REVISTA INVECOM
ISSN en línea: 2739-0063

Autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida en adultos mayores

Self-esteem, psychological well-being, and life satisfaction in older adults

Recibido: 26/04/2026 - **Aceptado:** 18/07/2026

Catherine Ramírez Quispe
https://orcid.org/0009-0003-4303-4219
a2024802028@uwiener.edu.pe
Universidad Norbert Wiener. Lima, Perú

Resumen

El objetivo de este estudio se centró en analizar la relación entre la autoestima, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida en adultos mayores de Tarapoto, San Martín, en 2025. Se empleó un enfoque cuantitativo con un diseño correlacional no experimental. La sección muestral estuvo constituida por 175 participantes del Centro del Adulto Mayor de EsSalud Tarapoto. En cuanto a la recopilación de datos, se usaron tres instrumentos validados: la Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR), la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) y la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS). Los resultados obtenidos revelaron relaciones positivas y significativas entre las variables de estudio: autoestima y bienestar psicológico (rho: .211; p = .005), autoestima y satisfacción con la vida (rho: .222; p = .003), y bienestar psicológico con satisfacción vital (rho: .202; p = .007). Sin embargo, aunque estas relaciones fueron estadísticamente significativas, su magnitud resultó baja, esto denota la intervención de otros elementos psicosociales que también inciden sobre la valoración del bienestar de los adultos mayores. En consecuencia, se concluye que, a pesar de la relación entre autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida, su impacto es limitado, lo que resalta la importancia de considerar otros aspectos en la intervención psicosocial.

Palabras clave: autoestima, bienestar psicológico, satisfacción con la vida.

Abstract

The objective of this study was to analyze the relationship between self-esteem, psychological well-being, and life satisfaction in older adults in Tarapoto, San Martín, in 2025. A quantitative approach with a non-experimental correlational design was used. The sample consisted of 175 participants from the EsSalud Tarapoto Senior Center. Three validated instruments were used for data collection: the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), the Biological Well-being Scale (BIEPS-A), and the Satisfaction with Life Scale (SWLS). The results revealed positive and significant relationships between the study variables: self-esteem and psychological well-being (rho: .211; p = .005), self-esteem and life satisfaction (rho: .222; p = .003), and psychological well-being and life satisfaction (rho: .202; p = .007). However, although these relationships were statistically significant, their magnitude was low, indicating the influence of other psychosocial factors that also affect the perception of well-being in older adults. Consequently, it is concluded that, despite the relationship between self-esteem, psychological well-being, and life satisfaction, its impact is limited, highlighting the importance of considering other aspects in psychosocial intervention.

Keywords: self-esteem, psychological well-being, life satisfaction.

Introducción

Durante los últimos años, el aumento de la población de adultos mayores ha atraído el interés de múltiples disciplinas científicas, porque este fenómeno implica cambios biológicos, psicológicos y sociales que afectan directamente su bienestar (Asejeje & Ogunro, 2024). A nivel mundial, aproximadamente 500 millones de personas, cerca del 8% de la población, tienen más de 65 años (Sabri et al., 2022; United Nations, 2020). Esta realidad exige fortalecer las estrategias destinadas a garantizar su bienestar integral, especialmente el psicológico, ya que, alrededor del 14% de los adultos mayores padece trastornos como ansiedad o depresión, y factores como la soledad y el aislamiento social agravan su calidad de vida (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2023).

Desde el entorno latinoamericano, la problemática es más compleja, el 45% de los adultos mayores presenta ansiedad, el 27.6% presenta depresión y el 33.1% reporta niveles elevados de estrés (Moya-Salazar et al., 2023; Sepúlveda-Loyola et al., 2020). Además, cerca del 30% experimenta aislamiento social, factor que aumenta el riesgo de deterioro cognitivo y trastornos mentales (Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores [INAPAM], 2024). Entre el 6.46% y el 8.48% padece demencia, con proyecciones que indican la duplicación de estos casos cada dos décadas, lo cual afecta de manera significativa la satisfacción con la vida (Organización Panamericana de la Salud [OPS], 2025). Estos datos subrayan la necesidad de abordar el envejecimiento desde una perspectiva que integre aspectos personales y contextuales.

En el Perú se observan patrones similares. Según el Instituto Nacional de Estadística e Informática (INEI), el 43.9% de las familias incluye al menos un adulto mayor (INEI, 2021). En este grupo, el 80.3% padece enfermedades crónicas, 52.6% sigue participando en el mercado laboral y solo el 24% cuenta con empleo formal, con ingresos promedio cercanos a 1.200 soles (INEI, 2023). La salud mental de las personas mayores sigue siendo insuficientemente estudiada. La prevalencia de depresión registrada es del 6.8%, y hay problemas asociados como el consumo de sustancias (Hernández-Vásquez et al., 2020; Vasquez-Chavesta et al., 2024). Este panorama evidencia la necesidad de profundizar en variables psicológicas que expliquen mejor su bienestar.

Las variables psicológicas son determinantes para comprender el estado emocional en la vejez. El bienestar subjetivo de un individuo depende de factores internos y relacionales, como la condición física, los vínculos sociales y el reconocimiento personal (Niveau et al., 2021; Van Kampen et al., 2023). Estudios muestran que una alta autovaloración se asocia con mayor equilibrio emocional y una visión más positiva de la vida en la vejez (González-González & Requena, 2023), actuando como factor protector ante las adversidades propias del envejecimiento.

El equilibrio emocional abarca dimensiones como la autonomía, el sentido de propósito, el crecimiento personal y la interacción social (Boyacıoğlu et al., 2023; Hudomiet et al., 2021). Este estado condiciona la forma en que las personas mayores valoran su existencia desde una perspectiva subjetiva e integral (Prati, 2022). En esta etapa, la evaluación vital está estrechamente vinculada a la autovaloración y a la estabilidad psicológica, y constituye un indicador clave de felicidad, realización y calidad de vida (Cho & Cheon, 2023).

