

Autoestima y comunicación familiar como predictores del bienestar psicológico en mujeres peruanas

Self-esteem and Family Communication as Predictors of Psychological Well-being in Peruvian Women

 Elizabeth Apaza-Pari¹

 Josué Edison Turpo Chaparro¹

 Oscar Javier Mamani-Benito²

 Ronald Castillo-Blanco³

 Renzo Felipe Carranza Esteban⁴

 Tomás Caycho-Rodríguez⁵

¹ Escuela de Posgrado, Universidad Peruana Unión, Lima, Perú

² Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad Señor de Sipán, Chiclayo, Perú

³ Universidad Científica del Sur, Lima, Perú

⁴ Carrera de Psicología, Facultad de Ciencias de la Salud, Universidad San Ignacio de Loyola, Lima, Perú

⁵ Facultad de Psicología, Universidad Científica del Sur, Perú

Fecha de recepción: 12.01.2025

Fecha de aprobación: 24.02.2025

Fecha de publicación: 06.06.2025

Cómo citar: Apaza-Pari, E.; Turpo, J.; Mamani-Benito, O.; Castillo-Blanco, R.; Carranza, R. & Caycho-Rodríguez, T. (2025). Autoestima y comunicación familiar como predictores del bienestar psicológico en mujeres peruanas. *Psiquemag* 14 (1), 7-18. <https://doi.org/10.18050/psiquemag.v14i1.3261>

Autor de correspondencia: Tomás Caycho-Rodríguez

Resumen

Objetivo: Este estudio tuvo como objetivo determinar si la autoestima y la comunicación familiar predicen el bienestar psicológico en mujeres de la ciudad de Juliaca, Perú. **Método:** Se realizó un estudio cuantitativo, de diseño predictivo y corte transversal. Se utilizó un muestreo no probabilístico intencional, con la participación voluntaria de 499 mujeres de 18 a 56 años ($M = 35.03$, $DE = 9.13$). Se aplicaron tres instrumentos validados: la Escala de Autoestima de Rosenberg, la Escala de Comunicación Familiar (FCS) y la Escala de Bienestar Psicológico para Adultos (BIEPS-A). **Resultados:** El análisis mediante modelamiento de ecuaciones estructurales (SEM) indicó un ajuste aceptable del modelo: $\chi^2(12) = 29.5$, $p < .001$, $CFI = .980$, $RMSEA = .053$, $SRMR = .030$. La autoestima predijo significativamente el bienestar psicológico ($\beta = .78$, $p < .001$), mientras que la comunicación familiar no mostró una relación significativa ($\beta = .05$, $p = .538$). El modelo explicó el 65% de la varianza en el bienestar psicológico. **Conclusión:** Estos resultados subrayan el papel central de la autoestima en la promoción del bienestar psicológico en mujeres peruanas, lo que sugiere la necesidad de implementar estrategias de intervención dirigidas a fortalecer la autovaloración y la resiliencia emocional en poblaciones vulnerables.

Palabras clave: autoestima, comunicación familiar, bienestar psicológico, mujeres

Abstract

Objective: This study aimed to determine whether self-esteem and family communication predict psychological well-being in women living in Juliaca, Peru. **Method:** A quantitative, cross-sectional, predictive design was used. A non-probabilistic purposive sampling method was applied, with voluntary participation of 499 women aged between 18 and 56 years ($M = 35.03$, $SD = 9.13$). Three validated instruments were used: the Rosenberg Self-Esteem Scale, the Family Communication Scale (FCS), and the Psychological Well-Being Scale for Adults (BIEPS-A). **Results:** Structural equation modeling (SEM) revealed an acceptable model fit: $\chi^2(12) = 29.5$, $p < .001$, $CFI = .980$, $RMSEA = .053$, $SRMR = .030$. Self-esteem significantly predicted psychological well-being ($\beta = .78$, $p < .001$), while family communication did not ($\beta = .05$, $p = .538$). The model explained 65% of the variance in psychological well-being. **Conclusion:** These findings highlight the central role of self-esteem in psychological well-being among women in Juliaca, emphasizing the need for interventions that foster self-worth and emotional resilience in this vulnerable population.

Keywords: self-esteem, family communication, psychological well-being

INTRODUCCIÓN

Vivimos en una época de constantes desafíos para la salud pública mundial. Un claro ejemplo de ello es la reciente pandemia de COVID-19 (Oh et al., 2021), que supuso una amenaza real para el sistema sanitario y el bienestar de la población mundial (Vall-Roqué et al., 2021). Dentro de este grupo, las mujeres han tenido que afrontar los efectos de la crisis sanitaria de forma diferenciada (Chang, 2020), viéndose gravemente afectadas en sus actividades cotidianas, familiares y profesionales (Kamberi et al., 2020), eventos que se han convertido en objeto de estudio para investigadores interesados en evaluar su bienestar psicológico (Bau et al., 2022).

El bienestar psicológico se define como un estado de equilibrio entre los aspectos mentales y fisiológicos de una persona, lo que le permite funcionar positivamente y alcanzar una sensación de plenitud vital (Sezer et al., 2022). En este sentido, el modelo teórico de Ryff (1995) representa un estado de funcionamiento positivo caracterizado por la autosatisfacción en ámbitos como la autonomía, el dominio del entorno, el crecimiento personal y las relaciones positivas. Esto significa que, en las mujeres, una alta autoaceptación se relaciona con una mayor autoconfianza, las relaciones positivas con los demás tienden a ser más significativas, una mayor autonomía puede permitirles tomar decisiones más independientes, un alto dominio del entorno sugiere que pueden gestionar eficazmente sus circunstancias para alcanzar sus objetivos, tener un propósito claro se relaciona con las metas personales o profesionales y, finalmente, el crecimiento personal les permite desarrollar nuevas habilidades y afrontar los retos con eficacia (Matud et al., 2019; Arcos-Romero & Calvillo, 2023; Fergus et al., 2024).

