

[Artículo empírico]

[10.22402/j.rdipycs.unam.e.9.1.2023.502](https://doi.org/10.22402/j.rdipycs.unam.e.9.1.2023.502)[e912023502](https://doi.org/10.22402/j.rdipycs.unam.e.9.1.2023.502)

¿CUÁL ES LA DEFINICIÓN DE FELICIDAD DE HABITANTES DE LA CIUDAD DE MÉXICO?

Olga Flores Cano
Facultad de Psicología, UNAM
México

RESUMEN

Actualmente la felicidad es de gran importancia para la persona y la sociedad. Es afectada por su contexto cultural, mostrando elementos distintivos en diferentes países. Por ello su definición es de gran relevancia. El objetivo fue obtener la definición de "felicidad" para las y los habitantes de Ciudad de México. Una muestra de 201 participantes (48.3% hombres y 51.7% mujeres), habitantes de la Zona Metropolitana de Ciudad de México, con 20 años y más (Media = 39.97 años; D. E. = 13.56 años), respondieron un formato de redes semánticas (se incluyó el consentimiento informado) para definir el concepto "felicidad". Se analizaron distancias geodésicas del grafo de felicidad ([Gephi.org](https://gephi.org), 2021). La felicidad resultó ser un concepto social complejo. Los nodos centrales fueron amor, familia y alegría. Tuvo dos conjuntos principales: relaciones significativas (familia, amigos, trabajo) y emociones positivas (amor, alegría, tranquilidad). Hubo similitudes y diferencias cualitativas con las definiciones de otras culturas.

Palabras Clave:

Felicidad, bienestar subjetivo, Ciudad de México, redes semánticas, grafo.

WHAT IS THE DEFINITION OF HAPPINESS OF THE INHABITANTS OF MEXICO CITY?

ABSTRACT

Now-a-days, happiness is a relevant matter, important to self and individual interests, as well as, to social life. It is shaped by culture, which appears to have a great influence on the definition of happiness across countries. So, the definition of happiness is relevant. The objective was to obtain the definition of happiness for inhabitants of Mexico City. A sample N = 201 of male (48.3%) and female (51.7%), inhabitants of the Metropolitan Zone of Mexico City, 20 years and older (Mean = 39.97 years; S. D. = 13.56 years) filled out a semantic network questionnaire to define happiness (informed consent provided). A geodesic distances graph analysis was performed ([Gephi.org](https://gephi.org), 2021). Happiness resulted in a social complex network. Results showed happiness had two main sets. The relationships that included family, friends and work. And positive emotions such as love, joy and tranquility. This definition had qualitative similarities and differences with other culture's definitions of happiness.

Keywords:

Happiness, subjective well-being, Mexico City, semantic networks, graph.

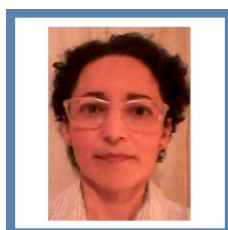
BITÁCORA DEL ARTÍCULO:

| Recibido: 24 de noviembre de 2022 | Aceptado: 17 de febrero de 2023 | Publicado en línea: Enero - Junio de 2023 |

AUTORÍA Y DERECHOS DE PROPIEDAD INTELECTUAL

¿CUÁL ES LA DEFINICIÓN DE FELICIDAD DE HABITANTES DE LA CIUDAD DE MÉXICO?

Olga Flores Cano
Facultad de Psicología, UNAM
México



Olga Flores Cano
Facultad de Psicología, UNAM
Correo: olgabfc@gmail.com

Docente e investigadora Titular Definitiva, adscrita al posgrado en el área de Psicología Social. Colabora en el proyecto Percepción y comunicación de riesgos ambientales con énfasis en cambio climático y calidad de vida (PAPIIT IN309119). Como autora principal publicó el artículo Bienestar subjetivo y su estudio con redes semánticas en análisis lineal y no lineal (2020), memorias in extenso Modelo no lineal de bienestar subjetivo (2019).

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

Se atribuye a la autora la responsabilidad única sobre el trabajar al concibir, desarrollar y coordinar el proyecto de investigación.

AGRADECIMIENTOS

A la Dra. Sofía Rivera Aragón, Dr. Ricardo Lino Mansilla Corona, Dr. José Marcos Bustos Aguayo, Dra. Cristina Vanegas Rico por su valioso apoyo y a quienes distribuyeron y aplicaron el cuestionario; por su valiosa aportación a quienes participaron con sus respuestas.

DATOS DE FILIACIÓN DEL AUTOR

Facultad de Psicología, UNAM.



Copyright: © 2023 Flores-Cano, O.

Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/), por lo que su contenido gráfico y escrito se puede compartir, copiar y redistribuir total o parcialmente sin necesidad de permiso expreso de su autor con la única condición de que no se puede usar con fines directamente comerciales y los términos legales de cualquier trabajo derivado deben ser los mismos que se expresan en la presente declaración. La única condición es que se cite la fuente con referencia a la [Revista Digital Internacional de Psicología y Ciencia Social](#) y a su autor.

TABLA DE CONTENIDO

MÉTODO	6
Participantes, 6	
Materiales, 6	
Procedimiento, 6	
Mediciones, 6	
Análisis estadísticos, 6	
RESULTADOS	6
DISCUSIÓN	9
CONCLUSIONES	10
Alcances y limitaciones, 10	
REFERENCIAS	10

Felicidad es un concepto relevante tanto para la persona como para las sociedades: un principio que guía esfuerzos para generar oportunidades sobre la determinación de las personas a vivirla y su derecho a ella (Joshanloo y Weijers, 2014). Siendo un principio importante su definición es vital para su estudio y comprensión. La palabra “felicidad” se ha llegado a usar indistintamente como sinónimo de “bienestar” (Bartolini y Sarrancino, 2014) debido a su cercana relación con el estudio y comprensión del mismo (Diener y Suh, 1997; Veenhoven, 2008). La felicidad se ha considerado como uno de los elementos dentro del mismo concepto “bienestar” (Ballas y Tranmer, 2012) junto con el de “satisfacción” (Diener, 1984; Diener et al., 1985; Ryan y Deci, 2001). Estos conceptos, “bienestar” y “satisfacción”, tienen una relación moderada a alta con “felicidad” (Easterlin y Sawangfa, 2007). De hecho, la definición de bienestar subjetivo, que incluye la valoración afectiva y cognitiva de aspectos de vida y su satisfacción, ya sea general o por dominios, incluye la felicidad como parte de esta evaluación (Diener, 1984; Diener et al., 1985, 1997), además de áreas de vida relacionadas, que en América Latina y en específico en México, las más relevantes fueron la familia, los recursos económicos, la salud, el trabajo y los amigos (Graham y Lora, 2009; Rojas, 2004, 2006).

