

# UNA ESCALA CORTA DE BIENESTAR: EL ÍNDICE DE FELICIDAD DE PEMBERTON APLICADO A POBLACIÓN ADULTA DE BUENOS AIRES

## A SHORT SCALE OF WELL-BEING: THE PEMBERTON HAPPINESS INDEX APPLIED TO ADULT POPULATION OF BUENOS AIRES

*Delfino, Gisela<sup>1</sup>; Botero, Camila<sup>2</sup>; González Insua, Francisco<sup>3</sup>*

### RESUMEN

La escala Pemberton Happiness Index (PHI) fue desarrollada por Hervás y Vázquez (2013) como un índice simple e integrador que puede usarse para monitorear los cambios en el bienestar. Se administró el PHI a una muestra de 1198 sujetos residentes en la zona metropolitana de Buenos Aires (edades: 18-60,  $M=27.82$ ,  $DE=12.01$ , 43.2% hombres). En la aplicación al contexto argentino, se propone utilizar únicamente la dimensión recordada del bienestar sin considerar el ítem relativo a emocionalidad negativa. De esta forma se obtiene un alfa de Cronbach = .88 (10 ítems). Se verifican niveles altos de bienestar, sobre todo en lo referido al bienestar psicológico y los subdominios de satisfacción con la vida y afectos positivos. Sin embargo, respecto al bienestar social, los participantes reportan niveles medios. Se discuten los resultados considerando los antecedentes locales sobre la temática.

### Palabras clave:

Validación - PHI - Bienestar

### ABSTRACT

The Pemberton Happiness Index (PHI) scale was developed by Hervás and Vázquez (2013) as a simple and integrative index that can be used to monitor changes in well-being. PHI was administered to a sample of 1198 subjects living in the metropolitan area of Buenos Aires (ages: 18-60,  $M = 27.82$ ,  $SD = 12.01$ , 43.2% men). In the application to the Argentine context, it is proposed to specifically use the remembered dimension of well-being without considering the item related to negative emotionality. In this way, a Cronbach's alpha = .88 (10 items) is obtained. We verify high levels of well-being, especially in relation to psychological well-being and subdomains of life satisfaction and positive affections. However, regarding social well-being, participants report mid-levels. Results are discussed taking into account local background.

### Keywords:

Validation - PHI - Wellbeing

<sup>1</sup>Pontificia Universidad Católica Argentina (UCA). Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET).  
E-mail: gisela\_delfino@uca.edu.ar

<sup>2</sup>Pontificia Universidad Católica Argentina (UCA). Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET).

<sup>3</sup>Pontificia Universidad Católica Argentina (UCA). Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET).

El bienestar refiere a la valoración que las personas construyen sobre sí mismas basándose en experiencias, sentimientos y emociones positivas en relación a su funcionamiento físico, psíquico y social. Posee una naturaleza subjetiva vivencial, que vincula elementos estables, como la expresión de aspectos cognitivos y valorativos, así como también elementos transitorios más vinculados a la esfera emocional (Victoria & González, 2000). En la última década se han desarrollado numerosas investigaciones sobre el bienestar, con el fin de ampliar el conocimiento sobre dicho constructo (Díaz & Sánchez, 2002; Diener et al., 2009). Los diferentes aportes pueden agruparse en dos grandes tradiciones (Ryan & Deci, 2001). Por un lado, la hedónica que considera la dimensión subjetiva del bienestar por incluir el juicio global que las personas hacen de su vida (Atienza, Pons, Balaguer & García-Merita, 2000; Cabañero et al., 2004; Veenhoven, 1994) y la felicidad, como aspecto recordado que el sujeto tiene sobre los eventos que ha vivido en el transcurso de su desarrollo. Por otra parte, la tradición eudaimónica está ligada a los aspectos psicológicos y al desarrollo personal del individuo, como el estilo y manera de afrontar los retos vitales, en el esfuerzo y el afán por conseguir diferentes metas (Ryff, 1989a, 1989b). Asimismo, otra dimensión a tener en cuenta es el bienestar social. Keyes (1998) sostiene que también se requiere tener en cuenta la dimensión social del bienestar, entendida como una valoración que hacen los sujetos de las circunstancias y el funcionamiento de la sociedad. Por último, Diener y Lucas (1999) consideran que la satisfacción vital puede representar la dimensión más general del bienestar. Sostienen que, para hablar de este aspecto, deben tenerse en cuenta tanto los juicios mentales, como las valoraciones afectivas sobre el humor y las emociones.

Hervás y Vázquez (2013) consideran que la mayoría de las mediciones del bienestar se enfocan en aspectos recordados del bienestar, basándose en la memoria y juicio del sujeto, y no consideran su experiencia actual. El bienestar experimentado evalúa los estados afectivos actuales y los sentimientos de las personas en tiempo real en vez de fiarse en el recuerdo de estos estados. En este sentido, construyeron una escala, llamada Pemberton Happiness Index (PHI) que incluye dos grandes dimensiones: el bienestar recordado y el bienestar experimentado. La primera está constituida por cuatro dominios: el bienestar general, el subjetivo (hedónico), el psicológico (eudaimónico) y el social.

