

Bienestar subjetivo desde la perspectiva de la persona mayor. Una investigación desde Cuba

Subjective well-being from the perspective of the elderly. A study from Cuba

Georgina Jocik-Hung*

<https://orcid.org/orcid.org/0000-000206508-3455>

Alisa N. Delgado-Tornés²

<https://orcid.org/0000-0001-9061-2585>

Universidad de Granma, Granma, Cuba

*Autora para la correspondencia: gjocikhung@gmail.com

Resumen

El estudio del bienestar subjetivo en la persona mayor ha cobrado importancia en el contexto contemporáneo debido al envejecimiento poblacional que enfrenta el mundo, ante el cual resulta menester trazar estrategias de acción que permitan proveer oportunidades para alcanzar una edad avanzada con un adecuado nivel de calidad de vida y bienestar que le permita a la persona que envejece mantener un funcionamiento activo y aportar sus capacidades creadas al contexto en el que se desarrolla. El objetivo del presente trabajo es caracterizar el bienestar subjetivo de las personas mayores. Para ello, se diseña un estudio cualimétrico, en el que se aplica el Índice de Bienestar Subjetivo JAB a 935 personas mayores del municipio Bayamo y se valoran las mediaciones sociales. Los resultados mostraron la existencia de bienestar subjetivo alto y medio en el 34.20% y 29.90% respectivamente, con una tendencia a su estabilidad o incremento con el paso de los años. Resaltan como aspectos importantes en la consecución del bienestar subjetivo en esta etapa a la pareja y a la educación o instrucción que la persona posea, además de las circunstancias sociales del contexto que les condicionan. Estos hallazgos reflejan la necesidad de realizar estudios longitudinales que permitan profundizar en el bienestar subjetivo en la población estudiada.

Palabras clave: bienestar subjetivo, persona mayor, satisfacción con la vida, felicidad, calidad de vida.

Abstract

The study of subjective well-being in the elderly has gained importance in the contemporary context due to the population aging that the world is facing, in response to which it is necessary to draw up action strategies that allow providing opportunities to reach an advanced age with an adequate level of quality of care. life and well-being that allows the aging person to maintain active functioning and contribute their created capacities to the context in which they develop. The objective of this work is to characterize the subjective well-being of older people. To this end, a qualimetric study is designed, in which the JAB Subjective Well-being Index is applied to 935 older people from the Bayamo municipality and social mediations are assessed. The results showed the existence of high and medium subjective well-being in 34.20% and 29.90% respectively, with a trend towards stability or increase over the years. They highlight as important aspects in achieving subjective well-being at this stage the couple and the education or instruction that the person has, in addition to the social circumstances of the context that condition them. These findings reflect the need to carry out longitudinal studies that allow us to delve deeper into the subjective well-being of the population studied.

Keywords: subjective well being, elderly person, life satisfaction, happiness, quality of live.

Introducción

El envejecimiento poblacional que experimenta la humanidad en los últimos años no tiene precedentes en la historia. Ocurre a ritmos acelerados y diferentes, con mayor afectación en aquellos países en los que el proceso transcurre en menos tiempo. Esta compleja situación se pronostica en ascenso, pues según la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS, 2017) para el 2050 alcanzará al 80% de las personas mayores en países de medianos y bajos ingresos, con una tendencia a cuadruplicarse, lo que resulta alarmante.

En particular la región de América Latina y el Caribe, ha experimentado un proceso de desplazamiento de la población hacia los grupos de edades superiores más rápido que otras regiones del mundo (CELADE, 2023). Esta modificación en la estructura por edad de los países ocasiona un aumento significativo de la proporción de personas mayores. Este proceso, consecuencia de disímiles mediaciones socioeconómicos, culturales y de la transición epidemiológica y demográfica, se deriva por un lado, de la

disminución sostenida de la mortalidad y por otro, de la disminución de la fecundidad, generando el incremento de la esperanza de vida que se genera (Álvarez, 2017; CELADE, 2023).

En esta dirección, ya desde el año 2015, expertos del Centro Latinoamericano y Caribeño Demografía estiman que en el año 2040 existan en la región 73 economías envejecidas en el mundo, entre ellas las de Brasil, Uruguay, Chile, Costa Rica y Cuba (CEPAL, 2015). Esta situación, con importantes consecuencias económicas, sociales y epidemiológicas altera la estructura de las economías, las relaciones entre los diversos grupos etarios al interno de los países y requiere de cambios importantes en las políticas y estrategias públicas, en aras de garantizar la calidad de vida y el bienestar de las personas que arriban a estas edades.

En Cuba las proyecciones indican que para el 2050 el 39,7% de su población estará envejecida (Jocik et al., 2017; Alfonso *et al.*, 2021; Collazo, 2023). Según Bayarre *et al.*, (2018) estos datos representan más de la tercera parte del total de la población del archipiélago, lo cual significa que será el noveno país en cantidad de población per cápita de ancianos del planeta. La longevidad anteriormente citada, adquiere matices particulares en la isla, pues el proceso se acelera por los movimientos migratorios que se producen. La situación repercute en todas las aristas de la vida social, generando preocupaciones pues su abordaje requiere del aumento en los presupuestos del Estado en gastos de salud, asistencia social, subsidios, instituciones especializadas, entre otros, así como para los propios ancianos, sus familiares y los gobiernos, en diferentes niveles, encargados de trazar políticas.

