

Diferencias Sociodemográficas en el Bienestar Psicológico de Adultos Puertorriqueños: Un Estudio Preliminar¹

Sociodemographic Differences in the Psychological Well-Being of Puerto Ricans Adults: A Preliminary Study

Juan Aníbal González-Rivera²

Jaime Veray-Alicea³

Adam Rosario-Rodríguez⁴

Resumen

Objetivo: Analizar las diferencias en bienestar psicológico de adultos puertorriqueños en función de la edad, el género, el nivel socioeconómico, el estado civil, la religión y la preparación académica. **Método:** Se administró una versión breve de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada y validada en Puerto Rico por González-Rivera, Quintero, Veray-Alicea y Rosario-Rodríguez (2016), a una muestra de 328 participantes (200 mujeres y 128 hombres) entre las edades de 21 a 65 años. **Resultados:** Los hallazgos indican que no existen diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico según la edad, el género, el nivel socioeconómico, el estado civil y la religión. Sin embargo, se encontraron diferencias significativas según la preparación académica. **Conclusión:** La única variable sociodemográfica que, parece tener un efecto significativo en el bienestar psicológico de los puertorriqueños, es la preparación académica. No obstante, se requieren investigaciones de mayor envergadura, que ausculten minuciosamente la relación entre las variables sociodemográficas y el bienestar psicológico en Puerto Rico.

Palabras clave: bienestar psicológico, características sociodemográficas

Abstract

Objective: Analyze the differences in psychological well-being of Puerto Rican adults according to the age, gender, social economic level, civil status, religion and academic preparation. **Method:** González-Rivera et al. (2016) adaptation of Ryff's Psychological Well-Being Scales (PWB) was administered to a sample of 328 participants (200 women and 128 men). **Results:** The findings indicate that no significant differences exist in the levels of psychological wellbeing according to age, gender, social economic level, civil status and religion. Nevertheless, significant differences were found according to the academic preparation. **Conclusion:** The only sociodemographic variable that seems to have a significant effect in the psychological well-being of Puerto Ricans, is the academic preparation. However, larger investigations are required, to meticulously auscultate the relation between the sociodemographic characteristics and psychological well-being in Puerto Rico.

Keywords: psychological well-being, sociodemographic characteristics

¹ Enviado: 2017-06-15 y Aceptado: 2018-01-26

² Juan A. González Rivera, Psy.D, Facultad Adjunta, Programa de Bachillerato Interdisciplinario en Psicología y Programa Doctoral en Psicología con especialización en Consultoría, Docencia e Investigación, Universidad Carlos Albizu, Recinto de San Juan, Puerto Rico. Para información sobre esta investigación deben comunicarse con Juan Aníbal González-Rivera, 500 West Main Suite 215, Bayamón, PR 00961. Correo electrónico: dr.juananibalgonzalez@outlook.com

³ Jaime Veray Alicea, Ph.D., Director del Programa Doctoral en Psicología con especialización en Consultoría, Docencia e Investigación, Universidad Carlos Albizu, Recinto de San Juan, Puerto Rico

⁴ Adam Rosario Rodríguez, Ph.D., Facultad Adjunta, Programa de Bachillerato Interdisciplinario en Psicología, Universidad Carlos Albizu, Recinto de San Juan, Puerto Rico

Introducción

El bienestar psicológico, desde la perspectiva eudaemónica, es entendido como el funcionamiento óptimo del ser humano, el cual es posible al vivir de forma plena o dar realización a los potenciales humanos más valiosos (Ryan, Huta, & Deci, 2008). Más que estar relacionado con experimentar emociones positivas y placenteras (Ryan & Deci, 2001), el bienestar psicológico se asocia a la capacidad de afrontar diariamente los retos que acarrea la vida, desarrollando destrezas adecuadas para manejarlos, aprendiendo de dichas experiencias, asimilarlos como parte del crecimiento como persona, y otorgándoles un significado cónsono con nuestro sentido de vida (Ryff & Keyes, 1995). Ryff (1989, 1995), principal investigadora en el desarrollo teórico del bienestar psicológico, propuso seis dimensiones que configuran el desarrollo óptimo del ser humano: auto-aceptación, dominio del entorno, relaciones positivas, propósito de vida, crecimiento personal y autonomía. Según la investigadora, cada una de estas dimensiones funciona como un índice o indicador de bienestar psicológico.

Para medir estas seis dimensiones, Ryff (1989, 1995) desarrolló la Escala de Bienestar Psicológico (Scales of Psychological Well-Being), la cual ha sido validada y adaptada en un sinnúmero de países e idiomas. En cuanto a su estructura factorial, los investigadores han propuesto modelos de seis (modelo original), cinco, e incluso, cuatro factores. Esto se debe a que la escala se comporta distinto a razón de la población, la cultura y el país (Van Dierendonck, Díaz, Rodríguez, Blanco, & Moreno, 2008; Tomás, Meléndez, Oliver, Navarro, & Zaragoza, 2010). En el caso de Puerto Rico, González-Rivera et al. (2016), desarrollaron y validaron una versión breve de la escala original de Ryff, que reflejó un modelo de cuatro factores: dominio del entorno, propósito de vida, auto-aceptación y autonomía. No obstante, según otros investigadores, estas son las dimensiones que están altamente asociadas con el

bienestar psicológico general (Springer & Hauser, 2006; Tomás, Sancho, Meléndez & Mayordomo, 2012).

