

Informe de Salud Mental en Chile  
Factores que han influido, covid-19,  
Estallido social, desaceleración  
económica.

## **Introducción**

La salud mental en Chile es un área de la salud pública que ha ganado relevancia en los últimos años, si bien los proyectos de ley están estancados, especialmente en el contexto de factores estresantes sociales, económicos y, recientemente, sanitarios como la pandemia de COVID-19. Los trastornos mentales representan una de las mayores cargas de enfermedad en el país y son desencadenantes de muchas otras a las que aún no se les ha tomado el peso su correlación, afectando a personas de todas las edades y estratos socioeconómicos. Este informe ofrece un análisis detallado de la situación actual de la salud mental en Chile, basándose en los datos más recientes y considerando diversas fuentes, incluyendo estudios nacionales, registros de instituciones de salud y reportes de organismos internacionales.

## **Análisis:**

Según la última Encuesta Nacional de Salud (ENS) disponible a la fecha de conocimiento de este informe, una proporción significativa de la población adulta en Chile ha reportado sufrir de alguna condición de salud mental. Los trastornos de ansiedad y depresión figuran entre los más prevalentes, seguidos de trastornos relacionados con el estrés y el consumo de sustancias.

Los factores de riesgo para la salud mental en Chile son multifactoriales e incluyen:

**Socioeconómicos:** La desigualdad y el estrés financiero son reconocidos como factores que inciden negativamente en la salud mental.

**Biopsicosociales:** Antecedentes familiares, experiencias traumáticas y el aislamiento social pueden contribuir al desarrollo de trastornos mentales.

**Salud Pública y Acceso a Servicios:** La disponibilidad y accesibilidad a servicios de salud mental son limitados, especialmente en áreas rurales o para poblaciones desfavorecidas.

**Sistemas de Atención en Salud Mental**

El sistema de salud en Chile comprende un sector público y uno privado. El Plan de Salud Mental y Psiquiatría, dentro del marco del Plan Nacional de Salud, busca mejorar el acceso y la calidad de la atención en salud mental. Sin embargo, el número de especialistas en salud mental por habitante sigue siendo bajo en comparación con los estándares internacionales.

La respuesta del gobierno a la crisis de salud mental ha incluido la implementación de programas como el "Plan Nacional de Salud Mental", la ley de inclusión laboral y el aumento de presupuesto en salud mental. También se han fomentado iniciativas de telemedicina, las cuales han ganado terreno debido a la pandemia, permitiendo un mayor acceso a terapias y consultas psicológicas a distancia.

### ***Algunos Datos estadísticos Hasta abril de 2023***

***Prevalencia de Trastornos Mentales:*** Según la Encuesta Nacional de Salud de Chile 2016-2017, aproximadamente el 22,2% de la población chilena de 15 años y más presentaba algún trastorno psiquiátrico en el momento de la encuesta.

***Depresión:*** La depresión es una de las condiciones más comunes. La misma encuesta señaló que el 10,7% de los adultos en Chile presentaban síntomas depresivos, con una mayor prevalencia en mujeres que en hombres.

***Ansiedad:*** La ansiedad también es significativa. Según reportes, alrededor del 13,5% de los chilenos sufría de algún trastorno de ansiedad, según la encuesta mencionada.

***Suicidio:*** Las tasas de suicidio son un indicador crítico de la salud mental de una nación. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), Chile tenía una de las tasas de suicidio más altas de América Latina, con aproximadamente 9,7 suicidios por cada 100.000 habitantes al año en cifras previas a 2020.

## **Impacto del COVID-19:**

La pandemia de COVID-19 tuvo un impacto considerable en la salud mental globalmente, y Chile no fue la excepción. Estudios durante la pandemia indicaron un aumento en la prevalencia de síntomas de depresión, ansiedad, y estrés postraumático.

**Atención en Salud Mental:** El acceso a servicios de salud mental es limitado en ciertas áreas. Antes de la pandemia, se estimaba que solo un pequeño porcentaje de la población con trastornos mentales recibía tratamiento. Esto se debía a la falta de recursos, la estigmatización y la falta de conciencia.

**Presupuesto en Salud Mental:** El gasto en salud mental en Chile ha sido históricamente bajo en comparación con otros países de la OCDE, representando un porcentaje pequeño del gasto total en salud.

