

## Primer Coloquio Bi-Institucional de Posgrados UPAEP-UIC

### Evaluación de la Psicología Positiva y Tecnologías Positivas como indicador de calidad de vida en los Rankings Smart City

Octavio Rodríguez Sarabia  
Universidad Popular Autónoma del Estado de Puebla  
[octaviorodriguezmail@gmail.com](mailto:octaviorodriguezmail@gmail.com)

#### Resumen

Actualmente, más de la mitad de la población mundial vive en ciudades y la tendencia indica que en el futuro la mayor parte de las personas habitará en zonas urbanas, mientras que a medida que la tecnología permite el desarrollo del ser humano, las ciudades se están transformando en ciudades inteligentes para resolver diversos desafíos urbanos, por lo que en el futuro cada ciudad será una Smart City. El avance tecnológico ayuda al progreso humano mejorando su bienestar exterior, sin embargo, el uso constante está generando una adicción a la tecnología desencadenando trastornos como: FOMO, Nomofobia, Phubbing, Vamping, Tecnoestrés, efecto Google y otros. Mientras que los Ranking Smart City evalúan la calidad de vida exterior de las ciudades, es necesario que se dedique una parte para evaluar la calidad de vida interior de la gente en relación a su bienestar emocional, ya que el hecho de que exista mejor infraestructura, servicios y facilitadores de vida, no garantiza que las personas realmente se sientan mejor o que perciban mayor bienestar subjetivo debido a que diversos estudios indican que las emociones positivas son esenciales para la salud, para vivir más y vivir mejor. Además, la Psicología Positiva combinado con la tecnología favorecen las tecnologías positivas para generar estados emocionales positivos, prevenir y reducir adicciones, por lo tanto, es importante fomentar en las personas hábitos de la Psicología Positiva para fortalecer su salud e incluso apoyarlos en su autorrealización porque el objetivo de las ciudades es la felicidad de sus habitantes.

**Palabras clave:** Smart City, Psicología Positiva, Tecnologías Positivas, Ciudades inteligentes, Calidad de vida