

Bienestar subjetivo y satisfacción con la vida de las personas mayores

Comparación 2021–2025

22 de septiembre de 2026

El presente informe realizado por CIPEM (Conocimiento e investigación en Personas Mayores (UDD-Los Héroes)) presenta los principales resultados sobre bienestar subjetivo y satisfacción con la vida de las personas mayores en Chile a partir de la Encuesta de Bienestar Social (EBS) 2025, comparando con 2021.

Los resultados son descriptivos y se presentan para la población de 60 años o más. La comparación se concentra en cambios porcentuales entre ambas mediciones, además de diferencias por sexo y región.

Resumen ejecutivo

- **La proporción de personas mayores que declara sentirse bastante o muy feliz aumentó de 62,2% en 2021 a 66,4% en 2025, equivalente a un alza de 4,2 puntos porcentuales.**
- **La tranquilidad también muestra una mejora importante: quienes se sintieron bastante o muy tranquilos pasaron de 67,5% a 73,1%, un aumento de 5,6 puntos porcentuales.**
- **En las emociones negativas, los cambios son más acotados. La proporción que declara sentirse bastante o muy triste disminuye de 13,3% a 12,3%, mientras que en enojo baja de 7,7% a 7,1%.**
- **La satisfacción con la vida presenta una evolución favorable: las personas mayores satisfechas o totalmente satisfechas aumentan de 77,6% en 2021 a 81,1% en 2025, mientras que la insatisfacción cae de 14,5% a 10,8%.**
- **Las diferencias por sexo se mantienen relativamente estables. En 2025, 68,9% de los hombres y 64,4% de las mujeres se sienten bastante o muy felices; en satisfacción con la vida, las cifras alcanzan 82,6% y 79,8%, respectivamente.**
- **A nivel regional existen diferencias importantes. En felicidad, los mayores aumentos entre 2021 y 2025 se observan en O'Higgins, Tarapacá y Maule; en satisfacción con la vida destacan especialmente Tarapacá, Arica y Parinacota y Maule.**

1. Bienestar subjetivo

Entre 2021 y 2025 se observa una mejora en los indicadores positivos de bienestar subjetivo. La proporción de personas mayores que declaró haberse sentido bastante o muy feliz aumentó de 62,2% a 66,4% (2.662.355), mientras que la tranquilidad pasó de 67,5% a 73,1% (2.931.858). Al mismo tiempo, disminuyó la proporción que declaró niveles altos de tristeza, desde 13,3% a 12,3% (494.266), y el enojo se mantuvo relativamente estable, alcanzando 7,1% en 2025 (283.880).

Tabla 1. Bienestar subjetivo de las personas mayores, 2021 y 2025

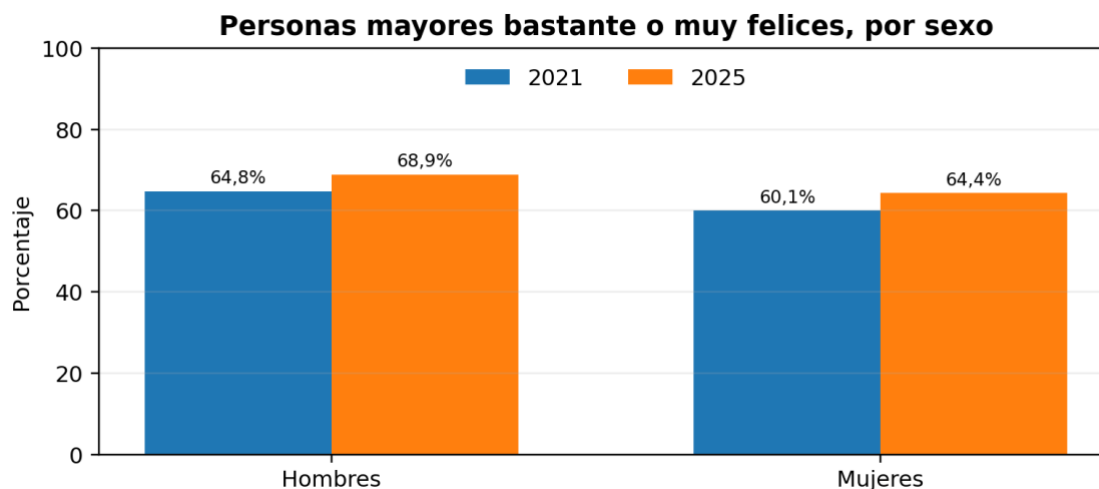
Indicador	Categoría	2021	2025	Cambio 2021–2025
Felicidad	Nada/Poco	17,8%	12,0%	–5,8 pp
	Algo	20,1%	21,6%	+1,5 pp
	Bastante/Mucho	62,2%	66,4%	+4,2 pp
Tranquilidad	Nada/Poco	15,3%	10,8%	–4,5 pp
	Algo	17,1%	16,0%	–1,1 pp
	Bastante/Mucho	67,5%	73,1%	+5,6 pp
Enojo	Nada/Poco	84,2%	83,7%	–0,5 pp
	Algo	8,1%	9,2%	+1,1 pp
	Bastante/Mucho	7,7%	7,1%	–0,6 pp
Tristeza	Nada/Poco	72,1%	75,1%	+3,0 pp
	Algo	14,6%	12,6%	–2,0 pp
	Bastante/Mucho	13,3%	12,3%	–1,0 pp

Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

1.1. Felicidad

El aumento de la felicidad se observa tanto en hombres como en mujeres. En 2025, el 68,9% de los hombres mayores (1.240.539) declaró haberse sentido bastante o muy feliz, frente al 64,4% de las mujeres (1.421.816). En comparación con 2021, ambas cifras aumentan en torno a cuatro puntos porcentuales y la brecha por sexo se mantiene prácticamente estable.

Gráfico 1. Personas mayores bastante o muy felices, por sexo



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

Tabla 2. Felicidad de las personas mayores según sexo, 2021 y 2025

Sexo	2021	2025	Cambio
Hombres	64,8%	68,9%	+4,1 pp
Mujeres	60,1%	64,4%	+4,3 pp

Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

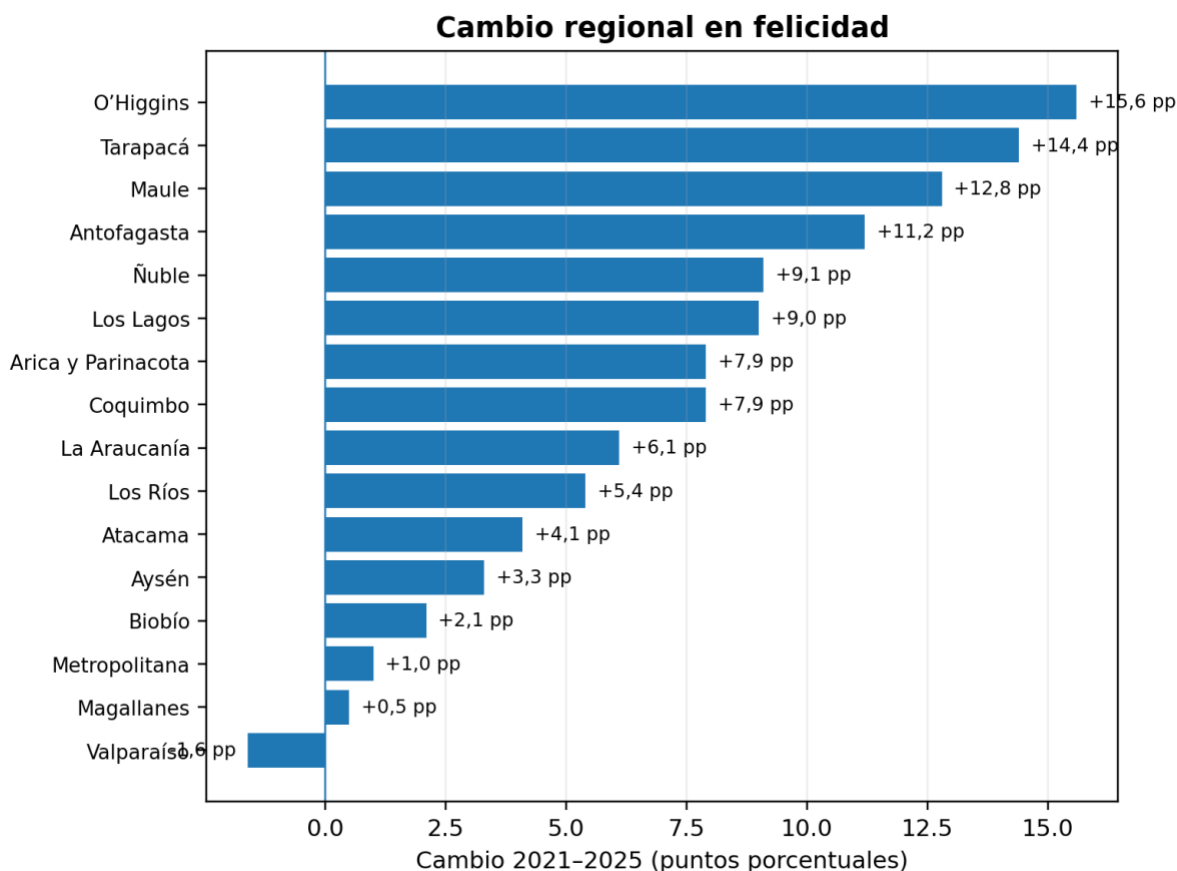
A nivel territorial, la evolución es heterogénea, aunque la mayoría de las regiones registra aumentos. Los mayores incrementos se observan en O'Higgins (+15,6 pp), Tarapacá (+14,4 pp), Maule (+12,8 pp) y Antofagasta (+11,2 pp). Valparaíso es la única región que presenta una disminución, de 67,6% a 66,0%.