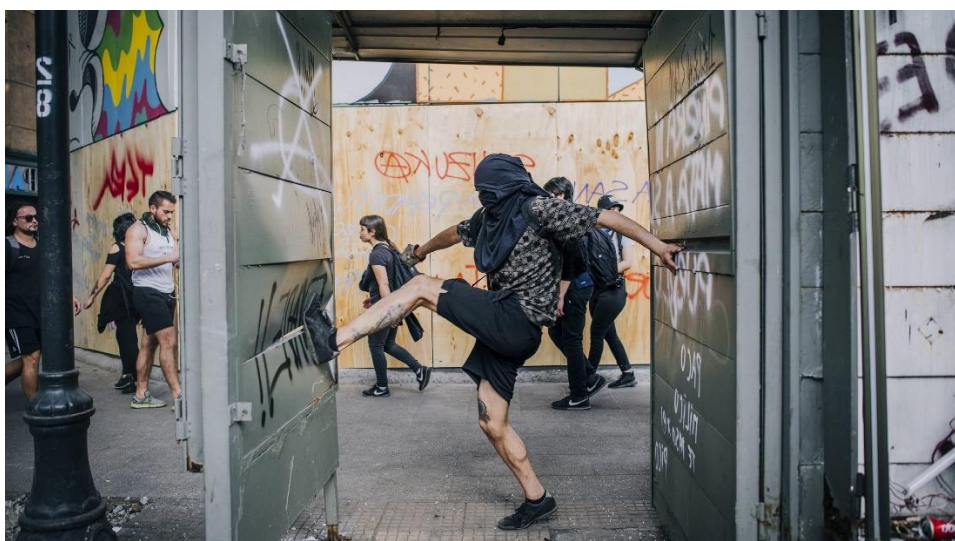
La pandemia ha exacerbado las condiciones de salud mental en Chile, aumentando los niveles de estrés, ansiedad y depresión en la población. Las medidas de confinamiento, el temor al contagio, la pérdida de seres queridos y la incertidumbre económica han sido desafíos adicionales que han requerido una respuesta sanitaria y social urgente.



## Salud Mental en Chile: Impacto Post-Estallido Social

El estallido social en Chile, ocurrido en octubre de 2019, marcó un punto de inflexión en la historia contemporánea del país. Las movilizaciones masivas, impulsadas por la demanda de una sociedad más justa y equitativa, también han tenido consecuencias significativas en la salud mental de la población. Este informe aborda la situación de la salud mental en Chile tras el estallido social, considerando los desafíos y respuestas que este contexto ha generado.

El estallido social en Chile fue el resultado de un creciente descontento por la desigualdad, el alto costo de vida, y una serie de demandas que iban desde la reforma educativa hasta la reestructuración del sistema de pensiones. El impacto emocional y psicológico de estas manifestaciones ha sido amplio y diverso, afectando a diferentes sectores de la población.



### Efectos en la Salud Mental

**Trauma y Estrés Post-Traumático:** Muchos participantes y testigos de los eventos vivieron situaciones de violencia y represión, lo que incrementó los casos de estrés post-traumático y otras afecciones relacionadas con el trauma.

**Ansiedad y Depresión:** La incertidumbre y la inestabilidad social contribuyeron al aumento de trastornos de ansiedad y episodios depresivos entre la población.

**Desconfianza Institucional:** La percepción de una respuesta gubernamental inadecuada a las protestas ha podido aumentar la desconfianza en las instituciones, exacerbando los sentimientos de inseguridad y desesperanza.

#### Respuestas Institucionales y Comunitarias

Las instituciones de salud pública, organizaciones no gubernamentales y colectivos comunitarios han buscado responder al aumento de las necesidades de salud mental con diversas estrategias:

**Aumento de Servicios:** Se observó un esfuerzo por incrementar la disponibilidad de servicios de atención en salud mental, aunque con limitaciones por la capacidad preexistente.

**Programas de Apoyo Psicosocial:** Se implementaron programas de apoyo psicosocial en comunidades afectadas por eventos de violencia y represión.

**Iniciativas de Autocuidado:** Surgieron iniciativas para promover el autocuidado y la resiliencia comunitaria, reconociendo la importancia del bienestar emocional colectivo.

#### Desafíos Pendientes

A pesar de las iniciativas, persisten desafíos significativos:

**Acceso a la Atención:** El acceso desigual a los servicios de salud mental sigue siendo un problema, especialmente para las poblaciones más vulnerables.

**Estigmatización:** La estigmatización de los trastornos mentales puede impedir que las personas busquen ayuda.

**Recursos Insuficientes:** Los recursos humanos y financieros en salud mental son insuficientes para atender la demanda creciente.

El estallido social en Chile ha tenido un impacto profundo en la salud mental de la población, exacerbando problemas preexistentes y revelando la necesidad de un sistema de atención más robusto y accesible. Aunque se han tomado medidas para abordar estas necesidades, es esencial continuar desarrollando una infraestructura de salud mental que pueda manejar las consecuencias a largo plazo de tales eventos sociales.

La inversión en salud mental es más que una necesidad inmediata; es una inversión en el capital humano y en la estabilidad futura del país. Las autoridades deben asumir un compromiso sostenido para mejorar la atención en salud mental, asegurando que los servicios sean inclusivos, equitativos y culturalmente pertinentes. La resiliencia de la sociedad chilena depende en gran medida de la capacidad para sanar las heridas psicológicas dejadas por el estallido social y de la habilidad para enfrentar colectivamente los retos futuros en términos de salud mental.

