



VOLUMEN 6 NÚMERO 2

Downloaded by Gabriela Rodríguez Hernández on Wed Jul 29 2020 at 13:39:02 PM CDT

Revista Internacional de

Salud, Bienestar y Sociedad

Modelando el florecimiento

Bienestar hedónico, apoyo social, afrontamiento activo y
vida rural

GABRIELA RODRÍGUEZ-HERNÁNDEZ, CARLOS SAÚL JUÁREZ LUGO Y OLGA MARGARITA RODRÍGUEZ CRUZ



SALUD-SOCIEDAD.COM

REVISTA INTERNACIONAL DE SALUD, BIENESTAR Y SOCIEDAD

Primera Edición Common Ground Research Networks 2020
University of Illinois Research Park
2001 South First Street, Suite 202
Champaign, IL 61820 USA
Tel.: +1-217-328-0405
www.cgspanol.org

ISSN: 2474-5219 (versión impresa)

ISSN: 2386-7507 (versión electrónica)

© 2020 (artículos individuales), autor(es)

© 2020 (selección y contenido editorial), Common Ground Research Networks

Todos los derechos reservados. Excepto propósitos de estudio, investigación, crítica o revisión permitidos bajo la legislación de derechos de autor, ninguna parte de este trabajo puede ser reproducida, en ningún formato, sin el consentimiento explícito por escrito del editor. Para otros tipos de permisos y dudas, por favor, escriba a: soporte@cgspanol.org.

La Revista Internacional de Salud, Bienestar y Sociedad
es una publicación académica arbitrada bajo el proceso de revisión por pares.

Modelando el florecimiento: bienestar hedónico, apoyo social, afrontamiento activo y vida rural

(Modeling the Flourishing: Hedonic Well-Being, Social Support, Active Coping and Rural Life)

Gabriela Rodríguez-Hernández¹, Universidad Autónoma del Estado de México, México
Carlos Saúl Juárez Lugo, Universidad Autónoma del Estado de México, México
Olga Margarita Rodríguez Cruz, Universidad Autónoma de la Ciudad de México, México

Resumen: La evidencia empírica ha demostrado la importancia de estudiar conjuntamente el bienestar hedónico y el bienestar eudemónico para comprender el florecimiento, también entendido como felicidad o autorrealización. El objetivo de este estudio es estimar la relación entre el alto bienestar hedónico y algunos elementos del bienestar eudemónico como el apoyo social, las experiencias de vida, los estilos de afrontamiento, además del estado físico y mental, el nivel de urbanización, la edad y el sexo. La muestra estuvo compuesta por 722 habitantes del Estado de México, hombres y mujeres con una edad promedio de 21 años (DS=2.54) residentes en lugares con diferentes niveles de urbanización. A través del análisis de regresión logística, se identificó un modelo de florecimiento que incluye el afrontamiento activo, el apoyo social y la vida en el área rural. Se discute la importancia de investigar más a fondo la ciencia del florecimiento y la implicación de las características sociodemográficas.

Palabras clave: bienestar hedónico, apoyo social, estilo de afrontamiento, nivel de urbanización

Abstract: Empirical evidence has shown the importance of studying hedonic and eudemonic well-being together to understand flourishing, also understood as happiness or self-realization. This study aims to estimate the relationship between high hedonic well-being and some elements of eudemonic well-being such as social support, life experiences, coping styles, as well as a physical and mental state, level of urbanization, age, and gender. The sample was composed of 722 male and female people of the state of México with an average age of 21 years (SD = 2.54) living in places with different levels of urbanization. Through logistic regression analysis, a model of flourishing was identified that includes active coping, social support, and life in rural areas. The importance of further research into the science of blooming and the implication of socio-demographic characteristics is discussed.

Keywords: Subjective Well-Being, Social Support, Life Experiences, Coping Styles, Level of Urbanization

Introducción

El bienestar hedónico y eudemónico son estados subjetivos diferentes, pero fuertemente relacionados, toda vez que la búsqueda de autorrealización y desarrollo de potencialidades van siempre acompañadas de placer hedónico (Waterman, Schwartz, y Conti 2008). El bienestar subjetivo (BS), también identificado como bienestar hedónico, se compone de la satisfacción con la vida y el equilibrio afectivo. La perspectiva hedónica del bienestar privilegia la experiencia del placer frente al descontento en un sentido amplio, donde el placer es transitorio, casi limitado al momento del disfrute (Diener 1984). Teóricamente se ha consentido en que el BS es una evaluación subjetiva que cada quien hace de su propia vida como totalidad o de algunas de sus facetas (Diener 2000). Las características sociodemográficas como el género femenino, los altos ingresos nacionales y personales, la educación superior, la vida en compañía y el empleo remunerado se han relacionado positivamente con este tipo de bienestar (Diener, Suh, Lucas y Smith 1999; Diener y Ryan 2009; Diener, Diener, y Diener 1995; González-Villalobos y Marrero 2017; Veenhoven 2008).