A nivel local, Tarapoto presenta brechas que afectan la experiencia de las personas mayores, como la limitada atención médica en zonas periféricas y la escasa implementación de programas para el manejo emocional. Aunque existen espacios como el Centro del Adulto Mayor de EsSalud, estos no cubren de manera integral las necesidades emocionales de la población. En la práctica, muchos adultos mayores padecen soledad, baja autoestima y falta de realización, situaciones asociadas a la disminución del apoyo familiar y a la pérdida de roles sociales, lo que deteriora su calidad de vida.

Ante este contexto, resulta pertinente analizar la relación entre autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida en adultos mayores de Tarapoto. Comprender estas variables permitirá generar evidencia empírica que oriente el diseño de intervenciones psicosociales más efectivas. En consecuencia, el presente estudio tiene como objetivo principal determinar la relación entre autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida en adultos mayores de Tarapoto, 2025. Los objetivos específicos son: 1) medir la relación entre autoestima y bienestar psicológico en adultos mayores de Tarapoto, San Martín, 2025; 2) determinar la relación entre autoestima y satisfacción con la vida en adultos mayores de Tarapoto, San Martín, 2025; y 3) identificar la relación entre bienestar psicológico y satisfacción con la vida en adultos mayores de Tarapoto, San Martín, 2025.

Metodología

El estudio fue de tipo básico, puesto que su objetivo fue ampliar el acervo intelectual sobre las variables analizadas sin buscar una intervención inmediata; es decir, se centró en examinar la interrelación entre la autoestima, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida (Romero et al., 2022). Este enfoque permitió la formulación y verificación de teorías y proporcionó evidencia fiable que puede servir de base para investigaciones o programas de intervención futuros (Swarooprani, 2022).

Además, se empleó el método hipotético-deductivo, ya que, se plantearon hipótesis fundamentadas en teorías previas sobre las variables y estas hipótesis se contrastaron con los datos recogidos en campo (Casula et al., 2021). Este procedimiento posibilitó verificar la validez de las proposiciones siguiendo una lógica sistemática de comprobación (Fife & Gossner, 2024). Asimismo, el estudio tuvo un enfoque cuantitativo, puesto que evaluó las relaciones entre variables mediante instrumentos validados, lo que permitió recopilar información verificable y susceptible de análisis estadístico (Pilcher & Cortazzi, 2024). Este enfoque facilitó la comprobación de hipótesis y la obtención de resultados precisos (Barroga et al., 2023).

El diseño fue no experimental, dado que no se efectuó ninguna intervención que modificara el contexto natural de las variables (Starbuck, 2023). Además, el estudio fue de corte transversal, porque los registros se

recopilaron en un período temporal específico (Cvetković Vega et al., 2021). El nivel de análisis fue correlacional, orientado a determinar la magnitud y dirección de las relaciones entre las variables investigadas (Ato et al., 2013).

En cuanto a la población, la misma estuvo constituida por 319 personas de la tercera edad que participaban activamente en el Centro del Adulto Mayor de EsSalud en Tarapoto, con características homogéneas pertinentes para la investigación (Mucha et al., 2021). Se establecieron criterios de inclusión que consideraron a adultos mayores con una permanencia mínima de seis meses en el centro y que aceptaron participar de forma voluntaria mediante consentimiento informado. Se excluyeron quienes no estuvieron presentes al momento de la recolección por motivos de salud, los asistentes por primera vez o con residencia reciente en la provincia, y aquellos que no completaron adecuadamente los cuestionarios.

La muestra final fue de 175 participantes, calculada con la fórmula para poblaciones finitas, con un nivel de confianza del 95% y una tolerancia de error del 5% (Andrade, 2020; Cash et al., 2022), lo que garantizó su representatividad respecto a la población de estudio. Se utilizó un muestreo aleatorio simple, asegurando que todas las unidades poblacionales tuvieran igual probabilidad de ser incluidas, lo que contribuyó a la fiabilidad de los resultados (White, 2022).

Variables abordadas en el estudio

Para abordar la problemática descrita, se definieron y operacionalizaron las variables principales. La autoestima se entendió como la autovaloración que construye el individuo a partir de sus experiencias y de la percepción de aceptación social (Ryszewska et al., 2022). Se evaluó con el baremo EAR, que mide percepción de competencia, autoeficacia y aceptación personal mediante una escala Likert de cuatro niveles.

El bienestar psicológico se definió como el estado en el que la persona progresa en sus capacidades y regula los cambios propios de su vida (Tóth et al., 2025). Se midió con la escala BIEPS-A, la cual contempla dimensiones como proyectos, control y autonomía, y utiliza una escala ordinal de tres niveles.

La satisfacción con la vida se refirió a la valoración global que realiza la persona sobre su trayectoria vital (Jafaraghaee et al., 2024). Se midió mediante la escala SWLS, compuesta por cinco ítems en formato Likert de cinco puntos que cuantifican la percepción subjetiva del bienestar general.

Para la recolección de datos se empleó la técnica de la encuesta, aplicando cuestionarios estructurados a la muestra seleccionada. Esta técnica resultó adecuada para un enfoque cuantitativo, pues permitió obtener respuestas estandarizadas sobre percepciones y actitudes, facilitando su posterior análisis estadístico (Vizcaíno et al., 2023; Medina et al., 2023). Su uso se justificó por la necesidad de recopilar información directa y cuantificable sobre la autoestima y las demás variables estudiadas.