En la actualidad, específicamente en el campo de la psicología positiva, existe un largo debate sobre el efecto directo que pudiese tener, si alguno, las características sociodemográficas en el bienestar psicológico de los individuos. Las investigaciones sobre este particular no han sido concluyentes y, hasta cierto punto, son contradictorias. Las diferencias en los niveles de bienestar psicológico por género, edad, estado civil, entre otras variables sociodemográficas, difieren entre países. Esto sugiere que el bienestar psicológico tiene importantes variaciones según el contexto cultural y el lugar donde se evalúe el mismo (Ryff, 1989, 1995; Páez & Zubieta, 2002). Por esta razón, parece imprescindible examinar en Puerto Rico si existen diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico según las principales variables sociodemográficas: edad, género, nivel socioeconómico, estado civil, religión y preparación académica.

Edad y Bienestar Psicológico

Desde que inició el estudio formal y académico de la felicidad, los investigadores han mostrado mucho interés en conocer el efecto que tiene la edad en el bienestar psicológico. Investigaciones realizadas fuera de Puerto Rico, no han encontrado diferencias significativas por edad en el bienestar psicológico general (Carmona, 2009; Flecha, 2015; Martina & Castro, 2010; Stone, Schwartz, Broderick, & Deaton, 2010), pero sí, han reportado cambios significativos en las dimensiones que comprenden este constructo (García-Alandete, 2013; Meléndez, Tomás, & Navarro, 2011; Triadó, Villar, Osuna, & Solé, 2005). Por ejemplo, Mayordomo, Sales, Satorres y Meléndez (2016) identificaron una disminución, con la edad, en las dimensiones de relaciones positivas con otros, crecimiento personal, dominio del entorno y pérdida de autonomía en adultos mayores. No obstante,

existen países, como India, donde las investigaciones han encontrado diferencias significativas por edad en el bienestar psicológico general (Desai, 2016). En el caso de Puerto Rico, Arroyo Carrión (2014), no encontró diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico entre las personas de distintas edades.

Género y Bienestar Psicológico

Los estudios realizados respecto al género y su efecto en el bienestar psicológico han sido poco consistentes y, en ocasiones, contradictorios. Por ejemplo, Nolen-Hoeksema y Rusting (1999), luego de realizar un metaanálisis, reportaron una pequeña tendencia de los hombres a tener mayores niveles de bienestar psicológico que las mujeres. Sin embargo, otros investigadores aseguran que las mujeres suelen reportar niveles más altos en ciertas dimensiones del bienestar psicológico (relaciones positivas y crecimiento personal) que los hombres (Steca, Ryff, D'Alessandro, & Delle Fratte, 2002). No obstante, los resultados de las investigaciones revisadas, tienden a sostener que no hay diferencias significativas en el bienestar psicológico general según el género (Creed & Watson, 2003; Martina & Castro, 2000; Reig-Ferrer, 2000; Sharma, 2014); pero, sucede el mismo fenómeno que con la edad, las diferencias se encuentran en las dimensiones que configuran el bienestar psicológico (Mayordomo et al., 2016; Pérez, 2012; Zubieta, Mele, & Casullo, 2006). En el caso de Puerto Rico, Arroyo Carrión (2014) no encontró diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico entre hombres y mujeres.

Nivel Socioeconómico y Bienestar Psicológico

Popularmente, se asume que el nivel socioeconómico y los ingresos recibidos son un indicador de felicidad y bienestar. Sin embargo, las investigaciones recientes no hacen tal afirmación debido a la disonancia de sus resultados. Papastefanou y Rojas (1997) realizaron un estudio comparativo de los niveles de bienestar psicológico

entre Alemania y Chile, según sus características sociodemográficas. El estudio arrojó que, en Alemania, no hay diferencias significativas por nivel socioeconómico ni ingresos recibidos en el bienestar psicológico de los individuos. Sin embargo, en Chile, sucedió lo contrario; se encontraron diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico según el nivel socioeconómico, reflejando los mayores índices de bienestar las personas con mayores ingresos. Los autores concluyeron que, en los países con menos recursos económicos, los ingresos se convierten en un elemento fundamentalmente necesario para satisfacer las necesidades básicas del hogar; estresor que no comparten los países con mayor estabilidad económica.

Estado Civil y Bienestar Psicológico

La variable estado civil nos indica si los participantes tienen una relación de pareja estable, si son solteros o divorciados. Los estudios de Papastefanou y Rojas (1997), y Reneflot y Mamelund (2012), aseguraron que las personas con pareja, experimentan mayor bienestar psicológico que los solteros y los divorciados. Los autores asocian estos resultados con la necesidad básica de amar y ser amado. Zubieta, Fernández y Sosa (2012) identificaron diferencias en las dimensiones de autonomía, dominio del entorno y crecimiento personal a favor de quienes están separados, y en relaciones positivas con otros en los solteros. En otro estudio, Muratori, Zubieta, Ubillos, González y Bobowik (2015) encontraron que, en Argentina, los separados presentan más autonomía y crecimiento personal que quienes viven en pareja; mientras los españoles, que viven en pareja, exhiben más control y percepción de crecimiento personal que los solteros.

