

Felicidad y Suicidio en España

Matices de una Relación Compleja

El propósito de la presente investigación consiste en evaluar la relación existente entre el índice de felicidad y el incremento de la tasa de suicidios en España. Conforme a la definición proporcionada por la Real Academia Española (RAE), la felicidad se conceptualiza como un "estado de grata satisfacción física y mental", así como "persona, situación, objeto o conjunto de ellos que contribuyen a generar felicidad"; destacando de manera significativa la ausencia de inconvenientes o tropiezos.



Imagen extraída de: [World Happiness Report](https://worldhappiness.report/)

El índice de felicidad de un país ha adquirido una relevancia considerable, no solo por su capacidad para medir el bienestar de los ciudadanos, sino también por constituir un factor de suma importancia en la toma de decisiones a niveles políticos e incluso económicos.

Con el fin de alcanzar los objetivos propuestos para esta investigación, se han llevado a cabo tres etapas fundamentales. La primera fase se enfoca en la recopilación de información proveniente de fuentes como The World Happiness Report y el Instituto Nacional de Estadística. Las fases subsiguientes, segunda y tercera, están orientadas hacia la comprensión y evaluación de los datos recabados, realizando un análisis meticuloso de cada cuadro para su depuración, ordenación y selección de los datos representativos para nuestro estudio.

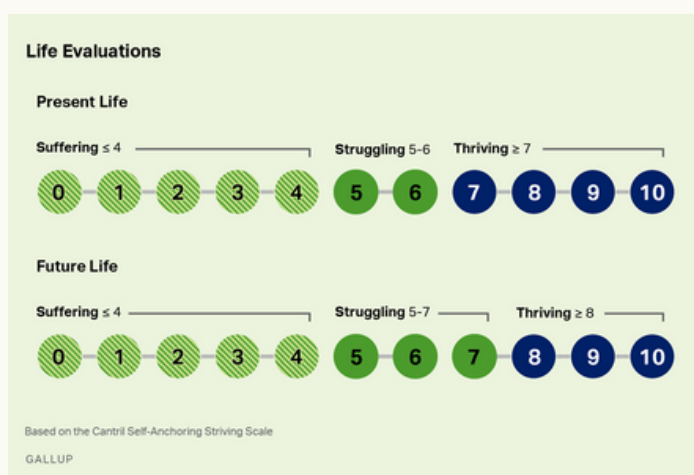


Imagen extraída de: https://www.gallup.com/analytics/349487/gallup-global-happiness-center.aspx

Informe Mundial de Felicidad 2023

Nuestro primer conjunto de datos se sustenta en una encuesta que sigue la clasificación de la escala Cantril Ladder.

Las evaluaciones publicadas en el informe correspondiente al año 2023 se fundamentan en las apreciaciones de vida recopiladas en los años 2020, 2021 y 2022.

Cabe destacar que estas observaciones abarcan un período caracterizado por altos índices de infección y mortalidad debido a la pandemia de COVID-19.

La encuesta en cuestión incluye la participación de 137 países, con una muestra anual típica de 1,000 personas por nación. En el caso de un país en el cual se llevan a cabo encuestas de manera anual, el tamaño de la muestra alcanzaría la cifra de 3,000 personas. Este enfoque garantiza una muestra lo suficientemente robusta como para ofrecer una estimación nacional razonablemente precisa, validada por los intervalos de confianza del 95%.

