

MIDAP:

# Ciencia nacional para una mejor salud mental

Tras una década de funcionamiento, el Instituto Milenio para la Investigación en Depresión y Personalidad (MIDAP) se ha consolidado como un referente internacional en salud mental, un espacio de excelencia científica y formación avanzada, y una pieza clave para enfrentar los desafíos psicosociales de Chile en el área del bienestar y la salud mental.

**E**n Chile, la depresión afecta a un porcentaje importante de la población, por encima de otros países comparables. Según los datos de la Encuesta Nacional de Salud 2016-2017, realizada por el Ministerio de Salud, un 6,2% de las y los encuestados cumplían criterios diagnósticos básicos para depresión, evidenciándose una diferencia significativa entre mujeres y hombres: las primeras muestran una prevalencia de 10,1% y los segundos, de 2,1%. También sabemos que las personas jóvenes presentan niveles de depresión por encima de las estadísticas de comparación internacional.

"La depresión es el trastorno mental más común y una de las principales causas de discapacidad en el mundo", señala Alex Behn, psicólogo, académico de la Escuela de Psicología UC y director de MIDAP. "Por esto hemos focalizado gran parte de nuestros esfuerzos científicos en comprender los mecanismos que explican la depresión y cómo prevenirla y tratarla, considerando diferencias de género y rangos etarios", agrega.

MIDAP es un centro científico conformado por más de 150 investigadoras e investigadores, consolidados y jóvenes en formación, quienes provienen principalmente de seis instituciones albergantes: Pontificia Universidad Católica de Chile, Universidad Diego Portales, Universidad de Chile, Universidad del Desarrollo, Universidad de La Frontera y Universidad de Valparaíso, además de otras universidades nacionales e internacionales.

"La depresión es una enfermedad común, pero heterogénea, vinculada a la personalidad, que nos permite entender cómo afecta a personas específicas, es decir, personalizar nuestros modelos de la depresión. Sin embargo, a lo largo de los años nos hemos abierto a una investigación más amplia en salud mental. Si bien MIDAP mantiene su foco, es, hoy en día, un centro nacional



MIDAP es un centro científico conformado por más de 150 investigadoras e investigadores, consolidados y jóvenes en formación, quienes provienen de diversas universidades tanto nacionales como internacionales.

de investigación en salud mental", explica Behn.

## Ciencia de Excelencia con Impacto Social

MIDAP ha alcanzado logros sobresalientes. Su producción científica ha crecido de forma sostenida, alcanzando durante sus diez años más de 800 publicaciones, la mayoría en revistas de alto impacto. Uno de sus principales aportes ha sido avanzar en una comprensión multidimensional de la salud mental, integrando desde la genética y la neurobiología hasta las condiciones sociales y

culturales que influyen en el desarrollo y recuperación de las enfermedades mentales.

La investigación de MIDAP ha evidenciado cómo factores como la pobreza, las brechas en educación y el trauma temprano, entre otros, afectan el bienestar mental de la población, y cómo las intervenciones personalizadas —desde la psicoterapia hasta el uso de herramientas digitales como apps— pueden mejorar significativamente la calidad de vida de las personas. Por otro lado, MIDAP ha trabajado en la aplicación de estos hallazgos en el sistema público de salud, a través de dispositivos como

libros de descarga gratuita, capacitación, materiales de psicoeducación, entre otros.

"Desde hace 10 años en MIDAP realizamos investigación científica de excelencia y de frontera. Hemos generado estudios clave para comprender mecanismos involucrados en el desarrollo y mantención de la depresión en relación con la personalidad, así como intervenciones de diferente tipo. Además, hemos estudiado de qué manera las personas cambian durante la psicoterapia y hemos desarrollado intervenciones específicas para diferentes trastornos que les

afectan desde la infancia hasta la adultez mayor. Los resultados de estos estudios, que han producido una cantidad considerable de publicaciones de alto impacto y alcance, nos han permitido participar en procesos cruciales y asesorar el desarrollo de políticas públicas", indica la directora alterna de MIDAP y académica de la Universidad Diego Portales, Alekma Tomiatic.

Hoy, MIDAP se prepara para una nueva etapa, con una propuesta de continuidad que proyecta una década más de investigación e innovación, enfocada en producir avances sustantivos en el conocimiento

sobre los mecanismos psicológicos y neurobiológicos que explican cómo los determinantes sociales y ambientales producen enfermedades como la depresión y otros problemas de salud mental. Con base en este conocimiento, se espera optimizar las herramientas digitales para la salud mental, desarrollar intervenciones adaptadas a las necesidades de las personas y comunidades con necesidades de salud mental complejas, y traducir el conocimiento científico en mejoras concretas para los sistemas públicos de salud.