LITORALPRESS

Fecha: 21-03-2026
Medio: La Prensa de Curicó
Supl. : La Prensa de Curicó
Tipo: Cartas
Título: CARTAS: La felicidad como política de salud pública

Pág. : 8
Cm2: 169,6

Tiraje: 4.200
Lectoría: 12.600
Favorabilidad: No Definida

La felicidad como política de salud pública

Señor Director:

El Día Internacional de la Felicidad (20 marzo), una fecha que nos recuerda que este concepto no es una aspiración etérea, sino un componente esencial del bienestar humano. Aunque en Occidente solemos vincularla a logros individuales, en muchas culturas orientales forma parte integral de su filosofía de vida: equilibrio, comunidad, propósito.

En Chile, desde inicios de los 2000 —con diversas mediciones impulsadas por organismos internacionales y estudios nacionales— se ha intentado aproximar un "índice de felicidad" que permita comprender cómo vivimos, qué nos preocupa y qué factores fortalecen o debilitan nuestro bienestar. Y aunque hemos avanzado, la brecha continúa siendo amplia si se compara con los países más felices del mundo, donde el sentido de comunidad, la seguridad social y la salud mental fortalecida son pilares que marcan la diferencia.

La evidencia es clara: la felicidad no es solo un estado emocional, sino un determinante social de la salud. Afecta la calidad del sueño, la capacidad para manejar el estrés, la energía laboral y la forma en que construimos nuestras relaciones. Por eso, las políticas públicas deben orientarse no solo a corregir déficits, sino a promover activamente condiciones que favorezcan el bienestar: ciudades caminables, espacios seguros, servicios de salud accesibles y, especialmente, entornos laborales saludables, donde la colaboración, el reconocimiento y la flexibilidad sean parte de la cultura organizacional.

El desafío es enorme, pero también es una oportunidad. Porque cuando un país decide tomarse en serio la felicidad de su gente, no solo mejora su salud, sino que también fortalece su cohesión social y su capacidad de proyectarse hacia un futuro más humano y sostenible.

DRA. KATIUSKA REYNALDOS
Investigadora Instituto de Investigación del Cuidado en Salud (IICS) U. Andrés Bello

Estimados lectores, pueden enviarnos sus cartas al director a los siguientes correos:
director@diariolaprensa.cl
editorlaprensa@gmail.com
Las cartas enviadas a esta sección deben ser cortas, no exceder de un máximo de 350 palabras y consignar la individualización completa del remitente, incluyendo su número telefónico. La dirección se reserva el derecho de seleccionar, extractar, resumir y titular las cartas, sustrayéndose a cualquier debate con sus corresponsales. No se devuelven las cartas que no son publicadas.