

Día Mundial del Bienestar Mental del Adolescente: La otra urgencia del regreso a clases

● Cada 2 de marzo se conmemora el Día Mundial del Bienestar Mental del Adolescente, una oportunidad para recordar qué podemos hacer y por qué la salud mental juvenil es un desafío urgente en nuestro país.

En Chile el porcentaje de niñas y niños entre 7º básico y 3º medio con síntomas depresivos aumentó del 14% en 2017 a 22% en 2023 (Observatorio Niñez, Colunga) y según la OMS, cerca del 20% de niños y adolescentes del mundo enfrenta algún problema de salud mental. Las cifras no buscan alarmar, sino llamar a la acción.

El inicio del año escolar es un momento especialmente significativo. En la educación media técnico-profesional, junto con los desafíos académicos, los estudiantes comienzan a proyectar su futuro laboral, a vincularse con entornos productivos y a desarrollar competencias que serán clave para su inserción. Ese tránsito exige tanto habilidades técnicas como socioemocionales sólidas, donde los establecimientos cumplen un rol insustituible: no solo transmitir conocimientos, sino ofrecer espacios seguros, exigentes y emocionalmente sostenibles, donde cada estudiante pueda desarrollarse.

La evidencia muestra que las escuelas son factores protectores cuando promueven la participación activa en la vida escolar, refuerzan positiva-

mente el esfuerzo académico y fortalecen el sentido de pertenencia. Cuando esto ocurre, mejora la adaptación, se consolidan las trayectorias formativas y el aprendizaje adquiere mayor profundidad y sentido.

Familias y docentes también son parte esencial de este esfuerzo. Rutinas estables, horas de descanso suficientes y uso de pantallas supervisado son acciones concretas que suman bienestar. El regreso a clases puede marcar una diferencia significativa en el bienestar mental adolescente; escuchar, validar y acompañar temores puede marcar una gran diferencia: ¡Nos vemos en el colegio!

Tatiana Arce, directora de Educación de la Fundación Educacional Comeduc

Licencias médicas y sostenibilidad del sistema de salud

● Señor director:

En 2025, la Superintendencia de Seguridad Social (Suseso) reportó una disminución significativa en la emisión de licencias médicas: 7.016.470 licencias, cerca de un millón menos que en 2024, equivalente a una caída de 12,9%. Esta reducción implicó un menor gasto del Subsidio por Incapacidad Laboral (SIL), estimado en torno a US\$675 millones, reflejando avances relevantes en fiscalización y control del uso de recursos públicos.

Estos resultados abren una oportunidad para consolidar mejoras es-