

Bienestar psicosocial: Evolución del concepto e implicaciones en el aprendizaje y el proyecto de vida

Psychosocial wellbeing: Evolution of the concept and implications for learning and life projects

Ana Karina Bertel Barreto

Universidad de Panamá, Panamá

ORCID: <https://orcid.org/0009-0000-6446-8807>

Correo electrónico: anakaryberreto@gmail.com

URL: https://revistas.up.ac.pa/index.php/punto_educativo/article/view/8115

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17386792>

Resumen

Términos como bienestar, calidad de vida y proyecto de vida forman parte de nuestro día a día y cada vez cobran mayor importancia en contextos investigativos, debido a sus implicaciones en el mundo actual en el que vivimos. Sin embargo, su acotación conceptual merece de notables precisiones y clarificaciones para su comprensión y reconocimiento. El presente artículo tiene como objetivo, analizar la conceptualización del Bienestar psicosocial, inicialmente desde sus raíces etimológicas. Luego se realiza un recorrido histórico sobre las concepciones de bienestar desde sus inicios en las culturas antiguas, su conceptualización en las tradiciones psicológicas del Hedonismo y Eudemonismo, hasta llegar a constituirse como enfoque estratégico de múltiples dimensiones. También se analizan sus implicaciones en el ámbito educativo: aprendizaje y proyectos de vida. En este artículo se analiza desde diferentes puntos de vista acepciones y teorías sobre el bienestar, por lo que metodológicamente se utilizó el análisis documental para llegar a una comprensión más amplia del concepto, se identificaron las principales premisas teóricas sobre sus fundamentos psicológicos y sociales para formar el constructo. Como conclusión de este análisis, el bienestar psicosocial es un concepto indisoluble y seguramente persistirá como enfoque estratégico que amerita la necesidad de realizar más estudios investigativos que reconozcan su carácter complejo, pluridimensional y transversal, al situarlo en contextos sociales, educativos y personales. Finalmente, se justifica la premisa de construir programas y políticas de bienestar psicosocial como herramienta de aprendizaje integral en las agendas de los Estados-nación y de la sociedad civil organizada.

Palabras claves: Bienestar, bienestar psicosocial, aprendizaje, proyecto de vida.

Abstract

Terms such as well-being, quality of life and life project are part of our daily life and are becoming increasingly important in research contexts, due to their implications in the current world in which we live. However, their conceptual definition deserves considerable precision and clarification for their understanding and recognition. The objective of this article is to analyze the conceptualization of psychosocial well-being, initially from its etymological roots. Then, a historical review is made on the conceptions of well-being from its beginnings in ancient cultures, its conceptualization in the psychological traditions of Hedonism and Eudemonism, until it became a strategic approach with multiple dimensions. Its implications in the educational field are also analyzed: learning and life projects. This article analyzes from different points of view the meanings and theories on well-being, so methodologically the documentary analysis was used to reach a broader understanding of the concept, the main theoretical premises on its psychological and social foundations were identified to form the construct. As a conclusion of this analysis, psychosocial well-being is an inseparable concept and will surely persist as a strategic approach that merits the need for further research studies that recognize its complex, multidimensional and transversal nature, by situating it in social, educational and personal contexts. Finally, the premise of building psychosocial well-being programs and policies as an integral learning tool in the agendas of nation-states and organized civil society is justified.

Key words: well-being, psychosocial well-being, learning, life project.

Introducción

Asumir la existencia de un pensamiento psicosocial y pretender describir la historia de su gestación es una aventura de revisión teórica y de interpretación que se ha hecho necesaria en la medida en que el uso del término y cómo este se ha asociado al bienestar, entendiendo que este concepto no es estático ni ahistórico, pues cambia de acuerdo con las ideas dominantes de cada sociedad, se ha constituido en una imperativa reflexión sobre lo que consideramos obtener y construir en cada uno de los ámbitos de nuestra vida para alcanzar la felicidad.

El presente artículo tiene como objetivo, analizar la conceptualización del Bienestar psicosocial, inicialmente desde sus raíces etimológicas, realizando un recorrido histórico sobre las concepciones de bienestar que, se gestaron en culturas antiguas hasta nuestra actualidad, llegando a constituirse como enfoque estratégico de múltiples dimensiones. Asimismo, sincretizar su conceptualización a través de los postulados de las tradiciones psicológicas del Hedonismo y Eudemonismo y analizar sus implicaciones en el ámbito educativo, específicamente en el aprendizaje y en la construcción de proyecto de vida.

La metodología usada fue la investigación documental exhaustiva, la cual consiste en revisar material bibliográfico sobre el objeto de estudio para realizar un análisis sobre el contenido seleccionado. Para ello, se realizó una discriminación de artículos científicos indexados en diversos repositorios electrónicos, tesis de pregrado, postgrado y documentos institucionales, que brindaron una visión amplia sobre la temática de estudio, con base a diversos autores y la opinión propia del investigador.

Es importante realizar este tipo de investigaciones, puesto que nos permiten comprender las dinámicas y procesos sociales y culturales que se circunscriben en la teorización de un concepto. La tarea de este artículo implica generar algunas reflexiones al respecto de, comprender psicosocialmente un fenómeno o una situación, para tal caso de este estudio, sobre el Bienestar, acercándonos a su realidad, a sus implicaciones y a la forma en cómo se ha venido concretando su conceptualización, de manera cada vez más explícita a lo largo de todos los periodos de la historia.

Bienestar: recorrido histórico del concepto

Desde tiempos inmemoriales, los deseos, aspiraciones y ambiciones del ser humano han sido buscar el estar bien (Freire, 2014) o el buen vivir (Moreta, Gabior y Barrera, 2017), que puede entenderse como alcanzar la vida en plenitud. El bienestar se atribuye a indicadores subjetivos y objetivos de satisfacción, realización personal (Hoyos, Chindoy y Maya. 2020), laboral, afectiva y de desarrollo social por parte de cada individuo para mejorar su calidad de vida.

Existe una concepción ontológica que manifiesta que el ser humano se concibe como un sujeto en constante relación y construcción consigo mismo y con otros y otras de su especie, el cual es constituido por condiciones biológicas, psicológicas, histórico-sociales, culturales, económicas y políticas que lo definen, dentro de un proceso sistémico de interacción social, comunicativo y simbólico – representativo (Villa Gómez, 2012), lo cual implica el conocimiento de su propia subjetividad y la construcción y reconstrucción colectiva.

