

E

Editorial

Salud mental en el siglo XXI

La ansiedad, depresión y otras patologías se han instalado entre las primeras prioridades de muchas familias del país.

Los problemas de salud mental constituyen hoy por hoy una de las principales preocupaciones sanitarias. Según investigaciones recientes, casi el 40 por ciento de la población en Chile estima que los desórdenes mentales son la primera dificultad de salud, incluso por sobre la enfermedad del cáncer. La alta prevalencia de ansiedad y depresión, especialmente entre los jóvenes y adolescentes, para lo cual se han desarrollado numerosas campañas de concientización, explican, en parte, esta razonable preocupación. Así también, en paralelo a la concientización en salud mental, lamentablemente se ha instalado entre la ciudadanía una creciente tendencia a utilizar términos psicopatológicos para cualquier malestar emocional. De esta forma, un número cada vez mayor de personas, al experimentar dificultades, estrés o problemas que generan sufrimiento, etiquetan estas vivencias inmediatamente como si se tratase de enfermedades mentales, con todo lo serio que aquello debiese implicar.

La rápida propagación de esta perspectiva ha dado origen a situaciones inéditas, como, por ejemplo, que menores se refieran a las más mínimas dificultades como dando por hecho que sufren un cuadro de depresión. De ahí que sea necesario que quienes manifiestan síntomas de algún problema de salud mental, tomen conciencia de ello o bien reciban el apoyo de otras personas y acudan a un médico especialista, que es el único profesional que puede determinar un diagnóstico certero y, de requerirse, el tratamiento farmacológico y la terapia indicada para enfrentar la enfermedad.

El vértigo de esta época, las exigencias en materia profesional, académica y escolar, la abundancia de información disponible y el exitismo que brota por doquier, han pasado a ser una mezcla perfecta que conspira contra la salud mental de las personas, escenario que se vio agudizado en los años de la pandemia, cuando a la incertidumbre sanitaria se unió la complejidad financiera de las familias, que tuvieron que hacer frente al desempleo o a menores ingresos. La salud mental es una variable a la que hay que atender con la mayor de las preocupaciones, por el deterioro en la calidad de vida de los pacientes y de su núcleo familiar.