



PUNTO DE VISTA

LA FELICIDAD como medida de bienestar y calidad de vida: una perspectiva económica

OMAR OVALLE y JAVIER MARTÍNEZ

Escuela de Economía Internacional/Universidad Autónoma de Chihuahua



Uno de los objetivos primordiales del desarrollo es mejorar las condiciones de vida de las personas. Es conocido que las condiciones de bienestar dependen de varios factores. Por un lado existen las necesidades básicas que respondan a la sobrevivencia del individuo, tales como alimentación, vestido, salud, educación y vivienda, entre otras. Por otro lado existen otras necesidades que van brotando del mismo proceso de desarrollo, tales como recreación, acceso a la cultura, etcétera, que se convierten en penurias obligatorias para poder funcionar socialmente.

La calidad de vida de las personas es determinada por factores tangibles e intangibles, sin embargo, los factores intangibles que determinan sustancialmente la calidad de vida y/o el bienestar de las personas, tales

como la felicidad y la satisfacción personal, son los menos considerados en el análisis económico. Este documento analiza la importancia de la felicidad en la calidad de vida de los individuos desde una perspectiva económica.

Las teorías y el análisis económico tradicional pueden ser sustentados mediante el análisis cuantitativo y cualitativo de variables. Estas variables, tanto endógenas como exógenas, pueden clasificarse a su vez como objetivas y subjetivas. Concretamente, el análisis de variables objetivas se refiere al análisis de bienes tangibles tales como el acceso a los servicios de salud y educación, el producto interno bruto per cápita o bien el acceso a la vivienda en metros cuadrados. Por otro lado, el análisis de variables subjetivas se refiere al estudio de lo intangible. La satisfacción de las personas con determinado nivel de ingreso o la seguridad y satisfacción que da habitar con la familia dentro de cierta cantidad de metros cuadrados son buenos ejemplos. Sin embargo, el análisis y la interpretación de las variables subjetivas se han quedado a la zaga. Los indicadores subjetivos pueden resultar esenciales tanto para evaluar el éxito como para determinar los objetivos de políticas públicas. Sin el apoyo de la población, las políticas públicas en materia social están condenadas al fracaso en el largo plazo, ya que la población difícilmente apoyaría los programas que el gobierno implemente, puesto que se encuentra en menor o mayor grado insatisfecha. Se puede asumir entonces que la satisfacción plena o la felicidad de la población son factores fundamentales que determinan la calidad de vida entre la población.¹

La felicidad y su ámbito

El estudio de la felicidad ha sido durante mucho tiempo el dominio de los filósofos moralistas, aunque a lo largo de las últimas décadas también los científicos sociales se han interesado por el tema. Ahora hay artículos sobre la felicidad en casi todos los informes sobre calidad de vida, investigaciones que pretenden guiar la política social. Se evalúan periódicamente niveles de felicidad para verificar que no se está tramando el descontento a mayor escala, la distribución de la felicidad se considera para identificar categorías sociales que necesitan un especial cuidado y uno intenta echar un vistazo a los “determinantes” de la felicidad, esperando encontrar pistas para mejorar la felicidad. Ideológicamente, esta tentativa se inspira en el credo utilitarista de que el fin último de la política debería ser promover “la mayor

felicidad para el mayor número de personas”, siendo los beneficios de la felicidad el criterio de la “utilidad de todas las acciones”. Esta filosofía moral del siglo XIX está en la base ideológica del estado de bienestar del siglo XX, que fue el instigador de la investigación sobre calidad de vida.

¿Qué es felicidad?

Según Veenhoven (2001), durante siglos el término “felicidad” se ha utilizado como muletilla para todos los significados de “calidad de vida”. En filosofía prevalecieron los dos primeros significados: en la filosofía social el significado de “buenas condiciones de vida” (felicidad como buena sociedad) y en la filosofía moral el significado de “buena acción” (felicidad como virtud). En la ciencia social corriente prevalece el tercer sentido: la palabra “felicidad” se usa frecuentemente para indicar el disfrute subjetivo de la vida.

