

Sentido de vida y Bienestar Psicológico según creencia religiosa, en sujetos de C.A.B.A.

Sense of Purpose in Life and Psychological Well-being According to Religious Belief Among Individuals in C.A.B.A.

Analía Soledad Zárate



Universidad Abierta Interamericana.

Paula Grasso Imig



Centro de Evaluación e Investigación en Ciencias de la Salud / Facultad de Medicina y Ciencias de la Salud. Universidad Abierta Interamericana.

DOI <https://doi.org/10.59471/psicologia2026228>

Recibido: 20/06/2026. Aceptado: 29/09/2026. Publicado: agosto 2026

Como citar: Zárate A. S. & Grasso Imig P. Sentido de vida y Bienestar Psicológico según creencia religiosa, en sujetos de C.A.B.A., 7. <https://doi.org/10.59471/psicologia2026228>

Resumen

Objetivo: describir la relación entre Sentido de vida y Bienestar psicológico en adultos católicos, agnósticos y ateos de la Ciudad de Buenos Aires. **Material y método:** la muestra estuvo conformada por 150 sujetos, con una edad entre 18 a 73 años ($M = 35.63$; $DE = 11.25$), dividida en tres grupos (los mencionados antes). Se trató de un estudio transversal, descriptivo-correlacional, de diferencias entre grupos. Se administraron un Cuestionario Sociodemográfico *Ad-Hoc*, la Escala de Bienestar psicológico (Casullo, 2002) y el Test de Sentido de Vida (Gottfried, 2016). **Resultados:** no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en la mayoría de los casos, **sólo en una dimensión del Bienestar Psicológico y en otra del Sentido de Vida** (Autonomía y Percepción, respectivamente). Sin embargo, en los análisis complementarios se observaron correlaciones significativas en cada uno de los grupos. **Conclusión:** es posible considerar que tanto el bienestar Psicológico como el Sentido de Vida se observan en personas que tienen una práctica filosófica como base, más allá del tipo de religión; de hecho, en todos los grupos, las asociaciones entre las variables, daría cuenta de esto.

PALABRAS CLAVE: Bienestar Psicológico, Sentido de Vida, Prácticas religiosas.

Abstract

Objective: to describe the relationship between meaning in life and psychological well-being in Catholic, agnostic, and atheist adults in the City of Buenos Aires. **Material and methods:** the sample consisted of 150 subjects, aged 18 to 73 years ($M = 35.63$;

SD = 11.25), divided into three groups (as mentioned above). This was a cross-sectional, descriptive-correlational study of differences between groups. An ad-hoc sociodemographic questionnaire, the Psychological Well-being Scale (Casullo, 2002), and the Meaning in Life Test (Gottfried, 2016) were administered. *Results*: no statistically significant differences were found in most cases, only in one dimension of psychological well-being and another of meaning in life (autonomy and perception, respectively). However, in the complementary analyses, significant correlations were observed in each of the groups. *Conclusion*: It is possible to consider that both Psychological Well-being and Meaning of Life are observed in people who have a philosophical practice as a basis, beyond the type of religion; in fact, in all groups, the associations between the variables would account for this.

KEYWORDS: Psychological Well-being, Meaning of Life, Religious Practices.

Introducción

A lo largo de la vida las personas construyen una determinada manera de percibir el mundo, basándose en diferentes tipos de creencias que influyen en sus comportamientos, en la manera en que se comprenden a sí mismos, a quienes los rodean y al mundo. Dentro de este sistema de creencias, la constitución de un sentido de vida promueve un mayor bienestar con desarrollo positivo. En esa línea, para la Psicología estas variables (Sentido de vida y Bienestar psicológico) son un tema fundamental para la comprensión de la esencia de la existencia y la naturaleza humana (Oñate, 2018).

En lo refiere al *Sentido de Vida* (SV), es un concepto desarrollado por Víctor Frankl, quien elabora una reflexión sobre cómo se puede hallar el sentido a la vida, incluso en las circunstancias más desfavorables. Para él, este se logra por medio de la autocontemplación, en la que se encuentra un propósito en las acciones y se asumen responsabilidades para con uno mismo y con los demás. De esta manera, en el acto de vivir se toma el desafío de encontrar respuestas adecuadas a las cuestiones que la vida presenta y se van cumpliendo con las obligaciones que surjan (Jiménez Padilla, 2022; Machecha Beltrán & Pérez Vargas, 2025). Esta concepción permite a la persona encontrar el significado de su existencia. Asimismo, la ausencia o incorrecta interpretación puede dar origen a diversas perturbaciones a nivel psicológico. Comprender su importancia y fomentarlo a lo largo de la vida posibilita mejores condiciones para poder enfrentar una crisis a nivel mental, emocional y sentimental. Cuando tales crisis no son debidamente tratadas o abordadas derivan en trastornos de personalidad, ansiedad y de estado de ánimo. La ausencia de sentido de vida significaría un vacío existencial, el cual se representa fundamentalmente por una condición de aburrimiento y hartazgo (Armas Arráez & López Castedo, 2018; Flores, 2021). Un punto central, a tener en cuenta, es que el SV se elabora durante las diferentes etapas de la vida, iniciando desde el primer día de vida y desarrollándose a lo largo de ésta. Encontrar un propósito durante este recorrido hace la función ideal, ya que se convierte en su guía de vida y establece el cómo vivir en cuanto la persona se comporta consonante o disonante mente con él mismo (Jaume Vidal, 2020). Por su parte, Gottfried (2016) describe dos aspectos sobre el SV, por un lado