Religión y Bienestar Psicológico

La religión es una de las variables sociodemográficas que más controversia genera a la hora de relacionarla con el bienestar psicológico, dado que

Los resultados de los estudios son poco consistentes. Mientras unos estudios afirman que las personas religiosas reportaron niveles elevados de bienestar psicológico (Abdel-Khalek, 2011), existen otras investigaciones donde esta relación no se manifiesta (Eichhorn, 2011). Por ejemplo, Zubieta y colaboradores (2012) no encontraron diferencias significativas en el bienestar psicológico entre las personas que practican o no una religión. Sin embargo, observaron diferencias en la dimensión de crecimiento, donde la media más elevada de bienestar psicológico la obtuvieron los practicantes de alguna religión. Al Puerto Rico ser un país fuertemente religioso, parece pertinente evaluar el efecto que tiene pertenecer a una religión o no, sobre el bienestar psicológico.

Preparación Académica y Bienestar Psicológico

Los resultados del estudio de Papastefanou y Rojas (1997), sugirieron que la preparación académica tiene un efecto moderado sobre el bienestar de los individuos y eleva la probabilidad de calificar la vida como feliz. En República Dominicana y España, estudios han revelado que ha mayores niveles de estudio, mayores grados en algunas de las dimensiones del bienestar psicológico (Tomás, Oliver, Navarro, Meléndez, & Molina, 2009). Estas investigaciones, no son cónsonas con los resultados encontrados por Flecha (2015), los cuales aseguran que el nivel de estudios no incide en el bienestar psicológico de las personas. En Puerto Rico, Arroyo Carrión (2014), no encontró diferencias significativas en el bienestar psicológico por nivel de estudios universitarios.

Objetivo del Estudio

El objetivo principal del presente estudio es evaluar, en una muestra de adultos puertorriqueños, si existen diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico según las siguientes variables sociodemográficas: edad, género, nivel socioeconómico, estado civil, religión y preparación

académica. Por lo cual, se formularon las siguientes hipótesis de investigación:

Hipótesis 1: Existirán diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por grupo de edad (21-30 años, 31-40 años, 41-50 años, 51-60 años y 61-65 años).

Hipótesis 2: Existirán diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por género (hombres y mujeres).

Hipótesis 3: Existirán diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por ingreso anual (\$0 – \$25,000, \$26,000 – \$50,000, \$51,000 – \$100,000 y \$101,000 o más).

Hipótesis 4: Existirán diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por estado civil (casados, solteros, convivencia y divorciados).

Hipótesis 5: Existirán diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por religión (católicos, protestantes, otros, ninguna y ateo/agnóstico).

Hipótesis 6: Existirán diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por preparación académica (escuela superior, bachillerato, maestría, doctorado, post doctorado, otros).

Método

Diseño de Investigación

Para lograr los objetivos de la investigación, se utilizó un diseño no experimental transversal, de tipo descriptivo comparativo. Este tipo de estudio describe diferencias en las variables que se dan de forma natural entre dos o más unidades de estudio (Sousa, Driessnack, & Mendes, 2007).

Muestra

El procedimiento para el recogido de la muestra fue por disponibilidad, tipo no probabilístico. La misma

estuvo compuesta por 328 adultos puertorriqueños, 200 mujeres y 128 hombres, entre las edades de 21 a 65 años. Específicamente, el 39.6% tenía entre 21 a 30 años, el 26.5% entre 31 a 40 años, el 20.4 entre 41 a 50 años, el 8.2% entre 51 a 60 años y el 5.2% tenía entre 60 a 65 años. Por su parte, el 50% indicó ser solteros, el 32% casados, el 11% divorciados, el 23% conviven con una pareja y el 1% indicó estar viudos. En cuanto al nivel socioeconómico, el cual se categorizó según los ingresos anuales, el 52% reportó ingresos por debajo de \$25,000 anuales, el 28% entre \$26,000 y \$50,000 anuales, el 16% entre \$51,000 y \$100,000 anuales, y el 3% reportó ingresos por encima de \$101,000 anuales. La religión más representativa en la muestra fue la cristiana con 42% de católicos y 30% de protestantes. No obstante, el 16% indicó no pertenecer a ninguna religión y el 7% se identificó como ateos/agnósticos. Sobre la orientación sexual de los participantes, el 87% se identificó como heterosexual y el 13% como parte de la comunidad LGBTIQ. Por último, la mayoría de los participantes reportó tener educación universitaria (27% bachillerato, 41% maestría y 23% doctorado).

Medidas

Variables Sociodemográficas. Para identificar las características sociodemográficas de la muestra, se desarrolló un cuestionario de datos generales, que recogía información importante relacionada a la edad, género, estado civil, religión, nivel socioeconómico (ingresos anuales) y preparación académica.

Bienestar Psicológico. Para evaluar el bienestar psicológico de los participantes, se utilizó una versión breve de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff desarrollada, adaptada y validada para Puerto Rico por González-Rivera y colaboradores (2016). Se compone de 17 reactivos organizados en una escala tipo Likert de seis puntos que va de *Fuertemente en desacuerdo* a *De acuerdo* (e.g., *Soy bastante bueno/a manejando las muchas responsabilidades de mi vida cotidiana; No tengo*

claro lo que quiero conseguir en la vida). La escala consta de cuatro factores: 1) dominio del entorno, 2) propósito de vida, 3) auto-aceptación, y 4) autonomía. El rango posible es de 17 a 102 puntos. A mayor puntuación, mayor bienestar psicológico exhibe la persona ($\alpha = .86$).