Por ello, toda actividad humana, por muy personal que sea, no está aislada de su dimensión social y su correspondiente proceso de socialización. El desarrollo de cada persona es un reflejo de las relaciones sociales en las que se desenvuelve y de sus propias experiencias afectivas, pero lo que mejor explica sus relaciones con la sociedad son las formas de entender la vida que elabora (Madariaga y Goñi, 2009) para sí mismo y para compartirla con otros.

Siendo el concepto de Bienestar psicosocial el tema central del presente artículo, conviene entender sus raíces etimológicas, pues existen múltiples acepciones sobre el bienestar,

inicialmente entendido como una noción, que ha evolucionado a objeto de estudio de ciencias como la psicología, hasta llegar a convertirse en un enfoque de alcance psicosocial. Investigaciones sobre el bienestar captan cada vez mayor interés en la actualidad, pues se ha convertido en un campo más complejo y profundo debido a sus implicaciones, puesto que el mismo, no intenta centrarse en el factor de la “enfermedad mental”, sino concentrarse en los aspectos positivos de los individuos (Moreta et al, 2017).

Como punto de partida, cabe mencionar que el Bienestar ha sido vinculado con la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2003) la define como el estado completo de bienestar físico, mental y social, no solo refiriéndose a ella como la ausencia de enfermedades. Ese estado completo de bienestar también refiere a suplir las necesidades fundamentales de todos los sujetos en distintas dimensiones: en lo afectivo, de salubridad, lo nutricional, lo social y cultural (Global revista, 2023).

Investigaciones actuales circunscriben el Bienestar como un juicio cognitivo de balance entre satisfacción e insatisfacción, que tiende a ser asociado con el nivel de agrado y gusto por la vida, reconociendo así la complejidad y la pluralidad de estas concepciones, pues también se relaciona con la capacidad de obtener bienes (Ossa, González, Rebelo y Pamplona, 2005), ya sean materiales, espirituales, formativos, en los que el acceso a servicios sociales, educación, salud, vivienda y recreación puedan suplir expectativas de vida a nivel personal, familiar y social.

Ahora bien, entendamos qué es lo psicosocial. Desde lo etimológico, psico viene de “*psycho*” que indica el alma, la mente y lo más profundo e íntimo de las personas. *Social*, es “relativo a la sociedad, a lo colectivo y lo comunitario”, lo que se refiere a las relaciones con los demás (Real Academia Española, S.f.) En esta relación, el individuo, entonces se desestructura, del sentido solipsista de la palabra, para estructurarse como un sujeto que reconoce y necesita de un ambiente dinámico de condiciones internas y externas (Vásquez, 2001). Es decir, que lo que cada persona es dentro de su existencia independiente, también necesita de una consciencia y esta se alimenta en la relación e interacción continua con otros, con su mundo simbólico-cultural y con la concepción que construye, según sus perspectivas y experiencias, de la realidad.

Entonces ¿desde dónde dar comienzo a la historia del pensamiento psicosocial asociado al Bienestar? Dentro de una dimensión cognitivo-emocional el Bienestar psicosocial ha tenido diferentes denominaciones: felicidad, satisfacción con la vida, calidad de vida, denotando un balance global de los afectos positivos y negativos que han marcado la vida de las personas (González, Valle, Arce, y Fariña, 2010). El Bienestar psicosocial puede resultar una tendencia innovadora, pero esta no es algo de reciente aparición. El Bienestar tiene sus inicios desde los albores de culturas antiguas (Rodríguez, 2007). Por tanto, retomaremos la premisa de reconocer que el concepto de Bienestar ha estado ligado al tema de la salubridad, como hemos mencionado

en apartados anteriores, entendiendo entonces que el concepto de salud representa un aporte importante para la conceptualización del Bienestar, pero que con las transiciones de las épocas ha tomado otros direccionamientos.

Bienestar en las civilizaciones antiguas

Las civilizaciones antiguas, como Egipto, Grecia, China e India, tenían concepciones distintivas del Bienestar, profundamente enraizadas en sus filosofías y creencias religiosas. En el antiguo Egipto, el Bienestar estaba estrechamente relacionado con la armonía y el equilibrio. La medicina egipcia combinaba prácticas místicas y científicas, utilizando remedios herbales, amuletos y rituales para promover la salud. El bienestar también estaba vinculado con la conexión con los dioses y el mantenimiento del “maat” (orden y justicia) (Ledermann, 2016). En la antigua Grecia, el bienestar se entendía a través del concepto de “Eudemonismo”, que se traduce como felicidad o florecimiento. Filósofos como Aristóteles argumentaban que el bienestar se alcanzaba viviendo una vida virtuosa y en equilibrio. La salud física y mental eran consideradas esenciales para alcanzar la eudaimonía, y prácticas como la gimnasia y la filosofía eran valoradas (Estrada, 2016).

En la antigua China, la medicina tradicional tenía un enfoque basado en el equilibrio del “yin” y el “yang”. Desde entonces, esta filosofía ha sido la piedra angular del Bienestar en China durante milenios. El Bienestar se veía como el resultado de un equilibrio armonioso entre estas fuerzas opuestas, así como la circulación adecuada del “qi” (energía vital) a través del cuerpo. Prácticas como la acupuntura, la fitoterapia y el Tai Chi se desarrollaron para promover este equilibrio (Reyes, 2008). En la India antigua, el Bienestar estaba profundamente influenciado por el Ayurveda, un sistema de medicina que significa “la ciencia de la vida”. El Ayurveda enfatiza la importancia de equilibrar los “doshas” (energías biológicas) y promover prácticas como la dieta adecuada, el yoga y la meditación para mantener la salud y el bienestar (Junge, 2012).

En las culturas prehispánicas, como la Nahua, el Bienestar estaba asociado a una mezcla inextricable de religión, magia y ciencia. De religión, porque ciertas divinidades enviaban o curaban enfermedades; de magia porque frecuentemente se atribuía la enfermedad a la magia negra de algún hechicero y mediante alguna acción mágica se buscaba curar y de ciencia, porque el conocimiento de las propiedades de las plantas o de los minerales dieron a la medicina azteca, a través de los titici (médicos), mayor conocimiento del funcionamiento del cuerpo. El equilibrio era la salud y su ruptura, la enfermedad. La salud se derivaba de las fuerzas del cosmos y su polaridad, todo se clasificaba según su calor o su frío, de tal modo que los medicamentos poseían propiedades térmicas, utilizados en función de esas características. El hombre participaba de esas

dos propiedades, algunos órganos eran más calientes que otros. Esta división dual respecto a la integridad corporal del hombre, de la enfermedad, de los alimentos y de los medicamentos aún se proyecta en nuestros días (Villaseñor, 2002).