La felicidad valorada cognitivamente consiste en juicios que pueden hacerse de modo general respecto a la calidad de su vida y los elementos que considere “buenos” (Ballas y Tranmer, 2012; Bartolini y Sarrancino, 2014), o los que contribuyan de manera favorable a su vida y a lograr un estándar (Veenhoven, 2012). Se ha hecho en forma de autorreporte, sobre los niveles que se logran de felicidad, o como la suma de indicadores de las experiencias de vida usando, por ejemplo, una escala Likert (Ryff, 1989; Ryff et al., 2006).

La felicidad como experiencia afectiva puede incluir valoración sobre la evitación del dolor y la búsqueda de placer (Ryan y Deci, 2001), o la evaluación de la presencia, intensidad, o nivel de algunas emociones positivas (Seligman, 2011) o negativas (Kozma y Stones, 1980). Y dentro de las emociones observadas se distinguió entre las que la persona experimenta y el nivel de excitación que ellas requieran. Si las emociones presentan un alto nivel de excitación en las personas pueden ser emociones que favorezcan la activación; y también hubo emociones cuyo nivel de excitación fue menor (Hernández et al., 2018). Los niveles de excitación y las emociones relacionadas se asociaron con estados homeostáticos o de equilibrio en la persona, así como con estados de mayor actividad. La presencia de ambos tipos

de emociones se observa en periodos, dando como resultado ciclos que alcanzan una estabilidad por medio de estos cambios o alternancia entre activación y homeostasis (Sterling, 2004).

Se observó que las emociones positivas en general correlacionaron con los niveles de salud mental, lo que hace estas mediciones de gran valor, pues son un buen indicador de salud mental; no así con las emociones negativas (Huppert y So, 2013; Tennant et al., 2007; Haver et al., 2015; McCord et al., 2015; Moor y De Graaf, 2016). Se observó que la evaluación de afectos tiene como base la medición a corto plazo, en la que se presentaron niveles más altos ante experiencias, y que regresaron a niveles previos conforme transcurrió el tiempo (Easterlin et al., 2010; Gilbert, 2006). Además de la valoración de los afectos y las relaciones, otros elementos observados como relevantes en la felicidad fueron los recursos materiales (como el ingreso y el apoyo financiero), que fueron utilizados para lograr la felicidad (Easterlin y Sawangfa, 2007; González, 2014; Veenhoven, 2008).

La relevancia de la felicidad como guía principal y norma para las sociedades modernas se observa, por ejemplo, en las metas de desarrollo sostenible en las que la felicidad es uno de los principios rectores para las capacidades, los derechos humanos y el desarrollo (Hassan, 2019; Thinley, 2007, 2011; United Nations, 2016, 2017) y que se ejercen en lo individual y se generan en lo social (González, 2014). Aunque la felicidad es percibida mayormente como un asunto individual (Veenhoven, 2008), su estudio ha destacado la importancia de la persona en su asociación con otros y el capital social (Bartolini y Sarrancino, 2014), así como las relaciones con otros cercanos y con uno mismo (Seligman, 2011). De ahí la importancia de generar investigaciones e instrumentos que promuevan la adecuada comprensión y medición de la felicidad. Un ejemplo temprano de ello fue la iniciativa del Reino de Bután que creó el Índice de Felicidad Bruta (Thinley, 2007). En la actualidad, y desde 2012 se hace la aplicación del Reporte Mundial de Felicidad (Helliwell et al., 2021).

Fue entonces cuando hubo necesidad de estudiar la felicidad, y con ello se observó que había múltiples perspectivas, en diversos contextos, que dieron lugar a variaciones en niveles de felicidad a través de los países (Binder y Broekel, 2012; Gilbert, 2006; Huppert y So, 2013; Veenhoven, 2012). Además, los niveles de felicidad se midieron considerando variables como edad, dominios de vida y experiencias de vida, y mostraron diferencias culturales (Binder y Schöll, 2010; Diener et al., 2000; Graham y Lora, 2009; Merino et al., 2020; Taniguchi, 2015). Las diferencias derivadas de la cultura

se asociaron a las nacionalidades y riqueza de los países que a su vez fueron afectados por la perspectiva de los derechos humanos, la democracia y la equidad, pues afecta cómo se entiende y vive la felicidad: su propuesta como un derecho, cómo buscarla, su relación con el ingreso, la educación, los valores individualistas, o su expresión, en la que se encontró que las personas veían como adecuada si consideraban que eran buenos tiempos, y no adecuada cuando los tiempos eran calificados de malos (Diener et al., 2003). En cuanto a la relación entre la felicidad y la persona considerando el país de origen, se encontró una connotación negativa en la expresión de la felicidad en países asiáticos (Joshanloo y Weijers, 2014), o que la felicidad estuvo más relacionada con elementos sociales y de armonía en Japón, mientras que en Estados Unidos la felicidad se relacionó más con la experiencia hedónica positiva de los logros personales (Uchida y Kitayama, 2009). Otros elementos relacionados con la experiencia de felicidad en la persona fueron la buena suerte y las condiciones externas a la persona (Oishi et al., 2013).

