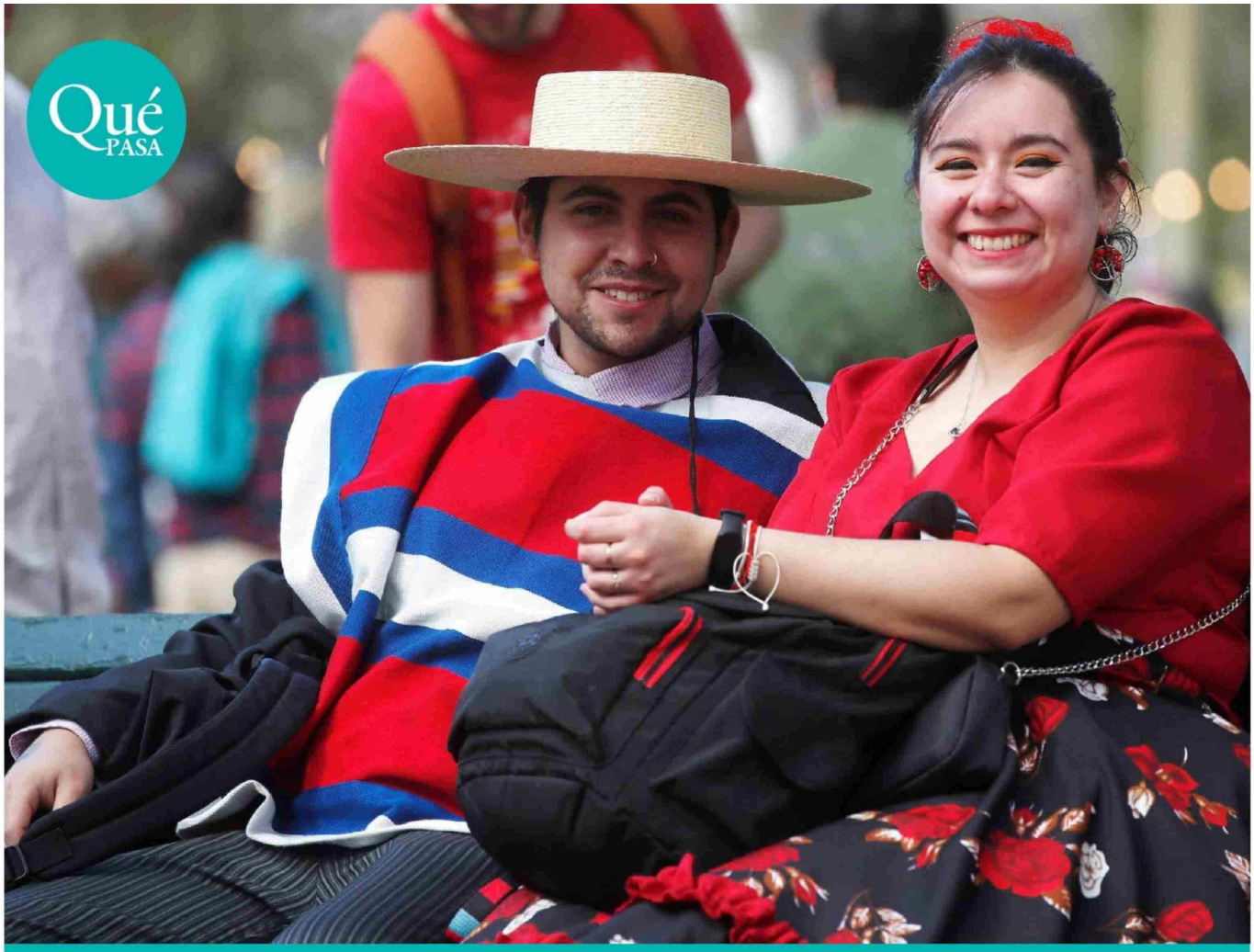
LITORALPRESS

Fecha: 03-06-2025
Medio: La Tercera
Supl. : La Tercera
Tipo: Noticia general
Título: Qué tan felices somos los chilenos Depende...

Pág. : 33
Cm2: 778,6
VPE: $ 7.745.976

Tiraje: 78.224
Lectoría: 253.149
Favorabilidad: No Definida



Qué tan felices somos los chilenos Depende...

►El Estudio Global de Florecimiento analizó a más de 200.000 personas de 22 países.

¿Los rankings reflejan la realidad? Nuevos estudios y cifras revelan que la respuesta podría ser más compleja de lo que parece.

Cristina Pérez

Durante años, los rankings internacionales de felicidad –como el World Happiness Report– han centrado su medición en una única pregunta sobre la "evaluación de vida", una escala subjetiva que tiende a reflejar estatus socioeconómico más que bienestar emocional o psicológico. Esta metodología ha llevado a asociar felicidad con riqueza, dejando fuera otras dimensiones esenciales del bienestar humano, como la salud, las relaciones o el sentido vital.