Bienestar en la Edad Media y el Renacimiento

Siglo XIV

Durante la Edad Media, la perspectiva del Bienestar estuvo fuertemente influenciada por la religión y la espiritualidad, rechazando las concepciones atribuidas a la cosmogonía ancestral (Rodríguez, Luján y Jiménez, 2022), asociada a factores mágicos y de hechicería. El bienestar se veía principalmente asociado a una óptica espiritual, y la salud física y mental pasaron a un segundo plano. El bienestar se asociaba con la salvación y la conexión con Dios, pues se vivió con el ideario colectivo de que los bienes del mundo han sido creados por Dios, para aprovechamiento común del linaje humano (Peña, 2001).

El papel de la religión jugó un papel muy importante en la sociedad como instauradora de leyes y costumbres para el buen vivir de la sociedad, por lo que, a través de la devoción y el fervor religioso, se esperaba apaciguar el castigo divino, en la que el individuo estaba subordinado a la autoridad de la iglesia y el Estado, esto en rechazo al pecado y la herejía (Rodríguez et al, 2022),

En este mismo siglo, tiempo de muchas fragilidades a causa de las luchas banderizadas y altos porcentajes de mortandad, se generó una crisis de subsistencia debido a la pestilencia, los siniestros y las enfermedades. Con la proliferación de virus y bacterias, y el impacto que causaban estas oleadas pestíferas, se hizo necesario establecer políticas de control de pestilencias, pues se cree que estas eran infligidas como castigo divino para los hombres por sus pecados. Así, se introduce el término sanidad y se toman medidas y acciones sanitarias, al crear la necesidad de asignar personal sanitario que brindara asistencia a los enfermos. En la búsqueda del bienestar de las comunidades tanto en las ciudades, como en las zonas rurales, las autoridades se vieron obligadas a instaurar una organización administrativa y un cuerpo sanitario institucionalizado permanente que incluían: médico, cirujano y boticario (Rodríguez et al, 2022).

Siglos XV y XVI

Con el fin de la peste negra, muchos fueron los que se comenzaron a plantear si todo había sucedido como un castigo divino (Rodríguez et al, 2022), sin embargo, otros prefirieron buscar explicaciones sobre cómo funcionaba el mundo. Entonces, el Renacimiento trajo un cambio significativo. La transición de una mentalidad colectivista medieval y teocéntrica, a una más

individualista tuvo un impacto profundo en la sociedad, llevando esto a una mayor valoración de la autonomía, la creatividad y la libertad de pensamiento, con un renovado interés en la ciencia y el humanismo. En el Renacimiento se marcó un interés por el cuerpo humano y la ciencia. En las obras de San Agustín y Santo Tomás de Aquino se aprecian ideas sobre el punto de partida del humanismo, reconociendo el concepto de la naturaleza humana (Rodríguez Albarracín, 2008).

Los avances en anatomía y medicina cambiaron la comprensión del Bienestar. La idea de que el cuerpo y la mente debían ser estudiados y cuidados por igual, comenzó a ganar aceptación y se retomaron las ideas del naturalismo hipocrático y su interrelación profunda del hombre con el medio ambiente, siendo esta, una de las bases de la medicina universal y científica (Pizarro, 2021). En ella, el estudio de la naturaleza universal y estudio de la naturaleza de cada persona permitía comprender el mundo, a través del individuo, atribuyendo los desequilibrios orgánicos del ser humano y las causas de las alteraciones de la salud a las enfermedades y no a los malos espíritus y demonios, como se creyó en el momento (Vergara, 2007), así como también, la predisposición del cuerpo humano a enfermarse en distintas épocas del año (Alby, 2004).

Bienestar en el periodo de la Ilustración y la Revolución industrial

Siglos XVII y XVIII

El proyecto de la Ilustración puso énfasis en el poder del conocimiento para transformar el mundo y promovió los ideales de Bienestar como los Derechos Humanos, la separación de poderes y la libertad de expresión. Los ilustrados creyeron que a través de: 1. La razón, buscando cuestionar las creencias tradicionales; 2. La ciencia, para argumentar sus ideas a través de la evidencia empírica; 3. La libertad, para el cuestionamiento de las instituciones establecidas y la separación de la iglesia del Estado y 4. El progreso, mediado por el desarrollo del conocimiento y la educación, la sociedad lograría promover cambios positivos en sus estructuras sociales y se mejoraría la vida material y espiritual sobre toda esfera de pensamiento y acción humana (Buelna, Gutiérrez y Ávila, 2010).

A partir de importantes avances médicos, científicos y tecnológicos aportados por Galileo (1564-1642), Newton (1642- 1727) y otros, se generó un movimiento de debate entre las ideas provenientes del renacimiento, y estos hicieron avanzar la ciencia con base en el trinomio: observación, sistematización y comprobación; un método para obtener conocimiento de los fenómenos naturales y del universo, sometiénolos a pruebas y orientándolos a la predicción de sucesos como medio de constatación (Aguilar, 2005). Por su parte, la propuesta de Emmanuel Kant (1724-1804) quien desarrolló el cuerpo de pensamiento más acabado de la época, reconoció que los conceptos puros del entendimiento son una especie de formas subjetivas mediante las

cuales concebimos necesariamente los datos de la intuición sensible. Estos postulados sentaron las bases de su principio epistémico (Arango, 2020).

El principio epistémico de Kant (1989) caracteriza el movimiento de la Ilustración, afirmando que esta significa el abandono del hombre de una infancia mental de la que él mismo es culpable y atribuye a esa infancia, la incapacidad de usar su propia razón sin la guía de otra persona, por lo que no es la falta de inteligencia, sino la falta de decisión o de valor para pensar, lo que lo somete a otros.

Desde la óptica de autores como Rousseau (1712-1778) se rechaza, en principio, la idea de la necesidad de la sumisión. En su obra *El Contrato Social*, Rousseau (1989) explica que la sumisión es un vínculo que requiere de una soberanía a la que el individuo no solamente está sometido, sino bajo la cual él mismo se somete: necesita la relación moral genuina estructurada a través de la voluntad (Aguilar, 2005). Por su parte Montesquieu (1689-1755) con su teoría de la distribución social y separación de los poderes del Estado (Montesquieu, 2003), en el cual se promueve la función del principio de distribución social y la realización de la libertad como objetivo político (Fuentes, 2011), Voltaire (1694-1778) y sus planteamientos sobre la libertad, el progreso y la democracia y Locke (1632-1704) con sus aportes sobre la igualdad, la libertad civil y económica dando origen al liberalismo, contribuyeron al desarrollo del pensamiento de la época, sentando las bases de las revoluciones venideras.