¹ Corresponding Author: Gabriela Rodríguez-Hernández, José Revueltas 54, Colonia Tierra Blanca, Ecatepec, Estado de México cp 55020. Universidad Autónoma del Estado de México, México. email: rodriguezgh@uaemex.mx

La perspectiva eudemónica hace referencia a vivir una vida de contemplación y virtud como vía para alcanzar el bienestar, donde las gratificaciones requieren del esfuerzo y la dedicación sobre algún objetivo en particular, lo que genera emociones positivas (Henderson y Knight 2012). Esta perspectiva hace hincapié en el bienestar en términos del grado en que una persona está en pleno funcionamiento, como un proceso en curso a través del cual se actualizan los potenciales humanos (Ryan y Deci 2000). Se ha identificado que la eudemonia se relaciona con una amplia variedad de elementos, entre los que se cuentan el compromiso, el propósito en la vida, las relaciones positivas y el crecimiento personal (Keyes 2002; Ryan, Huta, y Deci 2008). Además, se ha mostrado que se relaciona con el apoyo social percibido con efectos pequeños de las características demográficas, como el sexo, la edad y el estado civil (Diener y Seligman 2002, 2004; Geerling y Diener 2018; Helliwell, Layard, y Sachs 2017).

El estudio de ambos tipos de bienestar demuestra que la riqueza no cuenta toda la historia cuando se trata del bienestar de las personas, lo que hace necesario aclarar el papel que juega la eudemonia como una condición *sine qua non* de la buena vida. Lo que ha llevado al estudio conjunto de ambas perspectivas, y ha permitido identificar una fuerte relación entre el bienestar hedónico y una amplia gama de fortalezas, virtudes y experiencias positivas (Emmons y McCullough 2003; Seligman, Parks, y Steen 2004), los comportamientos pro-sociales (Dunn, Aknin, y Norton 2008), tomar decisiones que proporcionan sensaciones de libertad y autonomía (Ryan y Deci 2000). Igualmente, se ha reconocido relación positiva entre el bienestar subjetivo con formas positivas de afrontamiento al estrés (Verdugo-Lucero et al. 2013; Zeidner, Matthews, y Shemesh 2016), la resiliencia, la vitalidad y la salud mental (Barry 2009; Lehtinen, Sohlman, y Kovess-Masfety 2005). Asimismo, se ha identificado relación entre el bienestar subjetivo y los acontecimientos vitales (Dyrdal, Roysamb, Nes, y Vitterso 2018).

Recientemente se han reconocido como predictores del bienestar subjetivo la buena salud, buenas relaciones sociales y la resiliencia (Diener, Oishi, y Tay 2018), así como los ambientes saludables y naturales (Geerling y Diener 2018). Por otro lado, se ha identificado una correlación negativa con la contaminación (acústica, química, electromagnética, radiactiva) generadas en las grandes urbes, factor de riesgo para la salud física y mental y la generación de enfermedades como la obesidad, la hipertensión, y trastornos mentales (Tizón 2012). No obstante, se apela a mayor investigación sobre los efectos de la urbanización sobre el bienestar (Harting, Mitchell, Vries, y Frumkin 2014).

FloreCIMIENTO

Para florecer, el individuo debe tener todas las características básicas: emociones positivas, compromiso, interés, significado y propósito, así como algunas características o fortalezas adicionales como autoestima, optimismo, resistencia, vitalidad, autodeterminación y relaciones positivas. La verdadera felicidad deriva de la identificación y el cultivo de las fortalezas más importantes de la persona, así como de su uso diario; por lo tanto, la comprensión y el desarrollo de las fortalezas y virtudes es urgente en tiempos difíciles más que en tiempos de prosperidad (Seligman 2014). Del florecimiento circulan diferentes operacionalizaciones, e.g. Butler y Kern 2016; Huta y Ryan 2010; Keyes, Shmotkin, y Ryff 2002; Schotanus-Dijkstra et al. 2016. Estudios específicos sobre florecimiento han demostraron que los hombres adultos con más años de educación y casados tienen más probabilidades de florecer (Keyes et al. 2002; Keyes y Simoes 2012). Los florecientes manifiestan una excelente salud mental y física y son más resistentes a los desafíos de la vida que los no-florecientes (Bergsma, Veehoven, ten Haven, y Graaf 2011; Diener y Seligman 2002; Huppert 2009; Kobau et al. 2011; Ryff y Singer 2008; Veenhoven 2008). Se señalan diferencias individuales en el nivel y el número de estados basales (Diener, Lucas, y Scollon 2006; Lucas 2007). Se ha encontrado que los florecientes padecen menos enfermedades físicas comunes (Keyes y Simoes 2012), y el apoyo social y los eventos positivos de la vida contribuyen significativamente a la variación explicada en el florecimiento (Schotanus-Dijkstra et al. 2016).

