Ciencia Latina
Revista Multidisciplinar

DOI: https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i4.3081

Inteligencia emocional y calidad de vida en un grupo de estudiantes de dos instituciones educativas policial y nacional de lima metropolitana

Mg. Walter Hernán Patricio Peralta

whpatricio@yahoo.com[1]

https://orcid.org/0000-0003-3687-9152

Lima – Perú

RESUMEN

La investigación tuvo como objetivo establecer la relación que existe entre la inteligencia emocional (IE) y la calidad de vida (CV), en una muestra de 261 participantes, 132 varones (50.6%) y 129 de género femenino (49.4%), estudiantes de 4º y 5º de secundaria de dos instituciones educativas de Lima, cuyas edades fluctúan entre 16 y 18 años. El diseño de investigación no experimental, transaccional. Se utilizó la escala de calidad de vida de Olson & Barnes adaptada y el inventario de inteligencia emocional de Bar-On (ICE), y una ficha demográfica. Obtuvimos correlaciones positivas entre la inteligencia emocional y la calidad de vida ($r = .40$, $p<.01$), y los factores de la escala de CV, además no se encontraron diferencias significativas entre las correlaciones de IE y CV respecto al género y al centro educativo de procedencia. El análisis de regresión reveló que ninguna de las subescalas de IE, es capaz de predecir por sí sola, pero que el factor compuesto por intrapersonal, interpersonal y estado de ánimo predice la Calidad de Vida de forma directa. Estos hallazgos se corroboran con estudios anteriores de relación entre estas variables.

Palabras clave: Inteligencia emocional, calidad de vida.

[1] Correspondencia whpatricio@yahoo.com[1]

Articulo recibido: 10 agosto 2022. Aceptado para publicación: 10 septiembre 2022.
Conflictos de Interés: Ninguna que declarar
Todo el contenido de **Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar**, publicados en este sitio están disponibles bajo Licencia Creative Commons .
Cómo citar Peralta, M. W. H. P. (2022). Inteligencia emocional y calidad de vida en un grupo de estudiantes de dos instituciones educativas policial y nacional de lima metropolitana. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 6(4), 5995-6010. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v6i4.3081

Emotional intelligence and quality of life in a group of students from two police and national educational institutions of metropolitan lima

ABSTRACT

The research aimed to establish the relationship between emotional intelligence (EI) and quality of life (QoL), in a sample of 261 participants, 132 males (50.6%) and 129 females (49.4%), students 4th and 5th graders from two educational institutions in Lima, whose ages fluctuate between 16 and 18 years. Non-experimental, transactional research design. The adapted Olson & Barnes quality of life scale and the Bar-On Emotional Intelligence Inventory (ICE), and a demographic record were used. We obtained positive correlations between emotional intelligence and quality of life ($r = .40$, $p<.01$), and the factors of the QoL scale, in addition, no significant differences were found between the correlations of EI and QoL with respect to gender and to the school of origin. The regression analysis revealed that none of the EI subscales is capable of predicting on its own, but that the factor composed of intrapersonal, interpersonal and mood predicts Quality of Life directly. These findings are corroborated with previous studies of the relationship between these variables.

Keywords: Emotional Intelligence, quality of life.

INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas la sociedad ha sido convulsionada por varios problemas psicosociales y económicos, entre ellos el embarazo precoz, violencia juvenil, conflicto familiar, niños sin hogar, prostitución, deserción escolar, abuso del alcohol, adicción a videos juegos, pandillaje, etc. Así mismo, el mercado económico mundial manifiesta una crisis laboral y profesional que se evidencia en la inseguridad laboral (Organización Internacional del Trabajo, 2018). La crisis de valores, la educación sesgada, entre otros, llevan a que el adolescente desfogue mediante la agresión hacia sus semejantes, propiedad privada y pública, etc. aunado también de los cambios fisiológicos y psicológicos producto de su edad, como lo han sustentado los teóricos, lleva a que no haya una adecuado control y tolerancia, la búsqueda de modelos socialmente reforzados (Jiménez, Estévez & Murgui, 2018). Es por ello que podemos identificar múltiples variables psicológicas que emergen entre ellas los relacionados a las emociones, así como también los relacionados a la satisfacción emocional, entre otros y es que en la escuela aún no se consideran prioritarios el tema de manejos de las emociones. Y es por lo anteriormente expuesto, que se hace necesario una forma oportuna y correcta utilización y aplicación de la inteligencia emocional, debido a que se encuentra conectada al éxito académico. (Puertas et al. 2020). En este sentido, se hace necesario incitar el desarrollo de la inteligencia emocional en los estudiantes de las Instituciones Educativas debido al impacto académico y social que posee.

