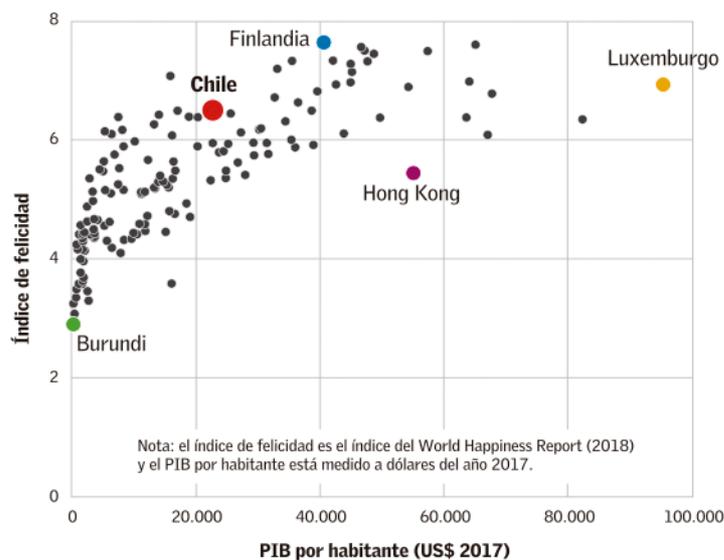


Felicidad y desarrollo económico

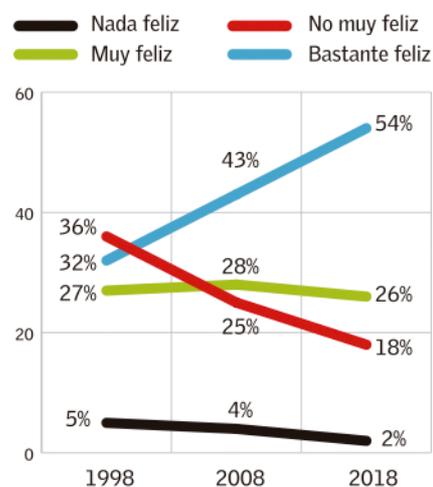
Índice de felicidad promedio y PIB por habitante en 156 países, 2016-2017



Fuente: World Happiness Report (2018) y Banco Mundial.

Felicidad de los chilenos, 1998-2018

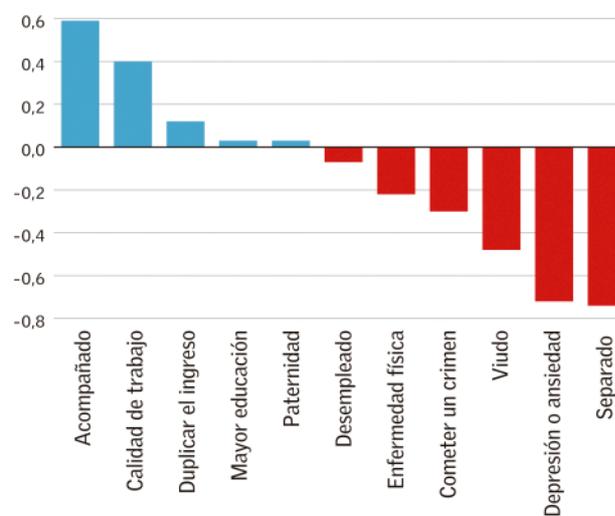
Si usted tuviera que calificar su vida en general en estos días: ¿Cuán feliz diría usted que es?



Fuente: Encuesta CEP, dic. 2018.

¿Cómo se logra la felicidad a nivel social?

Efecto de 11 variables en la satisfacción de vida en el mundo

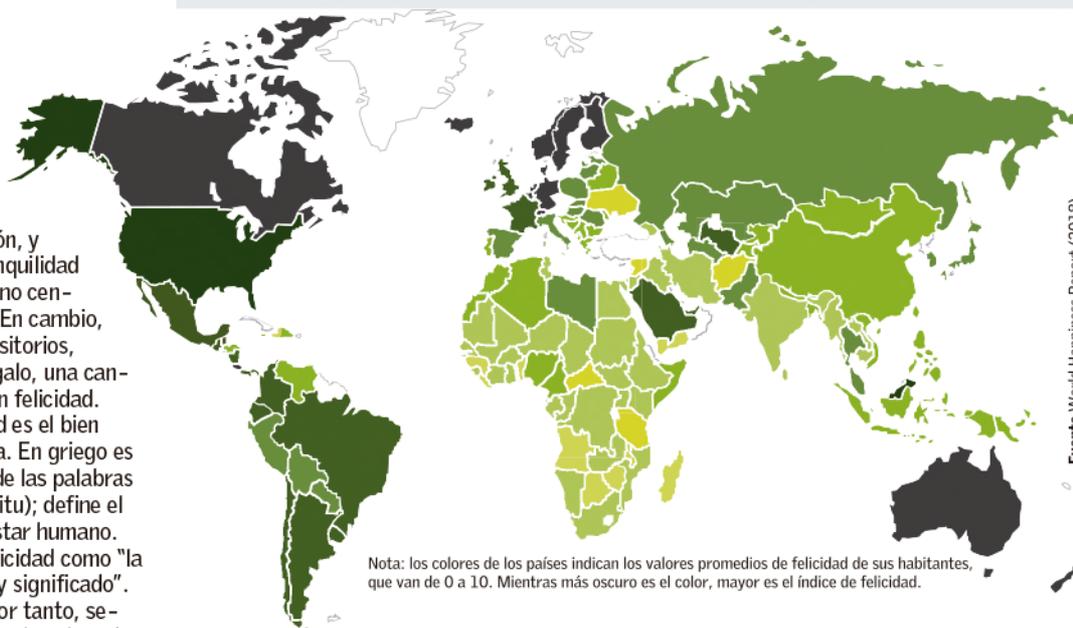


Nota: las barras indican los efectos de variables positivas y negativas que determinan la satisfacción de vida (medida de 0 a 10). Los resultados están basados en individuos de cuatro países desarrollados.