Procedimientos

La participación de los individuos fue voluntaria y anónima desde el principio. Para reclutar a los participantes, distribuimos un anuncio pagado a través de las principales redes sociales (Facebook, Twitter, Google+, WhatsApp, entre otras) que contenía información detallada del estudio. Este anuncio redirigía electrónicamente a los participantes a la plataforma PsychData, donde se encontraba el consentimiento informado y los instrumentos del estudio. Este es un sitio *web* dirigido a crear cuestionarios en internet para investigaciones en el campo de la psicología bajo todas las regulaciones éticas del *Institutional Review Board* (IRB; Comité Institucional de Revisión). Luego de recopilar los datos, se analizaron utilizando el sistema *IBM SPSS Statistics* versión 23. Con este programa, se realizaron análisis descriptivos para conocer las características sociodemográficas de la muestra; y análisis estadísticos ANOVA y Prueba *t*, para determinar si existen o no diferencias significativas en las variables sociodemográficas según el bienestar psicológico. Todos los procedimientos de este estudio fueron aprobados por el IRB de la Universidad Carlos Albizu de San Juan, Puerto Rico.

Resultados

Se realizaron análisis de comparación ANOVA y Pruebas *t* con el propósito de evaluar si alguna de las características sociodemográficas de la muestra tiene relación con el nivel de bienestar psicológico de los participantes. La Tabla 1 muestra los niveles promedios de bienestar psicológicos reportados por los participantes según sus características sociodemográficas.

Tabla 1: Niveles Promedios de Bienestar Psicológico según las Características Sociodemográficas

Características	Media	DE	N
Edad			
21-30	82.64	12.484	130
31-40	83.15	11.031	87
41-50	81.03	12.761	67
51-60	81.63	10.149	27
61-65	85.29	7.406	17
Género			
Femenino	82.51	11.879	200
Masculino	82.48	11.614	128
Nivel Ingreso Anual			
\$0 – \$25,000	81.5	12.794	171
\$26,000 – \$50,000	83.3	10.976	93
\$51,000 – \$100,000	83.6	9.193	53
\$101,000 o más	85.91	12.186	11
Estado Civil			
Casados	84.03	9.75	104
Solteros	82.17	12.955	163
Divorciados	79.33	10.92	36
Convivencia	83.96	11.759	23
Religión			
Católicos	82.08	11.642	136
Protestantes	83.03	11.515	99
Otros	81.37	10.221	19
Ninguna	83.55	11.113	51
Ateo/agnóstico	81.18	16.465	22
Preparación Académica			
Escuela superior	78.89	18.163	19
Bachillerato	81.04	12.128	90
Maestría	82.8	10.631	133
Doctorado	85.41	10.389	70
Post Doctorado	90.25	7.762	4
Otros	76.55	13.611	11

Nota: DE = desviación estándar; N = frecuencia de participantes. ($n = 328$).

Bienestar psicológico, según la edad (H_1). Se realizó un Análisis de Varianza para evaluar si existen diferencias por edad en cuanto a las medias de los niveles de bienestar psicológico obtenidas por los participantes. Los resultados de la prueba ANOVA

confirmaron que no hay diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por grupo de edad [$F(4,323) = .067, p > .05$].

Bienestar psicológico, según el género (H_2). Se realizó una Prueba t independiente para analizar si existen diferencias estadísticamente significativas entre las medias de bienestar psicológico de las mujeres ($M = 82.51, DE = 11.88$) y los hombres ($M = 82.48, DE = 11.614$). Los resultados obtenidos de la prueba t confirmaron que esta diferencia a favor de las mujeres no es estadísticamente significativa [$t(275.255) = 0.019, p > 0.05$].

Bienestar psicológico, según el nivel socioeconómico (H_3). Los resultados de la prueba ANOVA confirmaron que no hay diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por nivel socioeconómico [$F(3,324) = 1.018, p > .05$]. Se concluye que el nivel socioeconómico del participante no es un factor influyente sobre su nivel de bienestar psicológico.

Bienestar psicológico, según el estado civil (H_4). Los resultados de la prueba ANOVA confirmaron que no hay diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por estado civil [$F(4,323) = 1.795, p > .05$]. Se concluye que el estado civil del participante no es un factor influyente sobre su nivel de bienestar psicológico.

Bienestar psicológico, según la religión (H_5). Los resultados de la prueba ANOVA confirmaron que no existen diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por religión [$F(4,322) = 0.305, p > .05$]. Se concluye que la religión del participante no es un factor influyente sobre su nivel de bienestar psicológico.

Bienestar psicológico, según la preparación académica (H_6). Los resultados de la prueba ANOVA confirmaron que hay diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por preparación académica [$F(5,321) = 2.475, p <$

.05]. Para identificar entre que grupo son las diferencias significativas se realizó una prueba Post Hoc LSD, ya que la prueba de Levene fue significativa. Los grupos de preparación académica que difieren significativamente son otros con post doctorado, otros con doctorado, doctorado con escuela superior, y doctorado con bachillerato. Se concluye que la preparación académica de los participantes del presente estudio es un factor influyente sobre su nivel de bienestar psicológico.

