

Marzo y deudas

● Marzo ya no asfixia por los útiles escolares o la patente, sino por las deudas arrastradas. Un reciente sondeo de DefensaDeudores.cl revela que el 61% de las personas llega a este mes con morosidad y a casi la mitad (47%) no le alcanza para cubrir sus gastos básicos.

Se suele estigmatizar a quien cae en mora tachándolo de “irresponsable”, pero los datos derriban este mito. Apenas un 5% reconoce no tener intención de pagar. Por el contrario, la mitad de los encuestados señala que hoy debe priorizar su subsistencia, y un 45% pagaría si le dieran más plazo. El chileno es responsable; lo que falta es capacidad de pago ante un sistema rígido.

El costo humano de esto es dramático. Para enfrentar este mes, un 16% ha recortado su presupuesto en alimentación y un 12% ha postergado gastos en salud. Cuando el ajuste llega a la comida o a los medicamentos, ya no hablamos de “ordenar la billetera”, sino de sacrificar la dignidad. Marzo no genera la crisis, solo evidencia esta pesada mochila. Frente a deudores responsables pero ahogados, urge dejar de tratarlos como simples números de cobranza. Necesita-

mos mecanismos de renegociación reales y flexibles que les permitan cumplir, sin tener que dejar de vivir.

*Ricardo Ibáñez Abogado y
fundador de DefensaDeudores.cl*

Adolescencia con depresión y ansiedad

● La adolescencia es una ventana crucial de desarrollo cerebral comparable a la primera infancia. Entre los 10 y 19 años, el cerebro elimina conexiones infantiles y fortalece nuevas rutas para el pensamiento abstracto y la planificación. Sin embargo, el centro emocional madura antes que el área de control de impulsos, explicando las reacciones intensas y la toma de riesgos propias de esta etapa. El cerebro adolescente es extraordinariamente sensible a la dopamina, que es la hormona del placer y la recompensa, y a la oxitocina, que potencia la importancia de las relaciones sociales. Por eso la aprobación de los pares pesa tanto y la exclusión social les afecta físicamente, activando las mismas áreas cerebrales que el hambre o el peligro.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), uno de cada siete ado-