

Un desafío ineludible

La depresión, considerada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una de las principales causas de discapacidad a nivel global, es un problema de salud pública que no admite dilaciones. En Chile, cerca de un millón de personas enfrenta este trastorno, que afecta gravemente su calidad de vida, y cuyo impacto trasciende al entorno familiar, laboral y social. Sin embargo, las políticas públicas aún están lejos de responder a la magnitud de esta crisis.

Según la última Encuesta Nacional de Salud del Ministerio de Salud (Minsal), el 6,2% de los chilenos sufre depresión, pero solo un 1,6% recibe tratamiento. Aún más preocupante es que un 15,8% de la población presenta señales de posibles cuadros depresivos. Estas cifras evidencian un problema estructural: el acceso al tratamiento sigue siendo insuficiente y las estrategias preventivas, limitadas.

La conmemoración del Día Mundial de la Lucha contra la Depresión, cada 13 de enero, nos invita a reflexionar sobre la urgencia de medidas integrales. Este trastorno no distingue edades, aunque sus víctimas más frecuentes sean adolescentes y adultos mayores, quienes enfrentan desafíos únicos: los jóvenes, por la presión académica y social; los mayores, por el aislamiento y la soledad.

Un enfoque efectivo debe partir del fortalecimiento de la red de atención primaria de salud. Actualmente, muchos centros carecen de recursos para identificar tempranamente la depresión o para derivar a los pacientes hacia tratamientos especializados. Además, los programas disponibles suelen estar centralizados en las grandes ciudades, dejando desprotegidas a comunidades rurales,

donde las tasas de atención son aún más bajas.

A esto se suma la necesidad de combatir el estigma asociado a la salud mental. Muchas personas evitan buscar ayuda por miedo al rechazo o por desconocimiento de los síntomas. Campañas educativas que visibilicen la depresión como una enfermedad tratable y no como una debilidad de carácter son esenciales para derribar ese tipo de barreras.

La implementación de políticas públicas también debe contemplar el impacto económico de este trastorno. La depresión no solo afecta a quienes la padecen; también repercute en la productividad laboral y en el gasto sanitario. Según estudios internacionales, por cada dólar invertido en el tratamiento de la depresión, se obtienen retornos de cuatro dólares en productividad. Este dato debería ser un incentivo suficiente para priorizar la inversión en salud mental.

Es imperativo que Chile avance hacia un modelo que combine prevención, diagnóstico temprano y tratamiento accesible. Iniciativas como el aumento de psicólogos y psiquiatras en el sistema público, la integración de tecnologías digitales para la atención remota y la creación de redes de apoyo comunitario pueden marcar la diferencia.

No podemos esperar que la carga de la depresión siga creciendo. Este es el momento de exigir políticas públicas eficaces, porque detrás de cada estadística hay personas cuyas vidas podrían cambiar con una atención oportuna y adecuada. Priorizar la salud mental no es solo un acto de justicia social; es también un compromiso con el bienestar y el futuro de nuestro país.