Discusión

El objetivo de este trabajo fue examinar las diferencias en el bienestar psicológico en función de la edad, el género, el nivel socioeconómico, el estado civil, la religión y la preparación académica, en una muestra de adultos puertorriqueños. Para medir el bienestar psicológico, se utilizó una adaptación puertorriqueña (González-Rivera et al., 2016) de las escalas de Ryff (1989). Se hipotetizó que existirían diferencias significativas en el bienestar psicológico en todas las categorías sociodemográficas a examinar. Con el fin de cumplir el objetivo principal del estudio y examinar las diferencias entre grupos, se realizaron análisis de comparación ANOVA y Pruebas *t*. A continuación, discutiremos nuestros resultados por categorías.

Edad. Los resultados de la prueba ANOVA confirmaron que no hay diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por grupo de edad. Este hallazgo es estadísticamente similar al descubierto por Arroyo Carrión (2014) en Puerto Rico, quien no encontró diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico entre las personas de distintas edades. Parece ser que, para los puertorriqueños, la edad no es un factor influyente en su nivel de bienestar psicológico. Sin embargo, debemos señalar que esta muestra no contempla a los adultos mayores de 65 años de edad. García-Alandete (2013), luego de revisar una vasta literatura sobre la relación entre el bienestar psicológico y la edad, señaló que algunas investigaciones han demostrado

que con la edad se produce un aumento en las puntuaciones en Dominio del Entorno, Autonomía, Auto-aceptación y Relaciones Positivas, especialmente las dos primeras, y una disminución en las demás dimensiones de bienestar psicológico, especialmente Propósito en la Vida y Crecimiento Personal. Estos cambios comienzan a plasmarse entre las edades de 30 a 55 años. Sin embargo, el mismo autor indicó que los resultados de los estudios son suficientemente divergentes por lo que las relaciones entre la edad y el bienestar psicológico no están del todo claras.

Género. Los hallazgos obtenidos confirman que no hay diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico entre hombres y mujeres en la muestra de adultos puertorriqueños investigada. Esto concuerda con los hallazgos estadísticos de Arroyo Carrión (2014) en Puerto Rico, quien encontró que no hay diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico por género. Incluso, la literatura revisada indica que las diferencias significativas entre género se obtienen entre las sub-escalas y no en la escala total (Mayordomo et al., 2016; Pérez, 2012; Zubieta et al., 2006). En la mayoría de las ocasiones cuando se comparan los resultados de distintas investigaciones que tratan el tema en contextos fuera de Puerto Rico, los resultados se contradicen (Roothman, Kirsten, & Wissing, 2003; Ryff, 1995; Ryff & Singer, 1998; Strümpfer, 1995).

Nivel socioeconómico. Para medir esta variable, se les solicitó a los participantes que indicaran sus ingresos anuales, los cuales se categorizaron en cuatro grupos (\$0 – \$25,000; \$26,000 – \$50,000; \$51,000 – \$100,000; y \$101,000 o más). Los análisis estadísticos mostraron que, en Puerto Rico, no hay diferencias estadísticamente significativas en las medias de bienestar psicológico por nivel socioeconómico. Según explicaron Papastefanou y Rojas (1997), los ingresos recibidos y el nivel socioeconómico son predictores de bienestar psicológico, única y exclusivamente, en países con

menos recursos económicos. En estos países, la búsqueda de dinero y trabajo, más el estrés causado por la dificultad para obtenerlos, se convierten en un obstáculo significativo para tener una adecuada calidad de vida, que solo es posible, cuando se satisfacen las necesidades básicas del ser humano (e.g., comida, techo, ropa, entre otras). Por esta razón, en países económicamente estables, no se evidencian diferencias estadísticamente significativas en el bienestar psicológico de sus habitantes según los ingresos, como es el caso de Alemania (Papastefanou & Rojas, 1997). Según informó la Junta de Planificación del Gobierno de Puerto Rico (2011), el salario promedio anual de los hogares en el país es de \$28,462; el 52% de los participantes de este estudio reportó ingresos por debajo de esta cifra. Esta cantidad de ingresos anuales, aunque no facilita una vida de lujos y excesos, permite que, la mayoría de las familias en Puerto Rico, cubran sus necesidades básicas, favoreciendo, de esta manera, el bienestar psicológico de sus integrantes.

Estado civil. Los resultados obtenidos sugieren que no hay diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico entre solteros, casados, divorciados y los que conviven. Esto contrasta con estudios en otros países, los cuales reflejan que las personas con pareja tienden a mostrar mayor bienestar psicológico que los solteros, divorciados o viudos (Kim & Mckenry, 2002; Papastefanou & Rojas, 1997; Reneflot & Mamelund, 2012; Tomás et al., 2009). Por esta razón, se ha hipotetizado en sectores académicos, que la compañía de una pareja podría ser un factor protector para la depresión y otros trastornos del estado de ánimo. Sin embargo, en Puerto Rico parece no funcionar de esta manera. Si realizáramos un análisis breve en el contexto cultural puertorriqueño, se podría identificar fácilmente la presencia de un marcado familismo –desarrollo de relaciones estrechas con la familia primaria y secundaria– (Comas-Díaz, 2006; Nagayama-Hall, 2018). Podría ser que, la cercanía con la familia primaria, funcione como un factor

amortiguador de los efectos negativos que podría conllevar la soltería o la pérdida de una pareja. En este sentido, la familia se mantiene como un pilar fundamental en el desarrollo del bienestar psicológico de sus miembros.