**La crisis económica puede tener múltiples efectos en la salud mental:**

**Aumento del Desempleo:** La pérdida de empleo y el consiguiente estrés económico se correlacionan con un incremento en la prevalencia de trastornos de ansiedad, depresión y el abuso de sustancias.

**Inseguridad Financiera:** La incertidumbre financiera y la inestabilidad económica son factores de estrés crónico que pueden deteriorar la salud mental.

**Reducción de Recursos:** Las crisis económicas a menudo conducen a recortes en los servicios públicos, incluidos los de salud mental, justo en el momento en que más se necesitan.



**En el contexto de crisis económica, Chile ha enfrentado desafíos significativos:**

Presión sobre los Servicios de Salud Mental: Hay una mayor demanda de servicios de salud mental en momentos de recesión económica, lo que pone presión sobre un sistema ya de por sí tensionado.

Disparidades en el Acceso: Las crisis económicas exacerbaban las desigualdades sociales y, por ende, las disparidades en el acceso a la atención en salud mental, afectando principalmente a los más vulnerables.

Estigmatización y Aislamiento Social: La crisis económica puede aumentar la estigmatización de aquellos que sufren de problemas de salud mental, así como el aislamiento social debido a la pérdida de redes de apoyo como el lugar de trabajo.

**La respuesta a la intersección de la crisis económica y la salud mental en Chile ha incluido:**

**Programas de Intervención:** Iniciativas gubernamentales para fortalecer la red de apoyo social y económico para los afectados por la crisis.

**Atención en Salud Mental:** Campañas para aumentar la conciencia sobre la salud mental y mejorar el acceso a servicios de apoyo psicológico.

**Estrategias de Resiliencia Económica:** Políticas orientadas a mitigar el impacto económico de la crisis, con la esperanza de que esto también sirva para atenuar sus efectos en la salud mental.

**Desafíos Pendientes** No obstante las respuestas, persisten desafíos significativos:

**Financiamiento Limitado:** El financiamiento para la salud mental es a menudo uno de los primeros en ser recortado en tiempos de crisis.

**Recursos Humanos:** Hay una escasez de profesionales capacitados en salud mental, un problema exacerbado en períodos de recortes presupuestarios.

**Monitoreo y Evaluación:** La falta de datos actualizados y un monitoreo efectivo dificultan la evaluación de las necesidades de salud mental y la efectividad de las intervenciones.

La crisis económica en Chile ha afectado significativamente la salud mental de la población, con un aumento en la prevalencia de trastornos mentales y un mayor estrés en el sistema de atención de salud. Aunque se han implementado políticas y programas para mitigar estos efectos, es crucial mantener el impulso y garantizar la sostenibilidad de estas intervenciones. El fortalecimiento de los sistemas de apoyo social y económico, junto con una inversión continua en servicios de salud mental, son pasos esenciales para construir una sociedad más resiliente capaz de enfrentar los desafíos que impone la volatilidad económica. La salud mental debe ser una prioridad no solo como un tema de bienestar individual, sino también como un componente crítico para el desarrollo social y económico de Chile.

## **Conclusión**

La salud mental en Chile enfrenta desafíos significativos sobre todo porque se ha aumentado la cantidad de estresores o desencadenantes de enfermedades mentales y no se ha aumentado de la misma forma la cantidad ni la calidad de las atenciones. En Chile existe una deuda importante tanto en la atención, el diagnóstico y la prevención. El aumento significativo de las licencias médicas a significado un verdadero dolor de cabeza tanto para el paciente como para el prestador de servicios y para las organizaciones que las cubren. A pesar de las estrategias implementadas y los avances logrados, la prevalencia de trastornos mentales y el acceso desigual a servicios de salud mental son problemas persistentes que requieren atención continua. Es imprescindible que el país continúe avanzando en la promoción de la salud mental, prevención de trastornos, tratamiento temprano y rehabilitación. Además, es fundamental que se incremente la inversión en recursos humanos y técnicos en el sector salud para poder responder adecuadamente a las necesidades de la población.