En México el Instituto Nacional de Estadística, Geografía e Informática (INEGI) desarrolló la escala para la medición del bienestar en México, que incluyó los conceptos de bienestar, satisfacción con la vida como un todo, eudaimonia y balance del afecto (emociones positivas y negativas) (INEGI, 2021). Esta propuesta tuvo como base la definición hecha por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE, 2018) (INEGI, 2022b). En las mediciones del bienestar se observaron niveles reportados tanto del bienestar como de la experiencia afectiva y la felicidad, incluida como un elemento vital para el desarrollo de las y los mexicanos. En México, la medición que hizo el INEGI reportó balance anímico positivo y negativo (-10 a 10), que reflejó 6.4 (INEGI, 2018) y 6.3 (INEGI, 2019), mientras que para 2021 fue de 6.1. Es decir, se reportó un incremento en la vivencia de emociones negativas. En cuanto a la satisfacción con la vida, el promedio era de 8.3 (2018) y 8.4 (2019), mientras que para 2021 fue de 8.2. Es decir, la satisfacción con la vida disminuyó (INEGI, 2021). Los resultados indican que los niveles de felicidad y de afectos positivos descendieron respecto a los años previos; hubo menor experiencia de emociones positivas: 7.8, (INEGI, 2020) y 7.6 (INEGI, 2021). Y se observó una mayor experiencia de emociones negativas; 1.3 (INEGI, 2020) y 1.5 (INEGI, 2021), como el aburrimiento y la falta de energía durante el día en comparación a los años previos (INEGI, 2021).

En el Reporte de Felicidad Mundial, cuyo índice incluye la valoración de la vida (la vida como un todo), el

bienestar (ingreso, salud, capital social, libertad, generosidad y confianza), emociones positivas (haber sonreído o reído ayer) y emociones negativas (angustia, tristeza y enojo vividos ayer), México obtuvo los lugares 24 (INEGI, 2018) y 23 (INEGI, 2019). Sin embargo, en 2020 el Reporte de Felicidad Mundial mostró que México estuvo en el lugar 46 (5.96, felicidad 2021), lo que fue una caída de 13 lugares respecto a los años previos (lugar 23, 6.46, felicidad 2017-2018), mientras que para 2021 estuvo en el lugar 36. (Helliwell et al., 2021). Los dos ejemplos anteriores, tanto nacional como internacional, mostraron la felicidad como sensible a las experiencias en periodos de particular dificultad, como lo fueron 2020 y 2021 en los que se vivió la pandemia por Covid-19.

En los años recientes, los esfuerzos para definir, medir y analizar la felicidad también fueron necesarios en un amplio rango de disciplinas, como las neurociencias y la Psicología, y hasta la Filosofía y la Economía (Norri-sh, y Vella-Brodrick, 2008). Este amplio esfuerzo proporcionó diferentes teorías y aproximaciones para definir y entender la felicidad y el bienestar (Ballas y Tranmer, 2012). Una técnica que apoya el estudio de la felicidad y su definición es la de las redes semánticas. Con ella se obtienen modelos mentales que sirven de base para el estudio de la representación de conceptos en las comunidades (Binder y Schöll, 2010) y ha probado ser una herramienta útil para obtener, directo del contexto estudiado, instrumentos e información culturalmente relevante (Reyes-Lagunes y García y Barragán, 2008).

Las redes semánticas representan modelos de distancias entre objetos, pues constituyen un sistema relacional (Kaplan, 2004) que muestra la importancia de la interacción entre los elementos debido a su proximidad. Permite la ponderación directa a las respuestas que la población considere más importantes. El modelo de redes semánticas se representa por medio de un conjunto de nodos (objetos o elementos) y sus aristas (relaciones). Este tipo de representación de datos ha tenido aplicaciones en varias áreas, disciplinas y campos de estudio, como las ciencias sociales (Barabási, 2021; Canright, 2009; Polanco, 2006; Ruelas et al., 2006). De hecho, siendo una propiedad de estas redes la libre escala, reflejan la importancia de los elementos, no basados en la distribución normal sino en la relación de los elementos, lo que supone una ventaja para este tipo de información (Polanco, 2006).

La representación de este modelo relacional se obtiene gracias a la teoría de grafos, que se encuentra dentro de las teorías de sistemas complejos, por medio de distancias geodésicas. Esto concede ventajas a datos obtenidos por medio de la técnica de redes semánticas, dado que el manejo de los datos se relaciona con el

comportamiento colectivo, la emergencia y la autoorganización con dinámica no lineal, libre escala y de libre distribución (Canright, 2009).

El objetivo de este documento es obtener la definición de felicidad, utilizando las redes semánticas naturales analizadas con la teoría de grafos, para las y los habitantes de Ciudad de México y su Zona Metropolitana.

MÉTODO

Participantes

Este es un estudio cuasi-experimental, transversal, de campo, con muestreo no probabilístico por cuotas. La muestra fue de 201 hombres (48.3%) y mujeres (51.7%), habitantes de Ciudad de México y su Zona Metropolitana, de 20 años y más (Media = 39.97 años; D.E. = 13.56 años; 20 a 34, 36.3%; 35 a 49 años, 32.3%; 50 y más 31.3%). Las y los participantes fueron voluntarias y voluntarios, recibieron consentimiento informado, y no recibieron incentivos.

Los criterios de inclusión fueron que vivieran en Ciudad de México o su Zona Metropolitana, supieran leer y escribir, y tuvieran 20 o más años. Hoy no hay una recomendación específica para el tamaño de muestra adecuado para el uso de las redes semánticas. Aunque en la generalidad se recomienda obtener la mayor muestra posible, en el caso de las redes semánticas mostraron llegar a lo que se consideró como un nivel de saturación, que apoya la limitación de la recolección de datos (Streiner et al., 2015) que se logró al llegar casi los 200 formatos redes semánticas aplicadas. Se obtuvieron 281 formatos que se depuraron en cuotas que debían semejar la proporción de la población objetivo, por lo que se tuvo $N = 201$ con los índices por sexo con 48.3% hombres y 51.7% mujeres y grupos de edad: 20 a 34, 36.3%; 35 a 49, 32.3%; y 50 y más 31.3%. Se cuidó que el nivel socioeconómico tuviera proporciones adecuadas para su comparabilidad estadística, aunque no tuviera semejanza con los niveles socioeconómicos de la población objetivo.

Materiales

Para la recolección de datos para las redes semánticas se usó un formato de redes semánticas naturales con las consideraciones hechas por Valdéz (1998): hojas media carta con renglones en cuyo encabezado se indica el concepto del que la persona proporciona las palabras relacionadas. Se conformó un conjunto de hojas media carta engrapadas que incluyó una hoja inicial con la información del estudio y las instrucciones, una hoja

para cada concepto que fueron rotadas para evitar efectos debido al orden de presentación (bienestar, satisfacción, felicidad y estilo de vida), y una hoja para recabar los datos sociodemográficos (edad, sexo, ocupación) y preguntas para determinar el nivel socioeconómico de acuerdo con la AMAI 8x7 (López, 2008).

