

Científicos desmienten que exista una relación intrínseca entre ser religioso y tener mejor salud mental

Un análisis de eDarling demuestra:

- **Hasta ahora, todos los estudios a nivel nacional indicaban que los creyentes gozaban de mejor salud mental.**
- **Una comparación con usuarios de eDarling de 11 países del continente europeo revela que la aceptación de la religión en sociedad es una variable determinante en esta ecuación.**
- **Las personas creyentes gozan de una mejor salud mental únicamente si viven en países donde la religión tiene una valoración positiva.**

¿Poseen las personas religiosas una mayor salud mental que las que no son religiosas? Sigmund Freud llegó a decir que la religión era la neurosis de las masas. Esta afirmación implicaba que las personas religiosas tenían una salud mental más frágil que las demás. En los últimos años, se han publicado cientos de estudios que demuestran que las personas religiosas poseen mejor salud mental, tienen menos depresión y más satisfacción vital que los que dicen no ser religiosos.

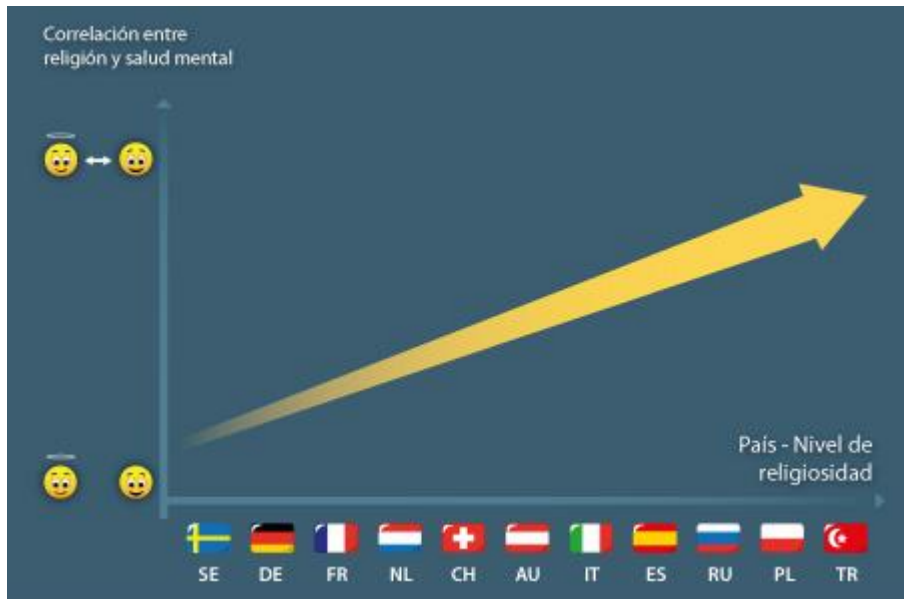
Basándose en estos resultados, **muchos científicos han llegado a afirmar que hay algo intrínsecamente gratificante en la religiosidad**, lo que conlleva a una mejor salud mental. La mayoría de estudios sobre este tema fueron desarrollados en Estados Unidos, un país donde la religión está muy extendida en la sociedad y juega un papel clave en la vida diaria.

Pero, ¿es realmente el valor intrínseco de ser religioso lo que enriquece a los creyentes? Si esto fuera así, los religiosos deberían poseer una buena salud mental en todos los países. O bien, ¿la influencia de la religiosidad en la salud mental depende del valor que cada país da a la religión?

Gracias a la base de datos de [eDarling](#), con más de 200.000 usuarios (47% mujeres) de 11 países europeos, los expertos Dr. Gebauer de la Universidad Humboldt de Berlín, Dr. Sedikides de la Universidad de Southampton y [Dr. Neberich](#), Psicóloga para eDarling, han podido realizar una comparación internacional que corrobora más bien lo segundo..

Valorando las muestras de todos los países en conjunto, es verdad que los creyentes indicaban tener una mejor salud mental que los no creyentes. Sin embargo, un análisis a nivel nacional demuestra que esta afirmación no es aplicable a todos los países, ya que este resultado representa sólo la media de todos ellos. Esto se debe a que en ciertos países se le da más importancia a la religión, y las personas creyentes son valoradas positivamente por el hecho de ser religiosas. Sin embargo, en los países donde no se le da especial importancia a la religión, las personas religiosas no disfrutaban de mejor salud mental en comparación con el resto. Así pues, en países como Rusia o Turquía, las personas creyentes reportaron una mayor autoestima social y un mejor ajuste psicológico que las no creyentes. Por el contrario, en Suecia o Alemania, sociedades donde no se le da tanta importancia a la religión, no hay apenas diferencia de autoestima social y ajuste psicológico entre personas creyentes y no creyentes.

Dado que el nivel de religiosidad decrece continuamente en la mayoría de países europeos, parece que los beneficios psicológicos que la religión conlleva podrían dejar de ser tan evidentes en el futuro.



Sobre los autores del estudio:

El Prof. Dr. Constantine Sedikides es el director del "Center for Research on Self and Identity" (Centro de Investigación del yo y la identidad) en la Universidad de Southampton, Inglaterra. Es uno de los científicos que investigan acerca de la psicología social y de la personalidad más reconocidos, y entre su trabajo se encuentran más de 200 publicaciones y 11 libros.

El Dr. Jochen Gebauer, de la Universidad Humboldt de Berlín, trabaja con reputados científicos investigando acerca de los aspectos psicológicos sociales y de la personalidad que ayudan a eDarling a desarrollar su test de compatibilidad.

La Dr. Wiebke Neberich es licenciada en psicología por la Universidad Humboldt de Berlín y trabaja para mejorar el sistema de optimización de búsqueda de pareja. Investiga junto a psicólogos y sociólogos de diversas universidades internacionales, como la Universidad de Michigan o la Universidad de Virginia para ganar nuevos conocimientos de las citas online e implementarlos en eDarling.

Atentamente,

Maria Martín Larrea

Contacte para más información en maria.martin@edarling.es