Aunque en la práctica se podría asumir que ciertas crisis afectan a toda la población por igual o en la misma medida, la literatura científica revela que las mujeres son más propensas a desarrollar trastornos emocionales y ansiedad en comparación con los hombres (Thibaut, 2017). Durante la pandemia de COVID-19, las dificultades financieras (Barrafrem et al., 2021) y la frustración de las expectativas positivas sobre el impacto económico (O'Donnell et al., 2021) fueron algunos de los numerosos factores que provocaron insatisfacción con su percepción de

calidad de vida (Blanco Vega et al., 2022), mayor vulnerabilidad a problemas de salud mental (Martínez Pajuelo et al., 2022) y una evaluación negativa de su bienestar psicológico (Kuhn et al., 2021).

Ante esta realidad, los investigadores han realizado diversos estudios para analizar los predictores del bienestar psicológico (Dionigi et al., 2021). Aunque pocos estudios se centran exclusivamente en mujeres, las investigaciones que involucran a ambos sexos están arrojando resultados interesantes.

Predictores del bienestar psicológico

En este estudio, los autores consideraron relevante analizar el papel de dos variables específicas: la autoestima y la comunicación familiar. Con base en la evidencia existente y el marco teórico que las sustenta, estas variables presentan características ideales para explicar el desarrollo del bienestar psicológico en las mujeres.

Autoestima

La autoestima se define como la percepción y evaluación que una persona tiene de sí misma, basada en su autoconcepto y aceptación personal. Implica cómo se ve, siente y se evalúa a sí misma en relación con sus experiencias, habilidades y relaciones interpersonales (Rosenberg, 1965). Estudios previos aportan evidencia empírica que sugiere que la autoestima influye en el desarrollo del bienestar psicológico. Por ejemplo, una investigación realizada con mujeres huérfanas de entre 22 y 55 años en Estados Unidos reveló que las puntuaciones bajas de autoestima se correlacionaban con un menor bienestar psicológico (Frazier y Cowan, 2020). De igual manera, un estudio con adolescentes en Nepal concluyó que la autoestima desempeña un papel moderador en la relación entre el apoyo social percibido y el bienestar psicológico (Poudel et al., 2020). Además, una investigación con mujeres adultas jóvenes en Estados Unidos reveló que la autoestima dependiente de la retroalimentación en redes sociales se asocia con un mayor riesgo de un menor bienestar psicológico (Sabik et al., 2020).

En teoría, la autoestima se relaciona significativamente con varias dimensiones del bienestar psicológico, como la autoaceptación, el

dominio del entorno y el propósito vital (Archana y Thomas, 2021; Akram, 2017). Por ejemplo, las mujeres con una autoestima saludable tienden a ser más resilientes y capaces de afrontar los retos con optimismo (Izydorczyk et al., 2018). Esto les ayuda a gestionar el estrés y las emociones negativas de forma más eficaz, lo que contribuye a un mayor bienestar psicológico (Klainin-Yobas et al., 2021). Además, la autoestima influye en cómo las mujeres establecen y mantienen relaciones interpersonales, por lo que una autoestima positiva puede mejorar la calidad de estas relaciones, lo cual es esencial para el bienestar psicológico (Ruvalcaba-Romero et al., 2017).

Comunicación familiar

La comunicación familiar se define como el proceso de intercambio de información, opiniones y sentimientos entre los miembros de la familia, que puede ser verbal o no verbal (Verleye et al., 2024). Este proceso es esencial para establecer y mantener relaciones saludables dentro del hogar, fomentando un ambiente de unidad, afecto y respeto mutuo (Huang et al., 2023). Diversos estudios enfatizan la importancia de la calidad de las relaciones familiares en el bienestar psicológico de las personas (Gilligan et al., 2017). Por ejemplo, un estudio realizado con adultos en China durante la pandemia de COVID-19 confirmó que las percepciones de bienestar familiar estaban asociadas con la calidad de la comunicación familiar (Wong et al., 2022). Además, una investigación sobre adolescentes con sobrepeso en Irán reveló que tanto la comunicación como el funcionamiento familiar afectaban directamente el bienestar psicológico de los adolescentes (Kaveh Farsani et al., 2020). De igual manera, un estudio sobre mujeres en Turquía observó que la comunicación familiar influía directamente en el malestar psicológico (Geçer & Yıldırım, 2023).

En teoría, la comunicación familiar positiva promueve una autoestima y una autoaceptación saludables, esenciales para el bienestar psicológico (Torres-Soto et al., 2022). Además, facilita el desarrollo de relaciones interpersonales positivas tanto dentro como fuera del hogar (Tabrizi et al., 2024). Por lo tanto, una comunicación familiar abierta y respetuosa puede ayudar a las mujeres a establecer metas y afrontar los desafíos con eficacia, contribuyendo a un mayor dominio del entorno y a un sentido de propósito en la vida (Ji, 2023). Esto es crucial

para el bienestar psicológico, ya que permite a las mujeres sentirse más seguras y motivadas en sus proyectos personales y profesionales. De igual manera, la comunicación familiar positiva fomenta el crecimiento personal al permitirles explorar sus intereses y desarrollar nuevas habilidades, ayudándolas a gestionar mejor el estrés y la adversidad (Gecer y Yilidirim, 2023). En resumen, una comunicación saludable puede actuar como un factor protector, reduciendo el riesgo de malestar psicológico y promoviendo un bienestar emocional más estable (Grevenstein et al., 2019).