Respecto a la propiedad psicométrica de los instrumentos, el EAR, originalmente desarrollado por Atienza et al. (2000), mostró correlaciones ítem-test entre .44 y .73 ($p < .01$). En su versión adaptada al contexto peruano presenta 10 ítems en formato de 4 puntos y altos índices de confiabilidad ($\alpha = .965$; $\omega = .960$) (Vilca et al., 2022). El BIEPS-A, elaborado inicialmente por Casullo (2002), incluye dimensiones de control, vínculos, proyectos y aceptación; su confiabilidad inicial fue $\alpha = .74$ con correlaciones interdimensionales entre .53 y .87. La versión ajustada por Díaz et al. (2024) redujo el instrumento a 11 ítems con escala de tres opciones, mostrando confiabilidad adecuada ($\alpha = .80$; $\omega = .80$). La SWLS de Diener et al. (1985), adaptada al Perú por Caycho-Rodríguez et al. (2018), mantuvo su estructura unidimensional en formato de cinco puntos y presentó alta confiabilidad ($\alpha = .93$).

La validez de los instrumentos se aseguró mediante revisión por criterio de expertos y con la consideración de evidencias previas de validez de contenido y constructo. Se registraron valores aceptables en la V de Aiken ($V > .70$) y buenos índices de ajuste en modelos factoriales confirmatorios en estudios previos (Corral, 2017; Vilca et al., 2022; Díaz et al., 2024; Caycho-Rodríguez et al., 2018). Asimismo, la consistencia interna quedó respaldada por coeficientes alfa de Cronbach y omega superiores a .70, lo que garantiza la fiabilidad de las mediciones en el estudio (Castañeda et al., 2024).

Procedimiento

Para el desarrollo del estudio se gestionaron las autorizaciones correspondientes ante el Centro del Adulto Mayor de EsSalud en Tarapoto, con el fin de garantizar el acceso a la población objetivo. Posteriormente, los instrumentos se aplicaron en una única sesión, siguiendo el orden de llegada de los participantes al centro; se empleó la técnica de encuesta mediante cuestionarios estructurados, lo que permitió obtener información directa (Vizcaíno et al., 2023). Durante la aplicación se proporcionaron instrucciones claras para asegurar la comprensión de los ítems y la correcta marcación de las respuestas. Seguidamente, los datos recopilados se categorizaban y almacenaban en un repositorio digital institucional (Drive institucional) para su posterior análisis. Finalmente, se

realizaron análisis estadísticos descriptivos e inferenciales para identificar las correlaciones entre las variables, de acuerdo con los objetivos planteados.

La investigación se desarrolló respetando los principios éticos de la Declaración de Helsinki —autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia— (World Medical Association, 2017). Se certificó que la participación de los adultos mayores fuera voluntaria y sin presiones externas mediante la firma del consentimiento informado, asegurando que comprendieran el propósito del estudio, su procedimiento y sus posibles implicancias. Se protegió la privacidad de los participantes, evitando la divulgación de información personal y restringiendo el uso de los datos a fines académicos. Además, se gestionaron las autorizaciones institucionales pertinentes y se siguieron los lineamientos legales y administrativos del comité de ética local (Presidente del Comité Institucional de Ética para la Investigación, 2025). Se respetaron los principios de integridad académica, se evitó el plagio, se reconoció la autoría de las fuentes consultadas y se promovió la transparencia en la presentación de los hallazgos.

Resultados

El procedimiento de investigación se organizó de lo particular a lo general, siguiendo los objetivos específicos para luego abordar el objetivo general. Primero se caracterizaron las variables y se describió su distribución. A continuación, se calcularon los niveles de correlación entre las variables. Los pasos concretos se detallan a continuación:

Tabla 1

Estadísticos descriptivos de las variables de estudio

	M	DE	Asimetría	Curtosis
Autoestima	37.07	3.355	-0.930	-0.311
Bienestar Psicológico	32.25	1.407	-2.074	4.462
Proyectos	14.66	0.741	-1.929	4.649
Control	8.71	0.576	-2.083	4.103
Autonomía	8.87	0.396	-3.322	10.930
Satisfacción con la vida	22.89	2.157	-0.549	-0.813

Como se puede observar en la Tabla 1, la variable autoestima presenta una media de 37.07 (DE = 3.355), mientras que el bienestar psicológico alcanza una media de 32.25 (DE = 1.407), evidenciando valores relativamente altos en ambas variables. En cuanto a sus dimensiones, proyectos (M = 14.66), control (M = 8.71) y autonomía (M = 8.87) muestran niveles consistentes dentro de la variable 2. No obstante, la variable 3 registra como media de 22.89 (DE = 2.157), indicando una percepción favorable en los participantes. En relación con la distribución de los datos, se observan valores de asimetría negativos en todas las variables, lo que sugiere una tendencia hacia puntuaciones altas. Asimismo, la curtosis presenta valores elevados en algunas dimensiones, indicando una concentración de respuestas en torno a la media, es por esta razón que fue necesario una prueba no paramétrica (rho de Spearman).

Tabla 2

Relación entre autoestima y bienestar psicológico

		Autoestima	Bienestar Psicológico
Autoestima	R_S	—	
	gl	—	
	valor p	—	
Bienestar psicológico	R_S	0.211**	—
	gl	173	—
	valor p	.005	—
Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001			

La Tabla 2 evidencia una relación positiva y de relevancia estadística comprobada entre la autoestima y el bienestar psicológico (rho: .211; p =.005). Este resultado indica que, debido al incremento de la autoestima suele acrecentarse el bienestar psicológico en las personas de tercera edad. No obstante, esta relación es de magnitud baja.

Tabla 3
Relación entre autoestima y satisfacción con la vida

		Autoestima	Satisfacción
Autoestima	R_S	—	
	gl	—	
	valor p	—	
Satisfacción con la vida	R_S	0.222**	—
	gl	173	—
	valor p	.003	—
Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001			

Respecto al segundo objetivo específico, la Tabla 3 evidencia una relación positiva y significativa entre la autoestima y la satisfacción con la vida (rho: .222; p = .003). Este hallazgo señala que, mayores niveles de autoestima están vinculados a una mayor satisfacción vital. La magnitud de la relación es baja, aunque ligeramente superior a la encontrada entre autoestima y bienestar psicológico.