En este contexto, cuya base fue la razón, se empiezan a vislumbrar las primeras ideas que forjan al pensamiento psicosocial, en las que pueden destacarse tres premisas: la idea de que el ser humano debe usar su razón de una manera autónoma como guía de su accionar, la idea de que el ser humano no debe ser pensado como un individuo aislado, sino que lo que lo hace humano es el hacer parte de una colectividad y el ideal de educar a la sociedad para que en ella, los humanos pudiesen ser éticamente mejores y vivieran con mayor bienestar material (Aguilar, 2005).

Revolución industrial

Con el advenimiento de la Revolución industrial y los avances técnico-científicos de la época, el cambio a la modernidad dio paso a las sociedades disciplinarias, donde el Bienestar estuvo más asociado a los ideales de:

1. Control, debido a la lenta irrupción de un nuevo sistema económico, tecnológico y social, no solo de producción material, sino también de nuevas prácticas, saberes, costumbres e ideales, en torno a lo urbano; 2. Vigilancia, pues la norma es el nuevo dispositivo de poder dentro de las relaciones Estado – sociedad civil, jefe-trabajador asalariado, maestro-alumno, medico-enfermo, etc.; 3. Disciplina, con la cual se buscó asignar un puesto, un rango, una sanción

normalizadora que apuntara al rendimiento, a la optimización de resultados, al reconociendo del buen ciudadano, del buen alumno, del buen trabajador y 4. Urbanidad, esto debido al surgimiento de grandes ciudades, el campo es abandonado cada vez más o se tecnologiza y se concentra la mano de obra en las ciudades, acrecentándose los fenómenos de migración y explosión demográfica (Ossa et al, 2005).

Así, también fueron surgiendo los ideales de progreso como factor de Bienestar. Con el auge de las fábricas, las industrias mercantiles y manufactureras, llegan con ellas las escuelas, talleres, fábricas, hospitales. Este nuevo orden de clasificación y localización organizada de los individuos y sus funciones, mediante distribución en espacios, estratificación del saber y del poder, distribución de las ciudades en calles, plazas, manzanas (Ossa et al, 2005), imponen nuevas formas de relación, que buscan la autocontención de comportamientos considerados como grotescos o agresivos, los cuales tienen sanción para no irrumpir con el orden, idiomas únicos, normas educativas y laborales, vestimentas distintivas como los uniformes, consumo de bienes. Se produce el control estatal de la educación, del tiempo libre, de las festividades, salud, orden jurídico, etc. Se trata ahora de construir sujetos aptos laboralmente, mano de obra cualificada de alto rendimiento para la escuela, la fábrica o el taller, pero con pocas garantías de seguridad social y largas jornadas de trabajo (Elías, 1968).

Bienestar en el Siglo XIX y XX

Con las ideas de la Revolución Francesa, el surgimiento del Socialismo, el desarrollo de la medicina moderna en el siglo XIX, la introducción de la medicina biologicista de Pasteur (1822-1895) en la que aparecen las vacunas, antibióticos y otras innovaciones médicas, las cuales permitieron combatir enfermedades de manera efectiva, cambiando el enfoque hacia la prevención y el tratamiento de las enfermedades (Vergara, 2007), la comprensión del Bienestar se transformó dramáticamente: los valores tradicionales que eran más colectivos en la época anterior, cedieron su lugar a la irrupción de nuevos valores e ideas centradas en la autonomía del individuo, el cual veía la posibilidad de prolongar más su vida y su capacidad racional para tener éxito en la vida.

En este panorama, la Psicología también emergió como una disciplina científica, ampliando la comprensión del bienestar mental. Además, se introdujeron los términos de agentes patógenos y factores de riesgo. La Sociología y diversas corrientes del pensamiento social también hicieron su aparición. Algunas de ellas pueden ser presentadas como antecedentes del pensamiento psicosocial, identificándose tres momentos relacionados con su surgimiento y desarrollo: el surgimiento del pensamiento sociológico sobre las relaciones sociales en el siglo XIX. El surgimiento de la Psicología Social en los primeros años del siglo XX y sus desarrollos

hasta mediados del siglo y la crisis de las Ciencias sociales y de la pertinencia de la Psicología social (Arango, 2020).

El proceso de industrialización y modernización de la sociedad en el siglo XIX generó grandes migraciones de los campos a las ciudades generando desordenados procesos de urbanización, donde la vida comunitaria de los lugares de origen era reemplazada por una vida urbana centrada en el individualismo y la competitividad que se fundamentaba en el pensamiento liberal, ilustrado, racional e insolidario. El desarrollo de la tecnología en la producción industrial abría múltiples posibilidades que llevaban a unos pocos a desarrollar grandes industrias y a unas mayorías a vender su fuerza de trabajo generándose una clase burguesa y una clase proletaria, las cuales enfrentaron procesos de industrialización acompañados de explotación, alienación e ideologización de las clases sociales subalternas (Martínez y Soriano, 2019).

A finales de siglo, se fundó el Estado de Bienestar debido a tres hechos interdependientes: el capitalismo como modo de producción y sistema de valores dominantes; la democracia como modelo de representación y recambio político basado en el principio de igualdad ciudadana y por último, la evolución del Estado hacia formas de gobierno intervencionista con objetivos de estabilidad económica, progreso social y legitimidad popular. Estos componentes ayudaron a sostener y racionalizar la expansión de la sociedad industrial y como principal meta: hacer del capitalismo liberal, un sistema económicamente más productivo, esto no implicó que socialmente fuera más justo, sino en beneficio del empresario individual, debido que la distribución de recursos no fue regular, por lo tanto, siempre existió la lucha de clases a favor de mejorar las condiciones de vida de solo una parte de la población.

En el siglo XX

El movimiento del Bienestar cobró impulso con un enfoque más holístico. Se reconoció la importancia de factores de la salud mental y la conexión de esta con lo social. El concepto de Bienestar adquiere otro significado a través del lenguaje gubernamental, académico y en organizaciones como los sindicatos, desde la finalización de la Segunda Guerra Mundial (López, 2019). El Estado de Bienestar es constituido como un proyecto institucionalizado, económico y social (Cruz, Vargas y Velasco, 2024). Titmuss (1987), señala al Bienestar como ese resultado directo de la transformación del Estado, el cual favoreció la expansión y oferta de servicios públicos básicos como la salud, educación, vivienda, empleo, entre otros. El desarrollo se suma a esta conceptualización de Bienestar, como la correcta aplicación de políticas de fomento al empleo, el respeto al estado de derecho, el acceso a los sistemas de salud y educación.

