

DR. MATÍAS ULLOA,
MÉDICO CIRUJANO

El Desafío de la Salud Mental: Una Alerta para Magallanes

La salud mental es un pilar esencial para el bienestar humano, y en Chile, estamos enfrentando un desafío cada vez más urgente. Según la Organización Mundial de la Salud, nuestro país tiene una de las tasas más altas de morbilidad por enfermedades psiquiátricas en el mundo, con un 23,2% de la población afectada. La Encuesta Nacional de Salud 2017 reveló que un 6,2% de los chilenos sufre de depresión, cifra que supera el promedio mundial.

El suicidio es una de las consecuencias más devastadoras de las enfermedades mentales. En adolescentes de 15 a 19 años, es la cuarta causa de muerte a nivel mundial. En Chile la prevalencia de síntomas depresivos es de un 15,8%, lo que evidencia la necesidad de fortalecer las estrategias de prevención a nivel local y regional.

Es fundamental reducir las barreras de acceso a los servicios de salud mental. En nuestro país, solo el 2,78% del presupuesto total en salud se destina a este ámbito, una cifra inferior en comparación con el promedio de la región de las Américas y solo el 18,7% de las personas han recibido tratamiento debido a sus problemas emocionales o por su uso de alcohol y drogas.

¿Y cómo estamos en nuestra región?

Los resultados de la Vigilancia Epidemiológica de los Intentos de Suicidio en Magallanes durante el año 2023 registraron 573 notificaciones de intento de suicidio (Con un promedio mensual de 47,5 eventos) significando un aumento en comparación al 2022 en que la cifra fue de 321 intentos.

El grupo etario de 20 a 29 años concentra el mayor número de notificaciones, con una representación del 31,2%, seguido del rango etario de 10 a 19 años con un 30%. Es decir, el 61% de las notificaciones corresponden a personas entre 10 a 29 años.

Según la base de datos del Departamento de Información y Estadísticas del Ministerio de Salud contrastada con base de datos del Servicio Médico Legal, durante el 2023 se registraron un total de 21 suicidios en la región de Magallanes.

En este contexto, el Día Mundial para la Prevención del Suicidio, que se conmemora hoy 10 de septiembre, nos recuerda la importancia de brindar apoyo. En Chile contamos con la línea telefónica *4141 ("no estás solo, no estás sola"), disponible las 24 horas para quienes enfrentan una crisis de salud mental, una herramienta valiosa que puede marcar la diferencia.

Estamos llamados a priorizar la salud mental en todos los niveles, esto implica dotar a nuestros centros desde la salud primaria de los recursos y personal capacitado para detectar tempranamente los síntomas de depresión. Además, debemos fomentar espacios que promuevan el bienestar físico y mental, donde la evidencia respalda la importancia del deporte en la prevención de enfermedades mentales, por lo que más espacios deportivos y de esparcimiento mejoran significativamente la salud mental en nuestra comunidad. Siendo intervenciones claves y eficaces, limitar el acceso a los medios de suicidio, informar responsablemente, fomentar las habilidades para la vida de los jóvenes y junto con identificar y apoyar tempranamente.

Como bien lo expresó el Director General de la OMS, Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus: "Nuestra visión es la de un mundo en el que se valore, promueva y proteja la salud mental; en el que se prevengan los trastornos mentales; en el que toda persona pueda ejercer sus derechos humanos y acceder a una atención de salud mental asequible y de calidad; y en el que todos puedan participar plenamente en la sociedad sin estigmatización ni discriminación"

En la Región de Magallanes, debemos priorizar la prevención del suicidio con estrategias que consideren nuestras realidades geográficas y sociales, con un enfoque que promueva la equidad territorial y así podamos avanzar hacia una sociedad más justa, saludable y unida en la protección de su salud mental.