Tabla 4
Relación entre bienestar psicológico y satisfacción con la vida

		Bienestar	Satisfacción con la vida
Bienestar	R_S	—	
	gl	—	
	valor p	—	
Satisfacción con la vida	R_S	0.202**	—
	gl	173	—
	valor p	.007	—
Nota. * p < .05, ** p < .01, *** p < .001			

En relación con el tercer objetivo, la Tabla 4 muestra una correlación positiva y significativa entre el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida (rho = .202; p = .007). Este hallazgo indica que a mayor bienestar psicológico corresponde una mejor valoración de la vida por parte de los participantes. No obstante, la magnitud de la asociación fue baja.

En términos generales, las variables estudiadas se relacionaron de forma positiva y significativa en los adultos mayores de Tarapoto. Sin embargo, las correlaciones fueron de baja intensidad, lo que sugiere que, aunque existe asociación entre las medidas, estas explican limitada variabilidad entre sí y es probable que intervengan factores externos no evaluados en este estudio.

Discusiones

De acuerdo con los resultados, la autoestima, el bienestar psicológico y la satisfacción con la vida se relacionaron de forma positiva y estadísticamente significativa en la muestra de adultos mayores; sin embargo, las asociaciones fueron de baja magnitud. Esto sugiere que, aunque las variables están vinculadas, no explican de manera contundente la variabilidad entre sí, por lo que probablemente intervienen factores externos no evaluados aquí, por ejemplo: red social, salud física o soporte familiar. Conceptualmente, estos hallazgos concuerdan parcialmente con teorías clásicas, a saber: Rosenberg plantea que la autoestima influye en el bienestar y la satisfacción vital (Monteiro et al., 2022); Ryff sostiene que la armonía entre autodeterminación, sentido y vínculos

mejora la percepción de la existencia (Dierendonck & Lam, 2023); y la teoría del bienestar subjetivo de Diener enfatiza la interacción entre factores internos y la interpretación subjetiva de la experiencia (Sewaybricker & Massola, 2023). En conjunto, los resultados confirman la interdependencia entre estas variables, pero también su complejidad y dependencia de factores contextuales.

Respecto al primer objetivo, se encontró una correlación positiva y significativa entre autoestima y bienestar psicológico (rho = .211; p = .005), aunque de magnitud baja. Este resultado coincide con Arcos et al. (2024), quienes indican que la autoestima influye en la autonomía y la salud emocional en adultos mayores. La explicación teórica también se apoya en la perspectiva sociométrica de Leary y Baumeister, que vincula la autoestima con la aceptación social percibida (Agyeiwaah & Zhao, 2023). No obstante, la baja intensidad de la asociación indica que la autoestima no es el único determinante del bienestar psicológico; factores sociales y de inclusión, entre otros, también desempeñan un papel importante (Carranza, 2023). Por tanto, la autoestima contribuye al bienestar psicológico, pero su efecto resulta limitado si no se acompaña de condiciones sociales favorables.

En relación con el segundo objetivo, se identificó una asociación positiva y significativa entre autoestima y satisfacción con la vida (rho = .222; p = .003), igualmente de magnitud baja. Este hallazgo concuerda con Chu y Koo (2023) y Toros et al. (2023), quienes reportaron que experiencias positivas, sentido de logro y percepción de utilidad fortalecen tanto la autoestima como la satisfacción vital. La teoría de Rosenberg y la noción de autoestima contingente sustentan que una autovaloración positiva mejora la valoración global de la vida, aunque también depende del reconocimiento social (Fairlamb et al., 2022). La baja magnitud observada sugiere que la satisfacción con la vida no depende únicamente de la autoestima; el entorno social y el apoyo recibido influyen de forma significativa (Quispe et al., 2022). En consecuencia, la autoestima es un factor importante, pero no suficiente, para explicar la satisfacción vital.

Con respecto al tercer objetivo, se estableció una correlación positiva y significativa entre bienestar psicológico y satisfacción con la vida (rho = .202; p = .007), de magnitud baja. Este resultado es coherente con estudios que asocian recursos psicológicos y estilos de afrontamiento a una mejor apreciación de la vida en la vejez (Espinoza et al., 2022). También, se relaciona con la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan, que vincula la autonomía y las relaciones sociales con la satisfacción vital (Grenier et al., 2024), y con la teoría de las emociones positivas de Fredrickson, que resalta el papel de las experiencias positivas en el fortalecimiento del bienestar (Otto & Laireiter, 2021). Sin embargo, la baja correlación indica que el bienestar psicológico, si bien relevante, no explica por sí solo la satisfacción con la vida; otras variables como funcionalidad, autonomía y condiciones de salud también son determinantes (Paullo et al., 2022).

En conjunto, los resultados señalan la necesidad de intervenciones integrales para la población adulta mayor. Dado que las relaciones entre autoestima, bienestar y satisfacción vital son significativas, pero de baja magnitud, las estrategias no deben centrarse únicamente en fortalecer la autoestima; conviene adoptar un enfoque multidimensional que aborde factores emocionales, sociales y de salud. Instituciones como EsSalud, municipalidades y centros de atención deberían diseñar programas que combinen talleres psicoeducativos, dinámicas grupales, terapia ocupacional y espacios de reflexión para promover la autovaloración, la socialización y el apoyo mutuo. Estas acciones pueden mejorar la percepción de la vida en los adultos mayores, aunque es preciso reconocer que la satisfacción vital depende también de factores externos que requieren intervenciones más amplias.

