

La relación entre prácticas religiosas y satisfacción con la vida en adultos mayores de Lima

Relationship between religious practices and life satisfaction in the elderly in Lima

Estela Montenegro-Serkovic ¹, Elizabeth Dany Araujo-Robles ¹, Geraldine Salazar-Vargas ¹

RESUMEN

El objetivo fue determinar en qué medida algunas actividades que constituyen ejemplos de práctica o conducta religiosa están asociadas a la satisfacción con la vida en personas de la tercera edad. Participaron 123 personas de 47 a 83 años ($M=69.76$; $DE=9.53$), siendo el 75.6% de dichos participantes de 65 o más años de edad. Todos los participantes declararon ser de religión católica. Ellos completaron la Escala de Prácticas Religiosas y la Escala de Satisfacción con la Vida. Los resultados indican que no hubo diferencias estadísticamente significativas de género ni en prácticas religiosas ni en satisfacción con la vida. La correlación entre las puntuaciones totales fue significativa ($r=.380$; $p=.014$); sin embargo, los análisis de regresión revelaron que la puntuación de satisfacción con la vida es predicha por un solo indicador de práctica religiosa y, recíprocamente, la puntuación de la práctica religiosa es predicha por un solo indicador de satisfacción con la vida. Los resultados fueron analizados en función de la complejidad de las diferentes conductas que conforman la práctica religiosa.

PALABRAS CLAVE: género, adultos mayores, prácticas religiosas, satisfacción con la vida

SUMMARY

The objective was to determine to which measure some activities which are a sample of religious practices are related to life satisfaction in elderly. Participants were 123 persons aged 47 to 83 ($M=69.76$; $SD=9.53$), 75.6% of them were 65 years old or above. All of them declared being Catholics. They completed a scale of religious practices and the Life Satisfaction Scale. Results indicate that there were not significant gender differences neither on religious practices nor on life satisfaction. The correlation between total scores was significant ($r=.380$; $p=.014$); however, regression analyses indicated that the life satisfaction total score was predicted only by one indicator of religious practice and, reciprocally, the total score of religious practice was predicted only by one indicator of life satisfaction. These results were analyzed regarding the complexity of the various behaviors comprising religious practice.

KEY WORDS: Gender, elderly, life satisfaction, religious practices

¹ Facultad de Psicología, Universidad Peruana Cayetano Heredia. Lima, Perú.

ARTÍCULO ORIGINAL

INTRODUCCION

Heller, Watson y Ilies (2004) definieron la satisfacción con la vida como “un resumen evaluativo del grado de gusto o disgusto con la propia vida (un objeto actitudinal)” (p. 574). En principio, partimos de esta concepción de la satisfacción con la vida, pero consideramos necesario precisar los vínculos de este concepto con otros, como los de felicidad y bienestar con los que ha sido a veces identificado. Un primer grupo de autores (e. g., Sanjuán, 2011; Veenhoven, 1991), consideran *satisfacción con la vida* y *felicidad* sinónimos. Veenhoven definió la felicidad como “*el grado en el cual un individuo juzga favorablemente la calidad global de su vida*. En otras palabras: cuánto le gusta su vida esa persona” (Veenhoven, 1991, p. 2). Esta definición, como la de Heller et al., (2004), ponen el acento en la satisfacción vital como juicio. Veenhoven (1991) planteó también la diferencia entre felicidad o satisfacción vital y “contentamiento”; mientras éste es relativo a la comparación que el individuo hace de su vida actual con lo que él cree que debería ser, la felicidad es una condición estable, que no depende de tales comparaciones, sino de la satisfacción de necesidades importantes para la persona. Un segundo grupo de autores también ven la felicidad y la satisfacción con la vida como sinónimos, pero en un sentido diferente. Por ejemplo, Seligman (2014) definió la felicidad como “emoción positiva” y consideró la satisfacción vital como una medida de aquélla, formando ambas parte del bienestar. Si, en este sentido, satisfacción vital es sinónimo de felicidad, también lo sería de *bienestar hedónico* (Ryan & Deci, 2001) y de *bienestar subjetivo* (Keyes, Ryff y Shmotkin, 2002), pero ciertamente no de *bienestar psicológico*, ya que éste último debe entenderse más bien como funcionamiento emocional y cognitivo óptimo (Keyes et al., 2002; Sanjuán, 2011). Finalmente, un tercer grupo de autores distinguen claramente entre felicidad y satisfacción vital; aunque, como en el primer grupo, enfatizando el aspecto evaluativo como el factor definitorio de la satisfacción vital: “la felicidad es un estado emocional que presenta síntomas físicamente mensurables, mientras que la satisfacción es un estado cognitivo sin ningún síntoma obvio” (Tepperman y Curtis, 1995, p. 256). Por tanto, nos parece adecuado limitar el concepto de satisfacción con la vida estrictamente a la idea de juicio acerca de la vida propia.

Heller et al. (2004) examinaron dos enfoques explicativos de la satisfacción vital, uno de ellos acentúa el papel de los rasgos de personalidad

y el otro el de las situaciones y eventos que los individuos deben enfrentar. La investigación empírica ha revelado que ambos tipos de factores tienen importancia en la explicación de la satisfacción con la vida. Un ejemplo interesante en este sentido, es el estudio realizado en médicos noruegos con nueve años de ejercicio profesional por Tysen et al., (2009). Dichos autores comprobaron que los principales predictores de satisfacción con la vida eran una menor edad, bajos niveles de neuroticismo, estar casado o cohabitando, soporte social percibido, menor estrés laboral y frecuencia de actividad física. Los factores de matrimonio o cohabitación y de soporte social explicaron la mitad de la varianza en satisfacción con la vida, pero un quinto de tal varianza fue explicada por factores de personalidad. En otras palabras, factores de compañía y de soporte, así como una baja vulnerabilidad al estrés predicen satisfacción vital. De este hallazgo puede inferirse que aquellos recursos que procuren soporte social, además de ciertos factores de personalidad y condiciones objetivas de vida, pueden incidir positivamente en la satisfacción vital.

