

# **Felicidad en estudiantes universitarios de América Latina: Una revisión sistemática (Happiness in Latin America college students: A systematic review).**

Rojas-Solís, J. L., Méndez-Rizo, J. y Oyarzábal-Jiménez, M. L. C.

Cita:

Rojas-Solís, J. L., Méndez-Rizo, J. y Oyarzábal-Jiménez, M. L. C. (2022). *Felicidad en estudiantes universitarios de América Latina: Una revisión sistemática (Happiness in Latin America college students: A systematic review)*. *Psicumex*, 12 (1), 1-25.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/julian.mendezrizo/5>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/pBgG/nbG>



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons.  
Para ver una copia de esta licencia, visite  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es>.

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

## Artículos

### Felicidad en estudiantes universitarios de América Latina: Una revisión sistemática

#### Happiness in Latin America College Students: A Systematic Review

José Luis Rojas-Solís, Julián Méndez-Rizo, María Laura Cristina Oyarzábal-Jiménez

Benemérita Universidad Autónoma de Puebla

#### Resumen

Se analizan las principales características metodológicas de la evidencia científica existente sobre la felicidad en estudiantes universitarios de Latinoamérica; así como los principales hallazgos y factores asociados a este constructo. A partir del modelo PRISMA, se presenta una revisión sistemática exploratoria de investigaciones científicas identificadas en cinco bases de datos y publicadas entre los años 2000 y 2019. Se obtuvieron 362 publicaciones, de las cuales, quince forman parte del análisis final de esta revisión, destacando la predominancia del enfoque cuantitativo, estudios no experimentales y la correlación entre la felicidad y el optimismo. Se discuten los resultados obtenidos enfatizando la necesidad de estudios experimentales, muestras probabilísticas que incluyan más varones, así como la pertinencia de seguir y reportar lineamientos éticos en las investigaciones. En cuanto a los hallazgos generales, sobresale la contribución de las relaciones sociales y el optimismo en la percepción de felicidad, lo que explicaría los altos niveles de ésta en los estudiantes universitarios latinoamericanos. Se concluye la necesidad de más estudios en la región que contribuyan al fortalecimiento del corpus teórico y empírico sobre la materia.

*Palabras clave:* felicidad; estudiantes universitarios; revisión sistemática; bienestar subjetivo; psicología positiva

#### Autores

José Luis Rojas-Solís. Facultad de Psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6339-4607>

Julián Méndez-Rizo. Facultad de Psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6013-521X>

María Laura Cristina Oyarzábal-Jiménez. Facultad de Psicología de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8158-8149>

Autor para correspondencia: José Luis Rojas-Solís, [jlrojassolis@gmail.com](mailto:jlrojassolis@gmail.com)

### Abstract

The aim of this research is to analyze the main methodological characteristics of the existing scientific evidence on happiness in university students in Latin America; as well as the main findings and their associated factors. Following the PRISMA model, an exploratory systematic review of scientific investigations identified in five databases and published between 2000 and 2019 is presented. A total of 362 publications were obtained, of which fifteen were included in the final analysis of this review, highlighting the predominance of the quantitative approach, non-experimental studies, and the correlation between happiness and optimism. The results are discussed, emphasizing the methodological need for experimental studies, probabilistic samples that include more men, as well as the relevance of reporting ethical guidelines in each research. Regarding the general findings, the contribution of social relationships and optimism in the perception of happiness stands out, which would explain the high levels of happiness in Latin American university students. The need for more research in the region that contribute to strengthening the theoretical and empirical literature on the subject was pointed out.

*Key words:* happiness, college students, systematic literature review, subjective well-being, positive psychology

DOI <https://doi.org/10.36793/psicumex.v12i1.463>

**Recibido** 11 – Junio- 2021

**Aceptado** 07 – Agosto - 2021

**Publicado** 11 – Agosto - 2022



## Introducción

En la Grecia antigua, el anhelo por alcanzar la felicidad y el bienestar humano fue motivo de reflexión y estudio llevando a diversos filósofos a centrarse en el análisis de las cualidades sustantivas del bienestar o en el análisis de circunstancias existenciales que impiden adquirir ese ideal (Vázquez, 2006). En este proceso de descubrimiento de la esencia del ser, surgieron dos concepciones: la eudaimónica y la hedónica (Arias Gallegos *et al.*, 2016), la primera se sustenta en la sabiduría y la virtud (Díaz *et al.*, 2006); la segunda, en la posesión de bienes y la satisfacción de necesidades (Arias Gallegos *et al.*, 2016).

No obstante, el estudio de la felicidad ha dejado de ser un tema exclusivo de filósofos y humanistas (Moyano-Díaz, 2016) y se ha convertido en un elemento de investigación dentro de diversas disciplinas, de entre las que destaca la psicología positiva (PsP) (Hervás, 2009). Este enfoque de la psicología surgió como una visión preventiva (Forteza Bauzá *et al.*, 2021) y complementaria de la perspectiva psicopatológica que predominaba en la disciplina (Alarcón, 2017); así, la PsP se encaminó a estudiar y potenciar las fortalezas, virtudes, condiciones y procesos que contribuyen al desarrollo óptimo de los seres humanos (Alarcón, 2017; Contreras y Esguerra, 2006). En ese sentido, la investigación dentro de la PsP se ha orientado a abordar nociones como las fortalezas del carácter, el optimismo, la esperanza y la felicidad; temas centrales de estudio dentro de la PsP (Contreras y Esguerra, 2006).

Ahora bien, un aspecto relevante en la investigación de la felicidad es la delimitación de dicho constructo, pues a veces, términos como “calidad de vida”, “satisfacción con la vida” y “bienestar subjetivo” se emplean indistintamente como sinónimos de felicidad (Domínguez Bolaños y Ibarra Cruz, 2017; Flores-Kanter *et al.*, 2018), siendo el último el más utilizado, tal vez porque, como Alarcón (2006) señala, el concepto de “bienestar subjetivo” facilita el análisis científico de la conducta feliz.

En ese sentido, el presente estudio opta retoma la definición propuesta por Alarcón Napuri (2015), para quien la felicidad es “un estado de satisfacción, más o menos duradero, que experimenta subjetivamente



un individuo en posesión de un bien deseado” (p. 8). Ésta definición resalta tres características importantes: 1) Su carácter subjetivo, el cual indica que la satisfacción es vivida por la persona en su fuero interno mediante una evaluación en la que participan elementos afectivos y cognitivos; 2) su condición de “estado”, que implica temporalidad y 3) que es resultado de la adquisición de un bien material o inmaterial, cuyo valor dependerá de cada individuo (Alarcón Napuri, 2015).

Así, debido al interés en el tema de la felicidad, se han diseñado diversas escalas para medir este constructo (Uchida & Oishi, 2016), las cuales deben cumplir con las características de validez y confiabilidad (Árraga Barrios y Sánchez Villaroel, 2012). A partir de lo anterior, algunos ejemplos de instrumentos para medir la felicidad son la escala de felicidad de Pavot, el inventario de felicidad de Lewis o la escala de felicidad de Lima (Flores López, 2019). En este contexto, el desarrollo de dichas escalas ha propiciado la obtención de resultados e ideas diversas a través de los años; por ejemplo, hallazgos sobre factores protectores y de riesgo. Los primeros influyen positivamente en la felicidad, como hacer voluntariado (Frey, 2020) o las relaciones sociales cercanas (Carrillo *et al.*, 2017); mientras que los segundos pueden disminuir los niveles de felicidad de las personas, como perder un empleo (Frey, 2020). Asimismo, otros descubrimientos han sugerido que la felicidad tiene un impacto positivo sobre el rendimiento académico (Sánchez Villaroel *et al.*, 2018), la salud (Graham *et al.*, 2018), la longevidad (Domínguez Bolaños y Ibarra Cruz, 2017) e, incluso, se han encontrado características hereditarias que predisponen a la felicidad (Stephoe, 2019).