Si bien investigaciones previas han documentado asociaciones independientes entre la autoestima, la comunicación familiar y el bienestar psicológico, se sabe poco sobre cómo interactúan estos factores dentro de un modelo predictivo. En concreto, aún no está claro si la comunicación familiar tiene un efecto directo en el bienestar psicológico cuando se considera la autoestima. Para abordar esta brecha de conocimiento, este estudio busca analizar la capacidad predictiva combinada de la autoestima y la comunicación familiar para explicar el bienestar psicológico en mujeres del sur del Perú.

En estudios previos, por ejemplo, González et al. (2008) desarrollaron un modelo predictivo estructural de la salud mental y física que destacó la influencia del apoyo social y la autoestima en la reducción del estrés y la mejora de la salud mental de las mujeres en México. De igual manera, García et al. (2013) desarrollaron un modelo predictivo del sentido de vida y el bienestar psicológico, enfatizando que el sentido de propósito predice significativamente el bienestar psicológico general, particularmente en dimensiones como la autoaceptación, el propósito de vida y el dominio del entorno. Ambos modelos fueron cruciales para abordar la salud mental de las mujeres, ya que identificaron factores clave que podrían ser objeto de intervenciones para mejorar el bienestar psicológico. Comprender y abordar estos predictores puede ayudar a desarrollar estrategias más efectivas para promover la salud mental en este grupo poblacional.

Así, este estudio busca llenar este vacío de conocimiento para ayudar a diseñar programas de intervención personalizados que atiendan las necesidades específicas de este grupo, donde es fundamental prevenir problemas como la depresión y la ansiedad, comunes entre las mujeres (Thibaut, 2017).

Objetivo e hipótesis

Con base en la literatura existente, este estudio busca examinar si la autoestima y la comunicación familiar predicen conjuntamente el bienestar psicológico en mujeres peruanas. En concreto, se plantean las siguientes hipótesis:

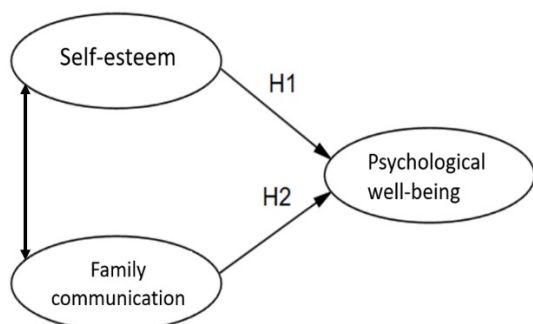
(H1) La autoestima predice significativamente el bienestar psicológico.

(H2) La comunicación familiar predice significativamente el bienestar psicológico.

Estas hipótesis se derivan de marcos teóricos que enfatizan el papel de la autopercepción individual y las interacciones sociales en la configuración del bienestar mental (Ryff, 1995; Deci y Ryan, 2008). Se propusieron las siguientes hipótesis de investigación. (Figura 1):

Figura 1

Modelo Teórico.



MÉTODO

Diseño del estudio

Este estudio empleó un diseño predictivo transversal, ya que tuvo como objetivo analizar la relación entre las variables de estudio para predecir su comportamiento en un único punto del tiempo (Ato et al., 2013).

Participantes del estudio

Participaron en el estudio 499 mujeres residentes en la ciudad de Juliaca. Los criterios de inclusión fueron: 1) ser mujer, 2) ser peruana y 3) ser mayor de 18 años. Se excluyeron menores de edad, extranjeras y mujeres que no hubieran dado su consentimiento. Las edades de las participantes oscilaron entre 18 y 56 años ($M = 35,0$ y $DE =$

9,1). El 34,5 % reportó convivencia, el 32,9 % casada, el 29,7 % soltera, el 1,8 % divorciada y el 1,2 % viuda; residían actualmente en Juliaca y hablaban español con fluidez. Se empleó un muestreo intencional no probabilístico.

El tamaño de la muestra se determinó con base en las recomendaciones mínimas para el modelado de ecuaciones estructurales (SEM), que sugieren que un tamaño de muestra superior a 250 aumenta la probabilidad de validación del modelo (Schumacker, 2016). Dada la complejidad de nuestro modelo, se consideró apropiado un tamaño de muestra de $n = 499$.

Instrumentos

1. Escala de autoestima de Rosenberg: Esta escala fue validada en el contexto peruano por Ventura-León et al. (2018). Contiene diez afirmaciones con cuatro opciones de respuesta tipo Likert, que van desde 1 = totalmente en desacuerdo hasta 4 = totalmente de acuerdo. La escala demostró evidencia de validez de constructo ($CFI = .997$, $RMSEA = .020$) y confiabilidad con coeficientes omega superiores a .80. En la muestra del estudio, se obtuvieron coeficientes alfa internos de .81 y .72 para la autoestima positiva y negativa, respectivamente.

2. Escala de comunicación familiar (FCS; Olson et al., 2006): Validada en el contexto peruano por Copez-Lonzoy et al. (2016), la FCS consta de 10 ítems, con opciones de respuesta tipo Likert que van de 1 (extremadamente insatisfecho) a 5 (extremadamente satisfecho). La escala demostró evidencia de validez de constructo ($CFI = .995$, $AGFI = .992$, $RMSEA = .000$) y confiabilidad ($\alpha = .88$). En la muestra del estudio, se obtuvo un $\alpha = .85$.