Un factor que puede estar asociado con la satisfacción vital es la religiosidad o *implicación religiosa*. La implicación religiosa es un concepto que cubre un amplio rango de manifestaciones conductuales, afectivas y cognitivas incluyendo metas, creencias y experiencias subjetivas (Levin, 2001; Thoresen y Harris, 2004). A partir de esas múltiples manifestaciones, se puede hablar de religiosidad extrínseca, es decir conductual (e. g., asistir a la iglesia) y religiosidad intrínseca, más relacionada con experiencias de tipo subjetivo. La diferencia entre religiosidad extrínseca e intrínseca se vincula con la diferencia entre *práctica* y *creencia* religiosa. Como señalan Pérez, Sandino y Gómez (2005), la primera se refiere fundamentalmente a acciones, en tanto que la segunda tiene que ver con el sentimiento de fe en algún sistema religioso. En la literatura también se suele hacer hincapié en la diferencia entre práctica religiosa y espiritualidad, entendida esta última como un objetivo personal al que puede llegarse por medio de la religiosidad o de otras maneras (Levin, 2001; Rivera-Ledesma y Montero, 2005).

Existen ciertas evidencias de que la religiosidad y la satisfacción vital pueden estar relacionadas; por ejemplo, Haller y Hadler (2006) observaron que los aspectos más estrictamente espirituales de la religiosidad parecen tener también un efecto importante en el sentido de felicidad (en el sentido de satisfacción vital) de las personas. En un estudio

ARTÍCULO ORIGINAL

en adultos, Alarcón (2002) halló que una de tres principales razones señaladas por los participantes para “ser feliz” (es decir, hallarse en un “estado de satisfacción”) es “estar bien con Dios”. No obstante, debemos señalar que la valoración adecuada de estos y otros trabajos se ve complicada por la confusión que se aprecia en muchos de ellos; tanto en el uso de los términos felicidad, satisfacción vital y bienestar, como en lo que se entiende como religiosidad, concepto que, como acabamos de ver, se refiere a veces solamente a ciertas conductas de práctica religiosa. En el presente trabajo, el énfasis es puesto más en el comportamiento de las personas que en sus creencias, de ahí el uso del término *práctica religiosa*. Por consiguiente, nos abocaremos estrictamente a la relación entre práctica religiosa y satisfacción vital. Existen algunos trabajos que explícitamente reportan el impacto de la “práctica” de la religión en la satisfacción vital. Por ejemplo, Berthold y Ruch (2014) mostraron que personas que “practican su religión” presentan un mejor nivel de satisfacción con la vida que aquellos que no practican su religión o que no son religiosos. Dicha investigación valoró la religiosidad únicamente mediante dos ítems, uno que preguntaba sobre la afiliación religiosa del participante y el otro interrogando acerca de si dicho participante “practica” o no su religión.

En el presente estudio nos proponemos enfocar con más detalle y profundidad algunos aspectos de la relación entre práctica religiosa y satisfacción con la vida, poniendo énfasis en la posible asociación entre ciertas específicas prácticas religiosas y algunos indicadores concretos de satisfacción vital. Hemos asumido dos restricciones para el presente trabajo: a. nos limitaremos a investigar la relación indicada en personas que reportan ser creyentes y realizar algunas prácticas religiosas y b. nos hemos limitado, además, a un grupo de personas de la tercera edad. Ciertas observaciones indican que la religiosidad adquiere mayor importancia para la persona conforme aumenta la edad (Barna, 1996); lo cual está probablemente relacionado con el hecho de que el incremento de la edad suele conllevar un mayor impacto de los estresores propios de dicha etapa del ciclo vital, tales como la presencia de mayores riesgos para la salud y el cese laboral. Como observan Powell y Pepper (2015) la fe puesta en un ser superior puede actuar como un efectivo medio de afrontamiento y ello explicaría el creciente valor de la religión para las personas de esta edad. Algunos estudios realizados en personas mayores indican también que la religiosidad está relacionada con una serie de resultados incluyendo un mayor sentido de bienestar subjetivo y de satisfacción

vital (Cohen y Hall, 2009; Lee, 2007). Además, proponemos la posibilidad de predecir el nivel de satisfacción con la vida a partir de dichas prácticas religiosas. La relevancia de tal investigación radica no solamente en aumentar nuestra comprensión acerca de la dinámica de tal relación en las etapas avanzadas de la vida; sino también en un sentido más práctico, ya que tal comprensión puede contribuir a mejorar la acción del psicólogo y de otros profesionales de la salud en la atención a las personas de la tercera edad, ya que, como se ha señalado, para muchas de ellas la religión es un aspecto importante de sus vidas. Todo ello en el contexto de una sociedad que tiende a nivel global hacia el crecimiento porcentual de la población de tercera edad.

MATERIAL Y METODOS

Participaron 123 personas (mujeres: 51,2%), quienes fueron las únicas que estaban en condiciones físicas de responder los cuestionarios. Todos los participantes declararon ser de religión católica. La edad de los participantes se hallaba entre 47 y 83 años ($M=69,76$; $DE=9,53$), siendo 75,6% de ellos de 65 o más años de edad. Tenían educación superior 73,2% y educación secundaria, 26,8%. Asimismo, 41,5% informaron que tenían actividad laboral.

Medidas.

Escala de Prácticas Religiosas (Hamann, 2004). Consta de siete ítems que describen actividades como asistir a la iglesia, rezar, participar en festividades religiosas, etc. Cada uno de estos ítems se responde mediante una escala graduada de cinco alternativas, las cuales van desde siempre (puntaje 5) a nunca (puntaje 1). De este modo, el instrumento propiamente evalúa la frecuencia con que el participante se dedica a tales actividades. La validez fue obtenida mediante criterio de jueces (Hamann, 2004); además, esta escala presenta una alta consistencia interna (Hamann, 2004; Laos, 2010).