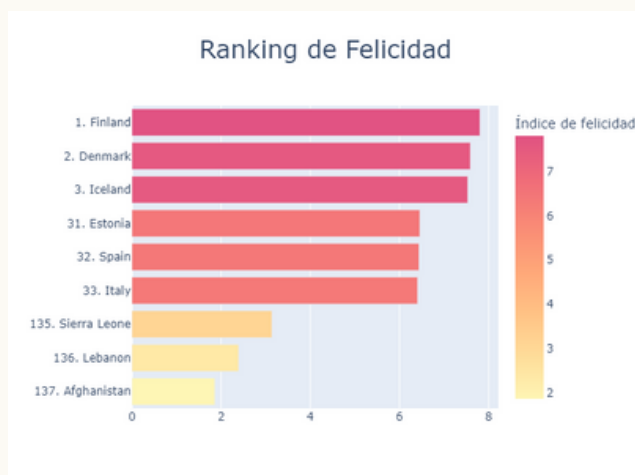
La metodología empleada en la encuesta utiliza la escala de Cantril, una herramienta compuesta por una escalera de 10 niveles, que va desde la máxima valoración con 10 puntos hasta la mínima con 1 punto. Este enfoque permite captar de manera cuantitativa las percepciones de los participantes sobre su bienestar y felicidad, proporcionando así una base sólida para nuestro análisis.

En la primera tabla de datos, la variable dependiente es la Escala de Felicidad (Cantril Ladder), que representa la clasificación de la felicidad de los encuestados en una escala de 0 a 10. Las variables independientes incluyen:

1. Riqueza (Log GDP per capita) Se refiere al Producto Interno Bruto per cápita de cada país.
2. Apoyo social (Social support): Representa la media nacional de respuestas binarias (0= No, 1= Sí) a la pregunta sobre tener parientes o amigos en los que se puede confiar en caso de problemas.
3. Esperanza de vida saludable (Healthy life expectancy at birth): Indica el número promedio de años que una persona puede esperar vivir en plena salud.
4. Libertad de elección (Freedom to make life choices) (0-1): Representa el promedio nacional de respuestas binarias a la pregunta sobre la satisfacción con la capacidad de elegir el rumbo de la vida.
5. Generosidad (Generosity): Es el resultado de la regresión del promedio nacional de respuestas sobre donaciones benéficas en el último mes en relación con el PIB per cápita.
6. Percepción de corrupción: Es el promedio de respuestas binarias sobre la percepción de corrupción en el gobierno y las empresas en una escala de 0 a 1.
7. Afecto positivo (Positive affect) (0-1): Se define como el promedio de tres medidas de afecto positivo: risa, disfrute y hacer cosas interesantes.
8. Afecto negativo (Negative affect) (0-1): Se define como el promedio de tres medidas de afecto negativo: preocupación, tristeza e ira.

Para analizar el posicionamiento de España en el ranking mundial de felicidad, se ha organizado un DataFrame ordenado por la columna de Life Ladder. Este DataFrame permitirá representar un ranking de países según su índice de felicidad.

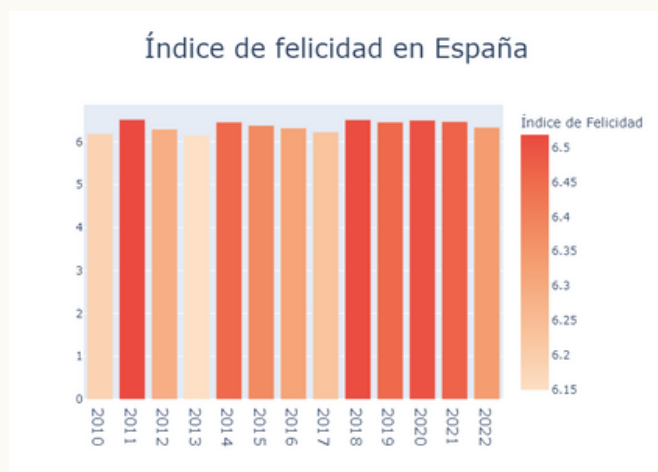
Antes de realizar la visualización, se ha verificado que no existan valores nulos en las columnas y que todos los datos tengan la misma unidad de medida.



Para entender la posición de España en el ranking mundial, se presenta un gráfico de barras horizontales que incluye los 3 primeros, los 2 países cercanos a la posición de España (32) y los 3 últimos países del ranking.

