

TERMÓMETRO DE LA SALUD MENTAL EN CHILE ACHS-UC: DÉCIMA RONDA

David Bravo (Centro de Estudios y Encuestas Longitudinales, UC)

Antonia Errázuriz (Departamento de Psiquiatría, Escuela Medicina UC)

Paulina Calfucoy (ACHS)

Daniela Campos (ACHS)

9 de enero de 2025



Centro UC
Encuestas y Estudios
Longitudinales





I. PRESENTACIÓN DEL ESTUDIO

EL TERMOMETRO DE LA SALUD MENTAL

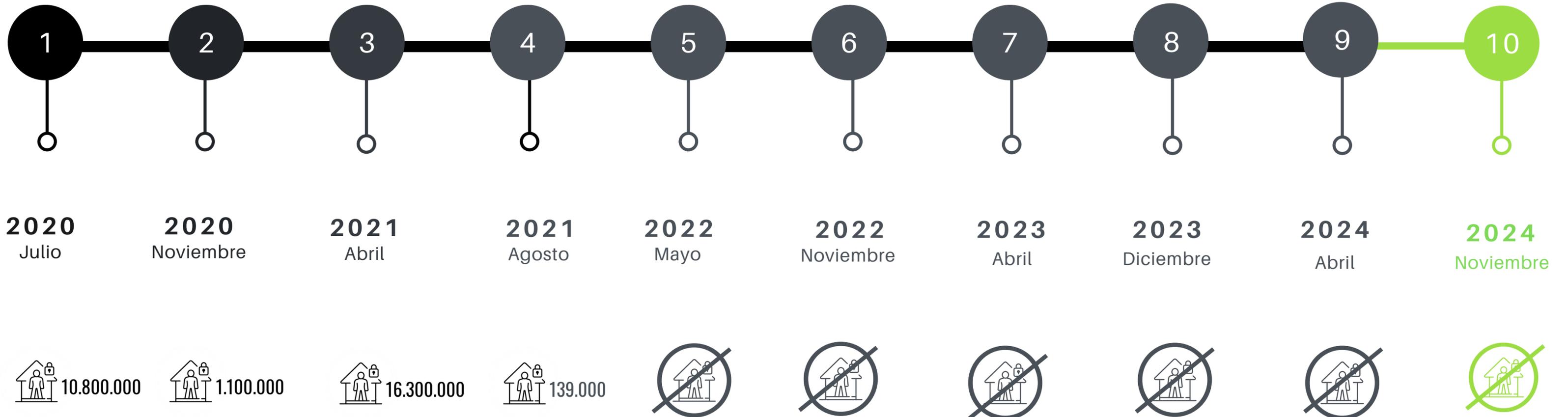
- Colaboración Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) y el Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales
- Objetivo
A partir de una muestra representativa de la población nacional:
 - 1 Reportar de manera periódica la situación de salud mental
 - 2 Medir la evolución de la salud mental en el tiempo
 - 3 Profundizar en los factores asociados a la salud mental



II. METODOLOGÍA

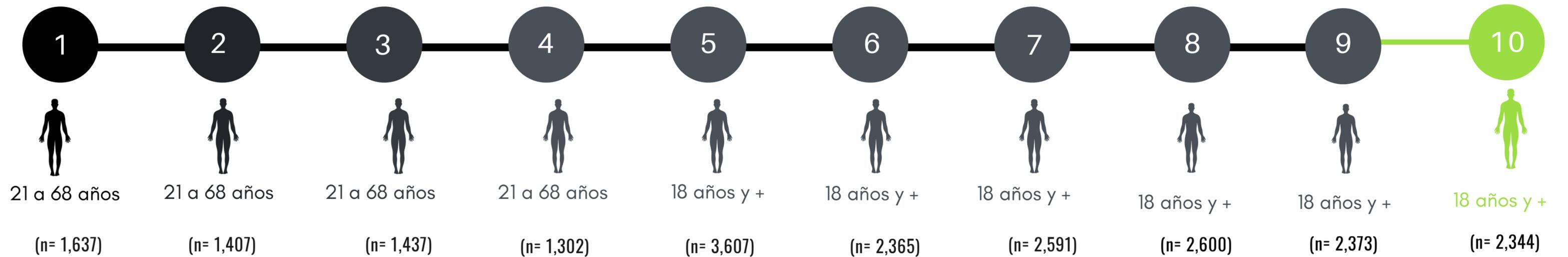
DISEÑO LONGITUDINAL

Seguimiento de mismos individuos en el tiempo



RECOLECCIÓN DE DATOS

Muestra aleatoria representativa población urbana del país



17 Octubre → 30 Nov 2024

Encuesta telefónica (tasa de respuesta 70%)

Diseño muestral y levantamiento hecho por la Universidad Católica

Muestra de hogares encuestada de manera presencial y con teléfonos recolectados antes de la pandemia

VARIABLES DE ESTUDIO



Estresores



Trabajo



Soledad



Apoyo social



Alcohol



Insomnio



Sedentarismo



Animo



Problemas salud
mental



Ansiedad



Depresión



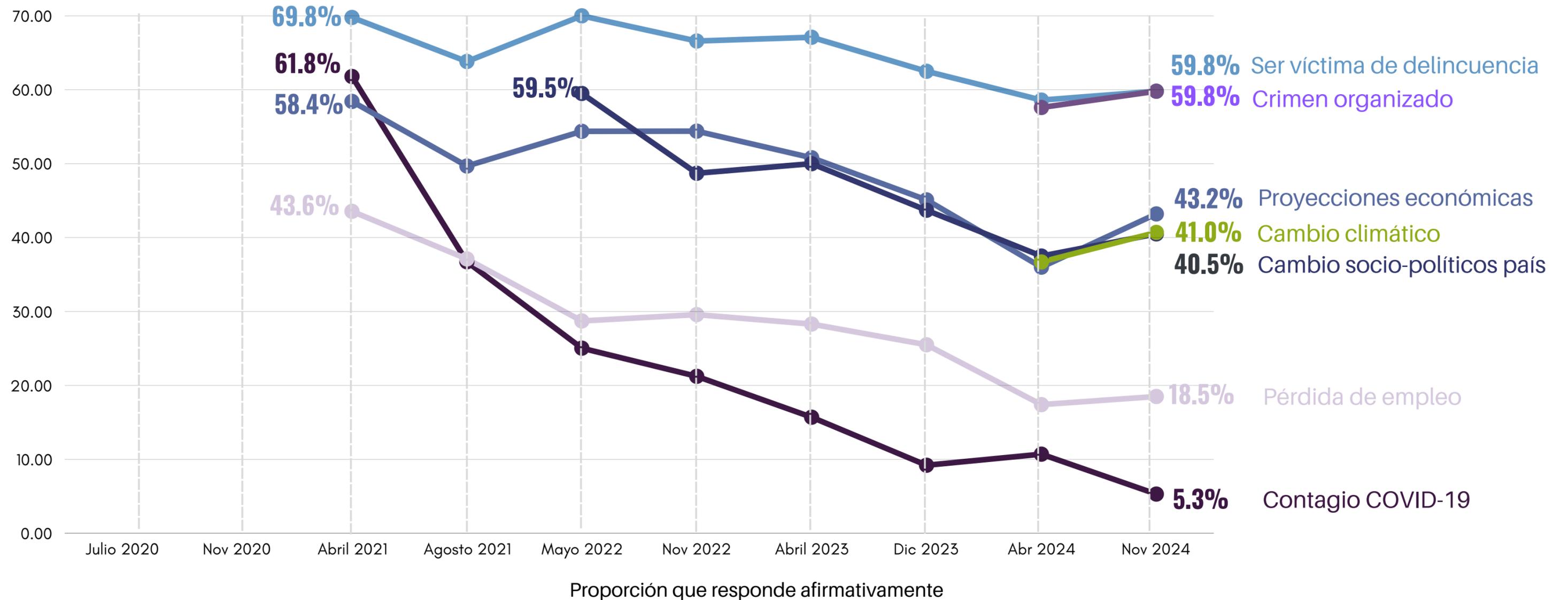
III. RESULTADOS



Estresores y Trabajo (1/5)

ESTRESORES

En los últimos 7 días ¿se ha sentido altamente estresado(a) al pensar en...?

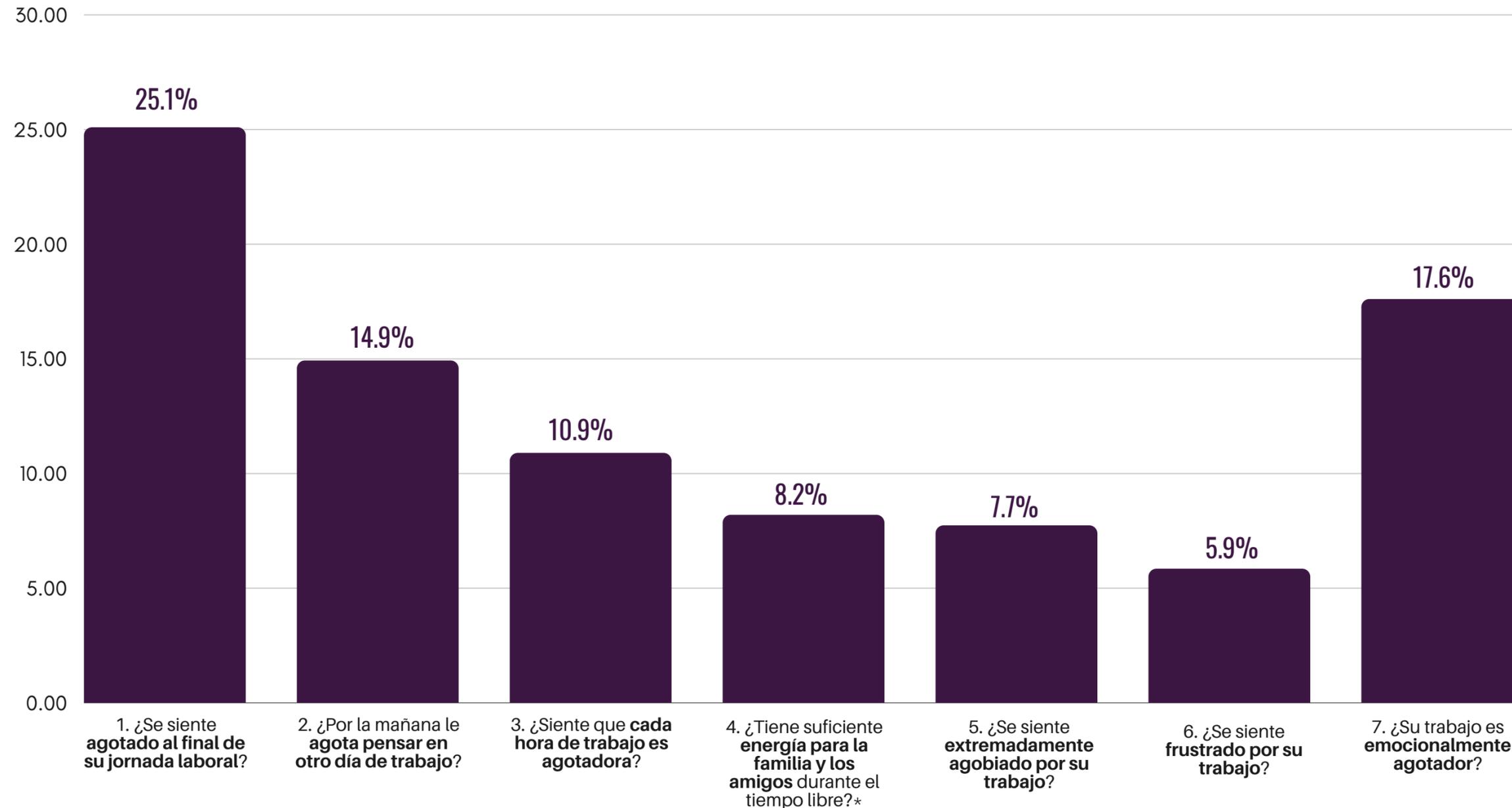


La **delincuencia** se mantiene como el mayor factor estresor (también el **crimen organizado**) pero **disminuye en 10 puntos desde 2022**.
 Caen en importancia los **cambios político-sociales** sucediendo en el país respecto de mayo 2022 en **19.5 puntos porcentuales**.
 La **situación económica esperada** para los próximos meses se mantiene como un factor estresor para **43%** de los entrevistados, **con una caída de 15 puntos en los últimos 2 años**. La preocupación por los **efectos del cambio climático** afectan al **41%** de la población.
 Fuerte **↓** de la **posibilidad de contagio** como un estresor desde **61.8%** en abril de 2021 a **5.3%** en 2024.
 La **pérdida de empleo** como estresor cae desde **28.7%** a **18.5%** en los últimos dos años.

AGOTAMIENTO EN EL TRABAJO (CBI)

Sólo aplicado a ocupados (n=1.228)

En el último año, con qué frecuencia:

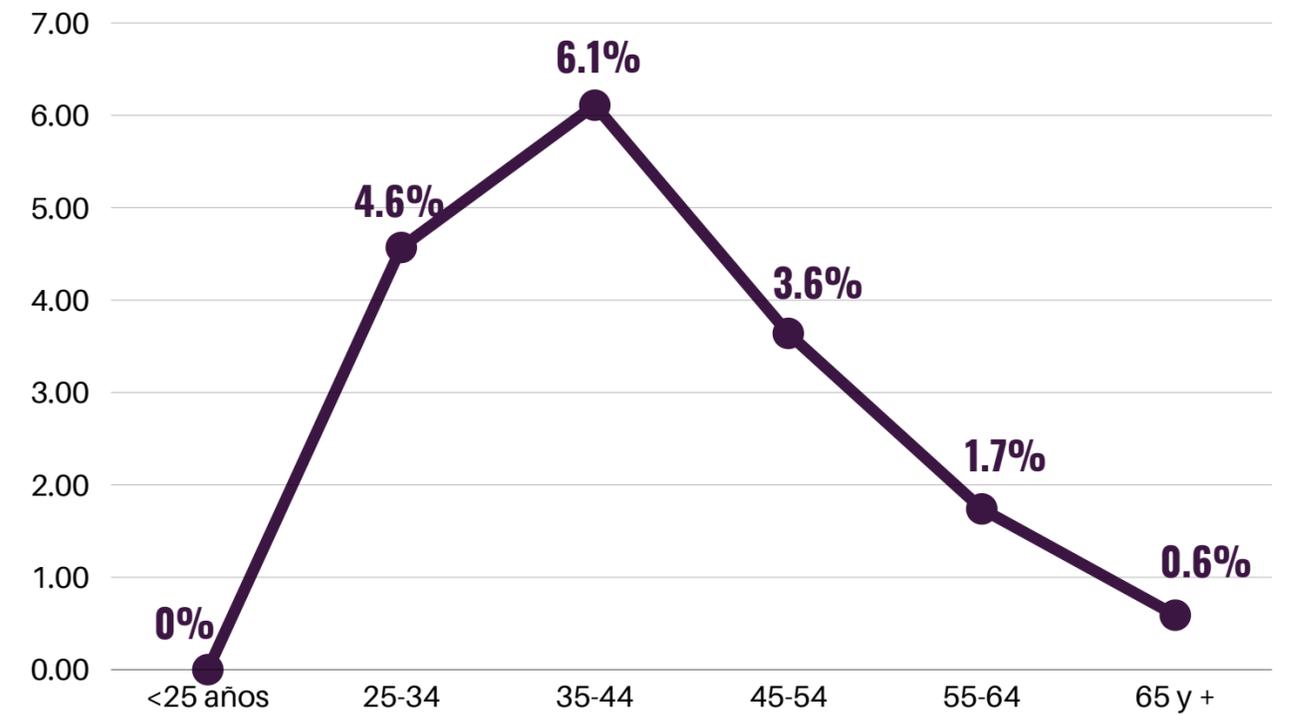
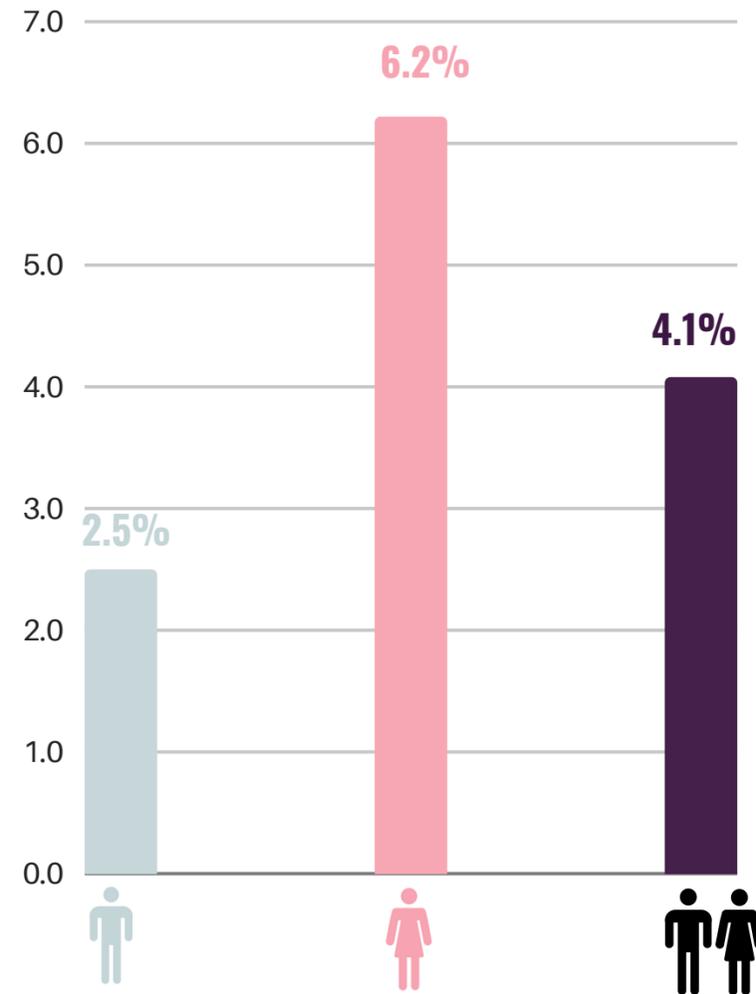