Otros autores como Barr (1992) señalan que el Estado de Bienestar comenzó sobre la consigna de generar mayores oportunidades para la población, y para ello, generalmente, existen cuatro grandes áreas que abarcan tanto el sector público, como el privado para impulsarlo.

En primer lugar, está la generación de mercados laborales competitivos y bien remunerados, para proveer a las personas ingresos suficientes para utilizarlos en la compra de bienes y servicios. El segundo, se relaciona con la capacidad de las personas para generar su bienestar de manera privada, ya sea mediante el ahorro o la compra de seguros médicos, educativos o de vida. El tercero, consiste en la búsqueda de bienestar al interior y exterior de los integrantes de la familia. En el cuarto, el Estado juega un papel primordial, al asegurar, o por lo menos generar las condiciones propicias para el desarrollo efectivo de las tres áreas descritas anteriormente. Asimismo, el Estado puede implementar políticas orientadas a financiar o favorecer el mercado laboral y el bienestar privado de las familias (Barr,1992).

El objetivo central del Estado de Bienestar como su nombre lo indica, consiste en la generación de un nivel adecuado de vida para las personas, bajo el entendimiento de la inclusión de elementos básicos sociales como: protección social, acceso a los servicios de salud y educación, y la posibilidad de encontrar un empleo estable y con remuneración digna (López, 2019). Simultáneamente, el avance del Capitalismo, con su mayor producción de mercancías, comenzó a difundirse por todos los rincones de la Tierra un nuevo tipo de orden social basado en la promoción de los derechos individuales (expansión del yo), el disfrute y el ocio (Aries y Duby, 1987).

A finales de siglo, la Psicología logra importantes estudios sobre el Bienestar psicosocial, presentando el Modelo multidimensional de Bienestar psicológico propuesto por Carol Ryff (1989) en el que se recopilan diferentes teorías para hallar elementos convergentes sosteniendo que la consecución de nuestra excelencia personal precisa la existencia de seis aspectos intraindividuales: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal (freire, 2014).

Bienestar en la Sociedad actual

Siglo XXI

Nuestra compleja era actual, conocida como Sociedad del conocimiento o de la información influenciada por las telecomunicaciones y la globalización a nivel mundial, se obliga a investigar sobre los nuevos patrones relacionales que se están dando y que requieren de nuevas habilidades basadas en una interdependencia de lo afectivo y cognitivo con la realidad a través de las relaciones sociales (Madariaga y Goñi, 2009). En la actualidad, el Bienestar ha adquirido un

enfoque psicosocial estratégico, el cual se interesa por el capital humano y la educación, las cuales se hallan en el centro de la sociedad del conocimiento y del crecimiento de la economía a través del impacto en la competitividad y en la innovación (Huesca, Camberos y Calderón, 2011), haciendo que las personas se adapten a cualquier contexto, pero que también se preocupen por su estado emocional y su salud mental.

Necesitamos investigar la forma de construir socialmente el conocimiento en un mundo tan complejo y tecnificado como el nuestro (Huesca, Camberos y Calderón, 2011), en el cual se necesita de un paradigma que contemple una visión holística que relacione de manera interdependiente las relaciones de las personas entre sí y de estos con el entorno, percibiendo el mundo como una totalidad integrada, en la que las partes solo tienen sentido cuando se integran en el todo (Madariaga y Goñi, 2009). Por ello, cobran mayor sentido los estudios recientes sobre el Bienestar psicosocial, ahora entendido como enfoque, pues comprende múltiples dimensiones, en donde las relaciones priman por encima de los objetos, dado que el mundo no es un conjunto de seres aislados sino un entramado de relaciones. Estas conceptualizaciones que se concretaron con los estudios de Ryff (1989), se encuentran mucho más vigentes en nuestros tiempos.

Es importante reconocer que las definiciones acerca del tema en nuestra actualidad no son unívocas, pues diferentes disciplinas se han preocupado por su estudio y han hecho grandes aportes a su conceptualización, lo que en gran parte explica que, durante su evolución histórica, lo psicosocial ha adoptado un enfoque holístico que implica un modelo de intervención psicosocial del cual se desprenden otros componentes como la atención psicosocial, atención integral con enfoque psicosocial, trabajo psicosocial, acompañamiento psicosocial, apoyo psicosocial, asesoría psicosocial e intervención psicosocial (Castrillón y Alzate, 2016).

En este siglo nos ha tocado como humanidad, enfrentar retos y desafíos, y el año 2020 será recordado por ser escenario de uno de los más grandes: la pandemia de la COVID 19. Este panorama dio un giro a todas nuestras formas de interacción y esferas de conocimiento. Fue necesario afrontar los más grandes cambios sociales, políticos, ideológicos y económicos, cuya incidencia en el ámbito personal, las rutinas diarias, la percepción del propio lugar en el contexto social, y el cuestionamiento de la propia valía, ha sido mayúscula. Todo esto ha aunado indiscutiblemente que retomemos el tema de la salud mental y las relaciones intra e interpersonales, lo cual está generando una gran preocupación (Cárdenas, 2021). Dicha situación ha dejado en evidencia la falta de un conocimiento suficiente para enfrentarnos como humanidad a estos desafíos y los venideros.

Hedonismo y Eudemonismo: una dialéctica constante en la construcción del Bienestar Psicosocial

A lo largo de la historia, la Psicología ha estudiado más la infelicidad que la vida feliz. Sin embargo, puede decirse que los individuos felices tienen mejores apreciaciones de sí mismos, un mejor dominio del entorno y mejores habilidades sociales (Castro Solano, 2010). Estudios sobre el Bienestar son limitados en la actualidad, sobre todo en zonas geográficas como América Latina (Moreta et al, 2017). Los estudios sobre los aspectos patológicos de los individuos suelen tener mayor presencia, mientras que aquellos enfocados en la felicidad como en los aspectos positivos resultan ser casi testimoniales (Salanova, 2008).

Por otra parte, los estudios del Bienestar concentran mayores esfuerzos y preocupaciones en el contexto económico, como el desempeño y sostenibilidad del PIB per cápita. La Organización para la Cooperación y Desarrollos económicos (OCDE) (2019) señala que, para trascender y no solo limitarse al PIB, los países deberán centrarse más en el Bienestar de las personas para el progreso de la sociedad. Se deberá examinar no solo el funcionamiento del sistema económico, sino también las diferentes experiencias y condiciones de vida de las personas. Las mediciones de este tipo son fundamentales para entender qué impulsa el Bienestar de las personas y las naciones, y qué se necesita para lograr el mayor progreso para todos.