el que se refiere a la capacidad de tener objetivos en su vida, a partir de percibir su misión en la vida, así como también el poder realizarse con los valores que considera importantes, experimentar su libertad frente a las situaciones externas y poseer tanto entusiasmo como paz en su interior; el segundo aspecto es el vacío existencial, que está asociado a la presencia de ansiedad e inquietud interna, sentimientos de aburrimiento, el tiempo, la ausencia de sentido y propósito en vida.

En cuanto al *Bienestar Psicológico* (BP) es uno de los más estudiados en el ámbito de la Psicología Positiva y pone el foco en aquello que provoca efectos positivos en las personas, en la capacidad para construirse a sí mismo, dejando de hacer énfasis en el sufrimiento (Seligman, 2002). Históricamente, este concepto fue abordado desde dos perspectivas diferentes: la hedónica y la eudaimónica. Respecto de la primera refiere a lo subjetivo, donde se tiene en cuenta la evaluación cognitiva y emocional (el incremento de lo positivo, sobre lo negativo) que hace una persona en cuanto a su propia vida; en lo referido a la segunda, la perspectiva eudaimónica, describe al bienestar desde lo psicológico, a partir de lo cual el bienestar consiste en vivir de forma plena, con un propósito, poder fomentar y alcanzar la potencialidad humana.

Existen diferentes enfoques teóricos que han estudiado al BP. Uno de ellos es el planteado por Waterman (1993), quien, partiendo de la base eudaimónica, explica que es tanto un sentimiento como una condición, en el que la autorrealización se vincula con identificar y desarrollar los potenciales personales, lo que -a su vez- genera que la persona se encuentre en armonía con su verdadero self. Otro enfoque deviene de la teoría de la autodeterminación, que refiere al funcionamiento psicológico como parte de un sistema de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas como la vinculación, la autonomía y la competencia, articulado a un sistema de metas congruentes con los intereses y valores (Deci & Ryan, 2000). Por su parte, Ryff (1989), con base en el modelo eudaimónico, realizó un análisis articulando sobre diferentes antecedentes teóricos vinculados con el Bienestar Psicológico, entre los que destacan: individualidad (Jung), búsqueda de sentido (Victor Frankl), desarrollo personal (Erikson), la maduración (Allport), funcionamiento óptimo de la persona (Rogers), autorrealización (Maslow), entre otros. A partir de esto, se describe al BP como la capacidad del ser humano para optimizarse desde su propio potencial, siendo movilizado por su propósito de vida, asumiendo los retos y realizando esfuerzos para traspasarlos, de esta manera lograr sus objetivos propuestos, planteándolo como una búsqueda constante de la excelencia personal (Ryff & Keyes, 1995). Siguiendo esta idea, Casullo (2002, 2005) lo define como la percepción que un individuo tiene sobre sus logros alcanzados, así como también sobre el nivel de satisfacción personal. Asimismo, menciona que una persona posee un alto de bienestar si logra percibir satisfacción con su vida, si su estado anímico con frecuencia es positivo y, en ocasiones, atraviesa emociones vinculadas con tristeza o la rabia. La satisfacción es un constructo triárquico, compuesto por los estados emocionales positivos y negativos y, además, por el componente cognitivo, en la que cuya característica de la satisfacción se denomina bienestar, siendo este el resultado de la integración cognitiva que las personas realizan respecto a cómo les está yendo en el transcurso de su vida. En ese sentido, Díaz,

et al. (2006), refirieron que uno de principales indicadores del funcionamiento positivo que predice el bienestar psicológico es el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal. En resumen, el BP es un constructo que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca, que se define por su naturaleza subjetiva vivencial y que se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social. también, posee elementos reactivos, transitorios, vinculados a la esfera emocional, y elementos estables que son expresión de lo cognitivo, de lo valorativo; ambas instancias vinculadas de forma estrecha entre sí e influidos por las circunstancias medioambientales, especialmente las más estables (Casullo, 2015; Viniegras et al, 2019).