■ Proporción que reporta haberse sentido así muchas veces o siempre en los últimos 12 meses

*Proporción que reporta nunca o sólo alguna vez

AGOTAMIENTO EN EL TRABAJO (CBI)

Sólo aplicado a ocupados (n=1.228)



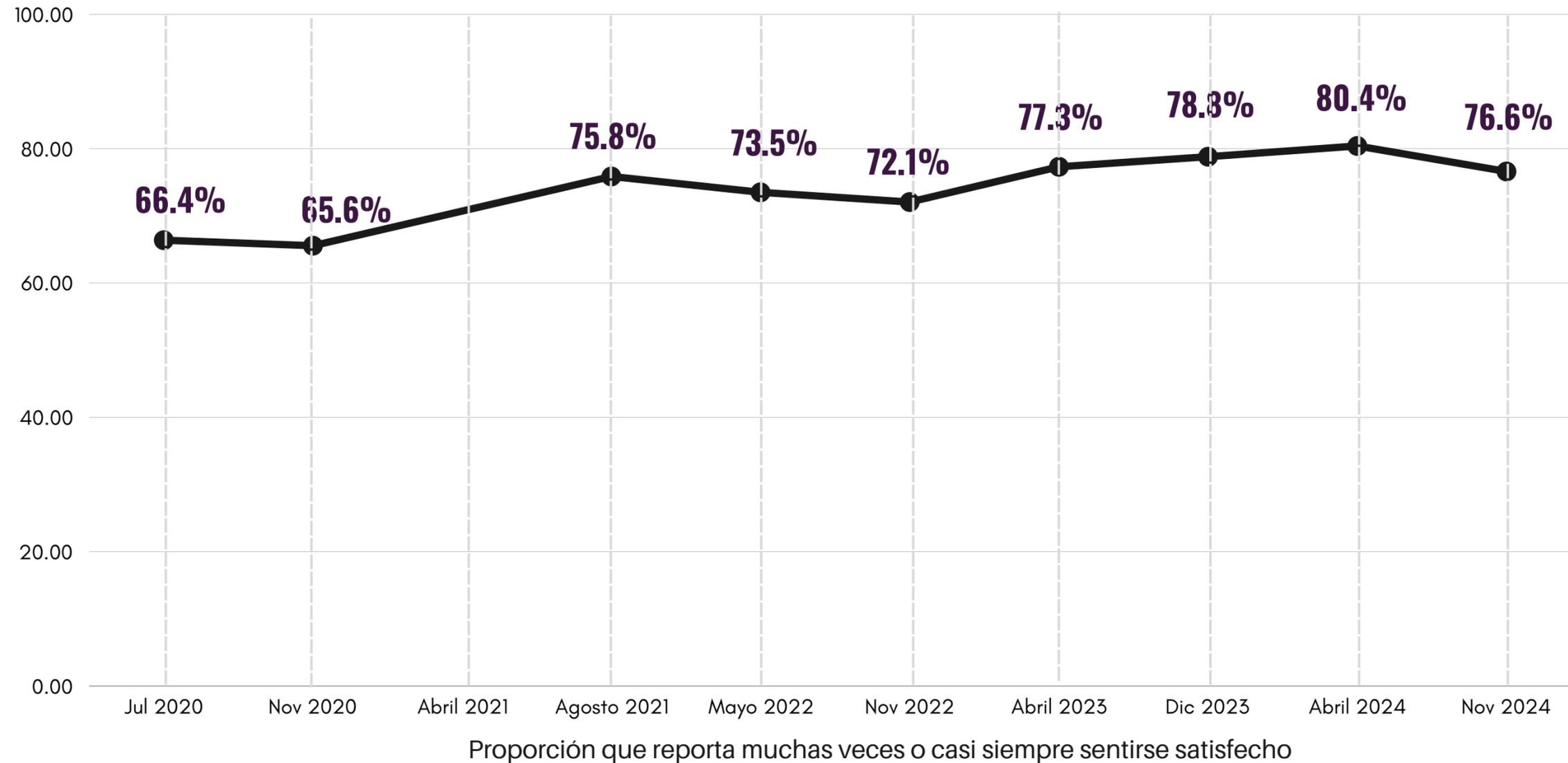
Proporción que con CBI >= 75

La proporción de ocupados que presenta un alto nivel de agotamiento en relación al trabajo es 4.1% (6.2% en mujeres y 2.5% en hombres). Por otra parte, **el mayor agotamiento en el trabajo se encuentra en el tramo de personas 35 a 44 años.**

SATISFACCIÓN LABORAL

Sólo aplicado a ocupados (n=1.228)

Considerando todos los aspectos de su puesto de trabajo en general: *¿Se siente satisfecho?*



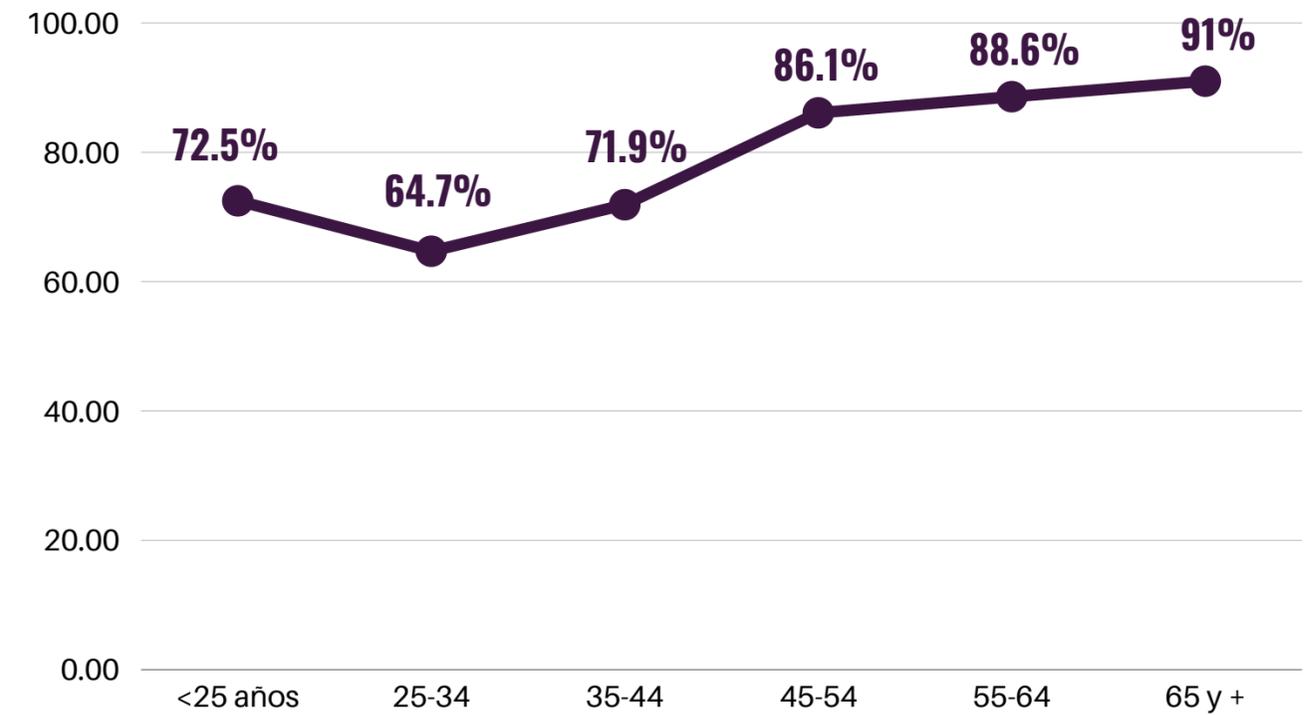
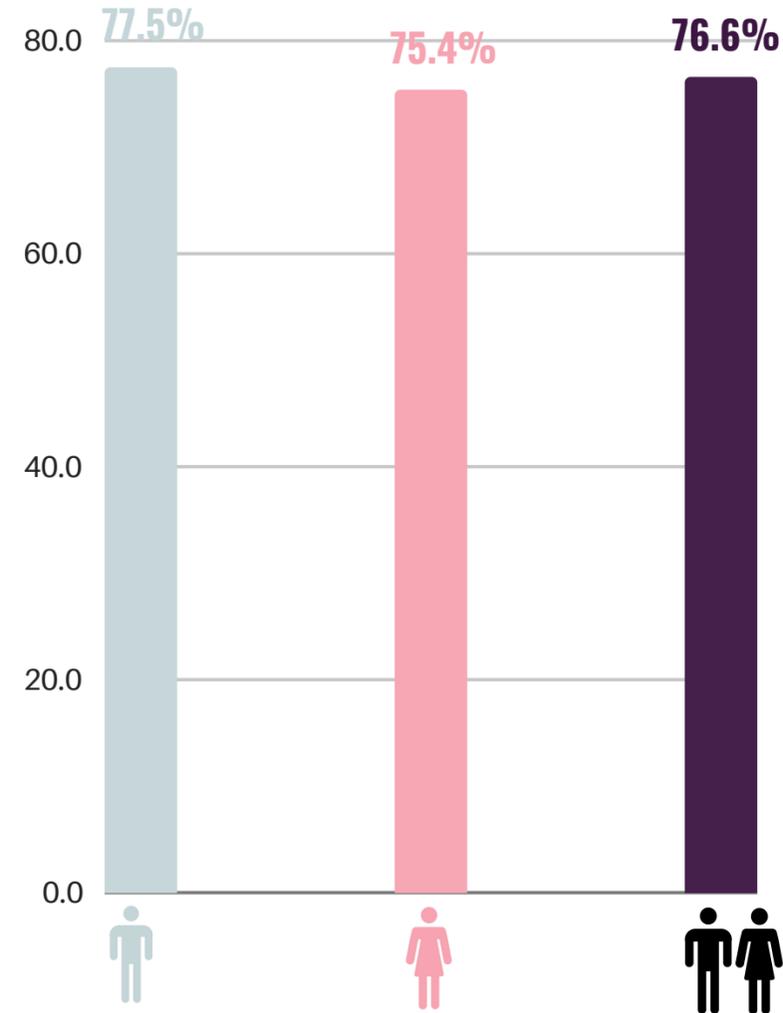
76.6% indica que muchas veces o siempre se siente satisfecho en su puesto de trabajo. Si bien esto es 10 puntos superior a lo encontrado en 2020, representa un retroceso de lo encontrado en la medición de abril del presente año.

La satisfacción laboral es mayor en quienes están trabajando de manera remota (86.6%) en contraste con quienes no están con teletrabajo (satisfacción de **75.2%**). En esta medición la proporción que reportó realizar al menos una hora de teletrabajo en la semana fue un **12%** de los ocupados.

SATISFACCIÓN LABORAL: SEXO Y EDAD

Sólo aplicado a ocupados (n=1.228)

Considerando todos los aspectos de su puesto de trabajo en general: *¿Se siente satisfecho?*



Proporción que reporta muchas veces o casi siempre sentirse satisfecho

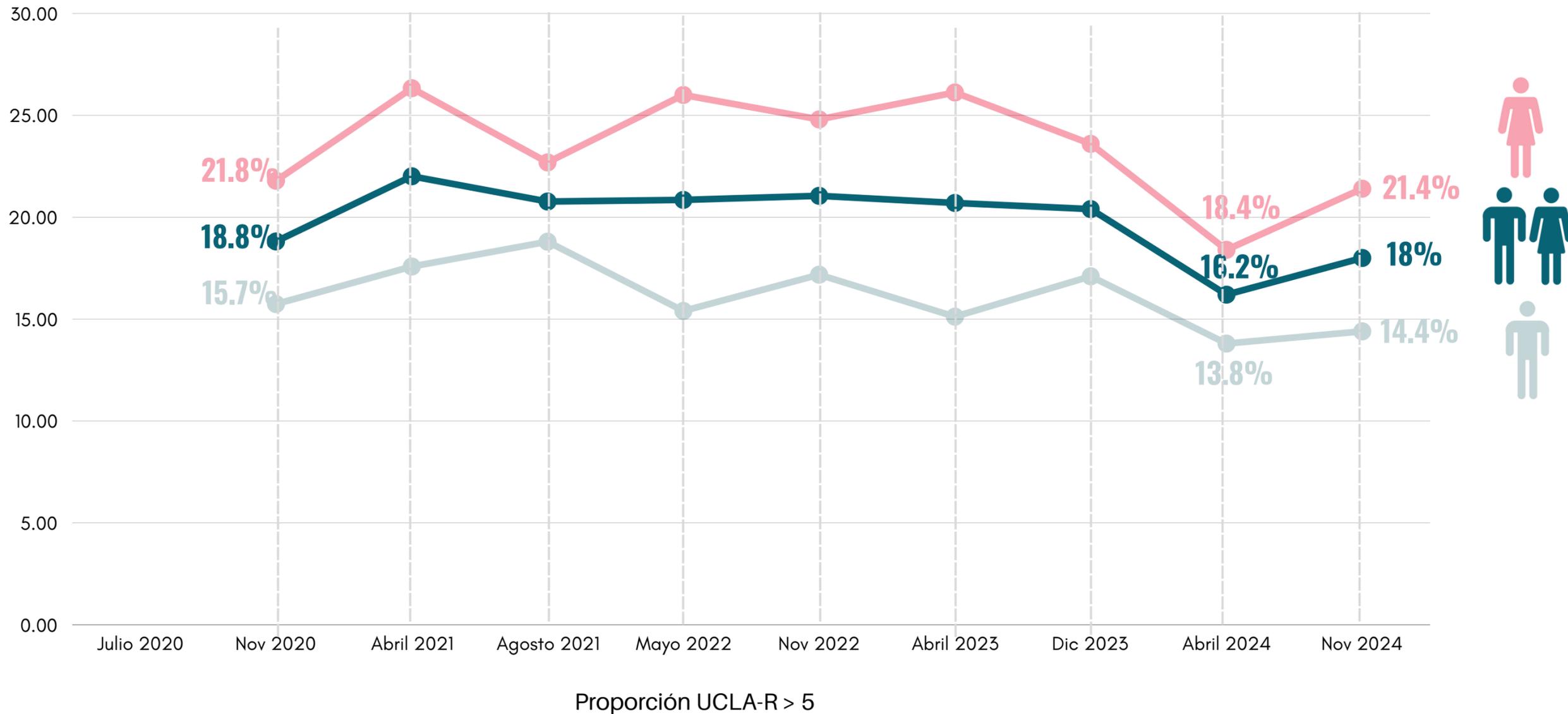
La satisfacción laboral es **2.1 puntos mayor en hombres que en mujeres** (77.5% versus 75.4%).
Por otra parte, **la mayor satisfacción con el trabajo se encuentra en el tramo de personas de 45 años y más.**



Vínculos con otros (2/5)

