

Población apunta a importancia de la salud mental: Chile figura entre países con mayor impacto de estrés en vida diaria y trabajo

JUDITH HERRERA C.

Ansiedad y preocupación son algunas de las sensaciones que muchos experimentan tan solo al pensar en la jornada laboral. Se trata de síntomas de estrés que, incluso, impiden que algunos puedan acudir al trabajo.

En Chile, además, el fenómeno es transversal y superior a otros países. Así lo muestran datos de un análisis de la empresa Ipsos, que estudió el panorama de la salud mental en 31 naciones, incluidas Chile, Estados Unidos, Brasil, Perú e Italia, entre otras.

La encuesta, que contempló la percepción de más de 23.500 personas entre julio y agosto, muestra que Chile se encuentra entre los países donde el estrés tiene una mayor incidencia: si en el promedio global el 62% de los consultados dice "haber sentido estrés hasta el punto en que este tuvo un impacto en su vida diaria", en el caso nacional es de 73%.

Mientras, si en promedio un 40% de los encuestados a nivel global cree haberlo sentido "hasta el punto en que no pudo ir a trabajar durante un tiempo", en

Estudio plantea que el 54% de los chilenos consultados declaró haber experimentado la sensación al punto de no poder laborar durante un tiempo. En cambio, en España la cifra es de 33%.

los chilenos es de 54%. En Canadá es 38%, en España, 33%, y en Argentina, 48%.

Además, los chilenos son quienes mencionan a la salud mental como el mayor problema sanitario (69%). En otra sección, el 82% afirma que la salud mental y la física son igual de importantes, y un 38% cree que la física se considera más importante que la mental en el sistema asistencial.

La influencia de factores sociales y económicos

Carolina Suez, directora de Comunicaciones de Ipsos, explica que "conocer cómo otros países enfrentan la salud mental brinda la oportunidad de adoptar mejores prácticas y adaptar soluciones

exitosas a las realidades locales".

La psicóloga plantea que el nivel de estrés en Chile puede explicarse en parte por factores sociales y económicos que afectan al país: "Estudios anteriores de Ipsos han revelado que, además de la salud, los chilenos están altamente preocupados por el crimen, la violencia y los efectos de la inflación".

"Todo eso, sumado a la percepción de falta de apoyo institucional en términos de salud mental, crea una carga emocional significativa", advierte.

Pablo Toro, psiquiatra de la Red UC Christus, detalla otros elementos que inciden en los números: "La desigualdad, horas de trabajo, la calidad de vida, también la vida universitaria y escolar. Son muchas variables y es difícil establecer una relación



FACTORES —De acuerdo con los especialistas, temas que afectan al país como la delincuencia, la inflación o la desigualdad inciden en el aumento del estrés de la ciudadanía.

73%
 afirma que el nivel de estrés impactó en su vida diaria.

lineal en específico, como con las enfermedades fisiológicas".

Apunta que para abordar el problema se requieren medidas integrales como "el cuidado de los espacios públicos para que la gente pueda desarrollar actividades sociales, físicas, de esparcimiento".

Abogan por medidas para niños y adultos

Para Danilo Quiroz, director del Programa de Formación de Posgrado Psiquiatría Adultos de la U. Diego Portales, es importante que "las personas no tengan dificultades tampoco para consultar, y que efectivamente cada vez se vaya avanzando más en el tema del estigma, en el sentido de que no sea un problema,

digamos, a la hora de contratar-se, o de estar en un trabajo, o en una universidad".

"Una solución sería enfocarse en la prevención y promoción de una buena salud mental, con campañas y programas en colegios que enseñen a manejar el estrés desde temprana edad. Esto también sería útil para los adultos, a fin de evitar que el estrés derive en problemas más graves, ya sea por temas laborales o académicos", afirma Miguel Prieto, psiquiatra y jefe del servicio de Salud Mental de Clínica Uni-

versidad de los Andes.

Desde agosto, en la comisión de Salud del Senado se discute el proyecto de ley ingresado por el Gobierno para establecer la denominada Ley Integral de Salud Mental. La iniciativa, según sus impulsores, busca generar acciones para un adecuado desarrollo de este ámbito sanitario.

Con todo, el senador PS Juan Luis Castro indica que si bien es una buena idea, "tiene una enorme debilidad: es un proyecto con un precario financiamiento y donde temas tan sensibles como la violencia de niños y adolescentes en colegios, el suicidio adolescente, la adicción y aquellos trastornos de comportamiento tales como la ansiedad, depresión y otros, no tienen un abordaje que esté definido".