
Relación entre Religiosidad, Bienestar Psicológico y Satisfacción con la Vida en una Muestra de Adultos Puertorriqueños

Juan A. González-Rivera¹, Jaime Veray-Alicea & Adam Rosario-Rodríguez
Universidad Carlos Albizu, San Juan, Puerto Rico

Resumen

Objetivo: En el interés por entender el impacto de la religiosidad en los puertorriqueños, el presente estudio pretende evaluar si existe una correlación significativa entre religiosidad, bienestar psicológico y satisfacción con la vida. A su vez, examina si la religiosidad tiene algún efecto moderador en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida, con miras a entender mejor la interacción entre estas variables.

Método: Para lograr nuestro objetivo, se utilizó un diseño correlacional, con una muestra accidental y no probabilística, constituida por 323 adultos, reclutados de forma electrónica. Se administró una versión breve de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff, adaptada y validada en Puerto Rico, la Escala de Religiosidad Personal y la Escala de Satisfacción con la vida. **Resultados:** Encontramos que no existe relación entre religiosidad y bienestar psicológico, ni entre religiosidad y satisfacción con la vida. Además, no se observó ningún efecto mediador significativo de la religiosidad en la relación bienestar psicológico-satisfacción con la vida. **Conclusión:** Los efectos positivos de la experiencia religiosa, pueden estar asociados a otros elementos más allá de los ritos, dogmas y prácticas propias de la religión organizada.

Palabras clave: Bienestar Psicológico, Religiosidad, Satisfacción con la Vida

Abstract

Objective: In the interest of understanding the impact of religiosity on Puerto Ricans, the aim of this study was to explore if there is a significant correlation between religiosity, psychological well-being and satisfaction with life. In turn, it examines whether religiosity has any moderating effect on the relationship between psychological well-being and satisfaction with life, to better understand the interaction between these variables.

Method: A correlational design was used, with an accidental and non-probabilistic sample of 323 adults, recruited electronically. A brief version of the Ryff's Psychological Well-Being Scales, adapted and validated in Puerto Rico, the Personal Religiosity Scale and the Life Satisfaction Scale was administered. **Results:** The findings indicate that there is no relationship between religiousness and psychological well-being, neither between religiousness and satisfaction with life. Also, we did not observe any significant mediating effect of religiousness on the relationship between psychological well-being and satisfaction with life. **Conclusion:** It can be inferred that positive effects of religious experience may be associated with other elements beyond the rites, dogmas and practices of organized religion.

Keywords: Psychological Well-being, Religiousness, Satisfaction with Life

¹ Toda comunicación relacionada a este artículo debe dirigirse al autor principal al siguiente correo electrónico: prof.juangonzalez@hotmail.com.

Introducción

En los últimos años, luego de superar las controversias provocadas por el clásico debate religión vs. psicología, el campo de la psicología de la salud ha tomado mayor conciencia sobre la relevancia que tiene la religión en la vida de muchos individuos. Como indica Quintero (2005), la psicología clínica está participando de un momento histórico en el que la integración de los factores físicos, emocionales, cognoscitivos, espirituales y religiosos en el bienestar de la persona es, cada vez más, reconocida y valorada. La literatura científica actual confirma que las creencias y prácticas religiosas ejercen influencia en la cognición, los afectos, la motivación y el comportamiento de las personas (Orozco & Domínguez, 2014). A su vez, autores como Emmons (1998), han señalado que las creencias religiosas juegan un rol importante en la construcción de la personalidad y en como los individuos dirigen y significan su vida.

En el interés por entender el impacto de la religión (sistema organizado de creencias, prácticas, rituales y símbolos sagrados) y la religiosidad (grado en el que las personas creen, siguen y practican una religión) en las personas, un número considerable de autores han relacionado este constructo con distintas variables psicológicas, entre las que se encuentra el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida (Diener, Tay & Myers, 2011). La mayoría de estos estudios han encontrado una correlación positiva entre la religiosidad, las prácticas religiosas, la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico (Abdel-Khalek, 2011; Achour, Grine, Nor & Yusoff, 2014; Ellison, 1991; González-Rivera, 2016; Harari, Glenwick & Cecero, 2014; Rule, 2006; Willits & Crider, 1988). A estos efectos, este estudio se dirigió a evaluar si existe una correlación significativa entre la religiosidad, el bienestar psicológico y la

satisfacción con la vida en una muestra de adultos puertorriqueños. A su vez, examinaremos si la religiosidad tiene algún efecto moderador en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida, con miras a entender mejor la interacción entre estas variables.