En el segundo conjunto de datos, se mantiene la misma población de 137 países. La periodicidad es anual, abarcando desde el año 2005 hasta el 2022. Las variables a evaluar continúan siendo las mismas.

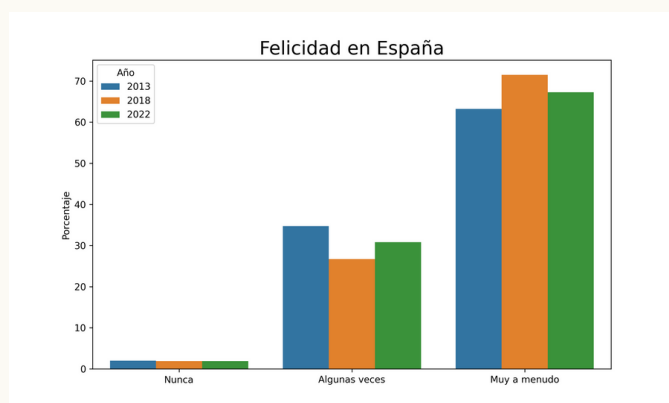
De manera similar al primer conjunto , se procederá a verificar la ausencia de valores nulos y asegurarse de que no falten datos. Además, se revisará el tipo de variables para confirmar que todas compartan la misma unidad de medida por columna.



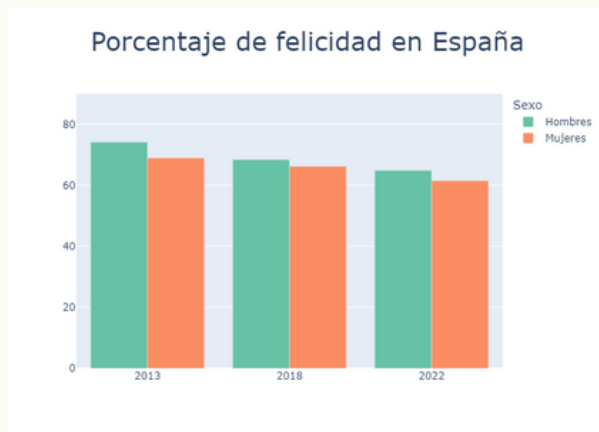
Ahora bien, centrémonos en España. Para ello, hemos recopilado datos del Instituto Nacional de Estadística, que evalúa de manera subjetiva el índice de felicidad a nivel nacional mediante una encuesta en la que se pregunta a la persona entrevistada: "Durante las cuatro últimas semanas, ¿con qué frecuencia se sintió feliz?". Las opciones de respuesta incluyen "Algunas veces", "Muy a menudo" y "Nunca". La periodicidad de la encuesta es anual, y el tamaño muestral es de alrededor de 13,000 hogares y 35,000 personas.

Contamos con dos tablas, una clasificada por sexo y otra por edad. En primer lugar, verificamos que no contengan valores nulos ni ausentes. Posteriormente, analizamos la información y nos aseguramos de que los datos se presenten en porcentajes, realizando la corrección de los caracteres "," por puntos ".".

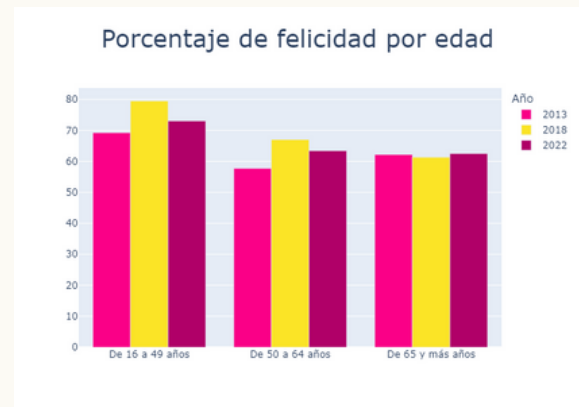
Para llevar a cabo la comparativa entre el porcentaje de felicidad y el porcentaje de suicidios en España, procederemos a reorganizar la información. En cuanto a los porcentajes de felicidad por sexo, los clasificaremos inicialmente por año (2013, 2018, 2022). Posteriormente, subdividiremos cada año en dos categorías: "Total" (que incluirá ambos sexos) y otra tabla donde se detallan las respuestas por sexo (Hombre/Mujer).



