

# Cuatro de cada 10 chilenos fueron a expertos en salud mental

De quienes han creído necesitar ayuda, pero no la han pedido, el 50% manifestó que prefirió “enfrentar el problema solo”.

N.E.

**E**l 39% de la población del país ha acudido a un profesional de salud mental al menos una vez, mientras que un 16,6% ha visto a un psicólogo o psiquiatra en el último año y un 9,6% está actualmente en tratamiento con un experto o más de aquellas disciplinas.

Estas cifras son parte de los resultados de la sexta versión del “Termómetro de Salud Mental en Chile ACHS-UC”, elaborado por la Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales de la Universidad Católica.

Según el sondeo, aplicado a unos 3.000 mayores de edad residentes de zonas urbanas de Chile, en proporción han sido las mujeres quienes han buscado más ayuda para mejorar su salud mental y, con respecto al tratamiento actual, más del doble de mujeres que de hombres señalaron estar recibiéndolo (un 12,6%

versus un 6,2%).

## TRATAMIENTO Y EFICACIA

A los que recibieron tratamiento en los últimos 12 meses se les hicieron preguntas para medir su nivel de satisfacción y su estado emocional tras haber tenido una consulta psicológica o psiquiátrica. Los resultados fueron positivos: el 75% dijo sentirse “bastante satisfecho”, “muy satisfecho” o “completamente satisfecho”.

Sobre los estados emocionales, el 73% de los en-

# 16,6%

de los consultados ha visto a un psicólogo o psiquiatra en el último año.

trevistados afirmó que el tratamiento había sido eficaz, es decir, hizo que mejorara (un poco o bastante) su situación respecto del problema específico que los llevó a consultar.

Quienes respondieron en mayor proporción que habían sentido “bastante mejoramiento” fueron los

hombres, con un 61,9% versus un 47,8% en mujeres. Prácticamente no se reportaron empeoramientos con el tratamiento, aunque casi un 26% de las personas atendidas en los últimos 12 meses manifestó no registrar cambios o no estar seguros como para contestar esa pregunta.

Al responder con qué profesional (es) de la salud habían recibido atención en el último año, el 53,9% dijo haberse atendido con psicólogos (los hombres en mayor proporción, con un 64,1%), seguidos de psiquiatras con un 23% (en el caso

de las mujeres esta proporción fue mayor, un 27,5%). Además, un 15,4% dijo haberlo hecho con un médico general o familiar. El resto afirmó haber hablado con otro tipo de médico o profesional de la salud.

Otro elemento que destacó el Termómetro de Salud Mental fue el uso de psicofármacos entre los encuestados: A un 14,6% le han recetado medicamentos a raíz de problemas emocionales, nerviosos, de salud mental o por uso de alcohol/drogas. De este uni-

verso, ellas lideran la estadística, con un 19% versus un 10% de los hombres.

## POR QUÉ NO CONSULTAN

Quienes sintieron necesidad de consultar pero no lo hicieron dieron múltiples razones para ello. Las principales fueron preferir enfrentar el problema sin ayuda (50,3%), carecer del financiamiento (48,8%), pensar que el problema se solucionaría solo (48,6%), considerar que el problema no los molestaba mucho (33,2%), no conseguir una cita u hora (28,6%), considerar que le tomaría mucho tiempo (19,3%) y carecer de cobertura en su plan de salud (18,1%).

La gerenta de Asuntos Corporativos de la ACHS, Paulina Calfucoy, dijo que “aún hay cierta resistencia al tratamiento psicológico o psiquiátrico. Es importante que podamos normalizar las consultas de salud mental, especialmente porque hemos visto cómo la mayoría de los pacientes se ha sentido mejor luego de atenderse con un profesional médico”.



SHUTTERSTOCK