Tabla 3. Personas mayores bastante o muy felices, por región

Región	2021	2025	Cambio
Antofagasta	61,2%	72,4%	+11,2 pp
Los Ríos	67,0%	72,4%	+5,4 pp
Aysén	68,6%	71,9%	+3,3 pp
Arica y Parinacota	63,1%	71,0%	+7,9 pp
O'Higgins	55,0%	70,6%	+15,6 pp
Magallanes	68,4%	68,9%	+0,5 pp
Tarapacá	54,1%	68,5%	+14,4 pp
Atacama	64,2%	68,3%	+4,1 pp
La Araucanía	62,0%	68,1%	+6,1 pp
Ñuble	58,4%	67,5%	+9,1 pp
Los Lagos	58,0%	67,0%	+9,0 pp
Maule	53,4%	66,2%	+12,8 pp
Coquimbo	58,1%	66,0%	+7,9 pp
Valparaíso	67,6%	66,0%	-1,6 pp
Metropolitana	64,2%	65,2%	+1,0 pp
Biobío	60,9%	63,0%	+2,1 pp
Total país	62,2%	66,4%	+4,2 pp

Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

Gráfico 2. Cambio regional en felicidad, 2021–2025



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

2. Satisfacción con la vida

La satisfacción con la vida también mejora entre ambas mediciones. En 2025, el 81,1% de las personas mayores (3.248.850) se declara satisfecha o totalmente satisfecha con su vida, frente al 77,6% en 2021. En paralelo, la proporción insatisfecha o totalmente insatisfecha disminuye de 14,5% a 10,8% (432.636).

