

## REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

### Competencias emocionales: una asignatura complementaria en el Plan de estudios de la carrera de Odontología

**Emotional competence: a supplementary subject in dentistry major's syllabus**

**Ximena Macaya Sandoval,<sup>I</sup> Pablo Vergara –Barra,<sup>II</sup> Patricia Rubí G.<sup>III</sup>**

- I. Máster en Educación. Licenciada en Educación. Estudiante Doctorado Salud Mental. Facultad de Medicina. Universidad de Concepción. Avenida Roosevelt 1550 Casilla 160-C. Concepción. Chile. [ximenacecimacay@udec.cl](mailto:ximenacecimacay@udec.cl)
- II. Psicólogo Clínico Infante Juvenil. Docente Departamento Siquiatría y Salud Mental. Estudiante del Doctorado en Salud Mental. Facultad de Medicina. Universidad de Concepción. Avenida Roosevelt 1550 Casilla 160-C. Concepción. Chile. [pablovergara@udec.cl](mailto:pablovergara@udec.cl)
- III. Doctora en Salud Mental Comunitaria. Magister en Educación Médica y Ciencias de la Salud. Médico Siquiatra. Profesor Asistente. Departamento Siquiatría y Salud Mental. Facultad de Medicina. Universidad de Concepción. Avenida Roosevelt 1550 Casilla 160-C. Concepción. Chile. [psrubig@gmail.com](mailto:psrubig@gmail.com)

---

## RESUMEN

El presente texto contiene los resultados de una revisión bibliográfica realizada con el objetivo de establecer la importancia de desarrollar competencias emocionales durante el proceso de formación de los profesionales de la salud, especialmente del área de odontología, atendiendo a que la especialidad está

registrada como una de las profesiones más estresantes, situación que podría originarse durante el proceso educativo, ya que sus alumnos experimentan altos niveles de ansiedad o estrés durante su formación. Se entiende por competencia emocional el conjunto de conocimientos, capacidades, habilidades y actitudes necesarias para comprender, expresar y regular los fenómenos emocionales. Como conclusión, esta revisión permitió demostrar como la inclusión de estas competencias en el plan de estudios repercutiría significativamente en el bienestar psicológico de estos estudiantes.

**Palabras clave:** odontología, competencias emocionales, bienestar psicológico.

---

## **ABSTRACT**

This paper contains the results of a bibliographical review which was carried out aiming at establishing the importance of developing emotional competence in health professionals' training, especially on the dentistry area; providing that this specialty is one of the most stressful. The educational process might be at the root of this situation, since students experience high levels of anxiety or stress during their training. Emotional competence is understood as the group of knowledge, abilities and attitudes needed to understand, express and regulate emotional phenomena. In conclusion, this review enabled to demonstrate how the inclusion of emotional competence in dentistry major's syllabus would have an influence on student's psychological well-being.

**Keywords:** dentistry, emotional competence, psychological well-being.

---

## **INTRODUCCIÓN**

Los jóvenes que ingresan a la educación superior tienen que ajustarse a una serie de cambios en su vida personal, familiar y académica, por lo que deben adecuarse a las exigencias del día a día en diferentes ámbitos, a fin de enfrentar

exitosamente diversas situaciones, que beneficien su adaptación al futuro contexto profesional.

De igual modo y según investigaciones recientes, los estudiantes de Odontología experimentan considerables niveles de estrés durante su formación, las fuentes de estrés están esencialmente relacionadas con los aspectos académicos y clínicos de la formación odontológica. Por lo que, estos elevados niveles de estrés han evidenciado tener consecuencias sobre el rendimiento académico, la salud física y el bienestar psicológico de los estudiantes.<sup>1</sup>

Por otra parte, en los últimos años, diversos estudios se han dedicado a comprobar los efectos de las competencias emocionales como habilidades de afrontamiento que ayudan a superar situaciones de estrés y, por consiguiente, potenciar un mejor estado de salud y bienestar.<sup>2</sup>

El objetivo fundamental de esta revisión bibliográfica estuvo dirigido a la búsqueda de artículos de investigación cuyas aportaciones permitieran primero saber cómo se lleva a cabo la formación de los futuros profesionales en Odontología, los niveles de estrés en que se desarrolla este proceso de formación y segundo, identificar el rol que tiene el desarrollo de las competencias emocionales y cómo estas se pueden incluir en el contexto educativo como medida de promoción y prevención en salud mental.