Escala de Satisfacción con la Vida (Diener, Emmons, Larsen, Y Griffin, 1985). Se trata de un instrumento breve, de cinco ítems, que consisten en afirmaciones relativas al juicio que la persona realiza sobre cuán satisfecho se siente con la vida que ha realizado, lo logrado en ella o lo que experimenta en la actualidad. Cada ítem se puntúa en una escala graduada de siete opciones. En el estudio original, la consistencia interna mediante alfa de Cronbach fue de 0,87 y el análisis factorial arrojó un único factor,

ARTÍCULO ORIGINAL

el cual explicó el 66% de la varianza. Esta escala fue adaptada al medio peruano por Alarcón (2000), quien halló un alfa de Cronbach de 0,528 e identificó dos factores, uno de ellos relacionado directamente con la satisfacción con la vida actual y el otro vinculado con la evaluación positiva de lo alcanzado o logrado en la vida. En el presente estudio, sin embargo, los resultados se analizarán sin referencia a dichos factores.

Procedimiento.

Los participantes fueron contactados en un centro de recreación para adultos ubicado en un distrito de clase media de la ciudad de Lima y al que asistían regularmente. Los participantes fueron seleccionados de manera no aleatoria; para ello las investigadoras se acercaban a las personas que se encontraban en el lugar proponiéndoles una breve entrevista y sin más requisito que el de la aceptación voluntaria. Los datos fueron recolectados de manera individual y durante un período de dos meses durante el año 2017.

Análisis de datos

En primer lugar, se calculó las correlaciones ítem-test y los alfas de Cronbach para las puntuaciones de ambas medidas (con sus respectivos IC al 95%), considerándose la eliminación de aquellos ítems cuyas correlaciones corregidas con la puntuación total fuesen inferiores a .20. Se calculó la media y la desviación estándar de las puntuaciones totales y de las puntuaciones de cada ítem de ambos instrumentos. Las puntuaciones fueron luego sometidas a la prueba de Shapiro-Wilk, con la finalidad de determinar si tenían distribución normal o no, tanto en la muestra total como en cada género. Con base en los resultados de esta prueba, se realizó una comparación entre géneros en todas las variables (puntuaciones totales y por ítems, de cada uno de los instrumentos) mediante la prueba U de Mann-Whitney. Se evaluó el tamaño del efecto debido al género en todas las variables analizadas, mediante el cálculo de la probabilidad de superioridad estimada (PS_{est}) (Grissom y Kim, 2005). Con base en Grissom y Kim (2005, p. 110), se adoptó los siguientes valores de PS_{est} : 0,56, 0,64 y 0,71 para considerar el tamaño del efecto como pequeño, mediano o grande, respectivamente. Se obtuvo las correlaciones Spearman entre todas las variables (puntuaciones totales y por ítems). Finalmente, se realizó dos análisis de regresión lineal múltiple, con la finalidad de hallar los mejores predictores, en un caso, de la frecuencia de prácticas religiosas a partir

de cada indicador de la satisfacción vital, y en el otro, de la satisfacción vital a partir de la frecuencia de cada indicador de prácticas religiosas. En estos análisis, se consideró como variables independientes sólo aquellos indicadores que correlacionaron significativamente con la puntuación total de la variable dependiente. A fin de asegurar el cumplimiento del requisito de no colinealidad en el análisis de regresión, se calculó los factores de inflación de varianza, considerándose un máximo de 6.00 para este valor, equivalente a un nivel de tolerancia de 0,17 (Keith, 2015, p. 202), para las variables consideradas en dicho análisis. En todos estos procedimientos se utilizó el paquete estadístico SPSS 23.

RESULTADOS

El alfa correspondiente a las puntuaciones de la Escala de Prácticas Religiosas fue de 0,844, y la mayoría de las correlaciones ítem-test corregidas estuvieron entre 0,638 y 0,809; sin embargo, en el caso del ítem 5 (comportarse como Dios espera que lo haga) tal correlación fue de 0,160, por lo que se decidió no incluir dicho ítem en los análisis. Un nuevo cálculo del alfa sin el ítem mencionado arrojó el valor 0,869 (IC al 95%: 0,787-0,919). En cuanto a las puntuaciones de la Escala de Satisfacción con la Vida, el alfa fue 0,778 (IC al 95%: 0,635-0,865) y las correlaciones ítem-test corregidas estuvieron entre 0,377 y 0,672.

En la tabla 1 se presenta la media y desviación estándar de todas las variables medidas, así como los resultados de la prueba Shapiro-Wilk. Respecto de las prácticas religiosas, las puntuaciones promedio en todos los ítems superan el valor de 3, el cual corresponde a la respuesta “a veces”. Esto indica que, en promedio, este grupo de participantes muestra una tendencia a una participación religiosa activa. Se aprecia que las mayores puntuaciones corresponden a los dos ítems relacionados con rezar, en tanto que la menor puntuación corresponde a los ítems relacionados con participación en festividades o en actividades de la iglesia. En el caso de satisfacción con la vida, las puntuaciones medias en los distintos ítems indican un grado intermedio de acuerdo con lo expresado en los ítems. El ítem con mayor puntuación es “hasta ahora he conseguido lo que considero importante” y los de menor puntuación son: “si pudiera vivir otra vez no cambiaría nada”, “la mayoría de las cosas son como quiero” y “las circunstancias de mi vida son muy buenas”. Los resultados de la prueba Shapiro-Wilk indican que todas las puntuaciones se alejan de la normalidad, siendo la tendencia hacia las puntuaciones altas.