En este sentido, resulta pertinente entender que el Bienestar desde una proyección psicosocial permite realizar una valoración que los individuos pueden hacer de sus circunstancias, condiciones de vida y su funcionamiento dentro de la sociedad. Por tanto, a través de la dialéctica de los planteamientos entre las tradiciones hedónica y eudamónica, en las cuales se integran aspectos psicológicos, pero también se toma en consideración, las dimensiones individual y social, el mundo dado y el mundo intersubjetivamente construido (Fernández, Muratori y Zubieta, 2013), nos permitiremos conceptualizar con mayor profundidad el constructo de Bienestar psicosocial.

La literatura del Bienestar se inscribe en un marco conceptual de dos tradiciones psicológicas, según su naturaleza y componentes: la tradición hedónica y la tradición eudamónica (Freire, 2014). En este sentido, Ryff (1985), citada por Freire (2014) ha identificado el Bienestar subjetivo como principal representante de la tradición hedónica, el cual se relaciona con el sentido de la vida, la satisfacción vital y la afectividad positiva en el momento presente, y el Bienestar psicológico como principal representante de la tradición eudamónica, que se relaciona con la búsqueda del crecimiento personal, el desarrollo del potencial humano y el sentido de la vida en el presente, pero con miras hacia el futuro. Nuestra concepción del bienestar psicológico, tópico que constituye el centro de esta investigación, parte del Modelo Multidimensional de Bienestar Psicológico propuesto por Carol Ryff (1989), estructura que hasta nuestros días ha obtenido una notable aceptación y difusión

Hedonismo o Bienestar subjetivo

El Bienestar Subjetivo se enmarca en una perspectiva fundamentalmente emocional a la cual se han sumado diversas denominaciones como el placer, la felicidad, la satisfacción con la vida y afectos positivos o negativos que se desprenden de las condiciones en las que se desenvuelve la existencia de un sujeto (Vielma Rangel y Alonso, 2010).

Entonces, el Bienestar Subjetivo resulta de un balance global, entendido como un nivel de satisfacción que hace la persona de sus oportunidades vitales (recursos sociales, recursos personales y aptitudes individuales) y de las cuales se derivan acontecimientos dicotómicos a los que ha de enfrentarse (privación-opulencia, ataque-protección, soledad-compañía, etc.), y de la experiencia emocional derivada de ello. La satisfacción con la vida es el grado en que una persona evalúa la calidad global de su vida en conjunto y de forma positiva. En otras palabras, cuánto le gusta a una persona la vida que lleva (Blanco y Díaz, 2005).

Eudemonismo o Bienestar Psicológico

El Bienestar Psicológico es el resultado de la percepción sobre logros alcanzados en la vida y el grado de satisfacción personal con lo que se ha hecho, se está haciendo o con el que se puede realizar una actividad, una acción, las cuales prolonguen los afectos positivos en la persona y desarrollen su potencial humano. De este modo, un elevado grado de Bienestar dependerá de la apreciación positiva sobre la vida y cuánto esta perdure a lo largo del tiempo; o por el contrario, el bajo Bienestar dependerá del desajuste entre las expectativas personales y los logros alcanzados. Ahora bien, bajo esta óptica, el bienestar psicológico podría ser entendido como una virtud y, así mismo, como la búsqueda constante de la excelencia personal (Vielma Rangel, 2010).

Síntesis psicosocial tripolar orientada al Bienestar

Constructo de Bienestar Psicosocial

En este punto, conviene hacer una triada entre el Bienestar, lo psicológico y lo social. Las diferencias culturales desempeñan un papel crucial en la interpretación y gestión del Bienestar en las diversas sociedades en las que hemos analizado sus implicaciones. Los sistemas de creencias, los valores culturales y las prácticas tradicionales pueden tener un impacto significativo en los aspectos psicológicos y sociales de las personas, lo que también se direcciona al desarrollo de las virtudes y potencialidades personales, en otras palabras, en que el individuo llegue a ser lo mejor de sí mismo (Freire, 2014).

La síntesis psicosocial tripolar orientada al Bienestar permite integrar distintas dimensiones que se abren al considerar los criterios sociales, culturales y psicológicos que dan cuenta de las relaciones que las personas establecen con su medio y de cómo este les provee las condiciones para su desarrollo individual y social. El Bienestar psicosocial es aquél en el que el objeto de valoración es la sociedad en su conjunto, no indaga el contraste entre lo que una persona ha logrado y sus expectativas, como es el caso del bienestar subjetivo, sino que responde a una orientación relacional que pone más el foco en las relaciones positivas que se establecen con los otros y con el entorno, lo que contribuye en su crecimiento personal (Fernández, Muratori y Zubietta, 2013)

Teniendo en cuenta los aspectos del Bienestar Subjetivo y el Bienestar Psicológico, entidades gnoseológicas que han sido catalogadas, respectivamente, como la esencia de sus enfoques: hedonismo y eudemonismo (Vielma Rangel y Alonso, 2010), teniendo en cuenta también las tres fuentes de apoyo social: la comunidad, las relaciones sociales y las relaciones íntimas (Cardozo y Alderete, 2009). Entonces, podemos conceptualizar al Bienestar psicosocial como el resultado de las conclusiones cognoscitivas y afectivas que las personas elaboran con respecto a su grado de satisfacción con la vida misma según lo que piensan y sienten al evaluar globalmente su existencia y las convierten en metas motivacionales que sirven de guía a lo que quieren en la vida, a su propósito en la vida.

Implicaciones del Bienestar psicosocial en el ámbito educativo

En el aprendizaje

En el ámbito educativo, el Bienestar psicosocial tiene sus implicaciones en el desarrollo del aprendizaje. Al sentirnos bien, dentro de un entorno de aprendizaje seguro e inclusivo, en el que se reconozcan las características sociales, económicas y culturales, tanto de los actores, como del entorno, el desarrollo del Bienestar psicosocial constituye la mejor de las herramientas para un funcionamiento psicológico y académico óptimo que contribuya a la formación integral (UNESCO, S.F.).

La complejidad también está presente en el interior de las aulas. En contextos tan diversos, los aspectos sociales, culturales y lingüísticos ameritan de procesos de integración, diversidad, construcción de identidad e interculturalidad y desde las dimensiones que integran el Bienestar psicosocial, se pueden proponer currículos más inclusivos que integren de manera transversal sus dimensiones, y propicien el desarrollo de competencias socio emocionales. El Bienestar psicosocial centra su interés en el desarrollo personal de sus actores principales, en buscar cuales son los estilos y ritmos de aprendizaje más adecuados, en la manera de afrontar los

retos escolares, en el deseo, el esfuerzo y el afán por conseguir las metas de aprendizaje (Blanco y Díaz, 2005).