Se realizó una revisión de tipo descriptiva de la literatura con el fin de extraer la información necesaria que atañe al objetivo de este estudio. El procedimiento de selección se realizó principalmente a través de las siguientes bases de datos; WOS (Web of Science), ERIC (Education Resources Information Center) y EBSCO. Los criterios de selección de los artículos se encuentran determinados por los objetivos de esta indagación y su calidad, mediante la lectura crítica.

### **Contexto en la formación de estudiantes de Odontología**

El comienzo de los estudios universitarios resulta complejo para un número importante de estudiantes, ya que son muchos los factores que pueden desencadenar enfermedades psicológicas, como el ajuste a este nuevo ambiente

escolar, la sobrecarga de información, la falta de tiempo libre, las limitaciones financieras, factores estresantes relacionados con la separación de la familia cuando se estudia en otra ciudad, entre otros.<sup>3</sup> Asimismo, se suman otros factores como pobres estrategias de afrontamiento, habilidades de estudio y motivación.

Con respecto a los estudiantes de Odontología, se insertan en una facultad que está considerada un ambiente de aprendizaje altamente exigente y estresante, lo que conlleva a mayores niveles de trastornos obsesivo-compulsivos, actividad psicosomática relacionada con el estrés, aumento de los trastornos del estado de ánimo y la sensibilidad interpersonal.<sup>3</sup> Estas manifestaciones son producto de sobrecarga de trabajo, poco tiempo, recursos de afrontamiento insuficientes, que en conjunto precipitan alteraciones psicológicas y de morbilidad.<sup>4</sup>

Un estudio realizado en una universidad chilena sobre los niveles de ansiedad en la comunidad estudiantil odontológica evidencia que desde los inicios de la carrera los altos niveles de ansiedad que se presentan, van en aumento según su avance curricular.<sup>5</sup> Asimismo, se reportan situaciones de estrés académico muy particulares entre los estudiantes de Odontología: exámenes extenuantes, atención a pacientes con pocos recursos para costear sus propios tratamientos odontológicos, recarga de trabajos en sus prácticas clínicas, altos costos de materiales odontológicos, falta de tiempo para el descanso.<sup>6</sup>

De igual modo la percepción de estrés en la relación de los estudiantes con el cuerpo docente y la administración revelan que los estudiantes en la etapa clínica de la formación tienen que hacer frente además a dificultades no relacionadas con su compromiso de aprendizaje.<sup>7</sup>

Por consiguiente, esta deficiente salud psicológica puede persistir en su vida profesional<sup>8</sup> puesto que odontología está registrada como una de las profesiones más estresantes, considerando que esta situación se origina durante el desarrollo del proceso educativo. Por este motivo, se ha evidenciado en los estudiantes la presencia de manifestaciones como fatiga, tensión, vértigos, insomnio, taquicardia, síntomas gastrointestinales, irritabilidad, ansiedad y temor.<sup>5</sup> En consecuencia, la

pronunciada pérdida de calidad de vida, desarrollo del Burnout en los primeros semestres requiere adoptar un enfoque preventivo para contrarrestar el desarrollo de las patologías relacionadas con el estrés.<sup>9</sup>

### **Competencias emocionales versus inteligencia emocional**

Se presentan diferentes planteamientos respecto al concepto de inteligencia emocional (IE), que se encuentran agrupadas en tres tendencias: el modelo de habilidades formulado por Mayer y Salovey en 1990, el modelo mixto representado por Daniel Goleman en 1995 y el modelo de rasgos por Reuven Bar-On en 2006:

- Mayer y Salovey quienes plantearon un modelo de IE cognitivista basado en el procesamiento emocional de la información, sostienen que el manejo adecuado de las emociones puede mejorar las habilidades de razonamiento.
- El modelo de rasgos de Bar-On es multifactorial, concede la categoría de predictores del comportamiento tanto a los componentes personales como a los contextuales.<sup>10</sup>
- El modelo de Goleman concibe la inteligencia emocional como un conjunto de características cruciales para resolver con éxito los problemas vitales. Para este autor un individuo que posee un buen nivel de inteligencia emocional no necesariamente dominará diferentes competencias emocionales, ya que el primer concepto solo indica la potencialidad que tiene la persona para el uso de habilidades inter e intrapersonales.<sup>10</sup>

El surgimiento de las competencias emocionales como un criterio independiente establece una diferencia entre inteligencia y competencia emocional; se presentan dos modelos relevantes: el de Saarni, quien define las competencias emocionales como un conjunto articulado de capacidades y habilidades que un individuo necesita para desenvolverse en un ambiente cambiante y surgir como una persona diferenciada, mejor adaptada, eficiente y con mayor confianza en sí misma<sup>10</sup> y por otro lado, el de Bisquerra, con un modelo propio de competencias emocionales quien las define como “[...] conjunto de conocimientos, capacidades,

habilidades y actitudes necesarias para tomar conciencia, comprender, expresar y regular de forma apropiada los fenómenos emocionales".<sup>2</sup>

En consecuencia, la inteligencia emocional representa el núcleo de las habilidades para razonar con las emociones mientras la competencia emocional es cuando el individuo ha alcanzado un nivel determinado de logro emocional. Asimismo, las competencias emocionales, dependen en gran medida de la estimulación del ambiente para manifestarse.<sup>11</sup>

Modelo pentagonal de competencias emocionales de Bisquerra y GROPE proponen que las competencias emocionales se pueden agrupar en cinco grandes dimensiones: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía emocional, competencia social y competencias para la vida y el bienestar.

La conciencia emocional integra la capacidad de ser consciente de las propias emociones y la capacidad de captar el clima emocional en un contexto específico, en tanto regulación emocional se refiere a la capacidad de utilizar las emociones adecuadamente. Se requiere ser consciente de la relación entre emoción, cognición y comportamiento y tener estrategias eficaces de afrontamiento y la capacidad de autogenerar emociones positivas.

Autonomía emocional incluye un conjunto de características relacionadas con el automanejo de emociones tales como: la autoestima, la actitud positiva ante la vida, responsabilidad, la capacidad de analizar críticamente las normas sociales, la capacidad de buscar ayuda y recursos cuando sea necesario, y las creencias de autoeficacia. La competencia social se refiere a la capacidad de establecer relaciones positivas con otras personas. Se requiere el dominio de habilidades básicas, la comunicación efectiva, el respeto por los demás, la conducta prosocial asertiva. Competencias para la vida y el bienestar se refiere a la capacidad de mostrar un comportamiento responsable y adecuado para resolver los problemas de tipo personal, familiar, profesional, sociales dirigidos a la mejora de la persona y de la sociedad del bienestar.<sup>12</sup>

Conviene destacar que el desarrollo de las competencias emocionales son el objetivo de la educación emocional, esta se define como “[...] proceso educativo, continuo y permanente, que pretende potenciar el desarrollo emocional como complemento indispensable del desarrollo cognitivo, constituyendo ambos los elementos esenciales del desarrollo de la personalidad integral”.<sup>2</sup>

### **Competencias emocionales en el proceso de formación en estudiantes de Odontología**

En la educación clínica, se puede mejorar la competencia clínica del estudiante mediante la integración del pensamiento crítico y las habilidades socioemocionales. Por lo tanto, la participación en cursos diseñados para aprender habilidades de percepción emocional y manejo del estrés en el lugar de trabajo, es esencial.<sup>13</sup>

No obstante, existe un vacío en cuanto a educación emocional, aunque en los últimos tiempos los docentes comienzan a ser cada vez más conscientes de la necesidad de formarse, en este sentido porque se sabe que este tipo de aprendizaje repercute en la formación integral como personas y como alumnos.<sup>14</sup>

Dado que este aprendizaje sigue siendo evidente en la vida profesional posterior, las intervenciones preventivas adecuadas deben ser proporcionadas durante el tiempo de los estudios para disminuir el riesgo de sufrir de trastornos emocionales y garantizar un rendimiento estable de futuros profesionales de la salud que repercutirá además en la atención al paciente<sup>15</sup>.