Conclusiones

A nivel general, se halló una asociación positiva y estadísticamente significativa entre autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida en los adultos mayores de Tarapoto: autoestima–bienestar psicológico (rho = .211; p = .005), autoestima–satisfacción con la vida (rho = .222; p = .003) y bienestar psicológico–satisfacción con la vida (rho = .202; p = .007).

La autoestima se relacionó de forma positiva y significativa con el bienestar psicológico (rho = .211; p = .005), aunque la intensidad de la asociación fue baja. Esto indica que, si bien la autovaloración contribuye al bienestar psicológico, no lo explica por sí sola; intervienen también factores sociales y emocionales del entorno. De igual modo, la autoestima mostró una correlación positiva y significativa con la satisfacción con la vida (rho = .222; p = .003), también de magnitud baja, lo que sugiere que una mayor autoestima favorece una mejor percepción vital, pero no es el único determinante.

El bienestar psicológico se asoció positivamente con la satisfacción con la vida (rho = .202; p = .007), con magnitud baja. Esto sugiere que, aunque un mayor bienestar psicológico está vinculado a una percepción más favorable de la vida, su capacidad explicativa es limitada frente a otras variables no evaluadas en este estudio.

En conjunto, los resultados orientan a profesionales de la salud, psicólogos y trabajadores sociales a diseñar intervenciones integrales que consideren no solo variables psicológicas, sino también condiciones sociales y contextuales. Dado que las correlaciones fueron significativas, pero de baja magnitud, se recomienda investigar factores adicionales, por ejemplo: salud física, redes de apoyo, condiciones económicas y funcionalidad, que puedan explicar mejor la variabilidad observada. Estudios futuros deberían abordar estas limitaciones y profundizar en los determinantes contextuales que modulan la relación entre autoestima, bienestar psicológico y satisfacción con la vida.

Referencias

Agyeiwaah, E., & Zhao, Y. (2023). A moderated mediation model of tourist cultural worldviews, perceived social relations, self-esteem, and prosocial behaviors - analyzing competing models. *Journal of Sustainable Tourism, 32*(8), 1584–1604. https://doi.org/10.1080/09669582.2023.2253501

Andrade, C. (2020). Sample size and its importance in research. *Indian Journal of Psychological Medicine, 42*(1), 102–103. https://doi.org/10.4103/IJPSYM.IJPSYM_504_19

Arcos, I., Cruz, A., Guzman, M., García, J., & Quiroz, S. (2024). Autoestima y capacidad de autocuidado en adultos mayores de Tenosique, Tabasco. *European Scientific Journal, ESJ, 25*(1), 553. https://doi.org/10.19044/esipreprint.1.2024.p553

Asejeje, F. O., & Ogunro, O. B. (2024). Deciphering the mechanisms, biochemistry, physiology, and social habits in the process of aging. *Archives of Gerontology and Geriatrics Plus, 1*(1), 100003. https://doi.org/10.1016/J.AGGP.2023.100003

Atienza, F., Moreno, Y., & Balaguer, I. (2000). Análisis de la dimensionalidad de la Escala de Autoestima de Rosenberg en una muestra de adolescentes valencianos. *Revista de Psicología, Universidad Tarraconense, 22*(1), 1–29. https://www.researchgate.net/publication/308341043_Analisis_de_la_dimensionalidad_de_la_Escala_de_Autoestima_de_Rosenberg_en_una_muestra_de_adolescentes_valencianos

Ato, M., López, J., & Benavente, A. (2013). Un sistema de clasificación de los diseños de investigación en psicología. *Anales de Psicología, 29*(3), 1038–1059. https://doi.org/10.6018/analesps.29.3.178511

Aymerich, M., Cladellas, R., Castelló, A., Casas, F., & Cunill, M. (2021). The evolution of life satisfaction throughout childhood and adolescence: Differences in young people's evaluations according to age and gender. *Child Indicators Research, 14*(6), 2347–2369. https://doi.org/10.1007/S12187-021-09846-9

Barroga, E., Janet, G., Furuta, A., Arima, M., Tsuchiya, S., Kawahara, C., Takamiya, Y., & Izumi, M. (2023). Conducting and writing quantitative and qualitative research. *Journal of Korean Medical Science, 38*(37), e291. https://doi.org/10.3346/jkms.2023.38.e291

Boyacıoğlu, N. E., Oflaz, F., Karaahmet, A. Y., Hodaeı, B. K., Afşin, Y., & Taşabat, S. E. (2023). Sexuality, quality of life and psychological well-being in older adults: A correlational study. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology: X, 17*, 100177. https://doi.org/10.1016/J.EUROX.2023.100177

Carranza, L. (2023). Factores asociados al bienestar emocional en los adultos mayores de 90 años de Ancash. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7*(6), 15–29. https://doi.org/10.37811/CL_RCM.V7I6.8571

Cash, P., Isaksson, O., Maier, A., & Summers, J. (2022). Sampling in design research: Eight key considerations. *Design Studies, 78*, 101077. https://doi.org/10.1016/J.DESTUD.2021.101077

Castañeda, T., López, A., Collazo, V., & Moirón, O. (2024). Fiabilidad instrumental para medir la aplicación de técnicas estadísticas en cultura física: Alpha de Cronbach. *Transformación, 20*(1), 1–7. https://transformacion.reduc.edu.cu/index.php/transformacion/es/article/view/9/8

Casula, M., Rangarajan, N., & Shields, P. (2021). The potential of working hypotheses for deductive exploratory research. *Quality & Quantity, 55*(5), 1703–1725. https://doi.org/10.1007/s11135-020-01072-9

Casullo, M. (2002). *Evaluación del bienestar psicológico en Iberoamérica* (Vol. 1). PAIDÓS. https://pdfcoffee.com/casullo-evaluacion-del-bienestar-psicologico-en-iberoamerica-pdf-free.html