Religión. Por su parte, al evaluar las diferencias en la variable religión, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de bienestar psicológico entre católicos, protestantes, otras religiones, ateos/agnósticos o personas que no se identifican con ningún credo religioso; como lo plantearon otras investigaciones (Eichhorn, 2011; Zubieta et al., 2012). Este hallazgo, contrarresta la idea popular sobre la importancia, y en ciertos casos supremacía, de la religión cristiana en asuntos de salud mental y calidad de vida. Nuestro argumento, no busca minimizar el papel significativo que puede jugar la religión y la espiritualidad en los procesos de ayuda, recuperación y sanación (González-Rivera, 2015). Más bien, proponemos que, la pertenencia o no a una religión particular, no es estrictamente necesaria para el bienestar psicológico de los individuos. En otras palabras, los beneficios de los factores religiosos serán efectivos únicamente en aquellas personas que creen en dicho credo religioso.

Preparación académica. Según el Negociado de Estadísticas del Trabajo (2013), el 59% de la población general y el 60% de la fuerza trabajadora de Puerto Rico tienen un año o más de estudios universitarios. En nuestro caso, el 91% de la muestra tiene un año o más de estudios universitarios, lo que evidencia mayor representatividad del sector educado del país. Al tener presente la poca representatividad de la población sin estudios universitarios, nuestro estudio encontró mayores niveles de bienestar psicológico en las personas que poseen doctorado y post-doctorado. Los resultados de la prueba ANOVA confirmaron que las diferencias son estadísticamente significativas. Esta diferencia puede ser explicada por los niveles de satisfacción de vida relacionados con el logro de

metas (Hernández & Contreras Ibáñez, 2005) y un alto nivel de auto-eficacia (Gómez, Villegas de Posada, Barrera, & Cruz, 2007). Respecto a estas diferencias encontradas, los resultados difieren de lo presentado por Arroyo Carrión (2014), quien no encontró diferencias por nivel de estudios universitario. No obstante, se debe señalar que la muestra del estudio de Arroyo Carrión fue con adultos mayores puertorriqueños de 65 años en adelante. Esto quizás responda a que los adultos mayores parecen generar cambios en su actitud ante la vida, en las opiniones que tienen de sí mismos e incluso en las cosas que les brindan satisfacción de vida (Feldman, 2006). No obstante, el presente estudio muestra que los adultos puertorriqueños responden a un crecimiento de autosatisfacción asociado al seguimiento en estudios doctorales. Este resultado demuestra que la preparación académica es importante para un desarrollo profesional exitoso. Esto es equivalente a los resultados encontrados por Papastefanou y Rojas (1997) en Alemania y Chile, donde el nivel de educación aumenta la probabilidad de clasificar la vida como feliz y exhibir mayor bienestar psicológico.

Limitaciones

En el presente estudio se identificaron varias limitaciones. La primera limitación fue la carencia de investigaciones realizadas en el contexto sociocultural puertorriqueño acerca del bienestar psicológico y su relación con las principales variables sociodemográficas. Por otra parte, la muestra fue recopilada por disponibilidad, lo que impide la generalización de los hallazgos y podría afectar las comparaciones de los grupos. De igual forma, tuvimos poca representatividad de la población puertorriqueña sin estudios universitarios. Por último, la totalidad de la muestra fue recopilada por internet, lo que implica la carencia de un ambiente estandarizado para administrar los instrumentos.

Recomendaciones

A raíz de los hallazgos de este estudio, se recomienda seguir investigando el efecto de las características sociodemográficas en el bienestar psicológico, particularmente, analizando las diferencias según las dimensiones principales de este constructo (auto-aceptación, dominio del entorno, relaciones positivas, propósito de vida, crecimiento personal y autonomía). Además del bienestar psicológico, estos estudios podrían incluir otras variables como, por ejemplo, bienestar subjetivo, satisfacción con la vida, florecimiento, afecto positivo y negativo, y correlacionar las mismas con las variables sociodemográficas examinadas en nuestro estudio. Por último, sugerimos que, en futuros estudios, se considere aumentar la muestra representativa de adultos puertorriqueños, de manera que los resultados obtenidos puedan ser más abarcadores.

Conclusión

A pesar de sus limitaciones, la presente investigación proporciona una comprensión preliminar de los posibles efectos que tienen las características sociodemográficas sobre el bienestar psicológico de los puertorriqueños. Aunque el estudio se realizó con una muestra de 328 participantes, los hallazgos pueden resultar útiles para la comunidad científica y la búsqueda de una mejor comprensión del comportamiento de las variables bajo estudio en Puerto Rico. La presente investigación demostró que no existen diferencias significativas en los niveles de bienestar psicológico según la edad, el género, el nivel socioeconómico, el estado civil y la religión. Sin embargo, evidenció que la única variable sociodemográfica que, parece tener un efecto significativo en el bienestar psicológico de los puertorriqueños, es la preparación académica. El análisis de las medias de bienestar psicológico, según esta variable, reveló que en la medida que aumenta el nivel de estudios, aumenta el bienestar psicológico de la persona. No obstante, se requieren investigaciones de mayor

envergadura, que ausculten minuciosamente la relación entre las variables sociodemográficas y el bienestar psicológico en Puerto Rico.