Por otro lado, el ministerio de educación incurrió por muchas décadas en una educación parcializada enfocada al desarrollo académico, cognitivo y de habilidades mediante reformulaciones periódicas de currículo para el alumnado, obviando aspectos técnicos de evaluación de contexto y los objetivos básicos de la actividad educativa que es promover el equilibrio emocional en el alumnado (MINEDU, 2014), que en la práctica no se realiza y muchas veces queda solo en los manuscritos.

Inteligencia Emocional y calidad de vida en un grupo de Estudiantes de dos Instituciones Educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana

Es por ello que algunos autores consideran investigar variables como inteligencia emocional, entendida para Salovey & Mayer (1990) (citado en Agustín y Domingo 2020) quienes acuñaron

el término de "inteligencia emocional" y la definieron como la capacidad de identificar, comprender y expresar las emociones. Y para otros autores tiene que ver con el reconocimiento y administración de las emociones. Para García et al. (2012) la inteligencia emocional "está conformada por habilidades afectivas personales y sociales que ayudan a un individuo a conocerse a sí mismo y a relacionarse mejor con los demás. Si las personas desarrolláramos este tipo de inteligencia y la fomentáramos entre los niños, estaríamos formando seres humanos íntegros" (p.8). Definen Olson y Barnes (1982), citado en García (2008), la calidad de vida como la "utilización de la subjetividad relacionada con el ajuste en sí mismo y el ambiente" (p.26) y que ella tendría relación con los niveles de satisfacción. Teniendo en cuenta a Bautista-Rodríguez (2017) la calidad de vida "es un concepto complejo que refleja aspectos sociales e individuales -objetivos y subjetivos- y múltiples ámbitos como son el físico, el emocional, el educativo y el laboral" (p.7). Por otro lado, para la Organización Mundial de la Salud (2017) es "la percepción del individuo de su posición en la vida en el contexto de la cultura y sistemas de valores en los cuales ellos viven y en relación a sus metas, expectativas, estándares y preocupaciones".

METODOLOGÍA

La metodología se aplica en dos etapas. La primera se dividió a su vez en dos partes consistiendo la primera en identificar los principales estadígrafos descriptivos o valores que tipifican la muestra y en torno de los cuales se agrupan la mayoría de los datos, además de determinar los niveles de Inteligencia Emocional y Calidad de Vida que presenta la muestra total, la muestra dividida respecto al género y luego según centro educativo de procedencia. En la segunda parte se procedió a analizar los datos obtenidos para determinar si éstos siguen una distribución normal o no para decidir el empleo de pruebas paramétricas a aplicar en la segunda etapa.

La segunda etapa estuvo orientada al análisis inferencial de los datos, en primer lugar, se realizó la comparación de medias obtenidas en los grupos contrastantes (género: masculino y femenino, y centro educativo: policial y nacional) utilizando para ello la prueba T de Student para diferencia de medias para muestras independientes. En segundo lugar se procedió a analizar la correlación entre las variables estudiadas que son la inteligencia emocional y 61 calidad de vida, continuando posteriormente a analizar la correlación de la inteligencia emocional con cada uno de los siete factores de la Escala de Calidad de Vida (bienestar

económico, amigos, vecindario y comunidad, vida familiar y familia extensa, educación y ocio, medios de comunicación, religión y salud), pero en los grupos de varones, mujeres, centro educativo policial y centro educativo nacional por separado, utilizando para el efecto la correlación paramétrica de Pearson.

Inteligencia Emocional y calidad de vida en un grupo de Estudiantes de dos Instituciones Educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana

Luego se procedió al análisis comparativo de los coeficientes de correlación obtenidos anteriormente de cada una de las muestras independientes, comparando por categorías (género y centro educativo de procedencia) para determinar si existen o no diferencias significativas entre las correlaciones de las agrupaciones comparadas.

Finalmente, en la última parte de esta etapa se realizó un análisis de regresión lineal buscando posibles predictores de los factores de la calidad de vida entre los componentes de inteligencia emocional.

Tabla 1 Composición de la muestra de estudiantes de una institución educativa policial y otra nacional, por género (N=261)

Género	Frecuencia	Porcentaje (%)
Masculino	132	50.6
Femenino	129	49.4
Total	261	100.0

Del total de participantes, 224 tienen una edad de 16 años (85.8%), 30 tienen una edad de 17 años (11.5%) y 7 tienen una edad de 18 años (2.7%).