Religión, Espiritualidad y Religiosidad

Desde el comienzo de la psicología, autores como Freud, Jung, James, Skinner, Allport, Fromm, Frankl, entre otros, se han acercado y tratado el tema de la religión y la religiosidad. Estos acercamientos han generado múltiples perspectivas y posturas muchas veces encontradas. Sin embargo, en la actualidad, estas mismas discrepancias han provocado la búsqueda de definiciones precisas sobre los conceptos religión, religiosidad y espiritualidad, tomando en cuenta su carácter multidimensional (Laos, 2010).

Tradicionalmente, la psicología contemplaba la religión como un amplio constructo que incluía aspectos religiosos y espirituales; lo cual favorecía que los psicólogos interpretaran ambos fenómenos como sinónimos (Zinnbauer & Pargament, 2005). No obstante, autores como Pargament & Mahoney (2002), plantearon la necesidad de clarificar conceptualmente estos constructos y ofrecer definiciones concretas. De ahí, la tendencia a separar, sin divorciar, la espiritualidad de la religión; suscribiendo, esta última, al aspecto institucional y la espiritualidad al aspecto personal (Hussain, 2011).

En este sentido, la religión se podría definir como un sistema de creencias, prácticas espirituales, o ambas, organizadas en torno a la adoración de una deidad o deidades todopoderosas y que incluye comportamientos como, plegarias, rezos, meditación y participación en rituales públicos (American Psychological Association, 2010). Por su parte, Koenig, McCullough, y Larson (2000) señalan que la

religión es un sistema organizado de creencias, prácticas, rituales y símbolos diseñados para facilitar la cercanía a lo sagrado o trascendente para nutrir o entender la responsabilidad de uno con los demás en la vida en comunidad. Los mismos autores definen la espiritualidad como la búsqueda personal para encontrar respuestas a preguntas esenciales de la vida acerca del significado y relaciones con lo sagrado y trascendente, que puede conducir o no, o surgir del desarrollo de creencias religiosas y la formación de la comunidad.

A estos efectos, se puede clarificar que la religión se refiere a un conjunto de creencias y prácticas de una institución religiosa organizada, y que la espiritualidad se inclina hacia una experiencia personal. Sin embargo, el término religiosidad, como lo estaremos utilizando en esta investigación, se refiere a las creencias y prácticas religiosas de un dogma específico y una religión determinada (Leondari & Gialamas, 2009). En otras palabras, se refiere al grado en el que las personas creen, siguen y practican una religión (Florenzano, 2010). A este fenómeno, Koenig, McCullough y Larson (2001) lo denominan dimensión intrínseca, ya que se refiere a la incorporación de la religión en la vida cotidiana de la persona.

Religiosidad, Bienestar Psicológico y Satisfacción con la Vida

El término bienestar psicológico se refiere a la capacidad que tiene el ser humano a perfeccionarse de acuerdo a su potencial, motivado por un propósito de vida que implica asumir retos y realizar esfuerzos para superarlos y así alcanzar las metas trazadas (Ryff & Keyes, 1995). En la actualidad existe vasta literatura científica que correlaciona el bienestar psicológico con una variedad significativa de variables psicológicas y sociodemográficas. Debido a la relevancia que tiene la religión en muchas personas, se han realizado estudios empíricos con la intención de descubrir si existe una relación

positiva y significativa entre la religión y el bienestar psicológico. En la década de los 1980's se realizaron los primeros estudios que pretendían correlacionar estas dos variables.

En 1988, Willits y Crider encontraron que las actitudes religiosas están positivamente relacionadas con el bienestar psicológico, la satisfacción marital y la satisfacción laboral. Tres años más tarde, Ellison (1991) reportó que las personas que logran interiorizar el sistema de dogmas y prácticas de su religión, desarrollan destrezas de afrontamiento que les permiten manejar adecuadamente situaciones adversas. A su vez, encontró que personas con una fuerte fe religiosa reportaban altos niveles de satisfacción con la vida y bienestar psicológico. En las décadas posteriores, el número de investigaciones que asociaban estas variables creció abrumadoramente.

Abdel-Khalek (2011) indicó que las personas religiosas reportan un nivel elevado de bienestar psicológico y satisfacción de vida. Años antes, Rule (2006) había reportado que personas practicantes con actitudes favorables hacia la religión tienen una alta satisfacción de vida, evidentemente superior a la de quienes no practican una religión. En una muestra de homosexuales y heterosexuales judíos ortodoxos, Harari et al. (2014) encontraron una correlación positiva entre el bienestar psicológico, la religiosidad y la espiritualidad. En el contexto islámico, Achour et al. (2014) encontraron que existe una correlación positiva entre la religiosidad y el bienestar psicológico. A su vez, encontraron que el bienestar psicológico correlacionó positivamente con las creencias, la adoración y la oración de los seguidores del islam.