SOLEDAD PERCIBIDA

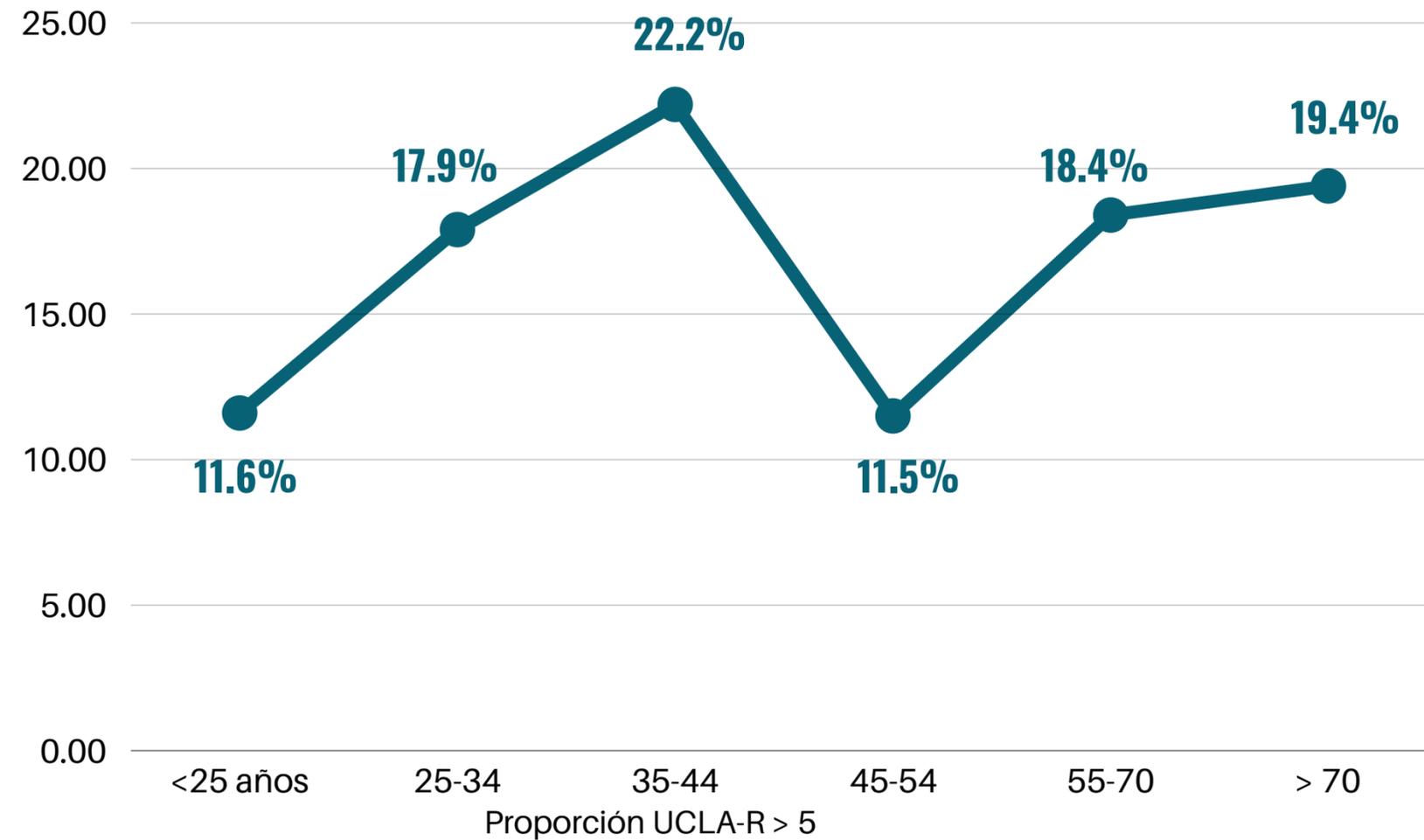
Escala de Soledad abreviada de 3 ítemes UCLA (UCLA-R)



Se reporta un aumento en la proporción de personas con altos niveles de soledad a 18% (frecuentemente se siente aislado/excluido por los demás o que le falta compañía) en relación con lo encontrado en el mes de abril de este año. Los niveles actuales, sin embargo, son significativamente inferiores a los encontrados a fines de 2023, tanto a nivel general como entre hombres y mujeres. **Se mantiene el hecho que los niveles de soledad en mujeres son superiores a los de los hombres.**

SOLEDAD PERCIBIDA Y EDAD

Escala de Soledad abreviada de 3 ítemes UCLA (UCLA-R)



Los mayores niveles de soledad percibida se observaron en el grupo de adultos (35-44) y los menores entre los jóvenes y los grupos 45-54 y menores a 25

APOYO SOCIAL PERCIBIDO

Escala Multidimensional de Apoyo Social Percibido (MSPSS)

Agosto 2021

Mayo 2022

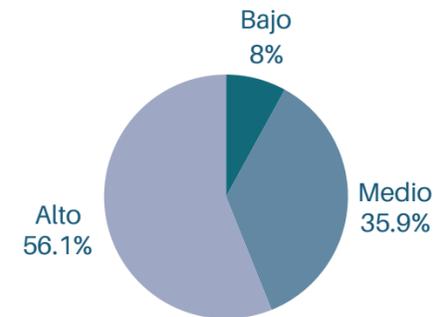
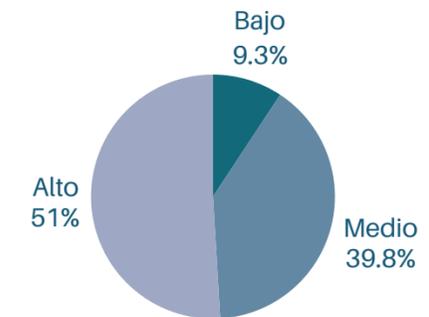
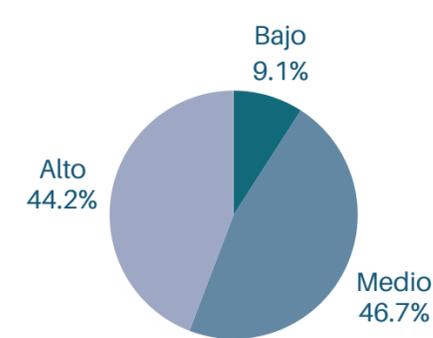
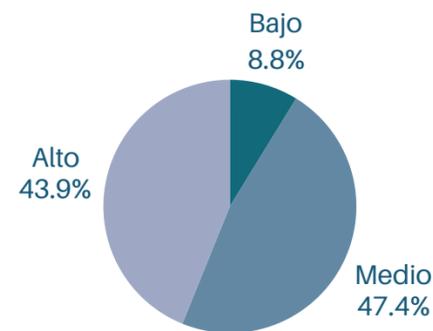
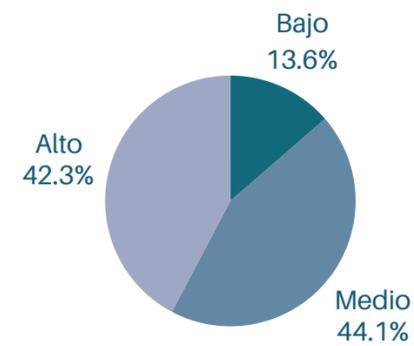
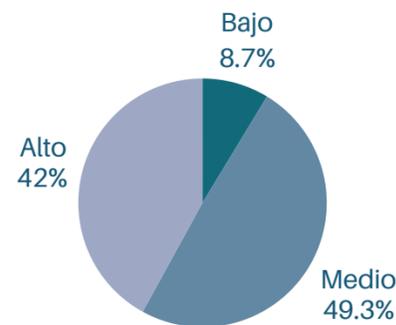
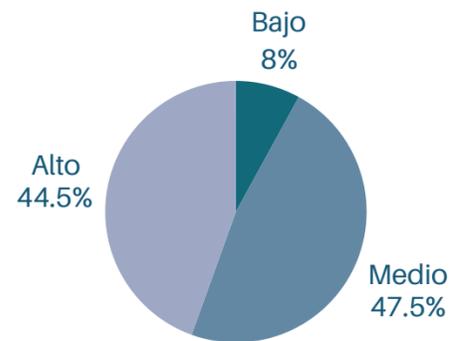
Noviembre 2022

Marzo 2023

Diciembre 2023

Abril 2024

Noviembre 2024



Proporción de la población de acuerdo al nivel de de apoyo percibido

Valores entre 1 y 64
Bajo: 12-48
Mediano: 49-68
Alto: 69-84

El apoyo social percibido presenta por segunda vez consecutiva un alza significativa en la proporción de personas con un nivel alto (56%), el mayor encontrado a lo largo de las 7 mediciones de este indicador. En la misma magnitud disminuye la proporción de población con un apoyo social medio, manteniéndose en torno al 8% la proporción con bajo nivel de apoyo social.



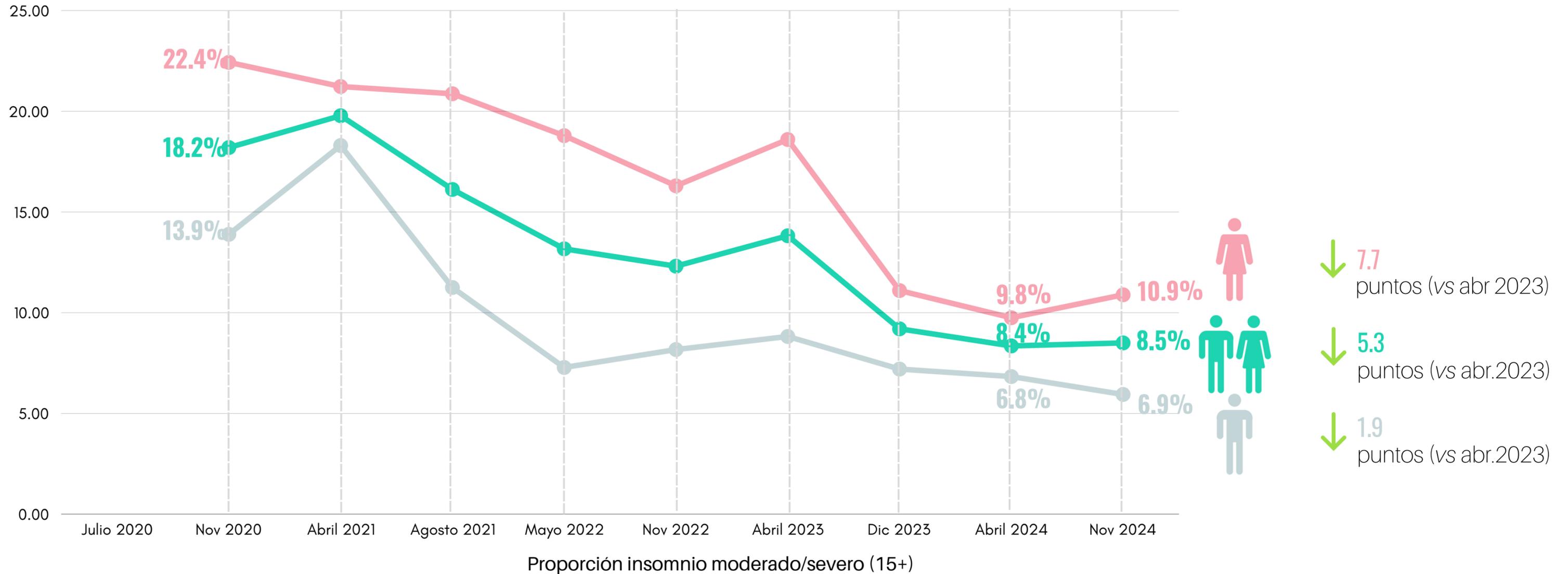
Termómetro de la Salud
Mental (Ronda 10)



Estilo de Vida (3/5)

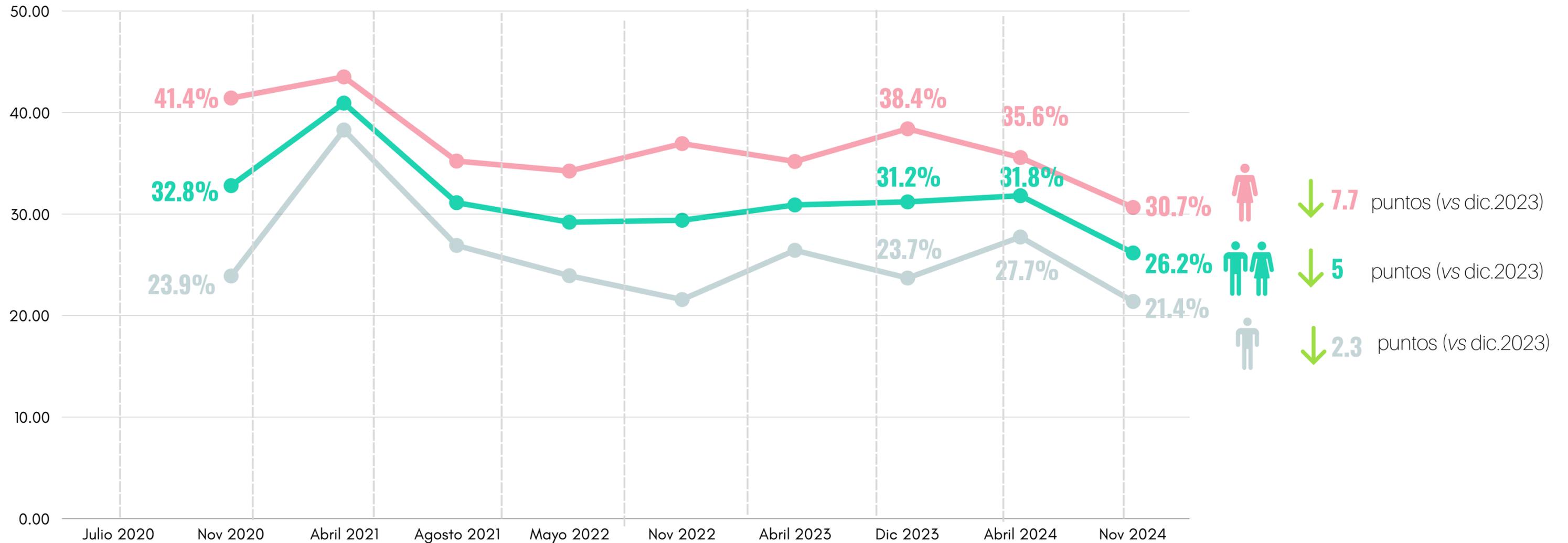
INSOMNIO

Índice de Severidad del Insomnio (ISI)



Se registra una **mantención en la proporción de la población que presenta problemas de insomnio moderado o severo en un 8,4%**, de las tasas más bajas registradas desde el inicio de la medición realizada en el Termómetro de la Salud Mental, en relación con lo obtenido en el mes de abril de 2024. Tal como se ha mostrado desde que se comenzó a medir este indicador, las mujeres tienen una mayor prevalencia de problemas de insomnio en comparación con los hombres.

SEDENTARISMO

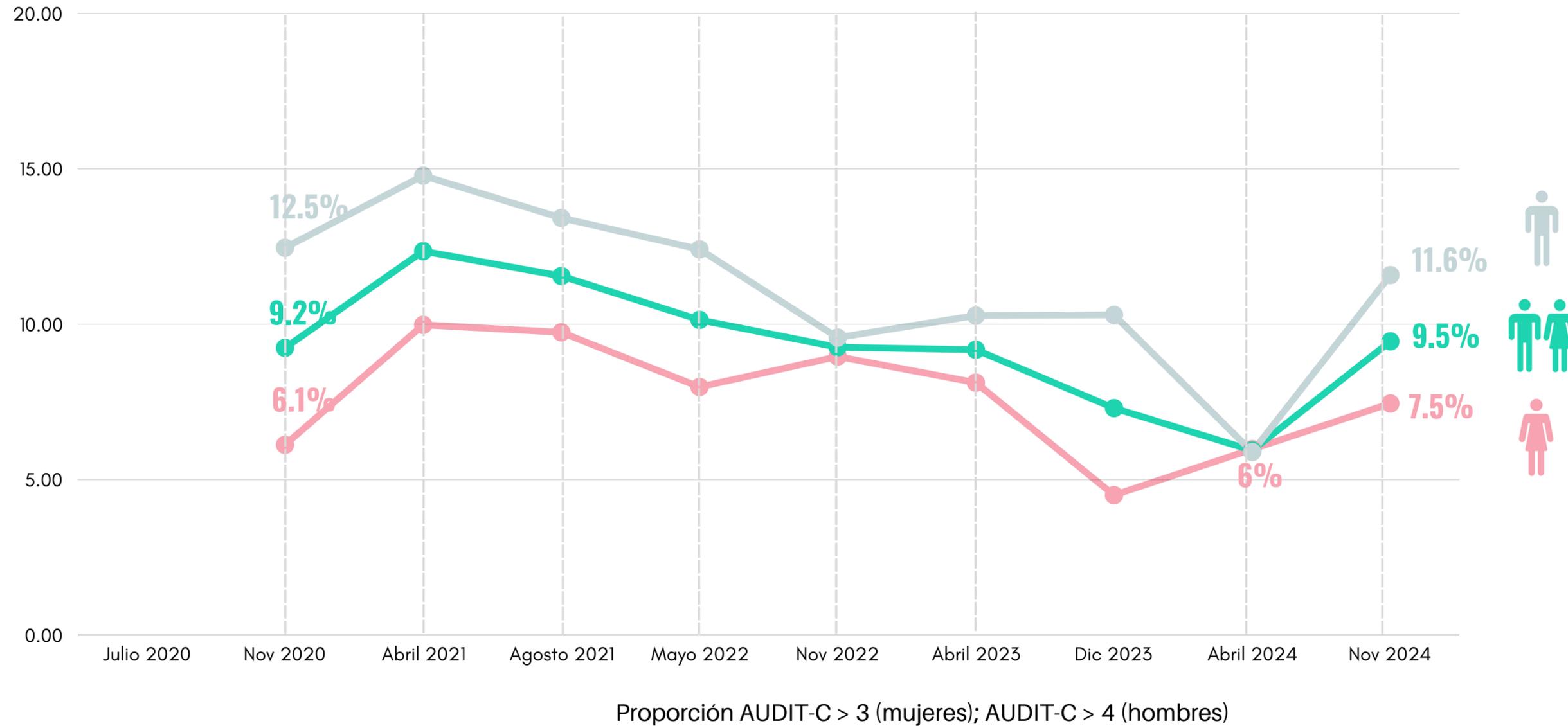


Proporción que no realizó ningún día de la semana pasada ni ejercicio suave por al menos 30 min., ni ejercicio en casa por al menos 30 min., ni ejercicio moderado/intenso por al menos 15 min.