Por su parte, las investigaciones con estudiantes universitarios revelan que estos se encuentran en una etapa de desarrollo que comprende elementos de una persona feliz, como salud y juventud (Vera Noriega *et al.*, 2013); sumado al hecho de que la población latinoamericana está bien posicionada en el ranking de países felices según el World Happiness Report (United Nations Sustainable Development Solutions Network, 2019), a pesar de contar con niveles menos favorables de economía, salud y educación (Beytia,



2017; Machado *et al.*, 2015). En este sentido, se han realizado diversas investigaciones sobre la felicidad en universitarios latinoamericanos, las cuales aportan, en su mayoría, correlaciones con otros constructos como gratitud (van Oyen *et al.*, 2019), optimismo (Ahn Jung y Mochón Morcillo, 2010), sexo (Arrosa y Gandelman, 2016; Ahmad y Amin, 2017), entre otros. No obstante, existe la necesidad de una síntesis de los hallazgos obtenidos en los últimos años y de los aspectos metodológicos empleados para su consecución.

Debido a ello, surge la pregunta de investigación: ¿Cuáles son los principales aspectos metodológicos y hallazgos de las investigaciones sobre felicidad en estudiantes universitarios de América Latina? Por lo tanto, la presente revisión sistemática tiene como objetivos: 1) analizar las principales características metodológicas de la evidencia científica disponible sobre la felicidad en estudiantes universitarios de América Latina y 2) reportar los principales hallazgos, así como los factores protectores y de riesgo hallados en los estudios revisados.

## **Metodología**

Se realizó una revisión sistemática de alcance exploratorio con diseño retrospectivo y observacional (Fernández-Sánchez *et al.*, 2020), cuyo objetivo es evaluar y sintetizar la información disponible de diferentes investigaciones primarias (Beltrán, 2005) sobre felicidad en universitarios latinoamericanos. Se han incorporado los aspectos más importantes del modelo PRISMA (Moher *et al.*, 2009), pues, considerando el objetivo de la presente revisión, no fue posible cumplir con el requisito de plantear las preguntas PICO relacionadas con los participantes, intervenciones, comparaciones, resultados y diseño de los estudios (Moher *et al.*, 2014).

Las publicaciones se identificaron bajo la siguiente ruta general: 1) Definición del objetivo de búsqueda, 2) delimitación de las palabras clave, 3) identificación de estudios originales, 4) elección de artículos que cumplieran con los criterios de inclusión y 5) que presentaran factores asociados a la felicidad. El procedimiento se llevó a cabo en el período comprendido de mayo a octubre de 2019 a través de Web of



Science, Scopus, LA Referencia, Dialnet y Redalyc; que son bases de datos de alta relevancia, de contenidos científicos rigurosos y de reconocido prestigio.

Para las primeras cuatro bases de datos se emplearon los términos “felicidad”, “estudiantes”, “universitarios”, “happiness”, “college” y “students”, los cuales se introdujeron en combinación con el operador booleano “AND” para la selección de las pesquisas y la diferenciación de aquellos estudios que no eran relevantes para los objetivos de la presente investigación.

En cuanto a la base de datos de Redalyc, se utilizaron las frases “\*felicidad en estudiantes universitarios\*” y “\*happiness in college students\*” con el fin de realizar una búsqueda exacta, esto debido a la gran cantidad de resultados que se obtienen sin el uso de los asteriscos. El empleo de estas frases no comprometió la calidad de la investigación, ya que los estudios recogidos pasaron por un estricto proceso de selección a fin de determinar si las publicaciones eran pertinentes para esta revisión.

### **Selección de las investigaciones**

Los artículos fueron seleccionados utilizando un primer filtro correspondiente al cumplimiento de los criterios de inclusión que se describen a continuación: 1) Artículos científicos empíricos y arbitrados, 2) muestra compuesta por estudiantes universitarios de cualquier región de América Latina, 3) publicaciones realizadas entre los años 2000 y 2019 y 4) escritos en inglés o español.

### **Proceso de recopilación**

Los resultados de las búsquedas se digitaron en una base de datos en el programa Microsoft Excel con el fin de extraer la información pertinente para la consecución del objetivo de investigación, este proceso se hizo en las siguientes fases:

- Fase 1. Se incluyeron los 362 resultados obtenidos tras la búsqueda.
- Fase 2. Se obtuvieron 276 publicaciones tras excluir los artículos duplicados de la fase previa y se seleccionaron como candidatos a lectura de título y resumen para la fase subsecuente aquellos que



fueran investigaciones científicas enfocadas en la felicidad, con muestra latinoamericana y escritos en español o inglés.

- Fase 3. Incluyó 56 estudios que fueron evaluados de acuerdo con diez criterios a calificar, de entre los que destacan: a) Artículos que abordaran el tema de felicidad, b) con muestra únicamente latinoamericana y c) únicamente estudiantes universitarios como participantes; aspectos que los artículos debían cumplir forzosamente para poder pasar a la siguiente fase.
- Fase 4. Comprendió 15 resultados de investigaciones que obtuvieron puntaje mínimo de ocho. Se analizaron los resultados obtenidos y se recolectaron los datos pertinentes para el objetivo del presente estudio.

### **Codificación de datos**

El contenido de las investigaciones a analizar se codificó a partir de descriptores de información como autoría, año, país de publicación, muestra, nacionalidad y edad de la muestra, enfoque y diseño de la investigación, método de selección muestral, aspectos éticos de los estudios, principales hallazgos, factores protectores y factores de riesgo.

### **Aspectos éticos**

La presente revisión sistemática aporta los resultados de una investigación sin riesgo debido a que se analizaron estudios científicos retrospectivos, añadido a ello se consideraron los criterios deontológicos del código ético de la American Psychological Association (2017) y de la Sociedad Mexicana de Psicología (2010). De igual manera, se respetaron los derechos de autor de cada publicación al realizar las citas y referencias correspondientes a las fuentes consultadas.