Tabla 1. Estadísticos descriptivos y prueba de Shapiro-Wilk de normalidad de las variables en la muestra total

Variables	M	DE	S-W	p
Asisto a la iglesia	4,44	0,90	0,669	<0,001
Participo en festividades	3,78	1,29	0,834	<0,001
Rezo a Dios por ayuda	4,68	0,69	0,531	<0,001
Participo en actividades	3,73	1,30	0,844	<0,001
Rezo a Dios para agradecer	4,73	0,67	0,465	<0,001
Trasmito la fe en Dios	4,32	0,93	0,730	<0,001
Total de prácticas religiosas	25,69	4,66	0,847	<0,001
La mayoría de las cosas son como quiero	4,17	0,83	0,817	<0,001
Las circunstancias de mi vida son muy buenas	4,17	1,02	0,765	<0,001
Estoy satisfecho por mi vida	4,37	0,94	0,636	<0,001
Hasta ahora he conseguido lo que considero importante	4,56	0,63	0,679	<0,001
Si pudiera vivir otra vez no cambiaría nada	4,15	0,85	0,818	<0,001
Satisfacción con la vida general	21,41	3,15	0,896	0,001

Nota: M = Media; DE = Desviación estándar; SW = Estadístico Shapiro-Wilk

Tabla 2. Estadísticos descriptivos y prueba de Shapiro-Wilk de normalidad de las variables según género

Variables	Hombres				Mujeres			
	M	DE	SW	p	M	DE	SW	p
Asisto a la iglesia	4,40	0,94	0,686	<0,001	4,48	0,87	0,664	<0,001
Participo en festividades	3,80	1,40	0,811	0,001	3,76	1,22	0,860	0,006
Rezo a Dios por ayuda	4,80	0,52	0,447	<0,001	4,57	0,81	0,603	<0,001
Participo en actividades	3,65	1,42	0,824	0,002	3,81	1,21	0,808	0,001
Rezo a Dios para agradecer	4,80	0,70	0,330	<0,001	4,67	0,66	0,564	<0,001
Trasmito la fe en Dios	4,45	0,83	0,696	<0,001	4,19	1,03	0,759	<0,001
Total de prácticas religiosas	25,90	4,63	0,835	0,003	25,48	4,78	0,855	0,005
La mayoría de las cosas son como quiero	4,15	0,88	0,826	0,002	4,19	0,81	0,788	<0,001
Las circunstancias de mi vida son muy buenas	4,20	0,95	0,763	<0,001	4,14	1,11	0,765	<0,001
Estoy satisfecho con mi vida	4,60	0,50	0,626	<0,001	4,14	1,20	0,691	<0,001
Conseguí lo que considero importante	4,60	0,60	0,671	<0,001	4,52	0,68	0,697	<0,001
Si viviera otra vez no cambiaría nada	4,15	0,88	0,826	0,002	4,14	0,85	0,779	<0,001
Satisfacción con la vida general	21,70	2,79	0,913	0,072	21,14	3,51	0,891	0,023

Nota: M = Media; DE = Desviación estándar; SW = Estadístico Shapiro-Wilk

Adicionalmente, la Tabla 2 reporta los mismos estadísticos, pero según género. Las conductas religiosas que ocurren con más frecuencia en ambos géneros son las de rezar, ya sea para pedir ayuda o para agradecer. Las conductas menos frecuentes son las de participar en festividades o en actividades organizadas

por la iglesia, si bien tales conductas no se dan en una frecuencia extremadamente baja. De otro lado, en relación con la satisfacción vital, los varones puntúan más alto en los ítems “hasta ahora he conseguido lo que considero importante” y “estoy satisfecho por mi vida” y más bajo en los indicadores “la mayoría de las cosas

ARTÍCULO ORIGINAL

de mi vida son como yo quiero”, “la circunstancias de mi vida son muy buenas” y “si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada”; en tanto que las mujeres asignan el puntaje más alto sólo al ítem “hasta ahora he conseguido lo que considero importante” y puntúan más bajo, pero similar, en todos los demás.

Sin embargo, de acuerdo con lo mostrado en la tabla 3, las diferencias entre géneros no llegan a ser significativas en ninguna de las variables examinadas. El tamaño del efecto es pequeño en todos los casos.

La Tabla 4 muestra las correlaciones entre los indicadores de práctica religiosa y satisfacción con la vida, así como entre las puntuaciones totales. Las correlaciones son positivas pero no todas son significativas. Tres de los cinco indicadores de

satisfacción con la vida correlacionan con la puntuación total de práctica religiosa y en cambio solo dos de los seis indicadores de práctica religiosa correlacionan con la puntuación total de satisfacción con la vida. Asimismo, ninguno de los indicadores de práctica religiosa correlaciona con todos los indicadores de satisfacción con la vida, ni viceversa. Pero se observa también que dos indicadores de prácticas religiosas (asistir a la iglesia y transmitir a otros la fe en Dios) tienen el mayor número de correlaciones significativas con indicadores de satisfacción con la vida. Asimismo, estos dos indicadores son los que correlacionan significativamente con el puntaje total de satisfacción con la vida. Los menos relacionados con satisfacción con la vida (una sola correlación significativa) son los dos de rezar y participar en actividades de la iglesia. Recíprocamente, el indicador de satisfacción con

Tabla 3. Prueba U de Mann-Whitney de las diferencias de género en las variables de estudio

Variables	Género	Rango Promedio	U	Z	p	PS _{est}
Asisto a la iglesia	Hombres	20,68	203,500	-0,201	0,840	0,48
	Mujeres	21,31				
Participo en festividades	Hombres	21,50	200,000	-0,273	0,785	0,48
	Mujeres	20,52				
Rezo a Dios por ayuda	Hombres	22,45	181,000	-1,047	0,295	0,43
	Mujeres	19,62				
Participo en actividades	Hombres	20,50	200,000	-0,272	0,786	0,48
	Mujeres	21,48				
Rezo a Dios para agradecer	Hombres	22,38	182,500	-1,095	0,273	0,43
	Mujeres	19,69				
Trasmito la fe en Dios	Hombres	22,53	179,500	-0,882	0,378	0,43
	Mujeres	19,55				
Total de prácticas religiosas	Hombres	21,83	193,500	-0,436	0,663	0,46
	Mujeres	20,21				
La mayoría de las cosas son como quiero	Hombres	20,88	207,500	-0,070	0,944	0,49
	Mujeres	21,12				
Las circunstancias de mi vida son muy buenas	Hombres	21,00	210,000	0,000	1,000	0,50
	Mujeres	21,00				
Estoy satisfecho por mi vida	Hombres	22,90	172,000	-1,118	0,264	0,41
	Mujeres	19,19				
Hasta ahora he conseguido lo que considero importante	Hombres	21,48	200,500	-0,292	0,770	0,48
	Mujeres	20,55				
Si pudiera vivir otra vez no cambiaría nada	Hombres	21,15	207,000	-0,083	0,933	0,49
	Mujeres	20,86				
Satisfacción con la vida general	Hombres	21,53	199,500	-0,277	v782	0,48
	Mujeres	20,50				