*Asimismo, es clave fomentar una cultura de atención integral que incluya el bienestar emocional y psicológico como componentes centrales de la salud general. La colaboración entre el Estado, las organizaciones de la sociedad civil y el sector privado será crucial para expandir y mejorar los servicios de salud mental, y para desarrollar políticas públicas que aborden de manera efectiva los determinantes sociales que inciden en la salud mental de los chilenos. La pandemia de COVID-19 ha demostrado la urgente necesidad de fortalecer el sistema de atención en salud mental, no solo como respuesta a una crisis sino como un pilar de la salud pública en el camino hacia un Chile más resiliente y saludable.*

# CAMBIO EN SALUD MENTAL Y EMOCIONAL VS UN AÑO ATRÁS

P. ¿Cómo ha cambiado su salud mental y emocional desde el comienzo de la pandemia hace aproximadamente un año?

En promedio en los 30 países y mercados encuestados, 45% de los adultos dicen que su salud mental y emocional ha empeorado desde el comienzo de la pandemia, tres veces la proporción de adultos que dicen que ha mejorado (16%)

En 11 países, al menos la mitad reporta una disminución en su salud emocional y mental, con Turquía, Chile y Hungría mostrando las mayores proporciones.

Solo en China continental, India y Arabia Saudita más adultos reportan un incremento en su salud mental y emocional que una disminución.

Base: 21,011 online adults aged 16-74 across 30 markets  
 \* Online samples in Brazil, Chile, mainland China, Columbia, Hong Kong, India, Malaysia, Mexico, Peru, Russia, Saudi Arabia, South Africa, and Turkey tend to be more urban, educated, and/or affluent than the general population  
 The "Global Country Average" reflects the average result for all the countries and markets where the survey was conducted. It has not been adjusted to the population size of each country or market and is not intended to suggest a total result.  
 5 - © Ipsos | 2021 One year of COVID

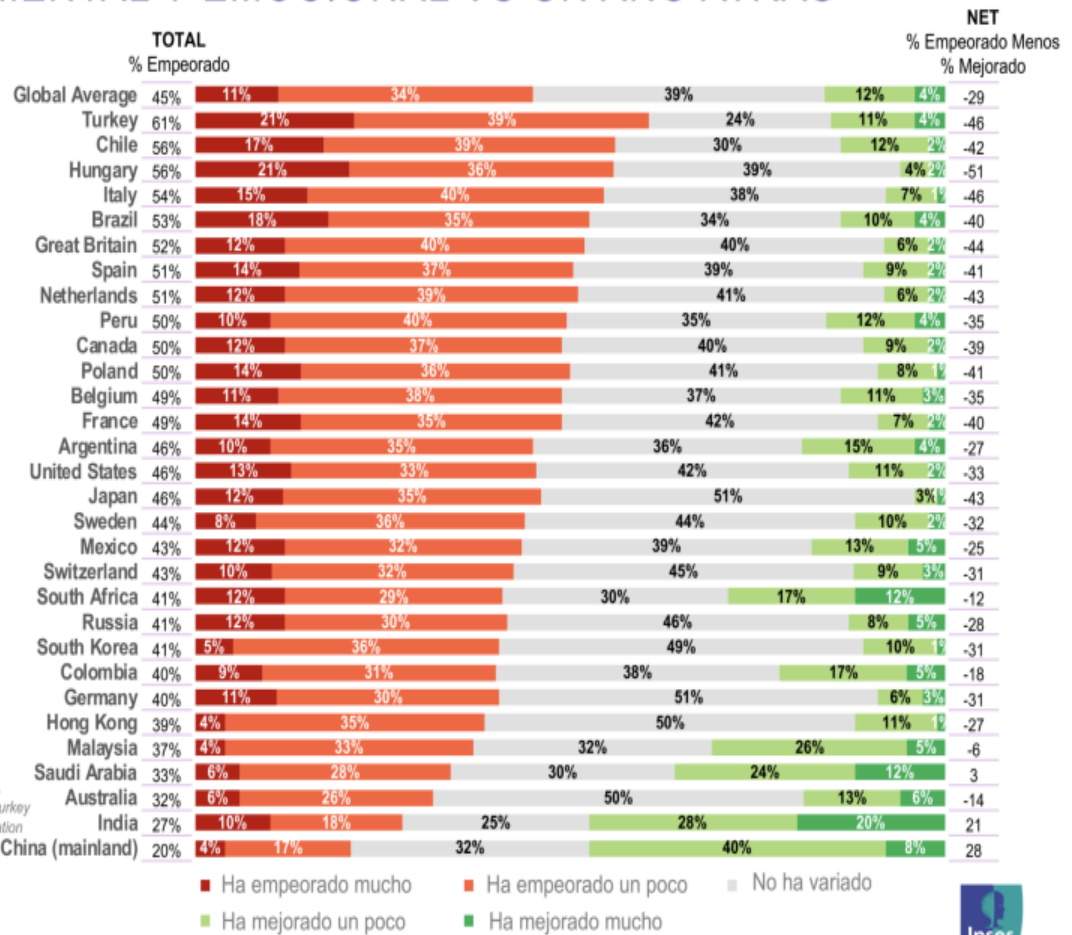


Gráfico 2021 muestra el empeoramiento de salud mental en Chile colocándolo dentro de los países con peor salud mental en el mundo.