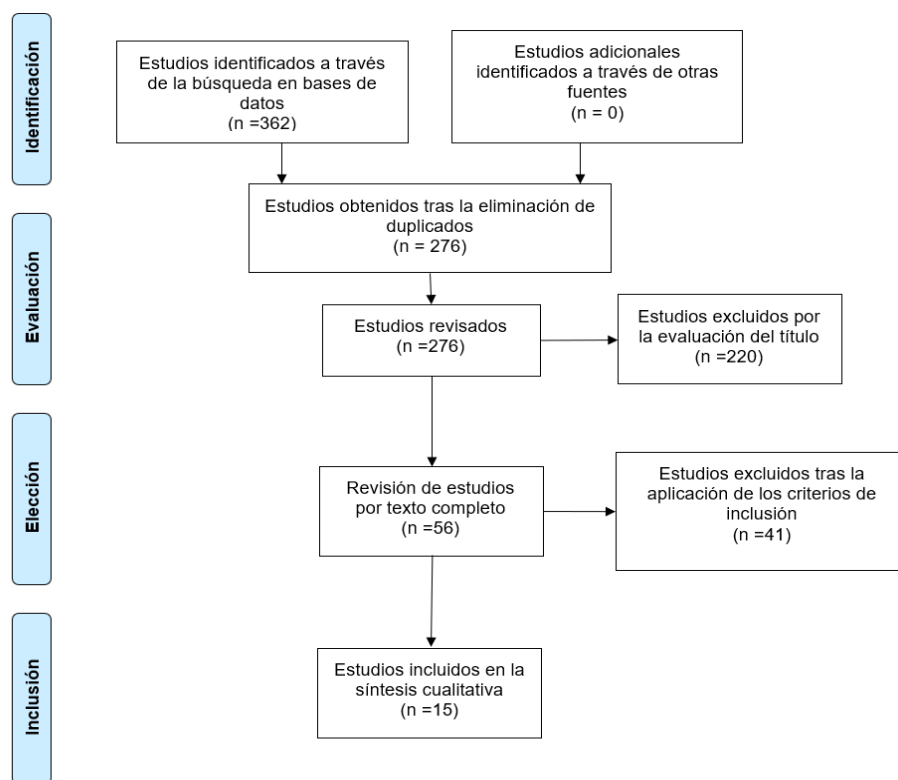


## Resultados

En la búsqueda de investigaciones científicas se identificaron 362 publicaciones, de las cuales 138 provienen de Dialnet, 97 de LA Referencia, 73 de Web of Science, 41 de Scopus y 13 de Redalyc. Posteriormente, tras pasar por un proceso de depuración, se incluyeron quince investigaciones publicadas del 2000 al 2019 (ver Figura 1).

### Figura 1

Diagrama de flujo PRISMA



Nota. Adaptado de Moher et al., 2009.

### Datos generales de las investigaciones

Considerando las pesquisas incluidas, Reynaldo Alarcón (2000; 2015), Tomás Caycho (2015; 2016) y Pablo Vera, quien participa en dos investigaciones con Mustaca et al. (2010) y Piqueras et al. (2011), son los autores que más investigaciones aportaron a la presente revisión sistemática. Con respecto a la divulgación



científica de estos trabajos, las revistas colombianas son las que más han publicado este tipo de estudios (4) seguidas de publicaciones argentinas y españolas, ambas con dos investigaciones difundidas. La mitad de las publicaciones incluidas en la presente revisión provienen de estos tres países. Por otra parte, las muestras están conformadas por estudiantes universitarios de instituciones públicas y privadas de seis países de América Latina; el número de personas que integran las muestras varía en los estudios, con una mayor presencia de mujeres que de hombres. La edad de los participantes se encuentra entre los 17 y 52 años (ver Tabla 1).

**Tabla 1***Datos generales de las investigaciones*

<b>Autoría, año</b>	<b>País de publicación</b>	<b>Muestra</b>	<b>Nacionalidad de la muestra</b>	<b>Edad</b>
Alarcón, 2000	Perú	100 estudiantes universitarios	Peruana	Rango de edad de 18-24
Mustaca et al., 2010	Argentina	280 mujeres y 43 varones	Argentina	Edad media 23
Sánchez Aragón & Méndez Canales, 2011	Costa Rica	101 mujeres, 102 hombres	Mexicana	Rango de edad de 17-52
Piqueras et al., 2011	Reino Unido	1866 hombres y 1595 mujeres	Chilena	Edad media 19.89
Ramírez & Fuentes, 2013	Chile	107 mujeres y 69 hombres	Chilena	N/E
Romo-González et al., 2013	México	20 mujeres y 7 hombres	Mexicana	Edad media 21
Mendes-da-Silva et al., 2013	Brasil	198 hombres y 170 mujeres	Brasileña	Rango de edad de 17-30
Marrero Quevedo et al., 2014	Colombia	215 mujeres y 84 hombres	Mexicana	Edad media 19.38
Alarcón & Caycho, 2015	Colombia	153 mujeres y 147 hombres	Peruana	Rango de edad de 20-30
Schnettler et al., 2015	España	184 mujeres y 121 hombres	Chilena	Edad media 21.5
Castilla et al., 2016	Costa Rica	201 varones y 201 mujeres	Peruana	Edad media 19.59
Montenegro Castillo et al., 2017	Colombia	324 estudiantes	Colombiana	N/E



López Vázquez et al., 2017	España	231 estudiantes	Mexicana	Edad media 24.32
Gamero Tafur et al., 2017	Colombia	99 mujeres y 78 hombres	Colombiana	N/E
Hernández & Carranza Esteban, 2017	Argentina	156 mujeres y 144 hombres	Peruana	Rango de edad de 19-34

*Nota.* Elaboración propia, N/E=No especifica.

### Aspectos metodológicos de los estudios

En los quince artículos revisados, se halló que la gran mayoría son de enfoque cuantitativo, destacando la presencia de uno mixto, dos de ellos con diseño experimental, con alcances de tipo exploratorio, descriptivo o correlacional. Referente a la selección de la muestra, la mayoría de las investigaciones utilizó muestreos no probabilísticos, aunado a ello, seis publicaciones no mencionaron el método de selección muestral (ver Tabla 2).

**Tabla 2**

*Aspectos metodológicos*

Autoría, año	Enfoque	Diseño	Selección de la muestra			
			Muestreo aleatorio	Muestreo no aleatorio	Muestreo no probabilístico	Muestreo absoluto
Alarcón, 2000	Ct	NEx	N/E	N/E	N/E	N/E
Mustaca et al., 2010	Ct	NEx	—	✓	—	—
Sánchez Aragón & Méndez Canales, 2011	Ct	NEx	—	—	✓	—
Piqueras et al., 2011	Ct	NEx	N/E	N/E	N/E	N/E
Ramírez & Fuentes, 2013	Ct	NEx	—	✓	—	—
Romo-González et al., 2013	Ct	Ex	—	✓	—	—
Mendes-da-Silva et al., 2013	Ct	Ex	N/E	N/E	N/E	N/E
Marrero Quevedo et al., 2014	Ct	NEx	N/E	N/E	N/E	N/E
Alarcón & Caycho, 2015	Ct	NEx	—	—	✓	—



Schnettler et al., 2015	Ct	NEx	—	—	✓	—
Castilla et al., 2016	Ct	NEx	—	—	✓	—
Montenegro Castillo et al. 2017	Mx	NEx	N/E	N/E	N/E	N/E
López Vázquez et al., 2017	Ct	NEx	✓	—	—	—
Gamero Tafur et al., 2017	Ct	NEx	N/E	N/E	N/E	N/E
Hernández & Carranza Esteban, 2017	Ct	NEx	—	—	—	✓

*Nota.* Elaboración propia, N/E=No específica, Ct=Cuantitativo, Mx=Mixto, Ex=Experimental, NEx=No experimental, ✓=Presente, —=Ausente.

Finalmente, al analizar los aspectos éticos de las investigaciones, los trabajos de Alarcón y Caycho (2015), Hernández y Carranza Esteban (2017) y Piqueras y colaboradores (2011) destacaron al haber cumplido con la mayoría de los elementos evaluados, no obstante, hubo algunos estudios que no especificaron la implementación del anonimato, voluntariedad, confidencialidad, consentimiento informado o aprobación por un comité de ética. Al respecto, es preciso aclarar que no es que hayan incumplido las atribuciones, sino que no han sido mencionadas por parte de los o las autoras en sus estudios; tal es el caso específico, por ejemplo, de la aprobación por parte de un comité de ética, cuya implementación no fue mencionada, aunque tal vez incluida, en la mayoría de los procedimientos analizados (ver Tabla 3).