26.2% reporta sedentarismo. Representa una ↓ **15** puntos en comparación con abril de 2021 y de **5** puntos respecto de 12 meses atrás. La caída se registra en hombres y en mujeres. Como en todas las mediciones anteriores, el sedentarismo es mayor en mujeres que en hombres.

ALCOHOL: CONSUMO DE RIESGO

Alcohol Use Disorder Identification Test abreviado (AUDIT-C)



Se reporta un consumo de riesgo de alcohol presente en el **9.5%** de la población, elevándose a niveles previos de 2 años atrás. El **alza en la tasa de consumo de alto riesgo es estadísticamente significativa respecto de la medición anterior y también en relación con un año atrás.** En esta medición se vuelve a lo encontrado en la mayor parte de las mediciones anteriores, a saber, que la tasa de consumo de alto riesgo es mayor en hombres que en mujeres.



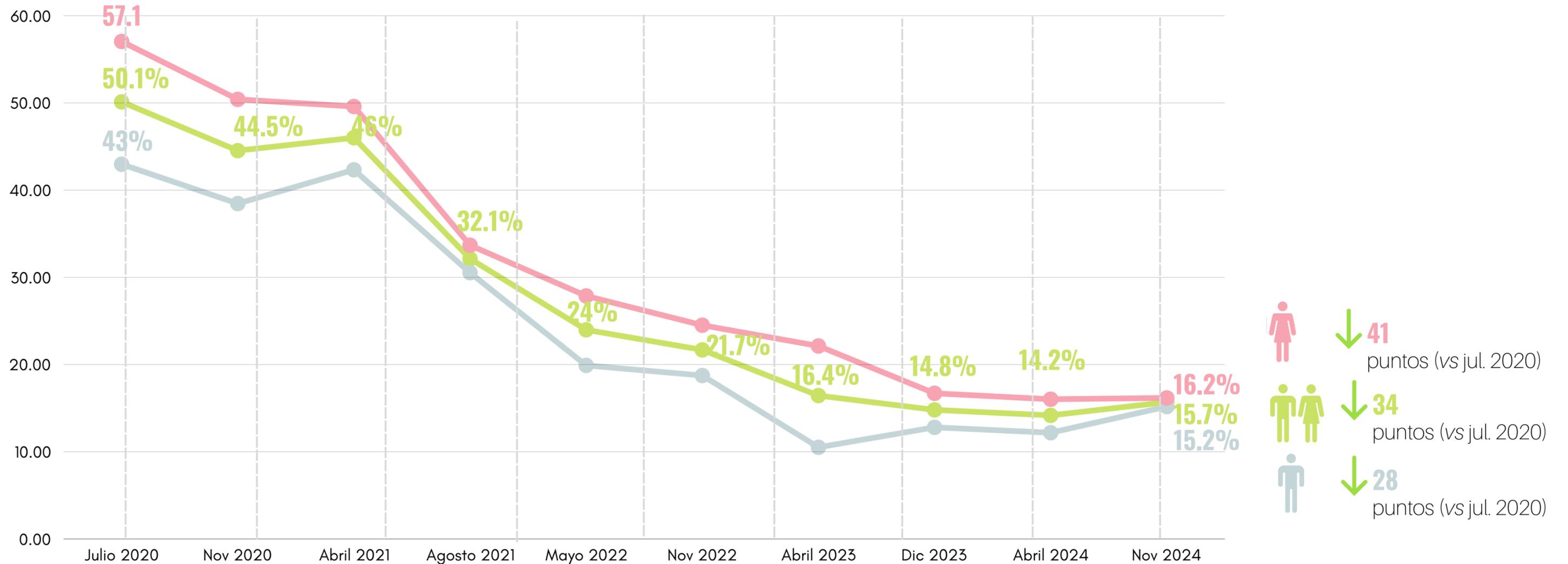
Termómetro de la Salud
Mental (Ronda 10)



Salud Mental (4/5)

ESTADO DE ÁNIMO

En comparación con su estado de ánimo anterior a la pandemia del coronavirus, ¿cómo evalúa su estado de ánimo actual?



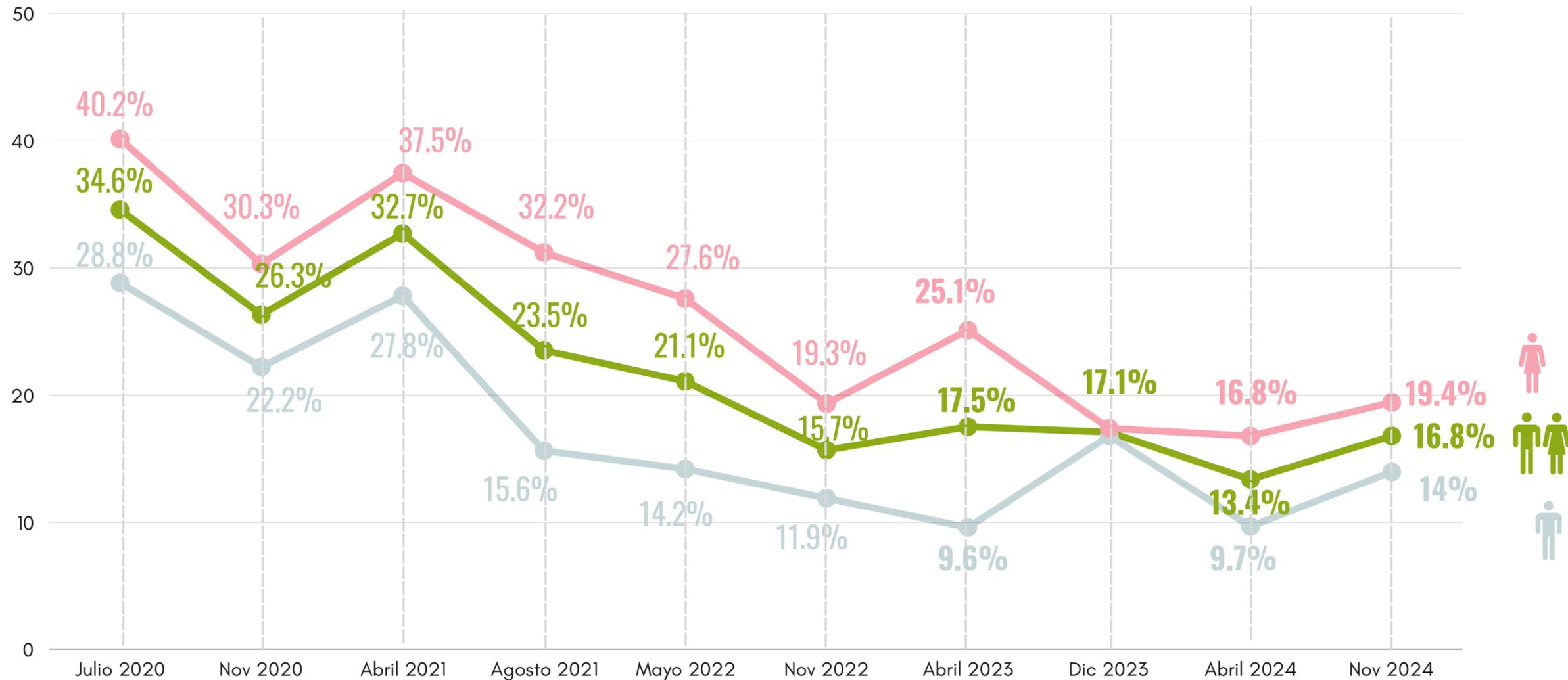
Proporción que reporta estado de ánimo: peor o mucho peor (comparado con anterior a la pandemia)

La proporción de personas que indica un estado de ánimo actual peor que el existente anterior a la pandemia del coronavirus ha ido disminuyendo sostenidamente a lo largo de las diez rondas del Termómetro de la Salud Mental. La baja se ha estabilizado entre el 15 y 16%.

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

General Health Questionnaire (GHQ-12)

Puntaje total



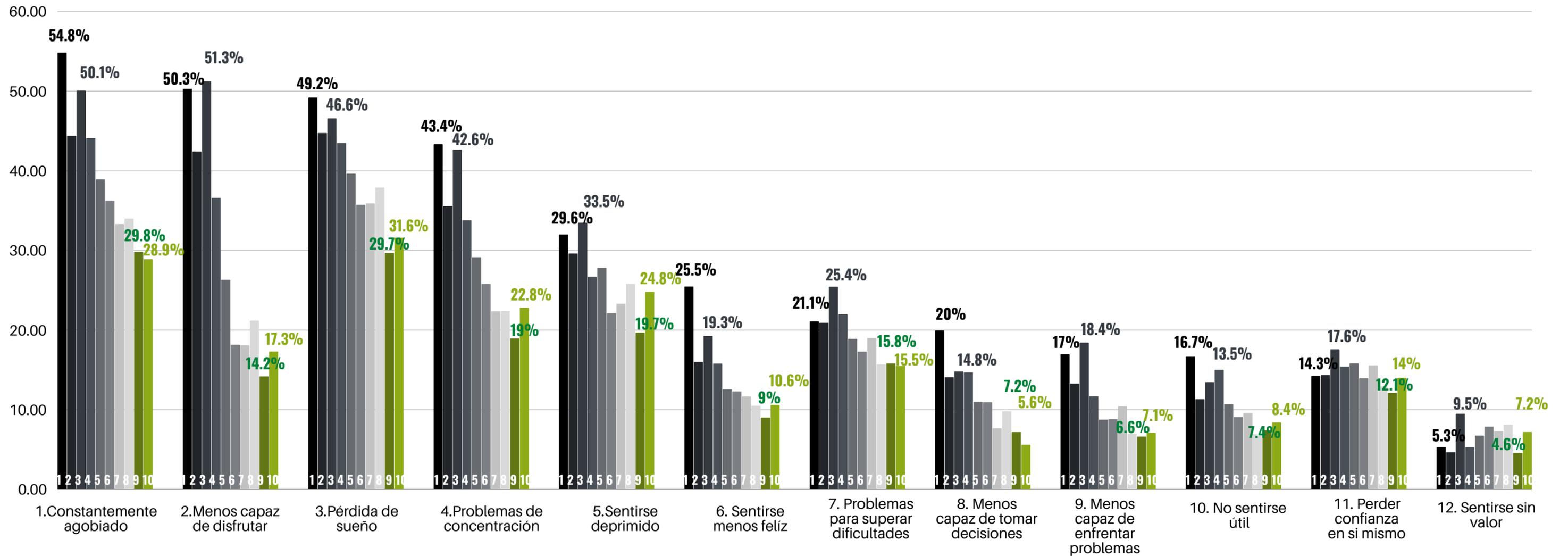
Proporción con sospecha de problema/presencia de problemas de salud mental (GHQ-12: 5+) en las últimas semanas

16.8% exhibió sospecha o presencia de problemas de salud mental en noviembre de 2024, lo que representa **un aumento de 3.4 puntos porcentuales respecto de abril de 2024**. Esta cifra es similar a la exhibida 12 meses atrás. El aumento se registra tanto en mujeres (2.6 p.p) como en hombres (4.3 p.p). Los índices más recientes muestran una tasa mayor de problemas de salud mental para las mujeres respecto de los hombres (una brecha de 5.4 puntos porcentuales).

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

General Health Questionnaire (GHQ-12)

Items



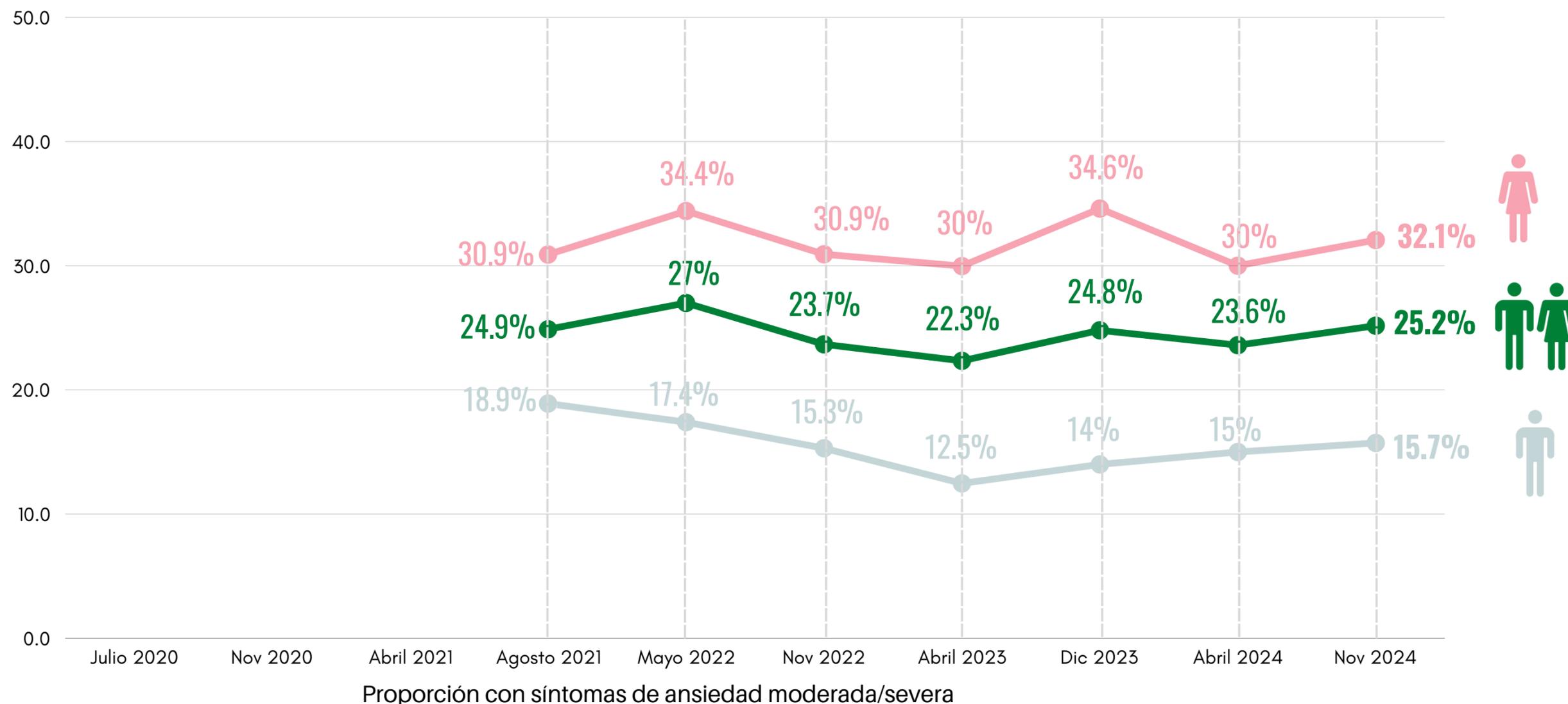
Proporción que reporta *más o mucho más* que lo habitual en las últimas semanas