Las respuestas de felicidad están disponibles por año y frecuencia. Nos centraremos exclusivamente en la frecuencia "Muy a menudo", considerándola como la referencia para el porcentaje de personas más felices. Luego, reorganizaremos las tablas para seleccionar los datos de hombres y mujeres en porcentaje de felicidad por año.



El orden de la tabla se determinará por conveniencia, asegurándonos de que los datos estén dispuestos de manera coherente con la tabla de porcentajes de suicidio por sexo.



En lo que respecta al índice de felicidad por edades, inicialmente las subdividimos por año. Sin embargo, observamos que las edades no coinciden con la tabla con la cual deseamos compararlas. Por esta razón, optaremos por agruparlas en tres categorías: 16 a 49 años, de 49 a 64 años y más de 65, calculando los valores totales por grupo a partir de la media de las edades correspondientes.

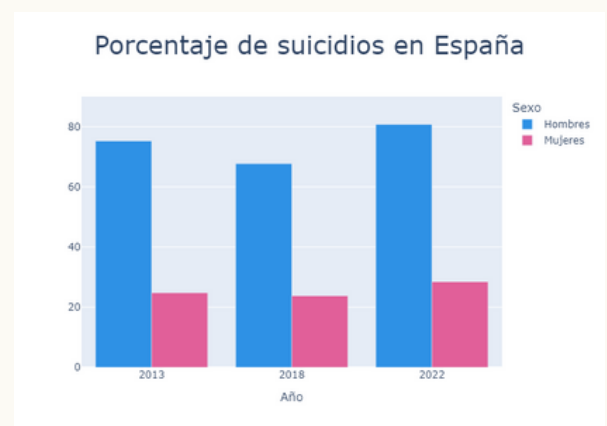
Una vez organizadas las tablas correspondientes al porcentaje de felicidad por año y por sexo, procederemos a realizar el mismo procedimiento con el porcentaje de suicidios.

En el caso del índice de suicidios, contamos con tablas para cada año que estudiaremos (2013, 2018, 2022), ya que estos coinciden con los datos de la encuesta de felicidad en España y permitirán una comparación coherente.

