

Salud mental en crisis

Hace solo unos días, el Ministerio de Salud informó que las atenciones por enfermedades mentales en unidades de urgencia ya superan las 150 mil en lo que va del año. La cifra revela un fenómeno profundo y estructural: problemas de salud mental se han vuelto una emergencia cotidiana en Chile.

El aumento de casos críticos atendidos en servicios de urgencia es apenas la punta del iceberg. Detrás hay un sistema de salud mental subdimensionado y de escaso presupuesto, una red primaria debilitada, bajas tasas de formación y utilización de prácticas psicológicas con base en evidencia, y una insuficiente implementación de políticas preventivas y de promoción en salud mental y bienestar.

Los datos son impactantes: en tres años, las urgencias por causas psiquiátricas han aumentado más de un 18%. Y en muchos hospitales, el personal no cuenta con formación específica para abordarlas. ¿El resultado? Un sistema sobrepasado, equipos clínicos agobiados y pacientes que reciben una atención insuficiente o tardía, si llegan a recibirla.

Esto no es únicamente un problema sanitario. Nos habla de una comunidad fracturada, tensionada por el aislamiento, la incertidumbre económica, la sobrecarga laboral y el debilitamiento del tejido relacional. La pandemia sólo intensificó brechas preexistentes: la soledad, la precarización emocional y la invisibilización del malestar psíquico.

La reciente advertencia de la OMS sobre la soledad —que afecta a una de cada seis personas y se asocia a más de 870 mil muertes al año— nos obliga a mirar con más urgencia esta dimensión.

Las políticas públicas deben superar el paradigma clínico-asistencial. No basta con reforzar urgencias, sino de evitar que las personas lleguen a ellas. Para eso, se requiere fortalecer la atención primaria con equipos interdisciplinarios, asegurar el acceso oportuno y alcanzable a psicoterapia, sumado a formar más especialistas hábiles en prácti-

cas con base en evidencia. Pero también falta algo más complejo: construir una cultura del cuidado, donde el vínculo, el diálogo y el apoyo mutuo sean parte de la vida cotidiana.

“Hace falta una cultura del cuidado, donde el vínculo, el diálogo y el apoyo mutuo sean parte de la vida cotidiana”.

Una cultura que empodere a las personas y donde la prevención sea una responsabilidad compartida. Necesitamos barrios que propicien la convivencia, escuelas que promuevan la conexión emocional, y entornos laborales donde la colaboración valga más que la competencia. Invertir en salud mental es también invertir en comunidad.

Cuando miles de personas colapsan en silencio y su única salida es una sala de urgencia, el síntoma no está solo en ellas. Está en todos nosotros.

Claudia Cruzat
Decana Escuela de Psicología UAI
Cristóbal Hernández
Académico Esc. de Psicología UAI