvo conformada por 82 profesionales del sector salud, entre médicos y enfermeros. Los resultados evidenciaron que la mayoría presenta niveles altos de autoconciencia (65,8%), motivación (70,6%), empatía (68,2%) y habilidades sociales (71,7%), en cuanto a la salud mental, se identificaron síntomas de ansiedad, insomnio y disfunción social en una parte significativa del personal.

Se concluye que fortalecer la inteligencia emocional contribuye a mejorar la salud mental y el bienestar de los profesionales del sector salud, ya que, se logra optimizar su rendimiento y la calidad del servicio ofrecido, por tanto, este estudio propone la

implementación de programas de formación emocional que promuevan entornos laborales saludables y seguros, donde se reconozca el valor humano y fomentar una cultura organizacional empática, resiliente y comprometida con el bienestar integral, con el fin de cuidar la salud emocional de quienes cuidan a los demás es una prioridad ética y estratégica para el fortalecimiento del sistema de salud.

Palabras clave:

Inteligencia emocional, Salud mental, profesionales del sector salud, Estrés laboral, Bienestar psicológico

ABSTRACT

This study examines the relationship between emotional intelligence and mental health among healthcare professionals in the city of Barranquilla, prompted by growing concern for the psychological well-being of medical personnel, a group consistently exposed to stress, anxiety, exhaustion, and workplace pressure. The research seeks to identify how emotional competencies influence mental stability and professional performance, with the aim of proposing strategies that support their overall well-being.

The core issue lies in the fact that healthcare workers face long shifts, continuous demands, and a high emotional burden, which increase levels of anxiety and burnout. For this reason, maintaining stable emotional intelligence is essential, as it is considered a crucial element for coping with these conditions. Emotional intelligence enables the recognition, understanding, and regulation of emotions in healthcare professionals, fostering adaptation and resilience in the face of stress and symptoms caused by significant impacts on mental health. Within this context, the general objective of the study is to analyze the relationship between emotional intelligence and mental health among healthcare professionals in Barranquilla, considering self-awareness, self-regulation, motivation, empathy, and social skills as the main variables.

The theoretical framework is based on the principles of Daniel Goleman, Peter Salovey, and John Mayer, who define emotional intelligence as the ability to perceive and manage one's own emotions and those of others. Additionally, the study addresses the mental health variable from the perspective of the World Health Organization (WHO), which defines it as a state of well-being that enables individuals to develop their abilities and cope with life's challenges. However, in the workplace, mental health is influenced by factors such as workload, lack of organizational support, stress, and imbalance between personal and professional life.

The study adopted a quantitative, correlational, and cross-sectional approach. Two instruments were applied: the TMMS-24 test to assess emotional intelligence and the GHQ-28 Goldberg questionnaire to measure mental health. The sample consisted of 82 healthcare professionals, including doctors and nurses. The results showed that most participants exhibited high levels of self-awareness (65.8%), motivation (70.6%), empathy (68.2%), and social skills (71.7%). Regarding mental health, symptoms of anxiety, insomnia, and social dysfunction were identified in a significant portion of the staff.

It is concluded that strengthening emotional intelligence contributes to improving the mental health and well-being of healthcare professionals, as it enhances their performance and the quality of the services they provide. Therefore, this study proposes the implementation of emotional training programs that promote healthy, and emotionally safe work environments where the human value is recognized and an organizational culture of empathy, resilience, and commitment to holistic well-being is fostered. Ultimately, safeguarding the emotional health of those who care for others is an ethical and strategic priority for strengthening the healthcare system.

Keywords:

Emotional intelligence, Mental health, Healthcare professionals, Work-related stress, Psychological well-being

REFERENCIAS

- Admin. (s. f.). *Los beneficios de la inteligencia emocional en el sector sanitario – ISES*. Instituto Superior de Estudios Sociales y Sociosanitarios.
<https://www.isesinstituto.com/los-beneficios-de-la-inteligencia-emocional-en-el-sector-sanitario/>
- Alarcón Soto, I. A. (2024). *Calidad de vida profesional e inteligencia emocional de los médicos residentes* (Doctoral dissertation, Universidad Veracruzana. Facultad de Medicina. Región Xalapa).
- Allande-Cussó, R., García-Iglesias, J. J., Fagundo-Rivera, J., Navarro-Abal, Y., Climent-Rodríguez, J. A., & Gómez-Salgado, J. (2022). *Salud mental y trastornos mentales en los lugares de trabajo*. Revista Española de Salud Pública, 96, e202201006.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8620589>
- Avalos, C. X. M. *Recuperación de los procesos de comunicación poscovid-19. La inteligencia emocional es el mensaje*. Fines y Confines de la Modernidad.

