

Estudio de salud mental registró el alza de síntomas depresivos en el norte

“Termómetro de Salud Mental en Chile ACHS-UC”, enfatizó que 6 de cada 10 personas provenientes de regiones del norte, viven alto estrés por la situación sociopolítica del país.

MARCOS MALDONADO/AGENCIAUNO



HAY UNA SERIE DE SITUACIONES SOCIALES QUE ESTÁN INFLUYENDO EN LA SALUD MENTAL DE LOS ARIQUEÑOS Y NORTINOS EN GENERAL.

Redacción/C. Vergara B.
 cronica@estrellaarica.cl

Un nuevo estudio de salud mental, indicó que las regiones de Arica y Parinacota, Tarapacá, Antofagasta, Atacama y Coquimbo, ciñen la tasa más alta en síntomas depresivos. A través de la quinta edición del Termómetro de la Salud Mental en Chile ACHS-UC, elaborado por la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales de la Universidad Católica (2022), se constató en comparación al 2021, la población entre los 18 hasta los 65 años, tiende a vivir con sensaciones de ansiedad, depresión, estrés y niveles de la soledad.

Tras los resultados, el estudio indicó, entre sus múltiples conclusiones, que un 17,3% de los encuestados de la macrozo-

na norte del país, exhibió una probable presencia en problemas de salud mental, el número más bajo desde que el estudio se creó, en julio de 2020. No obstante, los niveles de depresión se mostraron al alza, llegando a un 16%, siendo la única zona del país con este aumento.

DEPRESIÓN Y SOLEDAD

De acuerdo con la información de los encuestados, los problemas de salud mental disminuyeron en 2,7 puntos porcentuales respecto de agosto de 2021. Asimismo, la proporción de personas que dijo sentirse peor, antes de la pandemia, cayó en 7 puntos en comparación con la última medición.

Sin embargo, el aumento de la depresión y el nivel de soledad, ya es un hecho. La depresión registró un 16%, teniendo un incremento de 1,6 puntos porcentuales respecto de

17,3%

de la población en el norte presenta indicios de problemas de salud mental.

agosto de 2021, registrando la mayor tasa en el norte desde noviembre de 2020. La cifra estuvo impulsada por las mujeres, con 23,6%. Por otro lado, los hombres tuvieron una leve disminución de 0,3% en relación al último sondeo, llegando a un 8,1%.

Asimismo, el nivel de soledad llegó a un 21,2% y si bien registra una baja respecto de agosto de 2021 en las regiones de la zona norte, sigue siendo de una magnitud mayor al promedio nacional (20%). La cifra es impulsada por las mujeres, que tienen una tasa de soledad mayor que los hombres (26,8% versus

15,4% en mayo de 2022). Esta brecha entre ambos géneros se dio casi en todas las dimensiones estudiadas y también ha sido una constante en esta encuesta.

Sobre la tendencia enmarcada en mujeres, tras los altos porcentajes de depresión y niveles de soledad, el Dr. Edwin Krogh, psiquiatra de la ACHS, dijo que “es un hecho estadístico y psicológico conocido, de que la prevalencia de depresión es más frecuente en mujeres. Hay factores biológicos, la vulnerabilidad endocrinológica, o por ejemplo los múltiples roles que las mujeres tienen que jugar en la sociedad, a diferencia de los hombres, que de alguna forma parecen eximidos de estos, como cuidar a la familia, como jefas de hogar, o con la conservación del trabajo, la hacen más vulnerable a tener síntomas más depresivos”.

Qué estresa a los nortinos

Al momento de analizar los temas que más estresan a los residentes de la zona norte, hubo cambios respecto de 2021. Uno de los síntomas que más subió este 2022, es la preocupación por la situación económica con un 55,4% (vs 53,3%) y, fundamentalmente, el temor a ser víctima de la delincuencia 71,7% (vs 64,4%). En esta oportunidad, se preguntó por un nuevo factor de estrés, se trata de los cambios socio-políticos del país, donde se vió una tasa del 59,5%, que lo situó como un factor de alto estrés, siendo el segundo de mayor preponderancia en esta medición. Eso permitió evidenciar que 6 de cada 10 personas de la macrozona norte, viven bajo un escenario de alto estrés. Sobre los factores que influyen en las altas tasas de estrés, el docente de Mindfulness, Edwin Krogh, enfatizó que “hay harta incertidumbre no

solamente política, o respecto a la delincuencia, sino también respecto al mundo entero. La inquietud de cómo va a ir deviniendo el cambio climático, la polarización de las sociedades, la revuelta general que es observable, entonces todo esto, va generando una mayor sensación de incertidumbre, respecto al futuro. Todo es multifactorial”. Por otro lado, la caída la registró el factor de miedo a contagiarse de Covid-19, llegando a un 21,1%, en comparación al 64,1% de abril de 2021 y 42,1% en agosto, siendo el factor menos estresante de los consultados. Igualmente, los niveles de ansiedad, se mantuvieron entre agosto de 2021 y mayo de 2022, con un 23%. Sin embargo, la ansiedad fue el componente más problemático para personas con enfermedades crónicas, deuda o con precariedad laboral.

Salud no laboral en regiones

Con el objetivo de ser un apoyo al sistema público de Arica, la ACHS bajo el monitoreo de la Superintendencia de Seguridad Social (SUSESO), decidió hacerse parte de la solución, prestando atenciones psicológicas a lo largo del país y en una modalidad 100% online, a través del programa “Salud No Laboral”.

El modelo considera psicoterapia por un psicólogo, y también, la supervisión constante para ver los avances de esta. Además, contempla la colaboración de expertos en terapias focales y breves (de 8 a 10 sesiones), acompañados entre distintos profesionales

del área, como psicólogos, psiquiatras, y médicos generales. Principalmente, el programa está dedicado a personas que tengan presencia de síntomas adaptativos, ya sea ansiedad, o tristeza, secundarios a situaciones de vida, como una enfermedad psiquiátrica permanente.

Para poder acceder a una atención con psicólogo, se podrá presentar un bono de Fonasa, que va entre \$12.030 o Isapre \$24.300 (particular). Para agendar una hora se puede acceder al sitio web www.achs.cl/salud o llamar al 22 515 70 00.