**Tabla 3***Aspectos éticos*

<b>Autoría, año</b>	<b>Anonimato</b>	<b>Voluntariedad</b>	<b>Confidencialidad</b>	<b>Consentimiento informado</b>	<b>Comité de ética</b>
Alarcón, 2000	N/E	N/E	✓	N/E	N/E
Mustaca <i>et al.</i> , 2010	N/E	N/E	N/E	✓	N/E
Sánchez Aragón & Méndez Canales, 2011	✓	✓	✓	N/E	N/E
Piqueras <i>et al.</i> , 2011	✓	✓	✓	✓	N/E
Ramírez & Fuentes, 2013	N/E	N/E	N/E	N/E	N/E
Romo-González <i>et al.</i> , 2013	N/E	✓	N/E	✓	—
Mendes-da-Silva <i>et al.</i> , 2013	N/E	N/E	N/E	N/E	N/E
Marrero Quevedo <i>et al.</i> , 2014	N/E	N/E	✓	N/E	N/E
Alarcón & Caycho, 2015	✓	✓	N/E	✓	✓
Schnettler <i>et al.</i> , 2015	N/E	N/E	N/E	✓	✓
Castilla <i>et al.</i> , 2016	✓	✓	N/E	✓	N/E
Montenegro Castillo <i>et al.</i> , 2017	N/E	N/E	N/E	✓	N/E
López Vázquez <i>et al.</i> , 2017	N/E	N/E	N/E	N/E	✓
Gamero Tafur <i>et al.</i> , 2017	N/E	N/E	N/E	N/E	N/E
Hernández & Carranza Esteban, 2017	✓	✓	✓	✓	N/E

Nota. Elaboración propia, Anoni=Anonimato, Volun=Voluntariedad, Conf=Confidencialidad, Cons=Consentimiento informado, N/E=No específica, ✓=Presente, —=Ausente.

**Hallazgos de las investigaciones**

En cuanto a los hallazgos más reportados en las publicaciones, cuatro hacen referencia a la importancia del optimismo y su relación con la felicidad (Castilla *et al.*, 2016; Hernández y Carranza Esteban, 2017; Marrero



Quevedo *et al.*, 2014; Mustaca *et al.*, 2010). Otro fenómeno encontrado fue el de la felicidad con relación al sexo, pues cinco estudios mencionan que las mujeres expresan o tienen niveles más altos de felicidad (Castilla *et al.*, 2016; Hernández y Carranza Esteban, 2017; Marrero Quevedo *et al.*, 2014; Piqueras *et al.*, 2011; Sánchez Aragón y Méndez Canales, 2011). Por otra parte, el consumo de tabaco y su vinculación con la felicidad obtuvo una relación inconsistente (López Vázquez *et al.*, 2017; Piqueras *et al.*, 2011). Finalmente, entre los factores protectores mayormente identificados están el optimismo, las relaciones sociales, los afectos positivos y estabilidad económica; mientras que entre los factores de riesgo se encuentran, en el aspecto emocional, la ansiedad y la depresión; aunque también se observan aspectos económicos y laborales (ver Tabla 4).

**Tabla 4***Resultados de las investigaciones*

<b>Autoría, año</b>	<b>Principales hallazgos</b>	<b>Factores protectores</b>	<b>Factores de riesgo</b>
Alarcón, 2000	La variable “satisfacción con la vida” correlacionó significativamente con la “frecuencia de afectos positivos”	Frecuencia de afectos positivos	Individualismo, emociones intensas
Mustaca et al., 2010	Optimismo correlacionó positivamente con felicidad general. Felicidad a su vez, con optimismo y satisfacción en la vida, y negativamente, con depresión y ansiedad rasgo	Optimismo, experiencias positivas	Depresión, ansiedad, pesimismo, experiencias negativas
Sánchez Aragón & Méndez Canales, 2011	Mayor entendimiento y expresión emocional en mujeres, mayor ejercicio de estrategias de control emocional en hombres. Los elementos de la felicidad en las mujeres se relacionaron mejor con el autoconcepto y su relación de pareja; en los hombres, los amigos	Buen autoconcepto, relación de pareja, amigos, extroversión	Negar la experiencia emocional de la felicidad
Piqueras et al., 2011	La felicidad se asoció positivamente con diversos comportamientos de salud prudentes. El tabaquismo surgió como un nuevo predictor significativo de felicidad. Ser feliz es más común entre las mujeres	Ejercicio, tabaquismo, consumo de frutas y verduras	Altos niveles de estrés, obesidad, tranquilizantes



Ramírez & Fuentes, 2013	A mayor grado de felicidad, mayor es el grado de predicción sobre el rendimiento académico	N/E	N/E
Romo-González et al., 2013	El riesgo de consumo de drogas disminuye cuatro meses después de la Intervención Psicoeducativa (IPE), mejorando así la felicidad y bienestar de los estudiantes. El sufrimiento disminuye tras la implementación de IPE	Educación positiva	N/E
Mendes-da-Silva et al., 2013	Existen indicios de ilusión de enfoque en la percepción de la felicidad causada por expectativas provenientes del sentimiento de inseguridad personal en una metrópolis	Seguridad, prospectos de trabajo, situación financiera, oportunidades académicas y vida social	N/E
Marrero Quevedo et al., 2014	El género parecía guardar cierta relación con algunos indicadores de bienestar, mujeres presentan mayor satisfacción con los estudios, con la vida y felicidad. El optimismo parece tener mayor peso en la felicidad	Afectos positivos, optimismo	Emociones negativas, bajo optimismo
Alarcón & Caycho, 2015	Personas que tienen agrado y satisfacción por corresponder a la persona de quien han recibido un favor tienen más probabilidades de experimentar felicidad. Puntuaciones de gratitud y felicidad no difieren significativamente por sexo	Gratitud, reciprocidad, obligación moral, sentido positivo de la vida, realización personal	N/E
Schnettler et al., 2015	Altos niveles de satisfacción con la vida y felicidad asociados con mayor satisfacción con la alimentación. Otros dominios: Familia, Amigos, Universidad y Sí mismo. Quienes reportan satisfacción en más dominios de MSLSS tienden a tener mayores niveles de felicidad	Familia, amigos, estatus socioeconómico	Restricciones de presupuesto de
Castilla et al., 2016	Mujeres son más propensas a experimentar cierto grado de felicidad; personas del grupo de mayor edad tienen más altas puntuaciones en felicidad que las del grupo de menor edad	Expresión de conductas positivas, optimismo, características biológicas específicas del sexo, mayores niveles de cortisol y menores de hemoglobina	Desigualdad de género de



Montenegro Castillo et al., 2017	Los participantes consideran que han podido resolver satisfactoriamente sus necesidades, alcanzando metas personales de manera casi ideal	Consecución de metas	de	Ansiedad
López Vázquez et al., 2017	No se halló relación significativa entre felicidad y consumo de tabaco. El consumo de alcohol está asociado negativamente la felicidad	Menor consumo de alcohol	de	Mayor consumo de alcohol
Gamero Tafur et al., 2017	El sexo es indiferente en el nivel de felicidad, los más jóvenes son los más satisfechos, tener pareja estable o estar casado eleva dicho nivel. La religión tiene efectos positivos en el nivel de satisfacción. El ingreso no fue significativo en la felicidad	Tener pareja estable, religión, contratos laborales permanentes, independencia, años de educación, edad		Contratos laborales eventuales
Hernández & Carranza Esteban, 2017	Relación significativa entre felicidad y optimismo sobre la autorrealización en estudiantes universitarios adultos; mayores niveles de felicidad presentarán mayores niveles de optimismo, lo que permite que se sientan realizados. Las participantes mujeres obtuvieron puntajes más altos en felicidad	Optimismo		N/E

*Nota.* Elaboración propia, N/E=No específica, MSLSS=Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale.

