

Estudio nacional revela brecha de género:

Mujeres en Chile conviven con más síntomas depresivos a lo largo de su vida que los hombres

Aunque ellas viven más años, experimentan un menor bienestar. Los hallazgos sugieren la necesidad de considerar estas desigualdades en nuevas políticas públicas, señalan expertas.

JANINA MARCANO

Según la OCDE, en Chile la esperanza de vida es de 83 años para las mujeres, y 78 años para los hombres. Pero aunque ellas viven más, tienen una peor salud mental a lo largo de su vida.

Si bien esto es algo que han observado varios estudios nacionales, ahora un grupo de investigadoras chi-

lenas realizó un trabajo enfocado específicamente en depresión. Este reveló que las mujeres del país experimentan síntomas depresivos durante una mayor parte de su vida, en comparación con los hombres.

La investigación, que acaba de ser publicada en la revista Global Mental Health, analizó datos de las Encuestas Nacionales de Salud de 2003, 2010 y 2016. Y encontró que la brecha de género en la esperanza de vida libre de síntomas de depresión es considerable y persistente.

Esto, ya que las chilenas, en todas las edades evaluadas (sobre los 15 años) presentan mayor prevalencia de síntomas depresivos durante su vida versus los hombres.

Así, las mujeres en Chile pueden vivir, en promedio, hasta 2,5 veces más años con síntomas de depresión, en comparación con los hombres de su misma edad. Esto depende del grupo etario.

Por ejemplo, en el caso de las personas de 40 años,

los hombres pueden esperar vivir el 86,1% del resto de sus vidas libres de sintomatología, versus las mujeres, que tendrían solo el 71,7% del resto de sus vidas sin síntomas depresivos.

El estudio fue realizado por investigadoras de la U. San Sebastián, el Instituto Milenio para la Investigación del Cuidado (Micare), el Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad (Midap) y Núcleo Milenio para Mejorar la Salud Mental de Adolescentes y Jóvenes (Imhay).

“Lo que nos están diciendo estos hallazgos es que la esperanza de vida libre de síntomas de depresión es peor en las mujeres, es decir, que ellas pueden vivir más años pero con peores condiciones de salud mental y eso es muy relevante”, dice María José Monsalves, académica de la Facultad de Medicina y Ciencia USS y coautora del trabajo.

Educación y empleo

Tanto las autoras del nuevo estudio como otros expertos consultados coinciden en un punto: si bien las mujeres en Chile presentan una mayor esperanza de vida, estas tienen menor acceso a la educación y al empleo a tiempo completo, además de que realizan trabajos de cuidado no remunerados.

Todo lo anterior, señalan, explicaría los resultados. “La evidencia muestra que lo que parece tener más peso en la brecha que hay en salud mental tiene que ver con los roles en la sociedad, el acceso a oportunidades y la diferencia en las demandas que enfrentan hombres y mujeres”, comenta Ximena Moreno, académica de la Facultad de Psi-

cología y Humanidades de la U. San Sebastián y líder del estudio.

Moreno agrega: “No es que las mujeres sean más depresivas que los hombres. Esto tiene que ver con los determinantes sociales; e históricamente las mujeres han estado más expuestas a situaciones que les han dado una mayor vulnerabilidad en términos de salud mental, como tener que realizar trabajo remunerado y además labores de crianza y cuidado a lo largo del ciclo vital”.

Coincide Dennisse Brito, académica de la Escuela de Enfermería de la U. Diego Portales y especialista en salud pública que trabaja en salud mental, pero que no fue parte de este estudio.

“Para entender esto hay que mirar el contexto en el que están las mujeres, donde las que no trabajan no tienen acceso a salud mental oportuna y las que sí trabajan, en el 80% de los casos, tienen además otras cargas de cuidado y de crianza, con lo que tienen más riesgo de mala salud mental”, comenta Brito.

Los resultados apoyan la importancia de adoptar un enfoque de género en las políticas públicas, opinan las entrevistadas.

En concreto, las autoras recomiendan actualizar las directrices del programa de Garantías Explícitas en Salud (GES) de Chile relacionadas a salud mental para asegurar un mejor acceso a tratamiento considerando la perspectiva de género.

A juicio de Brito, la política pública “además debe velar por las niñas desde edades tempranas, enseñando sobre autocuidado y fortalecimiento del autoestima, al tiempo que aumenta el apoyo psicológico en los colegios y universidades”.



Menor nivel educativo y desempleo aumentan el riesgo de depresión en adultos, pero el efecto es mayor entre ellas debido a factores sociales, sugiere el estudio.