Caycho-Rodríguez, T., Ventura-León, J., García, C., Barboza-Palomino, M., Arias, W., Dominguez-Vergara, J., Azabache-Alvarado, K., Cabrera-Orosco, I., & Samaniego, A. (2018). Psychometric evidence of the Diener's Satisfaction With Life Scale in Peruvian elderly. *Revista Ciencias de La Salud, 16*(3), 473–491. https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/revsalud/a.7267

Cho, D., & Cheon, W. (2023). Older adults' advance aging and life satisfaction levels: Effects of lifestyles and health capabilities. *Behavioral Sciences, 13*(4), 293. https://doi.org/10.3390/BS13040293

Chu, J. T., & Koo, M. (2023). Life satisfaction and self-esteem in older adults engaging in formal volunteering: A cross-sectional study in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(6), 4934. https://doi.org/10.3390/IJERPH20064934

Corral, Y. (2017). Validez y fiabilidad en investigaciones cualitativas. *Revista ARJÉ, 11*(20), 196–209. http://arje.bc.uc.edu.ve/arj20/art19.pdf

Cvetković Vega, A., Maguiña, J. L., Soto, A., Lama-Valdivia, J., & Correa López, L. E. (2021). Cross-sectional studies. *Revista de La Facultad de Medicina Humana, 21*(1), 164–170. https://doi.org/10.25176/RFMH.v21i1.3069

Díaz, P., Rosario, F., & Estrada, E. (2024). Evidencias psicométricas de la Escala de Bienestar Psicológico (BIEPS-A) en una muestra de adultos mayores peruanos. *Acta Colombiana de Psicología, 27*(1), 97–115. https://doi.org/10.14718/ACP.2024.27.1.5

Diener, E., Emmons, R., Larsen, R., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13

Dierendonck, D., & Lam, H. (2023). Interventions to enhance eudaemonic psychological well-being: A meta-analytic review with Ryff's Scales of Psychological Well-being. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 15*(2), 594–610. https://doi.org/10.1111/APHW.12398

Espinoza, E., Leiva, F., & Rengifo, C. (2022). Estilos de afrontamiento al estrés y satisfacción con la vida en una muestra de adultos mayores peruanos en el contexto del COVID-19. *ACADEMO, 9*(2), 15–44. https://www.redalyc.org/journal/6882/688272156007/html/

Fairlamb, S., Papadopoulou, H., & Bourne, V. (2022). Reach for the STARS? The role of academic contingent self-worth in statistics anxiety and learning. *Learning and Motivation, 78*, 101815. https://doi.org/10.1016/J.LMOT.2022.101815

Fife, S., & Gossner, J. (2024). Deductive qualitative analysis: Evaluating, expanding, and refining theory. *International Journal of Qualitative Methods, 23*, 16094069241244856. https://doi.org/10.1177/16094069241244856

Fusi, G., Palmiero, M., Lavolpe, S., Colautti, L., Crepaldi, M., Antonietti, A., Di Domenico, A., Colombo, B., Di Crosta, A., La Malva, P., Rozzini, L., & Rusconi, M. L. (2022). Aging and psychological well-being: The possible role of inhibition skills. *Healthcare, 10*(8), 1477. https://doi.org/10.3390/HEALTHCARE10081477

Garcia, D., Chanchay, A., & Morales, C. (2023). Bienestar psicológico en adultos mayores de 60 a 90 años de edad en un centro público en la ciudad de Quito en el año 2023. *Dominio de Las Ciencias, 9*(9), 1–18. https://doi.org/10.23857/DC.V9I3.3514

García, H., & Lara, J. (2022). Calidad de vida y autoestima de adultos mayores de una asociación de jubilados ecuatorianos. *CHAKIÑAN, Revista de Ciencias Sociales y Humanidades, 1*(17), 95–108. https://doi.org/10.37135/CHK.002.17.06

García, M., Aguilar, J., & García, M. (2021). Bienestar psicológico y burnout en personal de salud durante la pandemia de COVID-19. *Escritos de Psicología, 14*(2), 96–106. https://doi.org/10.24310/ESPSIESCPSI.V14I2.13618

González-González, E., & Requena, C. (2023). Self-care interventions of community-dwelling older adults: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Public Health, 11*, 1254172. https://doi.org/10.3389/FPUBH.2023.1254172

Grenier, S., Gagné, M., & O'Neill, T. (2024). Self-determination theory and its implications for team motivation. *Applied Psychology, 73*(4), 1833–1865. https://doi.org/10.1111/APPS.12526

Harnow, S., Emiliussen, J., Christiansen, R., Hasandedic, L., & Engelsen, S. (2022). The many faces of hedonic adaptation. *Philosophical Psychology, 35*(2), 253–278. https://doi.org/10.1080/09515089.2021.1967308

Hernández-Vásquez, A., Vargas-Fernández, R., Bendezu-Quispe, G., & Grendas, L. N. (2020). Depression in the Peruvian population and its associated factors: Analysis of a national health survey. *Journal of Affective Disorders, 273*, 291–297. https://doi.org/10.1016/J.JAD.2020.03.100

Heród, A., Szewczyk, B., & Pawłowska, B. (2024). Enhancing self-esteem, well-being, and relaxation in the elderly through nature-based interventions. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 21*(7), 952. https://doi.org/10.3390/IJERPH21070952

Hudomiet, P., Hurd, M. D., & Rohwedder, S. (2021). The age profile of life satisfaction after age 65 in the U.S. *Journal of Economic Behavior & Organization, 189*, 431–442. https://doi.org/10.1016/J.JEBO.2021.07.002

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2021). *En el Perú existen más de cuatro millones de adultos mayores*. https://m.inei.gob.pe/prensa/noticias/en-el-peru-existen-mas-de-cuatro-millones-de-adultos-mayores-12356/