3. Escala de bienestar psicológico para adultos (BIEPS-A; Casullo, 2022). Domínguez-Lara (2014) validó la BIEPS-A en el contexto peruano. Contiene 13 ítems, estructurados en cuatro dimensiones correlacionadas (Aceptación/Control de situaciones, Autonomía, Vínculos sociales, Proyectos), con opciones de respuesta tipo Likert que van desde totalmente en desacuerdo hasta totalmente de acuerdo. La escala demostró evidencia de validez de constructo ($CFI = 1$, $GFI = .97$, $RMSEA = .078$) y confiabilidad ($\alpha = .81$). En los datos del presente estudio, se obtuvieron coeficientes alfa entre .71 y .78 para las dimensiones de la escala (ver Tabla 1).

Procedimiento

Este estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión (Referencia: 2022-CE EPG-0000142). La recolección de datos se realizó en línea mediante un cuestionario virtual diseñado en Formularios de Google, el cual se distribuyó a través de redes sociales (Facebook e Instagram), WhatsApp y correo electrónico. La primera parte del cuestionario incluía las instrucciones y los objetivos del estudio. Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes, enfatizando que la participación era voluntaria y anónima.

Análisis Estadístico

El modelo de estudio se evaluó mediante modelos de ecuaciones estructurales (SEM) con el estimador MLR, robusto a las desviaciones de la normalidad en estadística inferencial y adecuado para variables numéricas (Muthen y Muthen, 2017). Para analizar la colinealidad, se especificaron modelos separados, donde cada predictor se regresionó sobre los predictores restantes. El factor de inflación de la varianza (VIF) se calculó con base en el valor R cuadrado. Se obtuvo un valor de VIF de 2,3, lo que indica que no existe colinealidad problemática (Hair et al., 2022). El ajuste del modelo se evaluó utilizando el índice de ajuste comparativo (CFI), el error

cuadrático medio de aproximación (RMSEA) y el residuo cuadrático medio estandarizado (SRMR). El ajuste del modelo se evaluó utilizando CFI > 0,90 (Bentler, 1990), RMSEA < 0,080 y SRMR < 0,080 (Browne y Cudeck, 1992), lo que indica un ajuste aceptable del modelo. La fiabilidad se evaluó mediante el alfa de Cronbach (α). El análisis de datos y los cálculos se realizaron con el software “R” versión 4.2.1, y el paquete “lavaan” versión 0.6-12 (Rosseel, 2012) para los análisis.

RESULTADOS

Para examinar las relaciones predictivas entre la autoestima, la comunicación familiar y el bienestar psicológico, realizamos un análisis de modelos de ecuaciones estructurales (SEM). Las puntuaciones de las variables de estudio se escalaron entre 0 y 30 para facilitar la visualización, garantizando que este procedimiento no afectara los valores de correlación entre las variables. En la Tabla 1, los resultados descriptivos, como la asimetría (g1) y la correlación, se encuentran entre -.44 y .70 en valor absoluto para las variables de estudio. La tabla también muestra los coeficientes de consistencia interna (alfa de Cronbach), que oscilaron entre .61 y .85.

Tabla 1
Estadísticas descriptivas, consistencia interna (α) y correlaciones entre autoestima, comunicación familiar y bienestar psicológico

Variables	M	DE	g1	α	1	2	3	4	5	6	7
1. Autoestima positiva	23.0	4.8	-0.3	.81	-						
2. Autoestima negativa	10.4	5.5	0.0	.72	-.44	-					
3. Comunicación Familiar	21.0	4.3	-0.8	.85	.40	-.35	-				
4. Aceptación/control de situaciones	16.6	3.1	0.2	.69	.47	-.39	.42	-			
5. Autonomía	15.8	3.2	-0.5	.61	.42	-.34	.36	.59	-		
6. Vínculos	16.1	3.2	0.1	.69	.43	-.34	.45	.53	.45	-	
7. Proyectos	17.0	3.2	0.2	.78	.52	-.40	.36	.70	.66	.61	-

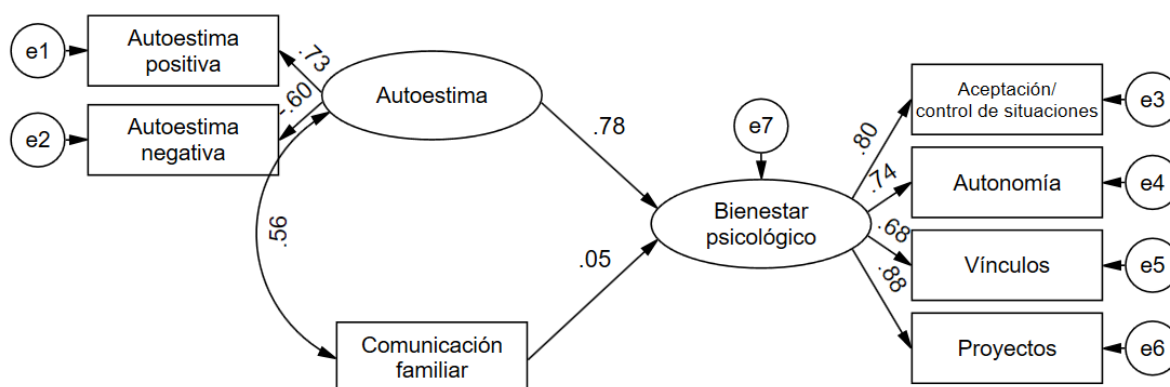
Nota. g1: asimetría, α coeficiente alfa

Se obtuvo un ajuste adecuado en el análisis del modelo propuesto: $\chi^2(12) = 29,5$, $p < .001$, CFI = .980 ($> .90$), RMSEA = .053 ($< .080$) y SRMR = .030 ($< .080$). Estos valores indican un buen ajuste a los datos (Bentler, 1990; Browne y Cudeck, 1992), lo que respalda la idoneidad del modelo explicativo. La hipótesis 1 (H1) sobre el efecto de la autoestima en el bienestar psicológico se confirmó en el modelo, $\beta = .78$, IC del 95 % [.40,

.70], $p < .001$, lo que explica una gran proporción de la varianza. Sin embargo, la hipótesis (H2), relativa al efecto de la comunicación familiar, no se confirmó ($\beta = .05$, IC 95% [-.06, .12], $p = .538$), lo que sugiere que, en esta muestra, el papel de la comunicación familiar podría ser mínimo. Además, este modelo explicó el 65% de la varianza en el bienestar psicológico. Los resultados se muestran en la Figura 2.

