



DAVID VELASQUEZ

En Chile, dicen los especialistas, el estrés comenzó meses antes del inicio de la pandemia.

Ipsos ubicó a Chile entre los países más afectados

Encuesta internacional evalúa la salud mental de los chilenos tras un año de pandemia

DANIELA TORÁN

“Un año de Covid-19” se llama la última encuesta de la consultora internacional Ipsos para el Foro Económico Mundial, que refleja la percepción del estado de salud mental en 30 países desde que comenzó la emergencia sanitaria.

La encuesta, que se realizó de manera online entre el 19 de febrero y el 5 de marzo de este año, abarcó a 21.011 adultos de 30 países, a los que se les preguntó sobre las proyecciones y sensaciones que ha dejado la pandemia luego de cumplir un año. En Chile la muestra fue de 500 personas.

A nivel global, el 45% de los consultados respondió que piensa que su salud mental y emocional ha empeorado. Sin embargo, Chile se ubicó sobre ese promedio y se posicionó en el segundo lugar, con un 56%, sólo superado por Turquía, con un 61%. Solo en China continental, India y Arabia Saudita los adultos reportaron una mejoría en el bienestar mental y emocional.

En el detalle nacional, el 17% de los chilenos que respondieron dijo que su salud mental había empeorado mucho, 39% que había empeorado un poco, 30% que no había variado, 12% que me-

El 56% de los encuestados dijo que está peor que antes. Especialistas aclaran que en Chile la crisis comenzó antes de la pandemia, con el estallido social.

joró y sólo 2% que mejoró mucho.

Al ser consultados sobre cómo ha cambiado su salud mental y emocional desde comienzos de este año, el 27% mundial estimó que ha empeorado y el 23% que ha mejorado. A nivel nacional, los resultados fueron similares al promedio global, con un 27% que cree que se ha visto perjudicada y un 27% que ha mejorado.

La encuesta también mostró que en los países encuestados, el 59% espera poder volver a sus vidas “pre Covid-19” dentro de los próximos 12 meses. El 8% de personas creen que eso nunca pasará. En Chile, el 56% piensa que todo volverá a la normalidad en un lapso de 4 a 12 meses y el 36% menciona que para volver a la vida anterior, falta más de un año. Sólo el 2% cree que actualmente ya estamos viviendo igual que antes

que empezara la pandemia.

La antesala

Pedro Moya, investigador del Centro Interdisciplinario de Neurociencia (CINV) de la Universidad de Valparaíso, aclara que los datos de la encuesta corresponden sólo a percepciones y no a la realidad de la salud mental del país.

“Ciertamente esta percepción puede derivar en síntomas clínicos o enfermedades... Que una población se sienta más abrumada, puede ser la antesala del aumento de las patologías o emociones negativas relacionadas a la ansiedad, incertidumbre, miedo, inseguridad y preocupación”, dice el también académico del Instituto de Fisiología de la Universidad de Valparaíso.

Moya agrega que factores como el aislamiento social, el hacinamiento, la carga laboral del teletrabajo, los problemas económicos, el miedo colectivo, el agotamiento físico, tienen efectos principalmente en mujeres, jóvenes y trabajadores independientes.

Primero fue el estallido

Rodolfo Bächler, doctor en Psicología y académico de la Universidad Mayor, agrega que hay dos variables que podrían explicar la sensación de mayor sufrimiento en Chile, en comparación a

otros países que han tenido peor situación en relación a la crisis sanitaria.

“Primero, que los indicadores de salud mental previos a la pandemia, como los de la OMS, ya eran muy malos en Chile. Aparecíamos con los mayores índices de trastornos del ánimo como la depresión, el suicidio en ciertos grupos, casos de estrés asociados al trabajo. Chile nunca apareció bien parado”.

El otro factor, agrega Bächler, es el estallido social. “Es imposible diferenciar entre la crisis social y la sanitaria. Ambas se transformaron en una sola crisis más compleja. Las rabias previas a la crisis sanitaria se entremezclan con la angustia propia de la pandemia asociada al Covid-19. Eso aumenta la sensación de malestar y angustia”.

El doctor Moya agrega que los malos índices van de la mano con el problema que supone el financiamiento de estos problemas: “Estamos por debajo de lo que sugieren los indicadores OCDE, hay pocos siquiátras, la salud primaria no da abasto y es costosa. No nos hemos hecho cargo de la salud mental durante mucho tiempo. Por otra parte, la pandemia nos pilló en una situación bien compleja de credibilidad de las autoridades y eso impactó en la adherencia de las medidas que se tomaron desde que partió la pandemia”.