

Opinión

Políticas y prácticas efectivas en Salud Mental



Sebastián Maureira M.
Académico
Escuela de
Psicología UBB
Grupo de
Investigación
GeCO

En Chile, uno de cada seis habitantes sufre problemas de salud mental, una realidad que se ha intensificado tras la pandemia. La región de Ñuble no es ajena a esta crisis. Con una tasa de desempleo del 11,3% y los ingresos per cápita más bajos del país, los desafíos socioeconómicos regionales agravan la situación. Estos factores no solo afectan la estabilidad económica, sino también el bienestar emocional de las personas, ya que la incertidumbre y la falta de oportunidades impactan directamente en su calidad de vida.

Estudios recientes señalan que cerca del 20% de la población de Ñuble experimenta síntomas de depresión o ansiedad, en gran parte vinculados a la precariedad laboral y la falta de redes de apoyo. Esto subraya la necesidad urgente de políticas públicas integrales que aborden las condiciones socioeconómicas como determinantes clave de la salud mental.

El vínculo entre los problemas de salud mental y factores como el desempleo, la dificultad para

acceder a una vivienda digna, la incertidumbre económica, la inseguridad e incluso aspectos como la congestión vehicular y la calidad del entorno urbano resulta evidente. Esta combinación de adversidades está afectando de manera profunda la calidad de vida de las personas, quienes se enfrentan a múltiples barreras para alcanzar un bienestar emocional y una vida plena.

La creciente desconfianza en las instituciones es otro factor clave que afecta la salud mental en Chile, profundizando la percepción de desigualdad. Según el Informe sobre Desarrollo Humano 2024, los casos de corrupción y otros sucesos de público conocimiento, han generado un clima de desilusión generalizada, señalando las personas que la principal debilidad de los políticos es que priorizan sus propios intereses por sobre el bienestar de la población. Estos casos no solo debilitan la confianza en los sectores políticos, sino que también refuerzan la idea de que el acceso a oportunidades y beneficios no son alcanzables desde la lógica del mérito esperado, aumentando

la tensión y malestar. Además, la falta de transparencia y el manejo inadecuado de fondos públicos profundizan la sensación de que no existen liderazgos confiables que impulsen cambios significativos para mejorar la calidad de vida de la población.

En este contexto, la responsabilidad política es clave. El bienestar mental no puede seguir siendo tratado como un tema secundario o abordado desde soluciones a corto plazo. No obstante, la atención en salud mental no puede continuar centrándose en lo reparatorio. Es necesario adoptar un enfoque más amplio, promoviendo el bienestar en diversos ámbitos de la vida. La experiencia de países desarrollados demuestra la importancia de diseñar políticas integrales que no solo aborden los síntomas, sino que también prevengan las causas profundas de los problemas de salud mental de la población. Solo así podremos cerrar las brechas de bienestar, crear una sociedad donde cada persona tenga la oportunidad de desarrollarse plenamente y vivir con satisfacción.