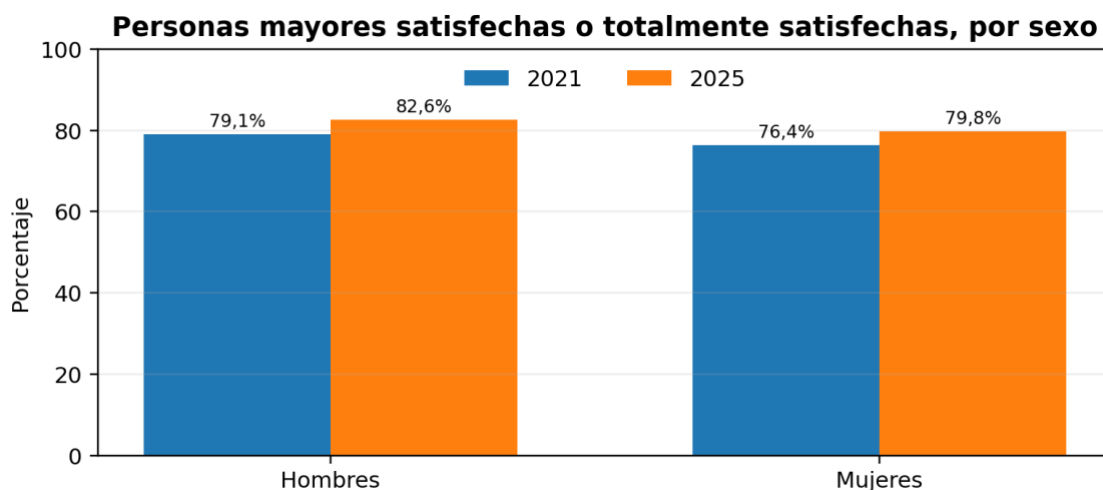
Tabla 4. Satisfacción con la vida de las personas mayores, 2021 y 2025

Nivel de satisfacción	2021	2025	Cambio
Insatisfecho/Totalmente insatisfecho	14,5%	10,8%	–3,7 pp
Ni satisfecho ni insatisfecho	7,9%	8,1%	+0,2 pp
Satisfecho/Totalmente satisfecho	77,6%	81,1%	+3,5 pp

Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

Por sexo, el nivel de satisfacción aumenta en ambos grupos. Entre los hombres, la proporción satisfecha o totalmente satisfecha pasa de 79,1% a 82,6% (1.487.258); entre las mujeres, de 76,4% a 79,8% (1.761.592). La diferencia entre hombres y mujeres se mantiene cercana a tres puntos porcentuales.

Gráfico 3. Personas mayores satisfechas o totalmente satisfechas, por sexo



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

Tabla 5. Satisfacción con la vida según sexo, 2021 y 2025

Sexo	Categoría	2021	2025	Cambio
Hombres	Insatisfecho/Totalmente insatisfecho	10,9%	9,8%	-1,1 pp
	Ni satisfecho ni insatisfecho	10,2%	7,6%	-2,6 pp
	Satisfecho/Totalmente satisfecho	79,1%	82,6%	+3,5 pp
Mujeres	Insatisfecho/Totalmente insatisfecho	15,0%	11,6%	-3,4 pp
	Ni satisfecho ni insatisfecho	8,6%	8,6%	+0,0 pp
	Satisfecho/Totalmente satisfecho	76,4%	79,8%	+3,4 pp

Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

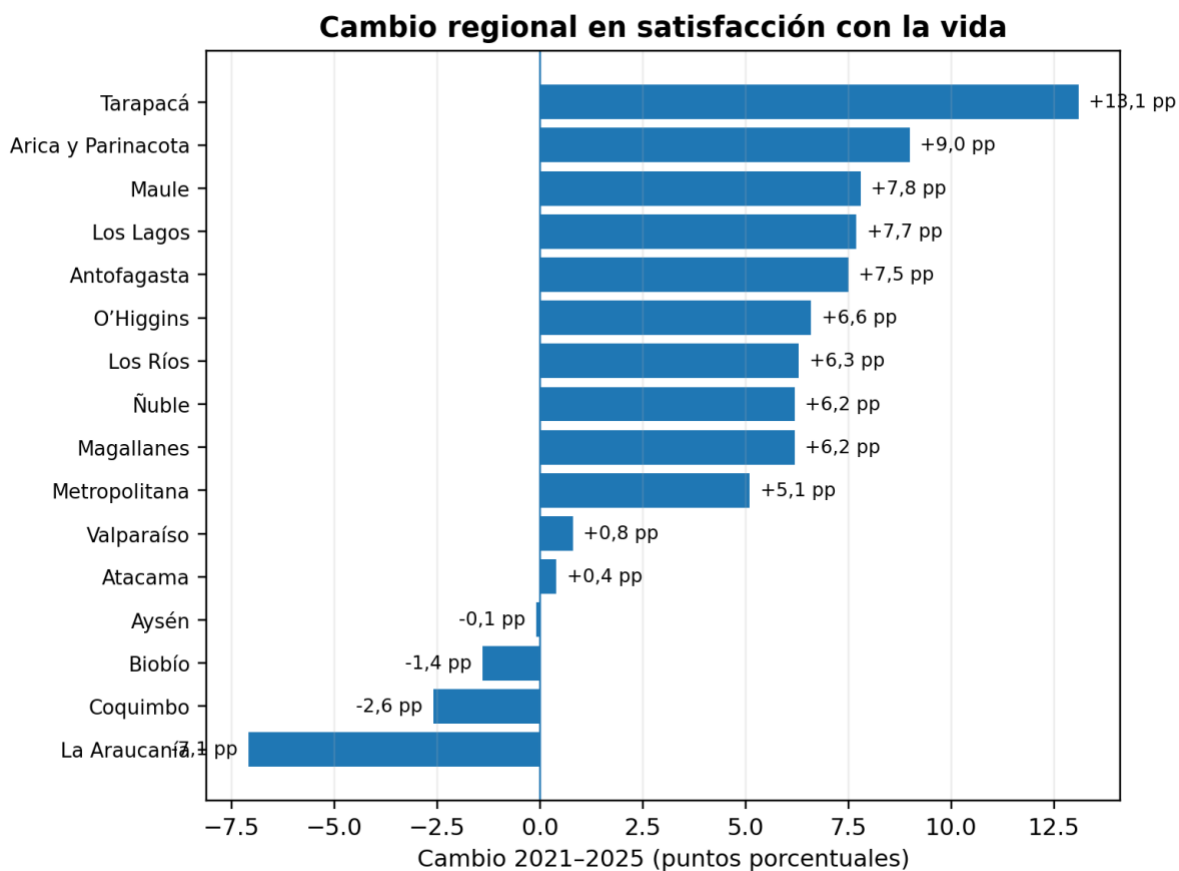
Las diferencias regionales son más marcadas. Tarapacá registra el mayor aumento (+13,1 pp), seguida de Arica y Parinacota (+9,0 pp), Maule (+7,8 pp) y Los Lagos (+7,7 pp). En contraste, La Araucanía presenta la mayor caída (−7,1 pp), seguida por Coquimbo (−2,6 pp) y Biobío (−1,4 pp). Aysén se mantiene prácticamente sin cambios.

Tabla 6. Personas mayores satisfechas o totalmente satisfechas, por región

Región	2021	2025	Cambio
Magallanes	80,1%	86,3%	+6,2 pp
Tarapacá	72,1%	85,2%	+13,1 pp
Aysén	84,8%	84,7%	−0,1 pp
Antofagasta	76,6%	84,1%	+7,5 pp
Maule	76,3%	84,1%	+7,8 pp
Arica y Parinacota	75,1%	84,1%	+9,0 pp
Atacama	83,6%	84,0%	+0,4 pp
Los Ríos	75,7%	82,0%	+6,3 pp
Biobío	83,1%	81,7%	−1,4 pp
Metropolitana	76,5%	81,6%	+5,1 pp
Los Lagos	73,4%	81,1%	+7,7 pp
Coquimbo	83,3%	80,7%	−2,6 pp
Valparaíso	79,9%	80,7%	+0,8 pp
Ñuble	73,2%	79,4%	+6,2 pp
O'Higgins	71,7%	78,3%	+6,6 pp
La Araucanía	79,0%	71,9%	−7,1 pp
Total país	77,6%	81,1%	+3,5 pp

Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.

Gráfico 4. Cambio regional en satisfacción con la vida, 2021–2025



Fuente: elaboración propia a partir de la Encuesta de Bienestar Social 2021 y 2025.