En un estudio realizado en la India, se encontró que la religiosidad estaba positivamente asociada con la felicidad, la satisfacción con la vida, la autoestima y el optimismo. Este mismo estudio reveló que la

religiosidad correlacionó negativamente con la ansiedad. Los autores concluyeron que las personas que se consideran religiosas suelen experimentar altos niveles de bienestar psicológico (Abdel-Khalek & Singh, 2014). Abdel-Khalek (2013) obtuvo un hallazgo similar en Qatar, donde concluyó que las personas que se consideran religiosas reflejaron altos niveles de bienestar psicológico y buena salud.

Por su parte, Reed (2014) estudió la influencia de la religiosidad y la espiritualidad en el bienestar psicológico de mujeres negras en los Estados Unidos. Los hallazgos de la investigación sugieren que existe una relación directa entre religiosidad-espiritualidad y el bienestar psicológico. La autora indica que la relación entre la religiosidad y la satisfacción de vida es mediada por la espiritualidad. En Australia, Powell y Pepper (2015) encontraron una relación directa y positiva entre la religiosidad y el bienestar psicológico en miembros de todas las denominaciones cristianas estudiadas en la investigación. Por esta razón, las autoras concluyen que la denominación cristiana a la que pertenezca el participante no afecta la relación entre la religiosidad y el bienestar psicológico.

En cuanto a las prácticas religiosas, Ferris (2002) encontró que existe una relación entre la frecuencia de asistencia a una iglesia y el bienestar psicológico. A su vez, Kim (2003) reportó que la frecuencia de lectura de las escrituras religiosas se correlaciona con mayores niveles de satisfacción de vida. En cuanto a la práctica de la oración personal y la meditación personal, González-Rivera (2016) encontró que existen diferencias significativas entre las personas que oran y/o meditan diariamente y los que practican la oración y/o la meditación con menor frecuencia. Los resultados muestran que en la medida que aumenta la frecuencia de la oración y la meditación, aumenta el nivel de bienestar

psicológico en el individuo. Otros estudios han demostrado que, a medida que aumente la frecuencia de participación en actividades religiosas, mayor será la satisfacción con la vida (Eunghi, 2003).

A pesar que la mayoría de la literatura revisada correlaciona positivamente la religiosidad y el bienestar psicológico, existen investigaciones donde esta relación no es tan evidente (Eichhorn, 2011; Leondari & Gialamas, 2009). Por ejemplo, en Grecia, a pesar que Leondari y Gialamas (2009) encontraron que asistir a la iglesia y la notabilidad de las creencias se asocian con mayor satisfacción en la vida; sin embargo, hallaron que la creencia en Dios no está relacionada con ninguna medida de bienestar psicológico. Por otra parte, en Perú, Martínez (2014) no encontró asociaciones significativas entre religiosidad y bienestar psicológico. En consecuencia, Lun y Bond (2013) señalan que esta incongruencia en los resultados de los estudios que no encuentran relación entre religiosidad y bienestar psicológico, se puede deber a dos posibles explicaciones: a) el contexto socio-cultural donde se efectúa el estudio, y b) los instrumentos utilizados en las investigaciones para medir ambos constructos.

Asimismo, en Puerto Rico se han realizado estudios que han identificado ciertos efectos negativos de la religiosidad en los individuos. Por ejemplo, Varas-Díaz, Neilands, Rivera y Betancourt (2010), encontraron que aquellas personas que identifican la religión como algo importante en sus vidas, mostraron niveles más altos de estigma hacia los pacientes diagnosticados con VIH/SIDA. Por su parte, Calderón-Gerena (2002) encontró que los pacientes con fibromialgia que reportaron algún nivel de religiosidad, presentaron mayor depresión y ansiedad que los pacientes que reportaron no tener ninguna práctica religiosa. Del mismo modo, Rodríguez-Carrión (2009), no

encontró relación alguna entre la calidad de vida y el manejo religioso de la enfermedad.

Propósito del Estudio

De acuerdo a la literatura revisada y presentada, se observa que la religiosidad es una de las dimensiones del ser humano que impacta tanto, positiva como negativamente, el bienestar psicológico de los individuos. Varias investigaciones, fuera de Puerto Rico, han correlacionado positivamente la religiosidad con el bienestar subjetivo y la satisfacción con la vida. Sin embargo, el desarrollo de investigaciones en Puerto Rico sobre este particular ha sido limitada. Por tal razón, los objetivos principales del estudio son: (1) evaluar si existe una correlación significativa entre la religiosidad, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en una muestra de adultos puertorriqueños; y (2) examinar si la religiosidad tiene algún efecto moderador en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida. Debido a que la mayoría de las investigaciones revisadas sugieren que las personas con altos niveles de religiosidad poseen una elevada satisfacción de vida y altos niveles de bienestar psicológico, se formularon las siguientes hipótesis:

Hipótesis 1: Existirá una relación directa, positiva y significativa entre el nivel de religiosidad y el nivel de bienestar psicológico.