La escala se destaca por su practicidad y economización de recursos (tiempo, dinero, trabajo); lo que permitirá obtener información sobre el bienestar de una población, en un tiempo reducido al que llevaría hacerlo con la utilización de varias escalas como la Escala PANAS (Watson, Clark & Tellegen, 1988; adaptación a la población de adultos de la ciudad de Córdoba, 20 ítems de Moriondo, De Palma, Medrano & Murillo, 2012; adaptación para la población de estudiantes universitarios de Córdoba, 20 ítems de Medrano, Kanter, Trógolo, Ríos, Curerello & González, 2015), o la Escala de Bienestar Social (Blanco & Díaz, 2005), la Escala de Bienestar Psicológico (Ryff, 1989b; adaptación

española, 39 ítems de Díaz, Rodríguez-Carvajal, Blanco, Moreno-Jiménez, Gallardo, Valle & Dierendonck, 2006) o la Escala de Satisfacción con la vida (Diener, Emmons, Larsen & Griffin, 1985; adaptación al español en una muestra de estudiantes universitarios, 36 ítems de De Aranillas, Borrero, Moreno & Bollido, 2010).

Para la validación de la escala, Hervás y Vázquez (2013) realizaron una investigación en la que incluyeron países con distintos idiomas, así como también diferentes religiones y culturas. La composición de las muestras fue heterogénea en términos de sexo, nivel socioeconómico y nivel educativo. Respecto al idioma, se tuvieron en cuenta España, Alemania, Suecia, Rusia, Turquía, India, Japón, Estados Unidos y México. Y en relación a las principales tradiciones religiosas se consideraron el Islam (Turquía), el cristianismo católico (España, México y Estados Unidos), el cristianismo ortodoxo oriental (Rusia), el cristianismo protestante (Alemania y Estados Unidos), el hinduismo (India) y el budismo (Japón). Por su parte, Martínez Zelaya et al. (2018) realizaron una adaptación en Chile, Uruguay y Cuba. Como puede observarse, hasta el día de hoy, si bien existen adaptaciones en población latinoamericana, no se ha hecho ninguna en población argentina.

Por otro lado, los datos de las investigaciones muestran que los mencionados componentes del bienestar son aspectos diferentes pero relacionados (Keyes & Annas, 2009); y en consecuencia deberían medirse por separado (Diener et al., 2009). Por ejemplo, varios de los estudios que investigan las diferencias psicológicas existentes respecto al sexo (Velázquez, Mikkelsen, Linares & Celemin, 2008; Zubieta, Fernández & Sosa, 2012; Zubieta, Muratori & Fernández, 2012), sostienen que las mujeres tienden a estar más centradas en la búsqueda de armonía, bienestar y autotranscendencia. Es por eso que las puntuaciones respecto al crecimiento personal, las relaciones positivas, y el propósito en la vida, suelen ser significativamente más altas en las mujeres que en los hombres. Estos últimos están más orientados a la búsqueda de poder y objetivos personales; obteniendo así una puntuación promedio más alta respecto a las dimensiones psicológicas de autoaceptación y autonomía (Zubieta & Delfino, 2010). En relación a la edad de los sujetos, las investigaciones de Clarke, Marshal, Ryff y Rosenthal, (2000), y Ryff, Kwan y Singer (2001) demuestran que, en términos generales, a mayor edad, mayor es la puntuación en autonomía, autoaceptación, relaciones positivas y dominio del entorno y menor en propósito en la vida y crecimiento personal. De todas formas, Alandete (2013) afirma que los resultados de los estudios que exploran diferencias en el bienestar según la edad son demasiado discrepantes, por lo que sugieren sumar evidencias empíricas a las ya existentes. También es necesario tener en cuenta que la situación de salud de una población está estrechamente vinculada al modo de vida y condiciones de la sociedad (medios de transporte, comunicación, servicios de atención médica, disponibilidad de alimentos, existencia de centros culturales y deportivos), el estilo personal de vivir de los individuos y el nivel socioeconómico que esta posee (Victoria & González, 2000). Distin-