Tabla 2 Composición de la muestra de estudiantes de una institución educativa policial y otra nacional, por edad (N=261)

Edad	Frecuencia	Porcentaje (%)
16	224	85.8
17	30	11.5

18	7	2.7
Total	261	100.0

Los participantes de la muestra provienen de distintos centros educativos de la Capital, uno de ellos policial con un total de 130 estudiantes entre varones y mujeres y el otro nacional, con un total de 131 alumnos de ambos sexos, conformando el grupo total de estudiantes de la muestra de 261 participantes.

Inteligencia Emocional y calidad de vida en un grupo de Estudiantes de dos Instituciones Educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana

Tabla 3 Composición de la muestra de estudiantes de una institución educativa policial y otra nacional, por centro educativo de procedencia (N=261)

Centro educativo	Frecuencia	Porcentaje (%)
Policial	130	49.8
Nacional	131	50.2
Total	261	100.0

El muestreo fue no probabilístico de tipo intencional, por cuanto la institución en la

que se aplicaron los instrumentos designó las aulas en las que se realizaría la investigación, considerando la totalidad de estudiantes en ellas.

Los criterios de inclusión para la conformación de la muestra fueron:

Ser estudiante de 4º ó 5º de secundaria de una Institución Educativa de Lima.

Estar realizando sus estudios regularmente.

Edades de 16, 17 y 18 años.

Los criterios de exclusión para la conformación de la muestra son:

Estar suspendido por sanción disciplinaria.

Edades menores a 16 y mayores a 18 años.

Variables de investigación

Variables sociodemográficas

Género:Varones y Mujeres.

Edad:16, 17 y 18 años.

Institución Educativa:I.E. Policial

I.E. Nacional.

a) Variables a relacionar

Inteligencia emocional y sus indicadores

Intrapersonal.

Interpersonal.

Adaptabilidad.

Manejo de la tensión.

Estado de ánimo general.

Calidad de Vida y sus indicadores

Bienes Económicos.

— Amigos, vecindario y comunidad.

— Vida familiar y familia extensa.

— Educación y ocio.

— Medios de comunicación.

— Religión.

— Salud.

Inteligencia emocional y sus indicadores

— Intrapersonal.

— Interpersonal.

— Adaptabilidad.

— Manejo de la tensión.

— Estado de ánimo general.

Tabla 4 Categorización de los puntajes T para la Escala de Calidad de Vida.

Categorías	Puntajes
Calidad de Vida Óptima	>= 61
Tendencia a Calidad de Vida Buena	51 – 60
Tendencia a Baja Calidad de Vida	40 – 50
Mala Calidad de Vida	<= 39

T (M=50, D.E.=10)

Inteligencia Emocional y calidad de vida en un grupo de Estudiantes de dos Instituciones Educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana

Tabla 5 Prueba K-S de Bondad de Ajuste a la curva Normal de la muestra de estudiantes de una institución educativa policial y otra nacional. (N= 261)

Inteligencia Emocional	Calidad de Vida
N 261	261
Media 87.34	85.64
Desviación Estándar 11.46	12.186
Kolmogorov-Smirnoff .709	.716
Significación .697	.685

Como los datos distribuidos no se alejaron severamente de la curva normal, se decidió el uso de pruebas paramétricas, escogiendo para el análisis correlacional el estadístico de correlación

de Pearson. Asimismo, se recurrió a los estadísticos descriptivos como media y desviación estándar, para la descripción de los componentes de cada una de las variables de relación.

El análisis comparativo se dividió en dos partes. En primer lugar se comparó los niveles hallados de ambas variables en grupos, respecto del centro educativo de procedencia y respecto al género, recurriendo para este análisis a la prueba paramétrica "t de Student" de muestras independientes. Sin embargo, siendo el objetivo de la investigación eminentemente relacional, en un segundo momento del análisis comparativo, se desestimó la utilización de las pruebas paramétricas t y Anova factorial, por cuanto éstas comparan medias y varianzas, optando por el uso de la prueba de comparación de correlaciones "r" para muestras independientes transformando los valores r1 y r2 en z1 y z2 respectivamente de acuerdo a lo 77 descrito en el manual de estadística para ciencias sociales, del comportamiento y de la salud (Emleh, 2010).