A pesar de la creciente evidencia sobre la efectividad de la IE, pocos programas de la profesión de salud abordan adecuadamente el desarrollo de competencias emocionales como mejora a las capacidades intrapersonales e interpersonales de sus estudiantes. La inclusión de la educación emocional en el currículo se basa en el sentido de empoderar a los estudiantes para manejar situaciones que pueden ser de alta carga emocional. Por lo cual la premisa subyacente es que si son capaces de conducir bien sus propias emociones, serán capaces de lidiar con las de otros, con confianza, competencia y seguridad.<sup>16</sup>

Por otro lado, las escuelas de Odontología deben continuar los estudios sobre aquellos factores que contribuyen al estrés entre sus estudiantes para considerarlos en la construcción y evaluación de los planes de estudios,<sup>7</sup> para mejorar las condiciones de trabajo de los futuros profesionales de la salud, por lo que es necesaria la inclusión del desarrollo de competencias emocionales durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.<sup>17</sup>

Por otra parte, es importante señalar que el modelo educativo de las universidades se adscribe a una concepción curricular orientada al desarrollo de competencias específicas y genéricas. Sin embargo, estas competencias no están relacionadas con la afectividad ni el desarrollo emocional.<sup>17</sup> Por consiguiente, la estrategia que se propone para generar herramientas de afrontamiento, es la implementación de una asignatura complementaria para desarrollar estas habilidades en los estudiantes de la carrera de Odontología.

Por ejemplo, un énfasis creciente sobre la autorreflexión de los estudiantes es a través de la escritura como una competencia emocional que busca aumentar la autoconciencia emocional, la autoevaluación. También el profesionalismo debe ser enseñado desarrollando ciertas competencias como la autoconciencia emocional y autocontrol emocional.<sup>18</sup> Igualmente, esta intervención debe orientarse a disminuir carencias en el alumnado, destacando especialmente el desarrollo de habilidades para un adecuado manejo de situaciones estresantes, formando al estudiante en la prácticas de estrategias de afrontamiento que le permitan invertir las emociones negativas, generando diferentes perspectivas para abordar los problemas diarios,<sup>19</sup> tal es el caso de las técnicas de relajación.

Considerando lo anterior, es necesario seguir investigando y aplicando programas para reducir el nivel de estrés<sup>20</sup> en las carreras del área de la salud, especialmente en la formación de estudiantes de Odontología, ya que entre los alumnos universitarios, se ha encontrado que el síndrome de burnout es especialmente frecuente en los cursos de formación de las carreras de salud, como Medicina y Enfermería. En el caso de la carrera Odontología es significativo por cuanto, se ha encontrado que el síndrome de burnout es más severo cuando los dentistas hacen



su primer paso en el mundo profesional. Por lo que, ciertas facultades de Odontología, especialmente en España, han sido exhortadas a incorporar la instrucción de habilidades de gestión del estrés en sus respectivos programas<sup>21</sup>.

## **CONCLUSIONES**

La formación de los estudiantes de la carrera de Odontología no solo debe centrarse en la adquisición de conocimientos teórico-prácticos, sino también en el desarrollo de competencias emocionales, pues como se ha expuesto en esta revisión bibliográfica, un elevado nivel de estrés repercute en la salud mental y deriva en trastornos emocionales que no permiten que su formación sea integral.

Con esta búsqueda se constata la falta de contenidos en los programas curriculares que desarrollen competencias, específicamente en el área emocional y afectiva.

