

# Salud mental en el diván

Un análisis realizado por la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro de Encuestas y Estudios Longitudinales de la UC estableció que las personas en el país presentan menos problemas de salud mental en comparación a los años de pandemia. Según el estudio, hoy los encuestados dijeron sentirse menos solos y estresados y muestran un mayor grado de conformidad con sus trabajos.

El estudio fue aplicado a 2.373 personas y sus resultados fueron comparados con los de anteriores investigaciones que mostraban la realidad de las personas en pandemia, lo que da cuenta de una mejora en varios indicadores. Entre ellos, un aumento sostenido de la satisfacción laboral de los encuestados, la cual en la primera medición realizada en julio de 2020 era de un 66,4%, aumentó a un 78,8% en diciembre de 2023 y en abril pasado subió a 80,4%.

La cifra puede causar dudas. Por lo pronto, esta semana Pamela Meneses Cordero, socióloga, referente del Programa Adolescente de la División de la Atención Primaria de la



**a pesar de presentar sintomatologías y sentir la necesidad de acudir a un profesional... cerca de 400 mil personas no pudieron hacerlo”.**

Subsecretaría de las Redes Asistenciales del Ministerio de Salud, dijo que hoy tenemos tres veces más intentos de ideación suicida (10-19 años) que en 2019.

La octava versión del “Termómetro de la Salud Mental en Chile Achs-UC”

mostró que, a pesar de presentar sintomatologías y sentir la necesidad de consultar a un profesional de la salud mental, cerca de 400 mil personas no pudieron hacerlo: la falta de financiamiento es indicada como la razón más común.

En cuanto a los factores que generan estrés en las personas, según el estudio de AChS y UC, estos los lidera la delincuencia, seguida de la soledad, el consumo riesgoso de alcohol y el insomnio, aunque todos muestran mejores indicadores que en 2021.

Si bien el control de la pandemia y el fin de las restricciones sanitarias han ayudado a mejorar los indicadores, no se debe obviar que los problemas de salud mental persisten en nuestro país. De ahí que no hay que descuidar este tema, como tampoco el apoyo a quienes más lo necesitan, para lo cual existen distintos canales de ayuda, tanto públicos como privados.