Se exploró también los posibles predictores asociados a la variable dependiente Calidad de Vida (la que recibiría la influencia de la variable Inteligencia Emocional), a través del análisis de regresión lineal de cada una de las escalas de la IE. Ya que las Inter correlaciones de las escalas de IE fueron mayores a 0.5 (un nivel ya considerado alto [Cohen, 1988]), se recurrió a un PCA para reducir la multicolinealidad entre ellas, recurriendo a la técnica del análisis factorial para reducir las cinco escalas a dos factores que puedan explicar la variabilidad entre las variables observadas.

RESULTADOS

Los resultados estadísticos corresponden a los objetivos planteados al inicio de la investigación.

A continuación, se muestran los resultados inferenciales de la investigación.

Análisis Correlacional:

En el análisis correlacional entre Cociente Emocional y Calidad de Vida se halló una correlación significativa y positiva entre ambas variables ($r = .40$, $p < .01$), lo que confirma el objetivo general. Esto quiere decir que a mayores niveles de Cociente Emocional, mayores niveles de Calidad de Vida.

Tabla 6 Correlaciones entre la Cociente Emocional y Calidad de Vida en estudiantes de una institución educativa policial y otra nacional. (N=261)

	Cociente Emocional	Calidad de Vida
Cociente Emocional	1	
Calidad de Vida	.401 (*	

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

Por su parte, el análisis de correlaciones entre el Cociente Emocional con cada uno de los factores de la Calidad de Vida revela que la Inteligencia Emocional, correlaciona significativamente con Bienestar Económico (r= .374, p<.01), Amigos, Vecindario y Comunidad (r= .309, p<.01), Vida Familiar y Familia Extensa (r= .341, p<.01), Educación y Ocio (r= .386, p<.01), Medios de Comunicación (r= .620, p<.05), Religión (r= .155, p<.05) y Salud (r= .247, p<.01).

Inteligencia Emocional y calidad de vida en un grupo de Estudiantes de dos Instituciones Educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana

Tabla 7 Correlaciones entre Cociente Emocional y los factores de Calidad de Vida (N=261)

	CE	BE	AV	VF	EO	MC	RE	SA
Coc. Emocional	1							
Bienestar Econ.	.37(**)	1						
Amigos, V. y C.	.31(**)		1					
Vida Fam. Y F.	.34(**)			1				
Educación y O.	.39(**)					1		
Medios de C.	.62(*)					1		
Religión	.16(*)						1	
Salud	.25(**)						1	

*p < .05, **p < .01, ***p < .001

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos indican que existe una correlación positiva y significativa de .401 (correlación moderada) entre las variables calidad de vida y la inteligencia emocional en los estudiantes de una institución educativa policial y otra nacional de lima metropolitana.

Asimismo, los resultados de un estudio realizado por Mikulic, Crespi, Albornoz, García, Caruso, Aruanno, & Marcos (2010) indicaron que los participantes con alto nivel de inteligencia emocional, muestran mayor satisfacción con su calidad de vida, en particular, con aquellas áreas referidas a autoestima, salud, estudio y relaciones sociales.

En la presente investigación se demuestra que, a mayores niveles de cociente emocional, mayores serán los niveles de calidad de vida. Esto se relaciona también con los resultados de Ruvalcaba, Fernández-Berrocal y Salazar en el año 2014, evidenciando de este modo que las habilidades emocionales se encuentran relacionadas a los factores constitutivos de la calidad de vida, así como la influencia que dichas habilidades ejercen sobre la satisfacción vital en su muestra de adolescentes.

De la misma manera con resultados obtenidos por Marquina (2012) con su muestra de personal de salud, quien señala que la inteligencia emocional se relaciona con la Calida

de Vida, debido a que las personas se predisponen de manera cognitiva para interpretar los hechos, situaciones en la que participan, en relación a sus esquemas mentales de su contexto. El desempeño en actividades se verá involucrado de acuerdo a las propias percepciones, equilibrio o desequilibrio emocional, lo cual afecta significativamente o no en nuestra vida.

Del mismo modo Veloso, Cuadra, Antezana, Avedaño y Fuentes (2013), afirman que existe una correlación positiva y significativa entre la Inteligencia Emocional y la Calidad 100 de Vida, así como con la felicidad subjetiva y resiliencia en su muestra de profesores de educación especial.

También, para Julliana, Macarena y Dina (2018), señalan que existe una relación positiva entre inteligencia emocional y calidad de vida en adultos mayores, lo que indicaría acciones para incrementar los niveles de bienestar y satisfacción de los adultos mayores en el Perú.

