



Salud mental estudiantil en Chile

Fernando Velásquez
Subeditor La Tribuna
fvelasquez@latribuna.cl

Las recientes investigaciones sobre el fenómeno de la salud mental en los diferentes niveles educativos demuestran que el malestar psíquico dejó de ser un asunto marginal para transformarse en rasgo estructural de la vida escolar y universitaria chilena. Distintos equipos académicos y organismos públicos alertan sobre prevalencias que superan con holgura los promedios mundiales y sitúan el problema en el centro de la conversación educativa.

El panorama en enseñanza media se desbordó tras la pandemia. Un estudio de Jonathan Martínez y María Mercedes Yeomans publicado en *Frontiers in Education*, que involucró a 1.174 escolares de cinco regiones, develó que la depresión se sitúa en un 60,2%, la ansiedad en un 63,6% y estrés en un 50,2%. Por paradójico que parezca, dentro de los factores de riesgo identificados se encuen-

tra ser mujer, dormir mal y usar redes sociales en exceso.

El mismo trabajo subraya un patrón socio-digital: el teléfono inteligente está presente en el 89% de las aulas y se asocia a mayor sintomatología. La Encuesta Juventud y Bienestar 2024 del Servicio Nacional para la Prevención y Rehabilitación del Consumo de Drogas y Alcohol (Senda), que fue aplicada a más de 135 mil estudiantes, confirma que un 12,3% declara sentirse triste casi todos los días y que un 7,5% ve su futuro "sin esperanza".

En educación superior la evidencia no es menos severa. La investigadora Francisca Beroiza Valenzuela, en un estudio publicado en *Frontiers in Public Health* calcula que, ya en 2024, más del 20% del alumnado chileno presentaba cuadros clínicos, mientras que la depresión creció en un 25% con la pandemia.

Los estudios no se limitan a describir el problema, y

también proponen vías de acción. Martínez Libano y Yeomans Cabrera sugieren intervenciones focalizadas en sueño y alfabetización digital, mientras que Beroiza Valenzuela advierte que la inequidad socioeconómica refuerza la vulnerabilidad psíquica, lo que aumenta la relevancia de los apoyos financieros y las tutorías psicológicas. En el ámbito escolar, la Encuesta Juventud y Bienestar recomienda fortalecer el vínculo afectivo familia-escuela, dado que la proporción de estudiantes que consume sustancias es tres veces menor cuando recibe "calidez y cariño" de sus cuidadores.

El Ministerio de Educación también ha tomado nota. El Plan de Reactivación Educativa 2025 ubica la salud mental y la convivencia como su primer eje estratégico y convoca a un Consejo Asesor para la Convivencia Escolar, Bienestar y Salud Mental para nutrir la política pública con recomendaciones de especialistas.

Entre las orientaciones se insiste en el abordaje multiescalar —currículo, formación docente y participación estudiantil— y en la necesidad de segmentar las intervenciones por edad, género y territorio, tal como adelantaban las investigaciones académicas.

Las cifras de 2024-2025, por tanto, delinean un triángulo crítico: prevalencias elevadas y brechas sociodigitales. El reto será sostener esa convergencia entre la evidencia y acción sin perder de vista que, en Chile, el aula es hoy uno de los primeros frentes donde se juega el derecho a la salud mental.