## Discusión

La pregunta que guió al presente estudio fue: ¿Cuáles son los principales aspectos metodológicos y hallazgos de las investigaciones sobre felicidad en estudiantes universitarios de América Latina? En este sentido, se encontró una gran área de oportunidad en cuanto a los aspectos metodológicos de las investigaciones para elevar el alcance y profundidad de sus resultados; además, se hallaron diversos factores protectores o asociados que posibilitan el incremento de felicidad en estudiantes universitarios.

### Aspectos metodológicos

Referente al enfoque de las investigaciones, se observó una clara predominancia de los estudios cuantitativos y con diseño no experimental. En ese tenor, la escasez de estudios experimentales invita a desarrollar investigaciones que posibiliten análisis o inferencias causales (Ato *et al.*, 2013) sobre la felicidad,





o viceversa. Asimismo, la realización de estudios cualitativos puede otorgar la posibilidad de profundizar en los resultados obtenidos; ello ofrecería una riqueza interpretativa y conocimiento acerca de los procesos y contextos sociales (Ulloa *et al.*, 2017) que pudieran influir en la felicidad.

Con respecto a la selección de muestras, se encontraron pocas investigaciones que utilizaron muestreo probabilístico; en ese sentido, el carácter no probabilístico de las muestras incluidas puede obstaculizar la validez de la generalización de los resultados (López *et al.*, 2020), así como la reproducibilidad del estudio al no existir certeza de que los participantes sean representantes de la población objetivo (Otzen y Manterola, 2017), de allí la importancia de no olvidar también la pertinencia de muestras representativas (León y Montero, 2003) atendiendo a criterios específicos en su selección (Badii *et al.*, 2011). En este mismo contexto, es preciso señalar el amplio rango de edad de los estudiantes universitarios, lo cual, si bien puede deberse al incremento significativo del ingreso de estudiantes mayores de 25 años en las universidades (Calduch *et al.*, 2017), dificulta la comparación entre edades tan dispares a partir de una perspectiva evolutiva.

Ahora bien, en cuanto a los aspectos éticos, varios estudios no mencionaron la implementación del consentimiento informado, un hecho destacable debido a que es un requerimiento ético y legal, el cual brinda a los participantes la capacidad de decidir formar parte de manera libre e informada en una investigación (Richaud, 2007). Sumado a lo anterior, la omisión de la confidencialidad es referida como uno de los problemas éticos más usuales (Santi, 2016), hecho que se ve reflejado en los resultados obtenidos por la presente revisión en varios estudios.

### **Hallazgos de las investigaciones**

La relación entre la felicidad y el optimismo es mencionada por varios autores analizados en la presente revisión, se trata de un hecho que encuentra eco en los trabajos de Machado *et al.* (2015), Caycho y Castañeda (2015) y Vera-Villarroel y colaboradores (2017); una asociación que puede deberse a que el



optimismo promueve mejores estados de ánimo, reacciones adaptativas y constructivas, así como una mejor salud física (Demirtas, 2020). Por otra parte, los trabajos incluidos señalaron una relación entre la felicidad y el sexo; sin embargo, la evidencia empírica acumulada matiza que es una vinculación inconsistente, pues hay estudios que reportan mayores niveles de felicidad en mujeres (Arrosa y Gandelman, 2016; Graham *et al.*, 2018), mientras otros los encuentran en hombres (Ahmad y Amin, 2017), o bien, no se encuentran diferencias significativas o al menos no son definitivas entre ambos sexos (Caycho y Castañeda, 2015; Díaz-Loving *et al.*, 2018). Esta irregularidad en los resultados puede explicarse, entre otras razones, por los factores culturales que influyen en el comportamiento y expresión emocional (Caycho y Castañeda, 2015), así como el actual cambio cultural y la apertura en las formas de pensamiento que pueden estar jugando un papel importante en la vivencia y expresión de emociones (Díaz-Loving *et al.*, 2018).

Ahora bien, siguiendo con la revisión de las investigaciones, se encontraron diversos factores protectores de la felicidad como los afectos positivos, los cuales pueden incluir estados o sentimientos a corto o largo plazo (diversión, optimismo, satisfacción con la vida, entre otros) que las personas experimentan en situaciones favorables (Gouveia *et al.*, 2019). Esta relación ha sido reafirmada por diferentes autores (Caballero-García y Sánchez-Ruíz, 2018; Machado *et al.*, 2015; Vera-Villaruel *et al.*, 2018) y se ha señalado que una mayor frecuencia de estos afectos se relaciona con una mayor percepción de felicidad (Porto Noronha, 2015). Sumado a lo anterior, se identificaron a las relaciones interpersonales (amigos, familia, pareja, entre otros) como otro factor protector, resultado que coincide con diversas pesquisas (Jain *et al.*, 2019; López *et al.*, 2020; López-Casquete *et al.*, 2018; Reyes del Villar, 2017). Esta asociación puede deberse, entre otras razones, a que compartir el tiempo con otras personas está ligado a la autorrealización (López *et al.*, 2020), la cual es considerada una necesidad básica cuya satisfacción deriva en mayores niveles de felicidad (Barajas Sánchez *et al.*, 2020). Finalmente, también se encontró correlación positiva entre la posesión de una situación laboral y económica estable con la felicidad, lo cual está en la



misma línea de otros trabajos (Díaz Castellanos, 2019; Núñez Barriopedro *et al.*, 2018; Rodríguez *et al.*, 2018).

Por otro lado, los factores que ponen en riesgo la percepción o nivel de felicidad más encontrados por las investigaciones revisadas (y por otras publicaciones) son la depresión (Astocondor Altamirano *et al.*, 2019; Machado *et al.*, 2015; Rodríguez *et al.*, 2017) y la ansiedad (Machado *et al.*, 2015; Pulido Acosta y Herrera Clavero, 2020). En cuanto a esto, es preciso señalar que diversos estudios que abordan este vínculo negativo han señalado el rol que cumplen la satisfacción con la vida y la autoestima como elementos mediadores (Freire y Ferreira, 2020), por lo que tal vez, niveles bajos de estas variables serían una posible explicación a dicha asociación negativa.

### **Limitaciones**

Los resultados obtenidos en la presente revisión sistemática no están exentos de limitaciones, así destaca en primer lugar su carácter exploratorio y los criterios de inclusión implementados que pudieron excluir pesquisas de interés. Además, es preciso señalar la inclusión mayoritaria de estudios no experimentales, lo que invita a tener prudencia en relación con las inferencias obtenidas debido a las limitaciones relacionadas con la validez interna y externa que poseen este tipo de diseños en general y, en particular, de los trabajos incluidos. Sumado a ello, no fue posible realizar un análisis del riesgo de sesgo de los trabajos no experimentales revisados, pues se trata de características propias de los diseños experimentales. Adicionalmente, resulta destacable señalar la omisión en el análisis de algunas investigaciones no publicadas, no indexadas o que hayan empleado otros términos para referirse a la felicidad. Por último, se destaca la selección de las bases de datos que, a pesar de ser de reconocida calidad, pudo haber influido en la inclusión o exclusión de resultados finales.

Pese a lo anterior, es posible destacar como fortaleza la naturaleza misma de la revisión sistemática del presente estudio, ya que permitió ofrecer un panorama de la metodología y hallazgos de las



investigaciones realizadas en el contexto latinoamericano en los últimos años. Si bien la felicidad es un tema que ha adquirido importancia a través de los años, al momento de la realización del manuscrito aún eran escasas las revisiones centradas en los estudiantes universitarios, una población de considerable relevancia en la materia.