Por otro lado, las *Creencias Religiosas* (CR) hacen referencia a un organizado con base en creencias, prácticas, símbolos y rituales que representan una cercanía hacia lo divino, lo sagrado, lo trascendente (Hood et al., 2003). Esto incluye sentimientos de veneración tanto como temor hacia la divinidad en la que se centran estas prácticas, así como reglas de conductas grupal e individual, entre las que destacan la oración y el culto al sacrificio (RAE, 2014). Es decir, se trata de la filosofía que entiende al hombre como un sujeto que puede percibir el mundo de manera objetiva, condicionada al momento y el lugar donde se desarrollan. Para Kant (1972), la religión es entendida como un refuerzo positivo del cumplimiento de las máximas morales, basadas en la razón práctica. Asimismo, es central tener en cuenta a diferencia entre religiosidad, que, tal como se viene explicando, es un concepto asociado a las doctrinas y a aspectos institucionales, y espiritualidad, que se asocia a la trascendencia, la vinculación con la naturaleza, a cuestiones de propósito y significado. Si bien esta última puede apoyarse en la religión para seguir ese camino, no son sinónimos (del Carmen Fuentes, 2019; Koenig, 2024).

El pensamiento existencialista asume conciencia de que el ser humano está inmerso en el mundo y se proyecta hacia lo que quiere desde su propio ser, a partir de lo cual se cuestiona sobre el sentido de la vida. Este tipo de pensamiento destaca tres vertientes: la perspectiva cristiana, la agnóstica y la postura atea. El hombre religioso quien cambia la desesperación por esperanza, la angustia por confianza y lo hace por fe en la creencia de Dios; vive en su presencia, lo ama sobre todas las cosas y por eso no quiere ofender. Su deber absoluto es cumplir con la voluntad de Dios. Por otra parte, el agnóstico considera que no hay razones empíricamente concluyentes para afirmar o rechazar la existencia de Dios. Creen que su existencia es cuestionable, dada la evidencia a favor y en contra, por lo cual deciden suspender el juicio como beneficio de la duda. En cuanto al ateísmo, son quienes consideran la no existencia de Dios, lo que haría que el ser humano tome conciencia de que está solo y por eso el hombre está condenado a ser libre y por tal motivo es responsable de todo lo que hace. Esta vertiente niega la existencia de Dios, ya que comprende al universo como una realidad material o que la existencia de un ser sagrado no sería posible dado el predominio del sufrimiento y del mal en el mundo (Pérez Robayna, 2016; Carrillo, 2018; Ortiz-Millán, 2022; Arango Zuleta & Santamaría Velasco, 2025).

Sobre esto, diversas investigaciones han abordado la temática de las CR y su relación con diversas conductas, tanto como su impacto en la Salud Mental. Un análisis sobre la relación entre cultura y religión concluye que las personas con fuertes creencias religiosas tienen mayor bienestar subjetivo, tanto como que afrontan de forma más adecuada las situaciones de estrés (Casullo, 2007; Santamaría & Trujillo, 2022). Otras investigaciones encontraron que los índices altos de laicismo y de CR, con base en factores sociales, son predictores de una buena Salud Mental, observado que las CR y su relación con bienestar varían según el ambiente y la doctrina; asimismo, se evidenció que quienes tienen una práctica religiosa presentan mejores patrones adaptativos en el desarrollo de sus vidas (Dilmaghani, 2017; Palacio, 2020; Flores 2021). Por su parte, Oñate (2018) realizó dos investigaciones sobre esta temática, en una encontró que la práctica religiosa se relaciona de manera positiva con el sentido de vida; en la otra analizó dicho sentido según se tuviera o no una práctica religiosa y quienes sí la tenían obtuvieron mayores valores en el sentido de vida, respecto de quienes no. Un estudio teórico sobre el SV explica que éste es un amortiguador ante situaciones de estrés o de enfermedad y que su ausencia produce la vivencia de vacío existencial, así como la disminución de la resiliencia y en la capacidad para adaptarse a los retos que surgieran (Sánchez Cabaco, 2018). Velásquez (2020) concluye que el SV se alcanza por medio de la inteligencia espiritual, utilizando como medio la oración como ejercicio espiritual para la toma de decisiones, lo que mejora la percepción de bienestar. Sin embargo, también hay estudios que no han podido establecer que la práctica religiosa sea diferente entre quienes lo hacen y quienes no, ya que los resultados respecto de la satisfacción con la vida y el florecimiento psicológico eran similares en ambos grupos (González et al., 2019). En suma, una revisión bibliográfica determinó que en ciertos casos la religiosidad podría tener una influencia negativa sobre la salud mental (Gallardo et al., 2022; Portillo Torres et al., 2026). En cuanto a lo que sucede en Argentina, específicamente, en el estudio del CEIL-CONICET, coordinado por Mallimaci et al. (2020), a partir del Censo Nacional en 1960 en contraste con los datos de 2019, identificó un aumento en la población de individuos que no se identifican con alguna religión o no son parte de las prácticas institucionales de las mismas. Con base en todo lo planteado, el objetivo principal de este trabajo es analizar la relación entre el SV y el BP en grupos de católicos, agnósticos y ateos, para determinar si alguna de estas prácticas mejora la percepción y conductas de quienes las ejercen.