Hipótesis 2: Existirá una relación directa, positiva y significativa entre el nivel de religiosidad y el nivel de satisfacción con la vida.

Hipótesis 3: La religiosidad moderará positivamente la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida.

Método

Se utilizó un diseño no experimental, de tipo transversal correlacional con técnicas cuantitativas. Todos los procedimientos de este estudio fueron aprobados por el Comité Institucional de Revisión (IRB por sus siglas

en inglés) de la Universidad Carlos Albizu de San Juan, Puerto Rico.

Participantes

La muestra accidental y no probabilística estuvo constituida por 323 adultos puertorriqueños, mayores de 21 años. Para participar de este estudio, se estableció que las personas debían cumplir ciertos criterios de inclusión: (1) ser mayor de 21 años de edad, (2) ser de nacionalidad puertorriqueña, y (3) ser residente de Puerto Rico. Asimismo, se establecieron ciertos criterios de exclusión: (1) no podían participar menores de 21 años ni mayores de 65 años de edad, (2) no podían participar extranjeros residentes en Puerto Rico, y (3) no podían participar personas que no leyeran en español, ya que en este idioma es que fueron desarrollados los instrumentos de investigación. La Tabla 1 presenta los datos sociodemográficos de la muestra.

Tabla 1: Información sociodemográfica de los/as participantes (n=323)

Variables	f	%
Género		
Femenino	238	73.7
Masculino	85	26.3
Grupo de edad		
21 a 30 años	72	22.3
31 a 40 años	53	16.4
41 a 50 años	66	20.4
51 a 60 años	85	26.3
60 a 65 años	47	14.3
Estado civil		
Soltero/a	108	33.4
Casado/a	128	39.6
Convivencia	30	9.3
Divorciado/a	47	14.6
Viudo/a	10	3.1

Instrumentos

Hoja de Consentimiento Informado. Se utilizó una hoja de consentimiento informado para notificar a los participantes: (1) el propósito del estudio, (2) la naturaleza voluntaria del estudio, (3) los posibles riesgos y beneficios, (4) así como su derecho a retirarse del estudio en cualquier momento. Además, se informó sobre la duración de su

participación y su derecho a obtener los resultados del estudio.

Cuestionario de Datos Generales.

Para identificar las características sociodemográficas de la muestra, se desarrolló un cuestionario de datos generales, que recogía información importante relacionada a la edad, género, estado civil, entre otra información pertinente.

Escala de Religiosidad Personal. El instrumento fue desarrollado y validado en Puerto Rico por González-Rivera (2017) para medir el constructo religiosidad, de acuerdo a un modelo de dos factores: creencias/actitudes y prácticas religiosas. La ventaja de este instrumento es que no contempla aquellos elementos asociados a la espiritualidad y evalúa, únicamente, los factores estrictamente religiosos. La misma se compone de 21 reactivos (e.g., Asistir a la iglesia o al templo es muy importante para mí; y, mis creencias religiosas son determinantes al momento de tomar decisiones) con una escala de respuesta de cuatro puntos, cuyos límites lo constituyen las respuestas Totalmente en desacuerdo a Totalmente de acuerdo. Este instrumento tiene un índice de consistencia interna Alfa de Cronbach de .98.

Escala Breve de Bienestar Psicológico. Este instrumento fue desarrollado por Ryff (1995) y adaptado a la población puertorriqueña por González-Rivera et al. (2016). Se compone de 17 reactivos organizados en una escala tipo Likert de seis puntos que va de Fuertemente en desacuerdo a De acuerdo (e.g., Soy bastante bueno/a manejando las muchas responsabilidades de mi vida cotidiana; No tengo claro lo que quiero conseguir en la vida; Soy bastante bueno/a manejando las muchas responsabilidades de mi vida cotidiana). La escala consta de cuatro factores: 1) dominio del entorno, 2) propósito de vida, 3) auto-aceptación, y 4) autonomía;

y tiene un índice de confiabilidad alfa de Cronbach de .86.

Escala de Satisfacción con la Vida.

Esta escala es la versión en español del instrumento Satisfaction With Life Scale (SWLS) de Diener, Emmons, Larsen y Griffin (1985). Estos autores y la Organización Mundial de la Salud (2013) consideran que la satisfacción con la vida constituye el componente cognitivo del bienestar subjetivo. El instrumento está constituido por un total de 5 reactivos organizados en una escala tipo Likert de siete puntos que va de Muy en desacuerdo a Muy de acuerdo (e.g., Soy bastante bueno/a manejando las muchas responsabilidades de mi vida cotidiana; Estoy satisfecho/a con mi vida; Si pudiera vivir mi vida de nuevo, no cambiaría nada). Este instrumento tiene un índice de consistencia interna Alfa de Cronbach de .88.

