






**Comunicación breve**

**Modelo predictivo para explicar el sentido de vida y  
sus implicancias en la salud mental**


**Predictive Model to Explain the Meaning of Life and its  
Implications for Mental Health**

Alberto Remaycuna-Vasquez<sup>1</sup>  

Luz Angelica Atoche-Silva<sup>2</sup> 

Víctor Eduardo Horna-Calderon<sup>3</sup> 

Fátima Rosalía Espinoza-Porras<sup>4</sup> 

Sandra Sofía Izquierdo-Marin<sup>5</sup> 

<sup>1</sup>Universidad Privada Antenor Orrego, Programa de estudio de psicología. Trujillo, Perú.

<sup>2</sup>Universidad Nacional de Frontera, escuela de administración hotelera y turismo. Piura, Perú.

<sup>3</sup>Escuela de Posgrado de la Policía Nacional Peruana. Lima, Perú.

<sup>4</sup>Universidad Tecnológica del Perú. Escuela profesional de psicología. Piura, Perú.

**Recibido: 12/08/2025**

**Aceptado: 09/11/2025**

## Resumen

**Introducción:** no solo se puede mejorar la salud mental cuando reparan los síntomas de la enfermedad, sino que existen otras alternativas que tienen un enfoque preventivo.

**Objetivo:** proponer un modelo predictivo para explicar el sentido de vida y sus implicancias en la salud mental basado en la espiritualidad y la gratitud

**Métodos:** se realizó un estudio empírico de estrategia asociativa con diseño predictivo; se aplicó una encuesta transversal a 205 personas seleccionadas mediante un muestreo probabilístico estratificado.

**Resultados:** no se reportan diferencias significativas de la inteligencia espiritual, gratitud y sentido de vida en función al sexo (Sig.  $> 0.05$ ); no obstante, existen diferencias en cuanto a la religión; en la que los evangélicos son quienes desarrollan mejores características respecto a estas variables (sig.  $< 0.05$ ). El modelo de regresión lineal indicó que la espiritualidad y gratitud explican en un 43 % al sentido de vida (Sig. 0.001). El análisis de mediación indica que la gratitud tiene una mediación parcial entre la relación de la inteligencia espiritual y el sentido de vida.

**Conclusiones:** se discuten las implicancias prácticas en la promoción y prevención de la salud mental, no solo al mejorar los síntomas, sino con la incorporación de la espiritualidad, gratitud y sentido de vida como aspectos transversales dentro del funcionamiento psicológico.

**Palabras clave:** salud mental; psicología positiva; espiritualidad; sentido de vida.

## Abstract

**Introduction:** Mental health can be improved not only by treating the symptoms of the disease, but also through other alternatives that take a preventive approach.

**Objective:** Propose a predictive model based on spirituality and gratitude to explain the meaning of life and its implications for mental health.

**Methods:** An empirical study of associative strategy with a predictive design was carried out. A cross-sectional survey was applied to 205 people selected through stratified probability sampling.

**Results:** No significant differences in spiritual intelligence, gratitude, and meaning of life were reported based on gender (Sig.  $> 0.05$ ); however, there are differences in terms of religion, with evangelicals showing the best characteristics regarding these variables (Sig.  $< 0.05$ ). The linear regression model indicated that spirituality and gratitude explain 43 % of the meaning of life (Sig. 0.001). The mediation analysis indicates that gratitude has a partial mediation between the relationship of spiritual intelligence and meaning of life.

**Conclusions:** The practical implications for the promotion and prevention of mental health are discussed, not only in terms of improving symptoms, but also with the incorporation of spirituality, gratitude, and meaning of life as cross-cutting aspects within psychological functioning.

**Keywords:** mental health; positive psychology; spirituality; meaning of life.

## Introducción

Los problemas relacionados con la salud mental tienen un incremento significativo en la población, entre los más relevantes la ansiedad y la depresión. Según la Organización Mundial de la Salud <sup>(1)</sup>, en todo el mundo, el 5 % de los adultos tienen depresión, y es un 50 % más frecuente en las mujeres que en los hombres. En los Países industrializados, de acuerdo con Organización Panamericana de la Salud <sup>(2)</sup>, entre 10 y 15 % de las mujeres y en los países en desarrollo entre 20 y 40 %, presentan cuadros de depresión, incluso en algunos casos llegan al suicidio. La ansiedad y el estrés se convierten en problemas de gran prevalencia. Los datos de la OMS <sup>(3)</sup> reflejaron que, en el 2019, 301 millones de personas en el mundo padecían de ansiedad. En este contexto, surge la necesidad de promover intervenciones relacionados con la salud mental en las personas.