tos estudios han demostrado que el bienestar subjetivo (evaluado como la satisfacción con la vida), así como también el bienestar psicológico (asociado a la autoestima o capacidad de control), suele ser negativo cuando está influenciado por un bajo poder socioeconómico (Fernandes, Vasconcelos-Raposo & Brustad, 2012). Las clases sociales bajas, suelen tener poco acceso a los recursos necesarios para un buen desarrollo, por lo que sus consecuencias pueden traducirse en peor salud física, menor contención afectiva y un bajo nivel de bienestar eudaimónico (Cooper, McCausland & Theodossiou, 2013). De todas formas, si bien los recursos materiales como una casa, acceso al transporte, alimentación, vestimenta, escuela, etc. son importantes para el desarrollo de las personas y necesarios para la supervivencia, crecimiento y en un sentido más psicológico para alcanzar el bienestar, son solo condiciones que constituyen un aspecto dentro de la naturaleza, la cual está plurideterminada (Victoria & González, 2000). En este sentido, al hablar de bienestar, se debe considerar por un lado la calidad de vida, como los ingresos e insumos que el individuo realice, así como también la percepción que el sujeto tenga de su realidad. El grado de satisfacción que la persona alcance, no solo dependerá de las condiciones externas (como la clase social a la que pertenezca, sus ingresos económicos, etc.); sino también de las internas, como la significación que le dé al poder o no acceder a ciertos recursos, la valoración de sus pertenencias, entre otras (Victoria & González, 2000). Una vez que los individuos satisfacen sus necesidades básicas, suelen adaptarse a su nivel económico; y la búsqueda de la felicidad está dirigida hacia dimensiones trascendentes que dejan de lado el materialismo. El dinero es importante cuando sirve como recurso para alcanzar ciertos objetivos básicos de supervivencia y seguridad, pero en sí no es un predictor muy seguro de la felicidad. Se ha comprobado que la cantidad de dinero que una persona posee se correlaciona con la felicidad, en la medida que la persona esté satisfecha con su poder adquisitivo y nivel de ingresos (Cuadra & Florenzano, 2003). En este sentido, la educación es uno de los factores clave a tener en cuenta para fomentar y alcanzar un buen desarrollo del bienestar de las personas; ya que es uno de los pilares que puede hacer disminuir las diferencias sociales y junto con esto aumentar el acceso de los más desfavorecidos a la salud (Navarro, 2009). Como se ha desarrollado, el bienestar no es homogéneo en todos los ámbitos de una misma sociedad, sino que hay diversos factores, tales como las condiciones de vida, la ocupación laboral, el nivel educativo, el ciclo vital, que influyen en la satisfacción que las personas tengan con su vida (Victoria & González, 2000). En base a estos antecedentes, el presente estudio tuvo por objetivo realizar una adaptación del Índice de Felicidad de Pemberton en Argentina y, además, explorar diferencias en los niveles y dimensiones del bienestar de las personas en función del sexo, edad, nivel educativo y socioeconómico debido a que otros estudios han hallado variaciones en el bienestar en función de estas variables.

## Método

### Muestra

La muestra, no probabilística, intencional, estuvo conformada por 1198 sujetos residentes en la zona metropolitana de Buenos Aires de la República Argentina. El rango de edad de los participantes oscila entre los 18 a 60 años, ( $M = 27.82$  y  $DE=12.01$ ). El 43.2% fueron hombres y el 56.8% fueron mujeres. En cuanto al nivel educativo, un 36.8% sólo alcanzó a completar los estudios secundarios, un 12% se encuentra en un nivel terciario, un 47.2% corresponde a sujetos con estudios universitarios y un 4% a aquellos que poseían estudios de posgrado. En cuanto al nivel socioeconómico autopercebido, un 6% se considera dentro de un nivel socioeconómico bajo, un 17.2% dentro de uno medio-bajo, un 33% dentro de uno medio, un 30.9% dentro de uno medio-alto y un 12.9% en un nivel socioeconómico alto.

### Instrumento

Se utilizó un cuestionario auto-administrado diseñado ad-hoc integrado por una sección de datos personales que incluía edad, sexo, nivel educativo y nivel socioeconómico autopercebido, y por la escala PHI (Hervás, & Vázquez, 2013). La escala PHI consta de dos secciones. La primera, que evalúa el bienestar recordado, incluye 11 ítems relacionados con diferentes dominios de bienestar recordado: general, ítems 1 y 2; eudaimónico, ítems 3 a 8; hedónico, ítems 9 y 10 (siendo que el ítem 10 posee puntuación inversa), y bienestar social, ítem 11. Se trata de afirmaciones como "Estoy muy satisfecho con mi vida" o "Me siento muy unido a las personas que me rodean" ante las cuales el participante debe marcar su nivel de acuerdo o desacuerdo. El continuo de respuesta va de 0 a 10, siendo 0 "En total desacuerdo" y 10 "Totalmente de acuerdo". La segunda sección está integrada por 10 ítems relacionados con el bienestar experimentado el día próximo anterior. Se trata de 5 experiencias positivas (ej. "Pasé un rato divertido con alguien") y 5 experiencias negativas (ej. "Estuve preocupado por temas personales"). Las puntuaciones obtenidas en ambas secciones pueden ser transformadas en un índice de bienestar único. Para esto, las puntuaciones conseguidas en bienestar experimentado se suman (en el caso de las experiencias negativas se suma 1 cuando la experiencia negativa no está presente), obteniendo un ítem, denominado 12, cuyos valores pueden variar entre 0 y 10. Para un detalle de los ítems que contiene la escala puede verse Hervás y Vázquez (2013), para los ítems en inglés, o Martínez Zelaya et al. (2018), para los ítems en español.

