

EL FACTOR INTELIGENCIA EMOCIONAL VISTA COMO TEMA DE INVESTIGACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES. UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA.

EMOTIONAL INTELLIGENCE FACTOR SEEN AS A RESEARCH TOPIC FOR DISEASE PREVENTION: A SCOPING REVIEW

¹ Gudelia Martínez Sala.

¹ División de Estudios de Posgrado, Universidad de la Sierra Sur, Oaxaca, México.
E-mail: gudix87@gmail.com. ORCID: 0000-0001-6199-5353.

Resumen

La Inteligencia Emocional (IE), en cuanto conjunto de habilidades individuales para actuar y decidir sobre la manifestación y regulación de las emociones, en función del bienestar propio, está considerada como factor para la prevención de la salud solo desde hace pocos años. Mediante la metodología de revisión de la literatura, se obtuvo en el gestor de búsqueda de PubMed una muestra de 20 publicaciones para descubrir las tendencias de investigación en torno al factor IE para la prevención de enfermedades crónicas. Los resultados de la revisión permiten observar que, en realidad, no hay estudios específicamente centrados en IE para la prevención de enfermedades; también, que los pocos estudios localizados generalmente se dispersan en una serie de enfermedades, físicas y mentales, que hacen difícil una clasificación. La situación permite observar que el tema requiere investigación sistemática, misma que se halla en vías de fortalecimiento.

Keywords: Emotional intelligence, prevent disease., chronic diseases.

Abstract

Emotional Intelligence (EI), as a set of individual skills to act and decide on the manifestation and regulation of emotions, based on one's own well-being, has been considered as a factor for health prevention only for a few years. Using the literature review methodology, a sample of 20 publications was obtained in PubMed to discover research trends around the EI factor for disease prevention chronic diseases. The results of the review allow us to observe that, in reality, there are no studies specifically focused on EI for disease prevention; also, that the few studies located are generally dispersed in a series of diseases, physical and mental, that make classification difficult. The situation allows us to observe that the subject requires systematic research, which is in the process of strengthening.

Keywords: Emotional intelligence, chronic diseases, disease prevention.

Recibido 28-05-2021. Aprobado 16-06-2021



INTRODUCCIÓN

La certeza de que la Inteligencia Emocional (IE) es un factor importante en el bienestar del ser humano lo confirma en su estudio ⁽¹⁾, sin embargo, en general, para predefinir el estado de salud y de la enfermedad en el ser humano, se ha partido de factores infecciosos, crónicos degenerativos, congénitos, o la exposición a tóxicos contaminantes, dichos factores han sido estudiado científicamente ⁽²⁾, pero, aparentemente es poco frecuente el estudio de las dimensiones de la IE ^(3,4) como factores formativos de la persona, que le ayuden a prevenir el riesgo de padecer enfermedades a futuro.

Se llevó a cabo una revisión sistemática de la literatura con el gestor de búsqueda de PubMed, para obtener una muestra de publicaciones que permitiera descubrir la importancia, en términos de cantidad, y las tendencias de investigación en torno al factor IE para la prevención de enfermedades.

La IE debe entenderse como "La habilidad para percibir, valorar y expresar emociones con exactitud, para acceder y/o generar sentimientos que faciliten el pensamiento; para comprender emociones y el conocimiento emocional y para regular las emociones promoviendo un crecimiento emocional e intelectual" ⁽⁵⁾.

La búsqueda y revisión que se practicó permite observar, primero, que la investigación sobre el tema es poco frecuente. en realidad, no hay estudios específicamente relacionados con IE para la prevención de enfermedades; y, segundo, que los pocos estudios localizados generalmente se dispersan en una serie de enfermedades, físicas y mentales, que hacen difícil una clasificación. Tal situación permite observar que el tema requiere investigación sistemática, misma que se halla en vías de fortalecimiento.