ARTÍCULO ORIGINAL

la vida más asociado con las prácticas religiosas es “las circunstancias de mi vida son muy buenas” y los menos asociados son “si viviera otra vez no cambiaría nada” y “estoy satisfecho por mi vida”.

En la tabla 5 se muestran los dos análisis de regresión lineal múltiple realizados; en el panel A se aprecia que de las dos variables de práctica religiosa que correlacionan significativamente con satisfacción

con la vida, solo transmitir la fe en Dios es predictor de ésta última. La correlación múltiple resultó significativa ($R^2=0,285$; R^2 ajustado= $0,247$; error estándar de estimación= $2,737$; $F=7,56$; $p=0,002$). El valor del factor de inflación de varianza fue 1.084 tanto para asistir a la iglesia como para transmitir la fe en Dios, indicando todo ello bajos niveles de colinealidad. En el panel B puede verse que de las tres variables de satisfacción con la vida que correlacionan

Tabla 4. Correlaciones Spearman entre las variables de prácticas religiosas y de satisfacción con la vida

		1	2	3	4	5	6	7
La mayoría de las cosas son como quiero	<i>rho</i>	0,185	0,318	0,146	0,246	0,232	0,431	0,326
	<i>p</i>	0,246	0,042	0,361	0,121	0,145	0,005	0,037
Las circunstancias de mi vida son muy buenas	<i>rho</i>	0,317	0,368	0,389	0,266	0,126	0,471	0,453
	<i>p</i>	0,043	0,018	0,012	0,093	0,431	0,002	0,003
Estoy satisfecho por mi vida	<i>rho</i>	0,083	0,074	0,138	0,064	0,241	0,432	0,186
	<i>p</i>	0,605	0,645	0,389	0,690	0,129	0,005	0,245
Conseguí lo que considero importante	<i>rho</i>	0,321	0,306	0,223	0,375	0,343	0,157	0,347
	<i>p</i>	0,041	0,052	0,160	0,016	0,028	0,327	0,026
Si viviera otra vez no cambiaría nada	<i>rho</i>	0,354	0,090	0,205	0,106	0,060	0,105	0,168
	<i>p</i>	0,023	0,577	0,197	0,510	0,707	0,513	0,292
Satisfacción con la vida general	<i>rho</i>	0,312	0,274	0,294	0,253	0,262	0,429	0,380
	<i>p</i>	0,047	0,083	0,062	0,110	0,097	0,005	0,014

Nota: 1 = Asisto a la iglesia; 2 = Participo en festividades; 3 = Rezo a Dios por ayuda; 4 = Participo en actividades de la iglesia; 5 = Rezo a Dios para agradecerle; 6 = Trasmito la fe en Dios; 7 = Total de práctica religiosa.
Correlaciones significativas en negrita

Tabla 5. Análisis de regresión lineal múltiple

A. Predictores de la satisfacción con la vida

Variables	Coeficientes no estandarizados		b	t	p	IC de B (95%)	
	B	EE				LI	LS
(Constante)	12,204	2,631		4,639	<0,001	6,879	17,530
1	0,519	0,503	0,148	1,033	0,308	-0,498	1,537
2	1,599	0,0482	0,473	3,315	0,002	0,623	2,576

Nota: 1 = Asistir a la iglesia; 2 = Transmitir la fe en Dios; EE = Error estándar

B. Predictores de la frecuencia de prácticas religiosas

Variables	Coeficientes no estandarizados		b	t	p	IC de B (95%)	
	B	EE				LI	LS
(Constante)	6,658	5,347		1,245	0,221	-4,176	17,492
1	1,116	0,924	0,200	1,209	0,234	-0,755	2,988
2	0,806	0,760	0,177	1,060	0,296	-0,735	2,346
3	2,414	1,065	0,329	2,267	0,029	0,256	4,571

Nota: 1 = La mayoría de cosas en mi vida son como quiero; 2 = Las circunstancias de mi vida son muy buenas; 3= Hasta ahora he conseguido lo que considero importante; EE = Error estándar

ARTÍCULO ORIGINAL

significativamente con prácticas religiosas sólo la de haber conseguido en la vida lo importante predice a esta última. En este caso, la correlación múltiple también resultó significativa ($R^2=0,269$; R^2 ajustado= $0,210$; error estándar de estimación= $4,139$; $F=4,54$; $p=0,008$). El valor del factor de inflación de varianzas estuvo entre 1,066 y 1,385, lo cual indica una baja colinealidad.