Figura 2

Resultados del modelo estructural explicativo del bienestar psicológico. Se muestran los parámetros estimados estandarizados.



DISCUSIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2022) postula que una buena salud mental se basa en un bienestar psicológico adecuado. Sin embargo, debido a la pandemia de COVID-19, diversas medidas han alterado la vida cotidiana de las personas, causando estrés, ansiedad, depresión, angustia, insomnio y miedo generalizado (D'Addario et al., 2021), afectando especialmente a las mujeres (Iglesias et al., 2022; Tekkas et al., 2022). En este contexto, el objetivo de este estudio fue determinar si la autoestima y la comunicación familiar predicen el bienestar psicológico en mujeres de la ciudad de Juliaca.

El presente estudio demuestra que la autoestima es el predictor más sólido del bienestar psicológico en mujeres de Juliaca, explicando gran parte de la varianza. Esto significa que las mujeres con mayor autoestima mantienen niveles más altos de bienestar psicológico. Este tamaño del efecto es consistente con investigaciones previas (Yan et al., 2020) y refuerza el papel central de la autopercepción en la salud mental. El bienestar psicológico es una medida

importante de la calidad de vida (McGregor y Little, 1998) y depende de las experiencias emocionales y de una autoestima saludable (Ryff y Keyes, 1995). Por lo tanto, las mujeres que desean un mayor bienestar psicológico deben procurar mantener una autoestima adecuada. Mejorar la autoestima juega un papel protector contra la ansiedad y promueve la salud mental y física (Pepping et al., 2013). En consonancia con hallazgos previos (Rehman et al., 2021; Yan et al., 2020), el presente estudio confirma que la autoestima es un fuerte predictor del bienestar psicológico. Estos resultados se alinean con la teoría de la autodeterminación de Deci y Ryan (2000), que postula que las personas con alta autoestima experimentan un mayor bienestar psicológico debido a su capacidad para satisfacer necesidades psicológicas intrínsecas. Por el contrario, la falta de autoestima conduce a la incertidumbre y al mal humor (Lau, 2019). Sin embargo, a diferencia de estudios previos que destacan el papel positivo de la comunicación familiar (KavehFarsani et al., 2020; Wong et al., 2022), nuestros hallazgos sugieren que la comunicación familiar no contribuye significativamente al bienestar psicológico en esta muestra de mujeres peruanas. Esta

discrepancia podría explicarse por la alta prevalencia de hogares disfuncionales en Juliaca (Inquilla Mamani et al., 2020; Reyes y Oyola, 2022). Las familias disfuncionales carecen de una unidad familiar sana, lo que provoca que cada miembro se sienta menos cercano, valorado y comprendido por los demás. Esto tiende a generar patrones de comunicación desfavorables y bajos niveles de satisfacción familiar (Shon y Lee, 2024). Parece que la comunicación en el hogar no siempre se traduce en un mayor bienestar. Estudios futuros deberían explorar posibles efectos moderadores, como la calidad percibida de la comunicación familiar o la estructura del hogar.

Los resultados de este estudio tienen varias implicaciones importantes. Teóricamente, estos hallazgos se alinean con la teoría de la autodeterminación social de Deci y Ryan (1985, 2000), según la cual el bienestar psicológico se explica por la autoestima. Por lo tanto, cuando se satisface la necesidad psicológica de autoestima, se promueve un mayor bienestar psicológico (Deci y Ryan, 2008). En la práctica, los resultados contribuyen a la literatura sobre bienestar subjetivo, ya que fundamentan estrategias para ayudar a las mujeres, especialmente a las de Juliaca, a mejorar su bienestar, particularmente en el contexto de diversos desafíos sociales y económicos (Pari, 2019; Vargas y Callata, 2021). Además, los instrumentos utilizados en este estudio pueden servir como investigación similar para explorar el papel de la autoestima, la comunicación familiar y el bienestar psicológico. Los programas de intervención deben centrarse en mejorar la autoestima para mejorar el bienestar psicológico de las mujeres.

A pesar de sus valiosas contribuciones, este estudio presenta varias limitaciones que deben considerarse. En primer lugar, su diseño transversal impide establecer relaciones causales, lo que limita la capacidad de determinar el impacto a largo plazo de la autoestima y la comunicación familiar en el bienestar psicológico. En segundo lugar, el uso de medidas de autoinforme podría haber introducido un sesgo de deseabilidad social, ya que los participantes podrían haber proporcionado puntuaciones infladas en autoestima y bienestar. En tercer lugar, el estudio se centró exclusivamente en mujeres de Juliaca, lo que limita la generalización de los hallazgos a

otras poblaciones peruanas o latinoamericanas. Las investigaciones futuras deberían considerar el uso de diseños longitudinales para examinar si la relación entre la autoestima y el bienestar se mantiene estable a lo largo del tiempo. Además, dada la inesperada falta de asociación entre la comunicación familiar y el bienestar, los estudios futuros deberían explorar posibles factores moderadores (p. ej., la calidad percibida de las interacciones familiares y la dinámica del hogar). También sería valioso incorporar metodologías cualitativas para comprender mejor cómo las mujeres peruanas perciben y experimentan estas variables.