### Procedimiento

El diseño elegido para la investigación fue transversal, retrospectivo ex-post-facto con un solo grupo y múltiples medidas (Montero & León, 2007). Para llegar a una muestra más amplia y heterogénea, se recolectaron los datos a través de Internet, enviando un e-mail a conocidos, que a su vez contactaron a otros conocidos (método bola de nieve), donde se proporcionó un link desde el cual se ac-

cedió al cuestionario online. El tiempo promedio para completar el cuestionario fue de 10 minutos. La participación fue voluntaria y anónima, y las respuestas fueron recabadas durante el lapso de 10 días. Antes de comenzar con la encuesta, los participantes debieron firmar un consentimiento informado, que cumple con los lineamientos para el comportamiento ético en las Ciencias Sociales y Humanas establecidos por el Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET) de Argentina (Res. D N° 2857/06).

#### Análisis de datos

Para conocer la validez factorial se efectuó un análisis factorial exploratorio, utilizando el método de factorización de ejes principales. A fin de establecer la confiabilidad como consistencia interna de la escala se calculó el alfa de Cronbach. Asimismo, se realizó un análisis descriptivo para cada ítem de la dimensión de bienestar recordado y para el bienestar experimentado. Para comparar los niveles de bienestar en función del sexo, se utilizó la prueba *t* de Student. Para analizar si existe alguna relación entre el bienestar y la edad, el nivel socioeconómico autopercebido y el nivel educativo, se utilizó la prueba *r* de Pearson.

## Resultados

#### Validez factorial de la escala

El índice de adecuación muestral de Kaiser Meyer Olkin (KMO) fue óptimo (11 ítems: .93 y 12 ítems: .92) y la prueba de esfericidad de Bartlett fue significativa (11 ítems:  $\chi^2(55) = 4875.731$ ,  $p < .001$ ; 12 ítems:  $\chi^2(66) = 5043.549$ ,  $p < .001$ ), indicando la factibilidad del análisis factorial exploratorio. Al considerar los 11 ítems de bienestar recordado, se obtiene un solo factor que explica un 45.53% de la varianza. En el caso de considerar además el bienestar experimentado como ítem 12, se obtienen dos factores, que explican el 52.78% de la varianza; debido a que los factores no están correlacionados, se aplicó una rotación Varimax. El primer factor incluye los ítems de bienestar recordado y el segundo factor el ítem 12, relativo al bienestar experimentado. Sin embargo, el ítem 10 de bienestar recordado, relativo a emocionalidad negativa resulta complejo, por lo que se recomienda su no utilización.

Al efectuar un AFE de la escala sin el ítem 10, se obtiene, al considerar sólo el bienestar recordado, un factor que explica el 49.85% de la varianza. Al incluir el bienestar experimentado, se confirma la extracción de dos factores, pero de difícil interpretación teórica, siendo que el bienestar experimentado no carga en el primer factor y, en el segundo factor, presenta una carga muy baja (.170). De esta forma, se propone utilizar únicamente la dimensión recordada del bienestar sin considerar el ítem relativo a emocionalidad negativa (ítem 10).

#### Consistencia interna de la escala

Se estimó la consistencia interna del instrumento, considerando los ítems relativos a bienestar experimentado sin incluir el ítem 10, calculando el coeficiente Alfa de Cronbach. Se obtuvo una fiabilidad satisfactoria ( $\alpha = .88$ ).

Tabla 1.  
*Estadísticos descriptivos para cada ítem*

Ítem	Media	DE	D
<i>Bienestar Recordado</i>			
1- Me siento muy satisfecho/a con mi vida	7.42	2.09	.68
2- Me siento con la energía necesaria para cumplir bien mis tareas cotidianas	6.78	2.44	.71
3- Siento que mi vida es útil y valiosa	8.14	2.21	.55
4- Me siento satisfecho/a con mi forma de ser	7.49	2.19	.66
5- Mi vida está llena de aprendizajes y desafíos que me hacen crecer	8.23	2.16	.55
6- Me siento muy unido a las personas que me rodean	8.18	2.11	.45
7- Me siento capaz de resolver la mayoría de los problemas de mi día a día	7.55	2.15	.53
8- Siento que lo importante puedo ser yo mismo/a	8.00	2.16	.50
9- Disfruto cada día de muchas pequeñas cosas	7.61	2.26	.57
10- En mi día a día tengo muchos ratos en los que me siento mal	5.83	3.19	---
11- Siento que vivo en una sociedad que me permite desarrollarme plenamente	5.06	2.68	.57
12- <i>Bienestar experimentado</i> (ver detalle en Tabla 2)	5.55	1.77	---
<i>Puntaje Total</i> (sin ítem 10 y sin bienestar experimentado)	6.69	1.41	

Nota. *D* = índice de discriminación del ítem. Para efectuar el cálculo se crearon dos grupos, los que obtuvieron alto PHI ( $\geq 7.70$ ) y los que obtuvieron bajo PHI ( $\leq 6$ ). Para cada ítem se restó a la cantidad de sujetos pertenecientes al grupo alto que obtuvieron puntuaciones altas en el ítem ( $\geq 7$ ), la cantidad de sujetos que lo hicieron en el grupo bajo y a este valor se lo dividió por la cantidad de sujetos del grupo alto. Un  $D \geq .40$  indica que el ítem discrimina muy bien.