En cuanto al análisis correlacional entre el cociente emocional con cada uno de los factores de la calidad de vida, se encontró una mayor correlación con el factor medios de comunicación con respecto al resto de factores, y una correlación inferior en lo que respecta a salud y religión,

siendo este último factor el menos importante según el puntaje, así como afirma Morón (1995), el gran impacto social de los medios y sus potencialidades manipulativas han de generar procesos de reflexión y análisis crítico que desde la familia, los centros educativos o como integrantes de una sociedad con un determinado modelo cultural, hemos de realizar como mejora de las condiciones ambientales y estilos de vida saludables, por ello, está claro que ejercen una influencia importante sobre el estilo y la calidad de vida del ser humano.

Se encontró asociación significativa entre el Factor 1 y el Factor salud de la variable calidad de vida. Esto significa que el aumento de los niveles de las escalas intrapersonal, interpersonal y ánimo, predice un aumento en los niveles del factor salud de la variable calidad de vida. Autores, como Trinidad & Johnson (2002) han señalado que la inteligencia emocional puede ser un factor importante al momento de evitar conductas de riesgo, como en el caso del consumo de drogas. En particular, un grupo de adolescentes con altos niveles de inteligencia emocional, reveló en un estudio haber consumido menos tabaco y alcohol en los últimos 30 días, que un grupo de jóvenes que presentaban niveles bajos de IE. El Factor 2 no es capaz de predecir ninguna de los

factores de la variable calidad de vida, esto indicaría que las dificultades personales para la adaptabilidad ni el manejo de la tensión son elementos suficientes para predecir la percepción de poseer una mala calidad de vida en los estudiantes de la muestra, contrario al comentario de Mojarro & Benjumea (1995) quien refiere que dependiendo de la adaptabilidad, de los recursos psicológicos disponibles y de su flexibilidad, se establecerán, o no, las condiciones para conseguir un óptimo nivel de calidad de vida; aunque también agrega que esto dependerá de las habilidades previas disponibles para adaptarse a situaciones adversas por lo que se deben tomar en consideración los resultados. Por lo tanto, analizada toda la información pertinente, podemos responder al objetivo planteado al inicio, la cual nos indica que existe una relación significativa entre la inteligencia emocional y la calidad de vida de estudiantes de dos instituciones educativas policial y nacional de Lima Metropolitana.

Entonces podemos resaltar la importancia de la inteligencia 110 emocional, no sólo en el aspecto educativo, sino de forma general, debido a que un alto cociente emocional se relaciona con los niveles más fuertes con el éxito y la calidad de vida que el mismo cociente intelectual. Distintos investigadores han puesto en evidencia la relación entre los constructos de inteligencia emocional y satisfacción vital, entre los que se encuentran Palomera & Brackett (2000), quienes hallaron que la satisfacción vital correlacionó significativamente con claridad emocional.

Por otro lado, Fernández-Berrocal y Extremera (2009) señalan que desde que Mayer & Salovey, en 1990, incorporaran el constructo de inteligencia emocional en la literatura científica, diversos estudiosos han investigado el vínculo de las habilidades emocionales sobre el bienestar individual y la felicidad subjetiva, señalando así la importancia que tiene esta en el estilo de vida enlas personas.

CONCLUSIONES

Existe relación moderada entre la Inteligencia Emocional y la Calidad de Vida de un grupo de estudiantes de estudiantes de dos instituciones educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana.

Se encontró que la inteligencia emocional de la muestra total, es de categoría baja, al igual la mayoría de subcomponentes, a excepción de intrapersonal y estado de ánimo donde el promedio es de categoría promedio.

Se encontró que el nivel de la calidad de vida de ambos centros educativos tiene una tendencia a calidad de vida buena, siendo el factor vida familiar y familia extensa el que presenta puntajes más elevados, mientras que el factor Amigos, Vecindario y C. con tendencia a Baja CV, obtuvo la puntuación menor.

Se comprobó que no existen diferencias significativas con respecto al género de los estudiantes de la muestra en los niveles de inteligencia emocional y calidad de vida. En el caso de los factores de la inteligencia emocional, si bien los niveles de Inteligencia de ambos grupos son similares, los estudiantes del colegio policial le dan más importancia al factor vida familiar y familia extensa y el colegio nacional le da mayor relevancia al factor educación y ocio.

