



“La democracia es siempre un trabajo en marcha. Mantengamos viva la llama de la democracia para las generaciones presentes y futuras”.

-Antonio Guterres, secretario general de las Naciones Unidas, Tercera Cumbre por la Democracia

Sistemas democráticos y ciencia psicológica: Una declaración conjunta y un llamamiento a la acción, de la Global Psychology Alliance en defensa de la psicología y los/as psicólogos/as en contextos de libertad social y política restringida ¹

¿Qué es la Global Psychology Alliance?

La Global Psychology Alliance (GPA) es una red constituida por más de 70 líderes de organizaciones, investigadores/as y profesionales expertos/as sin ánimo de lucro, de ámbito nacional, regional e internacional de todos los continentes, y que colaboran activamente con el objetivo de aplicar la ciencia de la psicología a los desafíos globales que todos compartimos.

¿Qué es un sistema democrático actualizado?

Los sistemas democráticos actualizados se caracterizan por la participación plena, informada e igualitaria de todos los ciudadanos y ciudadanas, son inclusivos con los grupos marginados, en amplios ámbitos de tomas de decisión política, económica y cultural, y de manera independiente de los recursos y la inversión financiera. Los sistemas democráticos son los que brindan a la ciudadanía la mayor libertad de elección y expresión, incluida la libertad de cuestionar a los líderes y las políticas gubernamentales. En los sistemas democráticos se garantiza a la ciudadanía la posibilidad de elegir a los mejores líderes a través de sistemas electorales justos convocados con regularidad, lo que fomenta la responsabilidad y transparencia de los Gobiernos y el compromiso ético de no incurrir en corrupción. De hecho, al contrario de lo que sucede en los regímenes autoritarios, los sistemas democráticos actualizados potencian la aplicación de la ley, la independencia del poder judicial y las libertades civiles y los derechos humanos de los ciudadanos y

¹ La democracia rara vez se materializa de una manera perfecta, y esto no debería usarse como un pretexto para la agresión internacional. La GPA no pretende situar a ningún país por encima de otro. Más bien, como grupo global, la GPA aboga por defender las mejores prácticas de gobernanza política en función de sus impactos en la salud.

ciudadanas (Moghaddam, 2016), al tiempo que fomentan las relaciones pacíficas entre los distintos grupos (Moghaddam, 2021). Los valores democráticos se transforman y varían con el tiempo, por lo que es imprescindible que se renueven y reafirmen constantemente; la verdadera democracia requiere de una participación ciudadana representativa continua.

¿Cuál es la relación entre los sistemas democráticos y la salud?

Una parte importante de la salud física y mental puede atribuirse a factores sociales y políticos (Dawes, 2024; World Health Organization, 2008), ya que se ha comprobado que las decisiones gubernamentales tienen consecuencias a corto y largo plazo en la experiencia vital de las personas. Las investigaciones demuestran, de manera consistente, que los sistemas democráticos favorecen una participación informada y más igualitaria en la toma de decisiones políticas, económicas y culturales, lo que, en última instancia, contribuye a mejorar los resultados en materia de salud física y mental de sus comunidades. Los sistemas democráticos fomentan entornos en los que se respetan los derechos humanos, se prioriza la transparencia y se minimiza la corrupción, todos ellos elementos esenciales para promover la salud mental y la cohesión social. Aunque este ámbito de investigación es complejo, en la literatura aparece una relación positiva entre los sistemas democráticos y la salud, incluida la salud mental (véase Bollyky *et al.*, 2019; Safaei, 2006; Wise & Sainsbury, 2007). Por ejemplo, las poblaciones con sistemas de democracia electoral muestran, en promedio, una esperanza de vida once años mayor y tasas de mortalidad infantil un 62,5% más bajas que las poblaciones con otros sistemas de gobierno, efectos que se mantienen (aunque reducidos) aun si se controla el PIB y la desigualdad de ingresos (Paterson & Veenstra, 2016). Esta diferencia también se obtiene en las transiciones de regímenes autoritarios a sistemas democráticos consolidados (Nazarov & Obydenkova, 2022).