## Conclusiones

El análisis de la naturaleza metodológica de las investigaciones reveló la existencia de una gran cantidad de estudios de enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y muestreos no probabilísticos. Referente a los hallazgos de las publicaciones es relevante destacar la importancia que tiene el optimismo para la felicidad, dando pauta para la implementación de estrategias o programas educativos que tomen en cuenta esta variable para poder incrementar la felicidad de los estudiantes; lo que a su vez tendría implicaciones en su rendimiento académico. También, es destacable el papel que tienen las relaciones sociales en la percepción y nivel de felicidad. Numerosos estudios han mencionado que América Latina es una región con altos niveles de felicidad a pesar de sus diversas carencias socioeconómicas; por tanto, es posible que la importancia cultural que varias regiones latinas le otorgan a las relaciones interpersonales, especialmente con la familia, sea un factor clave para una población feliz.

En cuanto a las posibles implicaciones derivadas de esta revisión podría destacarse que:

En lo teórico, se considera pertinente una delimitación más clara y consensuada del concepto de felicidad que considere el bienestar subjetivo y la satisfacción con la vida.

En lo metodológico, concretamente en aspectos muestrales, se requeriría de una mayor inclusión de participantes hombres para obtener más información sobre las diferencias en la felicidad por sexo; también es pertinente la realización de estudios con diseños experimentales con el fin de elevar la calidad metodológica de los mismos. De igual forma, resulta necesario considerar y reportar los aspectos éticos en las investigaciones para asegurar el respeto y protección a la integridad de los participantes.



En lo empírico, la mayoría de las investigaciones analizadas abordaron factores relacionados con la felicidad. En consecuencia, sería conveniente, a partir de dichos factores, la creación de estrategias o modelos de intervención que favorezcan el aumento de los niveles de felicidad. Esto permitiría un mayor conocimiento sobre los factores intervinientes o protectores de la misma en los estudiantes universitarios latinoamericanos, así como resultados prácticos más eficaces y eficientes.

En conclusión, futuras revisiones sistemáticas podrían considerar el análisis de estudios con población mexicana para generar un conocimiento más contextualizado acerca de las características culturales que pudieran estar influyendo en los niveles de felicidad de los mexicanos como, por ejemplo, la fe o la espiritualidad. Sumado a lo anterior, y derivado del confinamiento por COVID-19, sería oportuno investigar las posibles repercusiones del mismo en la felicidad de la población, así como estudiar aquellos factores que pudieron haber reducido los efectos negativos causados por la contingencia sanitaria.

## **Conflicto de intereses**

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

## **Financiamiento**

Los autores declaran no tener algún financiamiento.

## **Agradecimientos**

El alumno Julián Méndez-Rizo pertenece al grupo de investigación: “Análisis de relaciones interpersonales: Pareja, Familia y Organización” y realizó parte de esta investigación durante su estancia en el “XXV Verano de la Investigación Científica y Tecnológica del Pacífico” y gracias al programa “Haciendo Ciencia en la BUAP 2021”, ambas bajo la dirección del Dr. José Luis Rojas-Solís.



## Referencias

\*Estudios incluidos en la presente revisión sistemática

- Ahmad, A., & Amin, M. (2017). Optimism, Happiness, and Self-Esteem Among University Students. *Indian Journal of Positive Psychology*, 8(3), 275-279. [https://www.researchgate.net/publication/320353678\\_Optimism\\_happiness\\_and\\_self-esteem\\_among\\_university\\_students](https://www.researchgate.net/publication/320353678_Optimism_happiness_and_self-esteem_among_university_students)
- Ahn Jung, N., & Mochón Morcillo, F. (2010). La felicidad de los españoles: Factores explicativos. *Revista de Economía Aplicada*, 18(54), 5-31. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3342474>
- \*Alarcón, R. (2000). Variables psicológicas asociadas con la felicidad. *Persona*, (3), 147-157. <https://doi.org/10.26439/persona2000.n003.810>
- Alarcón, R. (2006). Desarrollo de una escala factorial para medir la felicidad. *Interamerican Journal of Psychology*, 40(1), 99-106. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28440110>
- Alarcón Napuri, R. (2015). La idea de la felicidad. *Apuntes de Ciencia & Sociedad*, 5(1), 6-9. <https://doi.org/10.18259/acs.2015002>
- Alarcón, R. (2017). En torno a los fundamentos filosóficos de la psicología positiva. *Persona*, (20), 11-28. <https://doi.org/10.26439/persona2017.n20.1737>
- \*Alarcón, R., & Caycho Rodríguez, T. (2015). Relaciones entre gratitud y felicidad en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Psychologia. Avances de la Disciplina*, 9(1), 59-69. <https://doi.org/10.21500/19002386.993>
- American Psychological Association. (2017). *Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct*. APA.
- Arias Gallegos, W. I., Caycho Rodríguez, T., Ventura León, J. L., Maquera Fernández, C., Ramírez Chávez, M., & Tamayo Butilier, X. (2016). Análisis exploratorio de la escala de felicidad de Lima en universitarios de Arequipa (Perú). *Psychologia: Avances de la Disciplina*, 10(1), 13-24. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=297245905002>
- Árraga Barrios, M. V., & Sánchez Villarroel, M. (2012). Validez y confiabilidad de la escala de felicidad de Lima en adultos mayores venezolanos. *Universitas Psychologica*, 11(2), 381-393. <http://www.scielo.org.co/pdf/rups/v11n2/v11n2a03.pdf>
- Arrosa, M. N., & Gandelman, N. (2016). Happiness Decomposition: Female Optimism. *Journal of Happiness Studies*, 17(2), 731-756. <https://doi.org/10.1007/s10902-015-9618-8>
- Astocondor Altamirano, J. V., Ruiz Solsol, L. E., & Mejía, Ch. R. (2019). Influencia de la depresión en la ideación suicida de los estudiantes de la selva peruana. *Horizonte Médico*, 19(1), 53-58. <https://doi.org/10.24265/horizmed.2019.v19n1.09>
- Ato, M., López-García, J. J., & Benavente, A. (2013). A Classification System for Research Designs in Psychology. *Anales de psicología*, 29(3), 1038-1059. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511>
- Badii, M. H., Guillen, A., Cerna, E., & Valenzuela, J. (2011). Nociones Introductorias de Muestreo Estadístico. *Daena: International Journal of Good Conscience*, 6(1), 89-105. <http://www.spentamexico.org/v6-n1/89a105.pdf>
- Barajas Sánchez, J., Cortez Rodríguez, F., Sánchez Estrada, R. C., Medina Leal, A. L., Ruiz Salazar, M. L., & Camargo Bravo, A. (2020). Realización personal “autorrealización” y el personal de enfermería. *Revista Electrónica de PortalesMedicos.com*, XV (12), 592. <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/realizacion-personal-autorrealizacion-y-el-personal-de-enfermeria/>