Frente a estos problemas, la psicología se orienta a la intervención de las psicopatologías, es decir reparar los síntomas, dado que el modelo médico tiene una alta predominancia en la práctica clínica. <sup>(4)</sup> Desde la Segunda Guerra Mundial, la psicología se mostró como una ciencia centrada en la curación, enfocándose en la reparación del daño. Esta atención exclusiva a la patología descuida a la persona desde una perspectiva psicosocial. <sup>(5,6)</sup>

En este contexto, emerge la psicología positiva como una propuesta diferente para potenciar los vínculos humanos. Su objetivo está centrado en generar un cambio en el enfoque de la psicología, desde la preocupación exclusiva hasta reparar los peores aspectos de la vida a centrarse también en desarrollar cualidades positivas. <sup>(7)</sup> La psicología positiva se enfoca en aspectos de la personalidad que se deben fortalecer para promover un bienestar. Son la esperanza, la sabiduría, la creatividad, la visión de futuro, el coraje, la espiritualidad, la responsabilidad y la perseverancia, aspectos que se explican como transformaciones de impulsos negativos más auténticos. <sup>(8)</sup> En la actualidad los psicólogos comprenden bien el valor de la resiliencia, es decir cómo las personas sobreviven y resisten en condiciones adversas, no obstante, estudian muy poco sobre cómo las personas normales prosperan en condiciones más benignas. <sup>(9)</sup>

De esta teoría surgen tres constructos psicológicos fundamentales que impactan en la salud mental. El sentido de vida que se define como la percepción subjetiva de propósito, la experiencia de valores, la comprensión de uno mismo y del mundo, la autoestima, la orientación hacia objetivos vitales <sup>(10)</sup>, que constituye el eje de la experiencia humana y es fundamental para la supervivencia y el desarrollo personal. <sup>(11,12)</sup>

El sentido de vida impacta en la salud y el bienestar de las personas, sobre todo en aquellas que presentan diagnósticos con enfermedades crónicas. <sup>(13,14)</sup> Medeiros <sup>(15)</sup> encontraron que, en

pacientes con cáncer, el sentido de la vida favorece la adhesión al tratamiento, mejora la percepción del futuro y aumenta la calidad de vida. Igualmente, Yıldırım <sup>(16)</sup> identificaron en adultos turcos, que el sentido de la vida se asocia con estrategias de afrontamiento religioso positivo y menor soledad. En contraste, investigaciones en Australia han relacionado un menor sentido de vida con un mayor consumo de sustancias. <sup>(17)</sup>

Una variable asociada al sentido de vida es la inteligencia espiritual, entendida como un constructo potencialmente significativo para ampliar la comprensión de los determinantes psicológicos del funcionamiento humano. <sup>(18,19)</sup> Es una dimensión de la personalidad que facilita la búsqueda de significado y el logro de metas espirituales y es relevante debido a su impacto en individuos y, promueve una actitud positiva y la paz interior. <sup>(20,21)</sup> Esto se evidencia en los estudios recientes, donde se ha encontrado asociaciones entre inteligencia espiritual, bienestar psicológico y gratitud. <sup>(22,23)</sup>

Otra variable que surge de la psicología positiva y que impacta en la salud mental, es la gratitud, definida como un afecto moral que no solo responde a la conducta prosocial, sino que también la motiva. <sup>(24)</sup> Se la considera como una virtud fundamental para el bienestar y la satisfacción vital. <sup>(25,26)</sup> Investigaciones recientes han identificado su papel en la mediación entre sentido de vida y bienestar subjetivo en diversos contextos culturales. <sup>(27,28,29,30)</sup>

Desde un marco empírico, el sentido de vida, la espiritualidad y la gratitud, han sido estudiadas de manera individual en los países del medio oriente y parte de Europa, y en cuanto a metodología, solo se han basado en un análisis correlacional donde solamente se encontraron asociación entre variables. <sup>(31,27,28)</sup> Sin embargo, no se encuentra evidencia que explique el sentido de vida en países Latinoamericanos, especialmente en Perú. Existen vacíos metodológicos, sobre el análisis de las terceras variables que necesitan un mayor desarrollo <sup>(32)</sup>, y considerar a la espiritualidad como una variable que impacta directamente en el sentido de vida a través de la mediación de la gratitud.

La espiritualidad es considerada por la OMS <sup>(33)</sup> en los cuidados paliativos con pacientes que padecen enfermedades crónicas con énfasis en los aspectos espirituales, religiosos y existenciales de la atención. Por lo tanto, las intervenciones modernas en la salud mental la reconocen como una dimensión relevante dentro de la promoción y prevención de la salud. En este sentido, resulta importante que los psicólogos no solo se enfoquen en intervenir y reparar los daños de los problemas psicológicos. Sino también, desarrollar actividades preventivas donde se fortalezcan aspectos como la capacidad de amar, la valentía, las habilidades interpersonales, la perseverancia, el perdón, la espiritualidad y la sabiduría. <sup>(7)</sup> A nivel grupal, fomentar un compromiso cívico donde las instituciones impulsen a las personas hacia una mejor comprensión de la ciudadanía, para poner en práctica la responsabilidad, el cuidado, el altruismo, la civilidad y la tolerancia. <sup>(8)</sup>

A partir de los aportes de la psicología positiva, donde los constructos de espiritualidad, gratitud y sentido de vida impactan en la salud mental, esta investigación se plantea como hipótesis que la gratitud media la relación entre espiritualidad y sentido de vida en adultos de Perú. Analizar las variables que tienen una convergencia con el sentido de vida, tiene una particular relevancia para el contexto peruano. Por un lado, porque se entiende que la salud mental, no se limita solamente al sentido de ausencia de enfermedad que solo se puede reparar mediante las intervenciones psicológicas, sino que abarca dimensiones de trascendencia personal, y segundo, porque se puede incorporar la espiritualidad como un estilo de vida dentro de los programas de promoción y prevención de la salud para mejorar el bienestar psicológico expresado en salud y bienestar.