#### Niveles de bienestar

La Tabla 1 presenta los resultados obtenidos. La media general de PHI (considerando únicamente los ítems 1-9 y 11 de bienestar recordado) es superior a las reportadas por Velázquez, Mikkelsen, Linares y Celemín (2010) en Argentina ( $M = 6.29$ ) y Myers y Diener (1995) a nivel mundial ( $M = 6.33$ ). Los participantes reportan satisfacción global con la vida (ítem 1), y un buen grado de vitalidad (ítem 2). En lo que hace al bienestar eudaimónico, que abarca las seis áreas del bienestar psicológico desarrolladas por Ryff (1989), se obtuvieron puntajes por encima de la media teórica, muy cercanos a lo que sería el cuarto cuartil teórico. Los participantes exhiben un buen bienestar psicológico y buenos resultados en los subdominios de: sentido de vida (ítem 3), crecimiento personal (ítem 4), autoaceptación (ítem 5), relaciones positivas (ítem 6), control percibido u dominio del entorno (ítem 7) y autonomía (ítem 8). En cuanto a la dimensión hedónica del bienestar, el ítem 9 (afecto positivo), arrojó un puntaje por encima al tercer cuartil teórico. Sin embargo, cuando se considera la afec-



tividad negativa (ítem 10), comparativamente esta resulta algo elevada ya que alcanza un nivel similar a la media teórica. Con respecto a la última dimensión del bienestar recordado, bienestar social (ítem 11), se obtuvo un puntaje que apenas supera la media teórica, lo que habla de una percepción de bienestar social más bien bajo.

En lo que hace al bienestar experimentado (Tabla 2) puede observarse un equilibrio general entre experiencias positivas y negativas, con una leve inclinación hacia las experiencias positivas, encabezadas por el disfrute, la diversión y la satisfacción.

Tabla 2.  
*Porcentaje de participantes que reportan experiencias positivas y negativas*

Bienestar Experimentado	Si
1- Me sentí satisfecho/a por algo que hice	77.8%
2- En algunos momentos me sentí desbordado/a	49.2%
3- Pase un rato divertido con alguien	83.1%
4- Me aburrí durante bastante tiempo	60.2%
5- Hice algo que realmente disfruto haciendo	72.7%
6- Estuve preocupado/a por temas personales	39.4%
7- Aprendí algo interesante	51.0%
8- Pasaron cosas que me enfadaron mucho	59.8%
9- Me permití un capricho	43.1%
10- Me sentí menospreciado/a por alguien	63.4%

Nota. El porcentaje presentado indica la cantidad de participantes que declara haber experimentado lo que señala cada una de las afirmaciones presentadas.

*Diferencias según variables sociodemográficas*

Se realizó un análisis de diferencias de medias para explorar si existen diferencias en el bienestar en función del sexo de los sujetos. Se obtuvieron diferencias significativas respecto a la vitalidad (ítem 2), auto-aceptación (ítem 4), control ambiental (ítem 7), el bienestar social (ítem 11) y el bienestar total (ítems 1-9 y 11), siendo que los hombres presentan mayor bienestar que las mujeres en estos dominios (ver Tabla 3). En lo que respecta a la vitalidad, se halló un tamaño del efecto entre pequeño y mediano ( $d = .31$ ). Para la auto-aceptación, el tamaño del efecto es pequeño ( $d = .26$ ). Las diferencias halladas en el control ambiental, bienestar social y bienestar total son de tamaño muy pequeño ( $d = .18$ ;  $d = .19$ ;  $d = .17$ , respectivamente).

Al explorar la relación entre la edad de los participantes y sus niveles de bienestar, se observa que a mayor edad las personas manifiestan poseer mayor bienestar. Esto puede verse en los subdominios de satisfacción con la vida (ítem 1), vitalidad (ítem 2), autoaceptación (ítem 4), relaciones positivas (ítem 6), control percibido (ítem 7), autonomía (ítem 8), afecto positivo (ítem 9) y bienestar social (ítem 11, ver Tabla 4).

Tabla 3.  
*Diferencias en los niveles de bienestar según sexo*

Ítem	H	M	<i>t</i>	<i>gl</i>	<i>p</i>
1- Me siento muy satisfecho/a con mi vida	7.50	7.36	1.21	1183.178	.225
2- Me siento con la energía necesaria para cumplir bien mis tareas cotidianas	7.21	6.46	5.41	1166.666	<.001
3- Siento que mi vida es útil y valiosa	8.25	8.05	1.56	1185.855	.110
4- Me siento satisfecho/a con mi forma de ser	7.78	7.26	4.22	1187.488	<.001
5- Mi vida está llena de aprendizajes y desafíos que me hacen crecer	8.34	8.14	1.64	1183.564	.100
6- Me siento muy unido a las personas que me rodean	8.12	8.22	-.87	1153.670	.384
7- Me siento capaz de resolver la mayoría de los problemas de mi día a día	7.78	7.38	3.28	1179.093	.001
8- Siento que lo importante puedo ser yo mismo/a	8.12	7.90	1.76	1185.524	.077
9- Disfruto cada día de muchas pequeñas cosas	7.56	7.64	-.63	1124.306	.527
10- En mi día a día tengo muchos ratos en los que me siento mal	5.92	5.75	.91	1122.736	.361
11- Siento que vivo en una sociedad que me permite desarrollarme plenamente	5.35	4.84	3.25	1100.036	.001
12- Bienestar experimentado	5.45	5.62	1.64	1196	.100
Puntaje Total (ítems 1-9 y 11)	6.83	6.59	2.93	1184.937	.003