El disfrute subjetivo de la vida no es un asunto unidimensional.² Se puede disfrutar de los placeres de la vida³ pero al mismo tiempo sufrir sus tensiones; igual que a uno le puede gustar un aspecto determinado de la vida, como por ejemplo el matrimonio, al tiempo que no le gusta algún otro aspecto, como por ejemplo el trabajo. En la literatura existente sobre la “calidad de vida” subjetiva, estas apreciaciones se refieren respectivamente a las “satisfacciones de aspecto” y a las “satisfacciones de cada campo”. Estas apreciaciones parciales de la vida se distinguen de la apreciación subjetiva de “la vida en su conjunto”. De acuerdo con Veenhoven (2001), la felicidad es el grado con el cual una persona evalúa la calidad total de su vida presente, considerada en su conjunto, de manera positiva. En otras palabras, en qué manera aprecia una persona la vida que lleva.

Si bien es cierto que el término “felicidad” no dice mucho, la sensación de felicidad es clara para todos. Existen sinónimos que pueden ayudar. La palabra “autosatisfacción” entraña el mismo significado y se emplea a menudo en lugar de “felicidad”. Una ventaja del término “autosatisfacción” sobre la palabra “felicidad”, según Veenhoven, es que enfatiza el carácter subjetivo del concepto. Otro sinónimo muy corriente es “bienestar subjetivo”; aunque esta frase deja claro que es el sujeto quien realiza la apreciación, no está tan claro lo que aprecia. El término no solo se utiliza para la satisfacción respecto a la vida en su conjunto, sino también para contrariedades específicas y humores pasajeros.

Otro concepto de felicidad

En estudios anteriores, para Heylighen (1992) felicidad puede definirse como “felicidad pasajera” y “felicidad duradera”. Felicidad pasajera se refiere a un sentimiento agradable o la experiencia subjetiva del bienestar. La felicidad duradera corresponde, entonces, al predominio de sentimientos agradables en un periodo prolongado. Esto equivale al grado en el que las personas se sienten satisfechas con sus vidas en general. Aunque no es exactamente igual, este significado de felicidad es casi sinónimo de satisfacción de vida, calidad de vida o, incluso, autorrealización.

Heylighen (1992) agrega que una teoría evolutiva de la felicidad debe aclarar la relación entre la propiedad objetiva de la salud y la experiencia subjetiva de sentirse bien. Biológicamente, los sentimientos funcionan para orientar a un organismo a que se aleje de situaciones peligrosas (indicados mediante reacciones desagradables tales como miedo, hambre o dolor) y a que se acerque a situaciones positivas (indicadas mediante reacciones positivas tales como placer, amor, satisfacción). En este caso los sentimientos desempeñan un papel de selectores indirectos: seleccionan acciones apropiadas como beber cuando se tiene sed, o rechazan acciones inapropiadas como tocar una llama, por lo que sustituyen la selección natural. Por lo tanto, los sentimientos positivos normalmente indicarán que el organismo se acerca al estado óptimo.

Más adelante, sugiere que la felicidad puede considerarse como una indicación de que una persona está biológicamente sana (cerca del estado óptimo) y, desde el punto de vista cognitivo, en control (capaz de contrarrestar desviaciones eventuales del estado óptimo); en otras palabras, que él o ella puede satisfacer todas las necesidades básicas, a pesar de posibles perturbaciones del medio.

Un análisis de la felicidad de las personas a nivel mundial

En el estudio publicado por Veenhoven (2001) se observó que el promedio de felicidad difiere enormemente entre las naciones. Se ha visto anteriormente que las diferencias no se pueden justificar mediante distorsiones culturales en la medición de la felicidad, de modo que probablemente serán reales. Se puede observar fácilmente que existe una estructura en las diferencias. La “felicidad” es claramente más elevada en los países más modernos y prósperos.⁴

Las 8 categorías que clasifican las características de las naciones estudiadas por Veenhoven son:

- Riqueza material.
- Seguridad.
- Libertad.
- Igualdad.
- Clima cultural.
- Clima social.
- Presión de la población.
- Modernidad.