Procedimiento

La aplicación se hizo entre mayo y agosto de 2018 con el apoyo de estudiantes y colegas de la Facultad de Psicología y la FES Zaragoza, dando el formato para que se respondiera por las personas mismas. El consentimiento informado se dio en la aplicación, indicando la participación como anónima, confidencial y voluntaria. Las personas que decidieron participar escribieron en un formato de redes semánticas naturales cinco palabras al menos, de los conceptos: felicidad, bienestar, satisfacción y estilo de vida. En este artículo sólo se analizará la información obtenida de la red semántica de felicidad.

Mediciones

Se hizo la recolección de palabras con la ayuda de las redes semánticas, y con las que se obtuvo la definición connotativa del concepto "felicidad". Se efectuó la captura de las palabras en el programa Excel. Se trabajaron las palabras juntando las que fueran singulares y plurales, indicando con un paréntesis y una "s" en caso necesario. También se juntaron las palabras masculinas y femeninas dejando la indicación con un paréntesis al final de la palabra con la letra que indicara la opción. Por ejemplo, las palabras "contento" y "contenta" se capturaron como "contenta(o)"; las palabras "éxito" y "éxitos" se capturaron como "éxito(s)".

Análisis estadísticos

Se hicieron análisis descriptivos e inferenciales como la correlación de Rho de Spearman (IBM SPSS 25) y de distancias geodésicas (Gephi.org., 2021, recurso free open-source).

RESULTADOS

Las redes semánticas de bienestar, satisfacción y felicidad incluyeron en sus redes los otros conceptos evaluados. Hubo una relación moderada entre felicidad y bienestar (Spearman Rho = 0.541, $p = 0.002$) y entre felicidad y satisfacción (Spearman Rho = 0.577, $p < 0.001$). No hubo relación estadísticamente significativa entre bienestar y satisfacción (Spearman Rho = 0.227, $p = 0.266$).

Un grafo tiene un conjunto de nodos o vértices, en este caso palabras usadas para definir el concepto felicidad. Dichas palabras tuvieron una relación que se repre-

sentó con aristas o que mostró la asociación de un nodo con otro. Estos nodos y sus aristas conforman grupos o comunidades. El grafo tendrá varias comunidades, que presentan fluctuaciones de densidad dentro de sí mismo (Barabási, 2021), y con ello una propensión a agruparse. Este último elemento lo muestra el coeficiente de agrupación. El grafo como un todo y los subconjuntos son denominados módulos y dan a conocer una organización cuyos elementos más representativos son los nodos con los mayores valores de centralidad-intermediación (c-i), que es la frecuencia con que el nodo estuvo presente en la relación de cualesquiera nodos. Los nodos con mayor centralidad-intermediación tienen una función central en la red semántica representada en forma de grafo, debido a que son los elementos que tienen el control sobre las relaciones que hay dentro del grafo como conjunto total y dentro de los módulos o subconjuntos.

Los nodos también pueden facilitar la comunicación entre otros nodos y subconjuntos. Esto se puede determinar por la puntuación de foco que tenga un nodo. Los nodos del grafo total con mayor puntuación de foco fueron amor (foco = 0.402), familia (foco = 0.348) y alegría (foco = 0.287), estos últimos con valores altos tanto como nodos de intermediación-centralidad como de foco. Esta característica de facilitar la comunicación entre los nodos que el nodo que funge como foco da fortaleza a la estructura del grafo y los subconjuntos o módulos (Ruelas et al., 2006). Los subconjuntos dentro del grafo son grupos de nodos con mayor conectividad. Para este análisis fue necesario que cada módulo propuesto tuviera además un nodo con una puntuación de c-i alta.

La red semántica de felicidad generó un grafo dirigido (nodos = 82, aristas = 440), cuyo grado medio fue de 5.366 y un diámetro de cinco; su longitud media de camino fue de 2.477, lo que puede considerarse como un diámetro pequeño derivado de una mejor relación entre los nodos (palabras que definieron el concepto). Tuvo un coeficiente de agrupación de 0.505, considerado adecuado en redes que muestran autorganización.

La felicidad tuvo tres nodos principales: amor (c-i = 2001.01), familia (c-i = 1939.90) y alegría (c-i = 1712.59). Estos caminos reflejan, con su anchura, la frecuencia de la relación (por ejemplo, familia y trabajo tienen un camino más grueso que entre logros y amor). Estos nodos principales y sus conexiones son los que muestran los caminos más gruesos en gris: las conexiones entre ellos y los otros nodos en la red (figura 1).

Para este trabajo se eliminaron tres módulos porque carecían de nodos con c-i diferente de cero o valores relativos mayores a 0.19 comparados con el valor mayor de c-i, o carecían de nodos con valores relativos de foco

mayores a 0.19 comparados con el mayor valor de foco o no tuvieron tres o más nodos.

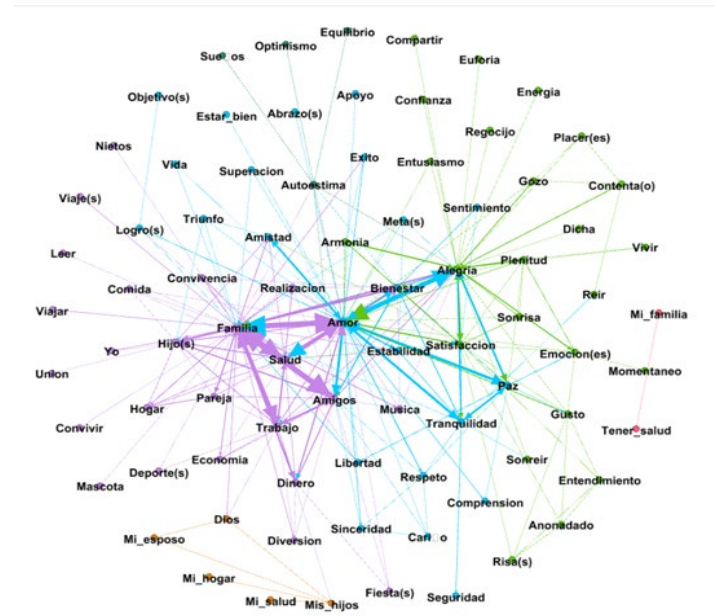


Figura 1.