Visto desde la Psicología positiva y la Psicología de la salud, llegar a la adultez mayor, si bien constituye un logro de la humanidad y una oportunidad para el desarrollo (Bayarre *et al.*, 2018), es un proceso que debe ser atendido con prontitud y de manera prioritaria, al implicar un reto para la sociedad proveer oportunidades para que todos puedan alcanzar una edad avanzada con un adecuado nivel de calidad de vida y bienestar que le permita a la persona que envejece mantener un funcionamiento activo y aportar sus capacidades creadas al contexto en el que se desarrolla. Aunque el tema de la subjetividad no ha sido abordado directamente como tal, sí existe entre los sociólogos contemporáneos un interés por comprender la producción de sentido de las prácticas sociales. Desde el enfoque sociofenomenológico (Berger y Luckmann, 1993), el individuo es un actor social que reproduce su contexto social a partir de sus interacciones cotidianas. Estos autores incorporan la subjetividad

como dato pertinente para el análisis de la vida cotidiana, donde esta propuesta combina teoría y análisis empírico: “El análisis constitucional fenomenológico y la reconstrucción empírica de las construcciones humanas de la realidad se complementan mutuamente” (Berger y Luckmann, 1993, p. 21).

En este sentido, envejecer de manera saludable, con funcionalidad, calidad de vida y bienestar subjetivo a lo largo de la vida constituye una de las vías para favorecer el proceso, en aras de lograr que nuestros mayores logren vivir una vida digna. Es por ello importante, no solo centrar las investigaciones en los procesos patológicos, disfuncionales y/o carenciales que pudieran marcar la existencia, sino además, profundizar científicamente en los aspectos que caracterizan, matizan y acentúan la existencia de satisfacción, felicidad y bienestar en la persona mayor, como una vía de acción proactiva para crear las condiciones que permitan o favorezcan generar estas vivencias positivas y acceder a beneficios sociales en el mayor número de personas mayores posibles, permitiéndoles vivir a plenitud.

En atención a lo antes referido y atendiendo a la necesidad de que las instituciones educativas en todos los niveles presten atención a la educación para la vida, la presente investigación, constituye un acercamiento a la comprensión del bienestar subjetivo desde la perspectiva de los sujetos investigados, por lo cual se formuló como objetivo de investigación el siguiente:

Caracterizar el bienestar subjetivo de las personas mayores del municipio Bayamo, en la provincia de Granma.

Metodología

Se desarrolla un análisis cualimétrico, con un diseño no experimental, de tipo descriptivo y transeccional en Bayamo, Granma durante el año 2023. Esta área geográfica cuenta con un total de 43 175 personas mayores, que representan el 21.2% de su población (Fariñas y Carmona, 2023). Para la selección de los participantes, se realiza un muestreo probabilístico por conglomerado polietápico, en el cual se consideran como áreas de primera etapa a los 5 policlínicos del municipio (Bayamo Norte, Tipo III, 13 de marzo, Rene Valejo y Mabay), como áreas de segunda etapa a los consultorios médicos de la familia que estén comprendidos en los policlínicos seleccionados, y como áreas de tercera etapa a las personas mayores que forman parte de los consultorios médicos.

A partir de estos elementos, se procede a la selección de las áreas de primera etapa, quedando dos policlínicos (Bayamo y 13 de marzo). Luego, en las áreas de segunda etapa (43 consultorios de estas dos instituciones de salud), quedan seleccionados 33 consultorios médicos de la familia. La selección de las áreas de tercera etapa se realiza al azar, a partir de que las personas mayores cumplan los criterios de inclusión, exclusión y eliminación.

Los criterios de inclusión refieren que la persona mayor debe poseer entre 60 y 74 años de edad, ser funcionalmente válida durante la investigación, vivir en el municipio Bayamo por 5 años como mínimo y ofrecer su consentimiento para participar en la investigación. Los criterios de exclusión delimitan que las personas mayores no forman parte de la muestra si presentan alteraciones afectivas, deterioro cognitivo moderado o severo, o no completan los instrumentos aplicados, mientras que serán eliminados si deciden no participar o abandonar la investigación.

Como resultado del muestreo, quedan seleccionadas 935 personas mayores, de las que el 37,3% son mujeres y el 62,7% hombres, el 27,1% se ubica entre los 60-64 años, el 27,3% entre 65-69 y el 45,7% entre 70-74. Por su estado civil, el 50,4% son casados, el 16,9% son solteros, el 12,9% son divorciados y el 19,8% son viudos. Por su nivel de escolaridad el 8,1% son analfabetos, el 38,6% obtuvieron el nivel primario, el 22,8% el secundario, el 17,3% el nivel preuniversitario y el 13,2% el nivel universitario.

