

# Una de cada tres mujeres de la zona presenta síntomas de ansiedad

8° Termómetro de Salud Mental Achs – UC evidencia que este malestar psicológico fue el único que vio un aumento respecto de la medición de abril de 2023. Las regiones de O'Higgins y el Maule muestran la misma prevalencia.

Redacción  
 La Estrella de Valparaíso

AGENCIA UNO

**A** pesar de mostrar mejoras en materia de salud mental, la ansiedad se consolida como el principal problema para quienes viven en la zona centro del país.

Así lo mostró el 8° Termómetro de la Salud Mental en Chile Achs-UC, elaborado por la Asociación Chilena de Seguridad, Achs y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales de la Universidad Católica.

De acuerdo con los datos del sondeo, hubo un alza de cinco puntos porcentuales comparados a la entrega anterior, llegando a un 24% de personas que mostraron esta condición psicológica.

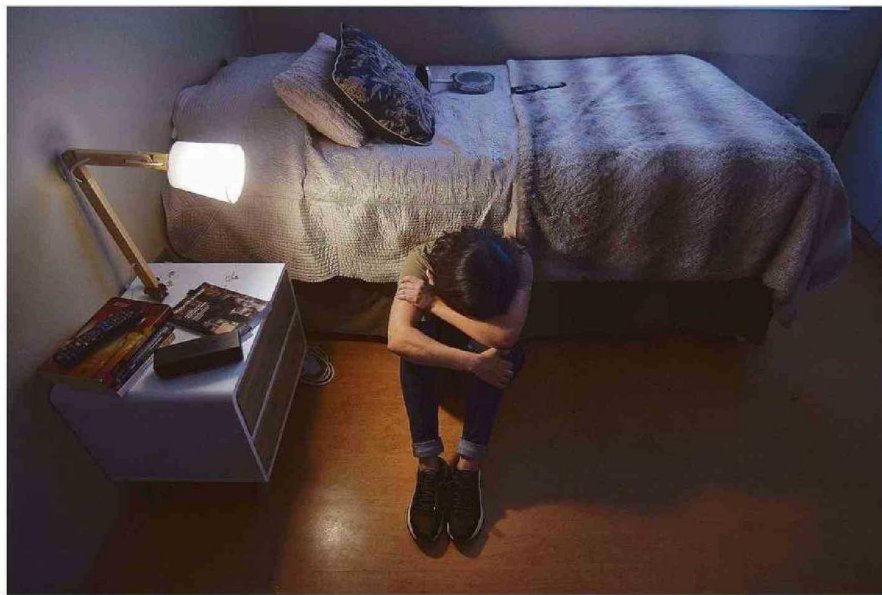
## MUJERES ARRIBA

La cifra fue impulsada por las mujeres, que registraron una prevalencia del 33,4%, un aumento de trece puntos, lo que contrastó con la baja en hombres (11,9%, cinco puntos menos).

En comparación al resto del país, la prevalencia de síntomas ansiosos en las regiones de Valparaíso, O'Higgins y el Maule (24%) superó a la zona sur (22,7%), pero fue excedida por lo evidenciado en la zona norte (33%).

La jefe de Riesgos Psicosociales de la Achs, Daniela Campos, menciona que a diferencia de lo que se vio en el resto del país, "en la zona centro pudimos observar que hubo un aumento significativo en mujeres, confirmando la tendencia a mantener una brecha de género relevante en materia de salud mental".

"En general - sostiene Campos -, en estas regiones vemos algo parecido a la realidad nacional, donde acerca de un cuarto de la población presenta síntomas de ansiedad. Tras dos años y



LA ANSIEDAD ES EL PRINCIPAL PROBLEMA DE SALUD MENTAL EN LA ZONA CENTRO. LAS MUJERES EMPUJAN ALZA EN ESTE TRASTORNO.

medio es la cifra que más constante se ha mostrado en nuestro estudio, por lo que se debe continuar en el proceso de búsqueda de soluciones efectivas para ayudar a las personas".

## ÚNICO INCREMENTO

El incremento de la cifra también tuvo la particularidad de ser el único factor medido por el estudio que tuvo un aumento. Los niveles de soledad (18,1%), insomnio (9%), consumo riesgoso de alcohol (7,8%), estado de ánimo (13,2%), sedentarismo (29,6%), problemas de salud mental (12,8%) y depresión (9,6%) mostraron bajas respecto de la séptima versión del Termómetro de la Salud Mental.

Según Antonia Errázuriz, académica del Departamento de Psiquiatría de la Escuela de Medicina UC, "El aumento en los niveles de ansiedad en mujeres en la

## MENOS DE LA MITAD EN TRATAMIENTO

El Termómetro de la Salud Mental también dio luces sobre el acceso a servicios de salud mental de acuerdo al tipo de sintomatología. En el caso de aquellas personas que presentaron síntomas ansiosos en la zona centro, el 46,9% manifestó haber tenido necesidad de consultar a un profesional de salud mental en el último año y el 42,2% efectivamente logró recibir atención. Actualmente el 31,4% se encuentra en tratamiento.

zona centro del país representa un cambio en la tendencia a la baja de este indicador en la población femenina. Probablemente está asociado a la presencia de estresores contextuales que particularmente afectan a las mujeres, en tanto los hombres reportaron los niveles más bajos de ansiedad desde el inicio del estudio."

## VALPARAÍSO

A juicio de Sonia Muñoz, psicóloga y académica de la PUCV, hipotetizando respecto de lo que pudiera ha-

ber incidido en estos resultados podrían estar factores tan diversos como la movilidad que existe en la zona, los altos índices de desempleo y la sensación de inseguridad.

"Se podría hipotetizar que vivimos en una zona donde existe una mayor movilidad en distintos aspectos. La tasa de desempleo ha aumentado en los últimos meses en nuestra región, el IPC ha aumentado, probablemente generando mayor estrés en un ámbito importante que se relaciona con la calidad de vida. Por otra parte es sabido que la organización, contención y apoyo en distintas situaciones a nivel familiar se presenta a cargo de mujeres", planteó la académica.

## ACCESO A TERAPIA

La octava versión del Termómetro de la Salud Mental volvió a incluir un apar-

tado sobre las atenciones psicológicas o psiquiátricas. Los resultados arrojaron un aumento en la cantidad de personas que están actualmente en tratamiento. El 19% de los encuestados de las regiones de Valparaíso, O'Higgins y el Maule consultaron con un profesional de la salud mental en los últimos doce meses, y un 13,4% se mantenía en terapia, una alza de cuatro puntos porcentuales comparado con la última versión de abril de 2023.

En cuanto a las consultas iniciales y adherencia a tratamientos, la académica de la PUCV, Sonia Muñoz comentó que en su experiencia, lo que ha observado es que efectivamente "acceder a procesos terapéuticos ya sea psicológicos o psiquiátricos tiene un costo que muchas veces es imposible de priorizar para algunas familias. Las atenciones en el sistema público muchas veces no dan abasto para la cobertura de la población que necesita apoyo y la atención privada está muy por encima de las posibilidades económicas de muchas personas".

Para la docente, si a lo anterior se suma "que existe un aumento también de dificultades del ámbito psicoemocional en la población infantil juvenil, podemos observar que muchas veces mujeres madres, priorizan el tratamiento de hijos e hijas en términos de costo".

Desde este punto de vista, la académica recordó la existencia de alternativas de bajo costo.

"Hay clínicas de atención psicológica que la mayoría de las universidades de la región que imparten la carrera de psicología tienen, con atención gratuita o a muy bajo costo, que pueden ser un aporte en este sentido y que poca población conoce", acotó. ☺