Se han propuesto algunos modelos de florecimiento que contienen elementos eudemónicos y hedónicos. Por ejemplo, Huppert y So (2013) identificaron diez características: competencia, estabilidad emocional, compromiso, significado, optimismo, emoción positiva, relaciones positivas, resistencia, autoestima y vitalidad. Postulan que el florecimiento y la satisfacción con la vida se superponen, aunque son conceptos distintos. Para Delle Fave, Brdar, Freire, Vella-Brodrick, y Wissing (2011), la felicidad se define como una condición de equilibrio y armonía psicológica, entre la satisfacción con la vida, las relaciones familiares y sociales. Por su parte, Bobowik, Basabe, y Páez (2015) proponen un modelo con elementos hedónicos, psicológicos y sociales, en el que destacan la percepción de amistad y el apoyo social, el estado civil, los ingresos, el sexo y la edad. Schotanus-Dijkstra et al. (2016), señalan que los florecientes en los Países Bajos muestran altos niveles de conciencia y extraversión y bajos niveles de neuroticismo —tendencia a responder con emociones negativas ante situaciones de miedo, estrés, frustración o pérdida—, además de contar con cadenas de apoyo social y experimentar acontecimientos vitales positivos, es decir, acontecimientos biográficos, generalmente positivos, que pueden tener repercusión en la salud mental de la persona, tales como casarse, conseguir o ascender de trabajo, etc. En población mexicana, se identificó un modelo bifactorial. Uno de los factores incluye afectos negativos, problemas personales y las obligaciones. El otro factor se constituye tanto de elementos eudemónicos como hedónicos, como sentirse bien consigo mismo, optimismo frente al futuro, libertad para decidir, aprender cosas nuevas, propósito de vida, fortuna, logros, además de la satisfacción con la vida y el afecto positivo (Rodríguez-Hernández 2019).

Tomando en consideración la evidencia sobre el estudio del bienestar tanto hedónico como eudaemónico y el florecimiento, en esta investigación se plantean tres objetivos: (1) estimar la prevalencia de bienestar hedónico en los participantes, (2) examinar diferencias entre quienes poseen alto-bienestar y bajo-bienestar, a partir de aspectos sociodemográficos y elementos eudemónicos, y (3) estimar la relación predictora de los elementos eudemónicos con el alto-bienestar hedónico, con la intención de identificar un modelo de florecimiento.

Método

La muestra por conveniencia estuvo conformada por 722 habitantes del Estado de México. Mujeres (43%) y hombres (57%) entre los 18 y 30 años con un promedio de edad de 21 años ($SD=2.54$), residentes de lugares con distinto nivel de urbanización.

Mediciones:

Bienestar hedónico. Las estimaciones de la prevalencia del bienestar hedónico se realizaron considerando los componentes del bienestar subjetivo, es decir, la satisfacción con la vida y el equilibrio afectivo. La satisfacción con la vida se midió con SWLS (Diener 1984). Es un instrumento diseñado para evaluar cogniciones específicas y generales de satisfacción con la vida. Consta de cinco reactivos con cinco opciones de respuesta 1 (muy en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Para el equilibrio afectivo se utilizó la escala de emociones positivas y negativas (Fredrickson 2009). Esta escala mide diez emociones positivas: diversión, asombro, agradecimiento, orgullo, esperanza, inspiración, interés, alegría y serenidad, amor, y diez negativas: enojo, vergüenza, culpa, odio, tristeza, miedo, asco, vergüenza, desprecio y ansiedad. Con cinco opciones de respuesta 1 (muy en desacuerdo) a 5 (totalmente de acuerdo). Con la medición del bienestar hedónico se creó la variable *dummy* de alto-bienestar hedónico y bajo-bienestar hedónico.

Factores eudemónicos. i) Apoyo social: Se midió con la escala de apoyo social subjetivo (Páez et al. 2011). Esta escala permite obtener una estimación del soporte social subjetivo o percibido por el sujeto. Permite tener tanto un indicador de satisfacción como de insatisfacción. Consta de 10 preguntas que indican el apoyo social percibido por el entrevistado en cuatro categorías de respuesta que varían de 1 (nada) a 4 (mucho). El alfa de Cronbach fue de 0.84. ii) Experiencias de vida: se midieron con el Listado de Experiencias Impactantes. Esta escala refiere experiencias extraordinarias que la persona puede haber conocido o vivido a lo largo de su vida

(Páez, et al. 2011). Contiene 64 ítems con dos opciones de respuesta 0 (no) y 1 (sí). Se obtuvieron dos categorías: hechos negativos y hechos positivos. El alfa de Cronbach fue de 0.85. iii) Estilos de afrontamiento: se utilizó la escala de estrategias de afrontamiento (Basabe, Valdoseda, y Páez 1993) para conocer cómo el sujeto maneja el estrés mediante cuatro tipos de afrontamiento: activo, búsqueda de apoyo, evitación conductual y evitación cognitiva. Consta de 26 preguntas con una variación de 1 (nada) a 4 (muchas veces). El alfa de Cronbach fue de 0.90. iv) El estado físico y mental durante el último mes fue evaluado mediante el Cuestionario de Salud SF-36v2 (Alonso, Prieto, y Antó 2003). El SF-36v2 consta de 36 ítems con ocho dimensiones: el funcionamiento físico, el rol físico, el dolor corporal y la salud general conforman el componente físico (CF); la vitalidad, la función social, el rol emocional y la salud mental atienden el componente emocional (CE). Cada sub-escala se transformó en una escala de 0-100 y las puntuaciones fueron transformadas normalmente ($M= 50$, $SD=10$). Los puntajes más altos indican un mejor funcionamiento, por tanto, una puntuación superior a 50 será mejor que la media y por debajo será peor. El alfa de Cronbach fue de 0.76 para el CE y 0.82 para el CF.

