



TERMÓMETRO DE LA SALUD MENTAL ACHS-UC:

Uno de cada cuatro chilenos presenta síntomas de ansiedad

Preocupación. La octava versión del estudio mostró que, a pesar de presentar patologías y sentir la necesidad de consultar a un profesional de la salud mental, cerca de 400 mil personas no pudieron hacerlo: la falta de financiamiento es indicada como la razón más común.

La ansiedad se mantiene como el principal malestar psicológico en el país. De acuerdo con la octava ronda del "Termómetro de Salud Mental en Chile Achs-UC", elaborado por la Achs y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales de la Universidad Católica, un 24,8% de las personas encuestadas exhibieron este tipo de problemas de salud mental, cifra casi idéntica a la ronda anterior (22,3%). Esta data representa un aumento de 2,5 puntos porcentuales y manteniéndose en el rango -24% a 27% que ha mostrado desde que comenzó a medirse en esta encuesta a mediados del 2021. En una conferencia de prensa, transmitida a través del canal de Youtube de la Universidad Católica

(UC), David Bravo, director del Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales de la UC, Daniela Campos, Jefa Técnica de Riesgos Psicosociales de Achs Seguro Laboral, y Antonia Errázuriz, académica del Departamento de Psiquiatría de la Universidad Católica, dieron a conocer los resultados de la investigación, que se hizo mediante entrevistas telefónicas a una muestra representativa de 2.600 personas mayores de 18 años, durante noviembre y diciembre de 2023. Daniela Campos, jefa técnica de Riesgos Psicosociales de Achs Seguro Laboral explica que "la realidad nacional indica que un cuarto de la población presenta síntomas de ansiedad, tras dos años y

medio es la cifra que más constante se ha mostrado en nuestro estudio, por lo que debemos empezar a buscar formas más efectivas para ayudar a las personas". La psicóloga detalla que los síntomas más comunes fueron tener preocupación excesiva (28,5%), problemas para relajarse (24,3%), sentir nervios, angustia o mucha tensión (23,3%) y ser incapaz de no preocuparse (21,7%). La encuesta reveló que hubo un incremento tanto de hombres como mujeres, aunque son ellas las que muestran una prevalencia superior (34,6%) en comparación a ellos (14%). La psicóloga Antonia Errázuriz, académica de la Escuela de Medicina UC, señala que las cifras presentadas representan una disminución en los niveles



De acuerdo con los datos del estudio, un 57,1% de quienes reportaron síntomas de ansiedad manifestaron haber tenido necesidad de consultar a un profesional de salud mental en el último año.

de malestar psicológico en la población general con respecto al periodo de la pandemia Covid-19: "Las prevalencias de problemas de salud mental se han mantenido estables desde fines del 2022 y las diferencias de género observadas son las esperadas. Los menores niveles observados incluso hacen posible hablar de una recuperación de los niveles de bienestar mental en la población."

En ese sentido, esta nueva versión del Termómetro de la Salud Mental reveló que un 17,1% de las personas encuestadas exhibieron sospecha de problemas de salud mental, muy similar a la ronda anterior (17,5%). Las mujeres bajaron 7,1 puntos porcentuales respecto a la medición de abril de 2023 y los hombres subieron 7,2 puntos con respecto a la misma fecha.

¿CUÁNTAS PERSONAS TRATAN SU ANSIEDAD?

De acuerdo con los datos del estudio, un 57,1% de quienes reportaron síntomas de ansiedad manifestaron haber tenido necesidad de consultar a un profesional de salud mental en el último año. Un 44% logró realizar esa consulta en los últimos doce meses y actualmente el 23% se encuentra en tratamiento. Por el otro lado, el 42,9%

de quienes reportaron sintomatología ansiosa no sintieron la necesidad de consultar a un profesional de la salud mental (un número superior a 1,2 millones de personas) y un 13,1% que no pudo consultar a pesar de haber tenido la necesidad (cerca de 400 mil personas).

"El Termómetro de la Salud Mental permite dimensionar que algo menos de la mitad de quienes presentan síntomas de ansiedad o depresión indican no haber tenido necesidad de consultar a un especialista, indicando posiblemente la importancia de mejorar la información y la educación sobre los problemas de salud mental en la población" indicó David Bravo, director del Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales.

Las razones de no consultar fueron múltiples, siendo las principales la falta de financiamiento (nombrada por un 47,4% de los entrevistados), no poder conseguir una cita/hora (mencionada por un 38,7%), querer enfrentar el problema solos (24,5%) y falta de cobertura en su plan de salud (24,6%).

Además, por tercera versión consecutiva, la octava ronda del Termómetro de la Salud Mental exploró el nivel de satisfacción y percepción de efectividad de los tratamientos en salud

mental en la población, una medición pionera en el país.

En esa línea, la encuesta mostró que el 79,2% de quienes señalan haber recibido una atención de salud mental en los últimos doce meses dijeron sentirse "bastante satisfechos, muy, o completamente satisfechos" con la manera en que el profesional trató el problema. Además, el 74% dijo que el tratamiento había hecho que las cosas mejoraran "un poco" o "bastante" (con un 56,7% declarando esto último).

DEPRESIÓN SE MANTIENE

Otra de las patologías que ha mostrado una constante en las últimas versiones del Termómetro de la Salud Mental es la depresión. En esta nueva entrega, la cifra fue de un 13,1% de los entrevistados, muy similar a las últimas dos rondas (13,9% y 13,7%), teniendo una leve baja en mujeres (2,4 puntos) y una pequeña alza en hombres (1,4 puntos) en relación a visto en abril de 2023.

De quienes exhibieron estos síntomas, 55% dijo sentir necesidad de consultar con un profesional de salud mental en el último año, un 40,7% efectivamente logró consultar a un profesional y un 25,9% se encuentra actualmente en tratamiento.



Muchas personas no pueden acceder a tratamiento por falta de dinero.