Existe desconocimiento acerca de la importancia de generar competencias de este tipo que conforman aspectos relevantes en educación emocional, la que sin duda alguna genera estrategias para que el estudiante pueda afrontar de mejor manera la considerable carga académica que posee esta carrera; al mismo tiempo

Desarrollar estas competencias durante el proceso de formación, coadyuva en la prevención y promoción de la salud mental en el futuro odontólogo, que a su vez asegura que egrese con un bagaje en educación emocional que le imprime un sello como profesional empático, con una inteligencia emocional que se articula con los conocimientos propios de la carrera.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. - Elani H, Allison P, Kumar R, Mancini L, Lambrou A, Bedos C. A Systematic Review of Stress in Dental Students. J Dent Educ [Internet]. 2017 [cited 2017 Sept 15]; 78(2). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/24489030>

2. Bisquerra R. Educación emocional y competencias básicas para la vida. RIE, [Internet]. 2003 [citado 15 Sept 2017];21(1). Disponible en: <http://revistas.um.es/rie/article/view/99071/94661>
3. Al Faris E, Irfan F, Qureshi R, Naeem N, Alshomrani A, Ponnampereuma G, et al. Health professions students have an alarming prevalence of depressive symptoms: exploration of the associated factors. BMC Med Educ [Internet]. 2016 [cited 2017 Sept 15];16 (279). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5073730/>
4. Divaris K, Mafla A, Villa-Torres L, Sánchez-Molina M, Gallego-Gómez C, Vélez-Jaramillo L, et al. Psychological distress and its correlates among dental students: a survey of 17 Colombian dental schools. BMC Med Educ [Internet]. 2013 [cited 2017 Sept 15]; 13(91). Available from: <https://bmcmmededuc.biomedcentral.com/articles/10.1186/1472-6920-13-91>
5. Corsini MG, Bustos M, Fuente NJ, Cantin, M. Niveles de Ansiedad en la Comunidad Estudiantil Odontológica. Universidad de La Frontera, Temuco - Chile. Int J Odontostomat. [Internet]. 2012 [citado 15 Sept 2017]; 6(1). Disponible en: [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-381X2012000100007](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-381X2012000100007)
6. Díaz S, Arrieta K, González F. Estrés académico y funcionalidad familiar en estudiantes de Odontología. Rev Clin Med Fam [Internet]. 2012 [citado 15 Jul 2017]; 5(3). Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1699-695X2012000300014](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1699-695X2012000300014)
7. Misrachi-Launert C, Ríos-Eraza M, Manríquez-Urbina J, Burgos-Ibarra C, Ponce-Espinoza D. Fuentes de estreses percibidas y rendimiento académico de estudiantes de odontología chilenos. FEM [Internet] 2015 [citado 15 Sept 2017]; 18 (2). Disponible en: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2014-98322015000200006](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2014-98322015000200006)
8. Aboalshamat K, Yu Hou X, Strodl E. The impact of a self-development coaching programme on medical and dental students' psychological health and