CONCLUSIÓN

En conclusión, este estudio destaca el papel crucial de la autoestima en la promoción del bienestar psicológico entre las mujeres peruanas. Si bien la comunicación familiar no resultó ser un predictor significativo, este hallazgo subraya la complejidad de la dinámica familiar y la necesidad de mayor investigación sobre los moderadores culturales y contextuales. Estos resultados tienen importantes implicaciones para los profesionales de la salud mental y los responsables de la formulación de políticas, y enfatizan la necesidad de desarrollar programas de fortalecimiento de la autoestima adaptados a las poblaciones vulnerables. Al fomentar la autoestima y la resiliencia, estas intervenciones pueden contribuir al bienestar psicosocial de las mujeres en contextos de adversidad.

Declaración de contribución de autoría:

EA-P, RFC-E y TC-R proporcionaron la concepción inicial, organización y redacción principal del texto. RC-B analizó los datos y preparó todas las figuras y tablas. JETCh y OJM-B participaron en la recolección de datos y actuaron como consultores y colaboradores en el diseño de la investigación, análisis de datos y redacción del texto. El primer borrador del manuscrito fue escrito por RFC-E y TC-R, y todos los autores comentaron las versiones anteriores del manuscrito. Todos los autores leyeron y aprobaron el manuscrito final.

Financiamiento:

No se recibió financiamiento para apoyar la redacción de este artículo de investigación.

Declaración de conflicto de intereses:

Los autores no tienen intereses en competencia ni conflictos de interés.

Declaración de consentimiento informado:

Todos los participantes proporcionaron su consentimiento informado.

Declaración de disponibilidad de datos:

Los datos utilizados en el presente estudio pueden solicitarse al autor de correspondencia.

Información adicional:

No hay información adicional disponible para este artículo.

Agradecimientos:

Ninguno.

Permiso de los creadores originales del instrumento:

No, no fue necesario solicitar permiso.

Aprobación ética:

Este estudio fue aprobado por el Comité de Ética de la Escuela de Posgrado de la Universidad Peruana Unión (Referencia: 2022-CE EPG-0000142).

Ato, M., López-García, J. 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>

Barrafrem, K., Tinghög, G., & Västfjäll, D. (2021). Trust in the government increases financial well-being and general well-being during COVID-19. *Journal of Behavioral and Experimental Finance*, 31, 100514. <https://doi.org/10.1016/j.jbef.2021.100514>

Bau, N., Khanna, G., Low, C., Shah, M., Sharmin, S., & Voena, A. (2022). Women's well-being during a pandemic and its containment. *Journal of Development Economics*, 156, 102839. <https://doi.org/10.1016/j.jdeveco.2022.102839>

Bentler, P. (1990). Comparative fit indices in structural models. *Psychological Bulletin*, 107(2), 238–246.

Blanco Vega, H., Jurado García, P. J., Jiménez Lira, C., Aguirre Vásquez, S. I., Peinado Pérez, J. E., Aguirre Chávez, J. F., Zueck Enríquez, M. D. C., & Blanco Ornelas, J. R. (2022). Influencia de la insatisfacción corporal y la actividad física en el bienestar psicológico de jóvenes mexicanas (Influence of body dissatisfaction and physical activity on the psychological well-being of young Mexican women). *Retos*, 45(4), 259–267. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91097>

Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230–258. <https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>

Casullo, M. (2022). *Evaluación del Bienestar Psicológico en Iberoamérica*. Paidós.

Chang, W.-H. (2020). Understanding the COVID-19 pandemic from a gender perspective. *Taiwanese Journal of Obstetrics and Gynecology*, 59(6), 801–807. <https://doi.org/10.1016/j.tjog.2020.09.004>

Copez-Lonzoy, A. J. E., Villarreal-Zegarra, D., & Paz-Jesús, Á. (2016). Propiedades psicométricas de la Escala de Comunicación Familiar en estudiantes universitarios / Psychometric Properties of the Family Communication Scale in College Students. *Revista Costarricense de Psicología*, 35(1), 31–46. <https://doi.org/10.22544/rcps.v35i01.03>

REFERENCIAS

Akram, M. (2017). Self-Esteem and Psychological Well-being among Working and Non-working Women. *International Journal of Indian Psychology*, 5(1). <https://doi.org/10.25215/0501.077>

Arcos-Romero, A., & Calvillo, C. (2023). Sexual Health and Psychological Well-Being of Women: A Systematic Review. *Healthcare*, 11(23), 3025. <https://doi.org/10.3390/healthcare11233025>