Procedimiento

Se aplicó la batería de instrumentos psicométricos a habitantes del Estado de México en espacios públicos con distintos niveles de urbanización: ciudades, ciudades pequeñas (semi-rural) y pueblos (rural). Previamente, todos los participantes firmaron el consentimiento informado para participar en la presente investigación. La aplicación se llevó a cabo durante el primer semestre de 2019. Para el análisis de la información se utilizó estadística descriptiva con las variables sociodemográficas: edad, sexo y nivel de urbanización y se creó una variable *dummy* para conocer el alto y el bajo bienestar hedónico. Posteriormente, se realizaron análisis de contraste para identificar diferencias entre los distintos niveles de bienestar hedónico (alto y bajo). Se examinaron las asociaciones entre el alto bienestar hedónico y las variables relacionadas con el bienestar eudemónico utilizando el coeficiente de correlación de Pearson. Finalmente, las variables que se relacionaron significativamente con el alto bienestar hedónico (afrontamiento activo y apoyo social) así como el nivel de urbanización se incluyeron en un análisis de regresión logística múltiple por etapas con la intención de i) cuantificar la importancia de la relación existente entre cada una de las covariables y la variable dependiente, ii) clarificar la existencia de interacción y confusión entre covariables respecto a la variable dependiente, iii) clasificar individuos dentro de las categorías (presente/ausente) de la variable dependiente, y predecir la probabilidad de que se presente el alto bienestar hedónico. Todos los análisis se realizaron con el *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, 22.0)

Resultados

Para cumplir con el objetivo de estimar la prevalencia de bienestar hedónico en los participantes del estudio, se llevaron a cabo análisis descriptivos y de contrastes. En la tabla 1 se muestra que el 33% de los participantes ($N= 236$) poseen bajo-bienestar hedónico, mientras el 67% ($N= 486$) reportó bajo-bienestar hedónico. No se observaron diferencias entre grupos por sexo y edad. De igual forma, tanto las experiencias de vida, la salud física y los estilos de afrontamiento de evitación y el cognitivo no marcaron diferencias en ambos grupos. Por otro lado, se observan diferencias significativas en las personas con alto-bienestar hedónico en el nivel de urbanización rural ($X^2 = 8.54$, $gl = 2$), el apoyo social percibido ($t= 6.69$), los estilos de afrontamiento al estrés tanto activo ($t= -5.95$, $M= 2.79$) como de búsqueda de apoyo ($t = -2.73$, $M = 2.26$), al igual que la salud emocional ($t= 2.03$, $M= 53.85$).

Tabla 1: Análisis descriptivos y de contrastes del bajo y alto bienestar hedónico

	Bajo-bienestar N= 236 (%) ^a	Alto-bienestar N= 486 (%) ^a	P
Grupo edad ^a			.06
18-20	101(43%)	244 (50.2%)	
21-30	135 (57%)	246 (49.8%)	
Sexo ^a			.42
Hombres	97 (41%)	215 (44%)	
Mujeres	139 (59%)	271 (56%)	
Nivel urbanización ^a			.01
Ciudad	78 (35%)	146 (30%)	
Pequeña ciudad (Semi-rural)	94 (38%)	156 (32%)	
Pueblo (rural)	64 (26%)	184 (38%)	
Experiencias ^a			.06
Positivas	140 (30.2%)	323 (69.8%)	
Negativas	193 (32.8%)	396 (67.2%)	
	(t) M	M	
Apoyo social ^b	(6.69) 3.20	347	.01
Afrontamiento al estrés ^b			
Activo	(-5.95) 2.45	2.79	.001
Búsqueda de apoyo	(-2.73) 2.10	2.26	.05
Evitación	(3.82) 2.25	2.04	.43
Cognitivo	(1.73) 2.51	2.61	.65
Salud ^b			
Salud emocional	2.03 (52.08)	(53.85)	.04
Salud física	1.04 (50.30)	(50.27)	.96

Nota: ^a Diferencias entre grupos probada con χ^2 , ^b Diferencias entre grupos probada con *t* de Student
Fuente: elaboración propia, 2020.

En la tabla 2 se presentan los coeficientes de correlación de Pearson entre el alto bienestar hedónico y las variables que se han vinculado al bienestar eudemónico (ver tabla 1). Se observa que el alto-bienestar hedónico (ABH) se relaciona positiva y significativamente con el apoyo social percibido ($r=.227$) y el afrontamiento activo ($r= .077$). De forma opuesta, el ABH se relaciona de forma negativa con el afrontamiento de evitación ($r= -.131$), la salud física ($r= -.090$) y las experiencias negativas ($r= -.099$). Las correlaciones estadísticamente significativamente fueron de bajas a moderadas.

