

Suicidio en hombres

● Tras el Día de la Salud Mental, es urgente hablar de una realidad que suele quedar en las sombras: la alarmante tasa de suicidio en hombres en Chile. A nivel mundial, los hombres son más propensos a quitarse la vida que las mujeres, y Chile no es la excepción.

Según datos recientes, más del 75% de los suicidios en el país son cometidos por hombres. Las tasas más altas corresponden a los hombres mayores de 80 años. Este problema no solo está ligado a trastornos mentales no diagnosticados, sino también a una cultura que reprime la vulnerabilidad.

El patriarcado juega un rol crucial en esta crisis. A lo largo de la vida, los hombres son socializados para ser proveedores, protectores y para reprimir sus emociones, ya que esto se asocia a la fortaleza. Este mandato no solo afecta a los más jóvenes, sino que golpea con especial crudeza a los hombres mayores.

A medida que envejecen, muchos pierden su sentido de propósito al dejar de trabajar, lo que desmorona la identidad que habían construido. La idea de "fallar" en cumplir con estas expectativas patriarcales puede generar sentimientos profundos de inutilidad y desesperanza, lo que aumenta el riesgo de suicidio.

Nuestra cultura patriarcal no ofrece un espacio seguro para que los

hombres, especialmente los mayores, puedan hablar de sus emociones o vulnerabilidades. Expresar angustia, miedo o tristeza a menudo se ve como un fracaso.

Este silencio impuesto es una trampa emocional que los lleva a evitar pedir ayuda, a vivir en aislamiento emocional y, en los casos más extremos, a tomar decisiones fatales.

El suicidio puede ser el último grito silencioso de hombres atrapados en una jaula emocional. Las políticas de salud mental deben adaptarse a esta realidad, promoviendo campañas que rompan con los estereotipos de género y tomen en cuenta el componente de edad.

Los hombres necesitan espacios donde se sientan seguros para expresarse, donde el "ser fuerte" también incluya hablar de lo que duele. Hoy, más que nunca, es necesario abrir la conversación, derribar tabúes y fomentar una cultura de cuidado emocional para todas y todos.

*Agnieszka Bozanic Leal,
académica Psicología Unab*

Salud mental integral

● A pesar de su limitada difusión en la prensa, el proyecto de Ley Integral de Salud Mental en Chile merece atención. Actualiza el marco legal para fo-

mentar la salud mental en todas las etapas de la vida, promoviendo la inclusión social, la vida independiente y fortaleciendo la atención comunitaria en el sistema público de salud. Lo más importante, busca coordinar estas políticas entre diversos ministerios, incluyendo el Minsal.

Sin embargo, ciertos aspectos requieren mayor elaboración. Primero, hay ambigüedad sobre la desinstitutionalización psiquiátrica; el proyecto menciona el cierre o la "transformación" de hospitales psiquiátricos sin acciones específicas, lo que permite cambios superficiales sin alterar el enfoque asilar. Para avanzar en este objetivo, se necesita un plan detallado con plazos, metas y responsabilidades claras.

Segundo, falta priorización y evidencia respecto a los indicadores propuestos, lo que genera confusión y debilita el enfoque estratégico. Es necesario priorizar indicadores significativos para la población, como la inclusión social y la vida independiente, asociados a intervenciones efectivas, de manera que las políticas sean evaluables.

Tercero, la participación de personas que reciben o han recibido atención en salud mental es limitada y carece de estructura. Se debe fortalecer su inclusión en todas las fases, creando mecanismos para su participación y proporcionando recursos para su

capacitación y empoderamiento.

Aunque el proyecto consolida avances importantes, es esencial abordar estas brechas para que alcance su máximo potencial y para que la ley pueda utilizarse como una herramienta para impulsar un sistema de salud mental más justo e inclusivo.

Franco Mascayano, Cristian Montenegro y Rodrigo Casanueva

Elecciones municipales

● A medida que se aproximan las elecciones municipales del 26 y 27 de octubre, los candidatos inundan las calles y medios con eslóganes y promesas grandilocuentes.

Sin embargo, resulta preocupante que algunos aspiren a "resolver el bienestar de Chile" cuando lo esencial es enfocarse primero en sus comunidades, en las vecinas y vecinos que depositarán su confianza mediante el voto.

Antes de pensar en las elecciones parlamentarias y presidenciales de 2025, los candidatos deben demostrar su capacidad para gestionar eficazmente lo local.

No es momento de discursos vacíos sobre el país entero, sino de acciones concretas que impacten directamente en la calidad de vida de quienes viven en sus comunas y a quienes aspiran a representar.

Este es un camino que se recorre paso a paso. Primero, ganen sus escaños municipales y hagan una buena gestión. Después, demuestren que pueden ser líderes comprometidos con las personas, no solo con el poder. El verdadero liderazgo se construye desde abajo, poniendo a las personas en el centro y con hechos, no con promesas para después. Eso es cantar y bailar.

Rodrigo Durán Guzmán

El Austral de Osorno invita a sus lectores a escribir sus cartas a esta sección. Los textos deben tener una extensión máxima de 1.000 caracteres e ir acompañados del nombre completo, cédula de identidad y número telefónico del remitente. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extraer, resumir y titular las misivas. Las cartas deben ser dirigidas a cronica@australosorno.cl o a la dirección **O'Higgins 870, Osorno.**