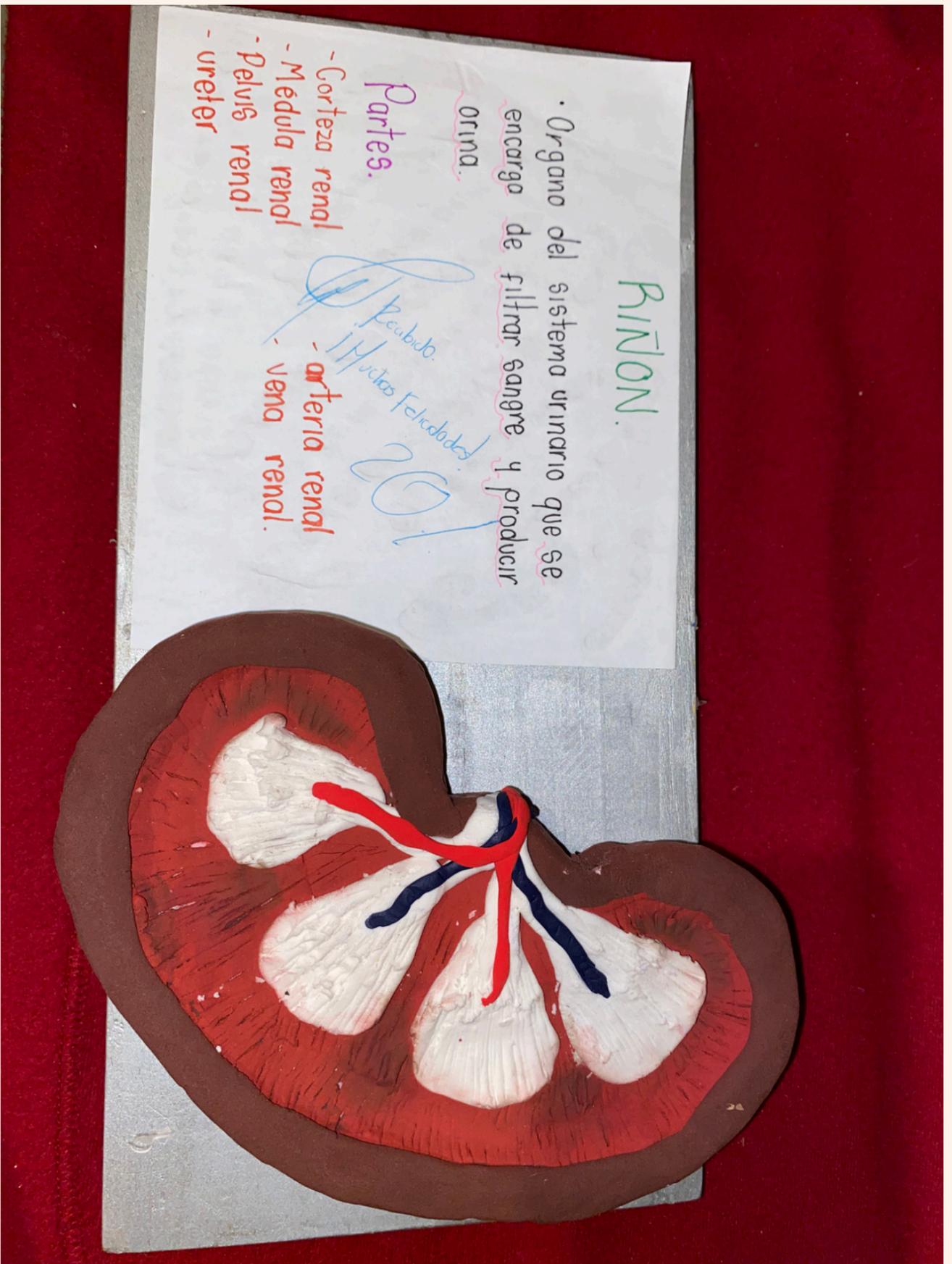


Universidad del Sureste

- Odalis Carolina Perez González
- 6to grad, grupo "B"
- Docente: María José Hernandez Mendez
- Materia: Enfermeria Médico Quirúrgica



Emociones, Sentimientos e Inteligencia Emocional en Enfermería

EMOCIONES vs SENTIMIENTOS

- **Emociones:** Reacciones automáticas, intensas y breves ante estímulos (internos o externos).
- Ej: miedo al ver sangre, alegría por una buena noticia.
- **Sentimientos:** Interpretación consciente y duradera de las emociones.
- Ej: frustración tras días de estrés, satisfacción por ayudar a un paciente.



Emociones básicas en el área de la salud

- Alegría
- Miedo
- Tristeza
- Enojo
- Sorpresa
- Asco

Sentimientos frecuentes en enfermería

- Empatía
- Estrés
- Gratitud
- Angustia
- Esperanza
- Frustración



Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

- Envidia
- Rencor
- Resentimiento
- Inseguridad
- Desánimo
- Indiferencia



Sentimientos que promueven el desarrollo humano

- Confianza
- Amor
- Paz interior
- Alegría
- Solidaridad
- Compasión



Inteligencia emocional

Es la capacidad para **reconocer, comprender, manejar y expresar adecuadamente las emociones**, propias y ajenas.

Características principales:

1. Autoconciencia
2. Autocontrol
3. Empatía
4. Habilidades sociales
5. Motivación