Tabla 2: Variables relacionadas con el alto bienestar hedónico

	ABH	AA	AB	AE	AC	SE	SF	EN	EP
Afrontamiento Activo (AA)	.077*								
Afrontamiento de Búsqueda (AB)	.035	.607**							
Afrontamiento de Evitación (AE)	-.131**	.251**	.285**						
Afrontamiento Cognitivo (AC)	-.024	.591**	.372**	.477**					
Salud Emocional (SE)	.008	.120**	.078	.022	.078				
Salud Física (SF)	-.090*	.094*	.116*	.135**	.084	.119**			
Experiencias Negativas (EN)	-.099*	.108*	.109*	.165**	.182**	.059	.108*		
Experiencias Positivas (EP)	.016	.331**	.264**	.069	.176**	.133**	.056	.278**	
Apoyo Social	.227**	.182**	.136**	-.117*	.035	.085	-.033	-.078	.086

Nota: ABH= Alto Bienestar Hedónico, N= 486 *p< .05, **p< .01

Fuente: elaboración propia, 2020.

Posteriormente, con las variables que se asociaron significativamente con el alto-bienestar hedónico, además de la variable de nivel de urbanización rural, la cual marco diferencias entre las personas con alto-bienestar, se realizó un análisis de regresión por etapas. En la tabla 3 se presenta el modelo con las tres variables que explican el 19% de la varianza (Ómnibus $\chi^2=105.64$, $g^l=10$, $p<.001$). Se observa que quienes afrontan de manera activa las situaciones estresantes de la vida (OR= 2.14), al igual que quienes cuentan con apoyo social (OR= 2.15), así como quienes viven en zonas rurales (OR= .57) incrementan la posibilidad de tener alto-bienestar hedónico. La bondad de ajuste Hosmer y Lemeshow resulto excelente ($\chi^2=9.26$; $g^l=10$; $p=.320$).

Tabla 3: Coeficientes de regresión logística relacionados con el alto-bienestar hedónico

	B	Wald	OR 95% CI	P	R ² Nagelkerke
Apoyo social	0.76	19.05	2.15 (1.52 - 3.04)	.001	
Afrontamiento activo	0.76	23.84	2.16 (1.58 - 2.95)	.001	0.19
Nivel de urbanización rural	0.65	0.53	0.57 (0.36 - 0.91)	.02	

Nota: OR = odd ratio; R² Nagelkerke = 0.19

Fuente: elaboración propia, 2020.

Discusión

La evidencia obtenida a través de este estudio, permite señalar que las personas con alto-bienestar hedónico son hombres y mujeres que preferentemente viven en poblaciones rurales, cuentan con apoyo social, es decir, con una serie de recursos psicológicos (proveniente de otras personas) que son significativas para un individuo y que lo hacen sentirse estimado y valorado (Páez, et al. 2011). También afrontan las situaciones estresantes de forma activa con el apoyo de otros cuando resulta necesario. Además de tener salud emocional, en otras palabras, tienen vitalidad, funcionalidad social y adecuado manejo de emociones (Alonso, Prieto, y Antó 2003).

Por cuanto hace al modelo de florecimiento probado en esta investigación, se identifican elementos tanto hedónicos como eudemónicos como el alto bienestar hedónico, el apoyo social, el afrontamiento activo y el nivel de urbanización rural, los cuales se han identificado en otros estudios (Delle Fave et al. 2011; Huppert and So 2013; Bobowik et al. 2015; Schotanus-Dijkstra et al. 2016; Rodríguez-Hernández 2019). Específicamente, el alto-bienestar hedónico y el apoyo social se han identificado en los estudios de Bobowik et al. 2014 y Schotanus-Dijkstra, et al. 2016.

Si bien el afrontamiento activo no ha sido probado como predictor del florecimiento, sí se ha relacionado con el bienestar subjetivo (Verdugo-Lucero et al. 2013; Zeidner et al. 2016). Este

hallazgo puede explicarse tomando en consideración que las formas activas de afrontar el estrés refieren un esfuerzo para manejar directamente el suceso conflictivo y privilegiar los efectos positivos sobre la adaptación. Este estilo de afrontamiento incluye estrategias de búsqueda de apoyo social y búsqueda de apoyo experto (Basabe et al. 1993). Característica que se relaciona indiscutiblemente con el apoyo social, elemento que constituye de forma prioritaria el modelo probado en este estudio.

El nivel de urbanización tampoco se ha probado como predictor del florecimiento, aun cuando los ambientes saludables se relacionan con el bienestar subjetivo (Geerling y Diener 2018). Elemento comprensible si se entiende que el bienestar, así como el florecimiento no solo requieren relaciones humanas satisfactorias, también se necesita del contacto con la naturaleza para evitar el Trastorno por Déficit de Naturaleza o alejamiento de la naturaleza. Aunque no es una condición médica reconocida, la preocupación por sus efectos sobre el bienestar ha estado en la mente de muchos desde principios de este milenio. Es un síntoma del estilo de vida actual. Estamos tan conectados a la tecnología moderna y a las cosas que observamos menos el mundo que nos rodea. En otras palabras, el nivel de urbanización resulta importante porque además de relaciones sociales adecuadas, también se requiere de una conexión con la naturaleza mediante paseos, deporte, cuidado del medio ambiente, etc. (Tizón 2012).

