

**Informe mundial sobre la felicidad 2015**  
**Resumen**  
**John Helliwell, Richard Layard y Jeffrey Sachs**

**Preámbulo**

El mundo ha cambiado mucho desde el primer *Informe mundial sobre la felicidad* publicado en 2012. La felicidad se considera, cada vez más, como una medida adecuada del progreso social y un objetivo de las políticas públicas. Un número creciente de gobiernos nacionales y locales utiliza los datos y análisis sobre la felicidad en la búsqueda de políticas que puedan ayudar a mejorar la vida de las personas. Los gobiernos miden el bienestar subjetivo y utilizan las investigaciones realizadas sobre el tema como guía para diseñar los espacios y servicios públicos.

**Emplear los datos e investigaciones sobre la felicidad para mejorar el desarrollo sostenible**

El 2015 marca un hito decisivo en la historia de la humanidad ya que, en septiembre, está previsto que los Estados Miembros de las Naciones Unidas aprueben los objetivos de desarrollo sostenible (ODS) que guiarán a la comunidad internacional hacia un modelo de desarrollo mundial más inclusivo y sostenible. Los conceptos de felicidad y bienestar servirán muy probablemente de guía para el progreso hacia un desarrollo sostenible.

El desarrollo sostenible es un concepto normativo que hace un llamamiento a todas las sociedades para buscar un equilibrio entre los objetivos económicos, sociales y medioambientales. En los países que buscan aumentar el PIB de forma desigual, sin tener en cuenta los objetivos sociales y medioambientales, los resultados a menudo tienen un impacto negativo en el bienestar humano. Los objetivos de desarrollo sostenible están diseñados para ayudar a los países a alcanzar sus objetivos económicos, sociales y medioambientales de manera proporcionada, favoreciendo así mayores niveles de bienestar para las generaciones presentes y futuras.

Los objetivos de desarrollo sostenible incluyen objetivos, metas e indicadores cuantitativos. La Red de soluciones para el desarrollo sostenible (Sustainable Development Solutions Network, o SDSN, por sus siglas en inglés), en sus recomendaciones sobre la elección de los indicadores ODS, ha insistido en que se incluyan los indicadores de bienestar subjetivo y afecto positivo, para ayudar a guiar y medir el progreso realizado. Muchos gobiernos y expertos nos han dado su apoyo para incluir estos indicadores de felicidad en los objetivos de desarrollo sostenible. El *Informe mundial sobre la felicidad 2015* destaca una vez más las ventajas de utilizar las

mediciones de la felicidad para orientar la formulación de políticas y evaluar el bienestar general de cada sociedad.

### **Breve descripción de los capítulos**

Este informe se inscribe en la tradición de combinar el análisis de los niveles y tendencias recientes de la felicidad, con capítulos que ofrecen un análisis más detallado de temas específicos.

- El capítulo 2, redactado por John Helliwell, Haifang Huang y Shun Wang, ofrece los principales *rankings* de las evaluaciones sobre la vida, con sus correspondientes explicaciones.
- El capítulo 3, redactado por Nicole Fortin, John Helliwell y Shun Wang, presenta un conjunto más amplio de mediciones de la felicidad, y muestra las diferencias por sexo, edad y región del mundo.
- El capítulo 4, redactado por Richard Layard y Gus O'Donnell, defiende y justifica el uso de la felicidad como medida del beneficio en el análisis de coste-beneficio.
- El capítulo 5, redactado por Richard Davidson y Brianna Schuyler, analiza toda una serie de hallazgos importantes en el campo de la neurociencia de la felicidad.
- El capítulo 6, redactado por Richard Layard y Ann Hagell, está enfocado especialmente en la felicidad de los jóvenes, ese tercio de la población mundial que es menor de 18 años.
- El capítulo 7, redactado por Leonardo Becchetti, Luigino Bruni y Stefano Zamagni, profundiza en los fundamentos de la felicidad a nivel ético y comunitario.
- El capítulo 8, redactado por Jeffrey Sachs, analiza la importancia del capital social para el bienestar y describe formas en las que las sociedades pueden invertir en este capital social para mejorar el bienestar.

A continuación, se exponen las principales conclusiones de cada uno de los capítulos.