Variables empleadas

Bienestar subjetivo: configuración psicológica de carácter procesal y vivencial que se expresa a partir de la valoración que realiza la persona de su vida como un todo o de alguna parte de ella, mediatizada por los condicionantes sociales en los que ha transcurrido su desarrollo. Se aborda desde dos dimensiones fundamentales: la dimensión cognitiva, que engloba la satisfacción consigo mismo, satisfacción con la familia y satisfacción con la sociedad y la dimensión afectiva, en la que se valoran los procesos afectivos positivos y negativos.

Variables sociodemográficas: rasgos sociales del conjunto de personas, que develan algunas particularidades del fenómeno en la población estudiada. Para el presente estudio se consideran las siguientes: edad (entre los 60 y 74 años de edad, se organiza en tres grupos: de 60-64, de 65-69 y de 70-74), sexo (masculino y femenino), estado civil (casado, soltero, divorciado y viudo) y el nivel de escolaridad (analfabeto, nivel primario, nivel secundario, nivel preuniversitario y universitario).

Métodos de recolección de la información, procesamiento y análisis

Durante la investigación se aplican tres instrumentos. Dos de ellos como parte del proceso de selección de la muestra (la entrevista inicial y el Mini mental State Examination). La entrevista inicial permite un primer acercamiento a las personas mayores, durante el cual se explican los objetivos del estudio, se recogen las variables sociodemográficas delimitadas y el consentimiento de la persona mayor para participar. El Mini mental State Examination se emplea para evaluar uno de los criterios de exclusión, la existencia de deterioro cognitivo moderado o severo.

El tercer instrumento, es el Índice de Bienestar Subjetivo (JAB) con el cual se evalúan los niveles de bienestar o malestar subjetivo presentes en la persona mayor, en atención a dos dimensiones: la dimensión cognitiva y la afectiva. En consecuencia, se considera que el individuo se evalúa con bienestar subjetivo cuando obtiene un nivel alto (puntuaciones entre 53 - 56) o medio (alcanza entre 48 - 52 puntos) y con malestar subjetivo, cuando las puntuaciones los ubican en los niveles bajo (43 - 47 puntos) y muy bajo (\leq de 42 puntos).

El procedimiento para la caracterización del bienestar subjetivo comprende el análisis de esta categoría por niveles y por variables sociodemográficas. En el primer caso se caracteriza el bienestar subjetivo a través de los niveles alto y medio y el malestar subjetivo a través de los niveles bajo y muy bajo, obtenidos por las personas mayores que forman parte de la muestra. En el segundo caso, el análisis se realiza en correspondencia con la edad, el sexo, el estado civil y el nivel de escolaridad. Los resultados se recogen en una base de datos, para cuyo análisis se utiliza el paquete estadístico SPSS 11. 5 con la estadística descriptiva. Los resultados se presentaron en gráficos.

Aspectos éticos del estudio

Para la investigación se presta atención a los aspectos éticos, al obtener el consentimiento de la dirección del área de salud implicada y las personas mayores seleccionadas. A los mismos se les explican los objetivos del estudio y la necesidad de su aprobación.

Resultados y discusión

La caracterización del bienestar subjetivo en la adultez mayor pone de relieve nuevas posturas en torno a la etapa evolutiva, las que conllevan necesariamente a un tratamiento diferente del grupo poblacional. Los

datos de la Figura 1 muestran que, en general, las personas mayores estudiadas, poseen altos niveles de bienestar subjetivo, como resultado de una apreciación positiva de la satisfacción con la vida y del predominio afectivo positivo, mientras que los niveles bajo o muy bajo aparecen en un grupo menor de los casos.

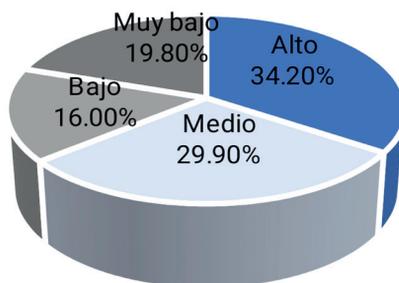


Figura 1. Distribución de personas mayores según niveles de bienestar subjetivo

Los hallazgos realizados en la presente investigación ponen de manifiesto la existencia de altos niveles de bienestar subjetivo en las personas mayores que forman parte del estudio, al poseer una apreciación positiva de la satisfacción con la vida y el predominio de afectos positivos e incentivos socioculturales que contribuyen a ello. Resultados similares encuentran investigadores de otros países (Lucas Carrasco, 2012; Zubieta *et al.*, 2012; Torres y Flores, 2018; Bayres, 2022) quienes resaltan la existencia de bienestar subjetivo en las personas mayores, a pesar del incremento de los años. Según Zika & Chamberlain (citado en Torres y Flores, 2018), además de experimentar bienestar, este sector poblacional muestra cierta estabilidad durante el ciclo vital, aunque ante la presencia de cambios significativos, las variables moderadoras de la satisfacción, pueden alterar la forma en que se valora la vida incidiendo en ello las circunstancias sociales y culturales del contexto.

