

Se presenta un patrón universal del sufrimiento de la madurez

Usando datos de 2 millones de personas de 80 países, los investigadores de la Universidad de Warwick y del Dartmouth College de EE. UU. han encontrado un patrón internacional extraordinariamente constante en los niveles de depresión y felicidad que nos deja más abatidos en la madurez.

SINC / AG

6/2/2008 16:31 CEST

Su artículo titulado “¿Tiene el bienestar forma de U en el ciclo de la vida?” se publica en *Social Science & Medicine*, la revista de ciencia social más citada del mundo. Los investigadores han encontrado que los niveles de felicidad siguen una curva con forma de U, con mayor felicidad hacia el inicio y el final de nuestras vidas y dejándonos más abatidos en la madurez. Muchos estudios anteriores sobre el curso de la vida han sugerido que el bienestar psicológico permanece relativamente plano y constante según envejecemos.

Utilizando una muestra de 1 millón de personas de Reino Unido, los investigadores descubrieron que tanto para hombres como para mujeres, la probabilidad de depresión alcanza un máximo alrededor de los 44 años de edad. En EE. UU. encontraron una diferencia significativa entre hombres y mujeres infelices alcanzando un máximo a alrededor de 40 años de edad para las mujeres y de 50 años de edad para los hombres.

Encontraron la misma forma de U en los niveles de felicidad y satisfacción de la vida clasificados por edad para 72 países: Albania, Argentina, Australia, Azerbaiyán, Bielorrusia, Bélgica, Bosnia, Brasil, Brunei, Bulgaria, Camboya, Canadá, Chile, China, Colombia, Costa Rica, Croacia, República Checa,

Dinamarca, República Dominicana, Ecuador, El Salvador, Estonia, Finlandia, Francia, Alemania, Grecia, Honduras, Hungría, Islandia, Irak, Irlanda, Israel, Italia, Japón, Kirguistán, Laos, Letonia, Lituania, Luxemburgo, Macedonia, Malta, México, Myanmar, Holanda, Nicaragua, Nigeria, Noruega, Paraguay, Perú, Filipinas, Polonia, Portugal, Puerto Rico, Rumania, Rusia, Serbia, Singapur, Eslovaquia, Sudáfrica, Corea del Sur, España, Suecia, Suiza, Tanzania, Turquía, Reino Unido, Ucrania, Uruguay, EE. UU., Uzbekistán y Zimbabwe.

Los autores, los economistas Profesor Andrew Oswald de la Universidad de Warwick y Profesor David Blanchflower del Dartmouth College en EE. UU., creen que el efecto forma de U procede de algo dentro del ser humano. Ellos demuestran que en todos los tipos de personas se encuentran signos de depresión en la madurez; no está causada por tener hijos jóvenes en el hogar, por el divorcio o por cambios laborales o en los ingresos.

El economista de la Universidad de Warwick Profesor Andrew Oswald dijo: "Algunas personas sufren más que otras, pero en nuestros datos, el efecto medio es amplio. Sucede a hombres y mujeres, a personas solteras y casadas, a ricos y pobres y a aquellos con o sin hijos. Nadie sabe por qué vemos esta constancia".

"No se conoce qué causa esta curva con forma de U y su forma similar en distintas partes del mundo desarrollado e incluso en el mundo en desarrollo. No obstante, una posibilidad es que los individuos aprendan a adaptarse a sus puntos fuertes y debilidades, y en la madurez acaben con sus aspiraciones inviables. Otra posibilidad es que las personas alegres vivan sistemáticamente más. Una tercera posibilidad es que esté operando un tipo de proceso de comparación en el que mueren personas que se consideran parecidas a uno mismo y se valora más los años que quedan. Tal vez la gente aprende de algún modo a dar gracias por lo que tiene".

"A partir de los datos, parece que algo sucede en el interior del ser humano. Para la persona media en el mundo moderno, la disminución de la felicidad y de la salud mental comienza lentamente, no de manera brusca en un único año. La mayoría de la gente no sale de este periodo bajo hasta su década de los 50. De forma esperanzadora, cuando se llega a los 70 y si aún se está físicamente en forma, en promedio se es tan feliz y mentalmente sano como

a los 20 años de edad. Tal vez el darse cuenta de que tales sentimientos son completamente normales en la madurez podría ayudar a las personas a superar mejor esta fase”.

La investigación analizó información de una muestra de 500.000 americanos y europeos occidentales seleccionados al azar a partir de sondeos sociales generales de Estados Unidos y sondeos del Eurobarómetro. Los autores también consideraron los niveles de salud mental de 16.000 europeos, los niveles de depresión y ansiedad entre una gran muestra de ciudadanos del Reino Unido y datos procedentes del “Sondeo de valores mundiales” que presenta muestras de personas de 80 países.

Copyright: **Creative Commons**

TAGS

MADUREZ | DEPRESIÓN | FELICIDAD | PATRÓN INTERNACIONAL |

Creative Commons 4.0

You can copy, distribute and transform the contents of SINC. [Read the conditions of our license](#)