Se indica que aparece una serie de estrechas correlaciones, muchas de las cuales se mantienen cuando se controla la prosperidad económica. Hay tres variables principales que, unidas, explican el 63% de las diferencias en la felicidad media en las naciones: la riqueza, la libertad y la igualdad. En comparación con los resultados comunes en estudios a nivel individual, la variación aquí expuesta puede parecer excesivamente alta. El nivel más alto de esta variación explicada se debe en parte a razones metodológicas, es decir que existe menos contraste en la felicidad media que a nivel individual. La otra razón es probablemente fundamental: la calidad de la sociedad parece más importante que la posición individual en dicha sociedad.

Medición de la felicidad

En sus investigaciones, Veenhoven (2001) señala que la medición se había entendido siempre como evaluación “objetiva” y “externa”, análoga a la medición de la presión sanguínea realizada por el médico; sin embargo la felicidad no se puede medir de esa manera. Hasta hoy no se han descubierto aún correlaciones psicológicas serias y probablemente nunca se descubrirán. Tampoco se han encontrado comportamientos abiertos ligados de manera consistente al disfrute interno de la vida. Como la mayoría de los fenómenos relacionados con la actitud, la felicidad se refleja solo parcialmente en la conducta. A pesar de que algunos comportamientos sociales tienden a ser más frecuentes entre la gente feliz (activo, extrovertido, sociable), tales conductas se observan también en personas infelices. Igualmente, comportamientos no verbales como la sonrisa frecuente o movimientos entusiastas parecen estar solo modestamente relacionados con autovaloraciones de la felicidad. Por lo tanto, estimar la felicidad de una persona solo por sus apariencias puede dar lugar a equivocaciones. Probablemente el comportamiento suicida es un mayor indicador del grado de felicidad: casi toda la gente que intenta o comete suicidio es bastante infeliz. Sin embargo no todos los infelices

buscan el suicidio. De hecho solo unos cuantos lo hacen.

Al ser imposible alcanzar una conclusión por el comportamiento directo, deberemos obtenerla mediante preguntas –sugiere Veenhoven–, es decir, preguntando sencillamente a la gente cómo disfrutaban de su vida considerada en su conjunto. Tales preguntas se pueden plantear en diversos contextos: entrevistas clínicas, cuestionarios sobre la revisión de vida y encuestas comunes. Las preguntas se pueden plantear de diferentes maneras: directa o indirectamente y mediante cuestiones sencillas o múltiples. La práctica más común es realizar cuestiones directas y sencillas mediante entrevistas en forma de cuestionario.

Una vez analizado el concepto de felicidad, ahora se dará lugar al análisis de calidad de vida y la relación que guarda con la felicidad y sus implicaciones.

La calidad de vida

Para comprender mejor los significados específicos de calidad deben analizarse las características implicadas en el concepto de calidad.

De acuerdo con Veenhoven (2000), hay una distinción clásica que se hace entre calidad de vida “objetiva” y “subjetiva”. La primera se refiere a un grado de vida que alcanza estándares explícitos de la buena vida, evaluados por una persona externa imparcial, por ejemplo, el resultado de un examen médico. La segunda variante se refiere a auto-apreciaciones basadas en criterios implícitos, por ejemplo, el sentimiento subjetivo de la salud de alguien. Estas calidades no se corresponden necesariamente; alguien puede estar en buena salud según el criterio de su médico y a pesar de ello sentirse mal. Sobre la base de esta distinción, Zapf (1984, p. 25) ha propuesto una clasificación cuádruple de conceptos de prosperidad. Cuando las condiciones de vida puntúan bien con medidas objetivas y la apreciación subjetiva de vida es positiva él habla de “bienestar”, mientras que cuando ambas son negativas habla de “privación”. Cuando la calidad objetiva es buena pero la apreciación subjetiva es negativa, se aplica el término “disonancia”, y la combinación de malas condiciones y buena apreciación se etiqueta como “adaptación”. Veenhoven agrega que aunque sean elegantes, no se ha probado que estas distinciones sean particularmente útiles. La taxonomía no explica mucho. La razón principal es que la diferencia se halla más bien en la observación, en lugar de hallarse en la esencia. La evaluación objetiva de la salud atiende a las mismas

características que las evaluaciones subjetivas, aunque por medios diferentes. Además el etiquetado da lugar al mal entendimiento. La palabra “objetivo” sugiere la verdad indiscutible, mientras que el término “subjetivo” se interpreta fácilmente como una cuestión de gusto arbitrario. Esta insinuación es falsa: el hecho de que los ingresos se puedan medir objetivamente no significa que su valor esté fuera de cuestión.