Para explicar los niveles altos de bienestar subjetivo y su relativa estabilidad en las personas mayores algunos autores (Ryff, 2005; Ortiz y Castro, 2009; Raibley, 2012; Jaisri, 2016; Alvarado *et al.*, 2017 y Torres y Flores, 2018; Baquedano-Rodríguez y Rosas-Muñoz, 2020; Caleja *et al.*, 2022) asumen que se debe a la coincidencia o aproximación entre sus percepciones sobre la vida y las aspiraciones que poseen. En este sentido plantean que las personas mayores poseen una alta capacidad adaptativa que les permite ajustarse a los cambios propios de la etapa, replantearse sus metas y desafíos, y adaptarlas a sus nuevas capacidades sociales, psicológicas y físicas.

En relación con lo anterior, Folkman, Lazarus, Pimley y Novacek (citado en Torres y Flores, 2018) explican que, en esta etapa evolutiva, las personas mayores como resultado de su experiencia de vida, tienen mayor capacidad para tomar distancia con respecto a las situaciones y reevaluarlas positivamente, lo que les permite tener mayor percepción de control y desplegar estrategias de afrontamiento adaptativas para hacer frente a los diversos problemas y desafíos sociales que deben enfrentar. En este sentido señalan que las posibilidades de adaptación de las personas mayores guardan una estrecha relación con su pasado y sus características psicológicas. Las mismas suponen el reconocimiento y la aceptación de una relación de interdependencia - dependencia del organismo, que impone limitaciones motrices, sensoriales o mentales, además de la flexibilidad del funcionamiento psíquico necesario, permanente e indispensable para resolver cualquier situación.

En estudios de los determinantes del bienestar subjetivo, autores como Diener *et al.* (2018), Alfaro *et al.* (2021) y Ditzel y Casas (2023) reconocen la mediación del entorno social y cultural en el que se desenvuelven las personas mayores y los sistemas de actividad y de comunicación que asumen cuando transitan por esta etapa de la vida. Ocurre que, en la vejez, según el modelo de Baltes y Baltes de selección, optimización y compensación (SOC), las personas, en muchas ocasiones, conservan un funcionamiento competente, seleccionando campos de actuación específicos, optimizando sus propios recursos y sabiendo compensar los declives que ya han experimentado (Martínez *et al.*, 2018). Estas condiciones les permiten abandonar actividades y romper con determinados lazos y trabas sociales, asumiendo nuevos roles en la vida y/o mantener otros, ajustados a sus posibilidades actuales.

En consecuencia, las personas mayores adaptadas a la vida y a la vejez poseen un conjunto de cualidades que favorecen la vivencia de bienestar subjetivo, tales como un gran sentido de la realidad y conformidad con la vida presente, conocimiento de sí mismos, suelen estar libres de ideas erróneas y estereotipadas y sacan provecho de su inteligencia cristalizada (López, 2020, Saldaña-Ibarra *et al.*, 2022, Maya-Pérez *et al.*, 2022; Kashefi *et al.*, 2022). Perciben que la vida tiene sentido y merece la pena vivirse, por lo que tienden a disfrutarla a plenitud. El bienestar subjetivo en la vejez, como parecen apuntar los hallazgos, no es simplemente la vida feliz por sí misma, sino que implica los procesos del “vivir” con sus mezclas y crecimiento espiritual. Estos le permiten a la persona mayor otorgarles un significado constructivo y

simbólico a los acontecimientos vitales, para transformarlos en aprendizajes, vivencias positivas que condicionan la existencia de satisfacción y concebir la vida como algo digno de vivirse.

La caracterización del bienestar subjetivo de las personas mayores a través de las variables sociodemográficas revela la existencia de bienestar en todos los grupos de edades estudiados, con los niveles más altos en el grupo de 70-74 años, seguido del grupo de 60-64 años. Vale resaltar que también, como se aprecia en la Figura 2, se muestra una tendencia a que estos niveles sean más altos, en los grupos poblacionales mayores, es decir, a un incremento en la medida en que pasan los años.

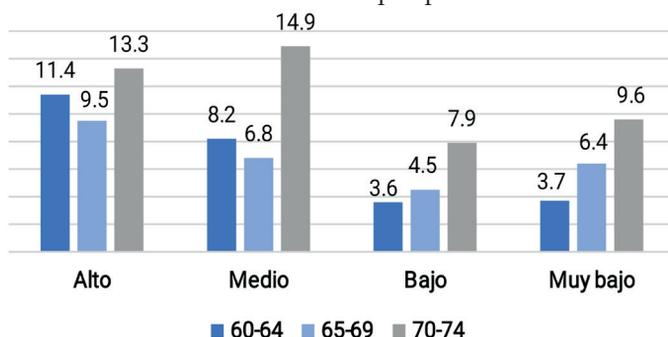


Figura 2. Distribución de personas mayores según niveles de bienestar subjetivo y edad

Estos datos tienden a romper con los estereotipos sociales sobre esta etapa de la vida, al encontrarse un predominio marcado de bienestar subjetivo en las personas mayores a pesar del incremento de la edad. Investigadores internacionales (Maddox, 2003; Alvarado *et al.*, 2017; Torres y Flores, 2018, Maya-Pérez *et al.*, 2022) refieren hallazgos similares, al encontrar que la percepción del bienestar subjetivo en las personas mayores posee una tendencia al mantenimiento o incremento con el paso de los años, que incluso supera a los de menos edad.