Procedimientos Generales

Los datos fueron recopilados de forma electrónica, durante el periodo de otoño-invierno de 2016, utilizando la plataforma PsychData (www.psychdata.com). Se promocionó la investigación mediante un anuncio pagado a través de las redes sociales (e.g. Facebook) y correos electrónicos. Los participantes tenían autorización para compartir el anuncio, con el fin de ampliar la muestra mediante el efecto “bola de nieve”. Se utilizó una hoja de consentimiento informado para notificar a los participantes el propósito del estudio, la naturaleza voluntaria del estudio, los posibles riesgos y beneficios, así como su derecho a retirarse del estudio en cualquier momento. Además, se informó sobre la duración de su participación y su derecho a obtener los resultados del estudio.

Estrategia de Análisis

Una vez completada la recolección de datos, se analizaron los mismos utilizando el sistema para análisis estadísticos IBM SPSS Statistics versión 23. Primeramente, se

procedió a realizar análisis descriptivos con la información obtenida del Cuestionario de Datos Generales, con el propósito de conocer las características sociodemográficas de la muestra. Luego, se realizaron análisis de correlación para conocer las posibles relaciones entre las variables bajo estudio y se realizó análisis de moderación con ecuaciones estructurales para poner a prueba la Hipótesis 3.

Resultados

Correlaciones

Se realizaron correlaciones Producto Momento de Pearson para analizar las relaciones entre las principales variables del estudio. La Tabla 1 muestra las medias, las desviaciones estándar, las correlaciones y el Alfa de Cronbach para cada una de las escalas.

Tabla 2: Correlaciones entre las escalas, sus medias, desviaciones estándar y Alfa de Cronbach

Índice	M	DE	1	2	3
Religiosidad	54.24	19.94	(.98)		
Bienestar Psicológico	82.38	10.84	.05	(.82)	
Satisfacción con la vida	26.45	6.58	.10	.69**	(.87)

Hipótesis 1

Para poner a prueba la hipótesis 1 de esta investigación se procedió a realizar un análisis de correlación de Pearson. De esta manera se puede saber si existe una relación directa y significativa entre el nivel de religiosidad y el nivel de bienestar psicológico. El resultado obtenido no evidencia una relación significativa entre ambas variables ($r = .052$, $p > .05$).

Hipótesis 2

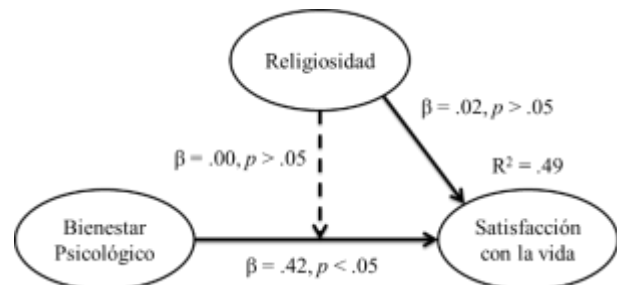
La segunda hipótesis de esta investigación estaba dirigida a identificar si hay una relación directa y significativa entre el nivel de religiosidad y la satisfacción con la vida. Se realizó un análisis de correlación de Pearson el cual no mostró evidencia de una

relación significativa entre la religiosidad y la satisfacción con la vida ($r = .102$, $p > .05$).

Hipótesis 3

La tercera hipótesis planteaba que la religiosidad podría moderar la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida. Para esto, se realizó un análisis de moderación utilizando el módulo de PROCESS (versión 2.16.3) para el programa estadístico IBM SPSS versión 23. La variable dependiente seleccionada fue satisfacción con la vida, la variable independiente fue bienestar psicológico y el moderador fue la religiosidad. El modelo propuesto tuvo un ajuste adecuado, $F(3,319) = 101.37$, $p < .01$. El resultado obtenido no evidenció un efecto de interacción significativo de la religiosidad ($\beta = .00$, $t = 1.70$, $p > .05$) en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida ($\beta = .42$, $t = 17.25$, $p < .01$). Ver Figura 1.

Figura 1: Modelo de moderación de la religiosidad en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida.



Discusión

El objetivo principal de este estudio ha sido comprobar si existe asociación entre la religiosidad, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en una muestra de adultos puertorriqueños (H1 y H2). Además, con la intención de tener mayor comprensión de la posible relación entre estas variables, decidimos examinar si la religiosidad tiene algún efecto moderador en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida (H3). Según los resultados

obtenidos, se puede afirmar que, contrario a lo postulado en nuestras hipótesis, no existe relación alguna entre la religiosidad y el bienestar psicológico, ni entre la religiosidad y la satisfacción con la vida. Por otra parte, al poner a prueba la hipótesis 3, no se observó ningún efecto de interacción significativo de la religiosidad en la relación entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida.