- academic performance: a randomised controlled trial, *BMC Med Educ* [Internet] 2015 [cited 2017 Sept 15]; 15(134). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4545542/>
9. Scholz M, Neumann C, Ropohl A, Paulsen F, Burger PHM. Risk factors for mental disorders develop early in German students of dentistry. *Ann Anat* [Internet] 2016 [cited 2017 Sept 15]; 208. Available from: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0940960216301200?via%3Dihub>
  10. Bravo P, Urquizio A. Abstract logical reasoning and emotional intelligence: trajectories in the training of university students. *Sophia*, [Internet]. 2016 [cited 2017 Sept 15]; 21(2). Available from: <http://www.redalyc.org/html/4418/441849209008/>
  11. Fragoso R. Inteligencia emocional y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Rev. iberoam educ super.* [Internet] 2015 [citado 15 Sept 2017]; VI(16) Disponible en: [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2007-28722015000200006](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722015000200006)
  12. Pérez-Escoda N, Filella G, Bisquerra R, Alegre A. Desarrollo de la competencia emocional de maestros y alumnos en contextos escolares. *Rev Electron Investig Psicoeduc Psigopedag.* [Internet]. 2012 [citado 15 Sept 2017]; 3 (10). Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=293124654012>
  13. Farshi R, Vahidi M, Jabraeili M. Relationship between Emotional Intelligence and Clinical Competencies of Nursing Students in Tabriz Nursing and Midwifery School. *Res Dev Med Educ*, [Internet] 2015 [cited 2017 Sept 15]; 4(1). Available from: [http://journals.tbzmed.ac.ir/RDME/Abstract/RDME\\_2145\\_20140810132332](http://journals.tbzmed.ac.ir/RDME/Abstract/RDME_2145_20140810132332)
  14. Hernández- Vargas C, Dickinson- Bannack M. Importancia de la inteligencia emocional en Medicina. *Inv Ed Med* [Internet] 2014 [citado 15 Sept 2017]; 3(11). Disponible en: <http://riem.facmed.unam.mx/node/311>
  15. Kuhlmann SM, Huss M, Bürger A, Hammerle F. Coping with stress in medical students: results of a randomized controlled trial using a mindfulness-based

- stress prevention training (MediMind) in Germany. BMC Med Educ [Internet] 2016 [cited 2017 Sept 15]; 16 (316). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5192598/>
16. Hen M, Goroshit M. Emotional Competencies in the Education of Mental Health Professionals. J Soc Work Educ [Internet] 2011 [cited 2017 Sept 15]; 30, (7). Available from: [https://www.researchgate.net/publication/233339087\\_Emotional\\_Competencies\\_in\\_the\\_Education\\_of\\_Mental\\_Health\\_Professionals](https://www.researchgate.net/publication/233339087_Emotional_Competencies_in_the_Education_of_Mental_Health_Professionals)
  17. Macaya X, Navarrete L. Implementar la educación emocional como asignatura electiva en carreras de ciencias de la salud. Rev Educ Cienc Salud [Internet] 2016 [citado 15 Sept 2017]; 13(1). Disponible en: <http://www2.udec.cl/ofem/recs/anteriores/vol1312016/artrev13116a.pdf>
  18. Stoller J, Taylor C, Farver C. Emotional intelligence competencies provide a developmental curriculum for medical training. Med Teach [Internet] 2013 [cited 2017 Sept 15]; 35. Available from: <http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.3109/0142159X.2012.737964?journalCode=imte20>
  19. Bravo L. Predictores de engagement académico en estudiantes de Odontología. Rev Educ Cienc Salud [Internet]. 2013 [citado 15 Sept 2017]; 10 (2). Disponible en: <http://www2.udec.cl/ofem/recs/anteriores/vol1022013/artinv10213b.pdf>
  20. Abu-Ghazaleh S, Sonbol H, Rajab L. A longitudinal study of psychological stress among undergraduate dental students at the University of Jordan. BMC Med Educ [Internet] 2016 [cited 2017 Sept 15]; 16 (90). Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4788918/>
  21. Montero-Marin J, Monticelli F, Casas M, Roman A, Tomas I, Gili M, Garcia-Campayo J. Burnout syndrome among dental students: a short version of the “Burnout Clinical Subtype Questionnaire” adapted for students (BCSQ-12-SS). BMC Med Educ. [Internet] 2011 [cited 2017 Sept 15]; 11(103). Available from: <https://bmcmmededuc.biomedcentral.com/articles/10.1186/1472-6920-11-103>

**Recibido:** 22/9/2017

**Aprobado:** 10/2/2018

*Ximena Macaya Sandoval.* Máster en Educación. Licenciada en Educación. Estudiante Doctorado Salud Mental. Facultad de Medicina. Universidad de Concepción. Avenida Roosevelt 1550 Casilla 160-C, Concepción, Chile.  
[ximenacecimacay@udec.cl](mailto:ximenacecimacay@udec.cl)