[1] Ronda 1: Julio 2020
 [2] Ronda 2: Noviembre 2020
 [3] Ronda 3: Abril 2021
 [4] Ronda 4: Agosto 2021
 [5] Ronda 5: Mayo 2022
 [6] Ronda 6: Noviembre 2022
 [7] Ronda 7: Abril 2023
 [8] Ronda 8: Diciembre 2023
 [9] Ronda 9: Abril 2024
 [10] Ronda 10: Noviembre 2024

SINTOMAS DE ANSIEDAD GENERALIZADA

General Anxiety Disorder (GAD-7)

Puntaje total



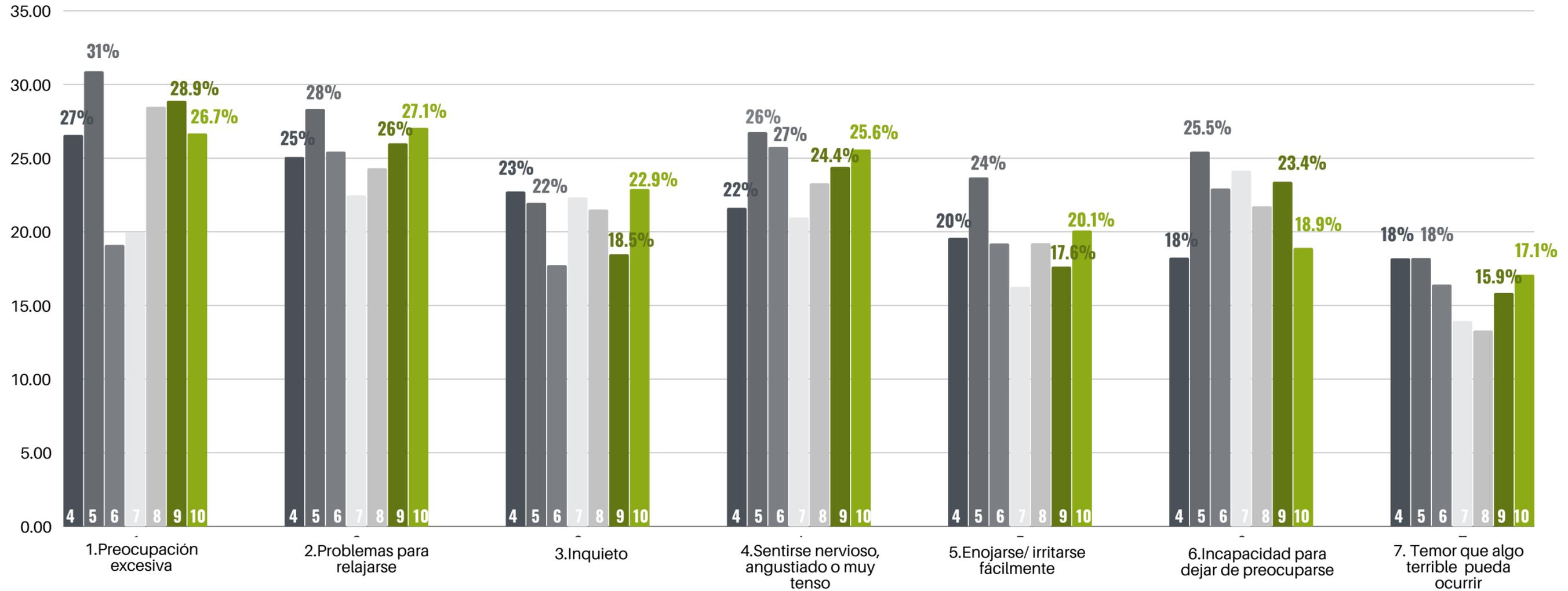
25.2% exhibió síntomas moderados o severos de ansiedad. Esto representa un alza de 1.6 puntos respecto de lo encontrado en abril de 2024.

Los problemas de ansiedad afectan al 32,1% de las mujeres, en contraste con el 15,7% de los hombres. Es decir, la prevalencia en mujeres de ansiedad más que duplica la que se encuentra entre los hombres.

SINTOMAS DE ANSIEDAD GENERALIZADA

General Anxiety Disorder (GAD-7)

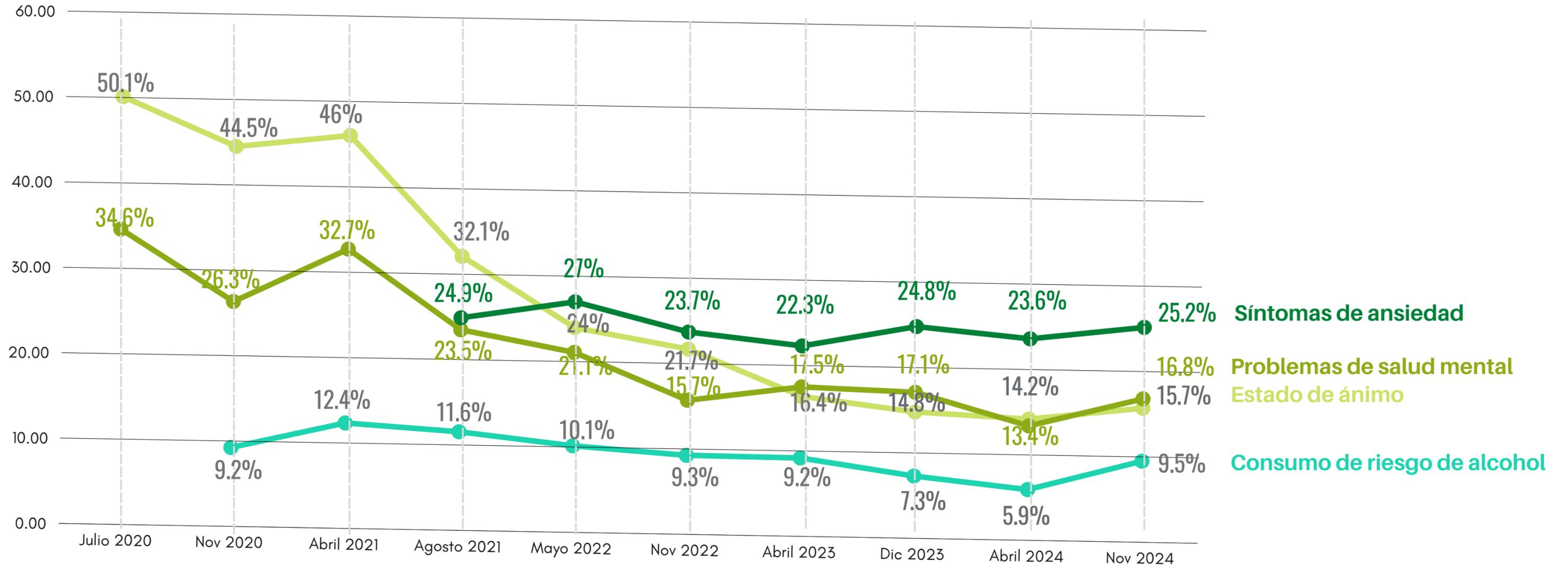
Items



Proporción que reporta más de la mitad/ casi todos los días en últimas 2 semanas

[4] Ronda 4: Agosto 2021
 [5] Ronda 5: Mayo 2022
 [6] Ronda 6: Noviembre 2022
 [7] Ronda 7: Abril 2023
 [8] Ronda 8: Diciembre 2023
 [9] Ronda 9: Abril 2024
 [10] Ronda 10: Noviembre 2024

MEDIDAS DE SALUD MENTAL



A lo largo de las 10 rondas ha disminuido la percepción de empeoramiento del estado de ánimo. El reporte de problemas de salud mental ha sido en general decreciente, con excepción de los síntomas de ansiedad que exhiben una trayectoria más bien constante.



Termómetro de la Salud
Mental (Ronda 10)

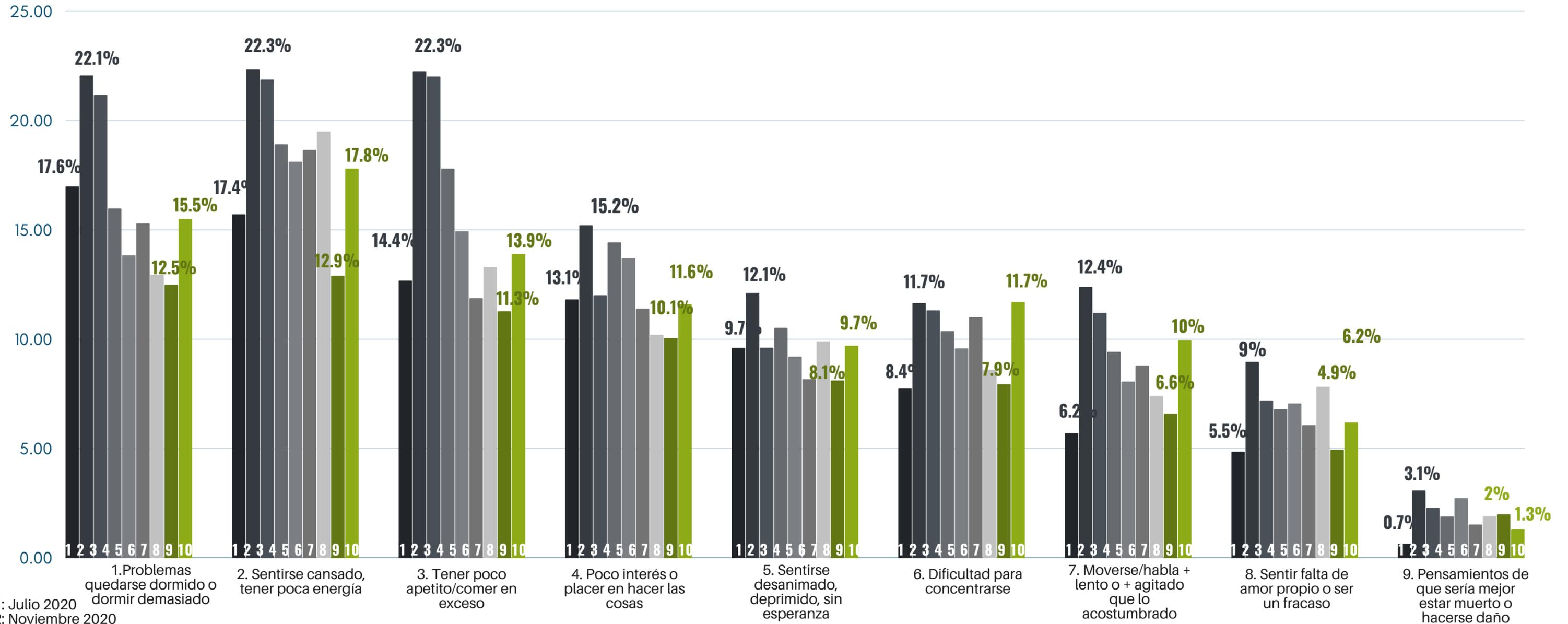


Síntomas de Depresión (4/5)

SINTOMAS DE DEPRESIÓN

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

Items



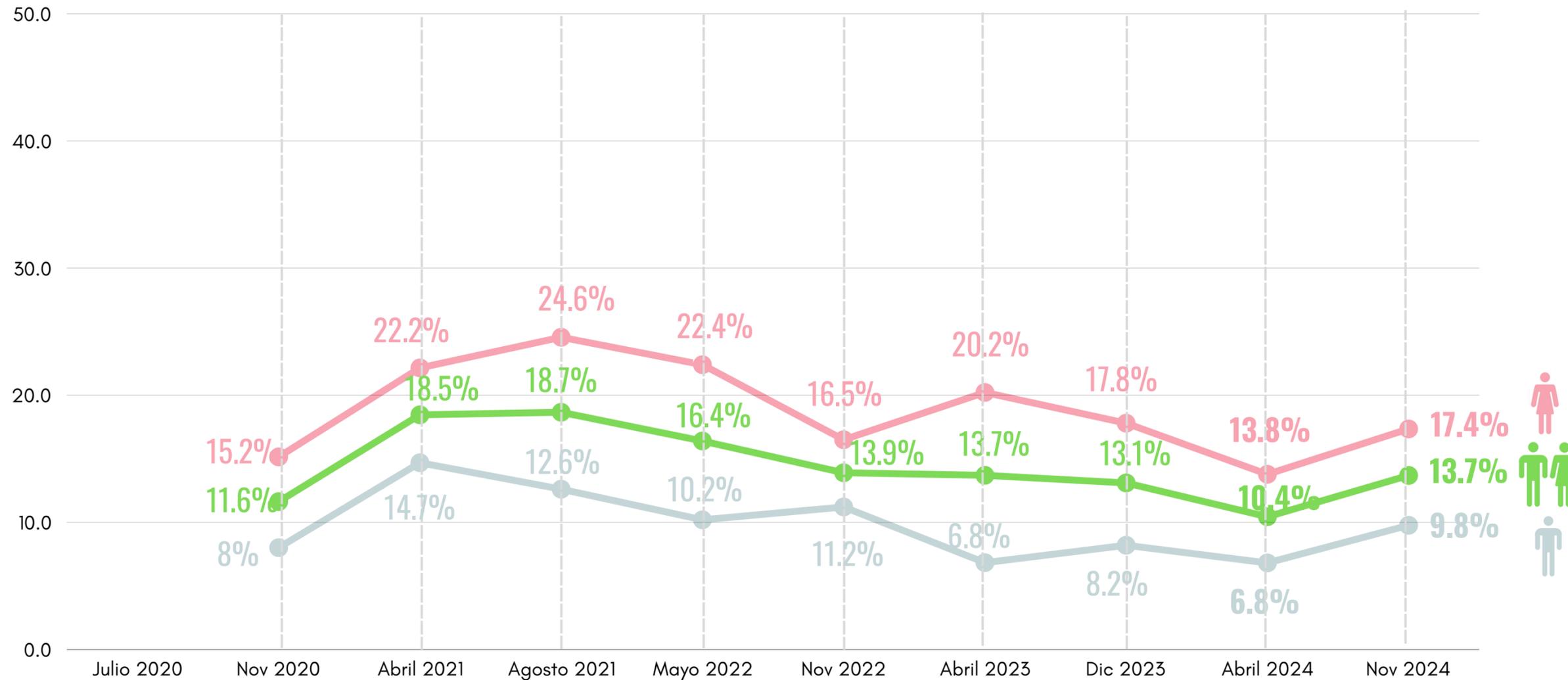
Proporción que reporta más de la mitad/ casi todos los días en últimas 2 semanas

- [1] Ronda 1: Julio 2020
- [2] Ronda 2: Noviembre 2020
- [3] Ronda 3: Abril 2021
- [4] Ronda 4: Agosto 2021
- [5] Ronda 5: Mayo 2022
- [6] Ronda 6: Noviembre 2022
- [7] Ronda 7: Abril 2023
- [8] Ronda 8: Diciembre 2023
- [9] Ronda 9: Abril 2024
- [10] Ronda 10: Noviembre 2024

SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

Puntaje total



Proporción con síntomas de depresión moderada/severa (10+ puntos) en últimas 2 semanas

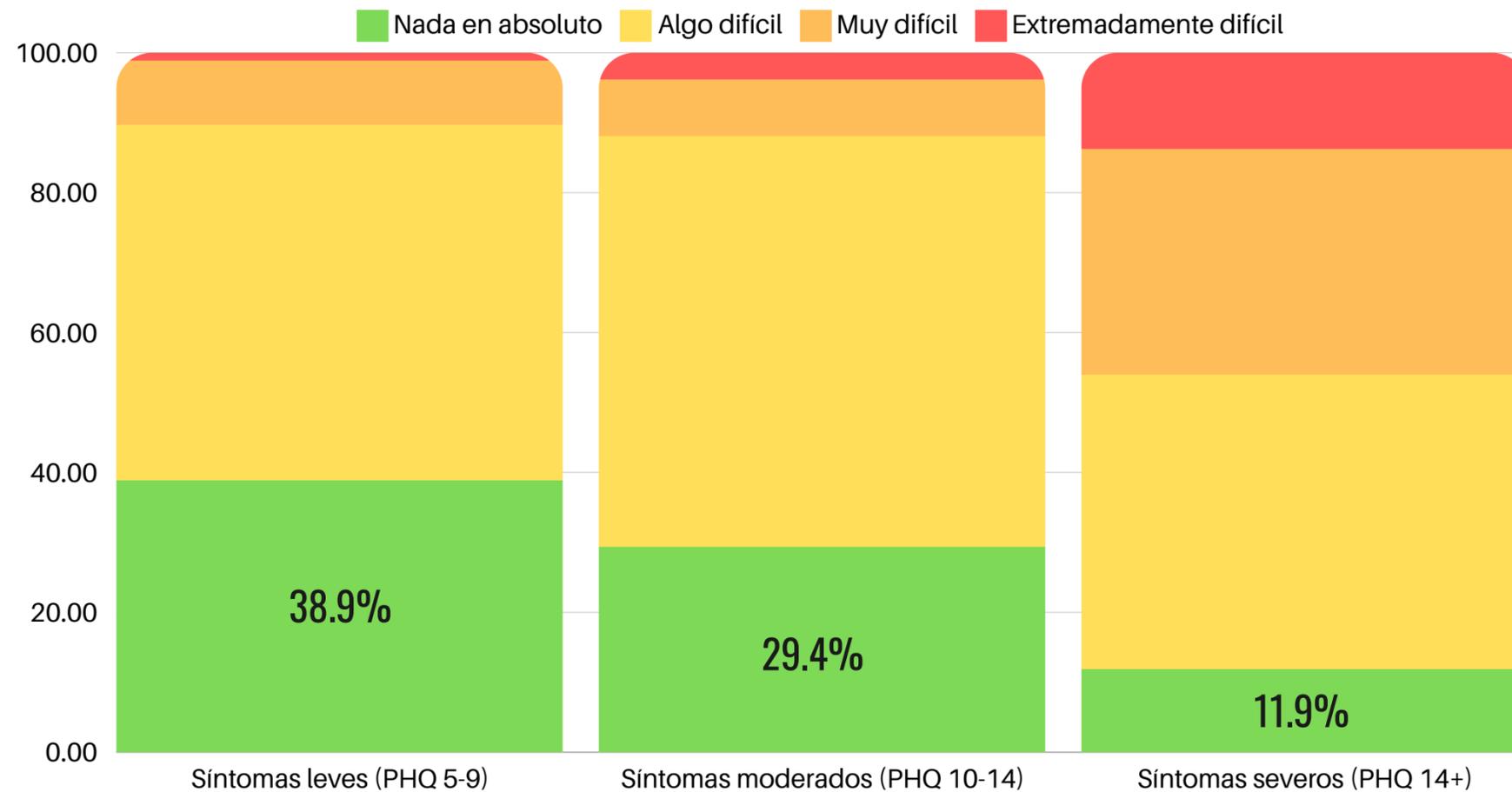
13.7% exhibió síntomas moderados o severos de depresión en noviembre de 2024, exhibiendo **un alza estadísticamente significativa de 3.3 puntos porcentuales** respecto de lo encontrado en abril pasado. Esta cifra vuelve a los niveles observados durante 2023.