### **Capítulo 2: la geografía de la felicidad**

Las evaluaciones sobre la vida, donde 0 representa la peor vida posible y 10 la mejor vida posible, varían desde una media superior a 7,5 en los primeros puestos del *ranking* hasta un resultado inferior a 3 en los últimos puestos. Una diferencia de 4 puntos separa los 10 países más felices de los 10 menos felices.

Al comparar la clasificación por países del *Informe mundial sobre la felicidad 2015* con los del *Informe mundial sobre la felicidad 2013*, se produce una combinación de continuidad y cambio. Nueve de los diez países más felices en 2015 también se encontraban entre los diez primeros en 2013. Pero el *ranking* ha cambiado, ocupando ahora Suiza el primer puesto, seguido de cerca por Islandia, Dinamarca y Noruega. Estos cuatro países tienen una puntuación media de entre 7,5 y 7,6, sin que las diferencias entre ellos sean estadísticamente significativas. El resto de los diez primeros clasificados son (por este orden) Canadá, Finlandia, Países Bajos, Suecia, Nueva Zelanda y Australia, todos con una puntuación media por encima de 7,28. La mayor rotación en la clasificación (que afecta a casi la mitad de los países) se registra entre los diez últimos de la lista, todos con puntuaciones medias por debajo de 3,7. La mayoría se encuentran en el África subsahariana, a los que se añaden Afganistán y, con una mayor caída, Siria.

Las tres cuartas partes de las diferencias entre los países, y también entre las regiones, se explican por las diferencias en las seis variables fundamentales: el producto interior bruto per cápita, la esperanza de una vida saludable, el respaldo social, la confianza, la libertad personal para tomar decisiones vitales y la generosidad. Las diferencias en el respaldo social, el nivel de ingresos y la esperanza de una vida saludable son los tres factores más importantes.

El análisis de los cambios en las evaluaciones sobre la vida de las personas de 2005-2007 a 2012-2014 muestra grandes diferencias a nivel internacional en cómo la recesión mundial ha afectado a la felicidad de los ciudadanos. Los tres países que más han mejorado sus puntuaciones son Nicaragua, Zimbabwe y Ecuador, con subidas que varían entre 0,97 y 1,12. El mayor declive en las evaluaciones sobre la vida de las personas ha sido el de Grecia, que ha perdido casi 1,5 puntos, seguido de Egipto, que baja 1,13 puntos, y de Italia, que baja 0,76 puntos. De los 125 países con datos disponibles tanto para el período 2005-2007 como para el período 2012-2014, hay 53 países que han mejorado significativamente, 41 que han empeorado significativamente y 36 sin cambios importantes. Esta disparidad en las experiencias nacionales se debe sin duda a diferencias en la exposición a la crisis económica y en la calidad de la gobernabilidad, la confianza y el respaldo social. Los países con un capital social de suficiente calidad parecen estar capacitados para mantener o incluso mejorar el bienestar subjetivo cuando tienen que hacer frente a desastres naturales o crisis económicas, puesto que las crisis les ofrecen la oportunidad de descubrir, utilizar y aprovechar sus vínculos comunitarios. En otros casos, la crisis económica ha provocado un descenso en el nivel de felicidad mucho mayor de lo que la caída de ingresos y el aumento del desempleo podrían explicar.

### **Capítulo 3: ¿cómo varía el bienestar subjetivo en el mundo por sexo y edad?**

En este capítulo, además de las evaluaciones sobre la vida, se incluye en el análisis toda una serie de experiencias positivas y negativas que muestran patrones muy diferentes por sexo, edad y región. Las experiencias positivas son la felicidad, la sonrisa o la risa, la diversión, la sensación de seguridad en la noche, la sensación de haber descansado bien y hacer cosas interesantes. Las seis experiencias negativas son los sentimientos de ira, preocupación, tristeza, depresión, estrés y dolor. En las evaluaciones sobre la vida, las diferencias por sexo son muy pequeñas en comparación con las diferencias entre países, o incluso entre edades dentro de un mismo país. Si tenemos en cuenta el promedio mundial, las evaluaciones sobre la vida de las mujeres son ligeramente más altas que las de los hombres, con un incremento de aproximadamente 0,09 en la escala de 10 puntos, o un 2% respecto a los 4 puntos de diferencia entre los 10 países más felices y los 10 países menos felices. Las diferencias entre los grupos de edad son mucho más grandes y varían considerablemente según la región. A escala mundial, el promedio de las evaluaciones sobre la vida alcanza una cifra inicial muy alta entre los encuestados más jóvenes, cae en casi 0,6 puntos en la edad adulta y se mantiene constante en adelante. Esta perspectiva global esconde diferencias regionales muy marcadas, con curvas en forma de U en algunos países y caídas en otros.