Felicidad

No todos los países son igual de felices

Felicidad del habitante promedio, 156 países, 2017



Esta asociación también se confirma entre países: a mayor PIB per cápita, mayor felicidad. Pero a medida que aumenta el ingreso, el aporte de este a la felicidad es cada vez menor. Esto corrobora un axioma clásico de la teoría de la utilidad en microeconomía: la utilidad marginal del ingreso es decreciente.

Los datos que correlacionan PIB per cápita y felicidad en el mundo muestran que Burundi es un país paupérrimo y muy poco feliz. En el otro extremo está Luxemburgo, el país más rico del mundo, pero no con la mayor felicidad. Finlandia es el país más feliz del mundo, pero mucho menos rico que Luxemburgo. Chile, un país de ingreso medio-alto, alcanza una felicidad promedio bastante elevada.

Para Chile los datos para las dos últimas décadas de la encuesta CEP muestran que (paralelo al aumento del ingreso de los chilenos) han aumentado significativamente los niveles de felicidad de los chilenos. Mientras que en 1998 un 63% de los chilenos se declaraba muy feliz o bastante feliz, en 2018 este porcentaje aumenta a 80%.

¿Cómo se logra la felicidad según los pensadores?

Buda: "No juzgues nada y serás feliz. Perdona todo y serás más feliz. Ama todo y serás el más feliz".

Aristóteles: "La virtud y su práctica son el componente más importante de la eudaimonia, pero también son importantes los bienes externos como la salud, la riqueza y la belleza".

S.S. el Dalai Lama: "La compasión y el altruismo constituyen el radicalismo de nuestros tiempos. Si quieres que otros sean felices, practica la compasión. Si quieres que tú seas feliz, practica la compasión".

¿Qué determina la felicidad según los economistas?

Los estudios de Helliwell et al. (2018) miden la contribución estadística de seis variables nacionales clave en la felicidad promedio de cada país. En orden decreciente de importancia, estos son el PIB por habitante, el apoyo social, la esperanza de vida, la libertad, la generosidad y la ausencia de corrupción.

La investigación de Clark et al. (2018) identifica la contribución estadística de 11 variables clave en la felicidad de los individuos en cuatro países desarrollados. Cinco condiciones tienen un efecto positivo sobre la

felicidad, siendo las más importantes estar acompañado y tener un trabajo de calidad. Seis condiciones son negativas, siendo las más gravitantes sufrir enfermedades físicas y mentales, cometer un crimen, y estar separado o viudo.

¿Qué determina la felicidad según los neurocientistas y los psicólogos?

La Universidad de Harvard realiza el estudio longitudinal de felicidad personal por 80 años, constituyendo la investigación de más largo alcance que se ha hecho en el mundo. Desde 1938 se entrevista a muchas personas (724 en 2018), con encuestas realizadas cada dos años a las mismas personas (y a sus cónyuges y descendientes), consultando sobre su vida profesional y personal, sus familias y amigos, sus actividades, su salud física y mental, y su felicidad. El estudio encuentra que son tres las variables principales que contribuyen a una mayor felicidad: las buenas relaciones con familiares, las buenas relaciones con amigos y la activa participación en comunidades.

Neurocientistas y psicólogos han investigado por décadas cómo la práctica de la meditación contribuye a la felicidad personal. En el reciente libro "The Science of Meditation", Goleman y Davidson (2017) resumen la frontera del conocimiento actual, identificando muchos beneficios de la meditación, que aumentan con las horas dedicadas a esta práctica. La meditación mejora la resistencia al estrés. Reduce las proteínas proinflamatorias y el envejecimiento celular. Fortalece la resistencia al dolor. Mejora la capacidad de concentración. Calma el estado normal de la mente, que es desordenado, obsesivo y autorreferente. Incrementa la empatía y las acciones realizadas en beneficio de terceros. Puede reducir la depresión y la ansiedad. Y, como corolario, hace más felices a quienes la practican.

En resumen

La búsqueda de la felicidad es, quizá, la motivación principal de la vida humana. La frontera de la investigación más reciente en economía, psicología y neurociencias presenta

evidencia dura y convergente sobre los factores clave que determinan la felicidad individual, que además es consistente con lo que nos enseñan los pensadores hace milenios.



DE
PUÑO
Y
LETRA

KLAUS
SCHMIDT-HEBBEL

Profesor Titular,
P. Universidad
Católica de Chile

SE OBSERVA UNA CORRELACIÓN POSITIVA ENTRE INGRESO Y FELICIDAD, A NIVEL INDIVIDUAL. ESTA ASOCIACIÓN TAMBIÉN SE CONFIRMA ENTRE PAÍSES: A MAYOR PIB PER CÁPITA, MAYOR FELICIDAD.