## **Metodología**

### **Diseño de investigación**

Fue un estudio empírico de estrategia asociativa de tipo predictivo debido a que se ha realizado un análisis de regresión lineal para estimar la predicción entre variables, es decir variables predictoras y una de criterio. <sup>(32)</sup>

### **Participantes**

En este estudio participaron 205 adultos, seleccionados mediante un muestreo probabilístico estratificado, donde el 69.8 % (143) fueron mujeres y el 30.2 % hombres, la edad mínima fue de 18 y la máxima de 62 años; con edad media de 23.8 y una desviación estándar de 6.49. Respecto al estado civil, la mayoría fueron solteros 84.9 %, 8 % casados y el 4.9 % convivientes. Con relación al grado de instrucción, el 88.8% tiene estudios superiores y sólo un 11.2% tiene estudios de secundaria completa. En cuanto a la religión, un gran porcentaje fueron católicos (71.2 %), el (14.1 %) fueron evangélicos y el 14.6 % no tuvieron ninguna religión.

Entre los criterios de inclusión se consideraron todos los participantes con una edad mayor de 18 años, aceptar el consentimiento informado, responder y completar a todas las encuestas, y personas con estudios completos de básica regular. Como criterios de exclusión, se incluyeron participantes que no contaban con acceso a internet, que radiquen en otras regiones que no sean de Piura, y todas las personas que no tenían disponibilidad para desarrollar los cuestionarios.

Sin embargo, es importante señalar algunos sesgos que se deben considerar para la interpretación de los resultados debido a que las encuestas se aplicaron de forma online. Por un lado, la aplicación online no permite controlar variables intervinientes como el tiempo establecido de la aplicación de los instrumentos, lo que afecta a la validez externa de los

resultados. Tampoco permite crear un ambiente que genere confianza en los participantes sobre el tratamiento de los datos.

## Instrumentos

Inventario de Inteligencia Espiritual (SISRI-24), fue desarrollado por King & DeCicco <sup>(34)</sup> en Canadá. Evalúa la búsqueda de sentido, significado y propósito de vida a través de cuatro dimensiones: pensamiento crítico existencial, producción de significado personal y expansión del estado consciente; las cuales fueron distribuidas en 16 reactivos. Se empleó la versión adaptada al español por Antúnez <sup>(35)</sup>, con índices de ajuste adecuados (RMSEA = 0.066; CFI = 0.950 y TLI = 0.94). En esta investigación, se analizó la estructura interna y se encontraron índices de ajuste adecuados (TLI, CFI = 0.95), (RMSEA, SRMR = 0.06), y la confiabilidad obtuvo un coeficiente de Omega superior a 0.75.

Cuestionario de Sentido de Vida, fue creado por Steger <sup>(36)</sup>, evalúa la presencia de significado y búsqueda de significado. Se empleó la versión adaptada por Góngora <sup>(37)</sup>, la estructura interna confirmó el modelo de dos factores, (RMSEA = 0.075), (SRMR = 0.059), (CFI = 0.97), (TLI = 0.96). La confiabilidad indica valores entre 0.75 y 0.85. <sup>(38)</sup> En esta investigación sus propiedades psicométricas mostraron una estructura interna con adecuados índices de ajuste (CFI, TLI > 0.95), (RMSEA, SRMR < 0.05) y la confiabilidad mediante Omega fue de 0.80.

La Escala de Gratitud, fue desarrollada por McCulloch. <sup>(24)</sup> Para esta investigación se empleó la versión adaptada al español por Bernabé-Valero <sup>(39)</sup>, está compuesta por 20 ítems y cuatro dimensiones: gratitud interpersonal, gratitud ante el sufrimiento, reconocimiento de los dones y expresión de la gratitud. La estructura interna evidenció índices de ajuste adecuados (CFI = 0.98, TLI => 0.90; RMSEA = 0.052, SRMR < 0.05), con una confiabilidad superior a 0.80.

## Procedimientos

Los cuestionarios fueron aplicados de manera online, durante los meses de julio a septiembre del 2024. Se hicieron coordinaciones con algunos líderes de las comunidades para que puedan distribuir la encuesta mediante los grupos de WhatsApp. También se coordinó con algunos docentes de universidades debido a que también han participado un porcentaje de estudiantes de universidades. Una vez completada la recolección de datos, se descargó la base de datos en un archivo Excel para ser exportada a los paquetes estadísticos para su respectivo análisis.

## Análisis de los datos

Los datos fueron analizados por el paquete estadístico JAMOV y SPSS-27. La distribución de los datos se evaluó mediante la prueba de Shapiro-Wilk, para el análisis de grupos se

empleó la U de Mann-Whitney y el Anova de un factor. Las relaciones entre variables se efectuaron a través de la prueba de Spearman, el análisis predictivo se realizó mediante regresiones lineales múltiples, y el análisis de mediación mediante la herramienta de MEDMOD.