Los síntomas de depresión en mujeres casi duplican los que exhiben los hombres en el mes de noviembre de 2024. El alza en depresión se registra tanto en hombres como en mujeres.

SINTOMAS DE DEPRESIÓN Y FUNCIONAMIENTO

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

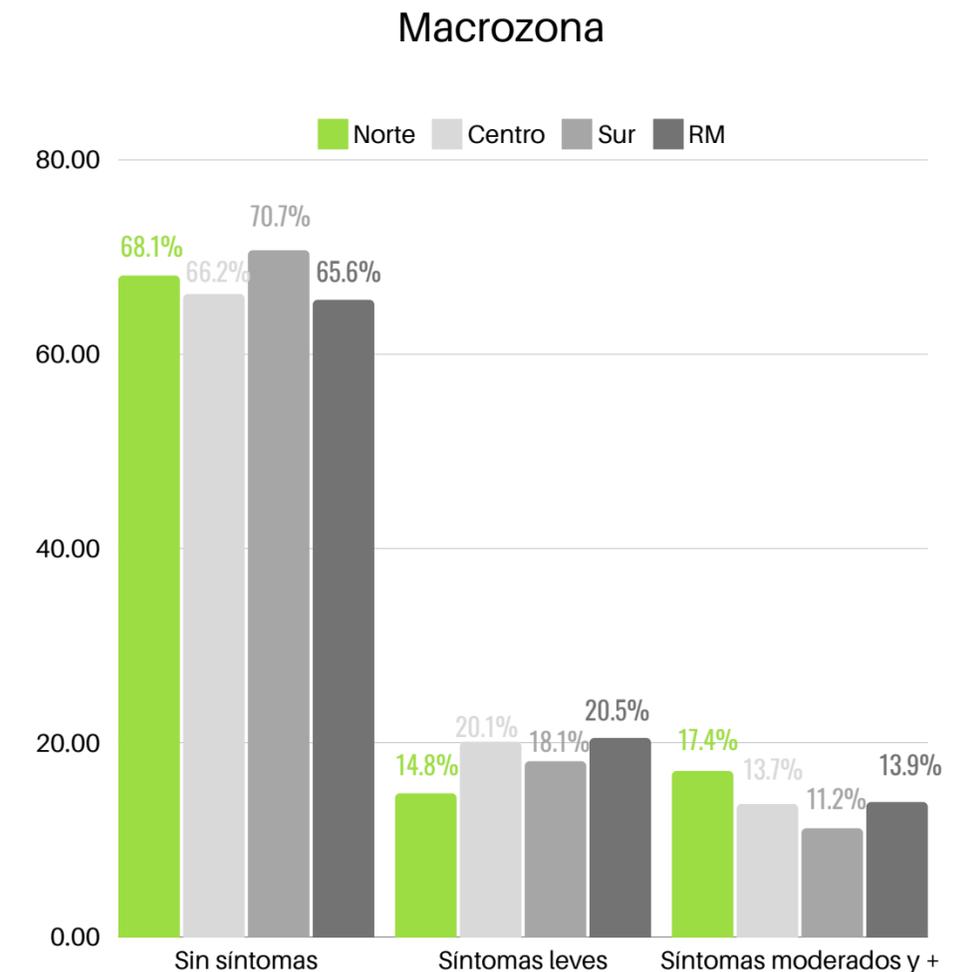
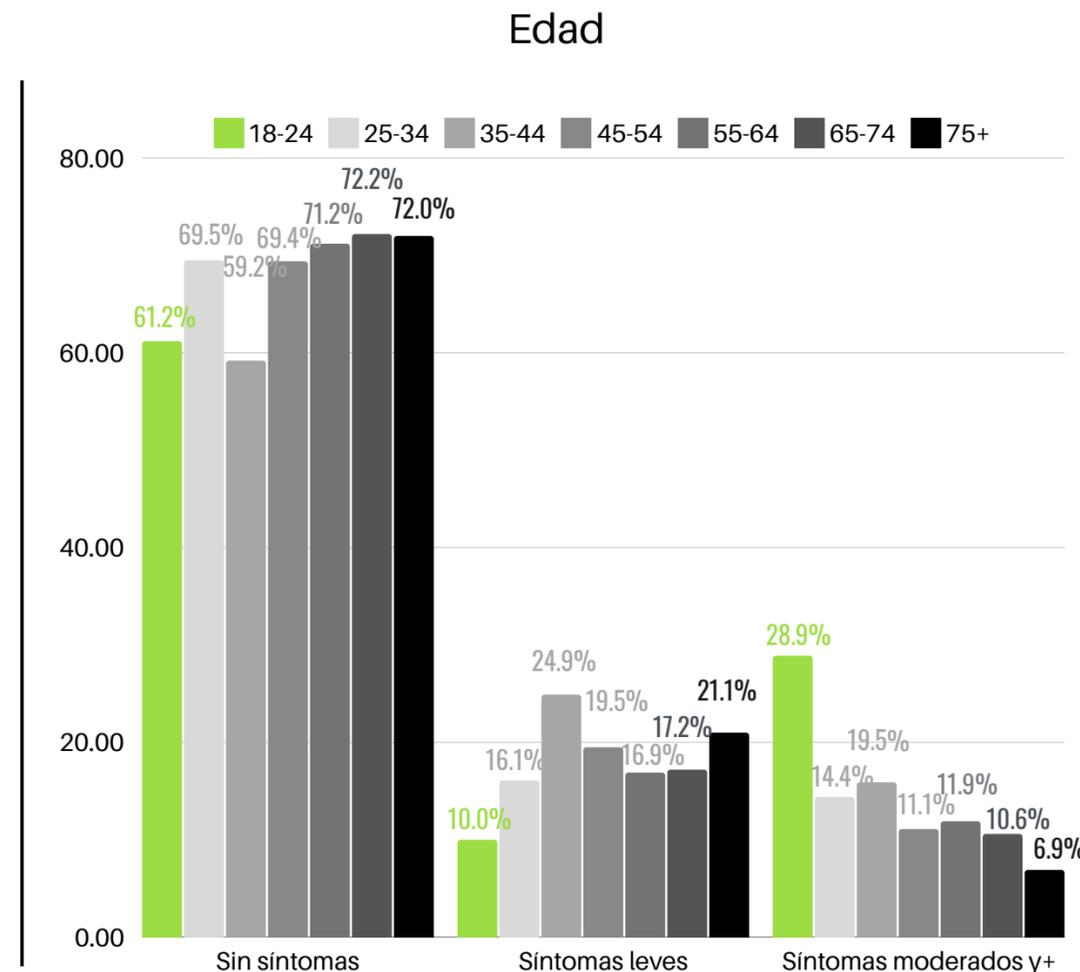
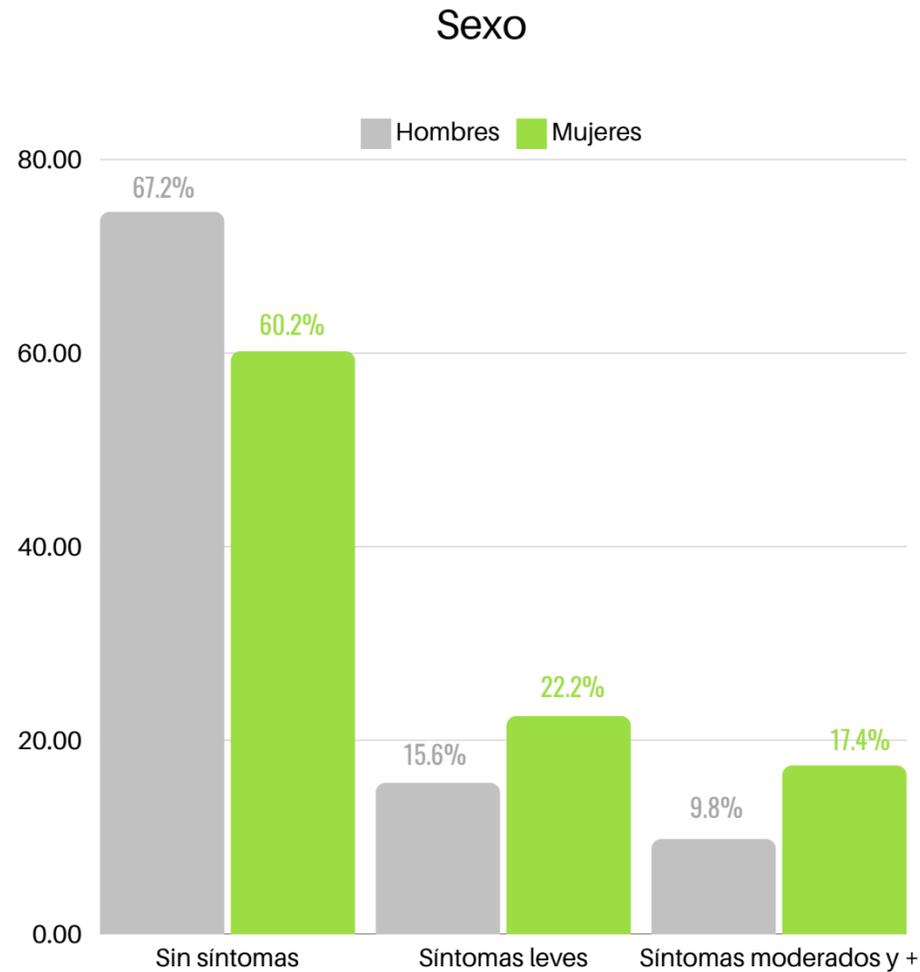
¿Cuán difícil se le ha hecho cumplir con su trabajo, atender su casa o relacionarse con otras personas debido a estos problemas?



Las personas con síntomas severos de depresión reportan en un 46% que se les ha hecho muy o extremadamente difícil atender su casa o relacionarse con otras personas debido a estos problemas. Esta interferencia con la vida cotidiana asciende solo a 12% en el caso de quienes presentan síntomas moderados y 10% en quienes tienen síntomas leves de depresión.

SINTOMAS DE DEPRESIÓN: SEVERIDAD SINTOMAS POR SEXO, EDAD Y MACROZONA

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

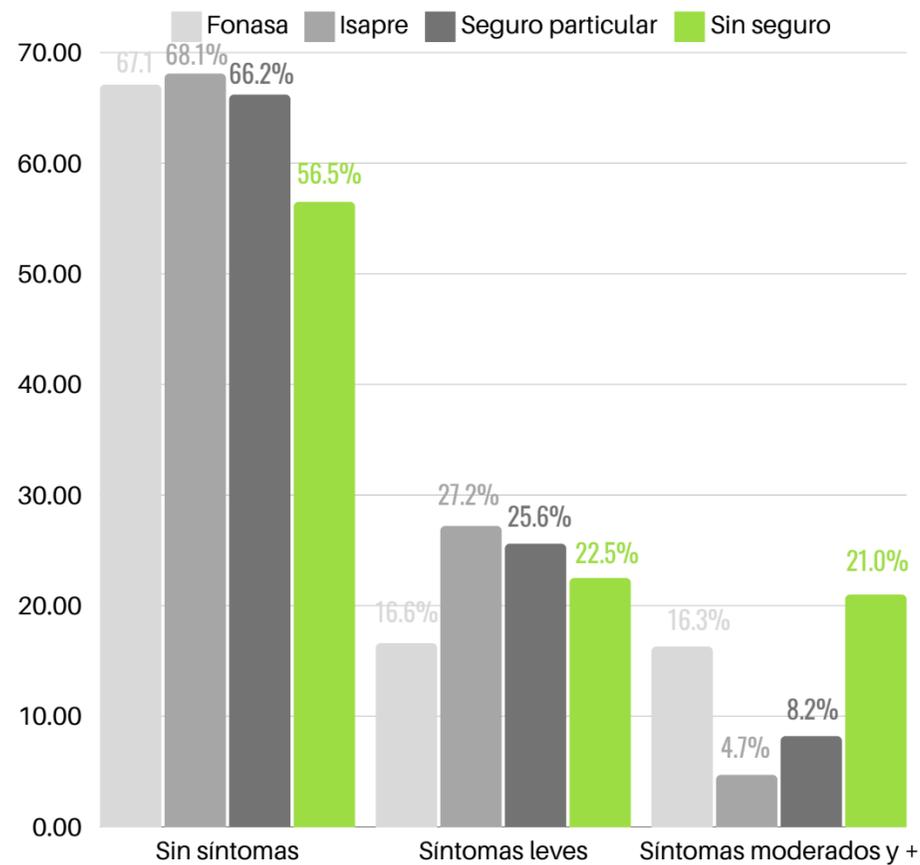


La presencia de síntomas moderados y severos de depresión en mujeres casi duplica a la de hombres; también es superior en mujeres la presencia de síntomas leves. Los síntomas moderados y severos son mayores entre los jóvenes en comparación con el resto de los grupos etarios y más altos en las regiones de la zona norte del país.