- Balsategui, A. R. (2025). *In Memoriam: David Goldberg (1934–2024)*. NORTE de Salud Mental, 20(72), 131–133.
- Bar-On, R. (2006). *The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI)*. Psicothema, 18, supl., 13–25. <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/8415>
- Barragán, J. E. D. (2024, 14 noviembre). *Así está la salud mental de los médicos en Colombia*. Diario la República. <https://www.larepublica.co/salud-ejecutiva/asi-esta-lasalud-mental-de-los-medicos-en-colombia-3998940>
- BMBCh, S. B. (2019). *Atención integrada para personas con enfermedades mentales y físicas crónicas en países de ingresos bajos y medios*. ScienceDirect, 174–186.
- Carmeli, A. (2003). *The relationship between emotional intelligence and work attitudes, behavior and outcomes: An examination among senior managers*. Journal of Managerial Psychology, 18(8), 788–813.
<https://doi.org/10.1108/02683940310511881>
- Cárdenas Rada, S. A., Granada Ramírez, D., & Zárate Sánchez, D. L. (s. f.). *Dimensiones físicas, psicológicas y sociales de la salud mental*. Universidad Cooperativa de Colombia.
- Colombia, E. M. (2021, 7 septiembre). *Colegio Médico Colombiano reitera su llamado para visibilizar afectaciones en la Salud mental del personal sanitario*. Edición. <https://www.edicionmedica.com.co/secciones/profesionales/colegio-medico-colombianoreitera-su-llamado-para-visibilizar-afectaciones-en-la-salud-mental-del-personal-de-salud-1583>
- Côté, S., & Miners, C. T. H. (2006). *Emotional intelligence, cognitive intelligence, and job performance*. Administrative Science Quarterly, 51(1), 1–28.
<https://doi.org/10.2189/asqu.51.1.1>
- Cuestionario de salud general de Goldberg -GHQ28-. (s. f.). Rama Judicial.
<https://www.ramajudicial.gov.co/documents/3276038/34051510/GHQ28+Cuestionario+Salud+Mental+de+Golberg+%28Doc.+Externo%29.pdf>

- Diaconu, A. (2010). *El trastorno por estrés postraumático (TEPT) de origen laboral: Estudio de un caso clínico* [Trabajo de fin de máster, Universidad Pompeu Fabra].
https://www.upf.edu/documents/3192961/3207869/TFM_Aniela_Diaconu.pdf
- El Valle López, A. (1998). *Educación de las emociones*. *Educación*, 7(14), 169–198.
- EL, I. A. G. P. (2020). *Inteligencia emocional*.
- García-Morales, E. (2022). *¿Qué papel tiene la Inteligencia Emocional en el contexto clínico, laboral y educativo?*. *Escritos de Psicología (Internet)*, 15(2), 148–158.
- García Viniegras, C. R. (1999). *Manual para la utilización del cuestionario de salud general de Goldberg: Adaptación cubana*. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(1), 88–97.
- Goleman, D. G. (1995). *La inteligencia emocional: Por qué es más importante que el coeficiente intelectual*. <https://iuymca.edu.ar/wp-content/uploads/2022/01/LaInteligencia-Emocional-Daniel-Goleman-1.pdf>
- Goleman, D. (1998). *What makes a leader?* *Harvard Business Review*, 76(6), 93–102.
<https://www.wired.com/1998/12/goleman>
- Gomelan, D. (2022, 5 enero). *La inteligencia emocional por qué es más importante que el coeficiente intelectual*, pág. 376.
- GONZALEZ DIAZ, K. (2024b). *Factores de salud mental que inciden en la productividad laboral de los conductores en una empresa de transporte urbano del municipio de Soledad Atlántico*. [Tesis magister]. Simón Bolívar.
- Grima, J. S. (2020). *Inteligencia emocional: retrato e importancia en profesionales de la salud (trabajadores del sector fitness, cirujanos y podólogos)*. *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información*, 23–40.
- Irarrázaval, M., Prieto, F., & Armijo, J. (2016). *Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional*.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1726-569X2016000100005

- Jordan, P. J., & Troth, A. C. (2004). *Managing emotions during team problem solving: Emotional intelligence and conflict resolution*. *Human Performance*, 17(2), 195–218. https://doi.org/10.1207/s15327043hup1702_4
- Martínez Pérez, A. (2010). *El síndrome de Burnout: Evolución conceptual y estado actual de la cuestión*. *Vivat Academia*, (112), 42–80.
<https://www.redalyc.org/pdf/5257/525752962004.pdf>
- Martín, E. M. A. (2018). *Inteligencia emocional*. Editorial Elearning, SL.
- Marylin, B. M. (s. f.). *El Síndrome del Burnout en personal profesional de la salud*.
https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1409-00151997000200017
- Mebarak, M., De Castro, A., Salamanca, M. P., & Quintero, M. F. (2009). *Salud mental: un abordaje desde la perspectiva actual de la psicología de la salud*. Universidad del Norte.
- Newsroom Feature: *La salud mental de los trabajadores de la salud | NIOSH | CDC*. (s. f.).
https://archive.cdc.gov/www_cdc_gov/niosh/newsroom/feature/lasaludmental.html
- Ocronos Revista Médica y de Enfermería. (2025, 20 febrero). *Salud mental en el personal de salud: estrategias para apoyar el bienestar emocional y mental de los trabajadores de la salud*. Ocronos – Editorial Científico-Técnica.
<https://revistamedica.com/apoyar-bienestar-emocional-mental-trabajadoressalud/?form=MG0AV3>
- Organización Iberoamericana de Seguridad Social. (2023). *La atención de la salud mental en el entorno laboral*. OISS. <https://oiss.org/wp-content/uploads/2023/06/EOSyS-20.pdf>
- Rubio León, D. C. (2020). *Dimensiones para abordar la salud mental en el contexto de la migración: Revisión de literatura científica entre 2016 y 2019*. Pontificia Universidad Javeriana.

Salovey, M. y. (2005, 25 noviembre). *La Inteligencia Emocional y la educación de las emociones desde el Modelo de Mayer y Salovey*. Universidad de Zaragoza, pág. 32.

Salud, O. M. (2022, 17 junio). *Organización Mundial de la Salud*.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Test para evaluar los estados emocionales /TMMS-24/. (s. f.). [Programa de comunicación y trabajo en equipo]