Nota: H = Hombre y M = Mujer

Respecto a la relación de bienestar y nivel educativo, en términos generales, no se ha encontrado una relación significativa en cuanto al nivel de estudios alcanzados y el grado de bienestar total. No obstante, se verificó que, a mayor nivel educativo, mayor es el dominio del entorno (ítem 7), aunque también es menor el bienestar experimentado (ítem 12) y mayor el afecto negativo (ítem 10). En cuanto al análisis de la relación entre el bienestar y nivel socioeconómico autopercebido, se verificó una relación significativa entre estas dos variables; es decir que, a mayor nivel socioeconómico autopercebido, mayor es el grado de bienestar.

Tabla 4. *Relación entre bienestar y edad, nivel socioeconómico y nivel educativo*

Ítem	Edad	Nivel Educ.	Nivel Socioec.
1- Me siento muy satisfecho/a con mi vida	.080**	.027	.289***
2- Me siento con la energía necesaria para cumplir bien mis tareas cotidianas	.146***	.042	.154***
3- Siento que mi vida es útil y valiosa	.046	.047	.186***
4- Me siento satisfecho/a con mi forma de ser	.065*	.008	.137***
5- Mi vida está llena de aprendizajes y desafíos que me hacen crecer	-.037	.048	.127***
6- Me siento muy unido a las personas que me rodean	.081**	.055	.140***
7- Me siento capaz de resolver la mayoría de los problemas de mi día a día	.133***	.105***	.134***
8- Siento que lo importante puedo ser yo mismo/a	.064*	.028	.149***
9- Disfruto cada día de muchas pequeñas cosas	.129***	.028	.082**
10- En mi día a día tengo muchos ratos en los que me siento mal	.036	.200***	.022
11- Siento que vivo en una sociedad que me permite desarrollarme plenamente	.063*	.037	.213***
12- Bienestar experimentado	-.042	-.063*	.087**
Puntaje Total (Ítems 1-9 y 11)	.103***	.051	.236***

\* $p < .050$ . \*\* $p < .010$ . \*\*\* $p < .001$ .

## Discusión

El Índice de Felicidad de Pemberton busca evaluar el bienestar desde un aspecto integrativo que intenta cubrir los principales dominios del bienestar descritos en la literatura. La escala aplicada a la zona metropolitana de Buenos Aires, es fiable y consta de una buena consistencia interna, aunque se aconseja utilizar únicamente los 11 ítems directos de la dimensión recordada. Todos estos ítems presentan un muy buen poder discriminativo.

Los datos obtenidos en este estudio son similares a los hallados en otras investigaciones sobre bienestar realizadas en la misma zona geográfica (Zubieta & Delfino, 2010; Zubieta, Muratori, & Fernández, 2012; Zubieta, Muratori & Mele, 2012). Los participantes de este estudio poseen niveles altos de bienestar, sobre todo respecto al bienestar psicológico y los subdominios de satisfacción con la vida y afecto positivo. Sin embargo, respecto al bienestar social, se han obtenido puntuaciones más bajas, cercanas a la media teórica. Como limitación observada, se debe tener en cuenta que la muestra no presentó sujetos con bajo nivel educativo y que son pocos los participantes que dicen presentar un bajo nivel socioeconómico.

En cuanto a las diferencias en los niveles de bienestar en función del sexo de los participantes, los hombres exhibieron mayor bienestar que las mujeres. Esto se observó en los subdominios de vitalidad, auto-aceptación, control ambiental, bienestar social y bienestar total. Los datos son similares a los reportados en otras investigaciones (Moreno & Marrero, 2015; Muratori, Delfino & Zubieta, 2012; Puskar et al., 2010), que demostraron que los hombres tienen un mayor optimismo y autoestima en comparación con las mujeres. Aun así, los tamaños del efecto hallados en estas diferencias son pequeños, por lo que estos resultados deben interpretarse con cuidado.

Al considerar la relación entre bienestar y edad, se observó que, a mayor edad, mayor es el nivel de bienestar alcanzado. Esto se ha verificado tanto en términos generales (PHI total), como en los subdominios de satisfacción con la vida, vitalidad, auto-aceptación, relaciones positivas, control percibido, autonomía, afecto positivo y bienestar social. Este hallazgo difiere con lo encontrado por Clarke et al. (2000), que habían verificado que las dimensiones de autonomía y auto-aceptación no estaban relacionadas significativamente con la edad, mientras que el resto de las dimensiones de bienestar psicológico se relacionaban con la edad, pero de forma inversa.

Respecto al bienestar experimentado, así como también al sentido de vida y el crecimiento personal no se ha encontrado relaciones significativas con la edad. Estos resultados son similares a los obtenidos en los estudios de Ryff et al. (2001), que encontraron que las puntuaciones de autonomía y dominio del entorno tendían a aumentar con la edad.