MATERIAL Y MÉTODOS

Se realizó la indagación con la metodología de Arksey ⁽⁶⁾ desde el gestor de búsqueda de *PubMed* para localizar documentos relacionados con el tema. IE y prevención de enfermedades. En primera instancia, se identificaron siete palabras clave, reconocidas por medio de la literatura, mismas que fueron empleadas en la búsqueda de información. La búsqueda se llevó a cabo exclusivamente en idioma inglés, debido a que la mayor parte de la información se desarrolla en este idioma. Las palabras de referencia fueron las siguientes: *emotional intelligence, diseases, disease prevention, young emotional intelligence, chronic diseases, young boys, prevent disease*.

Se buscaron 5 combinaciones entre las palabras clave, en conjunto con un marcador booleano. De la misma manera, se emplearon términos en las combinaciones, como agregados AND, en el gestor de búsqueda de PubMed.

En el **anexo 1**. Se pueden observar las combinaciones que sirvieron para la búsqueda.

Los criterios utilizados para seleccionar los documentos, fueron: contener las palabras clave en el texto y estar contenidas en el resumen o título del texto. Los documentos seleccionados fueron depurados a los últimos 10 años (2011-2021), seleccionando solo artículos de investigación en modalidad descargable y excluyendo capítulos de libros, meta-análisis, revisiones y revisiones sistemáticas, para solo quedarnos con ensayos preferentemente con una investigación con corte cuantitativa. Los documentos revisados contienen resultados actuales que identifican factores relacionados con la inteligencia emocional como habilidad para el tratamiento y la prevención de enfermedades.

RESULTADOS

A partir de la revisión y análisis de la muestra obtenida, se pueden anotar algunas observaciones.

En términos estrictos, no se encontraron investigaciones que se hayan ocupado de estudiar la IE como factor para la prevención de enfermedades. La IE es un conjunto de habilidades para la vida que se adquieren durante un proceso de formación, necesariamente educativo, por lo que implica un largo plazo la posibilidad de observar sus efectos en las conductas, en las decisiones y en la forma de vida de las personas, por eso, suponemos fue imposible hallar investigaciones de este tipo.

Hubo tres documentos que consideraron ciertos periodos de obtención de información ^(7,8,9), sin embargo, no se ocupan de estudiar la manera en que la IE permite prevenir enfermedades, sino que, en el primero, se señala una relación positiva entre IE y desempeño educativo, los individuos que entran a la educación secundaria con altos niveles en los rasgos de la IE, son más propensos a obtener calificaciones altas, perseverar en los estudios y completar exitosamente sus programas educativos ⁽⁷⁾. Las otras dos investigaciones estudian el vínculo IE y atención a adolescentes infectados perinatalmente con VIH: conductas de riesgo de los jóvenes infectados ⁽⁸⁾, y proceso de revelación (informar al adolescente que es portador del virus de (VIH) ⁽⁹⁾ en ambos casos, la formación de habilidades para la vida, desde la perspectiva de la IE no ocurre en un entorno formativo que sea común a la mayoría de los jóvenes, sino en condiciones que

presuponen que los jóvenes deberán enfrentar los riesgos de una enfermedad con la que nacieron. Esta formación en IE tendría que ser parte de las políticas públicas educativas generales para toda la población joven de un país.

Un segundo grupo de documentos trata sobre la IE y enfermedades cardiovasculares^(10, 11, 12), e inflamatorias⁽¹³⁾, entre otras cosas, se plantea la importancia de la IE en el mantenimiento de la buena salud, mientras que un pobre entendimiento de las emociones puede ser un precursor de enfermedades, por lo que la regulación de emociones, que es un aspecto de la IE, puede representar un protector de salud. La comprensión y la regulación emocional, componentes de la IE, predicen el padecimiento cardiovascular; y estas habilidades pueden ser desarrolladas y mejoradas mediante programas de intervención psicológica. En suma, las habilidades emocionales pueden convertirse en uno de los factores protectores en las personas con problemas de salud cardiovascular.