- Beltrán, O. A. (2005). Revisiones sistemáticas de la literatura. *Revista Colombiana de Gastroenterología*, 20(1), 60-69. <http://www.scielo.org.co/pdf/rcg/v20n1/v20n1a09.pdf>
- Beytía Reyes, P. (2017). Vínculos familiares: Una clave explicativa de la felicidad. En C. Reyes y M. Muñoz (Eds.), *La familia en tiempos de cambio* (pp. 1-18). Ediciones UC.
- Caballero-García, P. A., & Sánchez-Ruíz, S. (2018). La felicidad en estudiantes universitarios. ¿Existen diferencias según género, edad o elección de estudios? *Revista Electrónica Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 21(3), 1-18. <https://doi.org/10.6018/reifop.21.3.336721>
- Calduch, I., Álamo, E., Francàs, J., Gutiérrez, N., & Valenzuela, M. (2017). Perfil de los estudiantes recién llegados a la universidad de Barcelona. *Observatori de l'Estudiant*. [http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/116229/6/Perfil\\_Estudiantes.pdf](http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/116229/6/Perfil_Estudiantes.pdf)
- Carrillo, S., Feijóo, M. L., Gutiérrez, A., Jara, P., & Schellekens, M. (2017). El papel de la dimensión colectiva en el estudio de la felicidad. *Revista Colombiana de Psicología*, 26(1), 115-129. <http://dx.doi.org/10.15446/rcp.v26n1.54624>
- \*Castilla, H., Caycho, T., & Ventura-León, J. L. (2016). Diferencias de la felicidad según sexo y edad en universitarios peruanos. *Actualidades en Psicología*, 30(121), 25-37. <https://doi.org/10.15517/ap.v30i121.24366>
- Caycho Rodríguez, T., & Castañeda, M. C. (2015). Felicidad y optimismo en adolescentes y jóvenes peruanos y paraguayos: Un estudio predictivo. *Salud & Sociedad*, 3(6), 250-263. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=439744554005>
- Contreras, F., & Esguerra, G. (2006). Psicología positiva: Una nueva perspectiva. *Diversitas*, 2(2), 311-319. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/diver/v2n2/v2n2a11.pdf>
- Demirtas, A. S. (2020). Optimism and Happiness in Undergraduate Students: Cognitive Flexibility and Adjustment to University Life as Mediators. *Anales de Psicología*, 36(2), 320-329. <https://doi.org/10.6018/analesps.381181>
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & van Dierendock, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577. <http://www.psicothema.com/psicothema.asp?id=3255>
- Díaz Castellanos, G. (2019). Más ingreso, más felicidad. ¿Hasta cuánto? *Revista Académica Eco*, (20), 39-50. [https://www.researchgate.net/publication/335336436\\_Mas\\_ingreso\\_mas\\_felicidad\\_Hasta\\_cuanto](https://www.researchgate.net/publication/335336436_Mas_ingreso_mas_felicidad_Hasta_cuanto)
- Díaz-Loving, R., Velasco-Matus, P. W., & Rivera-Aragón, S. (2018). Felicidad, instrumentalidad y expresividad en dos muestras latinoamericanas: México y Bolivia. *Persona*, 21(1), 11-29. <https://doi.org/10.26439/persona2018.n021.1989>
- Domínguez Bolaños, R. E., & Ibarra Cruz, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, 21(96), 660-679. <https://revistarazonypalabra.org/index.php/ryp/article/view/865>
- Fernández-Sánchez, H., King, K., & Enríquez-Hernández, C. (2020). Revisiones Sistemáticas Exploratorias como metodología para la síntesis del conocimiento científico. *Enfermería Universitaria*, 17(1), 87-94. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2020.1.697>
- Flores López, W. O. (2019). Validación de una escala para medir la felicidad: un análisis factorial confirmatorio con estudiantes universitarios multiculturales. *Revista Electrónica de Conocimientos, Saberes Y Prácticas*, 2(2), 98-110. <https://doi.org/10.5377/recsp.v2i2.9303>
- Flores-Kanter, P. E., Muñoz-Navarro, R., & Medrano L. A. (2018). Concepciones de la felicidad y su relación con el bienestar subjetivo: un estudio mediante redes semánticas naturales. *Liberabit*, 24(1), 115-130. <https://doi.org/10.24265/liberabit.2018.v24n1.08>



- Freire, T., & Ferreira, G. (2020). Do I Need to Be Positive to Be Happy? Considering the Role of Self-Esteem, Life Satisfaction, and Psychological Distress in Portuguese Adolescents' Subjective Happiness. *Mental & Physical Health*, 123(4), 1064-1082. <https://doi.org/10.1177/0033294119846064>
- Frey, B. (2020). What Are the Opportunities for Future Happiness Research? *International Review of Economics*, 67(1), 5-12. <https://doi.org/10.1007/s12232-019-00318-9>
- Forteza Bauzá, S., Ferretjans Moranta, V., & Vilardebó Perxachs, E. (2021). Una aproximación entre la psicología positiva y el apoyo conductual positivo. *Revista Española de Discapacidad*, 9(1), 197-215. <https://doi.org/10.5569/2340-5104.09.01.10>
- \*Gamero Tafur, K. E., Medina Martínez, E., & Escobar Espinoza, A. A. (2017). La felicidad en estudiantes universitarios de ciencias económicas: Algunos determinantes socioeconómicos en la ciudad de Cartagena de Indias. *AGLALA*, 8(1), 193-218. <http://revistas.curnvirtual.edu.co/index.php/aglala/article/view/1032>
- Graham, C., Laffan, K., & Pinto, S. (2018). Well-Being in Metrics and Policy. *Science*, 362(6412), 287-288. <https://doi.org/10.1126/science.aau5234>
- Gouveia, V. V., Costa, M. G., Lopes, G. D., Silva, O. F., Gouveia, R. S. V., Vilar, R., & Freire, S. E. A. (2019). Scale of Positive and Negative Affects (EAPN-10): Evidence of its Psychometric Adequacy. *Trends in Psychology*, 27(1), 189-203. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2019.1-14>
- \*Hernández, R. M., & Carranza Esteban, R. F. (2017). Felicidad, optimismo y autorrealización en estudiantes de un programa de educación superior para adultos. *Interdisciplinaria: Revista de Psicología y Ciencias Afines*, 34(2), 307-325. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=18054403005>
- Hervás, G. (2009). Psicología positiva: una introducción. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 23(3), 23-41. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27419066003>
- Jain, M., Sharma, G. D., & Mahendru, M. (2019). Can I Sustain My Happiness? A Review, Critique and Research Agenda for Economics of Happiness. *Sustainability*, 11(12), 1-36. <https://doi.org/10.3390/su11226375>
- León, O. G., & Montero, I. (2003). *Métodos de investigación en psicología y educación*. McGraw-Hill.
- \*López Vázquez, J. A., Morales Castillo, F. A., & Rodríguez Aguilar, L. (2017). Dimensiones de la felicidad y su relación con el consumo de tabaco y alcohol en estudiantes universitarios de enfermería. *Nure Investigación*, 14(90), 1-9. <https://www.nureinvestigacion.es/OJS/index.php/nure/article/view/1175>
- López, M., Picazo, C., & Gamboa J. P. (2020). Análisis de la felicidad durante el tiempo libre: el papel de la conducta prosocial y material. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 16(2), 233 - 244. <https://doi.org/10.15332/22563067.6291>
- López-Casquete, M., Muñoz-Velázquez, J. A., & Gómez-Baya, D. (2018). Materialismo consumista e (in)felicidad: una revisión de la bibliografía. *Arbor*, 194(788), 1-9. <https://doi.org/10.3989/arbor.2018.788n2012>
- Machado, L., Tavares, H., Petribú, K., Zilberman, M., Ferraz, R., & Cantilino, A. (2015). Happiness and Health in Psychiatry: What Are Their Implications? *Archives of Clinical Psychiatry*, 42(4), 100-110. <https://doi.org/10.1590/0101-60830000000058>
- \*Marrero Quevedo, R. J., Carballeira Abella, M., & González Villalobos, J. A. (2014). Relación entre bienestar subjetivo, optimismo y variables sociodemográficas en estudiantes universitarios de la Universidad de San Luis Potosí en México. *Universitas Psychologica*, 13(3), 1083-1098. <https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-3.rbso>
- \*Mendes-da-Silva, W., Onusic, L., Norvilitis, J. M., & Moura, G. L. (2013). Focusing Illusion in Satisfaction with Life Among College Students Living in Brazil. *Revista de Administração de Empresas*, 53(5), 430-441. <https://doi.org/10.1590/S0034-75902013000500002>