Estos resultados pudieran explicarse porque durante el tránsito hacia esta nueva etapa evolutiva, las personas mayores atraviesan crisis propias de la edad, que poseen un efecto sociopsicológico en las mismas (el proceso de jubilación, el nido vacío, la pérdida de seres queridos, la aparición de enfermedades, problemas económicos, entre otros). Estos acontecimientos vitales son experimentados de manera diferente por cada individuo e implican el empleo de recursos personológicos para lograr su adaptación a la nueva situación, en dependencia de lo cual la vivencia del bienestar fluctúa en sentido positivo o negativo, aunque

con el paso del tiempo tiende a volver a los niveles previos de bienestar experimentados por la persona mayor o a su incremento. A ello se añade que, aunque la vejez es una continuidad de las edades precedentes, las personas mayores al poseer más experiencia cristalizada, pueden afrontar los acontecimientos adversos de una manera más exitosa y plantearse metas ajustadas a sus posibilidades, lo que favorece la vivencia de bienestar subjetivo.

Con respecto a la variable sexo, en la Figura 3 se evidencia que la expresión de los niveles de bienestar, sean estos en sentido positivo (alto y medio) o negativo (bajo y muy bajo) son más altos en los adultos mayores del sexo femenino. En este caso las féminas logran 6 y 7.70 puntos porcentuales por encima de los hombres en los niveles alto y medio, y 5.4 y 6.1 puntos porcentuales por encima en los niveles bajo y muy bajo.

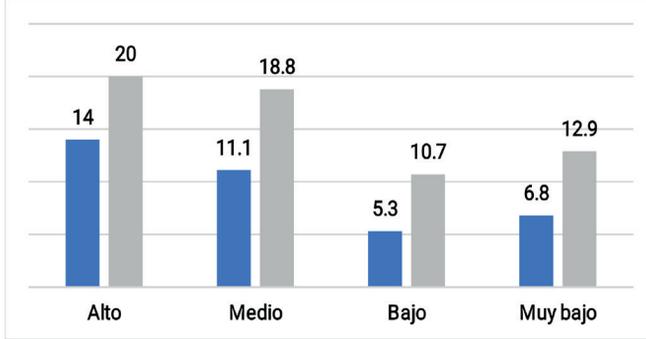


Figura 3. Distribución de personas mayores según niveles de bienestar subjetivo y sexo

Aunque no posee significación estadística, se encontraron algunas diferencias, entre los géneros, referidas a que en el sexo femenino la expresión de los afectos y la satisfacción son más intensos que en el sexo masculino. Al respecto algunos autores (Fujita *et al.*, 1991; Maldonado, 2015; Mery *et al.*, 2017; Torres y Flores, 2018; Alvarado *et al.*, 2017; Millán y Castellanos, 2018; González, *et al.*, 2019; Bayres, 2022; Sarmiento, 2022) consideran que, en ausencia de sucesos vitales negativos, las mujeres expresan en mayor medida que los hombres, niveles más intensos de bienestar, pero que también son más sensibles al afecto negativo, sobre todo las adultas mayores. De cualquier manera, los hallazgos corroboran algunos resultados previos que plantean la existencia de escasas o nulas diferencias en los índices de bienestar subjetivo en atención al sexo, por lo que se considera que, a pesar de las pequeñas diferencias, esta variable no ofrece ninguna predicción al respecto (Myers y Diener, 1995; González *et al.*, 2019; Plan Estratégico de Juárez, 2023).

Con respecto al estado civil, el análisis global de los datos de la Figura 4 evidencia que los niveles más altos de bienestar subjetivo se encuentran entre los mayores casados, seguido de los divorciados y solteros, mientras que los niveles más altos de malestar subjetivo bajo o muy bajo, ocurren en los viudos.

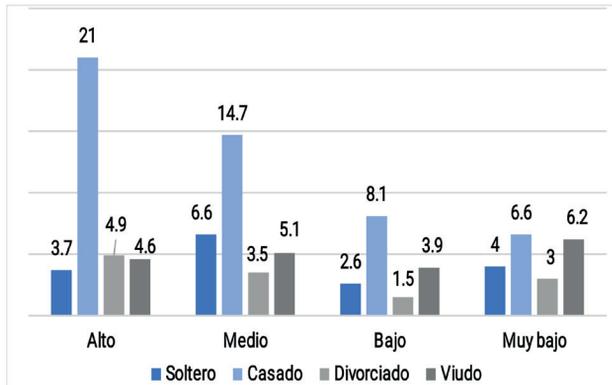


Figura 4. Distribución de personas mayores según niveles de bienestar subjetivo y estado civil

A diferencia del sexo, se considera que el estado civil posee un impacto en el bienestar subjetivo. Investigaciones sobre esta variable apuntan que, de manera general, la existencia de la pareja es favorable para experimentar bienestar y posee beneficios amortiguadores ante las tensiones y situaciones de la vida (Cuadra y Florenzano, 2003; Rojas y Martínez, 2013; Millán y Castellanos, 2018; Hernández y Saldaña, 2019; Alfaro *et al.*, 2021; Sarmiento, 2022, Saldaña-Ibarra *et al.*, 2022; INEGI, 2023; Cevillano, 2023). Específicamente en la vejez la pareja adquiere una significación especial, por constituirse un vínculo básico para la persona mayor al servirle de compañía y apoyo para afrontar los eventos vitales propios de la etapa, que imponen modificaciones en su sistema de actividad y comunicación ante los que es necesario lograr un ajuste.

