

Estudio: chilenos le temen menos al covid y más a la delincuencia e incertidumbre social política

El informe, realizado en conjunto por la ACHS y la UC, reveló que si bien bajan los estresores iniciales de la pandemia, como el insomnio, aún persiste la ansiedad y los riesgos psicosociales.

Camila Infanta S.

Si en abril de 2021 más del 60% de los chilenos decía temerle al contagio del coronavirus, la apertura de las restricciones de movilidad hizo que en agosto de ese año ese temor bajara considerablemente, hasta llegar a mayo de 2022 con un miedo al contagio del 25%, el último de los factores estresores estudiados por el informe entregado, en su quinta versión, por la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales de la Universidad Católica: "Termómetro de la Salud Mental en Chile ACHS-UC".

Ante la pregunta "en los últimos siete días ¿se ha sentido altamente estresado(a) al pensar en...?", el 70% de los encuestados dijo que ante la delincuencia, lo que se ha mantenido respecto a la última medición, cuando ese ítem llegaba al 69,7%.

Un estresor diferente, que no se había medido antes, quedó en segundo lugar. Se trata de que el 59,5% de los encuestados contestó haberse sentido estresado al pensar en los cambios socio-políticos del país.

Un poco más abajo, con el 54% se ubica las complejas proyecciones económicas y la pérdida del empleo con un 28,7%.

En cuanto a la diferencia que ven los chilenos comparando su vida actualmente con la que tenían antes de la pandemia, un 47% respondió que es muy diferente, sin embargo, este número disminuye significativamente, pues



SER VÍCTIMAS DE DELINCUENCIA ES UNO DE LOS FACTORES QUE MÁS ESTRESAN Y TEMEN LOS CHILENOS SEGUN LA ÚLTIMA MEDICIÓN.

en agosto de 2021, un 62% decía que su vida era completamente otra.

DORMIR ANSIOSO

Según los expertos, presentes ayer en la entrega de los datos del nuevo estudio, el desconfinamiento ha ayudado a disminuir los factores asociados al estrés y la depresión, pero aún sus números son relevantes.

La académica de Psiquiatría de la UC Antonia Errázuriz aseguró que "este estudio ha permitido medir y monitorear los niveles de malestar psicológico en nuestra población durante la pandemia. Hoy sabemos que 1 de cada 5 chilenos presenta sospecha o problemas de salud men-

tal. En los momentos de amplio confinamiento a lo largo del país, esta proporción llegó a ser 1 de cada 3".

Y es que, los problemas de salud mental y la depresión disminuyeron en 2,5 puntos porcentuales respecto de agosto de 2021. Asimismo, la proporción de personas que afirmó sentirse "peor" o "mucho peor" que antes de la pandemia, cayó en 8 puntos en comparación con la última medición. Sin embargo, hubo factores que no sólo no mostraron mejoras, sino que empeoraron.

En ese sentido, Daniela Campos, jefa de riesgos psicosociales de la ACHS, arguyó que a pesar de que el levantamiento de restric-

ciones asociadas a la pandemia han coincidido con mejoras en los problemas de salud mental en general, "la diferencia con agosto del año pasado no es muy grande. Por lo tanto, sigue quedando en evidencia que estos son problemas que tenemos que trabajar como país, pensando más allá de la pandemia", mencionó.

¿Cuáles son estos números? El nivel de soledad se mantuvo en 21% y ha sido uno de los temas que no ha presentado cambios sustanciales durante todas las ediciones del estudio. La cifra es impulsada por las mujeres, que incluso tuvieron una subida respecto de la última medición (26%

en mayo de 2022 versus 22,9% en agosto de 2021).

Otro de los puntos que tuvo mejora fue el insomnio, que si se compara a abril de 2021 ha venido sosteniendo una baja importante de 6,6 puntos porcentuales. Impulsados además por los hombres, quienes tuvieron menos insomnio que las mujeres, pero además bajaron casi 10 puntos en poco más de un año.

El único problema que aumentó desde la última medición fueron los niveles de ansiedad (que se incrementaron en 2,5 puntos porcentuales, de un 25% a un 27,5%). Las mujeres también cargaron con la subida, al tener un incremento de 6 puntos en rela-

¿TELETRABAJO FELIZ?

Solo el 15% de quienes tienen empleo, y fueron parte de la muestra del estudio, reportó que se encuentra haciendo teletrabajo. Al respecto el 83,9% de los hombres está satisfecho con esa modalidad y un 28% tiene planeado volver en los próximos 12 meses a la presencialidad en sus labores. Para las mujeres, sin embargo, la satisfacción baja al 67,8% y un 35,5% planea volver.

ción con el año pasado. Además, la ansiedad fue el componente más problemático para personas con enfermedades crónicas, deuda o con precariedad laboral.

A LO LARGO DE CHILE

Al detallar las diferencias que existen en el país en cuanto a su salud mental, se determinó que la prevalencia a tener problemas de este tipo en la zona Norte fue la menor de la medición con un 17% mientras que las zonas Centro, Sur y Metropolitana tienen niveles similares, entre 21 y 22%. La Región Metropolitana es la que tuvo la mayor caída respecto de mayo de 2021 (una baja de 5 puntos porcentuales).

"En esta quinta versión podemos ver que casi todos los parámetros mejoran y empiezan a acercarse al estado previo a la pandemia, pero siguen siendo cifras preocupantes y varios factores muestran que los problemas de salud mental son independientes de la pandemia", recalzó la gerente de ACHS, Paulina Calfucoy. 🌱