Consideraciones éticas.

Se ha seguido los principios de la Asociación Americana de Psicología. <sup>(46)</sup> Se consideraron la beneficencia y no maleficencia para salvaguardar el bienestar y los derechos de los participantes. La autonomía fue otro principio, expresado en la libertad de las personas para participar en la investigación mediante el consentimiento informado. La integridad, expresada en la honestidad para procesar los datos sin manipulación alguna.

## Resultados

Solo existen diferencias en la inteligencia espiritual en función al sexo (sig. 0.034); los hombres desarrollan parcialmente una mayor inteligencia espiritual. En el resto de las variables no se observan diferencias (tabla 1).

**Tabla 1.** Comparación del sentido de vida, inteligencia espiritual y gratitud según sexo

Variables	N	Grupo	Media	DE	U	Sig.	TE
Sentido de vida	143	Mujeres	26.4	4.63	4350	0.832	0.0187
	62	Hombres	26.4	4.35			
Inteligencia espiritual	143	Mujeres	50.8	9.13	3606	0.034	0.1867
	62	Hombres	53.2	10.71			
Gratitud	143	Mujeres	81.7	12.33	4340	0.812	0.021
	62	Hombres	82.2	12.73			

*Nota.* U= U de Mann-Whitney. DE= desviación estándar. TE= tamaño del efecto

En cuanto al sentido de vida, los evangélicos tienen mayor puntaje que los católicos y los que no tienen ninguna religión. En la inteligencia espiritual, no se observan diferencias significativas. Los evangélicos tienen mayor gratitud (tabla 2).

**Tabla 2.** Comparación del sentido de vida, inteligencia espiritual y gratitud según religión

Variables	N	Grupo	Media	DE	F	Sig.
Sentido de vida	146	Católicos	26.7	4.32	8.04	<.001
	29	Evangélicos	28.1	3.89		
	30	Ninguna	23.7	5.11		
Inteligencia espiritual	146	Católicos	51.5	9.71	2.71	0.069
	29	Evangélicos	54.3	8.75		
	30	Ninguna	48.5	9.80		
Gratitud	146	Católicos	82.0	12.01	7.10	0.001
	29	Evangélicos	87.3	10.81		

	30	Ninguna	75.5	13.43
--	----	---------	------	-------

Nota. DE= desviación estándar. Sig.= significancia ANOVA de Un Factor

El modelo de regresión lineal múltiple indica que la inteligencia espiritual, la gratitud y el sentido de vida tienen una relación de (0.639), el R cuadrado ajustado es de 0.402 y el P valor es significativo ( $< .001$ ). La inteligencia espiritual y la gratitud predicen en un 40% el sentido de vida (tabla 3).

**Tabla 3.** Medidas de ajuste del modelo

Modelo	R	R <sup>2</sup>	R <sup>2</sup> corregida	Prueba global del modelo			
				F	gl1	gl2	P
1	0.639	0.408	0.402	69.6	2	202	$< .001$

Los coeficientes del modelo propuesto son altamente significativos. La prueba t para inteligencia espiritual es de (T= 9.03;  $P=< .001$ ), gratitud (T=3.52,  $P=< .001$ ). La inteligencia espiritual tiene más impacto en el sentido de vida, en comparación con la gratitud (tabla 4).

**Tabla 4.** Coeficientes del modelo de regresión lineal múltiple– sentido

Predictor	Estimador	EE	T	P
Constante	7.4681	1.7951	4.16	$< .001$
Inteligencia espiritual	0.2485	0.0275	9.03	$< .001$
Gratitud	0.0754	0.0214	3.52	$< .001$

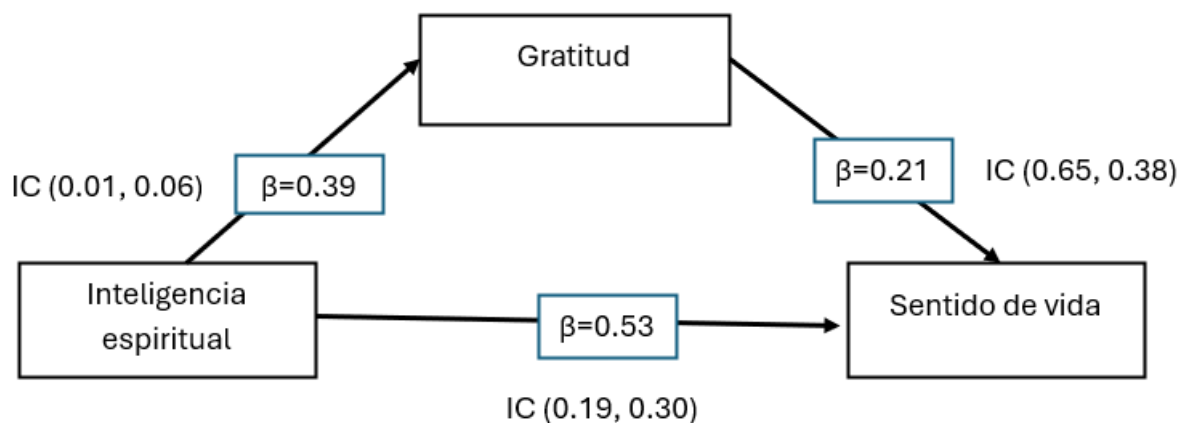
La gratitud tiene una mediación parcial entre la inteligencia espiritual y sentido de vida debido a que el efecto directo es significativo ( $P = < .001$ ). Lo que significa que la espiritualidad tiene un impacto directo, no necesariamente necesita de la gratitud como variable mediadora para fortalecer esta relación ( $\beta = .0799$ ). El efecto total y directo son significativos, lo que ratifica el impacto directo de la espiritualidad en el sentido de vida (tabla 5).