Se puede indicar que, estos resultados, concuerdan con los hallazgos de otros autores quienes encontraron que la religiosidad no se asociaba con el bienestar psicológico ni la satisfacción con la vida (Eichhorn, 2011; Martínez, 2014). Sin embargo, nuestros resultados no son congruentes con la mayoría de los estudios que tratan este tema, los cuales reportan relaciones positivas y significativas entre estas variables (Abdel-Khalek, 2011; Rule, 2006; Harari, Glenwick & Cecero, 2014; Achour et al., 2014; Abdel-Khalek & Singh, 2014; Powell & Pepper, 2015). Ante tal incongruencia, nos podemos preguntar a qué se debe esta diferencia en resultados. Para dar una posible respuesta a esta interrogante, seguiremos la misma línea de Lun y Bond (2013), quienes explican que una de las razones podría estar relacionada con la instrumentación utilizada para medir religiosidad.

El diseño de instrumentos de investigación se fundamenta en la conceptualización y operacionalización de las variables consideradas. Es decir, antes de crear un instrumento, se debe desarrollar la base teórica del constructo a medir en todas sus dimensiones. Y es, en este punto, donde encontramos la primera dificultad de los estudios que evalúan y examinan la religiosidad: la cantidad de conceptualizaciones desarrolladas sobre este constructo (Garsen, Visser & Jager, 2015). Si examinamos detenidamente la literatura concerniente a la medición de la

religiosidad y evaluamos la base teórica de los instrumentos, identificaremos que, la mayoría de éstos, integran elementos asociados al constructo espiritualidad (Piedmont, 1999; Koenig, 2008). Esto debido a que, tradicionalmente, la espiritualidad era entendida como un fenómeno exclusivo de la religión (Koenig, 2008). Esta tendencia, desde nuestra perspectiva, ha dificultado identificar, concretamente, cuáles son los factores asociados al bienestar psicológico y la satisfacción con la vida: los elementos propiamente religiosos o la dimensión espiritual, diferenciada de la religiosidad institucionalizada.

González-Rivera (2016) examinó la relación entre la espiritualidad y el bienestar psicológico en una muestra de adultos puertorriqueños. Para ello, administró la misma escala de bienestar psicológico que fue utilizada en el presente estudio y una escala de espiritualidad que no contempla elementos asociados a la religión institucionalizada. Sus hallazgos demostraron una relación significativa entre la espiritualidad y el bienestar psicológico ($r = .39, p < .001$). Sin embargo, en nuestro estudio, utilizando la misma escala de bienestar psicológico y una escala de religiosidad que no contempla elementos estrictamente asociados a la dimensión espiritual, no se encontró relación alguna entre las variables ($r = .052, p > .05$).

Estos análisis podrían sugerir que, los factores asociados al bienestar psicológico y a la salud mental positiva, son los elementos rigurosamente asociados a la espiritualidad, más allá de estar asociados a los factores vinculados a la religión institucionalizada. Esta podría ser la razón por la cual, la mayoría de los estudios que integran elementos asociados a la espiritualidad en los instrumentos que miden religiosidad,

encuentran una relación significativa con el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida. Estos hallazgos aportan evidencia y sugieren que la relación entre la religiosidad, el bienestar psicológico y la satisfacción de vida es mediada por la espiritualidad (Reed, 2014).

Limitaciones

Es necesario indicar que, si bien este estudio puede considerarse un importante aporte al debate religión-bienestar psicológico, no está exento de limitaciones que pueden ser tomadas en consideración para futuras investigaciones. En primer lugar, al ser un estudio transversal, se desconoce si los resultados obtenidos se sostendrán a través del tiempo. No obstante, este estudio aporta conocimiento sobre la relación entre la religiosidad, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en el contexto puertorriqueño. En segundo lugar, debido a que el muestreo utilizado fue accidental, no se pueden hacer generalizaciones de los resultados más allá de la muestra. Sin embargo, esto ayudó a tener una visión preliminar de las relaciones de las variables estudiadas y contribuye positivamente a las investigaciones de la religiosidad y su impacto en la salud mental. Por último, el proceso de recopilación de datos se realizó electrónicamente vía internet. Debemos señalar que aún no existe un consenso que provea una visión coherente de los retos que pudieran afectar de modo adverso el alcance y generalización de los resultados. No obstante, identificamos que una de las limitaciones responde a la falta de seguridad en cuanto a quienes cumplimentan los cuestionarios de forma electrónica (i.e., menores de 21 años pueden accederlos).