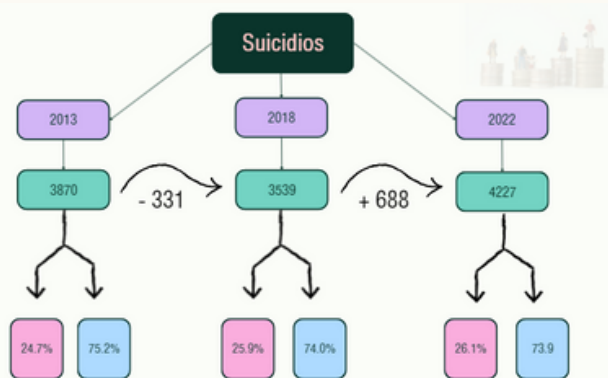
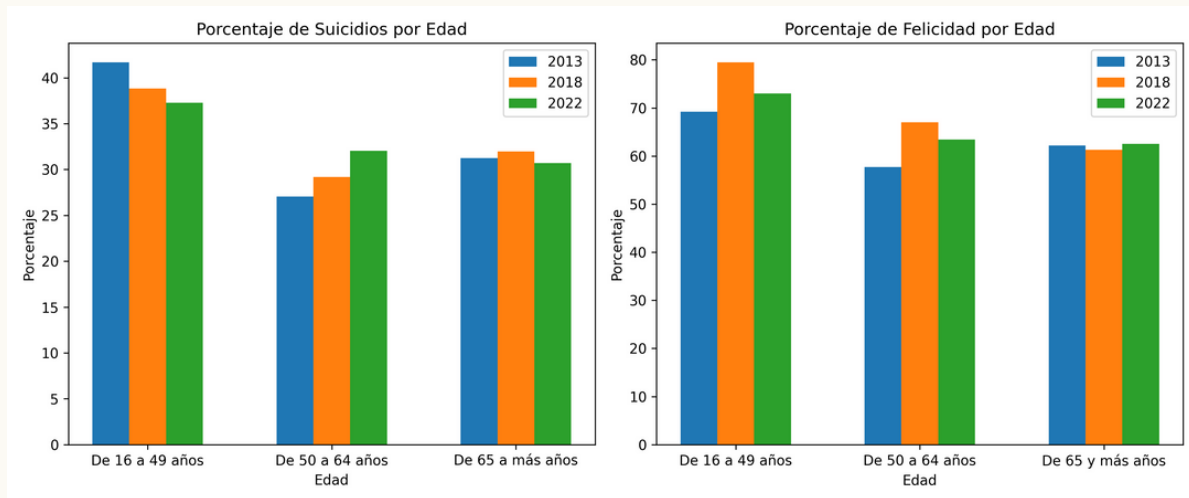
Como primer paso, verificaremos que nuestra tabla no contenga valores nulos. Posteriormente, eliminaremos las edades menores a 15 años, ya que no las utilizaremos en la comparación. Dado que no disponemos de datos sobre la percepción subjetiva de felicidad en menores de 15 años, para evitar distorsiones en nuestros cálculos, restaremos el total de suicidios menores a 15 años del total de suicidios. Repetiremos este procedimiento por cada año. Asimismo, realizaremos los mismos cálculos para obtener la totalidad de suicidios por sexo, sustrayendo los suicidios menores a 15 años.

A continuación, separaremos las tres primeras filas, que corresponden al total anual de suicidios de hombres y mujeres. Posteriormente, transformaremos los datos totales a porcentajes.

Una vez que tengamos las tablas organizadas tanto para el porcentaje de felicidad como para el porcentaje de suicidios, procederemos a compararlas.



Felicidad y Suicidio por edad



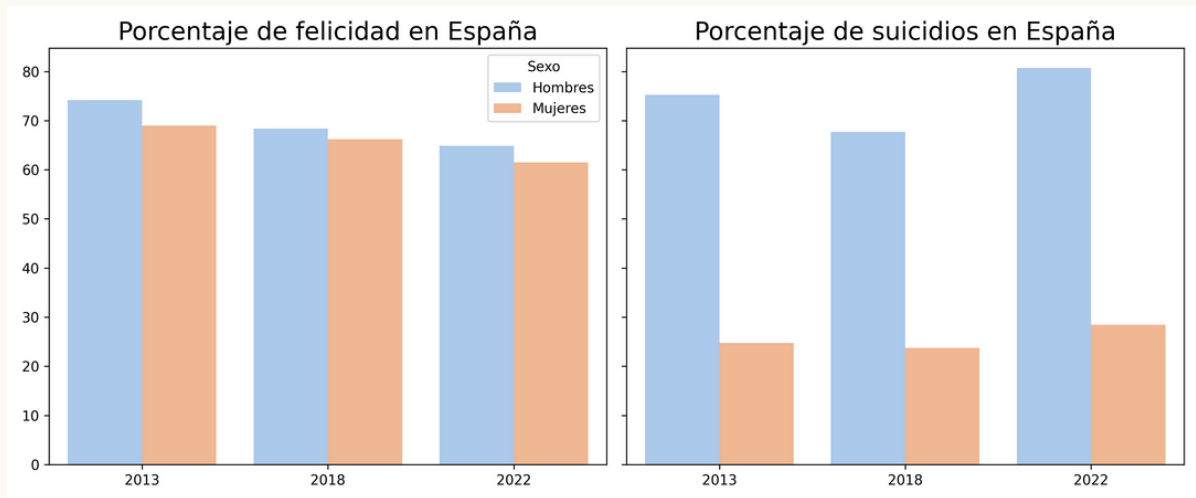
En los años 2013, 2018 y 2022, el grupo más representativo de encuestados que se sentían felices muy a menudo fue el de 16 a 49 años, alcanzando un 69% en 2013. Este porcentaje experimentó un aumento significativo de casi el 10% en 2018 (79.5%), pero disminuyó en 2022 (73%). Este último dato no resulta sorprendente, considerando que en 2020 la pandemia de COVID-19 tuvo un impacto significativo en todo el mundo, incluida España. Las medidas de confinamiento, la pérdida de empleo y la incertidumbre económica y sanitaria pueden haber contribuido a esta disminución.

