¿Pesa el vínculo por sí solo?

Observatorio del Florecimiento Humano · Estudio 1 · 9 de noviembre de 2026

La pregunta. Comparando países con una renta parecida, ¿los que tienen vínculos sociales más fuertes viven más años con salud?

Lo que encontramos. Sin descontar la renta, los países con más apoyo social y menos soledad viven bastantes más años con salud. Al comparar países de renta parecida, la ventaja se reduce mucho y ninguna de las cuatro hipótesis alcanza el listón fijado de antemano. La soledad es la señal que más resiste y, en los países de renta media y baja, la soledad y vivir solo sí se asocian claramente con menos años de vida sana.

Hipótesis	Países	Efecto*	Veredicto
H1 · Más apoyo social, más años de vida sana	145	+0,11	No concluyente
H2 · Más soledad, menos años de vida sana	134	−0,20	No concluyente
H3 · Más pertenencia a organizaciones, más años de vida sana	59	−0,12	No concluyente
H4 · Vivir solo, por sí mismo, es neutro	148	−0,11	No concluyente

* Desviaciones típicas de años de vida sana por desviación típica de la variable de vínculo, a igual renta. Efecto mínimo relevante: 0,10.

En países de renta media y baja: soledad −0,29 y vivir solo −0,24, ambos con intervalo por debajo de cero. En países de renta alta, ninguno se asocia.

Qué se puede decir. Los países con más apoyo social y menos soledad viven más años con salud. **Qué no.** Que, a igual renta, los vínculos alarguen la vida sana de un país.

Límites. Asociación no es causa; lo que vale para países no vale para cada persona. La soledad se midió después del resultado. La pertenencia solo cuenta con 59 países. La OMS estima los años de vida sana con modelos que usan en parte la renta.

Método. Regresión entre países con la renta controlada, variables estandarizadas y errores robustos; intervalos al 98,3 % (H1-H3) y equivalencia al 90 % (H4). Plan registrado antes del análisis: https://doi.org/10.5281/zenodo.24085458

Fuentes. OMS (años de vida sana) · World Happiness Report 2026 · Gallup y Meta (2023) · World Values Survey, ola 7 · Naciones Unidas (hogares, 2022) · Banco Mundial.

The Wellbeing Confederation (TWC) · https://thewellbeingconfederation.com/