Esa mirada empieza a cambiar. El reciente Estudio Global de Florecimiento (estado bienestar integral), analizó a más de 200.000 personas de 22 países y reveló que naciones con menor PIB per cápita, como México, Indonesia o Filipinas, pueden superar en bienestar compuesto a países ricos, al considerar dimensiones como propósito, relaciones, salud y carácter. Esto abre la pregunta: ¿también Chile podría estar sintiéndose más pleno de lo que los rankings tradicionales muestran?

Más felices de lo que creemos

Según el reciente Índice de Felicidad 2025 de Ipsos, un 74 % de los chilenos se declara "feliz" o "muy feliz", superando el promedio global y ubicando al país en el puesto 11 entre 30 naciones. Las principales fuentes de felicidad son la familia (43 %), el sentirse querido (41 %) y la salud mental (30 %), mientras que los mayores factores de infelicidad son la situación económica y los problemas de salud.

"En estos rankings, las personas tienden a evaluar su entorno íntimo más que el país como sociedad", explica la académica UDP, Macarena Orchard, subrayando que estos resultados responden más a una percepción individual que a una evaluación del bienestar colectivo.

Este contraste entre percepción individual y realidad nacional cobra aún más sentido al observar el Estudio Global de Florecimiento, que propone una mirada más amplia del bienestar al incluir factores como propósito vital, vínculos personales y carácter.

En este enfoque, países con menor PIB per cápita, como México o Indonesia, superan a naciones más ricas. Para Orchard, Chile podría situarse de manera distinta si se incluyeran estas dimensiones, ya que "podemos estar bien en ciertos indicadores y no tan bien en otros", lo que complejiza cualquier conclusión general sobre felicidad.

En Chile, aunque existen estudios que analizan estas dimensiones –como el Informe de Desarrollo Humano 2012–, suelen tratarse como factores que generan felicidad más que como componentes esenciales de esta.

Orchard plantea que integrar estos elementos como constitutivos del bienestar permitiría una visión más realista y completa: "Es importante estudiar el bienestar de forma más integral". Esto es crucial en una sociedad donde el bienestar emocional no siempre va de la mano con los indicadores económicos o estructurales.

Así, aunque Chile aparece bien posicionado en ciertos rankings, la forma en que se mide la felicidad puede estar ocultando desigualdades y malestares que no caben en una escala de satisfacción personal.

"Las personas pueden declararse felices con su vida y muy enojadas con el país", advierte Orchard. La gran pregunta, entonces, es si cambiaría la percepción de la felicidad en el país al adoptar métodos más complejos y humanos de medición, como el florecimiento.

SIGUE ►►

LITORALPRESS

Fecha: 03-06-2025
Medio: La Tercera
Supl. : La Tercera
Tipo: Noticia general
Título: **Qué tan felices somos los chilenos Depende...**

Pág. : 34
Cm2: 680,2
VPE: $ 6.767.278

Tiraje: 78.224
Lectoría: 253.149
Favorabilidad: No Definida

► Aunque Chile aparece bien posicionado en ciertos rankings, la forma en que se mide la felicidad puede estar ocultando desigualdades y malestares.

SIGUE ►►

Existen limitaciones

Los rankings tradicionales de felicidad se basan en una única pregunta de "evaluación de vida", lo que reduce el bienestar a una cifra general fuertemente influida por el nivel socioeconómico.

"Este enfoque no considera aspectos clave como afectos positivos y negativos, o el propósito vital", explica el psicólogo Fabián Barrera, quien enfatiza que esta medición no refleja la complejidad emocional ni social del bienestar.

Desde la psicología y las ciencias sociales, se reconoce que la felicidad es una experiencia subjetiva y culturalmente variable, que no puede entenderse del todo con datos cuantitativos.

"Las cifras de encuestas son valiosas, pero limitadas", señala Orchard, directora Magíster en Métodos para la Investigación Social UDP, quien sugiere combinar mediciones con estudios cualitativos para comprender mejor lo que realmente sienten las personas.

Considerando estos límites, es posible que la sociedad chilena sea más feliz de lo que muestran los rankings si se incluyeran otras dimensiones como comunidad, estabilidad emocional o sentido de pertenencia. "La felicidad varía según el ciclo vital y debe estudiarse con metodologías diversas", añade Orchard, abriendo la puerta a una mirada más amplia y contextual del bienestar en el país.

Propósito de vida

El enfoque del florecimiento ha introducido dimensiones como propósito de vida, vínculos personales y salud emocional, que se miden mediante cuestionarios de autoreporte.

En Chile, este tipo de medición ya se aplica en algunos estudios, sobre todo desde la psicología positiva. "Es un campo emergente, pero con potencial de crecer en los próximos años", señala Barrera, académico de la Universidad de Los Andes, destacando que estos factores permiten una lectura más profunda del bienestar humano.

A pesar de este avance, persiste una paradoja: Chile reporta altos niveles de felicidad, como muestra el índice de Ipsos, pero también cifras elevadas de ansiedad y depresión, según el Termómetro de la Salud Mental. "Estos indicadores miden fenómenos distintos", aclara Barrera. Mientras la felicidad capta una percepción subjetiva global, los síntomas clínicos reflejan malestares específicos que pueden coexistir con emociones positivas.