Hay otra línea de investigación, orientada al estudio de los procesos cognitivos asociados a la administración de fármacos, como la oxitocina, la citoquina o la testosterona. Se encontró que estas investigaciones no son relevantes para el tema de IE y prevención de enfermedades^(14, 15, 16), así como también el tratar de resolver la situación de la IE con sustitución del avatar afectivo para el acompañamiento en ese proceso para el dominio de las emociones, el cual tampoco tuvo resultados relevantes.

Amerita mención la importancia de las investigaciones sobre IE para prevenir trastornos alimenticios y que bien pudiera abarcar otros padecimientos como el alcoholismo⁽⁶⁾, donde los resultados indican que individuos con alta IE presentaron poca actitud de alimentación desordenada⁽¹⁷⁾. Así que las habilidades de la IE promueven protección contra el desarrollo de actitudes de alimentación desordenada; además, la IE provee una oportunidad de preparar al individuo para manejar el riesgo y, llegado el caso, hacer frente a la enfermedad.

Otros temas de salud y enfermedades o trastornos estudiados en vínculo con la IE, son, las conductas de salud⁽¹⁸⁾, donde se propone que los programas que busquen mejorar las conductas de salud en adultos jóvenes, deben considerar la inclusión de entrenamiento en IE. La regulación emocional y la supresión expresiva⁽¹⁹⁾, donde se sugiere que las habilidades de la IE deben ser considerados, tanto en futuros estudios como en la intervención de programas que promuevan mejor salud psicológica, funcionamiento social y satisfacción en la vida. La autodestructividad indirecta⁽³⁾, donde se concluye que la

investigación sobre IE puede permitir la acción profiláctica y terapéutica, ajustada al sexo del individuo. Los mensajes de salud⁽²⁰⁾, donde se concluye que la re-evaluación cognitiva, que es una de las dimensiones de la regulación emocional, permite establecer que el mejor recuerdo de los mensajes positivos sería en el enmarcado positivo. El bienestar psicológico en adolescentes⁽²¹⁾, donde uno de los resultados sugiere que, conforme se incrementa la capacidad de entendimiento y la inteligencia de regulación emocional, también se incrementa la felicidad percibida; así que algunas capacidades de IE pueden ayudar a incrementar el logro de la salud y el bienestar emocional en adolescentes, en fin, que el estudio destaca la necesidad de realizar prácticas –en un contexto educacional y sujeto a políticas públicas– que conduzcan a mejoras a la IE de adolescentes y, por tanto, a incrementar su felicidad y su bienestar. Finalmente, los estilos de apego de los adultos⁽²²⁾, donde se estudia la asociación con trastornos mentales como la depresión, la ansiedad, el agotamiento, el estrés, etc.; una de las conclusiones principales es que las estrategias de regulación emocional dependen del modelo del trabajo interno que el niño construye en relación a la figura de apego, de esta manera, se encontró significativa y positiva correlación entre el estilo de apego seguro e IE, así, el individuo exhibe obvias habilidades intrapersonales tales como auto-conciencia, autoestima y autorrealización; por supuesto, la investigación puede, como en todos los casos revisados, ayudar a comprender mejor los problemas asociados y desarrollar estrategias para intervenciones terapéuticas o programas educacionales para la prevención y mitigación de las enfermedades. Las Características de los estudios analizados desde las enfermedades investigadas se pueden apreciar en el anexo 2.

DISCUSIÓN

En suma, se percibe una falta de atención sistemática a la investigación del factor IE en la prevención de enfermedades y, al mismo tiempo, un gran potencial empírico, porque la IE es un conjunto de habilidades que involucran el cuidado del cuerpo y de la mente, por lo que resulta un enorme campo de conocimiento por descubrir. Por ejemplo, es notable que no se hallaron investigaciones sobre la IE y su relación con enfermedades crónico-degenerativas, sobre todo la diabetes.