**Tabla 5.** Efectos indirectos y totales del análisis mediacional

Type	Effect	Estimate	SE	95% C.I. (a)		$\beta$	z	p
				Lower	Upper			
Indirect	Int_esp $\Rightarrow$	$\Rightarrow$						
	GRATITUD $\Rightarrow$ Sentido	0.0374	0.0123	0.0134	0.0615	0.0799	3.05	0.002
Component	Int_esp $\Rightarrow$	$\Rightarrow$						
	GRATITUD $\Rightarrow$ Sentido	0.4969	0.0827	0.3348	0.6589	0.387	6.01	<.001
Direct	Int_esp $\Rightarrow$ Sentido	0.2485	0.0273	0.1949	0.302	0.5299	9.09	<.001
	Int_esp $\Rightarrow$ Sentido	0.2859	0.026	0.2349	0.3369	0.6097	10.9	<.001

La figura 1 muestra los coeficientes betas del análisis de mediación. Como se señala en líneas anteriores, la inteligencia espiritual impacta en 39 % a la gratitud, la gratitud explica al sentido de vida en un 21 %; no obstante, la espiritualidad explica en un 53 % al sentido de vida, y constituye la variable que tiene un coeficiente beta más alto. Los intervalos de confianza no pasan por cero, lo que hace que el modelo sea significativo.



**Figura 1.** Mediación de la gratitud entre la inteligencia espiritual y el sentido de vida

## Discusión

La salud mental es el resultado de la convergencia de diversas variables. Variables como el sentido de vida, la gratitud y la espiritualidad tienen un impacto en el bienestar de la población, sobre todo porque su finalidad es potenciar las fortalezas y habilidades personales.<sup>(11)</sup>

Los hombres mostraron puntuaciones más altas que las mujeres en la inteligencia espiritual. Lo que sugieren que, aunque la percepción del sentido de vida y la práctica de la gratitud son similares entre ambos sexos, los hombres podrían tener una mayor tendencia a desarrollar actitudes relacionadas con la inteligencia espiritual. Sin embargo, otros estudios sugieren que las mujeres suelen ser más espirituales.<sup>(40)</sup> Estos datos indican que la espiritualidad como una dimensión transversal en el ser humano, no dependa de la condición biológica, sino de la voluntad de sentido y responsabilidad para encontrar el propósito.<sup>(41)</sup>

Los participantes identificados como evangélicos reportaron un mayor sentido de vida en comparación con los católicos y aquellos que no profesaban ninguna religión. Asimismo, la gratitud fue más alta en los evangélicos, seguidos por los católicos, mientras que aquellos sin adhesión religiosa obtuvieron las puntuaciones más bajas. Estos resultados coinciden con estudios de Eid<sup>(21)</sup>, quienes destacan el papel de la fe en la construcción del sentido de vida y la gratitud, en la que las creencias religiosas pueden proporcionar un marco para interpretar experiencias vitales y fomentar el agradecimiento.

El análisis de la regresión lineal múltiple reveló que la inteligencia espiritual y la gratitud son variables que predicen el sentido de vida, y permiten al individuo encontrar dirección y propósito.<sup>(42)</sup> Estudios en Polonia y España han encontrado que la inteligencia espiritual facilita la capacidad de buscar el sentido de la vida y la inteligencia emocional y desarrolla el bienestar subjetivo en adultos jóvenes.<sup>(43,44)</sup>

La gratitud tiene una mediación parcial, lo que significa que la espiritualidad es un proceso psicológico que impacta directamente al sentido de vida; aunque no necesariamente incluye la mediación de terceras variables. Las personas con mayor inteligencia espiritual tienen una mayor fortaleza en el sentido de vida.<sup>(22,23)</sup> Estas relaciones se fundamentan en la capacidad del individuo de trascender su propia existencia y reflexionar sobre su rol en la sociedad. Estudios previos indican que la espiritualidad y la gratitud son factores protectores en el bienestar psicológico,<sup>(44)</sup> que permiten a los individuos afrontar adversidades con una perspectiva más positiva. Desde la psicología positiva, la espiritualidad es una de las virtudes que conduce al bienestar psicológico y satisfacción con la vida.<sup>(8,27)</sup> En este contexto, la inteligencia espiritual podría facilitar la apreciación de experiencias y relaciones, promueven

actitudes más agradecidas que, a su vez, fortalecen el sentido de vida. <sup>(18,19)</sup> La inteligencia espiritual permite a los individuos trascender sus circunstancias y encontrar propósito en su vida, así como una adecuada salud mental.