Método

Se realizó un estudio descriptivo, correlacional, de diferencias entre grupos, con un diseño no experimental, de corte transversal.

Participantes

La muestra estuvo compuesta por 150 sujetos adultos, divididos en grupos según su creencia (50 agnósticos, 50 ateos y 50 católicos; en este último caso divididos a su vez en 25 practicantes y 25 que no), conformada a partir de un muestreo intencional simple; el rango de edades estuvo entre los 18 y 73 años ($M= 35.63$; $DE=11.25$). En lo referido al sexo

se observó que la mayoría de los participantes fueron mujeres (62.70 %) y los restantes, varones (36%). En cuanto a la situación laboral, la mayoría indicó que trabaja (Trabaja= 85.3 %; No trabaja= 14.7 %). Respecto de esto último, en el grupo de quienes trabajan, la mayoría indicó que trabaja entre 7 y 9 horas al día (57.3 %), una parte lo hace sólo entre 1 y 6 horas diarias (28 %); en cuanto a la condición de trabajo, la mayoría de los sujetos lo hace en relación de dependencia (62.7 %), el 23.33 % lo hacen de manera independiente y un porcentaje muy pequeño representa a quienes están jubilados (0.7 %). Además, la mayoría de los sujetos indicó estar solteros, no tener hijos, realizar alguna actividad que le produzca bienestar y tener una carrera terciaria o universitaria.

Instrumentos

- *Encuesta de datos sociodemográficos* construida *ad hoc*. Releva información sobre sexo (femenino, masculino), edad (en años), estado civil (soltera/o, en pareja, en convivencia, casada/o), nivel de educación (primario, secundario, universitario/terciario, posgrado/doctorado), trabaja (sí, no), condición (en relación de dependencia, independiente, jubilado, no trabaja) y horas de trabajo semanal (entre 1 y, entre 7 y 8, no trabaja). Además, se indagó sobre actividades que produzcan bienestar (sí, no) y por la creencia (agnóstico, ateo, católico practicante, católico no practicante).

- *Test de Sentido de la Vida (Pill)*, de Crumbaugh y Maholick (1969, adaptado en Argentina por Gottfried, 2016), tiene el objetivo de indicar la existencia o carencia del sentido de la vida, consta de 20 ítems en donde la persona se sitúa a sí mismo en una escala del 1 al 7 entre dos sentimientos extremos; los mismos se distribuyen en tres dimensiones, la primera se designa Percepción de sentido, y se refiere a la captación de sentido que tenga la persona, en el que la libertad y la responsabilidad influyen en cómo la persona siente que ha progresado en su vida. La segunda es Vivencia de sentido, que incluye temas vinculados con la vivencia emocional como el entusiasmo, placer, satisfacción y novedad en contraposición a la rutina, el aburrimiento y el pesar. La tercera es Actitud ante la muerte y refiere a la posición que toma la persona frente al hecho de haber o no nacido, su actitud ante el suicidio y ante la muerte. El instrumento presenta adecuados procedimientos de validación, tanto en lo referido a la validez como a la confiabilidad.

- *Escala de Bienestar Psicológico -BIEPS-A-* (Casullo, 2002). Este instrumento fue diseñado para la medición del constructo bienestar psicológico en adultos, presenta como antecedente la Escala de Bienestar Psicológico propuesta por Ryff (1995). Está compuesto de 13 enunciados que califican en un rango de valoración de respuesta tipo Likert con de tres opciones de respuesta: *En desacuerdo*, *Ni acuerdo ni en desacuerdo* y *De acuerdo*. La estructura presenta cuatro dimensiones: Aceptación/Control de situaciones, Vínculos, Autonomía y Proyectos. La evidencia de confiabilidad y validez es adecuada en sus resultados de validación.