En este sentido, Veenhoven (2001) identifica tres connotaciones en el concepto de calidad de vida:

- a) Calidad del entorno. El término “calidad de vida” se refiere frecuentemente a la calidad del entorno en el cual uno vive. Los ecologistas emplean estas palabras en su lucha contra la degradación del medio ambiente. Por ejemplo, la construcción de carreteras nuevas y aeropuertos se considera una agresión contra la calidad de vida. En un sentido parecido, los sociólogos hablan de “calidad de vida” cuando reivindican mejoras sociales; los índices sociológicos de la calidad de vida incluyen puntos relacionados con la riqueza y la igualdad social. En este sentido, las condiciones externas para una buena vida se equiparan realmente con la buena vida. Un término más apropiado sería “vida llevadera”.
- b) Calidad de acción. El término “calidad de vida” se emplea también para señalar la capacidad que tiene la gente para enfrentarse a la vida. Esta palabra se emplea con más frecuencia en las profesiones terapéuticas. Los médicos se refieren a la “calidad de vida” como la capacidad (recuperada) para el trabajo y para el amor. En sus análisis suelen medirla según la capacidad física, llamada a veces “estado de acción”. En el discurso psicológico el término alude generalmente a distintas inclinaciones mentales, como el realismo y la vitalidad. Ahora bien, aunque en términos médicos tiende a centrarse en la ausencia de defectos limitativos (una mala salud), los psicólogos también consideran una “actualización” progresiva de las facultades latentes (una buena salud). En este sentido, la capacidad interna para tratar los problemas de la vida se equipara con la buena vida. Otro término más apropiado podría ser la “capacidad para vivir” o el “arte de vivir”.
- c) Calidad del resultado. Las dos acepciones anteriores describen las condiciones previas para lograr una buena vida, más que la buena vida en sí. Por lo tanto, el tercer término se centra en la

última connotación y diferencia: la “calidad de vida” según sus resultados, que se describen como “productos” de la vida y como “disfrute” de esta última. Cuando concebimos la “calidad de vida” según los “productos” nos referimos a lo que la vida va dejando detrás. Desde una perspectiva biológica cuyo fin es la procreación, la vida que no continúa ha fracasado en su misión evolutiva. Desde una perspectiva socio-cultural la calidad de una vida es su contribución a la herencia humana. En este contexto, de hecho resulta más apropiado hablar de la “utilidad” de la vida en lugar la “calidad de vida”. Cuando concebimos la “calidad de vida” en cuanto al “disfrute”, el punto culminante se encuentra en la experiencia personal. Por lo tanto, la buena vida es la vida que a uno le gusta. Aunque los significados anteriores del término “calidad de vida” señalan aspectos que cualquier observador imparcial podría confirmar, este último significado se refiere a una calidad que solo puede apreciar uno mismo; por ello se le suele llamar “calidad de vida subjetiva”.

De nuevo, para Veenhoven (2001) el término “calidad de vida” indica que las distintas cosas que consideramos buenas tienden a coincidir. Es cierto que la felicidad coincide con varias cualidades de vida, por ejemplo, con distintas cualidades del entorno como puede ser la libertad y con otras aptitudes personales como puede ser la autonomía. Aunque ninguna de ellas proporciona siempre más felicidad. La mayoría de las relaciones están sujetas a la ley de la reducción de la utilidad y muchas de ellas parecen ir unidas a condiciones específicas. El aumento de la felicidad no siempre coincide con todas las cualidades apreciadas, por ejemplo, con el estado del bienestar o con la inteligencia personal. Algunas cosas que consideramos buenas pueden incluso reducir la felicidad. En realidad el término “calidad de vida” es menos global de lo que parece, de ahí que deba emplearse este término únicamente como indicativo.