Hay distintas razones, por las que la IE tendría que ser, tanto un objeto de estudio para la investigación en salud, como un área de intervención práctica de programas⁽¹⁰⁾, y políticas públicas⁽¹⁸⁾, sin embargo, la formación de IE es una empresa educativa cuyos frutos no son inmediatos; esta puede ser una explicación de la escasez de

investigación y de la falta de iniciativa institucional para desarrollar políticas educativas y de salud que incorporen las habilidades de la IE como parte de las habilidades para la vida, que deberían estar al alcance de todos, y que servirían lo mismo de factores de prevención de enfermedades que componente imprescindible para el tratamiento, una vez que se ha manifestado.

CONCLUSIÓN

La principal conclusión de esta búsqueda es que, en la muestra, no se encontraron investigaciones académicas sobre IE y prevención de enfermedades.

Derivado del análisis de la muestra recabada, se considera que, para la salud pública, el factor IE amerita mayor atención de los investigadores y debe estudiarse vinculado a diversos temas de salud, sobre todo a la prevención en salud, y no sólo a la atención de enfermedades, es decir, cuando la enfermedad se ha manifestado. Sobre todo, para que las políticas preventivas puedan enfocar sus medidas de cuidado hacia las distintas dimensiones de la IE y así prevenir y disminuir la incidencia de distintas enfermedades (crónico-degenerativas, alcoholismo, trastornos alimenticios, estrés, ansiedad, etc.) y no sólo las cardiovasculares ⁽³⁾, porque un fuerte desarrollo de las habilidades de la IE contribuyen, en gran medida, a que las personas cuiden más de su propio cuerpo físico y de su mente ⁽¹⁷⁾, lo que deriva también en un mejor cuidado de su salud ⁽³⁾, además de que el proceso forma una personalidad fuerte y segura ante la vida ⁽²³⁾, así como un aumento de la felicidad percibida ⁽²¹⁾, y disminución en la probabilidad de caer en una adicción ⁽²²⁾ del mismo modo, cuando se tiene ya alguna enfermedad, también la IE ayuda a superarla mejor ⁽¹³⁾.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Macías Fernández AJ, Gutiérrez-Castañeda C, Carmona González FJ, Crespillo Vilchez D. Relación de la inteligencia emocional y la calidad de vida profesional con la consecución de objetivos laborales en el distrito de atención primaria Costa del Sol [Relationship between perceived emotional intelligence and professional quality of life with the achievement of occupational objectives in the costa del sol primary health care district]. *Aten Primaria*. 2016;48(5):301-307. doi:10.1016/j.aprim.2015.06.007. [PubMed]
- Betanzos, AF y Rodríguez, MH. Fundamentos y aspectos conceptuales de la vigilancia epidemiológica. En: Hernández Ávila M y Lazzano Ponce E, editores. Salud pública. Teoría y práctica. Ciudad de México (México): Instituto Nacional de Salud Pública – Editorial El Manual Moderno; 2013. p. 231-257.
- Tsirigotis K, Łuczak J. Gender Differentiation of Relationships Between Manifestations of Indirect Self-Destructiveness and Dimensions of Emotional Intelligence. *Psychiatr Q*. 2016;87(3):387-400. doi:10.1007/s11126-015-9402-2. [PubMed]
- Urquijo I, Extremera N, Azanza G. The Contribution of Emotional Intelligence to Career Success: Beyond Personality Traits. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(23):4809. Published 2019 Nov 29. doi:10.3390/ijerph16234809. [PubMed]
- Mayer JD, Salovey P, Caruso DR, Sitarenios G. Inteligencia emocional como inteligencia estándar. *emoción*. 2001;1(3):232-242. [PubMed]
- Arksey, H.; O'Malley, L. Scoping studies: Towards a methodological framework. *Int. J. Soc. Psychiatr. Res. Methodol*. 2005, 8, 19–32.
- Dave HP, Keefer KV, Snetsinger SW, Holden RR, Paker JDA. Predicting the Pursuit of Post-Secondary Education: Role of Trait Emotional Intelligence in a Longitudinal Study. *Front Psychol*. 2019; 10:1182. Published 2019 May 24. doi:10.3389/fpsyg.2019.01182. [PubMed]
- Brittain K, Myer L, Phillips N, et al. Behavioural health risks during early adolescence among perinatally HIV-infected South African adolescents and same-age, HIV-uninfected peers. *AIDS Care*. 2019;31(1):131-140. doi:10.1080/09540121.2018.1533233. [PubMed]
- Gitahi N, Camlin C, Mwanja V, Ngure K, Auerswald C, Bukusi E. Psychosocial needs among older perinatally infected adolescents living with HIV and transitioning to adult care in Kenya. *PLoS One*. 2020;15(7): e0233451. Published 2020 Jul 29. doi: org/10.1371/journal.pone.0233451 [PubMed]
- Der Ananian C, Winham DM, Thompson SV, Tisue ME. Perceptions of Heart-Healthy