Grafo de la red semántica del concepto felicidad.

Los nodos (palabras) con las flechas más gruesas son los nodos con el mayor número de relaciones en el grafo, y, por ende, de mayor importancia. El módulo cero en morado, módulo uno en azul y módulo dos en verde.

Los tres módulos restantes tuvieron los siguientes valores: módulo cero 29.27%, módulo uno 28.05% y módulo dos 29.27%, mismos que se consideran adecuados para constituir un subgrafo (Barabási, 2021). (figura 1).

El módulo cero agrupó elementos de relaciones (como familia, trabajo, amigos, mascotas), recursos (salud, dinero, economía) y actividades (música, comidas, reuniones). Los nodos principales fueron familia (c-i = 1938.90, foco = 0.348), salud (foco = 0.263) y amigos (foco = 0.247). Se aprecia que más de la mitad de los nodos fueron actividades, y en su mayoría actividades fuera de casa que involucran la interacción social (como reuniones, fiestas, deportes, viajes) (tabla 1).

Tabla 1*Red semántica del módulo cero de felicidad.*

MÓDULO CERO	CENT-INT.	FOCO	AGRUP.	AUTOVAL.
Familia	1938.903a	0.348b	0.122	0.861
Trabajo	561.988a	0.194	0.396	0.479
Amigos	271.804 a	0.247b	0.327	0.607
Salud	220.553	0.263b	0.345	0.646
Dinero	17.802	0.129	0.714	0.317
Hijo(s)	14.033	0.162	0.622	0.396
Pareja	1.800	0.140	0.905	0.341
Música	—	0.122	1	0.302
Realización	—	0.120	1	0.295
Hogar	—	0.107	1	0.261
Comida	—	0.095	1	0.233
Convivencia	—	0.088	1	0.214
Economía	—	0.085	1	0.208
Diversión	—	0.074	1	0.182
Fiesta(s)	—	0.063	1	0.155
Yo	—	0.061	1	0.151
Deporte(s)	—	0.044	1	0.108
Viajar	—	0.028	—	0.070
Viaje(s)	—	0.028	—	0.070
Convivir	—	0.028	—	0.070
Leer	—	0.028	—	0.070
Mascota	—	0.028	—	0.070
Nietos	—	0.028	—	0.070
Unión	—	0.028	—	0.070

^a Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos.

^b Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos.

El módulo uno tuvo en su agrupación emociones positivas (amor, paz, estabilidad, libertad) y recursos individuales (éxito, autoestima, metas). En este módulo hubo mayor presencia de emociones homeostáticas (tranquilidad, paz). El nodo principal fue el amor (c-i = 2001.01, foco = 0.402) y otros relevantes fueron bienestar (foco = 0.223) y tranquilidad (foco = 0.152). Dentro del módulo hubo elementos de acción relacionados a los nodos principales de este módulo, que dan una idea de la manera como se representan las relaciones: amistad, abrazos, apoyo (tabla 2).

Tabla 2*Red semántica del módulo uno de felicidad.*

MÓDULO UNO	CENT-INT.	FOCO	AGRUP.	AUTOVAL.
Amor	2001.010a	0.403b	0.132	1
Tranquilidad	361.078a	0.152b	0.345	0.382
Bienestar	198.851a	0.223b	0.429	0.553
Logro(s)	156.000	0.083	0.500	0.204
Paz	62.996	0.145	0.473	0.364
Amistad	16.184	0.117	0.733	0.287
Respeto	10.925	0.087	0.600	0.217
Estabilidad	9.352	0.141	0.762	0.350
Libertad	4.810	0.094	0.667	0.232
Meta(s)	—	0.096	1	0.238
Triunfo	—	0.084	1	0.205
Éxito	—	0.071	1	0.175
Sinceridad	—	0.065	1	0.161
Cariño	—	0.065	1	0.161
Superación	—	0.061	1	0.151
Vida	—	0.061	1	0.151
Comprensión	—	0.044	1	0.110
Sentimiento	—	0.033	1	0.081
Abrazo(s)	—	0.033	—	0.081
Apoyo	—	0.033	—	0.081
Estar bien	—	0.033	—	0.081
Seguridad	—	0.012	—	0.031
Objetivo(s)	0	0.007	0	0.017

^a Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos.

^b Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos.

El módulo dos tuvo mayormente emociones positivas (alegría, satisfacción, placer) y acciones (vivir, compartir, reír). Y las más de las emociones se relacionaron con la activación —contenta(o), entusiasmo, euforia—. El principal nodo fue alegría (c-i = 1712.59, foco = 0.288) y otros destacados focos fueron satisfacción (foco = 0.180) y armonía (foco = 0.123). Debe mencionarse que este módulo incluyó la única palabra relacionada con temporalidad, en este caso relativa a la felicidad: momentáneo (tabla 3).

Tabla 3*Red semántica del módulo dos de felicidad.*

MÓDULO DOS	CENT-INT.	FOCO	AGRUP.	AUTOVAL.
Alegría	1712.596a	0.288b	0.154	0.723
Satisfacción	392.159a	0.180b	0.333	0.454
Emoción(es)	156.400a	0.100	0.667	0.254
Gusto	149.216	0.097	0.571	0.249
Gozo	28.667	0.061	0.667	0.155
Plenitud	28.453	0.118	0.643	0.296
Armonía	20.765	0.123b	0.733	0.306
Contenta(o)	19.452	0.032	0.500	0.084
Reír	2.333	0.015	0	0.039
Sonrisa	—	0.080	1	0.201
Entusiasmo	—	0.056	1	0.140
Sonreír	—	0.036	1	0.090
Vivir	—	0.033	1	0.083
Placer(es)	—	0.031	1	0.080
Anonadado	—	0.027	1	0.072
Entendimiento	—	0.027	1	0.072
Risa(s)	—	0.027	1	0.072
Compartir	—	0.023	—	0.059
Confianza	—	0.023	—	0.059
Dicha	—	0.023	—	0.059
Energía	—	0.023	—	0.059
Euforia	—	0.023	—	0.059
Regocijo	—	0.023	—	0.059
Momentáneo	—	0.008	—	0.021

^a Elementos de mayor presencia (control de la red) en la comunicación entre cualquier par de nodos.

^b Elementos de mayor conectividad (intercambio y estructura) con otros nodos o grupos de nodos.