En cuanto al porcentaje de suicidios, si hablamos de cifras totales, durante 2013 hubo un total de 3870 personas que fallecieron por esta causa, y de este total, el 41.7% correspondió al grupo de 16-49 años, que coincide con el grupo más representativo en felicidad durante ese año. Dado que la encuesta sobre la felicidad es subjetiva, no podemos establecer conclusiones contundentes.

En el año 2018, la cantidad de suicidios disminuyó a un total de 3539 personas, registrando una disminución de 331 personas respecto al año 2013. Aunque el grupo de 15 a 49 años continuó teniendo el índice más alto de suicidios, este disminuyó con respecto al año 2013.

Durante el año 2022, el total de suicidios aumentó en 688 personas en comparación con el año anterior, sumando un total de 4227 personas. Si evaluamos por grupos de edades, a pesar de liderar en el porcentaje de suicidios, el grupo de 15 a 49 años ha experimentado una disminución a lo largo de los años. Por otro lado, el grupo de 50 a 64 años ha experimentado un aumento del 2-3% respectivamente en el porcentaje de suicidios.

Felicidad y Suicidio por sexo



Examinando el porcentaje de felicidad por año en 2013, 2018 y 2022, los hombres respondieron "muy a menudo" en un 74.5%, 68.4% y 64.9%, respectivamente. Esto implica una disminución del 6.1% del 2013 al 2018 y un 3.5% del 2018 al 2022. En el caso de las mujeres, también observamos un descenso del 2.8% del año 2013 al 2018 y un 4.7% del 2018 al 2022.

Estos datos podrían estar relacionados con la grave crisis económica durante la década de 2000, especialmente entre 2008 y 2014. La crisis financiera global afectó significativamente al país, resultando en altas tasas de desempleo, recortes en el gasto público y dificultades económicas generalizadas. Estos eventos podrían haber tenido un impacto negativo en la percepción de bienestar de la población. Al igual que en el año 2020, la pandemia de COVID-19 tuvo un impacto significativo en todo el mundo, incluida España.

En el año 2013, un 74.5% de hombres encuestados afirmaban ser felices muy a menudo, frente a un 69% de mujeres. Sin embargo, estos porcentajes no van de la mano de los porcentajes de suicidios ya que, en el 2013, de los suicidios totales, un 75% corresponden a este grupo. Durante el 2018, la cantidad de suicidios disminuyó en 331 personas respecto al año 2013, y los hombres continuaron presentando las cifras mayoritarias de suicidios con el 74 % del total.

Durante el año 2022, hubo un aumento de 688 personas en la cantidad de personas que se suicidan al año, dando como resultado un total de 4227 personas. Al hacer la comparativa por sexo, el porcentaje de hombres aumentó notablemente a un 73.9% del total de suicidios durante el año 2022.

Conclusiones

Una vez que la felicidad es aceptada como el objetivo del gobierno, esto tiene otros efectos profundos en las prácticas institucionales. La salud, especialmente la salud mental, asume aún más prioridad, al igual que la calidad del trabajo, la vida familiar y comunitaria(5).