Recomendaciones

Debido a que no se consideró la espiritualidad como una de las variables

del estudio, lo cual hubiese aportado información valiosa sobre su posible rol mediador, recomendamos que se realicen investigaciones que examinen el efecto mediador de la espiritualidad en la relación entre la religiosidad y el bienestar psicológico. Estas investigaciones deben realizarse con instrumentos que no fusionen entre sí, elementos religiosos con elementos espirituales, con el propósito de tener una mayor comprensión de la relación entre la religiosidad, la espiritualidad, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida. A su vez, recomendamos que, para futuras investigaciones, se considere aumentar la muestra representativa de adultos puertorriqueños y que la encuesta sea de forma presencial en un ambiente estandarizado, de manera que los resultados obtenidos puedan ser más abarcadores.

Conclusión

Múltiples estudios han identificado asociaciones significativas entre la religiosidad, las prácticas religiosas, la satisfacción con la vida y el bienestar psicológico. Sin embargo, no se conoce a cabalidad cuales son, exactamente, los factores influyentes detrás de esta relación. Aunque aún queda mucho por aprender acerca de la relación religiosidad-bienestar psicológico, los resultados de nuestro estudio proporcionan una base sólida de evidencia para descalificar, como principales factores responsables de esta relación, los elementos asociados a la religiosidad y la religión institucionalizada. Estos hallazgos no deben interpretarse como evidencia para desacreditar la importancia y pertinencia de la religiosidad en la vida de muchas personas. Más bien, sugieren que, los efectos positivos de la experiencia religiosa, pueden estar asociados a otros elementos más allá de los ritos, dogmas y

prácticas propias de la religión organizada, como podría ser la experiencia subjetiva, comúnmente relacionada con la espiritualidad.

Referencias

- Abdel-Khalek, A. (2011). Subjective well-being and religiosity in Egyptian college students. *Psychological Reports*, 108(1), 54-58. doi:10.2466/07.17.PR0.108.1.54-58
- Abdel-Khalek, A. (2013). The relationships between subjective well-being, health, and religiosity among young adults from Qatar. *Mental Health, Religion & Culture*, 16(3), 306-318. doi:10.1080/13674676.2012.660624
- Abdel-Khalek, A.M., & Singh, A.P. (2014). Religiosity, subjective well-being and anxiety in Indian college students. *The Arab Journal of Psychiatry*, 25, 201-208. doi:10.12816/0006768
- Achour, M., Grine, F., Nor, M. R. M., & Yusoff, M. Y. Z. (2014). Measuring religiosity and its effects on personal well-being: A case study of muslim female academicians in Malaysia. *Journal of religion and health*, 54, 984-997. doi:10.1007/s10943-014-9852-0
- American Psychological Association. (2010). *Diccionario conciso de psicología*. México: Manual Moderno.
- Calderón-Gerena, I. (2002). *Estudio comparativo de las dimensiones de ansiedad, depresión, desesperanza, ideación suicida, práctica religiosa y espiritualidad en dos grupos: Uno con diagnóstico de fibromialgia versus clientes típicos* (Disertación doctoral inédita). Universidad Carlos Albizu, San Juan, Puerto Rico.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75. doi:10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Tay, L. & Myers, D. (2011). The religion paradox: If religion makes people happy, why are so many dropping out? *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1278-1290. doi:10.1037/a0024402.
- Eichhorn, J. (2011). Happiness for believers? Contextualizing the effects of religiosity on life-satisfaction. *European Sociological Review*, 28, 583– 593. doi:10.1093/esr/jcr027
- Ellison, C. (1991). Religious involvement and subjective well-being. *Journal of Health and Social Behavior*, 32(1), 80-99. doi: 10.2307/2136801
- Emmons, R. (1998). Religion and personality. En H. Koenig (Ed.), *Handbook of Religion and Mental Health* (pp. 63-74). San Diego: Academic Press.
- Eunghi, A. (2003). Religious influences on personal and societal well-being. *Social indicators research*, 62 (1-3), 149-170. doi:10.1023/A:1022641100109
- Ferris, A. (2002). Religion and the quality of life. *Journal of Happiness Studies*, 3, 199-215. doi:10.1023/A:1020684404438
- Florenzano, R. (2010). Religiosidad y Salud Mental: ¿Amigos o Enemigos? *Gaceta de Psiquiatría Universitaria*, 6(2), 221-229. Disponible en <http://revistagpu.cl/>
- Garssen, B., Visser, A., & Jager Meezenbroek, E. (2016). Examining Whether Spirituality Predicts Subjective Well-Being: How to Avoid Tautology. *Psychology of Religion and Spirituality*, 8, 141-148. doi:/10.1037/rel0000025
- González-Rivera, J.A. (2016). Relación entre la espiritualidad y el bienestar subjetivo en una muestra de adultos puertorriqueños de ambos géneros. (Disertación doctoral inédita). Universidad Carlos Albizu, San Juan, Puerto Rico.

