



# 8° Termómetro de la Salud Mental Achs – UC

## Araucanía incluida: 23,3% de la población del sur se sienten solos

*La octava versión del estudio mostró que hubo un aumento en las personas que se sienten aisladas o excluidas por los demás en las regiones de Ñuble, Biobío, Araucanía, Los Ríos, Los Lagos, Aysén y Magallanes, mostrando los niveles más altos en dos años.*

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, el 23,3% de las personas que viven la zona sur del país reportaron altos niveles de soledad, sintiéndose frecuentemente aisladas o excluidas por los demás o que les falta compañía. Es el registro más alto desde 2021, cuando llegó a 25% en tiempos de pandemia.

La cifra tuvo un aumento de casi cinco puntos porcentuales en relación a la medición anterior, y en comparación al resto del país, la sensación de soledad en las regiones de Ñuble, Biobío, Araucanía, Los Ríos, Los Lagos, Aysén y Magallanes, superó a las zonas centro (18%) y norte (16%), convirtiéndose en la zona con los índices más altos a nivel nacional.

La Jefe de Riesgos Psicosociales de la Achs, Daniela Campos, menciona que “este aumento se explica principalmente por lo registrado en mujeres, que tuvieron un alza de más de siete puntos porcentuales, mientras que los hombres se mantuvieron prácticamente al mismo nivel que en abril de 2023. Esto contrasta con las importantes caídas en los niveles de soledad en mujeres que vimos en la zona norte y centro para esta octava versión del Termómetro de la Salud Mental”.

El incremento de la cifra también tuvo la particularidad de ser uno de los pocos factores medidos por el estudio que tuvo un aumento. Los niveles de insomnio (9,6%), depresión (9,6%) y ansiedad (22,7%) mostraron bajas respecto a la versión anterior del estudio. Factores como el consumo riesgoso

de alcohol (7,5%), sedentarismo (32,8%), problemas de salud mental (17%) y estado de ánimo (14,9%) se mantuvieron prácticamente en el mismo nivel evidenciado en abril de 2023.

Según Antonia Errázuriz, académica del Departamento de Psiquiatría de la Escuela de Medicina UC, “El aumento en los niveles de soledad percibida en mujeres en la zona Sur del país representa un cambio en la tendencia a la baja de este indicador en la población femenina desde Abril 2021. Probablemente está asociado a la presencia de estresores contextuales que particularmente afectan a las mujeres, en tanto los hombres no mostraron este aumento con respecto a la medición anterior.”

La octava versión del Termómetro de la Salud Mental volvió a incluir un apartado sobre las atenciones psicológicas o psiquiátricas. La medición, pionera en el país, explora el nivel de satisfacción y percepción de efectividad de los tratamientos en salud mental en la población.

Los resultados arrojaron una cifra similar en la cantidad de personas que están actualmente en tratamiento. El 16% de los encuestados de las regiones de Ñuble, Biobío, Araucanía, Los Ríos, Los Lagos, Aysén y Magallanes consultaron con un profesional de la salud mental en los últimos doce meses, y un 8,6% se mantenía en terapia, sin mostrando mayores cambios respecto a la séptima entrega del estudio.

Además, en esta ocasión el Termómetro de la Salud Mental también dio luces sobre el acceso a servicios de salud mental de acuerdo al tipo de sintomatología.



Por ejemplo, en el caso de quienes fueron detectados con problemas generales de salud mental en la zona sur, el 51,1% manifestó haber tenido necesidad de consultar a un profesional de salud mental en el último año y el 42,2 efectivamente logró tratarse con uno. Actualmente el 26,1% se encuentra en tratamiento.

Daniela Campos, Jefe de Riesgos Psicosociales de la Achs, reflexiona: “Casi la mitad de quienes evidenciaron problemas de salud mental general no han sentido la necesidad de consultar a un profesional de la salud mental, lo que para la zona sur es un número cercano a las 150 mil personas. Esto nos dice que todavía nos queda trabajo por seguir concientizando sobre la importancia y los beneficios de tratar problemas de salud mental”. En la misma línea, David Bravo, director del Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales indicó que “estos datos muestran la relevancia de considerar la falta de información y la educación sobre los problemas de salud mental en la población como áreas fundamentales para las políticas públicas y también para las organizaciones en el mundo privado”.

En ese sentido, el estudio reveló que el 64% de los sureños indicaron que el tratamiento había

hecho que mejorara su situación respecto del problema específico que les llevó a consultar, y el 76% dijo sentirse “bastante”, “muy” o “completamente” satisfecho con su profesional tratante. En cuanto al cambio emocional, el 64% dijo estar muy o bastante mal antes del tratamiento, cifra que disminuyó en 56 puntos luego de acceder a una terapia.

### DATOS SOBRE EL ESTUDIO

El “Termómetro de la Salud Mental en Chile Achs-UC” es un estudio longitudinal, con una muestra aleatoria de aproximadamente 3.000 individuos desde 2023, representativa de la población nacional urbana mayor de 18 años, seleccionada a partir de una muestra representativa de hogares. Se llevó adelante a través de entrevistas telefónicas sobre una muestra de viviendas previamente entrevistadas en persona.

Sus principales indicadores en el ámbito de la salud mental están contruidos a partir de metodologías internacionalmente validadas (problemas de salud mental GHQ-12; depresión PHQ-9; ansiedad GAD-7; exposición a riesgos psicolaborales CoPsoQ; engagement UWES-3; consumo de alcohol AUDIT-C; insomnio ISI; soledad UCLA-R; y actividad física UCL). **TI**