Procedimiento

Los sujetos participantes fueron adultos, a quienes se los contactó de manera virtual y se les envió un link a la plataforma Google Form, divididos en grupos según sus creencias. La participación fue voluntaria, se informó mediante consentimiento informado, según la Ley Nacional 25.326 de protección de los datos personales, que los datos obtenidos en esta investigación serían utilizados con fines exclusivamente científicos. En cuanto al análisis de los datos, se llevaron a cabo análisis de diferencias entre grupos para variables bicategoricas y policategoricas, para muestras de distribución no normal (U de Mann Whitney y H de Kruskal Wallis respectivamente; los estadísticos no paramétricos se eligieron luego de realizar la prueba de normalidad Kolmogorov Smirnov, ya que se trata de una muestra grande $-n > 30$); al mismo tiempo, se realizaron análisis de complemento, para verificar la confiabilidad de los resultados, a partir de análisis de correlaciones (Rho de Spearman). Los datos se analizaron con el programa estadístico SPSS 25.

Resultados

Para determinar la diferencia según la creencia religiosa, se compararon los grupos utilizando H de Kruskal Wallis, dado que la distribución de las variables era no normal. Se observó que en el caso de la variable SV se obtuvieron diferencias entre los grupos para las dimensiones Percepción y Actitud ante la muerte, ya que los valores de significación fueron menores al p valor. Para el caso de la variable BP, las dimensiones Aceptación, Autonomía y Proyectos fueron las que arrojaron diferencias estadísticamente significativas, obteniendo mayores rangos promedio el grupo de católicos en todos los casos (Tabla 1).

TABLA 1. SENTIDO DE LA VIDA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO SEGÚN CREENCIA.

Variable	Dimensión	p	Rango promedio			I.C.		r
			Ag.	At.	Ca.	li	ls	
Sentido de la vida	Percepción	.04	74.36	65.10	87.04	.004	.007	.30
	Vivencia	.26	74.59	68.88	83.03	.699	.717	.01
	Actitud ante la muerte	.01	75.76	64.02	84.76	.009	.021	.25
Bienestar psicológico	Aceptación	.01	68.73	72.99	84.79	.00	.05	.03
	Vínculos	.41	71.46	73.72	81.32	.28	.45	.01
	Autonomía	.00	77.23	60.61	88.66	.00	.06	.03
	Proyectos	.04	71.16	69.52	85.82	.02	.06	.03

Nota: Ag= agnóstico At= ateo Ca= católico I.C.= intervalo de confianza

Para determinar las asociaciones entre las variables, se realizaron correlaciones *Rho de Spearman* entre SV y BP para cada uno de los grupos de creencias. Los resultados para

el grupo de agnósticos dan cuenta de una asociación significativa entre la mayoría de ellas (Tabla 2).

Las asociaciones significativas resultaron fuertes o moderadas y se hallaron entre:

- i. La dimensión Aceptación/Control de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .40$), Vivencia ($p = .00$; $r = .41$) y Actitud ante la muerte ($p = .00$; $r = .43$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas y fuertes.
- ii. La dimensión Vínculos de la variable BP y las dimensiones Vivencia ($p = .04$; $r = .28$) y Actitud ante la muerte ($p = .04$; $r = .28$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas y moderadas.
- iii. La dimensión Autonomía de la variable BP y las dimensiones Vivencia ($p = .00$; $r = .39$) y Actitud ante la muerte ($p = .00$; $r = .45$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas, en el primer caso es fuerte y en el segundo moderada.
- iv. La dimensión Proyectos de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .42$), Vivencia ($p = .00$; $r = .45$) y Actitud ante la muerte ($p = .01$; $r = .38$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas, en los dos primeros casos son fuertes y en el tercero moderada.

De igual manera, luego se realizaron correlaciones *Rho de Spearman* para el grupo de ateos. Los resultados, en este caso, dan cuenta de una menor cantidad de asociaciones significativas entre las variables (Tabla 2). Asimismo, las asociaciones significativas también resultaron fuertes y moderadas y se hallaron entre:

- v. La dimensión Aceptación/Control de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .40$), Vivencia ($p = .00$; $r = .44$) y Actitud ante la muerte ($p = .00$; $r = .33$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas, en los dos primeros son fuertes y el tercero moderado.
- vi. La dimensión Autonomía de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .60$), Vivencia ($p = .00$; $r = .40$) y Actitud ante la muerte ($p = .00$; $r = .60$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas, en el primer caso es fuerte y en el segundo moderada.
- vii. La dimensión Proyectos de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .48$) y Vivencia ($p = .00$; $r = .44$). En ambos casos se trata de correlaciones positivas y moderadas.