En el proyecto de vida

Todas las personas necesitan tener un propósito en la vida, fijarse unos objetivos que les permitan dotar su vida de cierto sentido y significado, así como desarrollar e implementar las estrategias que les permitan aproximarse a esos propósitos fijados, una razón por la cual vivir (Freire, 2014), es decir, construir un proyecto de vida. Steger (2012), define que el propósito en la vida, es decir, la respuesta al interrogante “¿qué quiero conseguir en mi vida?” constituye el componente motivacional de la idea de sentido de la vida, el cual incluiría también una dimensión cognitiva, en la cual se trata de comprender que nuestra propia vida y la vida en sí misma, tiene importancia y es, por tanto, mucho más que la suma de todos nuestros tiempos, traducidos en segundos, días y años de vida.

En el camino de darle un propósito a la vida, el ser humano desarrolla su proyecto de vida, en el que tiene la posibilidad de cambiar sus hábitos. Entre tales hábitos se destaca el autocontrol, el auto concepto, la disciplina, el sentido de responsabilidad y de autonomía que desarrolla una persona en la medida que va descubriéndose a sí mismo. Cuando se adquieren responsabilidades de vida adulta, algunos adolescentes desarrollan mayor compromiso, autoconfianza y empoderamiento, al actuar con autonomía en la construcción de su proyecto de vida, lo que los lleva a visionarse con futuro y a proyectarse para lograr las metas propuestas, y esto puede lograrse mediante la intervención psicosocial (Díaz, Narváez y Amaya, 2020).

Conclusiones

Si bien puede asumirse que los seres humanos hemos construido realidades, culturas, sociedades y formas de conocimiento diferentes, desde los primeros estadios evolutivos que hicieron de la especie humana un ser consciente y reflexivo, es en la idea de que la construcción de relaciones sociales y la consolidación de colectivos para la búsqueda de la plenitud, donde se encuentra la clave para la transformación de las situaciones y la solución de los problemas actuales y es por ello que el Bienestar ha adquirido su carácter complejo, pluridimensional y transversal, precisamente porque ha podido configurarse en contextos sociales, culturales y personales diversos.

En este sentido, el Bienestar psicosocial es un concepto en constante construcción, sobre todo por su naturaleza ligada al desarrollo concreto de una sociedad específica. Por tanto, es un constructo social y colectivo, en la medida en que se han configurado sus múltiples dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno,

propósito en la vida, y crecimiento personal, perpetuándose en el tiempo como enfoque estratégico (Ryff, 1989). En este menester, el Bienestar Subjetivo y el Bienestar Psicológico, emergen como pilares fundamentales en su proceso de conceptualización; sin embargo, dependiendo de las circunstancias y contexto en el que se desarrolle, encontrará en su camino otros conceptos que amplíen sus marcos teóricos, tales como el progreso, autorregulación emocional, la resiliencia, salud emocional, adaptabilidad, entre otros (UNESCO, S.F.).

La OCDE (2019) ha propuesto un enfoque multidimensional para medir el desarrollo y trascender el PIB como único indicador de éxito, en el cual se justifica que se requieren políticas y nuevos indicadores de medida para ampliar el conjunto de resultados de desarrollo, procurando mayores esfuerzos por hacer la transición hacia economías basadas en el conocimiento en las que los ciudadanos necesitan innovar, adaptarse e impulsar un capital humano avanzado. Por lo cual, se sugiere que investigaciones basadas en el desarrollo del Bienestar psicosocial y sus dimensiones podrían aportar importantes contribuciones. Esto incluye utilizar datos sobre cómo se distribuyen los resultados del desarrollo entre la población y las áreas locales y su sostenibilidad en todos los aspectos antes mencionados, sobre todo en los Estados-nación de Latino América, donde la calidad de la educación sigue siendo una preocupación acuciante en toda la región.

Se estima que más de la mitad de los latinoamericanos de 15 años, matriculados en las escuelas, no tienen el nivel básico de competencia en lectura, matemáticas, ni ciencias y menos del 1% de los estudiantes logran los niveles más altos de competencia en estas áreas. Carecer de estas competencias es un obstáculo para adquirir habilidades más específicas en el futuro y pueden dificultar la innovación y el emprendimiento (OCDE, 2019), las cuales pueden aplicarse en los proyectos de vida de los estudiantes.

Por tanto, el desarrollo de los proyectos de vida a futuro se constituye como un factor protector ante situaciones de riesgo, pues el adolescente busca proyectarse metas orientadas a lograr su Bienestar psicosocial. En este sentido, la escuela, la comunidad y la familia como sociedad civil organizada, se convierten en espacios propicios para generar capacidades, habilidades y valores desde que se es niño o niña y adolescente, lo cual le permitirá tomar decisiones adecuadas frente a lo que ofrece su entorno, muchas veces amenazante y riesgoso para quienes están en proceso de formación y en búsqueda de una identidad propia (Díaz et al 2020).

Referencias bibliográficas

Aguilar, R. (2005). El diálogo de los clásicos de la sociología con Emmanuel Kant. *Sociológica*, 20(58), 237-255.

- Alby, J. (2004). La concepción antropológica de la medicina hipocrática. *Enfoques*, 16(1), 5-29.
- Arango, C. (2020). Historia del pensamiento psicosocial. Biblioteca de Psicología Comunitaria, Expedición Psicosocial Colombiana <https://colombiapsicosocial.com/wp-content/uploads/2020/08/Arango>
- Aries, P. y Duby, G. (1987). *Historia de la vida privada*, Madrid, España, Taurus.
- Barr, N. (1992). Economic theory and the welfare state: A survey and interpretation. *Journal of Economic Literature*, 30(2), 741-803).
- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. *Psicothema*, 17(4), 582-589.
- Buelna, M., Gutiérrez, L. y Ávila, S. (2010). Ilustración, progreso y bienestar: crítica al historicismo. *Análisis Económico*, 60(25), 304-329.
- Cárdenas, F. (2021). Psicología en el siglo XXI. *Revista de la academia colombiana de ciencias exactas, físicas y naturales*, 45(176), 651-665.
- Castrillón L. y Alzate, J. (2016). Lo psicosocial, una aproximación conceptual y metodológica desde la perspectiva de los proyectos de gerencia... una construcción disciplinar, [Tesis de pregrado], Universidad de Antioquia.
- Castro Solano, A. (2010). *Fundamentos de Psicología Positiva*. Buenos Aires: Paidós
- Cruz, G., Vargas, L. y Velasco, J. (2024). *Estado de Bienestar en América Latina: Regímenes de bienestar, trayectorias históricas y arquitecturas de política social*, Madrid, España, Tecnos.
- Díaz, I., Narváez, I. y Amaya, T. (2020). El proyecto de vida como competencia básica en la formación integral de estudiantes de educación media. *Revista de Investigación, Desarrollo e Innovación*, 11(1), 113-126
- Elías, N. (1968). *El proceso de la civilización, investigaciones sociogenéticas y psicogenéticas*, México, D.F., México, Fondo de Cultura Económica.
- Estrada, D. (2016). La medicina antigua: una ética existencial en michel foucault. *Praxis Filosófica*, (42), 131-156.
- Fernández, O., Muratori, M. y Zubieta, E. (2013). “Bienestar eudaemónico y soledad emocional y social”. *Boletín de Psicología*, 108, 7-23.