Instituto Nacional de Estadística e Informática. (2023). *Situación de la población adulta mayor*. https://cdn.www.gob.pe/uploads/document/file/5206691/Situaci%C3%B3n%20de%20la%20Poblaci%C3%B3n%20Adulta%20Mayor%3A%20Abril%20-%20Mayo%20-%20Junio%202023.pdf

Instituto Nacional de las Personas Adultas Mayores. (2024). *La soledad y el aislamiento emocional y social en la vejez: Una realidad silenciosa*. https://www.gob.mx/inapam/articulos/la-soledad-y-el-aislamiento-emocional-y-social-en-la-vejez-una-realidad-silenciosa

Jafaraghaee, F., Mansour, R., Mayeli, H., & Atrkar, Z. (2024). Life satisfaction and related factors in older adults: A cross-sectional study. *Journal of Nursing Reports in Clinical Practice, 3*(2), 127–133. https://doi.org/10.32598/JNRCP.2403.1039

Jelić, M. (2022). How do we process feedback? The role of self-esteem in processing self-related and other-related information. *Acta Psychologica, 227*, 103592. https://doi.org/10.1016/J.ACTPSY.2022.103592

Kim, E., Tkatch, R., Martin, D., MacLeod, S., Sandy, L., & Yeh, C. (2021). Resilient aging: Psychological well-being and social well-being as targets for the promotion of healthy aging. *Gerontology and Geriatric Medicine, 7*, 23337214211002951. https://doi.org/10.1177/23337214211002951

Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C., & Castillo, R. (2023). *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación* (Vol. 1). Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú. https://doi.org/10.35622/inudi.b.080

Misu, Y., Hayashi, S., Iwai, N., & Yamamoto, T. (2022). Factors affecting the life satisfaction of older people with care needs who live at home. *Geriatrics, 7*(5), 117. https://doi.org/10.3390/GERIATRICS7050117

Monteiro, R., Coelho, G., Hanel, P., Medeiros, E., & Gomes, P. (2022). The efficient assessment of self-esteem: Proposing the Brief Rosenberg Self-Esteem Scale. *Applied Research in Quality of Life, 17*(2), 931–947. https://doi.org/10.1007/S11482-021-09936-4

Moya-Salazar, J., Jaime-Quispe, A., Cañari, B., Moya-Espinoza, J. G., & Contreras-Pulache, H. (2023). A systematic review of mental health in rural Andean populations in Latin America during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1136328. https://doi.org/10.3389/FPSYT.2023.1136328

Mucha, L., Chamorro, R., Oseda, M., & Alania, R. (2021). Evaluación de procedimientos empleados para determinar la población y muestra en trabajos de investigación de posgrado. *Desafíos, 12*(1), 50–57. https://doi.org/10.37711/DESAFIOS.2021.12.1.253

Niveau, N., New, B., & Beaudoin, M. (2021). Self-esteem interventions in adults – A systematic review and meta-analysis. *Journal of Research in Personality, 94*, 104131. https://doi.org/10.1016/J.JRP.2021.104131

Organización Mundial de la Salud. (2023). *Salud mental de los adultos mayores*. https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-of-older-adults

Organización Panamericana de la Salud. (2025). *Salud mental*. https://www.paho.org/es/temas/salud-mental

Otto, L., & Laireiter, A. (2021). Factor structure of the “Top Ten” positive emotions of Barbara Fredrickson. *Frontiers in Psychology, 12*, 641804. https://doi.org/10.3389/FPSYG.2021.641804

Park, J., & Kang, S. (2022). Factors related to life satisfaction of older adults at home: A focus on residential conditions. *Healthcare, 10*(7), 1279. https://doi.org/10.3390/HEALTHCARE10071279

Paullo, K., Risco, G., Sigueñas, E., & González, M. (2022). Nivel de funcionalidad y calidad de vida en población rural de adultos mayores en un centro integral para el adulto mayor de Lima, Perú. *Revista Herediana de Rehabilitación, 5*(1), 14–20. https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RHR/article/view/4257

Pilcher, N., & Cortazzi, M. (2024). “Qualitative” and “quantitative” methods and approaches across subject fields: Implications for research values, assumptions, and practices. *Quality & Quantity, 58*(3), 2357–2387. https://doi.org/10.1007/s11135-023-01734-4

Prati, G. (2022). Correlates of quality of life, happiness and life satisfaction among European adults older than 50 years: A machine-learning approach. *Archives of Gerontology and Geriatrics, 103*, 104791. https://doi.org/10.1016/J.ARCHGER.2022.104791

Presidente de Comité Institucional de Ética para la Investigación. (2022). *Reglamento del comité institucional de ética para la investigación*. https://intranet.uwiener.edu.pe/univwiener/portales/centroinvestigacion/documentacion/2022/UPNW-EES-REG-004%20Comite%20Institucional%20de%20Etica%20en%20Investigacion.pdf

Quispe, M., Medina, N., López, C., & Ticona, W. (2022). Quality of life and satisfaction with life in older adults in marginal urban areas of the District of Carabayllo. *Salud, Ciencia y Tecnología - Serie de Conferencias, 1*(1), 348. https://doi.org/10.56294/SCTCONF2022348

Qureshi, A., Tariq, S., & Mubeen, B. (2023). Social support as predictor of life satisfaction in older adults. *Journal of Professional & Applied Psychology, 4*(1), 53–60. https://doi.org/10.52053/JPAP.V4I1.121

Rippon, D., Shepherd, J., Wakefield, S., Lee, A., & Pollet, T. (2024). The role of self-efficacy and self-esteem in mediating positive associations between functional social support and psychological wellbeing in people with a mental health diagnosis. *Journal of Mental Health, 33*(6), 721–730. https://doi.org/10.1080/09638237.2022.2069695

