

E

Editorial

Salud mental de las personas

En Chile, el Ministerio de Salud (Minsal) ha elevado la salud mental como una prioridad pública.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS), más de 300 millones de personas en el mundo viven con depresión, y aunque se sabe que tratamientos eficaces existen, la enfermedad sigue subestimada, subdiagnosticada y subtratada en muchos contextos. Estas cifras no deben leerse como estadísticas frías, sino como vidas que están luchando en silencio, muchas veces sin acceso a apoyo profesional adecuado o sin redes de contención social activas.

Desde la mirada global de la salud, este año la OMS ha centrado gran parte de sus esfuerzos en visibilizar la importancia de la salud mental incluso en situaciones de crisis, entendiendo que emergencias como conflictos, desastres naturales o pandemias intensifican la vulnerabilidad emocional de las personas. Aun cuando esta focalización apunta a escenarios extremos, lo claro es que la salud mental im-

Más allá de las campañas, el diálogo cotidiano es indispensable.

porta tanto en tiempos de crisis como en la vida cotidiana.

En Chile, el Ministerio de Salud (Minsal) ha elevado la salud mental como una prioridad pública,

con estrategias que buscan no solo tratar, sino promover el bienestar emocional de la población. Bajo el eje de "Construyendo Salud Mental", se impulsan acciones que incluyen la fortalecimiento de servicios, promoción de la salud mental y prevención del suicidio, así como la generación de guías y herramientas de apoyo para distintos grupos de la sociedad.

Sin embargo, más allá de iniciativas estatales y campañas, la conversación cotidiana es indispensable. La sociedad actual, que está muy marcada por la hiperconectividad, la competencia constante y formas de vida aceleradas, favorece experiencias de soledad, aislamiento y estrés crónico que pueden potenciar la aparición o el agravamiento de síntomas depresivos. Si no abrimos espacios de diálogo donde expresar vulnerabilidad sin juicio, perdemos la oportunidad de crear comunidades más empáticas y resilientes.