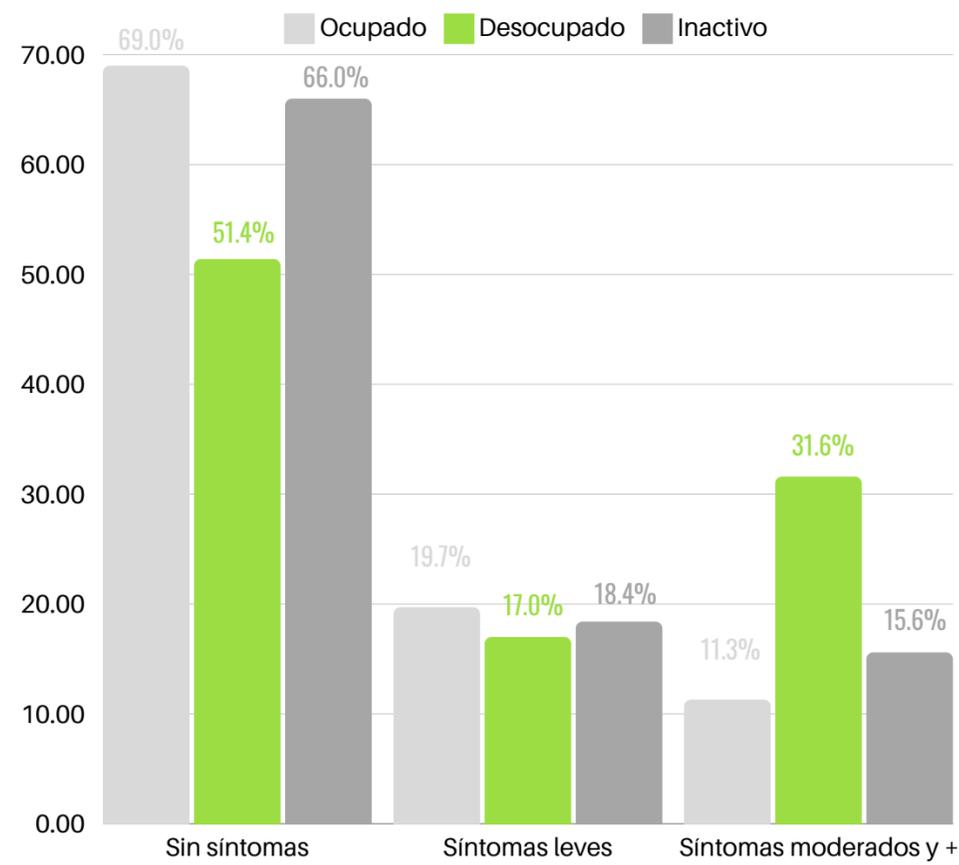
SINTOMAS DE DEPRESIÓN: SEVERIDAD POR PREVISIÓN, SITUACIÓN LABORAL Y DEUDA

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

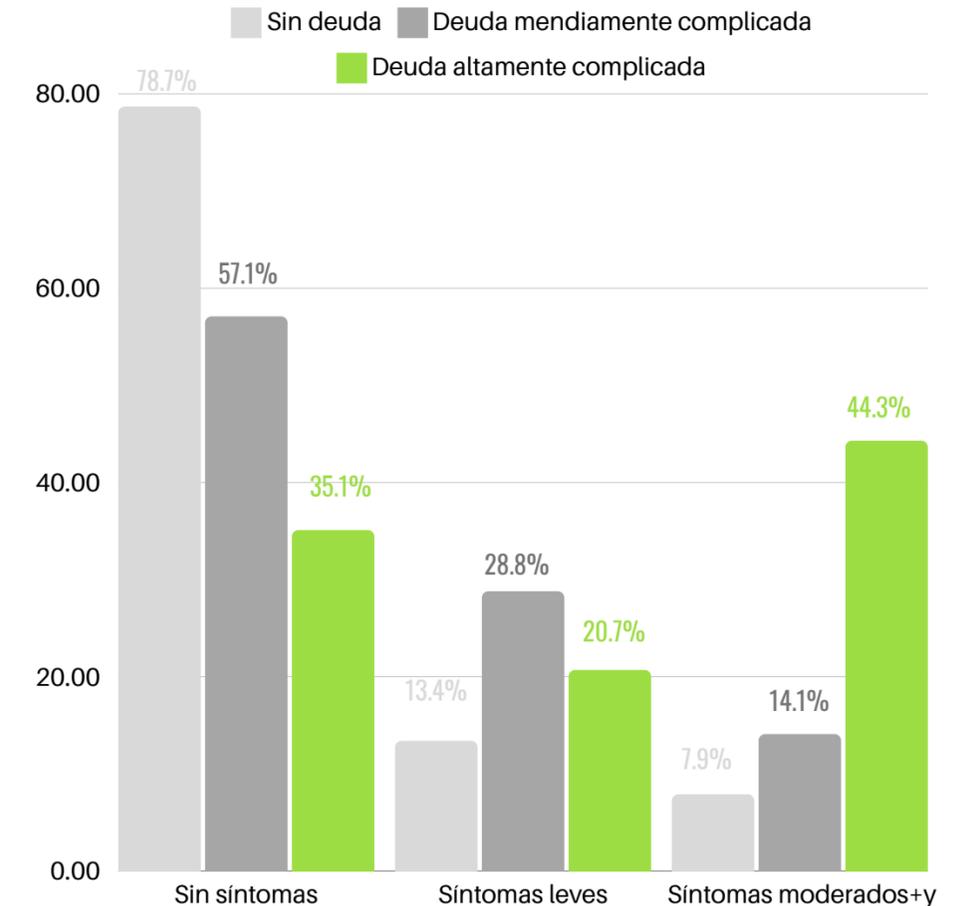
Previsión en salud



Situación laboral



Endeudamiento

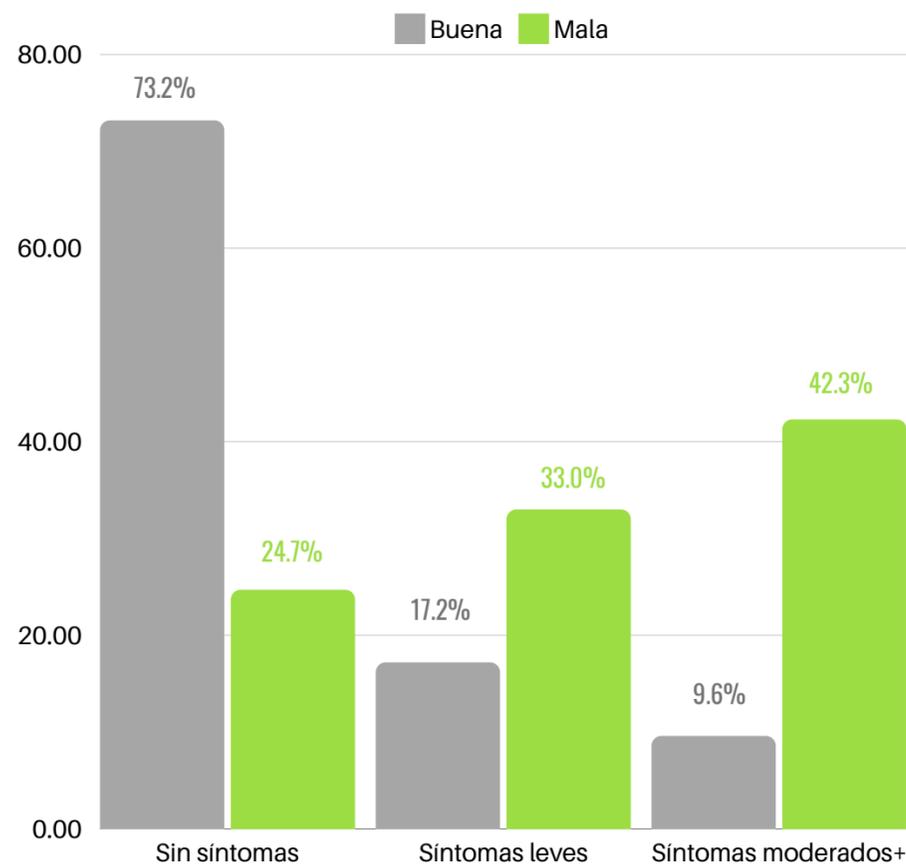


La presencia de síntomas moderados y severos de depresión es mayor entre quienes no tienen seguro de salud o están en Fonasa, en contraste con quienes están en el sistema de Isapre. Por otra parte, estos síntomas tienen menor prevalencia entre quienes tienen un empleo remunerado (ocupados) en comparación con quienes están desocupados o fuera de la fuerza laboral. Por último, los síntomas más intensos de depresión se encuentran entre quienes tienen una situación de deuda en sus hogares que es alta o medianamente complicada en relación con quienes no tienen problemas de deuda.