Este desfase genera una contradicción aparente, pero lógica: una persona puede sentirse feliz en ciertos aspectos de su vida y a la vez experimentar malestar psicológico.

"Aunque deberían correlacionarse, no siempre lo hacen de forma perfecta", advierte Barrera. Esto refuerza la necesidad de mediciones más integrales que no opongan felicidad y sufrimiento como opuestos, sino que los entiendan como dimensiones simultáneas del bienestar.

Progreso económico

El progreso económico ha sido por décadas el principal indicador del desarrollo en Chile, pero el bienestar va mucho más allá del PIB. Aunque una buena base material permite avanzar en proyectos personales, "la calidad de los vínculos, el sentido vital y el tiempo libre son igualmente esenciales", advierte Orchard. El PIB no refleja cómo se distribuye ese bienestar, lo que es clave en un país con profundas desigualdades como Chile.

Una aparente contradicción surge al observar que, según Ipsos, los principales factores de felicidad en Chile son la familia (43 %), sentirse querido (41 %) y la salud mental (30 %), mientras que la situación económica encabeza las causas de infelicidad (58 %).

Para Orchard, esto muestra que "lo que nos frustra no siempre es lo opuesto a lo que nos hace felices", y que factores como la deuda o la inseguridad financiera afectan otras dimensiones de la vida, incluso la emocional.

Sin embargo, los rankings no siempre capturan las desigualdades dentro del país, a menos que se analicen por edad, género, territorio o nivel socioeconómico. "Cuando se hacen estos cruces, la desigualdad aparece con fuerza", advierte Orchard.

Por ejemplo, es probable que mujeres, adultos mayores o personas fuera de Santiago perciban el bienestar de manera muy distinta, algo que los promedios generales tienden a ocultar.

Desde la psicología, las encuestas siguen siendo una herramienta clave para medir el bienestar, siempre que cuenten con muestras representativas. "Son válidas y confiables a gran escala", afirma Barrera, quien menciona el Informe de Bienestar Emocional post pandemia (UANDES) como un ejemplo local, donde se destacó sólo un 14% de adultos chilenos tienen la sensación de disfrutar de la vida siempre o casi siempre.

Aunque los estudios cualitativos captan mejor la realidad cotidiana, su alto costo y menor cobertura hacen que se prioricen mediciones estandarizadas.

Así, aunque Chile aplica herramientas técnicas válidas, la paradoja entre lo que se declara y lo que realmente se vive sigue presente. Es posible que la felicidad se esté midiendo correctamente en ciertos aspectos, pero aún faltan indicadores que revelen el impacto de la desigualdad, el malestar psicosocial o la fragilidad de algunos vínculos. Y en esa brecha, se esconden claves importantes para comprender el bienestar real.

Chile y la familia

Más allá de las limitaciones en cómo se mide la felicidad, hay un consenso claro: en Chile, la familia es clave para el bienestar. Según Ipsos, es el principal factor de felicidad, junto con sentirse querido.

"La familia es percibida como una base de seguridad psicológica", señala Barrera, quien destaca que estos vínculos son fundamentales en la cultura chilena y debieran ser incorporados activamente en las políticas públicas como mecanismos protectores de la salud mental.

Además, existe evidencia nacional que respalda la importancia de las experiencias infantiles en el bienestar adulto. Aunque los estudios locales se han enfocado en el impacto negativo de la violencia o negligencia, también muestran que crecer sintiéndose valorado y en un entorno estable tiene efectos duraderos.

"Las políticas públicas deberían promover entornos positivos desde la niñez", plantea Barrera, subrayando que fomentar relaciones afectivas seguras desde la infancia es una inversión directa en la felicidad futura.

Parámetros de medición

Más que afirmar si Chile es más o menos feliz de lo que muestran los rankings, lo urgente es revisar cómo se mide ese bienestar. "Existe una alta desigualdad emocional que no se ve en los promedios", advierte Barrera.

Si bien los niveles generales de felicidad pueden parecer estables, quienes tienen menores ingresos reportan más angustia y tristeza, lo que evidencia que los indicadores actuales no capturan del todo la realidad emocional del país.

Para una medición más justa, sería clave integrar dimensiones como infancia protegida, salud mental, vínculos afectivos y sentido vital, elementos que ya se están explorando en estudios como el de Florecimiento o las encuestas ICSO-UDP 2025.

"En la última encuesta ICSO, las personas dijeron sentirse felices, pero también ansiosas", señala Orchard, destacando que el bienestar no es una emoción única, sino una mezcla de matices muchas veces contradictorios.

"La felicidad y la ansiedad pueden convivir", afirma la académica, subrayando que el bienestar debe entenderse como un estado ambivalente y en constante cambio. Por eso, más que buscar una cifra definitiva, el desafío es crear herramientas que permitan captar esa complejidad emocional y social, para diseñar mejores políticas y diagnósticos país. ●