Por último, también se realizaron correlaciones *Rho de Spearman* para el grupo de católicos. Para este caso, la cantidad de asociaciones significativas es para casi todas las dimensiones entre ambas variables (Tabla 2). Las asociaciones también resultaron fuertes y moderadas y se hallaron entre:

- viii. La dimensión Aceptación/Control de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .58$), Vivencia ($p = .00$; $r = .49$) y Actitud ante la muerte ($p = .00$; $r = .57$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas y fuertes.
- ix. La dimensión Vínculos de la variable BP y la dimensión Vivencia ($p = .00$; $r = .45$). Se trata de una correlación positiva y fuerte.
- x. La dimensión Autonomía de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .49$), Vivencia ($p = .00$; $r = .52$) y Actitud ante la muerte ($p = .00$; $r = .41$). En todos los casos se trata de correlaciones positivas y fuertes.
- xi. La dimensión Proyectos de la variable BP y las dimensiones Percepción ($p = .00$; $r = .40$) y Vivencia ($p = .02$; $r = .32$). En sendos casos se trata de correlaciones positivas y moderadas.

TABLA 2. CORRELACIONES ENTRE SV Y BP PARA CADA UNO DE LOS GRUPOS DE CREENCIAS

		Bienestar Psicológico*				
	Sentido de vida*		Aceptación / Control	Vínculos	Autonomía	Proyectos
Agnósticos	Percepción	r	.40	.24	.17	.42
		p	.00	.08	.22	.00
	Vivencia	r	.41	.28	.39	.45
		p	.00	.04	.00	.00
	Actitud ante la muerte	r	.43	.28	.45	.38
		p	.00	.04	.00	.00
Ateos	Percepción	r	.40	.10	.60	.48
		p	.00	.48	.00	.00
	Vivencia	r	.44	.14	.40	.44
		p	.00	.30	.00	.00
	Actitud ante la muerte	r	.33	.09	.60	.15
		p	.01	.52	.00	.27
Católicos	Percepción	r	.58	.45	.49	.40
		p	.00	.00	.00	.00
	Vivencia	r	.49	.19	.52	.32
		p	.00	.16	.00	.02
	Actitud ante la muerte	r	.57	.25	.41	.20
		p	.00	.07	.00	.15

*Sentido de vida: sus dimensiones están en las filas

*Bienestar psicológicos: sus dimensiones están en las columnas

Respecto del sexo tanto como de los practicantes y no, en el grupo de los católicos, no se obtuvieron diferencias estadísticamente significativas para alguna de las dimensiones de ambas variables.

Discusión

Este estudio tuvo como objetivo indagar la asociación entre SV y BP en adultos según su creencia religiosa, a partir de establecer una comparación entre los grupos de interés. Con base en los resultados encontrados, a continuación, se presentan las conclusiones planteadas.

En referencia al *Sentido de vida*, se obtuvieron diferencias en las dimensiones Percepción y Actitud ante la muerte. En primera instancia, lo que se observa es que en ambos casos las medias más altas fueron para el grupo de católicos. En cuanto al *Bienestar psicológico*, se observaron diferencias estadísticamente significativas en las dimensiones Aceptación, Autonomía y Proyectos; en este caso las medias más altas también fueron para el grupo de católicos. Esto coincide, de manera parcial, con lo hallado por Casullo (2007), quien en su investigación hace referencia a que las personas con fuertes creencias religiosas poseen un mejor bienestar; asimismo, esto concuerda con los resultados obtenidos en el estudio de Oñate (2018), quien observó que la actividad religiosa y el sentido de vida se asocia de manera positiva en adultos. De igual manera, en otras investigaciones los resultados evidencian una correlación estadísticamente leve entre las actitudes religiosas y el bienestar psicológico, a partir de lo cual se infiere que tales actitudes sustentan y mantienen una vivencia de bienestar (Arango Zuleta & Santamaría Velasco, 2025; Santamaria y Trujillo, 2022).

Al mismo tiempo, al realizarse los análisis complementarios de correlación, para establecer la confiabilidad de los resultados, se observa que hubo correlaciones en los tres grupos. Asimismo, la mayor cantidad de asociaciones se obtuvieron en el grupo de agnósticos. Estos resultados concuerdan con el estudio de Velásquez (2020), quien en su investigación menciona que el sentido de la vida se logra mediante la religión, por medio de la inteligencia espiritual y la oración. A diferencia de lo encontrado por González et al. (2019), quienes no encontraron evidencia suficiente para afirmar que hay diferencias entre ateos y creyentes en lo que refiere al florecimiento psicológico y la satisfacción con la vida.