En cuanto al suicidio, cada año se quitan la vida cerca de 800.000 personas y esta cifra está aumentando. El suicidio es una de las principales causas de muerte en muchos países que no distingue entre países pobres y países ricos. Ante esta situación, la OMS estima que los suicidios se pueden prevenir llevando a cabo medidas que incluyan la restricción del acceso a los medios más comúnmente empleados para quitarse la vida, políticas orientadas a reducir el consumo de alcohol y atención y tratamiento de personas con problemas de salud mental, enfermos crónicos y aquellas que abusan de sustancias(3).

Algunos países ya tienen evidencia registrada de la efectividad de las medidas de prevención ante el suicidio. Islandia optó por abrir los polideportivos por la noche para reducir el consumo de alcohol y drogas, ligado al suicidio en jóvenes. En Estados Unidos se está tratando de ayudar a la gente a guardar mejor las armas, porque el tema de la restricción de su uso es muy sensible.

En Inglaterra se reguló el acceso al paracetamol con blísters más pequeños. Bajaron el suicidio y los trasplantes de hígado. También se ha demostrado la eficacia de formar a profesionales que no son especialistas en salud mental pero que pueden acompañar a una persona durante una crisis, por ejemplo la policía, los bomberos o los profesores; se les llama gatekeepers (en español, guardianes)(4).

Cabe destacar que las evaluaciones utilizando redes sociales pueden proporcionar mediciones oportunas y detalladas espacialmente del bienestar para rastrear cambios, evaluar políticas y brindar responsabilidad. Hubo un capítulo especial sobre redes sociales en el Informe Mundial de Felicidad 2019, destacando los efectos perjudiciales del uso de las redes sociales en la felicidad y la autoimagen de los adolescentes, basado principalmente en datos de Estados Unidos. Sin embargo, la pandemia ofreció oportunidades para que las conexiones electrónicas desarrollaran su potencial para crear y mantener los lazos sociales que respaldan la felicidad(5).

Recomendaciones

Los hallazgos no revelan índices significativos entre el índice de felicidad y las tasas de suicidios en España durante los años 2013, 2018 y 2022, lo cual resalta la importancia de investigaciones continuas. La complejidad de esta relación abre oportunidades para explorar factores subyacentes, permitiendo la formulación de estrategias preventivas y políticas específicas. La investigación en este ámbito no solo arrojará luz sobre los desafíos asociados, sino que también contribuirá al diseño de intervenciones eficaces que fomenten la resiliencia y el bienestar de la sociedad. El enfoque desde un EDA proporciona un marco valioso para comprender y abordar estos complejos aspectos de la salud mental en la población.

Es interesante buscar orientar acciones futuras que contribuyan al aumento de la felicidad y la prevención del suicidio en España, abordando las distintas dimensiones identificadas a través del Análisis Exploratorio de Datos.

Referencias

1. Worldhappiness.report. Disponible en: <https://worldhappiness.report/>
2. INE. Instituto Nacional de Estadística [Internet]. INE. Disponible en: <https://www.ine.es/>
3. Observatorio del Suicidio en España 2021 . Prevención del suicidio. Disponible en: <https://www.fsme.es/observatorio-del-suicidio-2021/>
4. Menárguez AT. Gonzalo Martínez-Alés, psiquiatra en Harvard: “La crisis suicida es corta, en el 50% de la población el intento dura 10 minutos” [Internet]. Ediciones EL PAÍS S.L. 2022. Disponible en: <https://elpais.com/sociedad/2022-08-12/gonzalo-martinez-ales-psiquiatra-en-harvard-la-crisis-suicida-es-corta-en-el-50-de-la-poblacion-el-intento-dura-10-minutos.html>
5. WHR 2023 Chapter 2: Felicidad mundial, confianza y conexiones sociales en tiempos de crisis . Kwfoundation.org. 2023 . Disponible en: <https://kwfoundation.org/blog/2023/03/29/whr-2023-chapter-2-felicidad-mundial-confianza-y-conexiones-sociales-en-tiempos-de-crisis/>