Referencias

Abdel-Khalek, A. (2011). Subjective well-being and religiosity in Egyptian college students. *Psychological Reports, 108*(1), 54-58. doi:10.2466/07.17.PRO.108.1.54-58

Arroyo-Carrión, K. (2014). *Validación y adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de adultos mayores* (Disertación doctoral inédita). Universidad Carlos Albizu, San Juan, Puerto Rico.

Carmona, S. E. (2009). El bienestar personal en el envejecimiento. *Revista de Ciencias Sociales de la Universidad Iberoamericana, 4*(7), 48-65.

Comas-Díaz, L. (2006). Latino healing: The integration of ethnic psychology into psychotherapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training, 43*(4), 436-453. doi:10.1037/0033-3204.43.4.436

Creed, P. A. & Watson, T. (2003). Age, gender, psychological wellbeing and the impact of losing the latent and manifest benefits of employment in unemployed people. *Australian Journal of Psychology, 55*(2), 95-103. <http://dx.doi.org/10.1080/00049530412331312954>

Desai, A. (2016). Efficacy of gender and age on spirituality and psychological well-being of adults. *The International Journal of Indian Psychology, 3*(2), 83-92. doi:18.01.122/20160302

Eichhorn, J. (2011). Happiness for believers? Contextualizing the effects of religiosity on life-satisfaction. *European Sociological Review, 28*(5), 583-593. doi:10.1093/esr/jcr027

Feldman, R. S. (2006) *Desarrollo psicológico a través de la vida* (4th ed). México: Pearson. Educación.

Flecha, A. C. (2015). Bienestar psicológico subjetivo y personas mayores residentes. *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria, 25*(1), 319-341. doi:10.7179/PSRI_2015.25.14

García-Alandate, J. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud y Sociedad, 4*(1), 48-58. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4323138.pdf>

Gómez, V., Villegas de Posada, C., Barrera, F., & Cruz, J. (2007). Factores predictores de bienestar subjetivo en una muestra colombiana. *Revista Latinoamericana de Psicología, 39*(2), 311-325. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80539208>

González-Rivera, J. A. (2015). *Espiritualidad en la clínica: Integrando la espiritualidad en la psicoterapia y la consejería*. San Juan, PR: Psicoespiritualidad.

González-Rivera, J. A., Quintero, N., Veray-Alicea, J., & Rosario-Rodríguez, A. (2016). Adaptación y validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una muestra de adultos puertorriqueños. *Salud y Conducta Humana, 3*(1), 1-14 Recuperado de <http://rsych.com/>

Hernández, E., & Contreras Ibáñez, C. (2005). Motivación al logro, autoeficacia, expectativas de vida y orientación cultural como determinantes de bienestar subjetivo en adolescentes de la Ciudad de México. *Psicología Iberoamericana, 13*(1), 48-57. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/1339/133926982008.pdf>

- Junta de Planificación de Puerto Rico. (2011). *Boletín social: Perspectivas socioeconómicas de la familia en Puerto Rico*. Gobierno de Puerto Rico. Recuperado de [http://gis.jp.pr.gov/Externo_Econ/Publicaciones%20Sociales/Boletin/2011.02-Boletin_Social-Perspectivas_Socioeconomicas_de_la_Familia_PR_\(Feb-2011\).pdf](http://gis.jp.pr.gov/Externo_Econ/Publicaciones%20Sociales/Boletin/2011.02-Boletin_Social-Perspectivas_Socioeconomicas_de_la_Familia_PR_(Feb-2011).pdf)
- Kim, H. K., & McKenry, P. C. (2002). The relationship between marriage and psychological well-being: A longitudinal analysis. *Journal of Family Issues*, 23(8), 885-911. doi:10.1177/019251302237296
- Martina, M., & Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 18(1), 35-68. Recuperado de <http://revistas.pucp.edu.pe/index.php/psicologia/article/view/6840/6974>
- Mayordomo, T., Sales, A., Satorres, E., & Meléndez, J. C. (2016). Bienestar psicológico en función de la etapa de vida, el sexo y su interacción. *Pensamiento Psicológico*, 14(2), 101-112. doi:10.11144/Javerianacali.PPSI14-2.bpfe
- Meléndez, J. C., Tomás, J. M., & Navarro, E. (2011). Actividades de la vida diaria y bienestar y su relación con la edad y el género en la vejez. *Anales de Psicología*, 27(1), 164-169. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16717018019>
- Muratori, M., Zubieta, E., Ubillos, S., González, J. L., & Bobowik, M. (2015). Felicidad y bienestar psicológico: Estudio comparativo entre Argentina y España. *Psykhe (Santiago)*, 24(2), 1-18. doi:10.7764/psykhe.24.2.900
- Nagayama-Hall, G. C. (2018). *Multicultural psychology* (3rd ed.). New York: Routledge.
- Negociado de Estadísticas del Trabajo. (2013). *Nivel de escolaridad de la fuerza obrera en Puerto Rico*. Departamento del Trabajo y Recursos Humanos, Gobierno de Puerto Rico. Recuperado de <http://www.estadisticas.gobierno.pr/iepr/LinkClick.aspx?fileticket=cNg-0HAsaow%3D&tabid=186>
- Nolen-Hoeksema, S., & Rusting, C. L. (1999). Gender differences in well-being. En D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of Hedonic Psychology* (pp. 330- 352). New York: Russell Sage Foundation.
- Páez, D., & Zubieta, E. (2002). Psicología social, salud y bienestar. En F. Morales, D. Páez, A. Kornblit, & D. Asún (Coords.). *Psicología social* (pp. 405-412). Buenos Aires: Pearson Educación.
- Papastefanou, G., & Rojas, O. (1997). *Comparative analysis of sociodemographic effects on subjective well-being in Westgermany and in Chile*. Mannheim, Germany. Recuperado de http://www.gesis.org/fileadmin/upload/forschung/publikationen/gesis_reihen/zuma_arbeitsberichte/97_02.pdf
- Pérez, J. A. (2012). Gender difference in psychological well-being among Filipino college student samples. *International Journal of Humanities and Social Science*, 2(13), 84-93. Recuperado de http://www.ijhssnet.com/journals/Vol_2_No_13_July_2012/8.pdf
- Reig-Ferrer, A. (2000). Psicología de la vejez, comportamiento y adaptación. En Fernández-Ballesteros, R. *Gerontología social* (pp. 201-223). Madrid, Pirámide.
- Reneflot, A., & Mamelund, S. (2012). The association between marital status and psychological well-being in Norway. *European Sociological Review*, 28(3), 355- 365. doi:10.1093/esr/jcq069.