Conclusiones

El intento empírico de distinguir el bienestar hedónico del bienestar eudemónico y su relación con el florecimiento se aprecia desafiante pero revelador. En este estudio, si bien se identificó alto-bienestar hedónico, este no se relacionó con variables sociodemográficas como la edad y el sexo como en otras investigaciones se ha establecido, aunque con efectos pequeños (Diener y Seligman 2002, 2004; Helliwell, Layard, y Sachs 2017; Geerling y Diener 2018).

La explicación respecto de la no presencia de las experiencias de vida y la salud física en el florecimiento de los participantes en esta investigación, tal y como se ha identificado en otros modelos e.g. Dyrda et al. (2018), podría deberse a las características y condiciones de la población a la que pertenecen los participantes de este estudio. En comparación con otros países, los ciudadanos mexicanos reportan resultados mixtos en las diferentes dimensiones del bienestar. La población mexicana califica por debajo de la media en casi todos los indicadores de calidad de vida como trabajo, salario, educación, salud, seguridad y medio ambiente, pero con altos puntajes en satisfacción con la vida, principalmente en la vida familiar y la vida afectiva, aunque no tanto como los demás países de la OCDE evaluados (OCDE 2017). Cabe señalar que México ha avanzado en gran medida en la última década en la mejora de la calidad de vida de sus ciudadanos, especialmente en las áreas de educación, salud y empleo. También se ubica por arriba del promedio en compromiso cívico, pero por debajo del promedio en las dimensiones de empleo y remuneración, satisfacción, estado de la salud, calidad medioambiental, vivienda, ingreso y patrimonio, sentido de comunidad, balance vida-trabajo, seguridad personal, y educación y competencias.

Como se mencionó, el valor que los mexicanos otorgan a la vida en familia y a la vida afectiva se relacionan con el apoyo social percibido el cual hace referencia a la existencia o disponibilidad de personas en quien se puede confiar, gente que nos hace saber que le importamos, que nos valora y nos quiere, condición que promueve la capacidad de sobreponerse a frustraciones y duros desafíos e implica un marco de vínculos continuos o intermitentes que desempeñan un papel importante en el mantenimiento de la integridad física y psíquica del individuo (Páez et al. 2011).

Se debe continuar con el estudio de las implicaciones de las diferencias socio-económicas y culturales en el perfil del bienestar y el florecimiento, además de atender la multiplicidad de definiciones conceptuales y operativas para estos constructos, pues se ha comprobado que se superponen, aunque son conceptos distintos (Huppert y So 2011).

REFERENCIAS

- Alonso Jordi, Prieto Luis, Antó Josep. 1995. *Versión Española del SF-36v2 Health Survey*. Institut Municipal d'Investigació Mèdica (IMIM-IMAS). Barcelona. 1–76. Recuperado de http://www.ser.es/wp-content/uploads/2015/03/SF36_CUESTIONARIOpdf.pdf
- Barry Margaret. 2009. “Addressing the determinants of positive mental health: Concepts, evidence and practice”. *International Journal of Mental Health Promotion* 11 (3): 4–17. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10379/2221>
- Basabe Nekane, Maite Valdosedá, and Darío Páez Rovira. 1993. “Memoria afectiva, salud, formas de afrontamiento y soporte social” In *Salud, expresión y represión social de las emociones*. Valencia: Promolibro, 339–78.
- Bergsma Ad, Ruut Veenhoven, Margaret ten Have and Ron de Graaf. 2011. “Do they know how happy they are? Do they know how happy they are? On the value of self-rated happiness of people with a mental disorder.” *Journal of Happiness Studies* 12: 793–806. <https://doi.org/10.1007/s10902-010-9227-5>
- Bobowik Magdalena, Nekane Basabe, and Darío Páez. 2015. “The Bright Side of Migration: Hedonic, Psychological, and Social Well-being in Immigrants in Spain”. *Social Science Research* 51: 189–204 <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2014.09.011>
- Butler Julie, and Margaret L. Kern. 2016. “The PERMA-Profilier: A brief multidimensional measure of flourishing”. *International Journal of Wellbeing* 6 (3): 1–48. <https://doi:10.5502/ijw.v6i3.526>
- Diener Ed. 1984. “Subjective well-being”. *Psychological Bulletin* 95: 542–575. <https://doi/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener Ed, Marissa Diener, and Carol Diener. 1995. “Factors predicting the subjective well-being of nations”. *Journal of Personality and Social Psychology* 69 (5): 851–64. https://doi/10.1007/978-90-481-2352-0_3
- Diener, Ed. 2000. “Subjective well-being: The Science of happiness and proposal for a national index. *American Psychologist*: 55: 34–43. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.34>
- Diener Ed, Eunkook Suh, Richard Lucas, and Heidi L. Smith. 1999. “Subjective well-being: Three decades of progress”. *Psychological Bulletin* 25 (2): 276–302. https://doi/10.1007/978-90-481-2352-0_3
- Diener Ed, and Katherine Ryan. 2009. “Subjective well-being: a general overview”. *South African Journal of Psychology* 39 (4): 391–406. <https://doi.org/10.1177%2F008124630903900402>
- Diener Ed, and Martin EP Seligman. 2002. “Very happy people”. *Psychological Science* 13 (1): 81–4. <https://doi.org/10.1111%2F1467-9280.00415>
- Diener Ed, and Martin EP Seligman 2004. “Toward an economy of well-being”. *Psychological Science in the Public Interest* 5 (1): 1–31. <https://doi.org/10.1111%2Fj.0963-7214.2004.00501001.x>
- Diener Ed, Richard Lucas, E., and Christie Napa Scollon. 2006. “Beyond the hedonic treadmill. Revising the adaptation theory of well-being.” *American Psychologist* 61 (4): 305–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.61.4.305>
- Diener Ed, Shigehiro Oishi, and Louis Tay. 2018. “Advances in subjective well-being research.” *Nature Human Behavior* 2: 253–60. <http://.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Delle Fave Antonella, Brdar Ingrid, Freire Teresa, Vella-Brodrick Dianne, and Wissing Marié. 2011. “The Eudaimonic and Hedonic Components of Happiness: Qualitative and quantitative findings.” *Social Indicators Research* 100: 185–207. <https://doi:10.1007/s11205-010-9632-5>
- Dunn Elizabeth, Lara Aknin, and Michel Norton. 2008. “Spending money on others promotes happiness”. *Science* 319 (5870): 1687–1888. <https://doi.org/10.1126/science.1150952>

