

SEIS DE CADA DIEZ ESCOLARES CHILENOS PRESENTA SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN

# Salud mental en escolares: las mujeres son más **susceptibles a desarrollar cuadros más agudos**

Una reciente investigación liderada por académicos de la UDLA y la UNAB, reveló serios impactos en depresión, estrés y ansiedad en los jóvenes. Los resultados evidenciaron que las mujeres son más susceptibles a los trastornos, mientras que las prácticas religiosas suponen un factor protector.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que uno de cada siete niños, niñas y adolescentes, de entre 10 y 19 años, padece de algún trastorno mental, una situación que tiene enormes repercusiones en su edad actual y futura.

En esa línea, los investigadores María Mercedes Yeomans, de la Universidad de Las Américas, y Jonathan Martínez, de la Universidad Andrés Bello, publicaron en la revista científica internacional *Frontiers in Education*, un hallazgo que reveló el panorama en salud mental de las y los escolares en nuestro país. La realidad, al menos en Chile, es bastante más dramática que el escenario descrito globalmente por la OMS.

Sus resultados mostraron que un 60,2% de los entrevistados (de una muestra de 1.174 individuos) presentó síntomas de depresión, un 63,3% de ansiedad y el 50,2% de estrés. Algunas de las causas que incidieron en una mayor prevalencia de estas manifestaciones fueron el género (las mujeres son más susceptibles a desarrollar cuadros más agudos), el acceso a dispositivos móviles, la existencia de problemas para dormir y bajos niveles de autoestima.

Entre los factores protectores, un hallazgo que sorprendió a los investigadores fue la relación entre las creencias religiosas y el bienestar de los individuos. Eventualmente, la adherencia a un credo podría entregar a los niños, niñas y adolescentes un entorno social seguro y un sentido de propósito mayor al de sus pares que no profesan ninguna religión: ateos o agnósticos (cuyo número ha aumentado significativamente en los últimos 30 años).

María Mercedes Yeomans señala que "son resultados sorprendentes, teníamos un mal pronóstico de acuerdo con lo que se aprecia en escenarios reales, pero esto es mucho más fuerte de lo que estimamos. Estamos hablando de que más de la mitad de los niños está con depresión, la mitad con estrés y más del 60% con ansiedad, lo que significa que hay más adolescentes con problemas de salud mental que aquellos que están totalmente sanos".

## Depresión en enseñanza media

Se trata de una línea de investigación que ambos académicos han explorado desde la pandemia en distintos niveles educacionales: desde universitarios a escolares. En total, este estudio recopiló respuestas de 1.500 alumnos, pero, de ellos, solo 1.174 entregaron, a través de su firma, el asentimiento para participar de los análisis. La edad de los sujetos de la muestra fluctuó entre los 10 y los 18 años (alrededor de quinto básico hasta cuarto medio).

Ambos investigadores subrayan que hay factores críticos que son transversales a las condiciones evaluadas. Uno de ellos es el ser mujer: la probabilidad de sufrir algunos de los tres trastornos es mayor respecto de los hombres. Lo mismo ocurre con tener un celular: según datos del Ministerio de Educación, un 89% de los alumnos del país cuenta con un dispositivo con conexión a internet y la edad promedio a la que lo obtienen es de 8,9 años.

Los sujetos con pensamientos intrusivos (ideas o imágenes que aparecen de forma involuntaria), problemas para dormir y baja



## De 1.174 individuos

entrevistados en el estudio, 60,2% presentó síntomas de depresión, 63,3% de ansiedad y el 50,2% de estrés.

autoestima también evidenciaron peores indicadores. En otras palabras, si una estudiante mujer tiene baja autoestima y pensamientos repetitivos, y además utiliza un celular, es altamente probable que tenga depresión, ansiedad o estrés. También podrían verse más expuestos los adolescentes con padres separados.

"La depresión se está dando de forma más frecuente en la enseñanza media, es decir, sobre los 14 años. Para la ansiedad, la edad promedio es a los 12 años, es decir, séptimo básico. En este último caso encontramos un hallazgo sorprendente: los niños que se declararon ateos son más propensos a sufrir ansiedad. Respecto del estrés, se suman elementos como el uso extensivo de redes sociales. Con esto, podemos sacar un perfil de aquellos estudiantes a los que debemos poner más atención", señala la académica de la UDLA.

## SEGUROS ESCOLARES ¿COBERTURA EN SALUD MENTAL?

Carolina Bardisa, académica de la carrera de Derecho de la UDLA, Sede Concepción, señala que una de las principales preocupaciones de nuestra sociedad es la salud mental y el bullying en estudiantes, especialmente porque las víctimas de esta violencia y acoso escolar, lo sufren de manera constante y sin límites, incluso a través de las redes sociales.

En este contexto, la académica plantea la pregunta de si el seguro escolar cubre las consecuencias del bullying, tanto físicas como psicológicas. "En nuestro país, el seguro establecido por el art.3 de la ley 16.744 y el Decreto 313 ofrece atención médica gratuita en centros de atención pública, para alumnos de establecimientos educacionales afectados por accidentes que sufran a causa o con ocasión de sus estudios o en la realización de su práctica profesional. Sin embargo, no existe claridad sobre la cobertura en materia de bienestar mental".

No obstante, Bardisa sostiene que en una interesante sentencia de julio de 2024, una Corte de Apelaciones, al conocer un recurso de protección, condenó a un Servicio de Salud y al Hospital respectivo a hacer efectivas las coberturas médicas necesarias para la recuperación integral, tanto física como psicológica, de un niño que sufrió un episodio de convulsión tras una discusión con un compañero en el colegio. Además, ordenó la restitución a la madre de los montos que había desembolsado por la atención hospitalaria de su hijo.

"En países como España, el seguro escolar, cumpliendo con los requisitos legales, sí cubre los tratamientos de procesos neuropsiquiátricos que, debido a su gravedad, puedan afectar la continuidad del proceso escolar. Por ello, es crucial que en Chile la cobertura del seguro escolar para tratamientos psicológicos sea indiscutible", dice.

De acuerdo con uno de los indicadores más particulares del estudio –la religión como un factor protector–, María Mercedes Yeomans, investigadora de la Universidad de Las Américas, señala que esta práctica puede influir debido a que abre espacios de socialización con el entorno: las familias asisten a reuniones, se relacionan con otras personas o se reflexiona en actividades grupales.