Se puede observar un mayor sentido de autonomía en los ciudadanos que residen en sociedades democráticas. Las investigaciones muestran que una mayor sensación de control se asocia con una mejor salud física, un mejor bienestar psicológico y un menor malestar (Hong *et al.*, 2021; Lachman & Weaver, 1998). Por el contrario, una menor sensación de autocontrol se asocia con un aumento de los síntomas depresivos y ansiosos (Keeton *et al.*, 2008; Mirowsky & Ross, 1990).

¿Cómo puede afectar la opresión a la salud?

La investigación muestra que la corrupción, la represión y las acciones violentas y antidemocráticas dañan la salud física y mental. El maltrato que sufren los manifestantes se asocia a la aparición probable de malestar psicológico grave y otros síntomas psicológicos, incluido el desarrollo de trastorno por estrés postraumático, depresión y ansiedad (por ejemplo, Johnson & Thompson, 2008; Willis, Chou & Hunt, 2015). También se ha

demostrado que las formas “silenciosas” de represión, como la vigilancia, la limitación de la libertad de expresión o la prohibición de la promoción profesional, dañan la salud mental y física (Marheinecke, Winter, Strauss & Engert, 2024). Es más, la percepción de que existe corrupción gubernamental puede agravar los problemas de salud mental, incluida la depresión (Zhang, 2022).

Conclusión:

Los sistemas democráticos son los óptimos para favorecer los más altos niveles de bienestar al ofrecer un compromiso social, beneficios económicos y otras medidas (Winter *et al.*, 2022).

UNA LLAMADA A LA ACCIÓN:

Como profesionales de la psicología y asociaciones de psicólogos y psicólogas mundiales, comprometidos con el bienestar de las personas y las comunidades, los miembros firmantes de esta declaración de la Global Psychology Alliance (GPA) reconocemos el profundo impacto de los factores sociales y políticos en la salud mental. La GPA hace un llamamiento a los colegas y las colegas de todo el mundo para que defiendan la protección y la promoción de los sistemas democráticos como un medio para mejorar la salud a nivel mundial.

Usemos nuestra experiencia para educar a las comunidades, a las responsables y los responsables políticos y líderes sobre la relación crucial que existe entre los sistemas democráticos y la salud mental y para oponernos a las fuerzas antidemocráticas que amenazan el bienestar de las personas y a sus asociaciones. Con esta declaración, la ciencia psicológica y sus aplicaciones muestran su apoyo a la aspiración a sociedades en donde todas las personas tengan la oportunidad de prosperar, al estar libres del sufrimiento psicológico causado por la corrupción, la violencia y la opresión. La Global Psychology Alliance es unánime en el apoyo a los sistemas democráticos actualizados como el ideal político y como pilar fundamental de la salud mental y el éxito humano.