- D'Addario, M., Zanatta, F., Adorni, R., Greco, A., Fattirolli, F., Franzelli, C., Giannattasio, C., & Steca, P. (2021). Depression symptoms as longitudinal predictors of the psychological impact of COVID-19 pandemic in hypertensive patients. *Scientific Reports*, 11(1), 16496. <https://doi.org/10.1038/s41598-021-96165-2>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer US. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “What” and “Why” of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains. *Canadian Psychology/ Psychologie Canadienne*, 49(1), 14–23. <https://doi.org/10.1037/0708-5591.49.1.14>
- Dionigi, A., Duradoni, M., & Vagnoli, L. (2021). Humor and anxiety: The relationship between the comic styles, worry and general well-being. *Personality and Individual Differences*, 181(December 2020), 111028. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2021.111028>
- Fergus, D., Chen, Y., Chuang, Y., Sandra, A., & Chuang, K. (2024). A cross-sectional analysis of gender and psychological well-being among older Taiwanese adults. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1392007>
- Frazier, D. M., & Cowan, R. G. (2020). The Correlation Between Attachment Style, Self-Esteem, and Psychological Well-Being of Fatherless Women Ages 25–55. *Adultspan Journal*, 19(2), 67–76. <https://doi.org/10.1002/adsp.12096>
- García, J., Soucase, B., Sellés, P., & Martínez, E. (2013). Rol predictivo del sentido de la vida sobre el bienestar psicológico y diferencias de género. *Acta Colombiana de Psicología*, 16(1), 17–24. <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v16n1/v16n1a02.pdf>
- Geçer, E., & Yıldırım, M. (2023). Family Communication and Psychological Distress in the Era of COVID-19 Pandemic: Mediating Role of Coping. *Journal of Family Issues*, 44(1), 203–219. <https://doi.org/10.1177/0192513X211044489>
- Gilligan, M., Sutor, J., Nam, S., Routh, B., Rurka, M., & Con, G. (2017). Family Networks and Psychological Well-Being in Midlife. *Social Sciences*, 6(3), 94. <https://doi.org/10.3390/socsci6030094>
- González, M., Landero, R., & Ruiz, M. (2008). Modelo estructural predictor de la salud mental y física en mujeres. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 23(2):101–8. <https://www.scielo.org/pdf/rpsp/v23n2/05.pdf>
- Grevenstein, D., Bluemke, M., Chwitzer, J., Aguilar-Raab, C. (2019). Better family relationships--higher well-being: The connection between relationship quality and health related resources. *Mental Health & Prevention*, 14, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.mph.2019.200160>
- Hair, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2022). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM) (Third edition)*. SAGE.
- Huang, Xc., Zhang, Yn., Wu, Xy. et al. (2023). A cross-sectional study: family communication, anxiety, and depression in adolescents: the mediating role of family violence and problematic internet use. *BMC Public Health* 23, 1747. <https://doi.org/10.1186/s12889-023-16637-0>
- Iglesias, E., Roces García, J., Jiménez Arberas, E., & Llosa, J. A. (2022). Difference between Impacts of COVID-19 on Women and Men's Psychological, Social, Vulnerable Work Situations, and Economic Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 8849. <https://doi.org/10.3390/ijerph19148849>
- Izydorczyk, B., Kwapniewska, A., Lizinczyk, S., & Sitnik-Warchulska, K. (2018). Psychological Resilience as a Protective Factor for the Body Image in Post-Mastectomy Women with Breast Cancer. *International Journal Environmental Research and Public Health*, 15(6):1181. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061181>
- Inquilla Mamani, J., Yapuchura Saico, C. R., & Inquilla Arcata, F. (2020). Entre la anomia e inhumanidad: Casos de feminicidios en la región Puno – Perú. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 11(2), 119–130. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.11.2.441>

- Ji, X. (2023). How Family Environment Influence the Social Role of Female Adolescents. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 12, 247-253. <https://doi.org/10.54097/ehss.v12i.7648>
- Kamberi, F., Jaho, J., Mechili, E. A., Sinaj, E., & Skendo, H. (2020). Effect of covid-19 pandemic on mental health among Albanian people residing in the country and abroad – Implications for mental care. *Archives of Psychiatric Nursing*. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.08.003>
- KavehFarsani, Z., Kelishadi, R., & Beshlideh, K. (2020). Study of the effect of family communication and function, and satisfaction with body image, on psychological well-being of obese girls: the mediating role of self-esteem and depression. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 14(1), 39. <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00345-3>
- Klainin-Yobas, P., Vongsirimas, N., Ramirez, D., Sarmiento, J., Fernandez, Z. (2021). Evaluating the relationships among stress, resilience and psychological well-being among young adults: a structural equation modelling approach. *BMC Nursing*, 20, 119. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00645-9>
- Kuhn, U., Klaas, H. S., Antal, E., Dasoki, N., Lebert, F., Lipps, O., Monsch, G.-A., Refle, J.-E., Ryser, V.-A., Tillmann, R., & Voorpostel, M. (2021). Who is most affected by the Corona crisis? An analysis of changes in stress and well-being in Switzerland. *European Societies*, 23(sup1), S942–S956. <https://doi.org/10.1080/14616696.2020.1839671>
- Lau, R. W. K. (2019). You Are Not Your PhD: Managing Stress During Doctoral Candidature. In *Wellbeing in Doctoral Education* (pp. 47–58). Springer Nature Singapore. https://doi.org/10.1007/978-981-13-9302-0_6
- Martínez Pajuelo, A. R., Irrazabal Ramos, J. E., & Lazo-Porras, M. (2022). Anxiety, Depression, and Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Symptomatology According to Gender in Health-Care Workers during the COVID-19 Pandemic in Peru Shortened Title: “Psychological Impact of the Pandemic on Women.” *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 11957. <https://doi.org/10.3390/ijerph191911957>
- Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and Psychological Well-Being. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(19), 3531. <https://doi.org/10.3390/ijerph16193531>
- McGregor, I., & Little, B. R. (1998). Personal projects, happiness, and meaning: On doing well and being yourself. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(2), 494–512. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.2.494>
- Muthen, L., & Muthen, B. (2017). *MPlus user' guide* (8th ed.). https://www.statmodel.com/html_ug.shtml
- O'Donnell, A. J., Sánchez, B., & Grant, K. E. (2021). Latinx adolescents' trust in adults: A precursor to psychological well-being via mentoring relational quality and self-esteem. *Journal of Community Psychology*, February, 1–19. <https://doi.org/10.1002/jcop.22748>
- Oh, S.-H., Lee, S. Y., & Han, C. (2021). The Effects of Social Media Use on Preventive Behaviors during Infectious Disease Outbreaks: The Mediating Role of Self-relevant Emotions and Public Risk Perception. *Health Communication*, 36(8), 972–981. <https://doi.org/10.1080/10410236.2020.1724639>
- Olson, D., Gorall, D., & Tiesel, J. (2006). *FACES IV Package. Administration Manual*.
- Organización Mundial de la Salud / World Health Organization. (2022). *Climate action must include mental health*. WHO. <https://www.who.int/es/news/item/03-06-2022-why-mental-health-is-a-priority-for-action-on-climate-change>
- Pari, Y. (2019). Use of smartphones in family relationships of university students of the Nacional del Altiplano University of Puno. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 10(2), 151–159. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.10.2.387>
- Pepping, C. A., O'Donovan, A., & Davis, P. J. (2013). The positive effects of mindfulness on self-esteem. *The Journal of Positive Psychology*, 8(5), 376–386. <https://doi.org/10.1080/17439760.2013.807353>

