



Lo que comenzó como una conversación errante sobre el papel de la felicidad en las políticas entre un grupo de académicos visitantes (del cual tuve la suerte de ser parte) en Bután en 2010, se ha convertido en una herramienta ampliamente utilizada que rastrea la "temperatura" emocional de las sociedades alrededor del mundo (y la satisfacción con la vida individual) —todos los años. Los ciudadanos de 162 países pueden explorar dónde se ubica su país y los factores impulsores. Lanzado un año después de que comenzaran los cierres de COVID-19, el **El Informe Mundial sobre la Felicidad 2021** abarca un año monumental en términos de felicidad.

Si bien los hallazgos del informe son amplios, se destacan tres lecciones para mejorar el bienestar social y las economías sostenibles en el futuro.

1. La salud mental ha disminuido, especialmente entre los más vulnerables.

Si bien la pandemia fue un golpe sin precedentes para el bienestar mental en todo el mundo, las poblaciones que ya eran vulnerables, en términos de condiciones preexistentes, soledad y trabajos o situaciones de vida precarias, fueron las más afectadas. En el Reino Unido, por ejemplo, la medida general de salud mental fue un 7% más baja en mayo de 2020 de lo que se predijo antes de la pandemia, mientras que el número de problemas de salud mental reportados fue un 49% más alto. Y aunque la salud mental se recuperó un poco con el tiempo, recuperándose aproximadamente a la mitad, aquellos con problemas de salud mental previos, conexiones sociales y de Internet limitadas y la incertidumbre sobre la pandemia sufrieron más, y la demanda de servicios de salud mental aumentó al mismo tiempo que los la capacidad de entregarlos cayó.

Sorprendentemente, la satisfacción con la vida, una medida de cómo las personas evalúan su bienestar a lo largo de la vida, se redujo sólo ligeramente en los países de los que tenemos datos durante todo el año (en su mayoría países más ricos de Europa, EE. UU., Australia), Nueva Zelanda y Sudáfrica. En la mayoría de ellos, la satisfacción con la vida se redujo significativamente, pero se recuperó rápidamente a sus niveles anteriores a COVID-19 después de las primeras semanas del bloqueo inicial. Gran parte de la literatura, incluidos mis propios estudios, muestra que las personas que ya son felices son **bastante resilientes a los choques negativos y puede adaptarse a ellos** y recuperar sus niveles anteriores de bienestar / satisfacción con la vida. Y, de hecho, los mismos factores que determinan niveles más altos de satisfacción con la vida, que van desde la confianza en los demás y las amistades hasta una mejor salud y comportamientos saludables, también apoyaron los niveles de satisfacción con la vida durante el COVID-19.

Sin embargo, COVID-19 afectó el bienestar emocional, que es más sensible a los eventos diarios, más y por más tiempo. La tristeza, la soledad y la ansiedad aumentaron mucho más de lo que disminuyó la satisfacción con la vida. Y si bien algunos de estos fueron causados por la falta de contacto en persona, también hay evidencia de que aquellos con problemas de salud mental que pudieron continuar el tratamiento a través de tecnologías digitales obtuvieron mejores resultados durante el shock. En todo caso, la pandemia destacó la necesidad de que todas las sociedades presten más atención a la salud mental de su gente, además de la salud física, aunque con diferencias entre países.

2. Una mayor confianza en los demás y en las instituciones está vinculada a un mayor bienestar

A las personas que confiaron en los demás les fue mejor que a las que no lo hicieron (hay una cuestión de causalidad, por supuesto, ya que las personas más felices también tienen más probabilidades de confiar en los demás). En relación con esto, los países con niveles más altos de confianza en las instituciones públicas obtuvieron mejores resultados en el manejo de la pandemia que aquellos con niveles más bajos (algo sobre lo **que he escrito**). No es sorprendente que muchos de estos países, con Nueva Zelanda a la cabeza, también se centren en el bienestar de forma centralizada en sus prioridades de política nacional.

Los autores también encontraron que un canal de mediación, tanto en los niveles de confianza como en el éxito en el manejo de la pandemia, era la desigualdad de ingresos. Dos de los países con el peor historial de gestión de la pandemia en 2020 fueron Estados Unidos y Brasil. Ambos tienen uno de los niveles más altos de desigualdad de ingresos del mundo, así como un acceso desigual a los bienes

públicos. La desigualdad de ingresos explica el 20% de la diferencia en los resultados de gestión de COVID-19 entre Dinamarca y México, por ejemplo, mientras que la confianza individual (basada en la pregunta de la billetera) también explica parte de la diferencia, al igual que tener una mujer como jefa de gobierno. Mientras tanto, los altos niveles de desigualdad tanto de ingresos como de oportunidades son una de las razones por las que Estados Unidos ha caído cinco puntos en la clasificación durante la última década, pasando del puesto 11 en 2011 al 16 en 2017-2019.