Al realizar el análisis de correlación entre bienestar y nivel educativo, no se hallaron relaciones significativas a nivel general, pero si se verificó que las personas con mayor nivel educativo han demostrado tener más control sobre el entorno. Sin embargo, quienes tienen un mayor nivel educativo también puntúan más alto en afecto negativo. Cabe considerar que es posible que esta afectividad negativa más elevada no se deba necesariamente al hecho de haber alcanzado estudios superiores, sino que esté más vinculada a la ocupación de dichos participantes y las presiones vinculadas al trabajo. Esto no concuerda con lo postulado por Melchior, Berkman, Niedhammer, Chea y Goldberg, (2003), que sostienen que las personas con mayor nivel educativo, perciben mayor apoyo social; lo cual a su vez daría cuenta de un mayor grado de bienestar y calidad de vida, debido a que el apoyo social es uno de los factores que está fuertemente relacionado al estado de salud general.

Se halló una correlación significativa entre el bienestar y nivel socioeconómico autoreportado en todas las dimensiones, exceptuando el afecto negativo. Es decir, que los participantes que manifestaron pertenecer a un nivel socioeconómico más elevado han demostrado tener mayor bienestar. Estos resultados similares habían sido encontrados por Fernandes, Vasconcelos-Raposo y Brustad (2012).

El PHI permite medir el bienestar de manera breve, rápida, precisa e integrativa. Posibilita conocer y obtener informa-

ción sobre el grado de bienestar de los sujetos, y con ello planificar futuros trabajos de prevención e intervención en los sectores que sean más desfavorecidos y vulnerables, con el fin de ampliar la salud de la población. Teniendo en cuenta que la escala adaptada al contexto argentino únicamente evalúa bienestar y afectividad positiva, se recomienda aplicarla en conjunto con otra que evalúe, por ejemplo, malestar (Brenlla & Aranguren, 2010). Al ser un instrumento corto, permite obtener información optimizando no solo el tiempo, sino también recursos materiales, sociales y económicos.