Este estudio aporta evidencia empírica sobre la importancia de la espiritualidad para modelar la salud mental expresada en el sentido de vida y su vinculación con conductas saludables y educación adquirida en las personas, así como también la práctica de la gratitud dentro del marco de las relaciones interpersonales <sup>(45,8,9)</sup> Dentro de las implicancias prácticas, este estudio reflexiona en que no solo se puede mejorar la salud mental mediante la intervención cuando se ha presentado el síntoma, sino también en fortalecer habilidades y virtudes dentro de la interacción social. Por lo cual las actividades de promoción y prevención de la salud encuentran una alternativa diferente para fomentar la salud mental. <sup>(4)</sup>

Otra implicancia de los resultados es que se contribuye con los Objetivos del Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas, al integrarse estas variables de la psicología positiva dentro de los programas de promoción de la salud, se fomenta un sentido de vida sólido en los adultos. Finalmente, de acuerdo a los informes de la Organización Mundial de la Salud donde muchas personas presentan altos índices de depresión e ideación suicida; la espiritualidad como aspecto de trascendencia personal, va a ayudar a fomentar una mayor satisfacción con la vida y tener un mejor desempeño dentro de sus actividades cotidianas.

Entre las limitaciones del estudio, se consideran el análisis de invarianza factorial entre grupos, por lo que futuras investigaciones deben tomar en cuenta estos aspectos metodológicos, de tal forma que se garantice que los ítems tienen igual significado para diversos grupos: por sexo, tipo de religión, entre otros. Debido a que la aplicación de los datos fue de manera online, no se ha tenido el mayor control de las variables intervinientes para minimizar la deseabilidad social. Finalmente, los datos deben ser interpretados para personas con características similares a las incluidas en este estudio.

## Conclusiones

Los hombres mostraron puntuaciones ligeramente más altas, lo que indica que pueden presentar mayor tendencia a desarrollar actitudes relacionadas con la inteligencia espiritual. Los evangélicos reportaron un mayor sentido de vida y un nivel más alto en la gratitud. El sentido de vida se relaciona con la inteligencia espiritual y la gratitud, y en este sentido los individuos con mayor inteligencia espiritual perciben un sentido más claro en sus vidas.

La gratitud es una variable que tiene una mediación parcial en la relación entre la inteligencia espiritual y el sentido de vida. Lo que indica que la espiritualidad tiene un impacto directo en el sentido de vida y, por lo tanto, mejora la salud mental. Este estudio aporta evidencia, que no solo se puede mejorar la salud mental con el control de los síntomas, sino con el

fortalecimiento de las habilidades, metas personales, responsabilidad y virtudes entre los cuales se encuentra la espiritualidad.

Según las limitaciones en la presente investigación se sugiere en estudios ulteriores considerar análisis comparativos, asegurar que los instrumentos posean invarianza factorial y corte longitudinal. No obstante, a pesar de estas limitaciones, la investigación subraya la necesidad de las actividades de prevención que integren la inteligencia espiritual y la gratitud como herramientas para promover una mejor salud mental.

## Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud. Depresión [Internet]. Ginebra: OMS; 2024. [citado 2025 Ago 5]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
2. Organización Panamericana de la Salud. Salud mental [Internet]. Washington, DC: OPS; 2024. [citado 2025 Ago 5]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>
3. Organización Mundial de la Salud. Trastornos de ansiedad [Internet]. Ginebra: OMS; 2023 [citado 2025 Ago 5]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>
4. Amigo Vázquez. Manual de psicología de la salud. (2015). España: Ediciones Pirámide.
5. Hayes SC, Hofmann SG, Ciarrochi J. Un enfoque basado en procesos para el diagnóstico y tratamiento psicológico: La utilidad conceptual y terapéutica de un metamodelo evolutivo extendido. *Clinical Psychology Review*. Diciembre de 2020;82:101908. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101908>
6. Mitchell P, Sheppard E, Cassidy S. Autism and the double empathy problem: Implications for development and mental health. *British Journal of Developmental Psychology* [Internet]. 2021 Jan 4;39(1):1–18. Available from: <https://bpspsychub.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/bjdp.12350>
7. Seligman MEP, Csikszentmihalyi M. Positive Psychology: An Introduction. *Flow and the Foundations of Positive Psychology* [Internet]. 2014;55(1):279–98. Available from: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-017-9088-8\\_18](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-017-9088-8_18)