- Dyrdal Gunvor, Espen Roysamb, Ragnhild Bang Nes, and Joar Vitterso. 2018. "When Life Happens: Investigating Short and Long-Term Effects of Life Stressors on Life Satisfaction in a Large Sample of Norwegian Mothers." *Journal of Happiness Studies* 20: 1689–1715. <https://www.researchgate.net/deref/http%3A%2F%2Fdx.doi.org%2F10.1007%2Fs10902-018-0024-x>
- Emmons, Robert., and McCullough Michael. 2003. "Counting blessings versus burdens: An experimental investigation of gratitude and subjective well-being in daily life." *Journal of Personality and Social Psychology* 84 (2): 377–89. <https://doi: 10.1037/0022-3514.84.2.377>
- Fredrickson Barbara. 2009. *Positivity*. New York: Crown Publishers.
- Geerling Danielle, and Ed Diener. 2018. "Effect Size Strengths in Subjective Well-Being Research." *Applied Research in Quality of Life* 15: 167–185. <https://doi: 10.1007/s11482-018-9670-8>
- González-Villalobos José, and Rosario J. Marrero. 2017. "Determinantes sociodemográficos y personales del bienestar subjetivo y psicológico en población mexicana". *Suma Psicológica* 24: 59–66. <https://doi.org/10.1016/j.sumpsi.2017.01.002>
- Harting Terri, Richard Mitchell, Sjerp de Vries, and Howard Frumkin. 2014. "Nature and Health". *Annual Review* 5: 207–28. <https://doi.org/10.1146/annurev-publhealth-032013-182443>
- Helliwell John, Richard Layard, and Jeffrey Sachs. 2017. *World Happiness Report 2013*. New York: UN Sustainable Development Solutions Network.
- Henderson Luke, and Tess Knight 2012. "Integrating the hedonic and eudaimonic perspectives to more comprehensively understand wellbeing and pathways to wellbeing." *International Journal of wellbeing* 2 (3): 196–221. <http://doi:10.5502/ijw.v2i3.3>
- Huppert Felicia. 2009. "Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences." *Applied Psychology: Health and Well-being* 1 (2): 137–64. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Huppert Felicia, and Timothy So. 2013. "Flourishing across Europe: Application of a new conceptual framework for defining well-being." *Social Indicators Research* 110 (3): 837–61. <https://dx.doi.org/10.1007%2Fs11205-011-9966-7>
- Huta Veronika, and Richard M. Ryan. 2010. Pursuing pleasure or virtue: The differential and overlapping well-being benefits of hedonic and eudaimonic motives." *Journal Happiness Studies* 11(6): 735–62. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9171-4>
- Keyes Corey. 2002. "The Mental Health Continuum: From languishing to flourishing in life." *Journal of Health and Social Research* 43: 207–22. <https://doi: 10.2307 / 3090197>
- Keyes Corey, Dov Shmotkin, and Carol Ryff. 2002. "Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions." *Journal of Personality and Social Psychology* 82 (6): 1007–22. <https://doi: 10.1037//0022-3514.82.6.1007>
- Keyes Corey, and Eduardo Simoes. 2012. "To flourish or not: Positive mental health and all-cause mortality." *American Journal of Public Health* 102 (11): 2164–72. <https://doi.org/10.2105%2FAJPH.2012.300918>
- Kobau Rosemarie, Seligman Martin, Peterson Christopher, Dinner Ed, Zack Matthew, Chapman Daniel, Thompson William. 2011. "Mental health promotion in public health: Perspectives and strategies from positive psychology." *American Journal of Public Health* 101(8): e-1-e-9. <https://doi: 10.2105/AJPH.2010.300083>
- Lehtinen Ville, Britta Sohlman, and Viviane Kovess-Masfety. 2005. "Level of positive mental health in the European Union: Results from the Eurobarometer 2002 survey." *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health* 1(9): 1-7. <https://dx.doi.org/10.1186%2F1745-0179-1-9>

