

Novena Ronda del Termómetro de la Salud Mental Achs-UC: Salud mental de los sureños mejora pero aún hay más de 200 mil personas con síntomas que dice no necesitar tratamiento

El malestar psicológico, así como también los índices de ansiedad, soledad, insomnio y empeoramiento del estado de ánimo registraron los menores niveles observados desde el inicio de la medición del Termómetro en 2020.

Las regiones del Ñuble, Biobío, Araucanía, Los Ríos, Los Lagos, Aysén y Magallanes registraron los menores niveles en los principales síntomas de problemas de salud mental medidos por el “Termómetro de la Salud Mental en Chile Achs-UC”. De acuerdo con los resultados de la novena ronda del estudio, un 14,2% de los encuestados exhibieron probable presencia o sospecha de problemas de salud mental, la menor tasa registrada desde 2020. Esto coincide también con las menores prevalencias de síntomas de ansiedad (prevalencia de un 19,1%), soledad percibida (18,3%), insomnio (8,4%), consumo de riesgo de alcohol (6%) y empeoramiento del estado de ánimo respecto de la situación previa a la pandemia (14,2%).

David Bravo, Director del Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales indicó que “los mejores indicadores observados en abril de 2024 respecto de los registros previos del Termómetro de la Salud Mental están relacionados con los mayores niveles de ocupación e ingresos y los menores niveles de endeudamiento de los hogares observados”, entre otros factores.

Sin embargo, el levantamiento también arrojó que el 47,3% de quienes fueron detectados con sospecha o presencia de problemas

de salud mental no sintieron necesidad de tratarse, lo que se traduce a un número cercano al 200 mil de personas. La cifra llega a 57,7% en los encuestados que presentaron síntomas de depresión, equivalente a unas 170 mil personas, y a un 41,7% en aquellos que evidenciaron sintomatología ansiosa, que corresponde a más de 105 mil personas.

Daniela Campos, Jefa Técnica de Riesgos Psicosociales de Achs Seguro Laboral dice que “en las últimas rondas hemos visto la alta cantidad de personas que aun teniendo síntomas, no han consultado con un experto. En la zona norte incluso hubo un aumento en ese sentido. Esto nos indica que todavía queda trabajo por seguir concientizando sobre la importancia y los beneficios de tratar este tipo de problemas, que las mismas personas que consultan valoran mucho”.

En efecto, el estudio reveló que el 71% de los sureños indicaron que el tratamiento había hecho que mejorara su situación respecto del problema específico que les llevó a consultar, y el 77,3% dijo sentirse “bastante”, “muy” o “completamente” satisfecho con su profesional tratante. En cuanto al cambio emocional, el 51% dijo estar muy o bastante mal antes del tratamiento, cifra que disminuyó en 59 puntos luego de acceder a



una terapia.

Según Antonia Errázuriz, académica UC: “los resultados de esta ronda vienen a confirmar la alta valoración que reciben las prestaciones en salud mental entre aquellos que logran acceder a ellas en nuestro país”. Y enfatiza: “La satisfacción con el tratamiento y la figura del tratante, sea psicólogo, psiquiatra o médico, es alta y la percepción de eficacia de estos también lo es”.

El crimen organizado es la mayor causa de estrés

Esta nueva versión del Termómetro de la Salud Mental incorporó dos nuevos potenciales estresores que podrían preocupar a la población, y que fueron reconocidos por un gran porcentaje de los participantes. Es más, en la zona sur, la principal causa fue uno de estos nuevos factores: el crimen organizado. De acuerdo con los datos, el 54,1% de los encuestados lo catalogó como un estresor. Es primera vez desde que se miden estos indicadores que ser víctima de delincuencia no fue la mayor causa, aunque sigue teniendo un porcentaje muy cercano al primer lugar (53,4%).

El tercer lugar lo ocupó el otro nuevo potencial estreso, el cambio

climático, que fue mencionado por un 39,7%, lo siguieron las proyecciones económicas (36%) y luego los cambios socio-políticos del país (34,5%). Por último, la pérdida de empleo fue catalogada como una variable de estrés por el 14,4% de las personas y el contagio de Covid-19 por el 10,7%.

Datos sobre el estudio

El “Termómetro de la Salud Mental en Chile Achs-UC” es un estudio longitudinal, con una muestra aleatoria de aproximadamente 3.000 individuos desde 2020, representativa de la población nacional urbana mayor de 18 años, seleccionada a partir de una muestra representativa de hogares. Se llevó adelante a través de entrevistas telefónicas sobre una muestra de viviendas previamente entrevistadas en persona.

Sus principales indicadores en el ámbito de la salud mental están contruidos a partir de metodologías internacionalmente validadas (sintomatología GHQ-12; depresión PHQ-9; síntomas de ansiedad GAD-7; exposición a riesgos CoPsoQ; consumo de alcohol AUDIT-C; insomnio ISI; soledad-escala UCLA-R; y actividad física-escala UCL).