8. Csikszentmihalyi. *Fluir (Flow) - Una Psicología de La Felicidad*. (2010). España: Debolsillo.
9. Seligman MEP, Csikszentmihalyi M. Positive psychology: An introduction. *American Psychologist* [Internet]. 2000 Jan;55(1):5–14. Available from: <https://gacbe.ac.in/pdf/ematerial/18BPS6EL-U3.pdf>
10. Vos J, Vitali D. The effects of psychological meaning-centered therapies on quality of life and psychological stress: A metaanalysis. *Palliative and Supportive Care*. 2018 Sep 24;16(5):608–32. <https://doi.org/10.1017/S1478951517000931>
11. Sipowicz K, Podlecka M, Pietras T. The meaning of life and health – a comparative study of the concepts of Aaron Antonovsky and Viktor Frankl. *Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio*. 2022 Sep 28;3(51):125–32. <https://doi.org/10.34766/fetr.v3i51.1110>
12. Frankl V. *The will to meaning: Foundations and applications of logotherapy*. (2014). Penguin.
13. Bushkin H, van Niekerk R, Stroud L. Searching for meaning in chaos: Viktor Frankl's story. *Europe's Journal of Psychology*. 2021 Aug 31;17(3):233–42. <https://doi.org/10.5964/ejop.5439>
14. Wong PTP, Yu TTF. Existential Suffering in Palliative Care: An Existential Positive Psychology Perspective. *Medicina*. 2021 Sep 1;57(9):924. <https://doi.org/10.3390/medicina57090924>
15. Medeiros AYBBV, Pereira ER, Silva RMCRA. The meaning of life and religious coping in the fight against cancer: a study with oncology patients in Brazil in light of Viktor Frankl's theory. *J Relig Health*. 2024;63:1373-89. doi: <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01856-x>
16. Yıldırım M, Kızılgöç M, Seçer İ, Karabulut F, Angın Y, Dağcı A, et al. Meaning in Life, Religious Coping, and Loneliness During the Coronavirus Health Crisis in Turkey. *Journal of Religion and Health*. 2021 Jan 5. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01173-7>
17. Csabonyi M, Phillips LJ. Meaning in Life and Substance Use. *Journal of Humanistic Psychology*. 2017 Jan 23;60(1):002216781668767. <https://doi.org/10.1177/0022167816687674>
18. Zohar, D., Marshall, I. *Spiritual Capital: Wealth We Can Live By*. 2004. Reino Unido: Berrett-Koehler Publishers.

19. Emmons RA. Spirituality and Intelligence: Problems and Prospects. *International Journal for the Psychology of Religion*. 2000 Jan;10(1):57–64. [https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001\\_6](https://doi.org/10.1207/S15327582IJPR1001_6)
20. Atroszko PA, Skrzypińska K, Balcerowska JM. Is There a General Factor of Spiritual Intelligence? Factorial Validity of the Polish Adaptation of Spiritual Intelligence Self-Report Inventory. *Journal of Religion and Health*. 2021 Jul 21;60(5):3591–605. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01350-2>
21. Eid NA, Arnout BA, Almoied AA. Leader's spiritual intelligence and religiousness: Skills, factors affecting, and their effects on performance (a qualitative study by grounded theory). *Journal of Public Affairs*. 2020 Mar 31; <https://doi.org/10.1002/pa.2129>
22. Alrashidi N, Alreshidi MS, Dator WL, Maestrado R, Villareal S, Buta J, et al. The Mediating Role of Spiritual Intelligence on Well-Being and Life Satisfaction among Nurses in the Context of the COVID-19 Pandemic: A Path Analysis. *Behavioral Sciences* [Internet]. 2022 Dec 1 [cited 2023 Feb 8];12(12):515. Available from: <https://doi.org/10.3390/bs12120515>
23. Anwar MdA, Gani AaMO, Rahman MS. Effects of spiritual intelligence from Islamic perspective on emotional intelligence. *Journal of Islamic Accounting and Business Research*. 2020 Jan 6;11(1):216–32. <https://doi.org/10.1108/JIABR-10-2016-0123>
24. McCullough, M. E., Kilpatrick, S. D., Emmons, R. A., & Larson, D. B. Is gratitude a moral affect? *Psychological bulletin*, 2001, 127(2), 249. <https://psycnet.apa.org/buy/2001-16969-004>
25. Lasota A, Tomaszek K, Bosacki S. How to become more grateful? The mediating role of resilience between empathy and gratitude. *Current Psychology*. 2020 Nov 18; <https://doi.org/10.1007/s12144-020-01178-1>
26. Bono G, Mangan S, Fauteux M, Sender J. A new approach to gratitude interventions in high schools that supports student wellbeing. *The Journal of Positive Psychology*. 2020 Jul 22;15(5):1–9. <https://doi.org/10.1080/17439760.2020.1789712>
27. Prusak J, Kwapis K, Pilecka B, Chemperek A, Krawczyk A, Jabłoński M, et al. The quality of life, meaning in life, positive orientation to life and gratitude of Catholic seminarians in Poland: A comparative analysis. *Archive for the Psychology of Religion*. 2021 Jan 31;43(1):78–94. <https://doi.org/10.1177/0084672420983488>