Por otra parte, los niveles de malestar se encuentran incrementados en el estado de viudez. La pérdida de la pareja se constituye un evento vital que incide negativamente en el bienestar de los mayores, generando una crisis que incrementa el riesgo y la vulnerabilidad del miembro que sobrevive. Es una de las experiencias que, sin dudas, suele implicar cambios en la calidad de vida de la persona mayor, pudiendo llegar a afectarse su salud.

Con respecto al nivel de escolaridad los resultados de la Figura 5 muestran que, con el incremento de los niveles instruccionales, el bienestar subjetivo en las personas mayores posee una tendencia a alcanzar niveles superiores. De esta manera encontramos que los porcentajes de bienestar subjetivo alto y medio son mayores en los que poseen educación universitaria, seguidos de aquellos que alcanzaron el nivel preuniversitario. Por su parte los niveles bajo y muy bajo en esta categoría, se presentan en porcentajes más altos en las personas analfabetas y en los que ostentan los niveles instruccionales de primaria y secundaria, respectivamente.

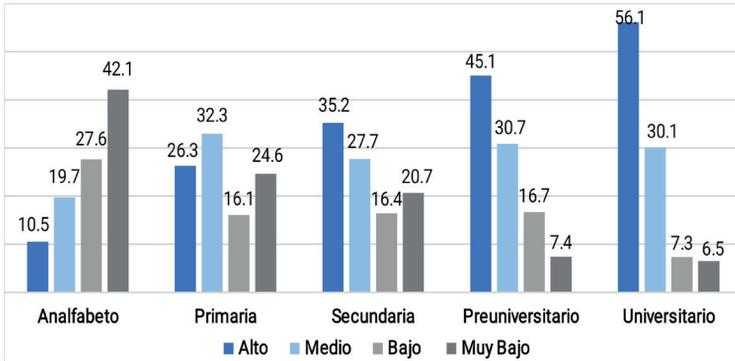


Figura 5. Distribución de personas mayores según niveles de bienestar subjetivo y de escolaridad

Resultados similares obtienen Rojas (2011) y Arcila (2011), lo que los lleva a considerar la existencia de una influencia directa del nivel instruccional sobre el bienestar de las personas. Esto se corrobora también con otros resultados científicos que evidencian que el mejor posicionamiento en términos de satisfacción con la vida y balance anímico-afectivo lo da el hecho de sentirse en control sobre el entorno y sobre las cosas, además de percibirse competente para algo (Hernández y Saldaña, 2019; Sarmiento, 2022, Díaz *et al.*, 2018, Saldaña-Ibarra *et al.*, 2022). Las relaciones entre el bienestar y el nivel de escolaridad, pudieran estar fundamentadas no solo en su carácter mediador ante la consecución de las metas y el afrontamiento a los eventos vitales que acontecen, sino además que las personas al estar más preparadas, generalmente son seguras y propensas a lograr una mayor realización personal y profesional. Este desarrollo personal alcanzado, de modo especial en la adultez mayor, ubica a la persona en una mejor posición social, lo que favorece sus recursos y potencialidades para vivenciar bienestar subjetivo.

Conclusiones

Los estudios del bienestar subjetivo parten de considerar a la adultez mayor como una etapa del ciclo vital, revelando la existencia de un predominio del bienestar subjetivo en las personas mayores estudiadas, como resultado del balance de satisfacción con la vida y de los afectos positivos.

Los hallazgos develan, además, una tendencia a la estabilidad o incremento del bienestar en la medida en que se incrementan los años. Resaltan a la pareja como un eslabón importante en la consecución del bienestar subjetivo al constituirse en fuente de amor, apoyo y compañía. Apuntan también a la contribución de la educación o instrucción al bienestar subjetivo, por colocar a la persona en una mejor condición para afrontar los eventos vitales que le corresponden vivir durante esta etapa.

Estos resultados contribuyen a dar un giro a la mirada de este grupo etario, al marcar pautas para el abordaje de este sector de la población y revelar nuevas perspectivas que rompen con los estigmas que signan socialmente a la vejez. De igual manera, pueden dar lugar a investigaciones longitudinales que permitan corroborar una serie de hipótesis asociadas al bienestar, tales como su tendencia a la estabilidad o incremento con el paso de los años y a explorar las diferencias entre los sexos al experimentar el bienestar.

