

Salud mental

● Chile atraviesa una crisis de salud mental que ya no puede ser ignorada. Más allá de las estadísticas, se percibe un desgaste emocional cotidiano, marcado por la violencia, el miedo y el debilitamiento de los lazos sociales. Según el 11º Termómetro de la Salud Mental en Chile, el 19 % de la población declara sentirse sola. La cifra se eleva al 21,7 % en mujeres y afecta con mayor fuerza al grupo entre 30 y 39 años, etapa clave para el desarrollo de redes afectivas.

Esta soledad no es anecdótica: es síntoma de un modelo que ha erosionado los espacios de encuentro y confianza. El 10,4 % de la población percibe bajo apoyo social, mientras un 61,5 % siente alto estrés frente al crimen organizado. Al mismo tiempo, aumentan los síntomas clínicos: un 25,8 % presenta ansiedad generalizada, con una marcada brecha de género (35,5 % en mujeres versus 13,4 % en hombres). La depresión afecta al 13 % de los chilenos, y el consumo problemático de alcohol sigue en alza, liderado por hombres.

Frente a este escenario, no bastan las intervenciones individuales ni los

tratamientos médicos. Urge una política pública decidida, intersectorial y comunitaria, que ponga a la salud mental como eje del desarrollo social. El bienestar debe construirse en escuelas, barrios y familias. Sin redes de apoyo y espacios seguros, seguiremos perdiendo cohesión, esperanza y calidad de vida.

*Eduardo Sandoval-Obando,
académico U. Autónoma de Chile*