28. Lin Z. Emotion Regulation Strategies and Sense of Life Meaning: The Chain-Mediating Role of Gratitude and Subjective Wellbeing. *Frontiers in Psychology*. 2022 May 17;13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.810591>
29. Bali M, Bakhshi A, Khajuria A, Anand P. Examining the Association of Gratitude with Psychological Well-Being of Emerging Adults: The Mediating Role of Spirituality. *Trends in Psychology*. 2022 Feb 17;30. <https://doi.org/10.1007/s43076-022-00153-y>
30. Perez JA, Peralta CO, Besa FB. Gratitude and life satisfaction: the mediating role of spirituality among Filipinos. *Journal of Beliefs & Values*. 2021 Feb 8;42(4):1–12. <https://doi.org/10.1080/13617672.2021.1877031>
31. Wong PTP, Bowers V. Mature Happiness and Global Wellbeing in Difficult Times. *Advances in Psychology, Mental Health, and Behavioral Studies*. 2018 Jul 20;112–34.
32. Ato, M. y Vallejo, G. *Diseños experimentales en psicología*. 2015. Madrid: Pirámide.
33. Organización Mundial de la Salud. Cuidados paliativos [Internet]. Who.int. World Health Organization: WHO; 2018. Available from: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/palliative-care>
34. King DB, DeCicco TL. A Viable Model and Self-Report Measure of Spiritual Intelligence. *International Journal of Transpersonal Studies*. 2009 Jan 1;28(1):68–85. 10.24972/ijts.2009.28.1.68.
35. Antunes RR, Silva AP, Oliveira J. Spiritual Intelligence Self-Assessment Inventory: Psychometric properties of the Portuguese version of SISRI-24. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*. 2017 May 22;30(1):12–24. <https://doi.org/10.1080/15528030.2017.1324350>
36. Steger MF, Frazier P, Oishi S, Kaler M. The meaning in life questionnaire: Assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*. 2006 Jan;53(1):80–93. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.80>
37. Góngora V, Solano AC. Validación del Cuestionario de Significado de la Vida MLQ en población adulta y adolescente argentina. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology* [Internet]. 2025 [cited 2025 Aug 5];45(3):395–404. Available from: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=28425426009>



38. Travezaño-Cabrera A, Elguera-Cuba A. Evidencias preliminares de validez y confiabilidad de una escala breve de autocompasión en adolescentes peruanos. *Academo*. 2022 Jul 30;9(2):209–16. <https://doi.org/10.30545/academo.2022.jul-dic.8>
39. Bernabé-Valero G, García-Alandete J, Gallego-Pérez JF. Construcción de un cuestionario para la evaluación de la gratitud: el Cuestionario de Gratitud – 20 ítems (G-20). *Anales de Psicología* [Internet]. 2014 Jan 1 [cited 2021 Mar 20];30(1). Available from: <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.30.1.135511>
40. Lace JW, Evans LN, Merz ZC, Handal PJ. Five-Factor Model Personality Traits and Self-Classified Religiousness and Spirituality. *Journal of Religion and Health*. 2019 Jun 1;59. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00847-1>
41. Lehmann O. OV, Klempe SH. Psychology and the Notion of the Spirit: Implications of Max Scheler's Anthropological Philosophy in Theory of Psychology. *Integrative Psychological and Behavioral Science*. 2015 Jan 30;49(3):478–84. <https://doi.org/10.1007/s12124-015-9295-5>
42. King LA, Hicks JA. The Science of Meaning in Life. *Annual Review of Psychology*. 2021 Jan 4;72(1):561–84. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-072420-122921>
43. Torrelles-Nadal C, Agnès Ros-Morente, Quesada-Pallarès C. Trait emotional intelligence mediates the dispositional gratitude and subjective well-being in young adults. *Frontiers in Psychology*. 2024 Aug 8;15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1414867>
44. Skrzypińska K. Does Spiritual Intelligence (SI) Exist? a Theoretical Investigation of a Tool Useful for Finding the Meaning of Life. *Journal of Religion and Health*. 2020 Feb 27;60. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01005-8>
45. Bożek A, Nowak PF, Blukacz M. The Relationship between Spirituality, Health-Related Behavior, and Psychological Well-Being. *Frontiers in Psychology* [Internet]. 2020 Aug 14;11(1):1–13. Available from: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01997>
46. American Psychological Association. (Citado del 12 de Agosto de 2025). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. 2017. Disponible en <https://goo.su/2f8VB>

### **Agradecimientos:**

Los investigadores agradecen el apoyo brindado por los participantes en su colaboración para este estudio.



**Fuentes de financiamiento:** Autofinanciado

**Contribución de los autores:**

ARV: Conceptualización del tema, redacción del borrador del manuscrito, metodología. Revisión final del trabajo, elaboración de conclusión y análisis estadístico de los datos.

LAAS. Redacción del manuscrito, metodología, análisis formal e interpretación de los resultados y revisión.

VEHC. VNP: Análisis e interpretación de los resultados. Revisión de la metodología. análisis formal.

FRSP. Conceptualización, redacción del manuscrito, metodología, análisis formal e interpretación de los resultados y revisión formal.

SSIM: Revisión formal del trabajo, elaboración de la discusión de los resultados, redacción de la metodología.

**Conflicto de intereses:**

Los autores declaran no haber incurrido en ningún conflicto de intereses en la preparación de este artículo