Por su parte, Morello (2019), refiere que a largo del tiempo se ha estudiado con frecuencia a quienes se identificaron con creencias religiosas tradicionales, aunque, debe tenerse en cuenta la creciente cantidad de personas que se describen sin identificación religiosa (en toda América latina). Este incremento se observa a partir de diferentes convocatorias por parte de grupos de librepensadores, ateos y promotores de la separación Iglesia-Estado. De esta manera, se observa que parte de esta población manifiesta un rechazo hacia posiciones conservadoras respecto de la familia, de los roles y los estereotipos de género. En esa línea, Portillo Torres et al. (2026) plantean que no siempre la práctica religiosa brinda resultados

positivos, lo que podría deberse a la forma en la que se realiza dicha práctica, es decir, no siempre coincide con una búsqueda espiritual, sino que en ocasiones genera conductas de carácter más dogmático e inflexible. Con base en esto, es posible considerar que, por un lado, la práctica religiosa se entendería como un factor importante en cuanto al sentido de vida y el bienestar psicológico, estimulando conductas que mejoren su calidad de vida. Sin embargo, por otra parte, también es importante considerar que existe una desmitificación de postulados que referían a una supremacía religiosa en otros períodos.

Limitaciones y consideraciones finales

En cuanto a las limitaciones, el primer aspecto a señalar está relacionado a la muestra, la que fue no probabilística e intencional, recolectándose datos solo de adultos de tres tipos de creencia. En ese sentido, los datos solo podrían ser generalizados a población similar. Otro aspecto a tener en cuenta es el diseño transversal, debido a que esto limita las inferencias sobre el comportamiento de las variables a lo largo del tiempo. También, en cuanto a lo metodológico, es que el protocolo para relevamiento de datos fue de autoreporte, y, siguiendo a Fernández Liporace (2015), esto podría predisponer a distorsiones por parte de quienes son evaluados.

Por último, se observa la transferencia de conocimientos que se realiza, a partir del análisis del sentido de vida y el bienestar psicológico según las creencias religiosas. En ese sentido, tener en cuenta un aspecto tan común, permitirá elaborar estrategias o estimular conductas que mejoraren la calidad de vida. Además, se suma a las investigaciones que continuarán estudiando estos temas, ya que hay muy pocas que explican qué sucede en estos casos de manera más específica.

Referencias

- Arango Zuleta, E. P., & Santamaría-Velasco, F. (2025). Creencias religiosas y prácticas sociales. *Revista Albertus Magnus*, 16(1), 7-29. <https://doi.org/10.15332/25005413.10967>
- Armas Arráez, M., & López Castedo, A. (2018). El sentido de la vida: factor protector de ansiedad y depresión. *Revista Anual de Ciencias Eclesiásticas*, 13, 57-72. Doi: [10.17398/2340-4256.13.57](https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.57)
- Carrillo, R. (2018). El sentido filosófico de la vida en el pensamiento existencialista: Una lectura desde Ellacuría. *Teoría y Praxis*, 29-44.
- Casullo, M. (2002). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Argentina: Paidós, 37-62.
- Casullo, M. M. (2005). El capital psíquico. Aportes de la Psicología Positiva. *Psicodebate*, 6, 59-72.
- Casullo, M. M. (2007). Psicología y cultura. *Revista de Psicología*, 3(6), 1-14.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and the self-termination behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. doi: 10.1207/S15327965PLI1104_01.