- \*Montenegro Castillo, M., Córdoba Rosenow, P., & García Peyares, A. (2017). Caracterización del Bienestar Subjetivo mediante la aplicación de la escala de satisfacción vital de Ed Diener en estudiantes de la Corporación Universitaria Antonio José de Sucre en Sincelejo durante el primer semestre de 2015. *Revista Encuentros*, 15(2), 145-156. <https://doi.org/10.15665/re.v15i2.613>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & The PRISMA Group. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Medicine*, 6(6), 1-28. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & The PRISMA Group. (2014). Ítems de referencia para publicar revisiones sistemáticas y meta análisis: la declaración Prisma. *Revista Española de Nutrición Humana y Dietética*, 18(3), 172-181. <https://doi.org/10.14306/renhyd.18.3.114>
- Moyano-Díaz, E. (2016). Building the Concept of Happiness for Adults from Phenomenography. *Universum*, 31(2), 141-156. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-23762016000200009>
- \*Mustaca, A. E., Kamenetzky, G., & Vera Villaroel, P. (2010). Relaciones entre variables positivas y negativas en una muestra de estudiantes argentinos. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 19(3), 227-235. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921798004>
- Núñez Barriopedro, E., Ravina Ripoll, R., & Ahumada Tello, E. (2018). Análisis de la situación actual de la felicidad corporativa de los 'millennials' en España, desde el barómetro del centro de investigaciones sociológicas. *Revista Académica Eco*, (18), 1-22. <http://www.revistasguatemala.usac.edu.gt/index.php/race/article/view/1071>
- van Oyen, C., Richie, F. J., Root, L. M., & Van Tongeren, D. R. (2019). Gratitude Predicts Hope and Happiness: A Two-Study Assessment of Traits and States. *The Journal of Positive Psychology*, 14(3), 271-282. <https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1424924>
- Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de muestreo sobre una población de estudio. *International Journal of Morphology*, 35(1), 227-232. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
- \*Piqueras, J. A., Kuhne, W., Vera-Villaruel, P., van Straten, A., & Cujipers, P. (2011). Happiness and Health Behaviours in Chilean College Students: A Cross-Sectional Survey. *BMC Public Health*, 11, article 443. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-443>
- Porto Noronha, A. P. (2015). Relaciones entre afectos positivos y negativos e intereses profesionales en universitarios. *Interamerican Journal of Psychology*, 49(1), 76-87. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28446018007>
- Pulido Acosta, F., & Herrera Clavero, F. (2020). Estados emocionales contrapuestos e inteligencia emocional en la adolescencia. *Psicología desde el Caribe*, 37(1), 99-123. <https://rcientificas.uninorte.edu.co/index.php/psicologia/article/view/10699>
- \*Ramírez, P. E., & Fuentes, C. A. (2013). Felicidad y rendimiento académico: efecto moderador de la felicidad sobre indicadores de selección y rendimiento académico de alumnos de ingeniería comercial. *Formación Universitaria*, 6(3), 21-30. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-50062013000300004>
- Reyes del Villar, S. (2017). La felicidad de los chilenos. Una aproximación a la “paradoja latinoamericana”. *Centro de políticas públicas*, documento 24, 1-17. <http://hdl.handle.net/11447/2008>
- Richaud, M. C. (2007). La ética en la investigación psicológica. *Enfoques*, 19(1-2), 5-18. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=25913121002>
- Rodríguez, A. E. L., Haro, M. E., Martínez, R. E., Ayala, R. I., & Román, A. (2017). Funcionalidad familiar y depresión en adultos en la atención primaria. *Revista de Salud Pública y Nutrición*, 16(4), 20-23. <https://www.medigraphic.com/cgi-bin/new/resumenI.cgi?IDARTICULO=76940>



- Rodríguez, J., García Molina, M., & Chicaíza, L. (2018). Felicidad en la política pública: Una revisión de literatura. *Cuadernos de Economía*, 37(73), 95-118. <http://dx.doi.org/10.15446/cuad.econ.v37n73.59586>
- \*Romo-González, T., Ehrenzweig, Y., Sánchez-Gracida, O. D., Enríquez-Hernández, C. B., López-Mora, G., Martínez, A. J., & Larralde, C. (2013). Promotion of Individual Happiness and Wellbeing of Students by A Positive Education Intervention. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 5(2), 79-102. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2007078013716900>
- Sánchez Villaroel, M. E., Pírela de Farías, L. C., & Arraga Barrios, M. V. (2018). Efectos de un programa de felicidad basado en la psicología positiva sobre el rendimiento académico de estudiantes universitarios. *Revista Electrónica de Humanidades, Educación y Comunicación Social*, 25(13), 34-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6865943>
- \*Sánchez Aragón, R., & Méndez Canales, R. (2011). Elementos mediadores de la felicidad y el bienestar subjetivo en hombres y mujeres. *Revista Costarricense de Psicología*, 30(45-46), 51-76. <http://www.rcps-cr.org/openjournal/index.php/RCPs/article/view/4>
- Santi, M. F. (2016). Controversias éticas en torno a la privacidad, la confidencialidad y el anonimato en la investigación social. *Revista de Bioética y Derecho*, (37), 5-21. <https://doi.org/10.1344/rbd2016.37.16147>
- \*Schnettler, B., Orellana, L., Lobos, G., Miranda, H., Sepúlveda, J., Etchebarne, S., Mora, M., Adasme-Berríos, C., & Grunert, K. G. (2015). Relationship Between the Domains of the Multidimensional Students' Life Satisfaction Scale, Satisfaction with Food-Related Life and Happiness in University Students. *Nutrición Hospitalaria*, 31(6), 2752-2763. <https://dx.doi.org/10.3305/nh.2015.31.6.8593>
- Sociedad Mexicana de Psicología. (2010). *Código ético del psicólogo*. Trillas.
- Steptoe, A. (2019). Investing in Happiness: The Gerontological Perspective. *Gerontology*, 65(6), 1-6. <https://doi.org/10.1159/000501124>
- Uchida, Y., & Oishi, S. (2016). The Happiness of Individuals and the Collective. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 125-141. <https://doi.org/10.1111/jpr.12103>
- Ulloa, H., Gutiérrez, M. A., Nares, M. L., & Gutiérrez, S. L. (2017). Importancia de la investigación cualitativa y cuantitativa para la educación. *Revista Educateconciencia*, 16(17), 163-174. <http://tecnocientifica.com.mx/educateconciencia/index.php/revistaeducate/article/view/132>
- United Nations Sustainable Development Solutions Network (2020). *World Happiness Report 2019*. Columbia University.
- Vázquez, C. (2006). La psicología positiva en perspectiva. *Papeles del Psicólogo*, 27(1), 3-13. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77827101>
- Vera Noriega, J. A., Yáñez Quijada, A.I., & Grubits, S. (2013). Evaluación del bienestar subjetivo en estudiantes universitarios de México y Brasil. *Psicología para América Latina*, (25), 77-90. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psilat/n25/a06.pdf>
- Vera-Villarroel, P., Celis-Atenas, K., Urzúa, A., Silva, J., Contreras, D., & Lillo, S. (2018). Los afectos positivos como mediadores de la relación optimismo y bienestar. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 25(2), 195-202. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5765750>
- Vera-Villarroel, P., Urzúa, A., Beyle, C., Contreras, D., Lillo, S., Oyarzo, F., & Sanín-Posada, A. (2017). Relación entre optimismo y salud bajo la influencia de las creencias religiosas en dos muestras latinoamericanas. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(3), 213-221. <https://doi.org/10.1016/j.rlp.2017.03.002>