En la correlación entre la Inteligencia Emocional y los factores de la Calidad de Vida, según sexo, en el caso del género masculino los factores que obtienen una correlación más elevada con la variable Inteligencia Emocional son: Educación y Ocio, seguido de Vida Familiar y Familia Extensa; mientras en el género femenino, el factor Bienestar Económico fue el que obtuvo la correlación más alta.

La correlación entre los componentes de la Inteligencia Emocional, se observó que estos presentan una fuerte correlación entre sí, y que ninguno puede predecir por sí solo la Calidad de Vida, es una interacción de componentes lo que la determina.

Inteligencia Emocional y calidad de vida en un grupo de Estudiantes de dos Instituciones Educativas Policial y Nacional de Lima Metropolitana

Algunos componentes de la Inteligencia Emocional, como es el caso del Interpersonal, Intrapersonal y Ánimo General están fuertemente vinculados con los factores Amigos, Vida Familiar y Familia Extensa, Bienestar Económico, Medios de Comunicación, Salud y Vecindario y Comunidad de la Calidad de Vida. Sin embargo, no predice ningún cambio en lo que abarca el factor Religión.

LISTA DE REFERENCIAS

[1]. Abanto, Z., Higueras, L., y Cueto, J. (2000). Inventario de cociente emocional de Baron (test para la medida de inteligencia emocional), manual técnico. Lima: Grafimag S.R.L. [2]. Abarca, M., Marzo, L., & Sala, J., (2002). La educación emocional en la práctica educativa de primaria. Bordón: Revista de pedagogía, 54(4), 505-518.

[3]. Acosta, J. (2005). El tiempo la PNL y la inteligencia emocional. Barcelona: Gestión 2000 S.A.

[4] Agustín, E. E., & Cebrián, V. D. (2020). Instituciones educativas unidas por una educación más emocional. International Journal of Developmental and Educational Psychology, 1(1), 207-216.

[5]. Álvarez, L. (2009). Estilos de vida y alimentación. Revista Gazeta de Antropología, 25(1), 1-10.

[6]. Amérigo, M. (1993). La calidad de vida, juicios de satisfacción y felicidad como indicadores actitudinales de bienestar. Revista de Psicología Social, 8(1), 101-110.

[7]. Andrews, F., & Robinson, J. (1991). Measures of subjective well being. In J. P. Robinson, P. R. Shaver, & L. S. Wrightsman (Eds.), Measures of personality and social psychological attitudes (pp. 61-67). San Diego: Academic Press.

[8]. Arbulú, C. (2009). Inteligencia emocional, calidad de vida y patrón de conducta tipo A en pacientes con hipertensión arterial del al hospital I de EsSalud Luis Albercht de Trujillo (Tesis doctoral). Universidad de San Martin de Porres, Lima.

[9]. Ardila, R. (2003). Calidad de vida: Una definición integradora. Revista Latinoamericana dePsicología, 35(2), 161-164.

[10]. Argyle, M. (1993). Psicología y calidad de vida. Intervención Psicosocial, (6), 5-15. [11]. Aróstegui, I. (1998). Evaluación de la calidad de vida en personas adultas con retraso mental en la comunidad autónoma del País Vasco. (Tesis doctoral). Universidad de Deusto, Bilbao.

[12]. Baena, G. (2002). Cómo desarrollar la inteligencia emocional infantil. Guía para padres y maestros. México: Trillas.

[13]. Bautista-Rodríguez, L. M. (2017). La calidad de vida como concepto. Revista ciencia y cuidado, 14(1), 5-8.

[14]. Carmen, J. G. P., Pedreros, M. A. V., & De la Piedra, D. M. C. (2018). Inteligencia emocional y calidad de vida en adultos mayores. Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación, 2(5), 38-47.

[15]. García, L., Valenzuela, M. E., & Miranda, J. F. (2012). Inteligencia emocional en niños de sexto grado de contextos urbano, urbano marginado, rural e indígena. Revista Electrónica de Investigación Educativa Sonorense, 4(12), 7-25.

[16]. Organización Mundial de la Salud. (2017). Sobrepeso y obesidad. OMS. http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/

[17]. Puertas-Molero Puertas-Molero, Pilar, Zurita-Ortega, Félix, Chacón-Cuberos, Ramón, Castro-Sánchez, Manuel, Ramírez-Granizo, Irwin, & González-Valero, Gabriel. (2020). La inteligencia emocional en el ámbito educativo: un meta-análisis. Anales de Psicología, 36(1), 84-91. Epub 07 de diciembre de 2020.https://dx.doi.org/10.6018/analesps.36.1.345901