Referencias

- Bollyky, T. J., Templin, T., Cohen, M., Schoder, D., Dieleman, J. L., & Wigley, S. (2019). The relationships between democratic experience, adult health, and cause-specific mortality in 170 countries between 1980 and 2016: an observational analysis. *Lancet (London, England)*, 393(10181), 1628–1640. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(19\)30235-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(19)30235-1)
- Dawes, D. (2024). *The political determinants of health*. Johns Hopkins University Press.
- Hong, J. H., Lachman, M. E., Charles, S. T., Chen, Y., Wilson, C. L., Nakamura, J. S., VanderWeele, T. J., & Kim, E. S. (2021). The positive influence of sense of control on physical, behavioral, and psychosocial health in older adults: An outcome-wide approach. *Preventive medicine*, 149, 106612. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106612>
- Johnson, H., & Thompson, A. (2008). The development and maintenance of post-traumatic stress disorder (PTSD) in civilian adult survivors of war trauma and torture: a review. *Clinical psychology review*, 28(1), 36–47. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.01.017>
- Keeton, C. P., Perry-Jenkins, M., & Sayer, A. G. (2008). Sense of control predicts depressive and anxious symptoms across the transition to parenthood. *Journal of family psychology : JFP : journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 22(2), 212–221. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.22.2.212>
- Lachman, M. E., & Weaver, S. L. (1998). The sense of control as a moderator of social class differences in health and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 74(3), 763–773. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.74.3.763>
- Marheinecke, R., Winter, A. C., Strauss, B., & Engert, V. (2024). Specific challenges of researching stress in the context of quiet political repression. *Comprehensive psychoneuroendocrinology*, 19, 100248. <https://doi.org/10.1016/j.cpnec.2024.100248>
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (1990). Control or defense? Depression and the sense of control over good and bad outcomes. *Journal of health and social behavior*, 31(1), 71–86.
- Moghaddam, F. (2016). Introduction. In F. Moghaddam (Ed.), *The psychology of democratic systems* (pp. 3-20). American Psychological Association.
- Moghaddam, F. M. (2021). Peace psychology and the deadly competition between democratic systems and dictatorship [Editorial]. *Peace and Conflict: Journal of Peace Psychology*, 27(3), 337–338. <https://doi.org/10.1037/pac0000577>

- Nazarov, Z., & Obydenkova, A. (2022). Public Health, Democratic systems, and Transition: Global Evidence and Post-Communism. *Social Indicator Research*, 160, 261–285. <https://doi.org/10.1007/s11205-021-02770-z>
- Patterson, A. C., & Veenstra, G. (2016). Politics and population health: Testing the impact of electoral democratic systems. *Health & place*, 40, 66–75. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2016.04.011>
- Schmitt, M. T., Branscombe, N. R., Postmes, T., & Garcia, A. (2014). The consequences of perceived discrimination for psychological well-being: a meta-analytic review. *Psychological bulletin*, 140(4), 921–948. <https://doi.org/10.1037/a0035754>
- Safaei J. (2006). Is democracy good for health?. *International journal of health services: planning, administration, evaluation*, 36(4), 767–786. <https://doi.org/10.2190/6V5W-0N36-AQNF-GPD1>.
- Willis, S., Chou, S., & Hunt, N. C. (2015). A systematic review on the effect of political imprisonment on mental health. *Aggression and Violent Behavior*, 25, 173-183.
- Winter, S. F., Angeler, D. G., Dawson, W. D., Bennett, V., Freeman, M., Hynes, W., Berk, M., Sarnyai, Z., Ng, C. H., Abbott, R., Ibanez, A., Smith, E., Hackett, J. T., Storch, E. A., Jraissati, J., Corner, L., Chen, S., Carlo, A., Bilder, R. M.... & Eyre, H. A. (2022). *Brain health-directed policymaking*. Brookings Institution. https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2022/11/Brain-health-directed-policymaking_Final.pdf
- Winter, S. F., Angeler, D. G., Dawson, W. D., Bennett, V., Freeman, M., Hynes W., Berk, M., Sarnyai, Z., Ng, C. H., Abbott, R., Ibanez, A., Smith, E., Hackett, J. T., Storch, E. A., Jrasissati, J., Corner, L., Chen, S., Carlo, A., Bilder, R. M.... & Eyre, H. A. (2022). *Brain health-directed policymaking*. Brookings Institution. https://www.brookings.edu/wp-content/uploads/2022/11/Brain-health-directed-policymaking_Final.pdf
- Wise, M., & Sainsbury, P. (2007). Democratic systems: the forgotten determinant of mental health. *Health promotion journal of Australia: Official journal of Australian Association of Health Promotion Professionals*, 18(3), 177–183. <https://doi.org/10.1071/he07177>
- World Health Organization. (2008). Closing the gap in a generation: Health equity through action on the social determinants of health. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241563703>
- Zhang Y. (2022). The relationship between corruption perception and depression: A multiple mediation model. *Psychology research and behavior management*, 15, 1943–1954. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S370045>.