Referencias bibliográficas

- Alfaro, J. *et al.* (2021). Resultados Proyecto “International Survey Of Children’s Well-Being” (Iscweb) – Chile. En: Alfaro et al. Eds. El Bienestar Antes, Durante y Después de la Pandemia. Centro de Estudios en Bienestar y Convivencia Social (CEBCS), Facultad de Psicología, Universidad del Desarrollo. <https://psicologia.udd.cl/cebcs/files/2021/01/El-bienestar-antesdurante-y-despu%C3%A9s-de-la-pandemia-CEBCS.pdf>
- Alfonso, M., Pérez, B. y Licea, D.M. (2021). Dilemas y desafíos de una población en proceso de envejecimiento. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(2), e1559. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S08641252021000200018&lng=es&tln=es
- Alvarado, X. *et al.* (2017). Factores asociados al bienestar subjetivo en los adultos mayores. *Revista de Enfermería* 26(1) <https://doi.org/10.1590/0104-07072017005460015>
- Álvarez, M.C. (2017). Envejecimiento poblacional en Cuba: ¿estamos preparados para ello? *Revista Médica Electrónica* 39(123). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242017000100015

- Arcila, H. (2011). Medición de niveles de bienestar subjetivo o felicidad, de una muestra a conveniencia, de los afiliados al programa para la salud psicofísica. PROSA. Medellín: Universidad de Antioquia. https://www.academia.edu/37490474/medici3n_de_niveles_de_bienestar_subjetivo_o_felicidad_de_una_muestra_a_conveniencia_de_los_afiliados_al_programa_para_la
- Baquedano-Rodríguez, M. y Rosas-Muñoz, J. (2020). Una propuesta para entender el bienestar subjetivo en Chile más allá de lo hedónico. *Revista de psicología (Santiago)*, 29(2), 1-14. <https://dx.doi.org/10.5354/0719-0581.2020.53375>
- Bayres, K. (2022). Resultados de Encuesta de Calidad de Vida y Bienestar Subjetivo, serie documento de trabajo N°282, Programa Territorios en Diálogo: Inclusión y Bienestar Rural. Rimisp, Santiago Chile. Rimisp Plantilla Documento de Trabajo, 4
- Bayarre, H.D. *et al.* (2018). Enfoques, evolución y afrontamiento del envejecimiento demográfico en Cuba. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 42(21). scielosp.org/pdf/rpsp/2018.v42/e21/es
- Berger, P. y Luckmann, Th. (1993). *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- Caleja, N., Mason, T. A., y Gómez, O. (2022). Escala de Bienestar Subjetivo, versión corta (EBS-8): Revalidación, invarianza de medición y teoría de respuesta al ítem. *Acta Colombiana de Psicología*, 25(1), 203-217. <https://www.doi.org/10.14718/ACP.2022.25.1.13>
- Centro Latinoamericano y Caribeño de Demografía (CELADE). (2023). *Panorama del envejecimiento y tendencias demográficas en América Latina y el Caribe*.
- Cevillano H, E. (2023). Bienestar subjetivo y apoyo social percibido en personas adultas mayores con depresión y deterioro cognitivo de un programa social en Quito. Quito: UCE. <https://www.dspace.uce.edu.ec/entities/publication/ffeda0c8-7406-49ef-9d31-5595dbb9e097>
- Collazo R, M. I., Rodríguez C, A. L., & Calero R, J. L. (2023). El envejecimiento poblacional en Cuba, desde la mirada de los directivos del sector salud. *Novedades En Población*, 6(11). <https://revistas.uh.cu/novpob/article/view/1827>
- Cuadra, H. y Florenzano, R. (2003). El Bienestar Subjetivo: Hacia una Psicología Positiva. *Revista de Psicología de la Universidad de Chile*, 12(1), 83-96.
- Díaz, C. D., Rodríguez, J. C. y Rodríguez, R. I. (2018). Bienestar subjetivo, estrategias cognitivo-afectivas y familia. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1). <https://www.redalyc.org/journal/3498/349856428018/html>

- Diener, E., Oishi, S. & Tay, L. (2018). Advances in subjective wellbeing research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253–260. <https://doi.org/10.1038/s41562-018-0307-6>
- Ditzel, A. L. y Casas, F. (2023). Evaluación del bienestar subjetivo de niñas, niños y adolescentes que viven en programas de acogimiento residencial en Chile. <https://www.observaderechos.cl/wp-content/uploads/2023/08/Estudio-Bienestar-Subjetivo-NNA-en-residencias2023.pdf>
- Fariñas, L. y Carmona, E. (2023, 2 de junio). Cuba en Datos: Envejecimiento y esperanza de vida, ¿qué dicen los indicadores demográficos? *Cubadebate*, Cuba.
- González, M., Márquez, I. y Leyva, O.A. (2019). Bienestar subjetivo en adultos y adultas mayores: un enfoque desde el círculo de abuelos. *Revista Científica Olimpia* 16(54), 153. <https://www.dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7000701>
- Hernández, E. y Saldaña, S.A. (2019). Bienestar subjetivo y sus representaciones sociales en la vejez. *Revista Pensamiento y Acción Interdisciplinaria*, 5(2): 102.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) (2023, 28 de febrero). Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana enero de 2023. 136/23, 1-15 [Comunicado de Prensa] https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2023/biare/biare2023_02.pdf
- Jaisri, M. (2016). Happiness and satisfaction with life among adults. *Indian Journal of Positive Psychology* 7(1), 84. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:151886447>
- Jocik, G., Taset, Y. y Díaz, I. (2017). Bienestar subjetivo y apoyo social en la persona mayor. *Revista Científica Olimpia* 14(46), 306-321. <https://www.dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6220165>
- Kashefi, F. *et.al.* (2022). Subjective well-being predicts Covid-19 risk in the elderly: a case-control study. *BMC geriatrics*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03614-2>
- López, A.M. (2020). El bienestar subjetivo de los mayores en España: Una revisión teórica del estado del arte. *Revista Eurolatinoamericana de análisis social y político* 1(2): 105. <https://doi.org/10.35305/rr.v1i2.25>
- Lucas-Carrasco, R. (2012). Reliability and validity of the Spanish version of the World Health Organization-Five Well-Being Index in elderly. *Psychiatry Clinical Neurosci* 66(6). 508-513. <https://doi.org/10.1111/j.1440-1819.2012.02387.x>
- Maddox, G.L (2003) *Envejecimiento y bienestar*.