Romero, H., Real, J., Ordoñez, J., Gavino, G., & Saldarriaga, G. (2022). Metodología de la investigación. *ACVENISPROH Académico, 1*(1), 2–257. https://doi.org/10.47606/ACVEN/ACLIB0017

Ryszewska, D., Tobis, S., Kropińska, S., Wieczorowska, K., & Talarska, D. (2022). The association of self-esteem with the level of independent functioning and the primary demographic factors in persons over 60 years of age. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 19*(4), 1996. https://doi.org/10.3390/IJERPH19041996

Sabri, S., Annuar, N., Labanihuda, N., Khairol, S., Abd, H., & Kurniawan, I. (2022). Major trends in ageing population research: A bibliometric analysis from 2001 to 2021. *Proceedings, 82*, 19. https://doi.org/10.3390/PROCEEDINGS2022082019

Šare, S., Ljubičić, M., Gusar, I., Čanović, S., & Konjevoda, S. (2021). Self-esteem, anxiety, and depression in older people in nursing homes. *Healthcare, 9*(8), 1035. https://doi.org/10.3390/HEALTHCARE9081035

Sepúlveda-Loyola, W., Dos Santos, R., Tricanico, R. P., & Suziane, V. (2020). Participación social, un factor a considerar en la evaluación clínica del adulto mayor: Una revisión narrativa. *Revista Peruana de Medicina Experimental y Salud Pública, 37*(2), 341–349. https://doi.org/10.17843/RPMESP.2020.372.4518

Sewaybricker, L. E., & Massola, G. (2023). What is subjective well-being? A critical analysis of the article subjective well-being, by Ed Diener. *Psicologia & Sociedade, 34*(1), e258310. https://doi.org/10.1590/1807-0310/2022V34258310

Shuo, D., Liu, G., Xu, F., Ji, K., Zhao, L., Zheng, X., Benjamin, O., Wang, Z., Yang, S., & Chen, R. (2023). The satisfaction of elderly people with elderly caring social organizations and its relationship with social support and anxiety during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *BMC Public Health, 23*, 15951. https://doi.org/10.1186/S12889-023-15951-X

Starbuck, C. (2023). Research design. En *The Fundamentals of People Analytics* (pp. 51–57). https://doi.org/10.1007/978-3-031-28674-2_4

Sulandari, S., Johnson, J., & Coats, R. (2024). Life satisfaction and its associated factors among young and older adults in the United Kingdom (UK). *Aging & Mental Health*, 1–9. https://doi.org/10.1080/13607863.2024.2432380

Swarooprani, K. (2022). An study of research methodology. *International Journal of Scientific Research in Science, Engineering and Technology, 9*(3), 537–543. https://doi.org/10.32628/IJSRSET2293175

The World Medical Association. (2017). *Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/

Thompson, A., Smith, M., McNeill, A., & Pollet, T. (2024). Friendships, loneliness and psychological wellbeing in older adults: A limit to the benefit of the number of friends. *Ageing & Society, 44*(5), 1090–1115. https://doi.org/10.1017/S0144686X22000666

Toros, T., Ogras, E. B., Toy, A. B., Kulak, A., Esen, H. T., Ozer, S. C., & Celik, T. (2023). The impact of regular exercise on life satisfaction, self-esteem, and self-efficacy in older adults. *Behavioral Sciences, 13*(9), 714. https://doi.org/10.3390/BS13090714

Tóth, E., Vujić, A., Ihász, F., Ruíz, R., & Szabo, A. (2025). Functional fitness and psychological well-being in older adults. *BMC Geriatrics, 25*, 1–12. https://doi.org/10.1186/S12877-024-05654-2

United Nations. (2020). *World Population Ageing 2020 Highlights*. https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/undesa_pd-2020_world_population_ageing_highlights.pdf

Van Kampen, E., Van den Berg, F., Brouwer, J., & Keijzer, M. (2023). Never too old to learn - Third age adults experience little (self-)ageism or barriers to learning. *Social Sciences & Humanities Open, 7*, 100384. https://doi.org/10.1016/J.SSAHO.2022.100384

Vasquez-Chavesta, A. Z., Caira-Chuquineyra, B., Fernandez-Guzman, D., Llamo-Vilcherrez, A. P., Barboza, J. J., & Toro-Huamanchumo, C. J. (2024). Health behaviors and depressive symptoms in Peruvian adults: A national survey analysis. *Journal of Affective Disorders Reports, 16*, 100733. https://doi.org/10.1016/J.JADR.2024.100733

Vilca, L., Travezaño-Cabrera, A., & Santos-Garcia, S. (2022). Escala de autoestima de Rosenberg (EAR): Análisis de la estructura factorial y propuesta de una nueva versión de solo ítems positivos. *Electronic Journal of Research in Education Psychology, 20*(56), 225–240. https://doi.org/10.25115/ejrep.v20i56.5235

Vizcaíno, P., Cedeño, R., & Maldonado, I. (2023). Metodología de la investigación científica: Guía práctica. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, 7*(4), 9723–9762. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i4.7658

White, M. (2022). Sample size in quantitative instrument validation studies: A systematic review of articles published in Scopus, 2021. *Heliyon, 8*(12), e12223. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e12223

CONTRIBUCIÓN DE LA AUTORÍA:

1. Conceptualización: Catherine Ramírez Quispe
2. Curación de datos: Catherine Ramírez Quispe
3. Análisis formal: Catherine Ramírez Quispe
4. Adquisición de fondos: Catherine Ramírez Quispe
5. Investigación: Catherine Ramírez Quispe
6. Metodología: Catherine Ramírez Quispe
8. Recursos: Catherine Ramírez Quispe
9. Software: Catherine Ramírez Quispe
13. Redacción - borrador original: Catherine Ramírez Quispe
14. Redacción - corrección de pruebas y edición: Catherine Ramírez Quispe