3. El bienestar de los trabajadores está vinculado a la protección del mercado laboral y las redes de seguridad social.

Los que tenían trabajos precarios, los jóvenes y los que ya estaban solos fueron los más afectados por la pérdida del empleo, que fue un factor importante en la pérdida de bienestar. Los trabajadores despedidos —que tenían cierta seguridad de que volverían a sus puestos de trabajo— obtuvieron mejores resultados que aquellos que fueron despedidos permanentemente, por ejemplo. El desempleo representó una pérdida del 12% en la satisfacción con la vida y un aumento del 9% en los afectos / estados de ánimo negativos durante la pandemia. Los países con protecciones del mercado laboral y redes de seguridad social más eficientes y expansivas experimentaron menores pérdidas de bienestar. Estados Unidos vuelve a tener una mala puntuación en este frente, con sus redes de seguridad fragmentadas y relativamente escasas para quienes están sin trabajo. También se destaca como el único país rico (e incluso muchos países más pobres) donde los desempleados a menudo también pierden su seguro médico, que está vinculado a la situación laboral.

Los resultados sobre los que permanecieron empleados fueron mixtos. Hubo una caída inicial en el bienestar y luego una recuperación para los empleados, incluso frente a los shocks económicos más amplios y las repetidas oleadas de COVID-19. Las razones son complejas e incluyen la evidencia de que las personas más felices tienen más probabilidades de seguir empleadas; los grupos de referencia para cosas como qué es un buen trabajo pueden haber cambiado frente a las expectativas cambiantes; y aquellos que pudieron permanecer empleados también tenían más probabilidades de poder trabajar desde casa.

Mientras tanto, el apoyo social es una fuente importante de bienestar y puede mitigar el desempleo o la incertidumbre sobre el empleo. En el Reino Unido, las personas que informaron sentirse solas *antes* del COVID-19 experimentaron un impacto de bienestar negativo un 40 por ciento más alto debido al desempleo durante el COVID-19 que aquellos que no se sentían solos antes. Los trabajadores

cesados también sufrieron un mayor impacto de bienestar que los ocupados. Finalmente, el informe cita datos de encuestas sobre el bienestar de los empleados durante el curso de la pandemia y encontró, sorprendentemente, que tener un sentido de pertenencia en el lugar de trabajo tuvo un efecto mucho más importante sobre la felicidad reportada en el trabajo que cualquiera de los dos. compensación justa o flexibilidad en el trabajo.

Aparte de COVID-19, el desempleo de larga duración es una de las pocas cosas que están relacionadas con caídas *permanentes* en el bienestar individual. Mi investigación encuentra que las personas que están desempleadas a largo plazo y / o fuera de la fuerza laboral tienden a tener peores condiciones de salud objetivas, altos niveles de desesperación y adicción, y han perdido la esperanza de cualquier tipo de existencia productiva o significativa. Si bien es una tragedia en sí misma, la naturaleza extensa de este problema en los EE. UU. **arrastra nuestra productividad y posibilidades de una plena recuperación económica**. Mientras tanto, esta cuestión ha pasado a primer plano, ya que el futuro del trabajo, especialmente para las personas poco calificadas, es cada vez más incierto.

Lo que es notable es lo simples que son estas lecciones y, sin embargo, cuánta variación hay entre países. Invertir en salud —física y mental— hará que las sociedades sean más felices y productivas que, a su vez, serán más resistentes a los grandes choques como el COVID-19. Proporcionar a los trabajadores condiciones de trabajo dignas y seguridad social tiene el mismo resultado. Y las mismas instituciones que hacen posibles esas inversiones también dan como resultado niveles más altos de confianza pública, lo que a su vez conduce a la cohesión social que ayuda a las sociedades a navegar y recuperarse mejor de los choques como la pandemia de COVID-19. Es de esperar que la naturaleza extensa de la conmoción y las lecciones que se deriven de ella abran la puerta a que más países hagan del bienestar una prioridad de política pública que mejore la riqueza, la salud y la felicidad de las sociedades.

Autora: Carol Graham

Enlace al sitio web de la nota:

<https://www.brookings.edu/blog/future-development/2021/04/06/making-well-being-a-policy-priority-lessons-from-the-2021-world-happiness-report/>