- Maldonado, M. (2015). Bienestar Subjetivo y Depresión en Mujeres y Hombres Adultos Mayores Viviendo en Pobreza. *Revista Acta de Investigación Psicológica*, 1815. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-8322015000101815
- Maya-Pérez, E., *et al.* (2022). Percepción del bienestar subjetivo, actitudes negativas y positivas hacia el propio envejecimiento. *Horizonte sanitario*, 21(3), 477-484. <https://doi.org/10.19136/hs.a21n3.4689>
- Martínez, T. *et al.* (2018). El envejecimiento, la vejez y la calidad de vida: ¿éxito o dificultad? *Revista Finlay*, 8(1): 59-65. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S222124342018000100007&lng=es&tlng=es.
- Mery, P.C., Rosenow, P.C. y García, A. (2017). Caracterización del Bienestar Subjetivo mediante la aplicación de la Escala de Satisfacción Vital de Ed Diener en estudiantes de la Corporación Universitaria Antonio José de Sucre en Sincelejo durante el primer semestre del año 2015. *Revista Encuentros* 15(2): 145-156. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=476655856008>
- Millán, R. y Castellanos, R. (eds.) (2018). Bienestar subjetivo en México ((1ra ed.). Distrito Federal de México: Instituto de Investigaciones Sociales.
- Myers, D.G. y Diener, E. (1995). Who is happy? *Psychological Science*, 6(1): 10-19. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1111/j.1467-9280.1995.tb00298.x>
- Organización Panamericana de la Salud [OPS]/ Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2017). Informe Mundial sobre envejecimiento y salud.
- Ortiz, J.B. y Castro, M. (2009). Bienestar psicológico de los adultos mayores, su relación con la autoestima y la autoeficacia. Contribución de Enfermería. *Revista Ciencia y Enfermería*, 15(1): 25-31. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-95532009000100004>
- Plan Estratégico de Juárez, A.C., (2023). Informe de Bienestar Subjetivo 2023. Ciudad Juárez, México: Plan Estratégico de Juárez, A.C.
- Raibley, J. (2012). Happiness is not Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, (13), 1105-1129. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9309-z>
- Rojas, M. (2011). Income, Happiness, and Beyond, *Applied. Research in Quality of Life*, 6: 265-276. <https://doi.org/10.1007/s11482-011-9153-7>
- Rojas, M. y Martínez, I. (2013). Medición, Investigación, e Incorporación a la Política Pública del Bienestar Subjetivo: América Latina. Reporte de la Comisión para el Estudio y la Promoción del Bienestar en América Latina. Distrito federal: Foro Consultivo Científico y Tecnológico, AC. <https://doi.org/10.13140/RG.2.1.3548.5200>
- Ryff, C.D. (2005). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57: 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

- Saldaña-Ibarra, A. y Hernández Guerson, E. (2022). Narrativas de bienestar subjetivo: la relevancia de la familia y amigos en personas mayores. *Revista de Investigación Científica y Tecnológica* 6(1), 93-105. [https://doi.org/10.36003/Rev.investig.cient.tecnol.V6N1\(2022\)8](https://doi.org/10.36003/Rev.investig.cient.tecnol.V6N1(2022)8)
- Sarmiento, L. (2022). Bienestar subjetivo, estado de salud, funcionalidad y participación social en personas mayores de Chile. *Rev Med Chile*, 150(8), 1010-1017. <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872022000801010>
- Torres, W.I. y Flores, M.M. (2018). Factores predictores del bienestar subjetivo en adultos mayores. *Revista de Psicología* 36(1), 9-48. <https://doi.org/10.18800/psico.201801.00>
- Zubieta, E., Muratori, M. y 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. http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S071874752012000100005&lng=pt&tlng=es.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de autoría

Georgina Jocik Hung. Autora principal: Conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, administración del proyecto, redacción – borrador original, redacción-revisión y edición.

Alisa N. Delgado Tornés. Coautora: Conceptualización, metodología, administración del proyecto, redacción-revisión y edición.