- Freire, C. (2014). El bienestar psicológico en los estudiantes universitarios: operativización del constructo y análisis de su relación con las estrategias de afrontamiento (tesis doctoral), Universidad de A Coruña.
- Fuentes, C. (2011). Montesquieu: teoría de la distribución social del poder. Revista de ciencia política Santiago, 31(1), 47- 61.
- Junge, P. (2012). La medicina ayurveda en India contemporánea: conservando la identidad en un mundo transcultural. Scripta ethnologica, 24(), 69-88.
- Global revista. (2023, marzo 31). Salud y bienestar: conceptos fundamentales para una vida plena. https://unamglobal.unam.mx/global_revista/salud-y-bienestar-conceptos-fundamentales-para-una-vida-plena/
- González, R., Valle, A., Arce, R. y Fariña, F. (2010). Calidad de vida, Bienestar y Salud, La Rioja, España, Psicoeduca.
- Hoyos, D., Chindoy, J y Maya. M. (2020). Aproximaciones a los conceptos de felicidad, bienestar y florecimiento humano en Latinoamérica. Revista Luna Azul, 50(4), 66-84.
- Huesca, L. Camberos, M. y Calderón, C. (2011), Bienestar y desarrollo en el siglo XXI, México D.F., México, CIAD y Plaza y Valdés Editores.
- Kant. E. (1989) ¿qué es Ilustración?, Madrid, España, Tecnos.
- Ledermann, W. (2016). Una mirada crítica sobre la medicina en el Antiguo Egipto. Revista chilena de infectología, 33(6), 680-685.
- López, R. (2019). Bienestar y desarrollo: Evolución de dos conceptos asociados al bien vivir. Telos, 21(2), 288-299.
- Madariaga, J. y Goñi, A. (2009). El desarrollo psicosocial. Revista de Psicodidáctica, 14(1), 95-118.
- Martínez, M. y Soriano, R. (2019). Estado de Bienestar y Política Social: Perspectiva Histórica. Revista de ciencias de la educación Académica 15(1), 5-15.
- Montesquieu, C. (2003). Del Espíritu de Las Leyes, Madrid, España, Alianza.
- Moreta, r., Gabior, I. y Barrera, L. (2017). el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida como predictores del bienestar social en una muestra de universitarios ecuatorianos. salud & sociedad, 8(2), 172-184.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2003). Informe sobre la salud del mundo. <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/42822/9243562436.pdf?sequence=1>

- Organización para la Cooperación y Desarrollos económicos (OCDE). (2019), Perspectivas económicas de América Latina 2019: Desarrollo en transición, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/g2g9ff1a-es>.
- Ossa, J., González, E., Rebelo, L y Pamplona, J. (2005). Los conceptos de bienestar y satisfacción. Una revisión de tema. Revista Guillermo de Ockham, 3(1), 27-59.
- Peña, L. (2001). La Idea de Bien Común en la Filosofía Medieval y Renacentista. Digital. CSIC,
- Pizarro, A. (2021). Hipócrates sobre la naturaleza del hombre, Valparaíso, Chile Ediciones universitarias de Valparaíso.
- Real Academia Española. (S.F.). Psico. En diccionario de la lengua española. Recuperado en 10 de agosto de 2024, de <https://dle.rae.es/psico-?m=form>
- Real Academia Española. (S.F.). social. En diccionario de la lengua española. Recuperado en 10 de agosto de 2024, <https://dle.rae.es/social>
- Reyes, G. (2008). Evolución histórica de la medicina tradicional China. Comunidad y salud, 6(2), 42-49.
- Rodríguez, G. Luján, M. y Jiménez, F. (2022). Salud y enfermedad en la Edad Media, Mar del Plata: Universidad Nacional de Mar del Plata; Bahía Blanca, Universidad Nacional de Mar del Plata; Bahía Blanca, Centro de Estudios e Investigaciones de las Culturas Antigua y Medieval del Departamento de Humanidades de la Universidad Nacional del Sur y la Sociedad Española de Estudios Medievales.
- Rodríguez Albarracín, E. (2008). ¿Qué es el humanismo? Problemática de la formación humanística. Análisis. Revista Colombiana de Humanidades, (72), 89-104.
- Rousseau, J. (1989). El contrato social, Madrid. España, Alianza.
- Ryff, C. D. (1989a). Beyond Ponce de Leon and life satisfaction: new directions in quest of successful aging. International Journal of Behavioral Development, 12(1), 35-55.
- Salanova, M. (2008). Organizaciones saludables: Una aproximación desde la psicología positiva, Bases científicas del Bienestar y la Resiliencia, Madrid, España, Alianza editorial.
- Steger, M. F. (2012). Experiencing meaning in life: Optimal functioning at the nexus of well-being, psychopathology, and spirituality. En P. T. P. Wong (Ed.), The human quest for meaning: Theories, research, and applications, 2, 165–184.
- Titmuss, R. (1987). Welfare state and welfare society. In the Philosophy of Welfare. London: Allen and Unwin, United Kingdom.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, Ciencia y Cultura (UNESCO). (S.f). Lo que debe saber sobre la educación para la salud y el bienestar.
<https://www.unesco.org/es/health-education/need-know>

Vergara, M. (2007). Tres concepciones históricas del proceso salud-enfermedad. Hacia la Promoción de la Salud, (12), 41-50.

Vielma Rangel, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo. Una breve revisión teórica. Educere, 14(49), 265-275.

Villa Gómez, J. (2012). La acción y el enfoque psicosocial de la intervención en contextos sociales: ¿podemos pasar de la moda a la precisión teórica, epistemológica y metodológica? El ágora usb, 12(2), 349-365.

Villaseñor, S., Rojas, C. y Berganza, C. (2002). La enfermedad y la medicina en las culturas precolombinas de América: la cosmovisión nahua. Investigación en Salud, 4(3)