DISCUSIÓN

No se hallaron diferencias de género en prácticas religiosas, este parece un resultado atípico pues con frecuencia se ha descrito una mayor inclinación en la mujer que en el hombre hacia la religiosidad (e. g., Fiori, Brown, Cortina, & Antonucci, 2006; Lewis, Shevlin, Francis, & Quigley, 2011; Maselko y Kubzansky, 2006; Pérez et al., 2005), en los estudios de Maselko y Kubzansky y de Pérez et al., los participantes fueron más jóvenes que los del presente estudio, por lo que se podría argumentar que las diferencias entre géneros en cuanto a prácticas religiosas disminuye en etapas más avanzadas de la vida, conforme se incrementa el impacto de ciertas condiciones de estrés propias de dicha edad. Esta explicación no puede sostenerse a partir de los resultados de Meisenhelder (2003) y de Brown et al., (2010), quienes encontraron diferencias significativas en prácticas religiosas entre hombres y mujeres de edades avanzadas. Se han propuesto distintas explicaciones para la mayor religiosidad de las mujeres frente a los hombres (e. g., Bradshaw y Ellison, 2009; Roth y Kroll, 2007). Sin embargo, Loewenthal, MacLeod y Cinnirella (2002) informaron sobre un estudio en el Reino Unido en el que las mujeres cristianas fueron sólo “ligeramente” más activamente religiosas que los hombres, en tanto que las de otras confesiones fueron incluso *menos* religiosas que los hombres. Es probable que el hecho de que se encuentre o no diferencias en “religiosidad” dependa no solamente de los factores culturales sino también de lo que específicamente se esté midiendo.

Resalta el hecho de que en los participantes del presente estudio las conductas religiosas más frecuentes fueron las dos que consisten en rezar y las menos frecuentes las de participación en festividades y actividades de la iglesia. Esto puede obedecer a varias razones. En primer lugar, es probable que los participantes apelen a la práctica religiosa como un modo de afrontamiento (rezar para pedir ayuda) y que no consideren el participar en actividades como una manera efectiva de petición de auxilio. Existe cierta evidencia de que rezar es una forma de afrontamiento

(Bade y Cook, 2008; Harris et al., 2010; Levine, 2008) y que puede ocurrir con más frecuencia cuando la persona atraviesa por estados emocionales negativos como la depresión (Wachholtz y Sambamthoori, 2013). En segundo lugar, probablemente los participantes valoran la religiosidad más como un acto personal que social y que esto involucra principalmente el acto de comunicación con un ser superior, más que la participación en las actividades instituidas por la organización religiosa. Una tercera razón es la propia edad de los participantes, la cual probablemente incapacita a varios de ellos a salir de sus hogares para realizar actividades que no consideran tan importantes como expresión de religiosidad.

En cuanto a la satisfacción con la vida, tampoco se halló diferencias entre géneros. En otros contextos también se ha reportado ausencia de diferencias en satisfacción con la vida en función del género (Alarcón, 2001; Fiori et al., 2006). Investigando en personas mayores en Japón, Oshio (2012) no encontró a nivel global una diferencia entre géneros en satisfacción vital, pero sí halló que ciertas variables están asociadas a un mayor o menor grado de satisfacción en un género que en otro.

Los resultados del presente estudio señalan que los dos indicadores más intensos de satisfacción vital son: “hasta ahora he conseguido lo que considero importante” y, en el caso de los hombres, también “estoy satisfecho por mi vida”. De acuerdo con ello, se puede señalar que en la presente muestra existe un grado ligeramente más alto de satisfacción con los objetivos logrados que frente a las condiciones de vida reales de los participantes. Por otro lado, los ítems “la mayoría de las cosas de mi vida son como yo quiero”, “las circunstancias de mi vida son muy buenas” y “si pudiera vivir mi vida otra vez no cambiaría casi nada” son puntuados en un nivel algo menor. Esto último probablemente se debe a que los participantes consideran que dichos ítems evalúan la calidad de su vida actual, la cual parece ser algo menos satisfactoria que el hecho de haber alcanzado determinados objetivos en la vida. Sin embargo, las puntuaciones alcanzadas en los ítems no son tan distantes entre sí.

Como se esperaba, la correlación entre prácticas religiosas y satisfacción con la vida es positiva. Pero podemos observar que esta correlación se basó fundamentalmente en la relación entre asistir a la iglesia y transmitir la fe a otros con satisfacción vital, por un lado; y, por el otro, en la relación entre la calificación positiva de “las cosas” y “las circunstancias” de

ARTÍCULO ORIGINAL

lo vivido y haber conseguido lo importante, con la práctica religiosa. Además, hay que recordar que los análisis de regresión mostraron que sólo el transmitir a otros la fe predijo la satisfacción vital y sólo el haber conseguido lo importante en la vida predijo la práctica religiosa. En suma, la relación entre las puntuaciones totales descansó fundamentalmente en sólo un componente de cada una de ellas. En estudios que enfocaron el concepto de felicidad se encontró que ésta no se encuentra relacionada con todos los indicadores de actividad religiosa medidos (Snoep, 2008).

¿Qué de particular tiene el transmitir a otros la fe en un ser superior como para mostrarse muy relacionado con la satisfacción vital, más aun que la participación en actividades o festividades, ir a la iglesia e incluso más que el rezar por ayuda o por gratitud? Cada una de estas diferentes acciones puede tener una valoración diferente para las personas creyentes. Por ejemplo, una persona devota podría considerar el transmitir a otros la fe en un ser superior como una forma de altruismo, de servicio a otros, y para muchas personas esta es la mejor manera de obtener satisfacción y bienestar emocional. De hecho, algunos estudios indican que las personas más felices tienden a ser más propensas a ayudar a otros, aun cuando no está clara la direccionalidad de esta relación (Seligman y Mather, 2002), además de que subsiste la cuestión terminológica de si felicidad o bienestar subjetivo equivalen a satisfacción vital. Sin embargo, se ha reportado la ocurrencia de estados de bienestar después de la realización de actos altamente altruistas (e. g., Massey et al. 2010). La relación de estos resultados con la satisfacción vital no es del todo clara; sin embargo, apuntan hacia la posibilidad señalada sobre todo si una continua sucesión de actos altruistas, con la consiguiente sensación de bienestar subjetivo, contribuye, a su vez, a un sentido de realización y satisfacción con la vida. Sin embargo, otros trabajos sí indican directamente que acciones altruistas, como participar en servicios comunitarios, están asociadas con mayores niveles de satisfacción con la vida (Harlow y Cantor, 1996). Aunque estos estudios difieren en cuanto a contextos geográficos y edad de los participantes, proporcionan fundamentos para proponer que algún componente de altruismo podría ser un mediador de la relación entre transmitir la fe en un ser superior y la satisfacción con la vida. Al mismo tiempo, puede sugerirse también que el resto de las actividades de práctica religiosa medidos en el presente estudio tal vez involucran para los participantes dosis menores de altruismo, especialmente las que tienen que ver con asistir a las festividades de la

iglesia, y de esa manera contribuyen poco o nada a la satisfacción vital. En suma, consideramos que, en el marco de las conductas que colectivamente se pueden denominar como práctica religiosa, aquellas acciones que impliquen algún grado de altruismo son las que podrían estar más vinculadas a la satisfacción vital.