En México, cuando se les pregunta a los pobres sobre un concepto más amplio como el bienestar, el 23% responde que bienestar es tener comida suficiente, casi el 16% afirma que bienestar es contar con salud, 13% que es tener cubiertas las necesidades básicas y casi otro 13% afirma que bienestar es tener asegurados los servicios mínimos. Por lo tanto, casi dos terceras partes piensan que el bienestar consiste en contar con el mínimo de los satisfactores que son indispensables para la sobrevivencia (Székely, 2003).

¿Es saludable la felicidad?

Veenhoven (2001) ha sugerido tres efectos positivos, los cuales se pueden ligar al concepto de “estrés”. En la perspectiva psicosomática, la infelicidad en sí es una fuente de estrés, que en cierto modo incrementa el riesgo de enfermedad. Desde el punto de vista cognitivo, la felicidad modera el impacto de los acontecimientos de la vida que amenazan la salud. Se cree que una persona feliz puede salir mejor parada frente a un mismo hecho que una infeliz, ya que su apreciación positiva de la vida modifica la percepción. Siguiendo la línea de pensamiento humanista, se podría ir más allá y afirmar que los efectos benéficos de la felicidad en el “crecimiento” mental favorecen la efectividad psicológica, permitiendo así una mejor habilidad para hacer frente a algo. A diferencia de lo dicho en cuestiones anteriores, los antihedonistas no han declarado lo contrario.

Un amortiguador del estrés

Los estudios correlacionales han mostrado que existe menos estrés entre la gente feliz: hay menos informes de sucesos no placenteros, menos preocupaciones y menos quejas psicosomáticas, tales como el insomnio y los dolores de cabeza (Veenhoven, 1984). Anteriormente, dos estudios de seguimiento que suponían la evaluación de estados de humor demostraron que los evaluados más alegres tendrían en un futuro menos momentos desagradables y más momentos positivos (Lewinsohn, 1975; Heady, 1984); sin embargo, Clarck (1977) no encontró diferencias. En gran parte esto es una cuestión de percepción: sucesos similares son descritos por los felices como agradables, pero desagradables por los infelices. Las estimaciones sobre la frecuencia también están distorsionadas por el humor (demostrado experimentalmente por Bchwald, 1977). Aún así, cabe la posibilidad de que los felices también tengan realmente más suerte, posiblemente porque son gente más agradable (Heady, 1984). Un estudio longitudinal muestra cómo el mismo suceso desagradable hiere menos a los felices que a los infelices.

Estudios correlacionales sobre la satisfacción de vida muestran una mejor salud entre los felices, ellos creen tener una salud muchísimo mejor y los doctores dicen que tienen una salud considerablemente mejor.⁵

Susceptibilidad a la enfermedad

Un estudio longitudinal demostró que esta diferencia es en parte debida a un efecto de la felicidad sobre la salud. Se demostró que el mal humor iba seguido por un incremento de quejas somáticas tres meses después (Brenner, 1979). Este resultado enlaza con los efectos negativos observados en la salud física de la depresión (Lieberman y Miller, 1965).

Longevidad

No menos de diez estudios longitudinales han preguntado a personas mayores sobre su satisfacción de la vida y después se les hizo un seguimiento hasta el momento de su muerte.⁶ Unos no encontraron ninguna diferencia, Palmore (1976), y otros descubrieron que los felices morían antes (Janoff-Bulman y Marshall, 1982). Este último estudio se hizo a gente mayor que estaba en un asilo. Los que se mostraron más felices en la entrevista aceptaban menos el hecho de que ya no abandonarían nunca esa institución y todavía esperaban recuperarse. Los otros ocho estudios mostraron que los felices vivían más tiempo. Este resultado puede deberse a los efectos o factores asociados con la felicidad y no al efecto de la felicidad como tal. En particular, la salud física y mental de los felices podría ser la responsable de su vida más larga. Así pues, cinco estudios realizaron controles estadísticos. Esto redujo la diferencia considerablemente: en dos estudios la reducción era insignificante (Botwinnick, 1978; Kaplan y Camadro, 1983), mientras que en los otros tres casos aún quedaron pequeños efectos significativos (Deeg 1986; Palmore, 1974; Zuckerman, 1984).

