

## EDITORIAL

# Un trastorno que demanda empatía

**E**ste 13 de enero, en el Día Mundial de la Lucha contra la Depresión, se pone sobre la mesa una realidad preocupante: este trastorno de salud mental afecta a millones de personas en todo el mundo, incluyendo a una cantidad significativa de chilenos. La depresión, más allá de ser un estado pasajero de tristeza, es una enfermedad compleja que impacta profundamente a quienes la padecen, así como a sus familias y comunidades.

Según datos recientes, en nuestro país una de cada cinco personas experimentará algún tipo de trastorno de salud mental a lo largo de su vida, y la depresión es una de las principales causas de discapacidad. Sin embargo, enfrentamos dos grandes desafíos: un déficit estructural en la atención en salud mental y una sociedad que aún no comprende del todo la gravedad de estos trastornos.

A nivel del sistema de

salud, Chile tiene una brecha significativa en cuanto a especialistas en salud mental. La disponibilidad profesional del área sigue siendo insuficiente, especialmente en regiones



**Nuestra sociedad debe reflexionar respecto de cómo enfrenta y ayuda a enfrentar uno de los males más extensos de este siglo: la depresión”.**

alejadas de los grandes centros urbanos, lo que deja a muchas personas sin acceso oportuno a un diagnóstico o tratamiento adecuado. A esto se suma la falta de cobertura económica para tratamientos de largo plazo, que muchas veces

no son accesibles para familias de ingresos bajos o medios.

Por otro lado, es crucial generar un cambio cultural. Aún persiste un estigma que minimiza o invisibiliza los trastornos de salud mental, lo que dificulta que las personas busquen ayuda o que reciban el apoyo necesario de su entorno. Se hace necesario construir una sociedad más consciente y empática, donde se normalice hablar de la salud mental sin prejuicios y donde se entienda que pedir ayuda no es un signo de debilidad, sino de fortaleza.

Esta conmemoración debe ser un llamado a la acción: por un lado, las autoridades deben priorizar la salud mental como un eje central de las políticas públicas. Y por otro lado, cada uno de nosotros tiene la responsabilidad de ser parte del cambio, educándonos sobre estos trastornos y ofreciendo apoyo a quienes lo necesiten.