En cuanto a las seis experiencias positivas y las seis negativas, hay notables diferencias por sexo, edad y región, algunas de las cuales señalan diferencias interculturales mayores que en las investigaciones anteriores.

Un análisis paralelo de las seis variables principales que se utilizan en el capítulo 2 para explicar las diferencias internacionales y los cambios en las evaluaciones sobre la vida, también muestra la importancia de incluir las variables de edad, sexo y región para interpretar mejor las tendencias y diferencias globales. La importancia del contexto social se aprecia claramente en el análisis por sexo y grupo de edad. Por ejemplo, las regiones del mundo donde las evaluaciones sobre la vida han conseguido una puntuación más alta en los grupos de mayor edad son también las regiones donde el respaldo social, la libertad y la generosidad (pero no la renta familiar) se perciben como superiores en estos mismos grupos de mayor edad. Estas tres variables muestran niveles y dinámicas por grupo de edad muy dispares para cada región.

### **Capítulo 4: el análisis de coste-beneficio con la felicidad como medida del beneficio**

Si el objetivo de la política es aumentar la felicidad, los responsables políticos tendrán que evaluar sus opciones adoptando un enfoque totalmente nuevo. Y de esto trata el capítulo 4. Los beneficios de una nueva política deben medirse ahora en relación con el impacto que tiene el

cambio en la felicidad de la población. Se puede lograr este objetivo utilizando un proceso totalmente descentralizado, mediante el cual se establece un nivel crítico de felicidad adicional que un proyecto debe generar por cada dólar gastado.

Esta nueva forma de análisis de coste-beneficio evita muchos de los graves problemas con los métodos existentes, que utilizan el dinero como medida del beneficio. Demuestra un hecho tan obvio como que un dólar adicional aporta más felicidad a un pobre que a un rico. También incluye los efectos de todos los demás factores, además del nivel de ingresos, por lo que se puede aplicar este análisis a una gama más amplia de políticas.

### **Capítulo 5: la neurociencia de la felicidad**

En el capítulo 5 se destacan cuatro pilares del bienestar y sus bases neurales subyacentes: 1) emoción positiva sostenida; 2) recuperación tras una emoción negativa; 3) empatía, altruismo y conducta prosocial; y 4) divagación de la mente, atención y «rigidez afectiva» o adherencia emocional.

Hay dos enseñanzas generales que se pueden extraer de los hallazgos neurocientíficos. La primera consiste en la identificación de los cuatro pilares mencionados, ya que no suelen destacarse en las investigaciones sobre el bienestar. La segunda es que los circuitos neurales que identificamos como subyacentes a estos cuatro pilares del bienestar muestran plasticidad y, por tanto, pueden ser moldeados por la experiencia y el aprendizaje. Hoy día, se están desarrollando programas de aprendizaje para cultivar la atención, la amabilidad y la generosidad. En este capítulo se examinan ejemplos que demuestran que algunos de estos programas de aprendizaje, incluso en tan solo dos semanas, pueden inducir cambios cerebrales cuantificables. Estos hallazgos demuestran la idea de que la felicidad y el bienestar deben considerarse como habilidades que pueden ser mejoradas a través del aprendizaje.

### **Capítulo 6: mentes jóvenes saludables: transformar la salud mental de los niños**

En el capítulo 6 se analiza el futuro del mundo, representado por ese tercio de la población mundial que ahora tiene menos de 18 años. Es fundamental definir cuáles son los aspectos del desarrollo infantil que más importancia tienen a la hora de determinar si un niño se convertirá en un adulto feliz y productivo. Los estudios que hacen un seguimiento de los niños desde el nacimiento hasta la edad adulta muestran que, de los tres factores clave del desarrollo infantil (académico, emocional y de conducta), el desarrollo emocional es el mejor indicador de los tres, mientras que el rendimiento académico es el peor.