- Del Carmen Fuentes, L. (2019). La Religiosidad y la Espiritualidad ¿Son conceptos teóricos independientes? *Revista de psicología*, 14(28), 109-119.
- Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las Escalas de Bienestar Psicológico Ryff. *Psicothema*, 18(3), 572-577.
- Dilmaghani, M. (2017). Importance of Religion or Spirituality and Mental Health indilma. *Journal of Religion and Health*, 120-135.
- Flores, D. Z. (2021). Sentido de vida y salud mental. *Revista de investigación en psicología*, 24(2), 183-192.
- Frankl, V.E. (2001). *Ante el vacío existencial*. Barcelona: Herder.
- Freud, Sigmund (1930): *El malestar en la cultura*, en *Obras Completas*, Buenos Aires, Amorrortu Editores, tomo XXI
- González-Rivera, J., Rosario-Rodríguez, A., Rodríguez-Ramos, E., Hernández-Gato, I., & Torres-Báez, L. (2019). ¿Realmente son los creyentes más felices que los ateos? Medidas de Bienestar en una Muestra de Ateos y Creyentes en Puerto Rico. *Interacciones*, 51-59.
- Gallardo-Vergara, R., Silva-Maragaño, P., & Castro-Aburto, Y. (2022). Los efectos negativos de la religiosidad-espiritualidad en la salud mental: una revisión bibliográfica. *Revista Costarricense de Psicología*, 41(1), 43-64.
- Gómez, P. M. B. (2002). La espiritualidad en el hombre. Desde la perspectiva logoterapéutica de Viktor Frankl. *Psicología y Psicopedagogía*. Instituto de Investigaciones Psicológicas, Facultad de Psicología y Psicopedagogía. *Universidad de El Salvador*, 3(10).
- Hood, R. W., Jr., Spilka, B., Hunsberger, B., & Gorsuch, R. L. (2003). *The psychology of religion: An empirical approach* (3.ª ed.). Guilford Press.
- Hume, D. (1942). *Diálogos sobre religión natural* (Vol. 5). El Colegio de México.
- Jaume Vidal, M. (2020) *¿Por qué no te suicidas? La necesidad del sentido vital en el Ser Humano* (Tesis de grado en Psicología). Universitat de les Illes Balears. UIBRepositori. <http://hdl.handle.net/11201/155157>
- Jiménez Padilla, M. T. (2022). Nociones socráticas en el sentido de vida de la logoterapia de Víctor Frankl: conocimiento de sí y cuidado de sí (Tesis de grado en Filosofía). Universidad del Bosque. <https://hdl.handle.net/20.500.12495/7810>
- Kant, I. (1972). *Crítica de la razón práctica* (M. García Morente, Trad.). Editorial Porrúa. (Obra original publicada en 1788).
- Koenig, H. G. (2024). *Religion, spirituality, and health: Research and clinical applications*. Academic Press.
- Mahecha-Beltrán, G. A., & Pérez-Vargas, J. J. (2025). Vivencia de lo sagrado, espiritualidad y sentido de vida desde el uso de la Inteligencia Artificial. *Cuestiones Teológicas*, 53(119), 1-27. <https://doi.org/10.18566/cueteo.v53n119.a04>

- Mallimaci, F., Giménez Béliveau, V., Esquivel, J. C., & Irrazábal, G. (2020). *Sociedad y Religión en Movimiento: Segunda Encuesta Nacional sobre Creencias y Actitudes Religiosas en la Argentina* (Informe de Investigación N.º 25). [CEIL-CONICET](#).
- Morello, G., Rabbia, H. H., Da Costa, N., & Romero, C. (2019). *La religión como experiencia cotidiana: creencias, prácticas y narrativas espirituales en Sudamérica*. Editorial Universidad Católica de Córdoba.
- Oñate, M. E., Mesurado, B., Rodríguez, L. M., & Moreno, J. E. (2018). Práctica religiosa y sentido de vida en adultos jóvenes. *Revista de Psicología*, 14(27), 57-68. Recuperado de <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/100273197/practica-religiosa-sentido-vida-libre.pdf>
- Ortiz-Millán, G. (2022). Rodolfo Vázquez, No echar de menos a Dios. Itinerario de un agnóstico. *Revista de Filosofía DIÁNOIA*, 67(88), 145-152.
- Palacio, P. (2020). Religiosidad y cerebro: psicología de la práctica religiosa.
- Pérez Robayna, N. (2016). *David Hume: el origen y el fundamento de la creencia religiosa* (Tesis de grado en Filosofía). Universidad de la Laguna.
- Portillo Torres, P.P., Vargas, N.X. & Contreras, K.D. (2026). La espiritualidad vista desde la historia de vida de un sacerdote. *Revista Multidisciplinar Ciencia y Descubrimiento*, 4(3). Doi: <https://doi.org/10.63816/fm1az524>
- Real Academia Española (2014). Diccionario de la lengua española. España. [religión | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE](#)
- Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi: 10.1037/0022-3514.69.4.719.
- Santamaría Cusco, E. J., & Trujillo Andrade, K. J. (2022). *Creencias religiosas y bienestar psicológico subjetivo en adultos de la ciudad de Ambato* (Bachelor's thesis, Ambato: Universidad Tecnológica Indoamérica).
- Sánchez Cabaco, A. (2018). Importancia del constructo sentido de la vida en diferentes ámbitos psicológicos aplicados. *Cauriensa*, 8, 17-38. DOI: <https://doi.org/10.17398/2340-4256.13.17>
- Urchaga, J., Morán, C. & Fínez M. (2019). La religiosidad como fortaleza humana. *INFAD Revista de Psicología*, 1(1), 309-316. <https://www.redalyc.org/journal/3498/349859739032/349859739032.pdf>
- Velásquez Camelo, E. E. (2020). Pensar en el sentido de la vida es orar. *Revista de Filosofía UIS*, 19(2).
- Viniegas, V. R., & González Benítez, I. (2019). La categoría bienestar psicológico: Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 16(6), 586-592.
- Waterman, A. S. (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691. Doi: 10.1037/0022-3514.64.4.678