Conclusiones

De acuerdo con Veenhoven (1998), la felicidad tiene implicaciones en la calidad de vida de la sociedad, aunque no existe una cierta certeza, esta todavía está fuera de alcance. Existen algunos indicios de varios efectos y, al contrario de las suposiciones antihedonistas, estos efectos no son dañinos. Además, es más probable que la sociedad florezca hasta un grado mayor con ciudadanos felices que con ciudadanos infelices.

Se puede concluir que el término felicidad va más allá de una simple definición. La felicidad, definida como bienestar personal, respaldada en la literatura del bienestar subjetivo. El término se basa en la satisfacción de vida de los individuos que así lo manifiestan y permite un nuevo enfoque que busca concluir a partir de las personas lo que les genera bienestar.

Una de las mejores alternativas para medir el desarrollo económico, ya sea a nivel individual o a nivel país, es ocupar la variable felicidad (medida como bienestar de vida de las personas). Esto se debe principalmente a que los individuos están enfocados en su calidad de vida en los dominios que los rodean más que en los valores materiales que poseen. Este enfoque plantea que el desarrollo debe interpretarse como la sociedad en donde los individuos se sientan contentos con sus vidas, y se visualiza en estudiar otros factores individuales y sociales que generan una sociedad de individuos satisfechos.

Notas

- ¹ Este estudio no pretende establecer la relación de causalidad entre las variables “felicidad” y “bienestar”; sin embargo, se asume la posición de que la felicidad es un factor determinante para la calidad de vida y/o el bienestar de las personas.
- ² En este sentido, según el *Diccionario de la Lengua Española* (2005), el término “unidimensional” se refiere a la importancia, magnitud o alcance que puede adquirir un acontecimiento o su suceso. Puede referirse al alcance de los campos o dominios de la vida del ser humano identificados por Cummins (1996).
- ³ Entiéndase “placeres de la vida” como la satisfacción que experimenta el ser humano al cubrir sus necesidades físicas y psicológicas; o bien, las “satisfacciones de cada campo” (Cummins, 1996).
- ⁴ Sin embargo, diversos estudios demuestran que pese a mejores ingresos y mayor calidad de vida, la sensación de bienestar no ha mejorado. Dinamarca, Suiza, Suecia y Finlandia aparecen en las encuestas como los países más felices del planeta; pese a ello tienen las tasas más altas de suicidio del mundo.
- ⁵ Investigación analizada en Veenhoven, 1984, pp. 268-72. Sin probables implicaciones de la distorsión.
- ⁶ Bond, 1983; Botwinnick, 1978; Deeg, 1986; Janoff-Bulman y Marshall, 1982; Kaplan y Camadro, 1983; Lehr, 1974, 1983; Palmore, 1974; Palmore, 1976; Zuckerman, 1984.

Bibliografía

- CLARK, A. E. y OSWALD, A. J.: “Unhappiness and Unemployment”, *The Economic Journal*, n. 104, 1994, pp. 648-659.
- HEADEY, B.; HOLMSTRÖM, E. y WEARING, A. J.: “The Impact of Life Events and Changes in Domain Satisfactions on Well-being”, *Social Indicators Research*, n. 15, 1984, pp. 203-227.
- HEYLIGHEN, F.: “Evolution, Selfishness and Cooperation”, *Journal of Ideas*, v. 2, n. 4, 1992, pp. 70-76.
- MEIER, Gerald: *Leading Issues in Economic Development*, 5a. ed., Oxford University Press, 1989, cap. 1, pp. 5-30.
- SZÉKELY, M.: “Lo que dicen los pobres”, encuesta número 13 de *Cuadernos de desarrollo humano*, SEDESOL, 2003.
- VEENHOVEN, R.: *Conditions of Happiness*, Kluwer Academic, 1984.
- : “The Four Qualities of Life. Ordering Concepts and Measures of the Good Life”, *Journal of Happiness Studies*, n. 1, 2000, pp. 1-39.
- : *What We Know About Happiness*, Erasmus University Rotterdam, 2001.
- ZAPP, W. y GLATZER, W.: “German Social Report: Living Conditions and Subjective Well-Being (1978-1984)”, *Social Indicators Research*, 1984. 