## REFERENCIAS

- Alandete, J.G. (2013). Bienestar psicológico, edad y género en universitarios españoles. *Salud & Sociedad, 4*(1), 48-58. <https://doi.org/10.22199/S07187475.2013.0001.00004>
- Atienza, F., Pons, D., Balaguer, I., y García-Merita, M. (2000). Propiedades psicométricas de la Escala de Satisfacción con la Vida en adolescentes. *Psicothema, 12*(2), 314-319.
- Blanco, A., & Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema, 17*(4), 582-589.
- Brenlla, M. y Aranguren, M. (2010). Adaptación argentina de la Escala de Malestar Psicológico de Kessler (K10). *Revista de Psicología de la PUCP, 28*(2) 309-340.
- Cabañero, M.J., Richard, M., Cabrero, J., Orts, M.I., Reig, A., & Tosal, B. (2004). Fiabilidad y validez de una Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema, 16*(3), 448-455.
- Clarke, P.J., Marshall, V.W., Ryff, C.D., & Rosenthal, C.J. (2000). Well-being in Canadian seniors: Findings from the Canadian study of health and aging. *Canadian Journal on Aging/La Revue Canadienne du Vieillessement, 19*(2), 139-159. <https://doi.org/10.1017/S0714980800013982>
- Cooper, D., McCausland, W.D., & Theodossiou, I. (2013). Income inequality and wellbeing: The plight of the poor and the curse of permanent inequality. *Journal of Economic Issues, 47*(4), 939-958. <https://doi.org/10.2753/JEI0021-3624470407>
- Cuadra, H., & Florenzano, R. (2003). El bienestar subjetivo: hacia una psicología positiva. *Revista de Psicología, 12*(1), 83-96.
- De Aranillas, R.M., Borrero, M.F., Moreno, P.P., & Bollido, M.F. (2010). Evidencias de validez de la adaptación al español de la escala de satisfacción con la vida (SWLS) en una muestra de estudiantes universitarios. *Metodología de Encuestas, 12*(1), 45-62.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Dierendonck, D.V. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema, 18*(3), 572-577.
- Díaz, J., & Sánchez, M.P. (2002). Relaciones entre estilos de personalidad y satisfacción autopercebida en diferentes áreas vitales. *Psicothema, 14*(1), 100-105.
- Diener, E., & Lucas, R.E. (1999). 11 personality and subjective well-being. En D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: Foundations of Hedonic Psychology* (pp. 213-229). Nueva York: Russel Sage Foundation.
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. W., & Oishi, S. (2009). New measures of well-being. *Assessing Well-being, 39*, 247-266. [https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4\\_12](https://doi.org/10.1007/978-90-481-2354-4_12)
- Diener, E.D., Emmons, R.A., Larsen, R.J. y Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Fernandes, H.M., Vasconcelos-Raposo, J., & Brustad, R. (2012). Factors Associated with Positive Mental Health in a Portuguese Community Sample: A Look Through the Lens of Ryff's Psychological Well-Being Model. En V. Olisah (Ed.) *Essential Notes in Psychiatry* (pp. 496-514). Croacia: InTech.
- Hervás, G., & Vázquez, C. (2013). Construction and validation of a measure of integrative well-being in seven languages: The Pemberton Happiness Index. *Health and Quality of Life Outcomes, 11*(1), 66. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-11-66>
- Keyes, C.L. (1998). Social well-being. *Social Psychology Quarterly, 61*(2) 121-140. <https://doi.org/10.2307/2787065>
- Keyes, C.L., & Annas, J. (2009). Feeling good and functioning well: Distinctive concepts in ancient philosophy and contemporary science. *The Journal of Positive Psychology, 4*(3), 197-201. <https://doi.org/10.1080/17439760902844228>
- Martínez Zelaya, G., Bilbao, M., Costa, D. & da Costa, S. (2018). Bienestar y su medida: validación del Pemberton Happiness Index en 3 países latinoamericanos. *Revista Latinoamericana de Psicología Positiva / Latinamerican Journal of Positive Psychology, 4*, 125-140.
- Medrano, L.A., Kanter, E.F., Trógolo, M., Ríos, M., Curerello, A., & González, J. (2015). Adaptación de la Escala de Afecto Positivo y Negativo (PANAS) para la población de Estudiantes Universitarios de Córdoba. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología, 2*(1), 22-36.
- Melchior, M., Berkman, L.F., Niedhammer, I., Chea, M., & Goldberg, M. (2003). Social relations and self-reported health: a prospective analysis of the French Gazel cohort. *Social Science & Medicine, 56*(8), 1817-1830. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(02\)00181-8](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(02)00181-8)
- Montero, I., & León, O.G. (2007). A guide for naming research studies in Psychology. *International Journal of Clinical and Health Psychology, 7*(3), 847-862.
- Moreno, Y., & Marrero, R.J. (2015). Optimismo y autoestima como predictores de bienestar personal: Diferencias de género. *Revista Mexicana de Psicología, 32*(1), 27-36.
- Moriondo, M., De Palma, P., Medrano, L.A., & Murillo, P. (2012). Adaptación de la Escala de Afectividad Positiva y Negativa (PANAS) a la población de adultos de la ciudad de Córdoba: análisis psicométricos preliminares. *Universitas Psychologica, 11*(1), 187-196.
- Muratori, M., Delfino, G., & Zubieta, E.M. (2012). Sucesos vitales y bienestar. *Anuario de Investigaciones, 19*(1), 49-57.
- Myers, D.G., & Diener, E. (1995). Who is happy?. *Psychological science, 6*(1), 10-19. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Navarro, V. (2009). What we mean by social determinants of health. *International Journal of Health Services, 39*(3), 423-441. <https://doi.org/10.2190/HS.39.3.a>
- Puskar, K.R., Marie Bernardo, L., Ren, D., Haley, T.M., Hetager-Tark, K., Switala, J., & Siemon, L. (2010). Self-esteem and optimism in rural youth: Gender differences. *Contemporary Nurse, 34*(2), 190-198. <https://doi.org/10.5172/conu.2010.34.2.190>

- 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. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C.D. (1989a). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: New directions in quest of successful ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), 35-55. <https://doi.org/10.1177/016502548901200102>
- Ryff, C.D. (1989b). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C.D., Kwan, C.M., & Singer, B.H. (2001). Personality and Aging. En E. Birren & K.W. Schaie (eds.), *Handbook of the Psychology of Aging*, (pp.477-499) Londres: Oxford University Press.
- Veenhoven, R. (1994). El estudio de la satisfacción con la vida. *Intervención Psicosocial*, 3, 87-116.
- Velázquez, G.A., Mikkelsen, C., Linares, S. & Celemín, J.P. (2014). *Calidad de Vida en Argentina. Ranking del bienestar por departamentos (2010)*. Tandil: Centro de Investigaciones Geográficas (CIG) - CONICET/UNCPBA.
- Victoria, C.R., & González, I. (2000). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.
- Watson, D., Clark, L.A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(6), 1063-1070. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.54.6.1063>
- Zubieta, E.M., & Delfino, G. (2010). Satisfacción con la vida, bienestar psicológico y bienestar social en estudiantes universitarios de Buenos Aires. *Anuario de Investigaciones*, 17, 277-283.
- Zubieta, E.M., Muratori, M., & Fernández, O. (2012). Bienestar subjetivo y psicosocial: explorando diferencias de género. *Salud & Sociedad: Investigaciones en Psicología de la Salud y Psicología Social*, 3(1), 66-76.
- Zubieta, E.M., Muratori, M., & Mele, S. (2012). Bienestar, clima emocional, percepción de problemas sociales y confianza. *Anuario de Investigaciones*, 19(1), 97-106.
- Zubieta, E., Fernández, O., & Sosa, F. (2012). Bienestar, valores y variables asociadas. *Boletín de Psicología*, 106(3), 7-27.

Fecha de recepción: 31 de marzo de 2019  
Fecha de aceptación: 25 de octubre de 2019