- Lucas Richard. 2007. "Adaptation and the set-point model of subjective well-being. Does happiness change after major life events? Current Directions." *Psychological Science* 16 (2): 75–9. <https://doi.org/10.1111%2Fj.1467-8721.2007.00479.x>
- OCDE. 2017. *How's life? 2017: Measuring well-being*. Paris: Publishing. <https://doi.org/10.1787/how-life-2017-en>
- Páez Darío, Beristain Carlos, González José Luis, Basabe Nekane, and Rivera Joseph. 2011. "Crecimiento post estrés y post trauma: posibles aspectos positivos y beneficiosos". In *Superando la violencia colectiva y construyendo cultura de paz*, 311–339. Madrid: Fundamentos.
- Rodríguez-Hernández Gabriela. 2019. "The eudemonic and hedonic role of happiness in a population with high levels of life satisfaction." *Revista de Psicología Social* 4 (2): 230–55. <https://doi.org/10.1080/02134748.2019.1576323>
- Ryff Carol, and Burton Singer. 2008. "Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being." *Journal of Happiness Studies* 9: 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Ryff Carol, and Corey Keyes. 1995. "The structure of psychological well-being revisited." *Journal of Personality and Social Psychology* 69 (4): 719–27.
- Ryan Richard, and Edward Deci. 2000. "Living well: A self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being." *American Psychologist* 55: 68–78. <https://doi.org/10.1037/10003-066X.55.1.68>
- Ryan Richard, Veronika Huta, and Edward Deci. 2008. "Living well: A self-determination theory perspective on Eudaimonia." *Journal of Happiness Studies* 9: 139–70. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9023-4>
- Schotanus-Dijkstra Marijke, Pieterse Marcel, Westerhof Gerben, Drossaert Constance, de Graaf Ron, ten Have Margreet, Walburg Jan, Bohlmeijer Ernst. 2016. "What factors are associated with flourishing? Results from a large representative national sample." *Journal Happiness Studies* 17: 1351–70. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9647-3>
- Seligman Martin. 2014. *Floreecer, la nueva psicología positiva y la búsqueda de la felicidad*. México: Océano.
- Seligman Martin, Acacia Parks, and Tracy Steen. 2004. "A balanced psychology and a full life." *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences* 359 (1449): 1379–81. <https://dx.doi.org/10.1098%2Frstb.2004.1513>
- Tizón Luis. 2012. "Urbanización y salud". *Revista Internacional de Humanidades Médicas* 1: 107–113. <https://doi.org/10.37467/gka-revmedica.v1.1291>
- Veenhoven Ruut. 2008. "Healthy happiness: Effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care." *Journal of Happiness Studies* 9: 449–69. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9042-1>
- Verdugo-Lucero Julio, Ponce de León Bárbara, Guardado Rosa, Meda Rosa, Uribe Isaac, and Guzmán Jorge. 2013. "Estilos de afrontamiento al estrés y bienestar subjetivo en adolescentes y jóvenes". *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud* 11 (1): 79–91. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1114120312>
- Waterman Alan, Seth J. Schwartz, and Regina Conti. 2008. "The implications of two conceptions and happiness (hedonic enjoyment and eudaimonia) for the understanding of intrinsic motivation." *Journal of Happiness Studies* 9: 41–79. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9020-7>
- Zeidner Moshe, Gerald Matthews, and Dorit Olenik Shemesh. 2016. "Cognitive-social sources of wellbeing: Differentiating the roles of coping style, social support and emotional intelligence." *Journal of Happiness Studies* 17 (6): 2481. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9703-z>

SOBRE LOS AUTORES

Gabriela Rodríguez-Hernández: Profesor de Tiempo Completo, Academia de Psicología, Universidad Autónoma del Estado de México, CU Ecatepec, México.

Carlos Saúl Juárez Lugo: Profesor de Tiempo Completo, Academia de Psicología, Universidad Autónoma del Estado de México, CU Ecatepec, México

Olga Margarita Rodríguez Cruz: Profesor de Tiempo Completo, Departamento de Comunicación, Universidad Autónoma de la Ciudad de México, México

La *Revista Internacional de Salud, Bienestar y Sociedad* ofrece un foro interdisciplinar para dialogar y debatir sobre asuntos que aúnan la psicología humana y las condiciones de vida que afectan a la sociedad. Es un lugar de encuentro para académicos y profesionales en un momento en el que el interés por la salud y el bienestar está en auge. El concepto de "salud y bienestar" influye en todos los miembros de la sociedad, ya sea en un sentido positivo como la búsqueda del bienestar personal, o en un sentido más problemático como el acceso y el coste de la atención médica.

La revista acepta un amplio abanico de artículos que comprenden desde investigaciones generalistas en el ámbito de políticas, sociología y filosofía, hasta estudios detallados de dinámicas fisiológicas y sociales. Asimismo, la revista también acepta artículos de enfoque práctico en la forma de estudios de casos, demostraciones o informes técnicos.

La *Revista Internacional de Salud, Bienestar y Sociedad* es una revista académica sujeta a rigurosa revisión por pares, y acepta artículos en español y portugués.