Por otra parte, los resultados indicaron que la frecuencia global de práctica religiosa se puede predecir principalmente a partir del juicio de haber conseguido lo que se considera importante en la vida y no a partir de indicadores como estar satisfecho por su vida o por las circunstancias o no querer cambiar nada si volviera a vivir. Es decir, un aumento o disminución en las condiciones de vida no afectarán el nivel de conductas de religiosidad de los participantes, pero sí lo hará el juicio acerca de cuánto se cree haber logrado “lo importante” en la vida. Este resultado parece contradecir la observación común, reportada en otros trabajos, según la cual el nivel *promedio* de religiosidad puede ser visto como una consecuencia de las condiciones de vida y grado de bienestar de las personas (Sirgy, 2012). Es probable que ítems tales como “la mayoría de las cosas de mi vida son como quiero” y “las circunstancias de mi vida son muy buenas” resulten ser demasiado genéricos como para constituir en sí mismos buenos indicadores de factores como bienestar o calidad de vida, o de algunos aspectos de estos, y que sólo medidas más precisas y directas de la calidad de vida permitan revelar la relación entre ésta y las conductas de religiosidad.

Aunque, como vimos, rezar es la conducta aparentemente más frecuente en la presente muestra, no es la más asociada con la satisfacción vital. Proponemos dos posibles explicaciones para este resultado. En primer lugar, los mecanismos de afrontamiento son variados, así como las circunstancias en que son utilizados. Una persona puede recurrir al rezo como una forma eficaz de afrontamiento, pero ello no necesariamente la hará sentir satisfecha con su vida. Es decir, el éxito al recurrir a ciertos medios de afrontamiento para reducir estados emocionales negativos no necesariamente incrementa la satisfacción vital. En segundo lugar, la conducta misma de rezar puede ser muy compleja (Ladd & Spilka, 2002; Levine, 2008), de modo que los reportes de tal conducta pueden estar más o menos asociados con determinadas variables dependiendo de circunstancias diversas. En esta complejidad pueden estar involucrados aspectos de la motivación para rezar. Como ya señalamos, los motivos altruistas podrían ser las principales fuentes de satisfacción con la vida, pero muchas veces se reza

ARTÍCULO ORIGINAL

más por el bien propio que por el de los demás. Es decir, existiría un rezar altruista y otro “egoísta” y la suma de ambos podría no contribuir a un nivel elevado de satisfacción vital.

Futuros estudios deberán involucrar muestras de mayores dimensiones, aunque los presentes resultados ya nos informan acerca de algunas de las características de la relación entre prácticas religiosas y satisfacción con la vida en adultos mayores. Por otro lado, proponemos también la posibilidad de recurrir a instrumentos que examinen con más detalle las diferentes conductas que constituyen la práctica religiosa para establecer de manera más precisa la naturaleza de las relaciones entre aquella y la satisfacción vital. En particular, sería interesante establecer la estructura factorial de un instrumento de esa naturaleza, lo cual también podría contribuir a discriminar mejor los diversos aspectos de la relación de esta variable con la satisfacción vital y con otras variables psicológicas.

Correspondencia

Elizabeth Dany Araujo-Robles
Correo electrónico: elizabeth.araujo.r@upch.pe

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Alarcón, R. (2000). Variables psicológicas asociadas con la felicidad. *Persona*, 3, 147-157.

Alarcón, R. (2001). Relaciones entre felicidad, género, edad y estado conyugal. *Revista de Psicología de la PUCP*, 19, 27-46.

Alarcón, R. (2002). Fuentes de felicidad: ¿Qué hace feliz a la gente? *Revista de Psicología de la PUCP*, 20, 169-196.

Bade, M. K., & Cook, S. W. (2008). Functions of Christian prayer in the coping process. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 47(1), 123-133.

Barna, G. (1996). *The index of leading spiritual indicators*. Dallas, TX: Word Publishing.

Berthold, A., & Ruch, W. (2014). Satisfaction with life and character strengths of non-religious and religious people: it's practicing one's religion that makes the difference. *Frontiers in Psychology*, 5, 876. doi: 10.3389/fpsyg.2014.00876

Bradshaw, M., & Ellison, C. G. (2009). The nature-nurture debate is over, and both sides lost! Implications for understanding gender differences in religiosity. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 48, 241-251.

Brown, J. S., Cherry, K. E., Marks, L. D., Jackson, E. M., Volaufova, J., Lefante, C., & Jazwinski, M. (2010). After

hurricanes Katrina and Rita: Gender differences in health and religiosity in middle-aged and older adults. *Health Care for Women International*, 31, 997-1012.

Cohen, A.B., & Hall, D.E. (2009). Existential beliefs, social satisfaction, and well-being among Catholic, Jewish, and Protestant older adults. *International Journal for the Psychology of Religion*, 19, 39-54.

Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49, 71-75.

Fiori, K. L., Brown, E. E., Cortina, K. S., & Antonucci, T. C. (2006). Locus of control as a mediator of the relationship between religiosity and life satisfaction: Age, race, and gender differences. *Mental Health, Religion & Culture*, 9, 239-263.