Esta conclusión no debería sorprendernos, ya que la salud mental es un factor determinante de una vida satisfactoria en la edad adulta y, además, la mitad de los adultos con enfermedades mentales ya mostraba los síntomas con 15 años. En total, 200 millones de niños en todo el mundo sufren de problemas de salud mental diagnosticables y que requieren tratamiento. Sin embargo, incluso en los países más ricos, solo una cuarta parte de estos niños recibe tratamiento. Dar prioridad al bienestar de los niños es una de las formas más obvias y rentables de invertir en la felicidad futura del mundo.

### **Capítulo 7: valores humanos, economía civil y bienestar subjetivo**

El capítulo 7 presenta las raíces históricas, los hallazgos y las implicaciones políticas del paradigma de la economía civil italiana. Este enfoque intenta mantener viva la tradición de la vida civil basada en la amistad (la noción aristotélica de *philia*) y en una idea más socializada de la persona y la comunidad. Contrasta con otros enfoques económicos que otorgan una importancia menor a la reciprocidad y la benevolencia.

El trabajo empírico presentado en el capítulo 7 se hace eco de los trabajos expuestos en los capítulos 2 y 8 al destacar la importancia que tienen las relaciones sociales positivas (que se caracterizan por la confianza, la benevolencia y la identidad social compartida) en la motivación de la conducta, lo que contribuye positivamente a los resultados económicos y son una fuente directa de felicidad.

Los autores recomiendan realizar cambios en los mecanismos democráticos para incluir estas capacidades humanas de acciones prosociales.

### **Capítulo 8: invertir en capital social**

El bienestar depende en gran medida de la conducta prosocial de los miembros de la sociedad. En este modelo de conducta los individuos toman decisiones para el bien común que pueden entrar en conflicto con intereses egoístas a corto plazo. En la vida económica y social abundan los «dilemas sociales» en los que el bien común y los intereses individuales pueden entrar en conflicto. En tales casos, la conducta prosocial, que engloba la honestidad, la benevolencia, la cooperación y la confianza, es fundamental para lograr el mejor resultado para la sociedad.

Las sociedades con un alto nivel de capital social, sinónimo de confianza generalizada, buen gobierno y apoyo mutuo entre los individuos, favorecen una conducta prosocial. Un capital social alto aumenta el bienestar directa e indirectamente, al fomentar sistemas de apoyo social, la generosidad y el voluntariado, la honestidad en la administración pública y la reducción de

los costes de la actividad empresarial. Por lo tanto, la cuestión de fondo es saber cómo las sociedades con un bajo capital social, sumidas en la desconfianza y la falta de honradez, pueden invertir en capital social. Este capítulo trata sobre los diversos medios para lograr un mayor capital social, incluidos la educación, formación moral, códigos de conducta profesional, el oprobio público hacia los que violen la confianza pública, así como políticas públicas que reduzcan las desigualdades para acceder a los distintos pilares del bienestar (los ingresos, la salud y los nexos sociales). Este último punto es importante porque la igualdad social y económica se asocia con mayores niveles de capital social y de confianza generalizada.

### **El denominador común es el factor social**

Hay un tema social común que surge repetidamente en el *Informe mundial sobre la felicidad 2015*. Tanto a nivel individual como a nivel nacional, todas las mediciones del bienestar, incluidas las emociones y las evaluaciones sobre la vida, están muy influenciadas por la calidad de las normas sociales y de las instituciones en las que se enmarcan. Estas incluyen la familia y los amigos a nivel individual, la confianza y la empatía a nivel de barrio y comunidad, y el poder y la calidad de las normas sociales generales que determinan la calidad de la vida dentro y entre las naciones y las generaciones. Cuando estos factores sociales están bien arraigados y fácilmente accesibles, las comunidades y las naciones son más resistentes, e incluso los desastres naturales pueden fortalecerles aún más porque actúan unidos.

El reto es garantizar que las políticas se diseñen y se implementen de manera que puedan enriquecer el tejido social, y enseñen el placer y el poder de la empatía a las generaciones actuales y futuras. Ante la presión por corregir lo que evidentemente está mal, a menudo se descuida la tarea de construir un tejido social que es vital. Prestar una mayor atención a los niveles y a las fuentes del bienestar subjetivo nos ha permitido llegar a estas conclusiones y recomendar que la felicidad sea el foco central de la investigación y de la práctica.