- Behaviors among African American Adults: A Mixed Methods Study. *Int J Environ Res Public Health*. 2018;15(11):2433. Published 2018 Nov 1. doi:10.3390/ijerph15112433. [PubMed]
11. Vlachakis C, Dragoumani K, Raftopoulou S, et al. Human Emotions on the Onset of Cardiovascular and Small Vessel Related Diseases. *In Vivo*. 2018;32(4):859–870. doi:10.21873/invivo.11320. [PubMed]
 12. Núñez Martín M, Castillo Gualda R. El papel de la inteligencia emocional en la enfermedad cardiovascular [The role of emotional intelligence in cardiovascular disease]. *Gac Sanit*. 2019;33(4):377–380. doi:10.1016/j.gaceta.2018.04.008. [PubMed]
 13. Costa S, Petrides KV, Tillmann T. Trait emotional intelligence and inflammatory diseases. *Psychol Health Med*. 2014;19(2):180–189. doi:10.1080/13548506.2013.802356. [PubMed]
 14. Nadler A, Camerer CF, Zava DT, et al. Does testosterone impair men's cognitive empathy? Evidence from two large-scale randomized controlled trials. *Proc Biol Sci*. 2019;286(1910):20191062. doi:10.1098/rspb.2019.1062. [PubMed]
 15. Mickey BJ, Heffernan J, Heisel C, et al. Oxytocin modulates hemodynamic responses to monetary incentives in humans. *Psychopharmacology (Berl)*. 2016;233(23–24):3905–3919. doi:10.1007/s00213-016-4423-6. [PubMed]
 16. Jung YH, Shin NY, Jang JH, et al. Relationships among stress, emotional intelligence, cognitive intelligence, and cytokines. *Medicine (Baltimore)*. 2019;98(18):e15345. doi:10.1097/MD.00000000000015345. [PubMed]
 17. Foye U, Hazlett DE, Irving P. Exploring the role of emotional intelligence on disorder eating psychopathology. *Eat Weight Disord*. 2019;24(2):299–306. doi:10.1007/s40519-018-0629-4. [PubMed]
 18. Espinosa A, Kadić-Maglajlić S. The Mediating Role of Health Consciousness in the Relation Between Emotional Intelligence and Health Behaviors. *Front Psychol*. 2018; 9:2161. Published 2018 Nov 8. doi:10.3389/fpsyg.2018.02161. [PubMed]
 19. Megias-Robles A, Gutiérrez-Cobo MJ, Gómez-Leal R, Cabello R, Gross JJ, Fernández-Berrocal P. Emotionally intelligent people reappraise rather than suppress their emotions. *PLoS One*. 2019;14(8):e0220688. Published 2019 Aug 12. doi: 10.1371/journal.pone.0220688. [PubMed]
 20. Masumoto K, Shiozaki M, Taishi N. The impact of age on goal-framing for health messages: The mediating effect of interest in health and emotion regulation. *PLoS One*. 2020;15(9):e0238989. Published 2020 Sep 17. doi: 10.1371/journal.pone.0238989. [PubMed]
 21. Guerra-Bustamante J, León-Del-Barco B, Yuste-Tosina R, López-Ramos VM, Mendo-Lázaro S. Emotional Intelligence and Psychological Well-Being in Adolescents. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(10):1720. Published 2019 May 16. doi:10.3390/ijerph16101720. [PubMed]
 22. Obeid S, Haddad C, Akel M, Fares K, Salameh P, Hallit S. Factors associated with the adults' attachment styles in Lebanon: The role of alexithymia, depression, anxiety, stress, burnout, and emotional intelligence. *Perspect Psychiatr Care*. 2019;55(4):607–617. doi:10.1111/ppc.12379. [PubMed]
 23. Johnson E, Hervás R, Gutiérrez López de la Franca C, Mondéjar T, Ochoa SF, Favela J. Assessing empathy and managing emotions through interactions with an affective avatar. *Health Informatics J*. 2018;24(2):182–193. doi:10.1177/1460458216661864. [PubMed]

