La Estrella

Fecha: 28/05/2025 Audiencia: 7.200 Sección: ACTUALIDAD
Vpe: $240.190 Tirada: 2.400 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $422.400 Difusión: 2.400
Vpe portada: $422.400 Ocupación: 56,86%

[TENDENCIAS]

Uno de cada cuatro chilenos entre los 30 y 39 años declara que se siente solo

Termómetro de la Salud Mental AChS - UC advierte que este grupo etario casi duplica en esa percepción a los mayores.

Leo Riquelme

El 19% de los chilenos declara que se siente solo, aislado o excluido por los demás o que le falta compañía, una condición que afecta más a las mujeres que a los hombres, y que aumenta a medida que se llega a la madurez, según reveló la undécima ronda de encuestas que forman parte del Termómetro de la Salud Mental que elabora semestralmente la Asociación Chilena de Seguridad (AChS) junto a la Universidad Católica.

El grupo más afectado por este sentimiento de soledad es el que va de los 30 a los 39 años, donde uno de cada cuatro personas se declara así (26,6%). Le siguen quienes están entre los 18 y 29 años, con 20,3%; y más atrás vienen los que tienen de 60 a 69 años (16,4%); los de 40 a 49, con 15,8%; los de 50 a 59, con 15,6%; y los mayores de 70, con 14,1%. En todos los casos las mujeres son las más afectadas, con un 21,7%, mientras que en los hombres alcanza al 16,1%, casi dos puntos más que en la consulta hecha en noviembre.

SHUTTERSTOCK

LAS PERSONAS ENTRE 18 Y 39 AÑOS SON POR LEJOS LAS QUE SE SIENTEN MÁS SOLAS, SEGÚN LA ENCUESTA.

"En esta ronda pudimos observar una diferencia significativa en la percepción de soledad entre las personas más jóvenes y edades más adultas, lo que nos indica que como sociedad debemos buscar formas para apoyar a estos grupos, que están iniciando su vida laboral y desarrollo como adultos", comentó en un comunicado la gerenta de Asuntos Corporativos y Sostenibilidad de la AChS, Paulina Calfucoy.

BAJAN LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

La encuesta de mayo reflejó el menor nivel de personas que declara padecer problemas generales de salud mental. Llegaron al 12,7%, cuatro puntos menos que el estudio anterior y 20 por debajo que su peak, que fue en julio de 2020, en plena pandemia.

Para la profesional, lo que sucede con el grupo que está entre los 30 y 39 años "nos pide un nivel especial de atención, porque además de sus índices de soledad, son quienes tienen menor satisfacción laboral y quienes más presentan síntomas moderados y severos de depresión en mayor proporción".

Antonia Errázuriz, académica del departamento de Psiquiatría de la UC, recomienda también "prestar atención al menor apoyo social percibido por las mujeres en este estudio en comparación con los hombres, ya que la evidencia científica indica que la falta de apoyo social es un factor de riesgo que puede contribuir al desarrollo de problemas tanto de salud física como mental".

> "La evidencia científica indica que la falta de apoyo social es un factor de riesgo que puede contribuir al desarrollo de problemas de salud física y mental".
>
> **Antonia Errázuriz**
> **depto. Psiquiatría UC**

Muy relacionado con lo anterior, el 10,4% de los encuestados entre el 26 de marzo y el 10 de mayo declaró que tiene un bajo apoyo social para desarrollar su vida. Esto es 2,6 puntos por encima de lo afirmado en el termómetro revelado en enero.

Las mujeres son quienes tienen en mayor nivel esta percepción (11,4%), mientras que en los hombres así lo percibe el 9,3%. En ambos géneros creció respecto al estudio anterior. En las mujeres lo hizo en 2,8 puntos y en los hombres en 1,5.