- Roothman, B., Kirsten, D. K., & Wissing, M. P. (2003). Gender differences in aspects of psychological well-being. *South African Journal of Psychology, 33*(4), 212-218. doi:10.1177/008124630303300403
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 141-166. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141
- Ryan, R. M., Huta, V., & Deci, E. L. (2008). Living well: A self-determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies, 9*(1), 139-170. doi:10.1007/s10902-006-9023-4
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57*(6), 1069-1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Ryff, C. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science, 4*(4), 99-104. doi:10.1111/1467-8721.ep10772395
- Ryff, C., & Keyes, C. L. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*(4), 719- 727. doi: 10.1037/0022-3514.69.4.719
- Ryff, C., & Singer, B. (1998). The contours of positive human health. *Psychological Inquiry, 9*(1), 1-28. doi:10.1207/s15327965pli0901_1
- Sharma, G. (2014). Effect of demographic variables on psychological well-being and quality of life. *International Journal of Humanities and Social Sciences Research, 2*(3), 290-298. Recuperado de <http://www.researchpublish.com>
- Sousa, V., Driessnack, M., & Mendes, I. (2007). An overview of research designs relevant to nursing: Part 1: Quantitative research designs. *Revista Latinoamericana de Enfermagem, 15*(3), 502-507. doi:10.1590/S0104-11692007000300022
- Springer, K. W., & Hauser, R. M. (2006). An assessment of the construct validity of Ryff's scales of psychological wellbeing: Method, mode and measurement effects. *Social Science Research, 35*(4), 1080-1102. doi:10.1016/j.ssresearch.2005.07.004
- Steca, P., Ryff, C. D., D'Alessandro, S., & Delle Fratte, A. (2002). Il benessere psicologico: differenze di genere e di età nel contesto italiano. *Psicologia della Salute, 2*(1), 121-138. doi:10.1400/64009
- Stone, A. A., Schwartz, J. E., Broderick, J. E., & Deaton, A. (2010). A snapshot of the age distribution of psychological well-being in the United States. *Proceedings of the National Academy of Sciences, 107*(22), 9985-9990. doi:10.1073/pnas.1003744107
- Strümpfer, D. (1995). The origins of health and strength: From 'salutogenesis' to 'fortigenesis'. *South African Journal of Psychology, 25*(2), 81-89. doi:10.1177/008124639502500203
- Tomás, J. M., Meléndez, J. C., Oliver, A., Navarro, E., & Zaragoza, G. (2010). Efectos de método en las escalas de Ryff: Un estudio en población de personas mayores. *Psicológica, 31*(2), 383-400. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16917017010>
- Tomás, J. M., Sancho, P., Meléndez, J. C., & Mayordomo, T. (2012). Resilience and coping as predictors of general wellbeing in the elderly: A structural equation modeling approach. *Aging y Mental Health, 16*(3), 317- 326. doi:10.1080/13607863.2011.615737
- Tomás, J. M., Oliver, A., Navarro, E., Meléndez, J. C., & Molina, C. (2009). Comparación del bienestar

psicológico de personas mayores dominicanas y españolas. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 44(4), 180-185.
doi:10.1016/j.regg.2009.01.004

Triadó, C., Villar, F., Osuna, M. J., & Solé, C. (2005). La medida del bienestar en personas mayores: Adaptación de la escala Ryff. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 58(3), 347-363. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1464897>

Van Dierendonck, D., Díaz, D., Rodríguez, R., Blanco, A., & Moreno, B. (2008). Ryff's six factor model of psychological well-being, a Spanish exploration. *Social Indicators Research*, 87(1), 473-479. doi:10.1007/s11205-007-9174-7

Zubieta, E., Fernández, O., & Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106(1), 7-27. Recuperado de <http://www.uv.es/seoane/boletin/previos/N106-1.pdf>

Zubieta, E., Mele, S., & Casullo, M. (2006). Estructura de valores y religiosidad en población adulta urbana argentina. *Psicodiagnosticar*, 16(1), 53-60.