

# Encuesta: porcentaje de desocupados con problemas de salud mental es tres veces mayor que en ocupados

“El promedio de los trabajadores ocupados se encuentra bajo el total nacional, lo que se asocia con una mejor salud mental y menor prevalencia de depresión y ansiedad generalizada”, dice el estudio de la Achs y el Centro de Encuestas UC.

## MAXIMILIANO VILLENA

Tener un empleo mejora el bienestar de los trabajadores, es la conclusión del estudio titulado “Radiografía del bienestar laboral”, elaborado por la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro UC de Encuestas y Estudio Longitudinales.

El reporte consideró una muestra 2.547 casos, de los cuales 1.202 corresponden a personas ocupados, que fueron encuestadas entre el 26 marzo y el 10 mayo 2025.

El informe indica que la “depresión, ansiedad y problemas generales de salud mental son indicadores donde la situación laboral marca la mayor diferencia”.

El 10,7% de los trabajadores ocupados - personas en edad de trabajar que tienen trabajo- responde afirmativa al ser consultados sobre si padecen problemas de salud mental, cifra que se eleva al 30% entre los trabajadores desocupados - personas en edad de trabajar que no tienen trabajo, pero lo están buscando-, y un 12,7% entre los trabajadores inactivos - personas en edad de trabajar, pero que no trabajan ni están buscando trabajo-. A nivel nacional la cifra es de 12,7%.

“El promedio de los trabajadores ocupados se encuentra bajo el total nacional, lo que se asocia con una mejor salud mental y menor prevalencia de depresión y ansiedad generalizada”, dice el estudio.

La tendencia se repite con la depresión: entre los trabajadores ocupados el problema solo llega a un 10,7%, mientras que entre los desocupados llega al 32,9%, y entre los inactivos un 15,1%.

En el caso de la ansiedad, el 12% de los trabajadores ocupados la reporta, mientras

que entre los inactivos llega al 18,4% y entre los desocupados un 33,1%

En el ítem de calidad de vida y bienestar, los trabajadores ocupados vuelven a mostrar mejores datos. Respecto del insomnio solo un 8,8% lo reporta, mientras que entre los desocupados la cifra se eleva a 13,7%, y a un 11,%& entre los inactivos.

En el caso del sedentarismo las cifras tienden a asemejarse: 22,7% de los ocupados responde afirmativamente, 27,5% entre los desocupados y 29,5% entre los inactivos.

Pero respecto del consumo riesgoso del alcohol, el informe indica que “es superior en el segmento de los trabajadores ocupados”, que los reportan en un 12%, seguido por los desocupados con 9,3%, e inactivos con 4,7%.

Por otra parte, mujeres y jóvenes presentan mayores prevalencias en depresión, soledad, ansiedad y problemas de salud mental

Así, respecto de la soledad percibida, depresión y ansiedad, las mujeres responden afirmativamente en un 19,4%, 16,1% y 17,7%, mientras que los hombres informan 17,7%, 6,6% y 7,7%, respectivamente.

Respecto de la satisfacción con el trabajo, el 78% de los trabajadores ocupados declara sentirse satisfecho “muchas veces o casi siempre” con su trabajo.

“Este estudio nos muestra que tener un empleo (trabajadores ocupados) se asocia a mayor bienestar emocional comparado con la desocupación, pero en algunos grupos, convive con señales de desgaste”, dice Isabel Contrucci, directora de Estudios Achs. 