DISCUSIÓN

Las respuestas de la muestra de las y los habitantes de Ciudad de México y su Zona Metropolitana conformaron un grafo que mostró niveles de densidad adecuados, un diámetro de cinco y una longitud de camino de 2.47 que implica un grafo con gran conexión, que permite una buena comunicación entre los elementos, siendo una muestra la media de grado de tres nodos. Hubo módulos con valores adecuados de agrupación y modularidad, lo que indica el fenómeno de mundo pequeño y autorgani-

zación, pudiendo considerar que el concepto “felicidad” se presentó como un sistema social complejo (Barabási, 2021). Se tuvieron tres módulos con elementos de centralidad e intermediación y de foco que ayudaron a establecer el contenido de la definición de “felicidad”.

Los nodos del grafo de felicidad mostraron una correlación con los nodos del grafo de bienestar y de satisfacción lo que corrobora la importancia de este elemento dentro del bienestar, así como su función como mediador entre bienestar y satisfacción. La correlación con satisfacción y bienestar fue moderada, lo que pudiera también indicar que, aunque tengan elementos de unión con estos conceptos, también se distingue de ellos, lo que difiere de otras propuestas (Diener et al., 2003; Ryan y Deci, 2001) y apoyó la aportación de esta investigación, pues se propuso una definición de felicidad surgida directamente de la población de interés.

En la red semántica de felicidad, los nodos más importantes fueron amor, familia y alegría. Estos elementos fueron similares a los encontrados en otras definiciones de felicidad, pues incluyen las emociones positivas y los elementos de relaciones significativas. En el marco de las relaciones significativas importantes se mostraron, además de la familia, las de los amigos y el trabajo (Oishi et al., 2013).

El nodo trabajo tuvo una importante relevancia en el concepto de felicidad para las y los mexicanos. México es uno de los países con la jornada más larga de horas de trabajo entre 35 economías reportadas por la OCDE (2018). Y se ha observado la importancia del trabajo como la fuente de ingreso, además de ser eje en la organización del tiempo, y para la integración de la persona en la sociedad y su vinculación con otros en la comunidad (Zuzanek y Hilbrecht, 2019), esto último destacando al aspecto relacional del trabajo.

De las emociones halladas, todas fueron positivas, lo que confirma lo encontrado en otros estudios la importancia de tomar en cuenta las emociones positivas en la medición de la felicidad e incluso del bienestar, con el que correlacionan (Haver et al., 2015; Tennant et al., 2007).

Además se aportó una ampliación de los tipos de emociones asociadas a la felicidad: homeostática y de activación. Fue posible ver la felicidad como dinámica, y que la persona requiere de ambas emociones en un estado que le permita el disfrute de la felicidad para que se encuentre un equilibrio, lo que también se identificó en otras culturas, como la japonesa (Uchida y Kitayama, 2009), y que apoya lo propuesto en la dinámica de la alostasis (Sterling, 2004).

La felicidad y el bienestar se han medido incluyendo emociones negativas (Helliwell et al., 2021; INEGI,

2022a). Sin embargo, otros estudios, como se observa en este estudio, la independencia de la experiencia de emociones positivas respecto a las negativas (Huppert y So, 2013; Tennant et al., 2007; Haver et al., 2015; McCord, et al., 2015; Li et al., 2015; Moor y De Graaf, 2016). Se observó que las emociones negativas atestiguaron su relevancia en otros rubros como el malestar emocional y fueron independientes de la felicidad y el bienestar (Winfield et al., 2012). Esto corrobora lo informado por las y los participantes, quienes no consideraron relevantes las emociones negativas para definir la felicidad.

Se amplió la información acerca de cómo se manifiestan las acciones para vincularse en las relaciones significativas. Se mencionaron elementos de contacto humano específicos como abrazos, risas, sonrisas, y los relacionados con el contacto humano por la reunión de sus miembros (actividad, fiestas, comidas, viajes, deportes) y elementos que regulan las relaciones positivas (respeto, libertad, convivencia, compartir) (Seligman, 2011), y que fueron elementos de reciprocidad importantes en las relaciones observados en otros estudios (Taniguchi, 2015). En contraste, actividades en casa tuvieron pocos nodos (leer, música), y no hubo mención de actividades (como ver televisión, cine, videos, películas, chatear, ni textear) como elementos relacionados con la felicidad ni las relaciones significativas en la felicidad.

CONCLUSIONES

Se obtuvieron las particularidades culturales de la definición de “felicidad” para las y los habitantes de Ciudad de México y su Zona Metropolitana. La felicidad se definió como la experiencia de emociones de activación y homeostáticas, sobre todo alegría y amor, de relaciones significativas, en especial con la familia, el trabajo y los amigos.

Esto supone elementos que apoyen el mejor reconocimiento de las emociones y su importancia en la vida y bienestar de las personas. Siendo la felicidad un elemento clave en la sociedad actual, es esencial el fortalecimiento de las herramientas emocionales que a su vez coadyuvan a la mejor convivencia y comunicación con quienes forman parte de los grupos en los que se desarrolla la vida personal y social, el segundo elemento esencial de la definición de la felicidad para las y los habitantes de la ZMCDMX.

Hoy este es un reto importante dado el descenso en los niveles de bienestar y felicidad (INEGI, 2021, 2022a) y las condiciones para el contacto social en la nueva normalidad. La felicidad necesita de la oportunidad de vivir emociones, tanto de activación como homeostá-

ticas en un equilibrio, y relacionarse compartiendo en libertad y respeto con los otros significativos (como familia, trabajo y amigos).

Alcances y limitaciones

Aunque se logró un nivel de saturación en la aplicación de las redes, una muestra mayor sería útil para incluir una mayor diversidad de grupos en la población que requieran una mayor representatividad en la definición de la felicidad para la Ciudad de México.

La muestra guardó la proporción para los niveles socioeconómicos que no son los niveles de la población de Ciudad de México, lo que pudo afectar la representación general del concepto “felicidad”.

Los resultados obtenidos son útiles para futuros estudios respecto a la felicidad y el bienestar en otros grupos y poblaciones, así como en la comparación con otras poblaciones, grupos y muestras.

