

Salud mental a la baja en Chile: Abordar las causas y no solo los efectos

El Ciudadano · 10 de octubre de 2025

"Varios pensadores, como Wilhelm Reich, han planteado que es el sistema quien nos enferma, generándose así un círculo vicioso. Por eso, si bien es urgente y necesario implementar centros de atención en salud mental, a la vez debemos generar con la misma urgencia un Estado que asegure los derechos básicos para vivir..."



Por Paula Rosso, psicóloga y consejera regional por Valparaíso.-

Convertir a la Salud Mental en prioridad nacional es una de las propuestas centrales de Jeannette Jara en materia de Salud. Y vaya que lo necesitamos. Se trata de uno de los problemas más complejos y graves de Chile, que miles de familias sufren a diario y que lamentablemente ha sido noticia en las últimas semanas por los múltiples suicidios ocurridos en el Metro de Santiago.

Cifras (y miradas) al respecto hay muchas. Según el reciente Termómetro de Salud Mental de la U. Católica (2024), al menos una cuarta parte de la población del país presenta síntomas severos de ansiedad y no tiene posibilidades de acceder a un tratamiento principalmente por el alto costo económico y la poca disponibilidad de horas de atención.

El mismo estudio indica que 1 de cada 7 personas en Chile presentan síntomas moderados o severos de depresión, donde las mujeres tuvieron una prevalencia de casi el doble que los hombres (17,4% vs. 9,8%). Preocupa el hecho de que el rango etario entre 18 y 24 años supere ampliamente al resto en prevalencia, con un 28,9%. Le siguen el grupo de 35-44 años con 19,5%, y el de 25-34 años con un 14,4%. El resto de los rangos etarios no superó el 12%.

Esto no es menor porque tiene un efecto directo, por ejemplo, en la vida cotidiana de las personas: según el sondeo, un 46% de quienes presentaron síntomas severos afirmó que “se les había hecho muy o extremadamente difícil” atender su casa o relacionarse con otras personas a causa de estos problemas.

Respecto a los suicidios, la cifra en Chile supera a la de los homicidios: hay 5 suicidios por cada 3 homicidios. Un estudio de la Universidad Adolfo Ibáñez reveló en ese sentido que el rango de población sobre los 40 años concentra la mayoría de los casos, especialmente hombres adultos y mayores.

¿Qué podemos decir sobre las causas de este panorama? En primer término, considerar el contexto social del país, como han señalado varios expertos en el tema: Jornadas laborales extensas, largos trayectos, precariedad habitacional, inseguridad. Muchos tienen 2 trabajos para vivir. Otros tantos se enfrentan a la incertidumbre del desempleo y la informalidad, y así la espiral crece y esparce angustia y desesperanza mientras el sistema económico no da tregua en ganancias y publicidad.

“No era depresión, era capitalismo”, decía uno de los rayados más recordados de la revuelta social de 2019. Una mirada hacia el panorama global parece confirmar la frase. Según la Organización Mundial de la Salud, la depresión será la principal causa de discapacidad social en 2030, y en estos momentos ya afecta a más de 300 millones de personas en todo el planeta.

En esa línea, varios pensadores, como Wilhelm Reich, han planteado que es el sistema quien nos enferma, generándose así un círculo vicioso. Por eso, si bien es urgente y necesario implementar centros de atención en salud mental, a la vez debemos generar con la misma urgencia un Estado que asegure los derechos básicos para vivir.

Desde el punto de vista de la OMS, la salud no es la falta de enfermedad, es el bienestar físico, social y emocional. Esto implica que si generamos más instancias colectivas y comunitarias, recuperamos más espacios públicos para las niñeces, las juventudes, las familias en general, si generamos instancias

deportivas, artísticas y culturales para todas y todos, si los sueldos y las pensiones no son de miseria, sino que permiten vivir y no sobrevivir, si las y los jóvenes estudiantes tuvieran la certeza de contar con trabajo luego de titularse, si se ofreciera un futuro claro, a partir de políticas públicas que realmente respondieran a ese bienestar que nos merecemos y que es factible, no sólo evitaríamos mantener y aumentar la crisis en salud mental y los suicidios, sino que, obviamente, el presupuesto en prevención sería muy menor en relación al qué se necesita a la hora de intentar responder a la urgente necesidad de atención.

Para ello hay que atreverse a resolver lo inmediato y trabajar al mismo tiempo para mejorar las condiciones de vida de las personas y comprender que sí se puede. Es el individualismo, incluso en la mirada clínica, lo que se ha impuesto, olvidando el valor de lo comunitario, de lo colectivo, del cuidado mutuo y de la co-construcción social.

Desde la campaña presidencial, la propuesta de Jeannette Jara incluye acciones concretas en esta materia: la ampliación de la atención, la adquisición de equipos móviles y la apertura de 25 nuevos Cosam, Centros de Salud Mental Comunitario, tal como el que acaba de inaugurar el Presidente Gabriel Boric en Maipú y que dará cobertura a 50 mil personas con un equipo clínico compuesto de psicólogos, trabajadores sociales, psiquiatras, médico familiar y terapeuta ocupacional, entre otros.

Centros como estos ya existen en comunas como San Antonio, Copiapó y Aysén, y se espera que otros 15 centros de salud mental queden habilitados antes del término del actual Gobierno. Además, 23 Cosam van a quedar en distintas etapas de desarrollo.

De nosotros depende ahora consolidar esta red de salud mental que ya se desplegó y que busca abordar una temática que es urgente fortalecer como política de Estado, de manera transversal y pensando en el bienestar de la sociedad. Pero tampoco se debe olvidar el aspecto social que debe ser abordado -tarde o temprano- no solo en sus efectos sobre la salud mental, sino también en su condición de causante del deterioro de la misma en miles de personas y familias.

Por Paula Rosso, psicóloga y consejera regional por Valparaíso.-

Paula Rosso

Sigue leyendo:

Jeannette Jara pone a la salud mental como prioridad nacional y propone plan integral

El Ciudadano

Fuente: [El Ciudadano](#)