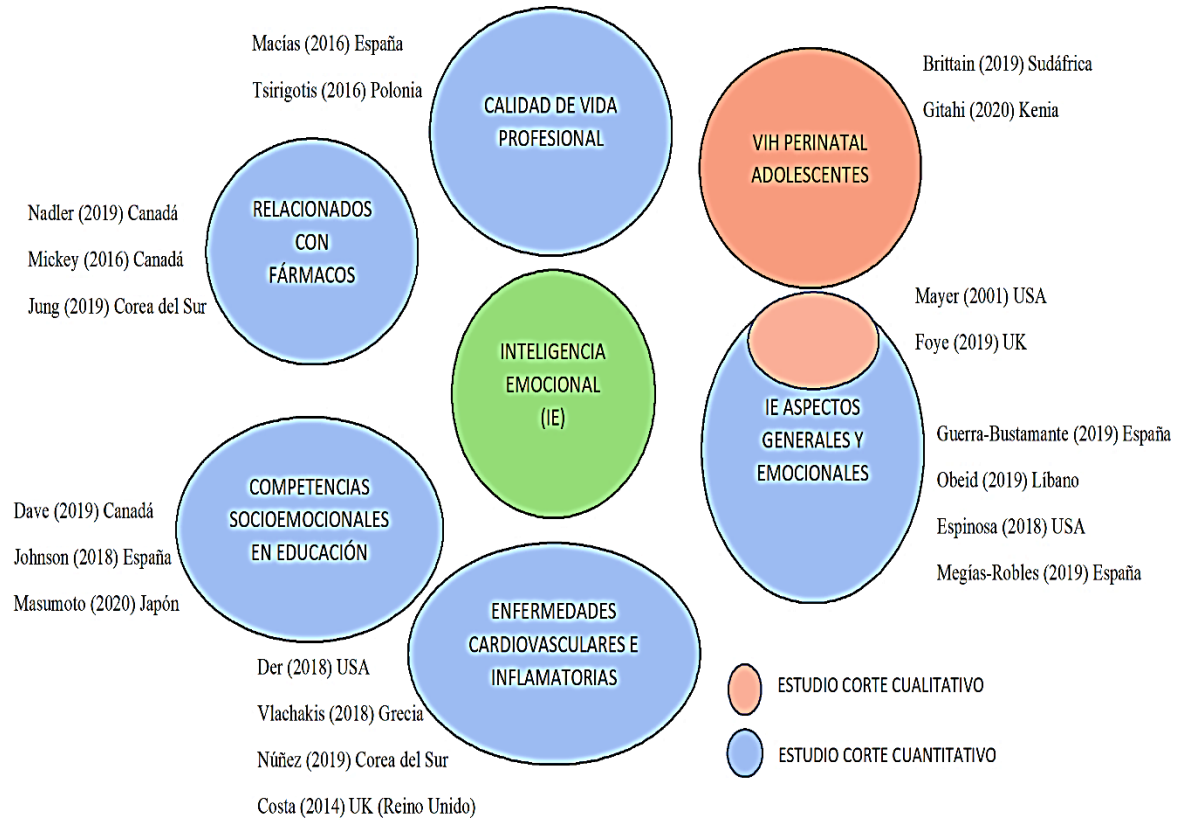
Anexo 1. Palabras clave, combinación y resultados de PubMed.