REFERENCIAS

- Ballas, D., & Tranmer, M. (2012). Happy People or Happy Places? A Multilevel Modeling Approach to the Analysis of Happiness and Well-Being. *International Regional Science Review*, 35(1), 70-102. <https://doi.org/10.1177/0160017611403737>
- Barabási, A. L. (2021). *Network science*. <http://networksciencebook.com/chapter/0#introduction0>
- Bartolini, S., & Sarrancino, F. (2014). It's not the economy, stupid! How social capital and GDP relate to happiness over time. arXiv:1411.2138. <https://doi.org/10.48550/arXiv.1411.2138>
- Binder, C., & Schöll, R. (2010). Structured mental model approach for analyzing perception of risks to rural livelihood in developing countries. *Sustainability*, 2, 1-29. <https://doi.org/10.3390/su2010001>
- Binder, M., & Broekel, T. (2012). Happiness no matter the cost? An examination on how efficiently individuals reach their happiness levels. *Journal of Happiness Studies*, 13, 621-645. <https://doi.org/10.1007/s10902-011-9283-5>
- Canright G. (2009). *Complex Networks and Graph Theory*. En E. Meyers (ed.). *Encyclopedia of Complexity and Systems Science*. 1244-1253. https://doi.org/10.1007/978-0-387-30440-3_83
- Diener, E. (1984). Subjective Well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A. Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71-75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R. E. (2003). Personality, Culture and Subjective Well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>

- Diener, E., & Suh, E. (1997). Measuring quality of life: economic, social, and subjective indicators. *Social Indicators Research*, 40, 189-216. <https://doi.org/10.1023/A:1006859511756>
- Diener, E., Scollon, Christie N., Oishi, S., Dzokoto, V., & Suh, E. M. (2000). Positivity and the construction of life satisfaction judgments: Global happiness is not the sum of its parts. *Journal of Happiness Studies*, 1(2), 159-176. http://dx.doi.org/10.1007/978-90-481-2352-0_11
- Easterlin, R. A., & Sawangfa, O. (2007). Happiness and domain satisfaction: theory and evidence. IZA Discussion Paper No. 2584. <https://doi.org/10.23668/psycharchives.8963>
- Easterlin, R. A., McVey, L. A., Switek, M., Sawangfa, O., & Zweig, J. S. (2010). The happiness income paradox revisited. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 107(52). <http://dx.doi.org/10.1073/pnas.1015962107>
- Gephi.org. (2021). Gephi makes graphs handy. <https://gephi.org/users/download/>
- Gilbert, D. T. (2006). *Stumbling on happiness*. Alfred A. Knopf Publishers.
- González, P. (2014, febrero 11). Desarrollo humano y bienestar subjetivo en Chile, [Conferencia]. Programa de Posgrado en Ciencias Políticas y Sociales, y el Seminario Satisfacción Subjetiva con la Vida y la Sociedad (Saviso), del Instituto de Investigaciones Sociales de la UNAM. http://www.pudh.unam.mx/coloquio_conferencia_desarrollo_humano_chile.php
- Graham, C., & Lora, E. (2009). *Paradoxes and Perspectives in Quality of Life*. The Brookings Institution. ISBN: 9780815703266
- Hasan, H. (2019). Confidence in subjective evaluation of human well-being in Sen's capabilities perspective. *Journal of Happiness Studies*, 20, 1-7. <https://doi.org/10.1007/s10902-017-9927-1>
- Haver, A., Akerjordet, K., Caputi, P., Furunes, T., & Magee, C. (2015). Measuring Mental Well-being: A validation of the Short Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale in Norwegian and Swedish. *Scandinavian Journal of Public Health*, 43(7), 721-727. <https://doi.org/10.1177/1403494815588862>
- Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J., Akin, L. B., & Wang, S. (2021). *World Happiness Report 2021*. Sustainable Development Solutions Network. <http://worldhappiness.report/2021>
- Hernández, R., Basset, S. M., Boughton, S. W., Schuette, S. A., Siu, E. W., & Moskowitz, J. T. (2018). Psychological Well-Being and Physical Health: Associations, Mechanisms, and Future Directions. *Emotion Review*, 10(1), 18-29. <https://doi.org/10.1177/1754073917697824>
- Huppert, F. A., & So, T. T. (2013). Flourishing across Europe: Application of a New Conceptual Framework for defining well-being. *Social Indicators Research*, 110(3), 837-861. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9966-7>
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2018, febrero 28). Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana cifras al mes de julio de 2018 [Comunicado de Prensa Núm. 397/18]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2018/biare/biare2018_02.pdf
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2019, agosto 28). Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana cifras al mes de julio de 2019 [Comunicado de Prensa Núm. 443/19]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2019/biare/biare2019_02.pdf
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2020, febrero 27). Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana cifras al mes de enero de 2020 [Comunicado de Prensa Núm. 113/20]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2020/biare/biare2020_02.pdf
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2021, diciembre 14). Presenta INEGI Resultados de la Primera Encuesta Nacional de Bienestar Autorreportado (Enbiare) 2021 [Comunicado de Prensa Núm. 772/21]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2021/EstSociodemo/ENBIARE_2021.pdf
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2022a). Indicadores de bienestar por entidad federativa. Recuperado el 21 de noviembre de 2022 de <https://en.www.inegi.org.mx/app/bienestar/?ag=01>
- Instituto Nacional de Estadística Geografía e Informática (INEGI) (2022b, febrero 25). Indicadores de bienestar autorreportado de la población urbana enero de 2022, [Comunicado de Prensa Núm. 132/22]. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2022/biare/biare2022_02.pdf
- Joshanloo, M., & Weijers, D. (2014). Aversion to happiness across cultures: A review of where and why people are averse to happiness. *Journal of Happiness Studies*, 15(3), 717-735. <https://doi.org/10.1007/s10902-013-9489-9>
- Kaplan, D. (2004). *The SAGE Handbook of Quantitative Methodology for the Social Sciences*. The Sage Research Handbooks. ISBN 9780761923596
- Kozma, A., & Stones, M. J. (1980). The Measurement of Happiness: Development of the Memorial University of Newfoundland Scale of Happiness (MUNSH). *Journal of Gerontology*, 35(6), 906-912. <https://doi.org/10.1093/geronj/35.6.906>
- Li, M., Yang, D., Ding, C., & Kong, F. (2015). Validation of the social well-being scale in a Chinese sample and invariance across gender. *Social Indicators Research*, 121, 607-618. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0639-1>
- López, H. (2008, 1 de julio). Nivel Socioeconómico AMAI. México: Asociación Mexicana de Agencias de Investigación de Mercados y Opinión Pública. Recuperado de <http://www.inegi.org.mx/rne/docs/pdfs/mesa4/20/heribertolopez.pdf>
- McCord, C. E., Elliott, T. R., Berry, J. W., Underhill, A. T., Fine, P. R., & Lai, M. H. (2015). Trajectories of happiness 5 years following medical discharge for traumatic disability: Differences between insider and outsider perspectives. *Journal of Happiness Studies*, 17, 553-567. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9610-8>
- Merino, M. D., Velázquez M., & Lomas, T. (2020). An Exploration of the Spanish Cultural Term Rasmia: A Combination of Eagerness, Strength, Activeness, Courage, Tenacity and Gracefulness. *Journal of Happiness Studies*, 21, 693-707. <https://doi.org/10.1007/s10902-019-00104-y>
- Moor, N., & De Graaf, P. M. (2016). Temporary and Long-Term Consequences on Bereavement on Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 17, 913-936. <https://doi.org/10.1007/s10902-016-9927-1>