Grissom, R. J., & Kim, J. J. (2005). *Effect sizes for research: A broad practical approach*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Haller, M., & Hadler, M. (2006). How social relations and structures can produce happiness and unhappiness: An international comparative analysis. *Social Indicators Research*, 75, 169-216.

Hamann, G. (2004) *Religión y actitudes hacia el tratamiento en pacientes esquizofrénicos* (Tesis de licenciatura no publicada). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

Harlow, R. E., & Cantor, N. (1996). Still participating after all these years: A study of life task participation in later life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 1235-1249.

Harris, J. I., Erbes, C. R., Engdahl, B. E., Tesdeschi, R. G., Olson, R. H., Winkowski, A. M. M., & McMahill, J. (2010). Coping functions of prayer and posttraumatic growth. *The International Journal for the Psychology of Religion*, 20, 26-38.

Heller, D., Watson, D., & Ilies, R. (2004). The role of person versus situation in life satisfaction: a critical examination. *Psychological Bulletin*, 130, 574-600.

Keith, T. Z. (2015). *Multiple regression and beyond. An introduction to multiple regression and structural equation modeling* (2da. Ed.). Nueva York: Routledge.

Keyes, C., Ryff, C., & Shmotkin, D. (2002). Optimizing well-being: the empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.

Ladd, K. L. & Spilka, B. (2002). Inward, outward, and upward: cognitive aspects of prayer. *Journal for the Scientific Study of Religion* 41, 475-484.

Laos, K. S. (2010). *Calidad de vida y religiosidad en pacientes con cáncer de mama* (Tesis de licenciatura no publicada). Pontificia Universidad Católica del Perú, Lima, Perú.

Lee, E.-K.O. (2007). Religion and spirituality as predictors of well-being among Chinese American and Korean American older adults. *Journal of Religion, Spirituality and Aging*, 19, 77-100.

ARTÍCULO ORIGINAL

- Levin J. (2001). *God, faith, and health: exploring the spirituality-healing connection*. Nueva York: John Wiley & Sons.
- Levine, M. (2008). Prayer as coping: A psychological analysis, *Journal of Health Care Chaplaincy*, 15, 80-98.
- Lewis, C. A., Shevlin, M., Francis, L. J., & Quigley, C. F. (2011). The association between church attendance and psychological health in Northern Ireland: A national representative survey among adults allowing for sex differences and denominational difference. *Journal of Religion and Health*, 50, 986-995.
- Loewenthal, K. M., MacLeod, A. K., & Cinnirella, M. (2002). Are women more religious than men? Gender differences in religious activity among different religious groups in the UK. *Personality and Individual Differences*, 32, 133-139.
- Maselko, J., & Kubzansky, L. D. (2006). Gender differences in religious practices, spiritual experiences and health: results from the US General Social Survey. *Social Science & Medicine*, 62, 2848-2860.
- Massey, E. K., Kranenburg, L. W., Zuidema, W. C., Hak, G., Erdman, R. A., Hilhorst, M., Weimar, W. (2010). Encouraging psychological outcomes after altruistic donation to a stranger. *American Journal of Transplantation*, 10, 1445-1452. doi:10.1111/j.1600-6143.2010.03115.x
- Meisenhelder, J. B. (2003). Gender differences in religiosity and functional health in the elderly. *Geriatric Nursing*, 6, 343-352.
- Oshio, T. (2012). Gender differences in the associations of life satisfaction with family and social relations among Japanese elderly. *Journal of Cross Cultural Gerontology*, 27, 259-274.
- Pérez, A., Sandino, C., & Gómez, V. (2005). Relación entre depresión y práctica religiosa: un estudio exploratorio. *Suma Psicológica*, 12, 77-86.
- Powell, R., & Pepper, M. (2015). Subjective well-being, religious involvement, and psychological type among Australian churchgoers. *Mental Health, Religion & Culture*, 18, 33-46.
- Rivera-Ledesma, A., & Montero, M. (2005). Espiritualidad y religiosidad en adultos mayores mexicanos. *Salud Mental*, 28, 51-58.
- Roth, L. M., & Kroll, J. C. (2007). Risky business: Assessing risk preference explanations for gender differences in religiosity. *American Sociological Review*, 72, 205-220.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). To be happy or to be self-fulfilled: A review of research on hedonic and eudaemonic well-being. En S. Fiske (Ed.), *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Sanjuán, P. (2011). Affect balance as mediating variable between effective psychological functioning and satisfaction with life. *Journal of Happiness Studies*, 12, 373-384.
- Seligman, M. (2014). *Floreecer. La nueva psicología positiva y la búsqueda del bienestar*. Ciudad de México: Editorial Océano.
- Seligman, M., & Mather, P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Nueva York: Free Press.
- Sirgy, M. J. (2012). *The psychology of quality of life. Hedonic well-being, life satisfaction, and eudaimonia* (2da. Ed.). Nueva York: Springer.
- Snoep, L. (2008). Religiousness and happiness in three nations: A research note. *Journal of Happiness Studies*, 9, 207-211.
- Tepperman, L., & Curtis, J. (1995). A life satisfaction scale for use with national adult samples from the USA, Canada and Mexico. *Social Indicators Research*, 35, 255-270.
- Thoresen, C.E., & Harris, A.H.S. (2004). Spirituality, religion, and health: A scientific perspective. En T.J. Boll, J.M. Raczynski, & L.C. Leviton (Eds.), *Handbook of clinical health psychology*, 3, 269-298.
- Tyssen, R., Hem, E., Gude, T., Grønvold, N. T., Ekeberg, Ø., & Vaglum, P. (2009). Lower life satisfaction in physicians compared with a general population sample. A 10-year longitudinal, nationwide study of course and predictors. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 44, 47-54.
- Veenhoven, R. (1991). Is happiness relative? *Social Indicators Research*, 24, 1-34.
- Wachholtz, A. B., & Sambamthoori, U. (2013). National trends in prayer use as a coping mechanism for depression: Changes from 2002 to 2007. *Journal of Religion and Health*, 52, 1356-1368.