- González-Rivera, J.A. (2017). *Propiedades Psicométricas de la Escala de Religiosidad Personal en una Muestra de Adultos en Puerto Rico*. Manuscrito sometido para publicación.
- González-Rivera, J.A., Quintero, N., Veray, J., & Rosario, A. (2016). Adaptación y Validación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en una Muestra de Adultos Puertorriqueños. *Salud y Conducta Humana*, 3(1), 1-14. Recuperado de <http://rsych.com/>
- Harari, E., Glenwick, D. S., & Cecero, J. J. (2014). The relationship between religiosity/spirituality and well-being in gay and heterosexual Orthodox Jews. *Mental Health, Religion and Culture*, 17(9), 886-897. doi:10.1080/13674676.2014.942840
- Hussain, D. (2011). Spirituality, religion, and health: Reflections and issues. *Europe's Journal of Psychology*, 1, 187-197. doi:10.5964/ejop.v7i1.111
- Kim, A.E. (2003). Religious influences on personal and societal well-being. *Social Indicators Research*, 62, 149-170. Recuperado de <http://www.jstor.org/stable/27527090>
- Koenig, H.G. (2008). Concerns about Measuring "Spirituality" in Research. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 196(5), 349-355. doi:10.1097/NMD.0b013e31816ff796
- Koenig, H.G., McCullough, M. & Larson, D. (2000). *Handbook of Religion and Health*. New York: Oxford University Press.
- Laos, K. (2010). *Calidad de Vida y Religiosidad en pacientes con cáncer de mama*. (Tesis de Licenciatura publicada). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/123456789/668>
- Leondari, A. & Gialamas, V. (2009). Religiosity and psychological well-being. *International Journal of Psychology*, 44 (4), 241 – 248. doi:10.1080/00207590701700529
- Leondari, A., & Gialamas, V. (2009). Religiosity and psychological well-being. *International Journal of Psychology*, 44, 241-248. doi:10.1080/00207590701700529
- Lun, V. M.-C., & Bond, M. H. (2013). Examining the relation of religion and spirituality to subjective well-being across national cultures. *Psychology of Religion and Spirituality*, 5(4), 304-315. doi:10.1037/a0033641
- Martínez-Saavedra, M.R. (2014). *Religiosidad, Prácticas Religiosas y Bienestar Subjetivo en Jóvenes Católicos de Lima Norte* (Tesis de Licenciatura publicada). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú. Disponible en <http://tesis.pucp.edu.pe/>
- Organización Mundial de la Salud (2013). *Joint meeting of experts on targets and indicators for health and well-being in Health 2020*. Disponible en <http://www.euro.who.int/>
- Orozco, C. L. & Domínguez, A. (2014). Diseño y validación de la Escala de Actitud Religiosa. *Revista de Psicología*, 23(1), 3-11. doi:10.5354/0719-0581.2014.32868
- Pargament, K. & Mahoney, A. (2002). Spirituality: Discovering and Conserving the Sacred. En *Handbook of positive psychology*. New York: Oxford University Press. [SEP]
- Powell, R., & Pepper, M. (2015). Subjective well-being, religious involvement, and psychological type among Australian churchgoers. *Mental Health, Religion & Culture*, 18(1), 33-46. doi:10.1080/13674676.2014.1003170

- Quintero, N. (2005). Espiritualidad, salud, y bienestar: Su importancia en la calidad de vida. En Rivera, L. M. y Rodríguez, J. R. (Eds). *Investigaciones eclesiales* (págs.5-23). San Juan: Publicaciones Puertorriqueñas.
- Reed, T. (2014). The influence of religiosity and spirituality on psychological well-being among Black women. *Journal of Black Psychology*, 40(4), 384–401. Recuperado de doi:10.1177/0095798413490956
- Rodríguez-Carrión, D.M. (2009). *Contribución del manejo religioso a la calidad de vida y sintomatología depresiva en una muestra de hispanos que tienen o no un diagnóstico de cáncer* (Disertación doctoral publicada). Universidad Carlos Albizu, San Juan, Puerto Rico.
- Rule, S. (2006). Religiosity and Quality of life in South Africa. *Social indicators Research*, 81(2), 417 – 434. doi:10.1007/s11205-006-9005-2
- Ryff, C. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions In Psychological Science*, 4(4), 99-104. doi:10.1111/1467-8721.ep10772395
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
- Varas-Díaz, N., Neilands, T.B., Rivera, S., & Betancourt E. (2010). Religion and HIV/AIDS stigma: Implications for health professionals in Puerto Rico. *Global Public Health*, 5(3), 295-312. doi:10.1080/17441690903436581
- Willits, F. y Crider, D. (1988). Religion and well-being: men and women in the middle years. *Review of religious Research*, 29(3), 281, 295. doi:10.2307/3511225
- Zinnbauer, B. & Pargament, K. (2005). Religiousness and Spirituality. En R.F. Paloutzian & C.L. Park (Eds.), *Handbook of the psychology of religion and spirituality* (pp. 21-42). New York: Guilford Press.