- [org/10.1007/s10902-015-9624-x](https://doi.org/10.1007/s10902-015-9624-x)
- Norrish, J. M., & Vella-Brodrick, D. A. (2008). Is the study of happiness a worthy scientific pursuit? *Social Indicators Research*, 87, 393-407. <https://doi.org/10.1007/s11205-007-9147-x>
- Oishi, S., Graham, J., Kesebir, S., & Galinha, I. C. (2013). Concepts of happiness across time and cultures. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 39(5), 559-577. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1177/0146167213480042>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) (2018). La nueva estrategia de empleo de la OCDE. Empleo de calidad para todos en un entorno laboral cambiante. Situación de México. Recuperado de <https://www.oecd.org/mexico/jobs-strategy-MEXICO-ES.pdf>
- Polanco, X. (2006). Análisis de redes: Introducción. En M. Albornoz & C. Alfaraz. *Redes de conocimiento: Construcción, dinámica y gestión*. RICYT/CYTED/UNESCO. Publisher. 77-112. ISBN 987988311X
- Reyes-Lagunes, I., & García y Barragán, L. F. (2008). Hacia un procedimiento de validación psicométrica culturalmente relevante. En S. Rivera-Aragón, R. Díaz-Loving, R. Sánchez-Aragón & I. Reyes-Lagunes (eds.), *La Psicología Social en México XII* (pp. 625-630). AMEPSO.
- Rojas, M. (2004). The complexity of well-being a life satisfaction conception and a domains-of-life approach, paper for the International Workshop on Researching well-being in developing countries, Hanse Institute for Advanced Study, Delmenhorst, near Bremen, Germany, 2-4th July, 2004. Recuperado de <https://silo.tips/download/the-complexity-of-well-being-a-life-satisfaction-conception-and-a-domains-of-life>
- Rojas, M. (2006). Life satisfaction and satisfaction in domains of life: is it a simple relationship? *Journal of Happiness Studies*, 7, 467-497. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9009-2>
- Ruelas, E., Mansilla, R., & Rosado, J. (coords.) (2006). *Las ciencias de la complejidad y la innovación médica*. UNAM (Secretaría de Salud e Instituto de Física del Centro de Investigaciones Interdisciplinarias).
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything or is it? Exploration of the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C., Diener, E., & Singer, J. H. (2008). *Flourish: A new understanding of happiness and well-being*. Free Press. ISBN 9781439190753
- Sterling, P. (2004). Principles of allostasis: optimal design, predictive regulation, pathophysiology and rational therapeutics. Allostasis, homeostasis, and the costs of physiological adaptation. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781316257081.004>
- Streiner, D.L., Norman, G. R., & Cairney, J. (2015). *Health measurement scales: A practical guide to their development and use* (5a. ed.). Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/med/9780199685219.001.0001>
- Taniguchi, H. (2015). Interpersonal mattering in friendship as a predictor of happiness in Japan: The case of Tokyoites. *Journal of Happiness Studies*, 16, 1475-1491. <https://doi.org/10.1007/s10902-014-9570-z>
- Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown S. (2007). The Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(63), 1-13. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-5-63>
- Thinley, J. Y. (2007). What is Gross National Happiness. Centre for Bhutan Studies, Proceedings of Second International Conference on Gross National Happiness. <https://uwosh.edu/sirt/wp-content/uploads/sites/86/2020/04/4.Re-thinkingdev.pdf>
- Thinley, J. Y. (2011). Sustainability and happiness: A development philosophy for Bhutan and the world. *Creating a Sustainable and Desirable Future*, 111-112 https://doi.org/10.1142/9789814546898_0014
- Uchida, Y., & Kitayama, S. (2009). Happiness and unhappiness in east and west: themes and variations. *Emotion*, 9(4), 441-456. <https://doi.org/10.1037/a0015634>
- United Nations (May, 2016). *Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe*. <https://repositorio.cepal.org/handle/11362/40155>
- United Nations (2017). Sustainable development Goals. International Day of Happiness. <https://www.un.org/sustainabledevelopment/blog/tag/international-day-of-happiness/>
- Valdéz, J. L. (1998). *Las redes semánticas naturales: usos y aplicaciones en psicología social*. UAEM. ISBN 9786074221503. <http://biblioteca.psi.uba.ar/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=12831>
- Veenhoven, R. (2008). Sociological theories of subjective well-being. En M. Eid. & R. Larsen. (eds). *The Science of Subjective Well-being: A tribute to Ed Diener*, pp. 44-61. Guilford Publications. ISBN 9781593855819.
- Veenhoven, R. (2012). Cross-national differences in happiness: Cultural measurement bias or effect of culture? *International Journal of Wellbeing*, 2(4), 333-353. <https://doi.org/10.5502/ijw.v2.i4.4>
- Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W. & Pillington, R. M. (2012). Psychological well-being and psychological distress: Is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being Theory Research and Practice*, 2(1). <http://dx.doi.org/10.1186/2211-1522-2-3>
- Zuzanek, J., & Hilbrecht, M. (2019). Enforced leisure: time use and its well-being implications. *Time and Society*, 28(2), 657-679. <https://doi.org/10.1177/0961463X16678252>