	Palabra clave y combinación	Resultados encontrados	Selección final
PubMed	Emotional intelligence AND diseases	25	5
PubMed	Disease prevention AND emotional intelligence	2,475	7
PubMed	Young emotional intelligence 20 to 30 years AND chronic diseases	2	0
PubMed	Young boys AND emotional intelligence	232	6
PubMed	Effects of emotional intelligence AND prevent disease	241	5

Anexo 2. Características de los estudios analizados desde las enfermedades investigadas

Autor(año) país [Referencia]	Diseño de estudios	Temática relacionada
Macías (2016) España [1]	Cuantitativo	IE y calidad de vida profesional
Dave (2019) Canadá [7]	Cuantitativo	IE competencias socioemocionales en educación
Brittain (2019) Sudáfrica [8]	Cualitativo	IE VIH perinatal en adolescente
Gitahi (2020) Kenia [9]	Cualitativo	IE VIH perinatal en adolescente
Der (2018) USA [10]	Cualitativo	IE Enfermedades cardiovasculares
Vlachakis (2018) Grecia [11]	Cuantitativo	IE Enfermedades cardiovasculares
Núñez (2019) Corea del Sur [12]	Cuantitativo	IE Enfermedades cardiovasculares
Costa (2014) UK (Reino Unido) [13]	Cuantitativo	IE Enfermedades inflamatorias
Nadler (2019) Canada [14]14	Cuantitativo	IE y Empatía cognitiva y testosteronas
Mickey (2016) Canadá [15]	Cuantitativo	IE y oxitocina
Jung (2019) Corea del Sur [16]	Cuantitativo	IE estrés, inteligencia y citoquina
Johnson (2018) España [23]23	Cuantitativo	Manejo de emociones, Avatar afectiva e IE
Mayer (2001) USA [5]	Cualitativo	IE y su importancia en general
Foye (2019) UK[17]	Cualitativo	IE trastornos alimenticios
Espinosa (2018) USA [18]	Cuantitativo	IE y su importancia en general
Megias-Robles (2019) España[19]	Cuantitativo	IE y su importancia en general
Tsirigotis (2016)Polonia [3]	Cuantitativo	IE y Riesgo de autodestrucción
Masumoto (2020)Japon [20]	Cuantitativo	IE edad y medios de transmitir el mensaje
Guerra-Bustamante (2019) España [21]21	Cuantitativo	IE y bienestar psicológico afectivo
Obeid (2019) Libano [22]22	Cuantitativo	IE y estilos de apegos

**INTELIGENCIA EMOCIONAL VISTA COMO TEMA DE INVESTIGACIÓN PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES.
UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA DE LA LITERATURA**



En este esquema se tipifican los temas principales relacionados con la IE encontrados en la indagación llevada a cabo a partir del gestor de búsqueda del *PubMed*, donde se señala con el color azul los cortes cuantitativos y con el color naranja se señalan los cortes cualitativos. Alrededor de cada rubro se señala los nombres de los autores que tuvieron escritos en ese tema.

Cuadro 1. Palabras clave, combinación y resultados de *PubMed*.

Palabra clave y combinación	Resultados encontrados	Selección final
PubMed Emotional intelligence AND diseases	25	5
PubMed Disease prevention AND emotional intelligence	2,475	7
PubMed Young emotional intelligence 20 to 30 years AND chronic diseases	2	0
PubMed Young boys AND emotional intelligence	232	6
PubMed Effects of emotional intelligence AND prevent disease	241	5