

**Satisfacción vital y sintomatología prefrontal como predictores de la atención plena
disposicional en la mujer rural (pp. 489-503)**

Carlos Valiente-Barroso^{1,2}, Javier Sáiz-Obeso^{1,3} y Marta Martínez-Vicente⁴

¹*Instituto Clínico y de Investigación Interdisciplinar en Neurociencias;* ²*Universidad Villanueva;*

³*Clínica Fisioterapia/osteopatía Javier Sáiz;* ⁴*Universidad Isabel I (España)*

Durante los últimos años han aumentado las investigaciones sobre atención plena (*mindfulness*) tanto como estado o como rasgo disposicional y su relación con diferentes variables relacionadas con la salud y bienestar de la persona. El objetivo de este trabajo fue analizar la relación y el carácter predictivo de la satisfacción vital y sintomatología prefrontal en la atención plena disposicional en la mujer rural. Participaron 239 mujeres de distintas localidades rurales de España de entre 17 y 87 años ($M= 56,13$; $DT= 14,98$). Los resultados confirman el carácter predictivo de niveles altos de satisfacción vital y bajos en sintomatología prefrontal y problemas en control ejecutivo respecto a un mayor nivel de atención plena disposicional de las mujeres evaluadas. Tras discutir los hallazgos obtenidos, que derivan consecuencias clínicas y sociosanitarias, proponemos seguir profundizando en esta línea específica de investigación dados los beneficios probados de la atención plena en el bienestar general de la persona, actuando como factor protector de la salud mental, física y emocional.