- Poudel, A., Gurung, B., & Khanal, G. P. (2020). Perceived social support and psychological wellbeing among Nepalese adolescents: the mediating role of self-esteem. *BMC Psychology*, 8(1), 43. <https://doi.org/10.1186/s40359-020-00409-1>
- Rehman, A. U., You, X., Wang, Z., & Kong, F. (2021). The link between mindfulness and psychological well-being among university students: The mediating role of social connectedness and self-esteem. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02428-6>
- Reyes, S. E., & Oyola, M. S. (2022). Funcionalidad familiar y conductas de riesgo en estudiantes universitarios de ciencias de la salud. *Comuni@cción: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo*, 13(2), 127–137. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.13.2.687>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the Adolescent Self-Image*. Princeton University Press. <https://press.princeton.edu/books/hardcover/9780691649443/society-and-the-adolescent-self-image>
- Rosseel, Y. (2012). lavaan: An R Package for Structural Equation Modeling. *Journal of Statistical Software*, 48(2), 1–93. <https://doi.org/10.18637/jss.v048.i02>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.
- Sabik, N. J., Falat, J., & Magagnos, J. (2020). When Self-Worth Depends on Social Media Feedback: Associations with Psychological Well-Being. *Sex Roles*, 82(7–8), 411–421. <https://doi.org/10.1007/s11199-019-01062-8>
- Schumacker, R. E., & Lomax, R. G. (2016). *A beginner's guide to structural equation modeling (Fourth edition)*. Routledge, Taylor & Francis Group.
- Sezer, Ö., Başoğlu, M. A., & Dağdeviren, H. N. (2022). An examination of cyberchondria's relationship with trait anxiety and psychological well-being in women of reproductive age: A cross-sectional study. *Medicine*, 101(46), e31503. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000031503>
- Shon, E. J., & Lee, L. (2024). Structural equation modeling for the effects of family dysfunctions and communication on perceived mental health status among under/graduate students in the US. *Plos one*, 19(4), e0301914. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0301914>
- Tabrizi, J.S., Doshmangir, L., Khoshmaram, N., Shakibazadeh, E., Mashhadi, H., & Khabiri, R. (2024). Key factors affecting health promoting behaviors among adolescents: a scoping review. *BMC Health Services Research* 24, 58 <https://doi.org/10.1186/s12913-023-10510-x>
- Tekkas Kerman, K., Albayrak, S., Arkan, G., Ozabrahamyan, S., & Beser, A. (2022). The effect of the COVID-19 social distancing measures on Turkish women's mental well-being and burnout levels: A cross-sectional study. *International Journal of Mental Health Nursing*, 31(4), 985–1001. <https://doi.org/10.1111/inm.13009>
- Thibaut, F. (2017). Anxiety disorders: a review of current literature. *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 19(2), 87–88. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2017.19.2/fthibaut>
- Vall-Roqué, H., Andrés, A., & Saldaña, C. (2021). The impact of COVID-19 lockdown on social network sites use, body image disturbances and self-esteem among adolescent and young women. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 110, 110293. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2021.110293>
- Vargas, K. R., & Callata, Z. E. (2021). La felicidad en tiempos de pandemia y educación virtual: un estudio en universitarios del Altiplano. *Comuni@cción: Revista de Investigación En Comunicación y Desarrollo*, 12(2), 111–120. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.12.2.493>

Ventura-León, J., Caycho-Rodriguez, T., Barboza-Palomino, M., & Salas, G. (2018). Evidencias psicométricas de la Escala de Autoestima de Rosenberg en adolescentes Limeños. [Psychometric evidence of Rosenberg Self-Esteem Scale in adolescents from Lima.]. *Revista Interamericana de Psicología*, 52(1), 44–60. <https://journal.sipsych.org/index.php/IJP/article/view/363>

Verleye, H., Lambrechts, F., Voordeckers, W & Umans, I. (2024). Exploring the moderating effect of family communication patterns on the family CEO characteristics – family firm internationalization relationship. *European Management Journal*. Available online. <https://doi.org/10.1016/j.emj.2024.10.007>

Wong, B. Y.-M., Ho, S. Y., Sit, S. M. M., Gong, W. J., Lai, A. Y. K., Wang, M. P., & Lam, T. H. (2022). Association of family wellbeing with forwarding and verifying COVID-19-related information, and mediation of family communication quality. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.948955>

Yan, W., Yang, K., Wang, Q., You, X., & Kong, F. (2020). Subjective Family Socioeconomic Status and Life Satisfaction in Chinese Adolescents: The Mediating Role of Self-Esteem and Social Support. *Youth & Society*, 0044118X2094134. <https://doi.org/10.1177/0044118X20941344>