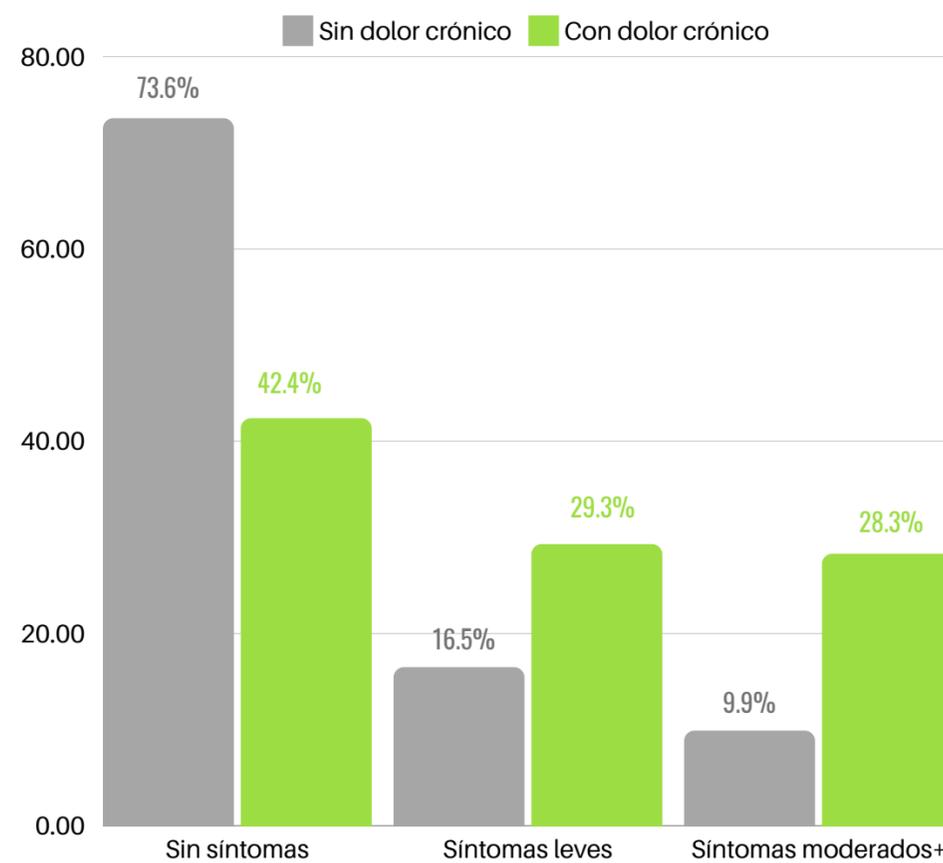
SINTOMAS DE DEPRESIÓN: SEVERIDAD DE SÍNTOMAS Y SALUD FÍSICA

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

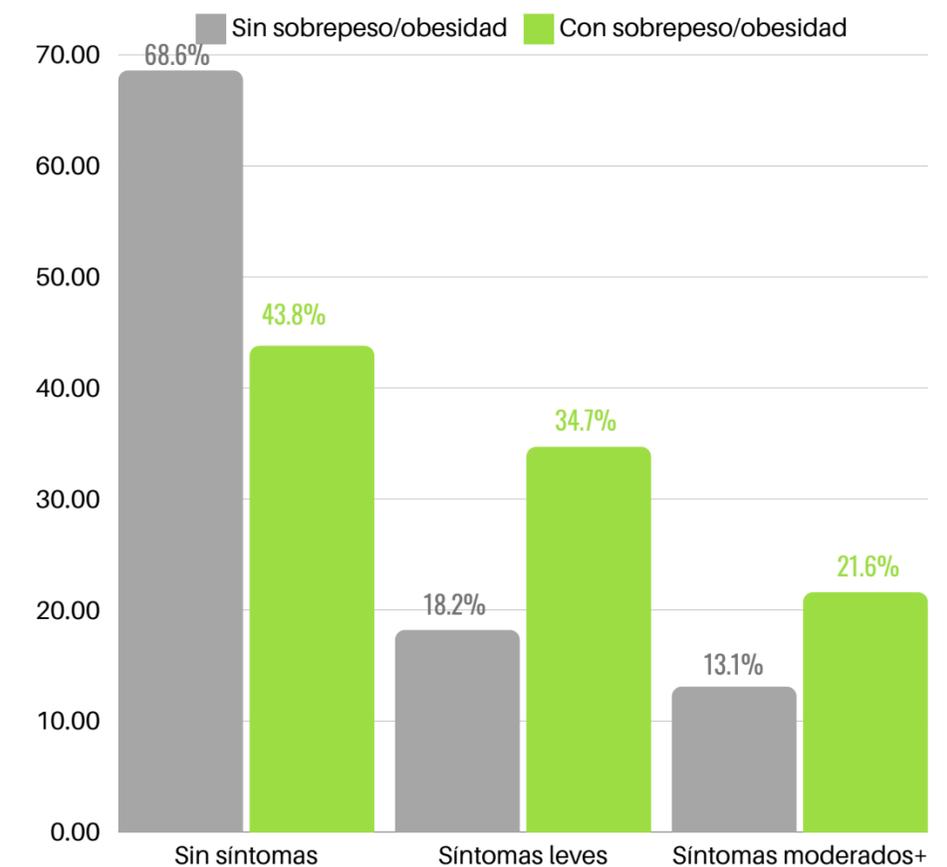
Salud autorreportada



Dolor Crónico



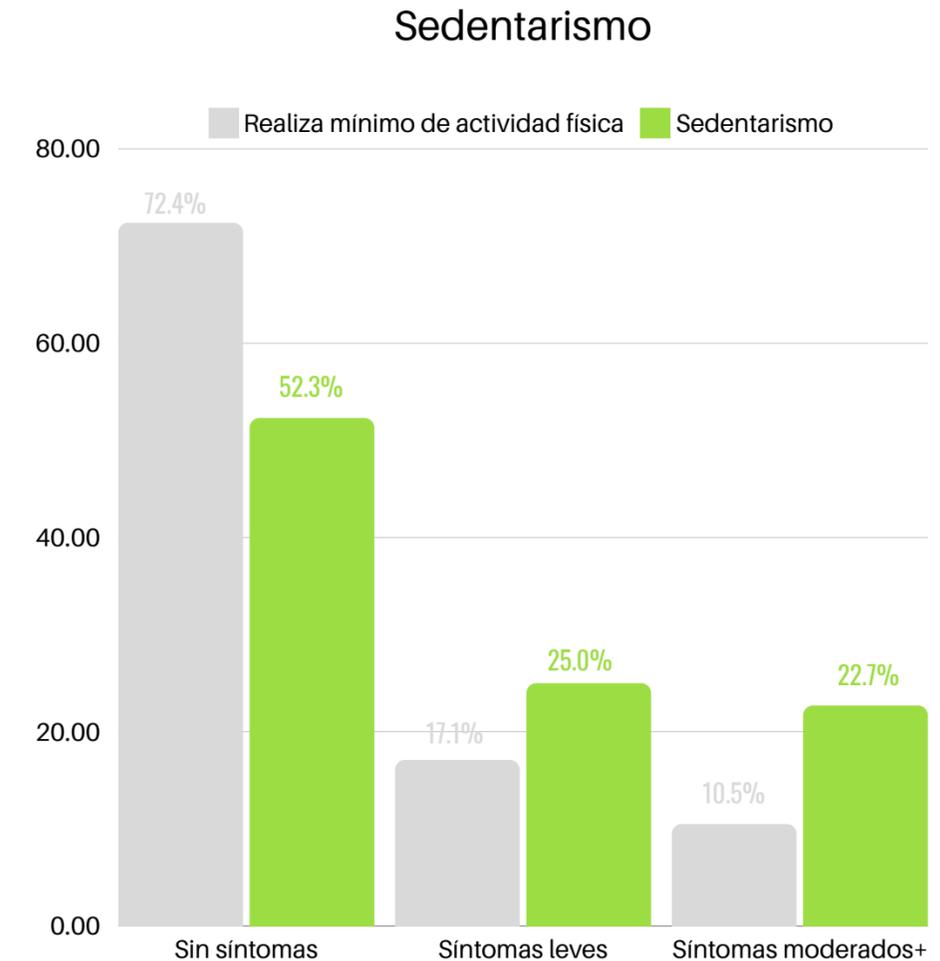
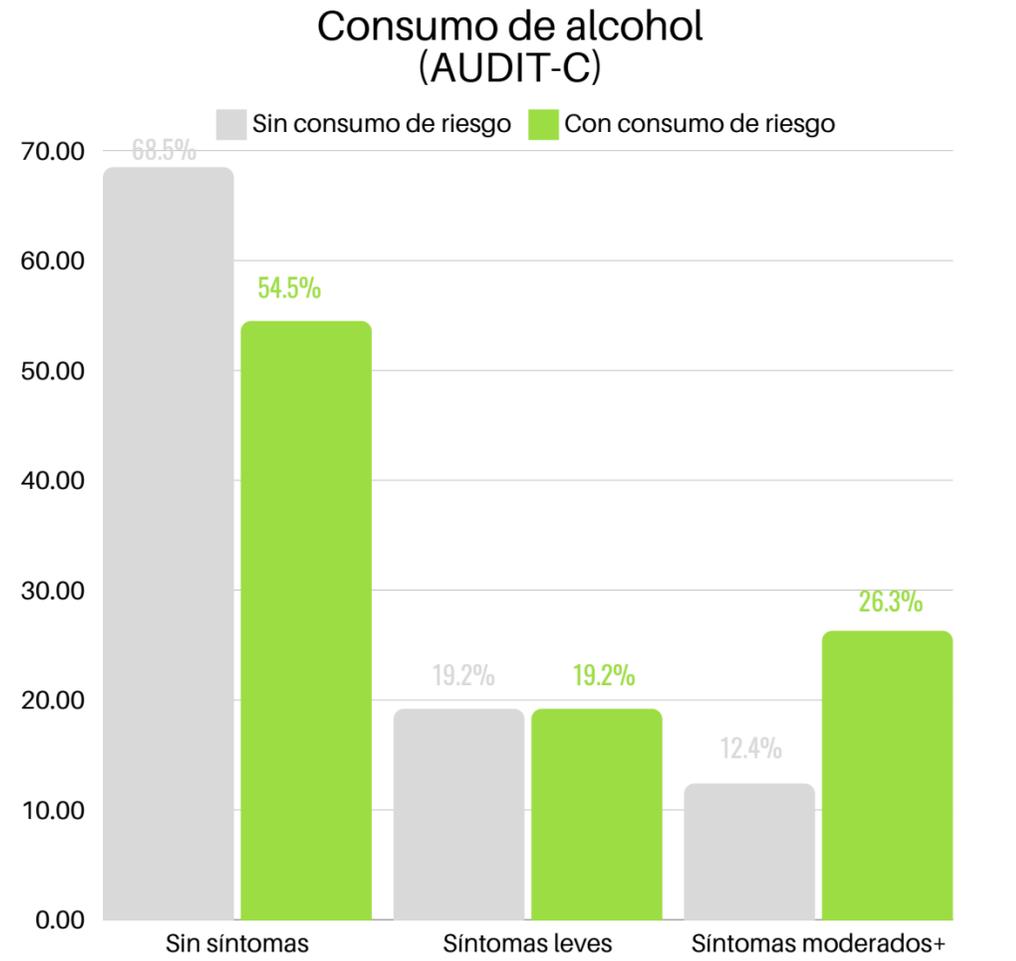
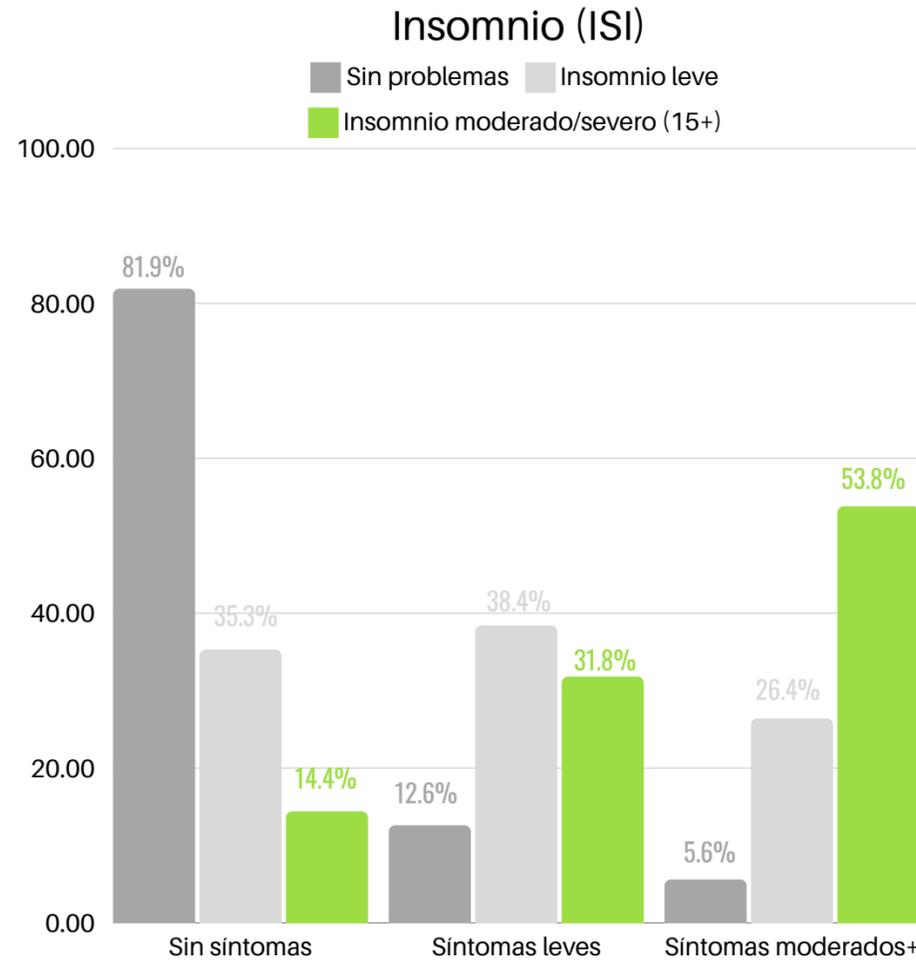
Sobrepeso/obesidad



Los síntomas de depresión moderada o severa se presentan en mayor proporción entre quienes tienen peor estado de salud y entre quienes presentan dolor crónico o están en condición de sobrepeso u obesidad.

SINTOMAS DE DEPRESIÓN: SEVERIDAD DE SÍNTOMAS Y ESTILO DE VIDA

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

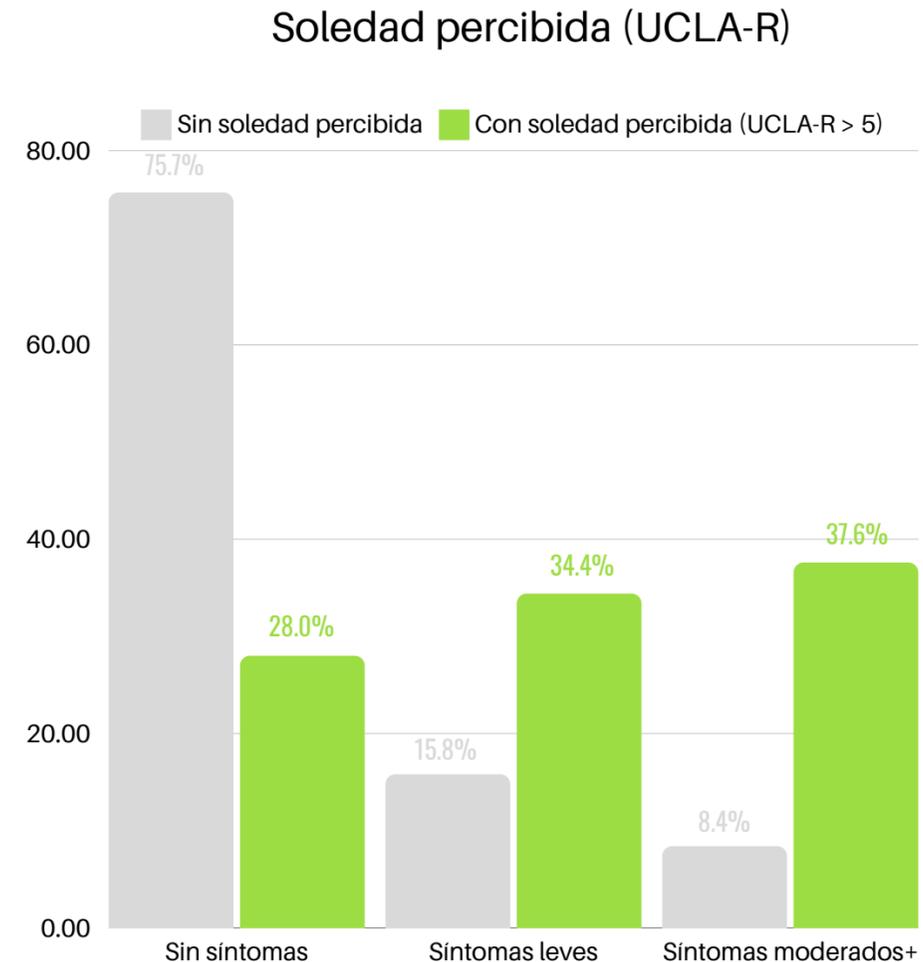
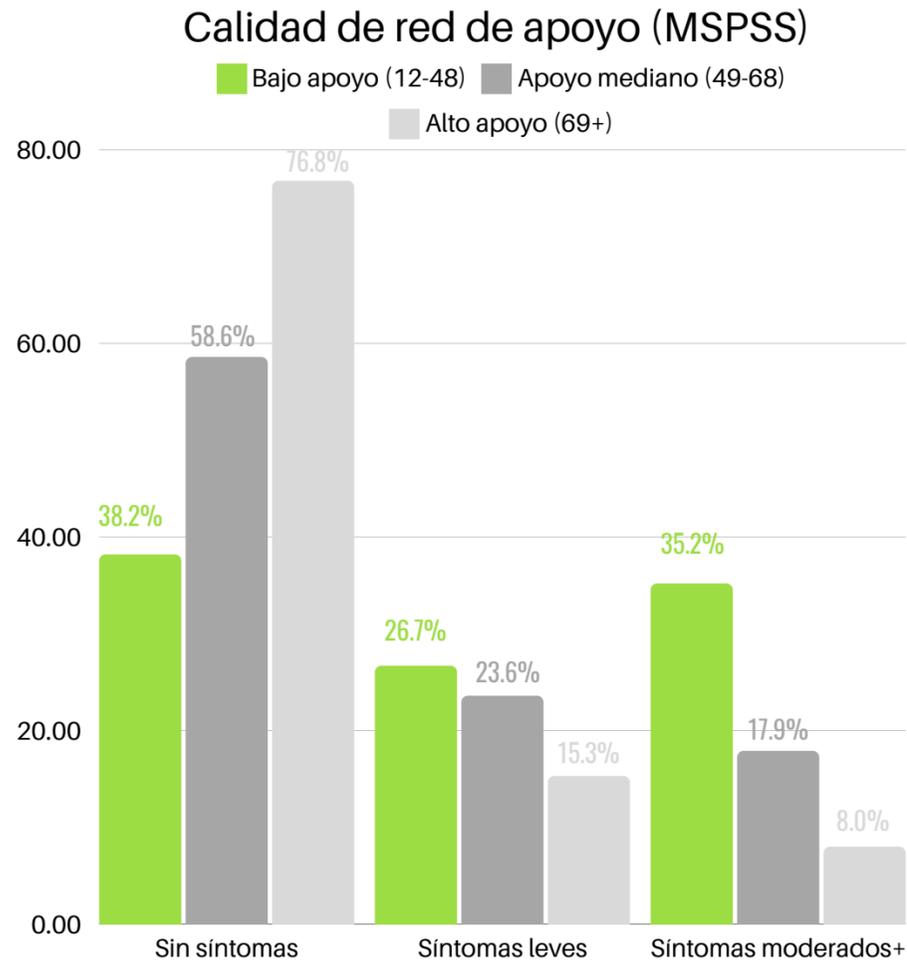


Los problemas de depresión se presentan en mayor proporción entre aquellas personas que tienen problemas de insomnio. Por otra parte, son también más frecuentes entre quienes reportan niveles de consumo de alcohol de riesgo y sedentarismo.

Alcohol Use Disorder Identification Test abreviado (AUDIT-C)
Índice de Severidad del Insomnio (ISI)

SINTOMAS DE DEPRESIÓN: SEVERIDAD DE SÍNTOMAS Y RELACIONES CON OTROS

Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

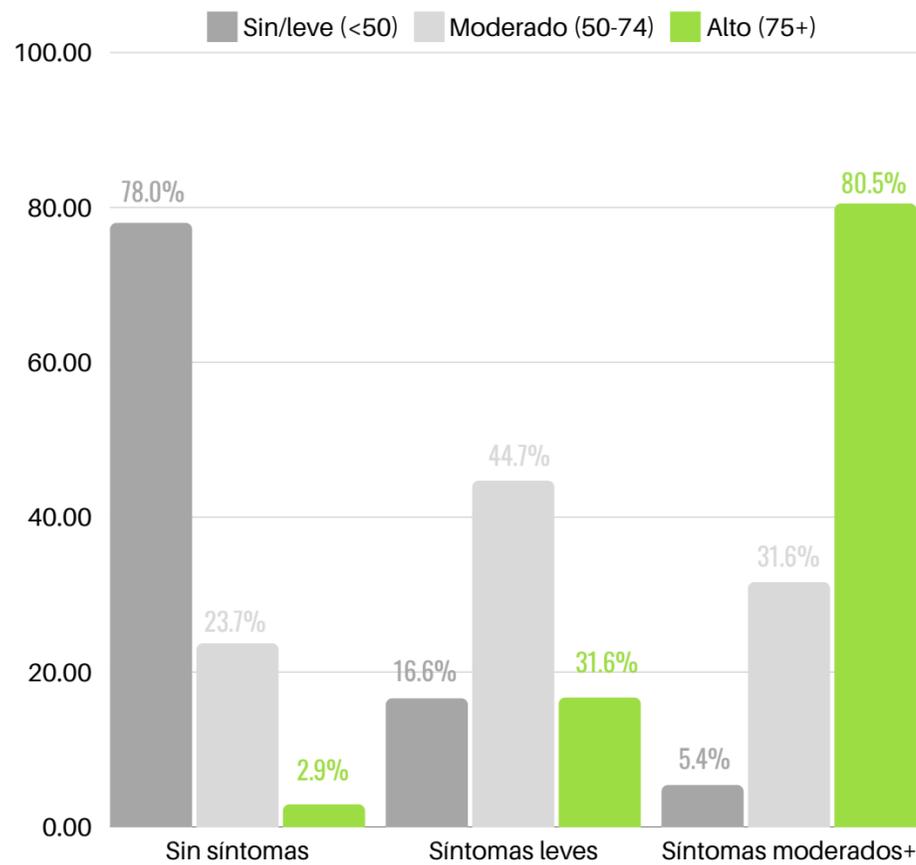


Tanto en el caso de síntomas leves como de síntomas moderados y severos de depresión, se tiene que estos se presentan en mayor proporción entre quienes perciben mayor soledad y quienes tienen menos redes de apoyo.

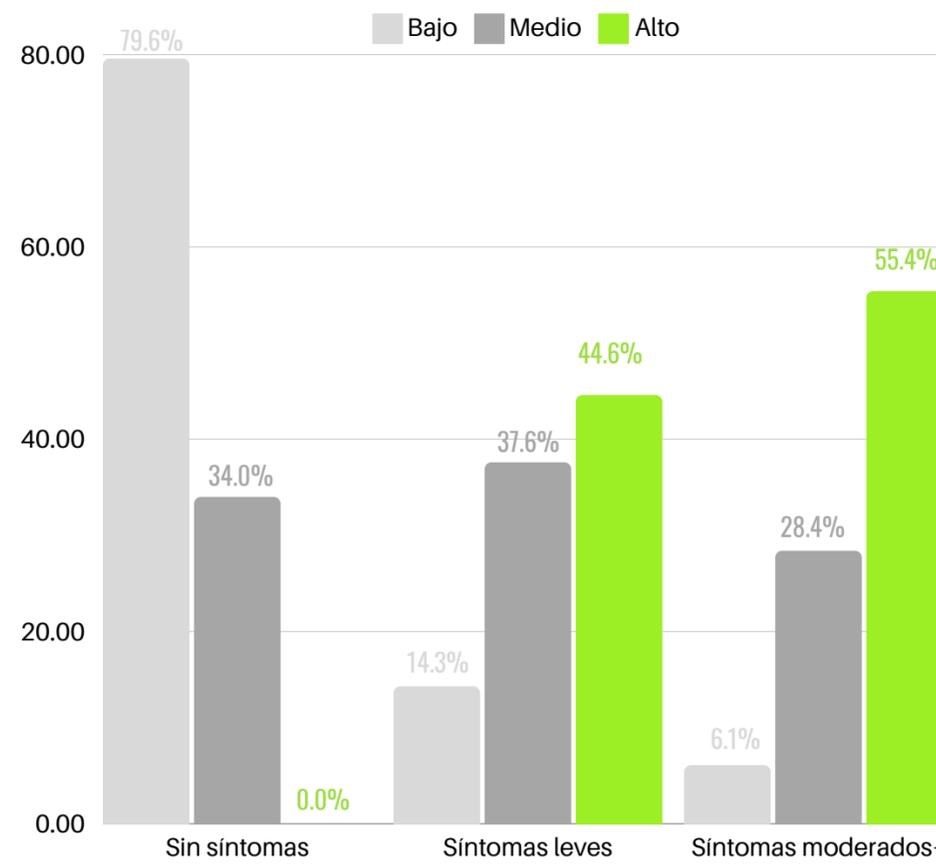
SINTOMAS DE DEPRESIÓN: SEVERIDAD DE SÍNTOMAS Y TRABAJO

Sólo aplicado a ocupados (n=1.228)
Patient Health Questionnaire (PHQ-9)

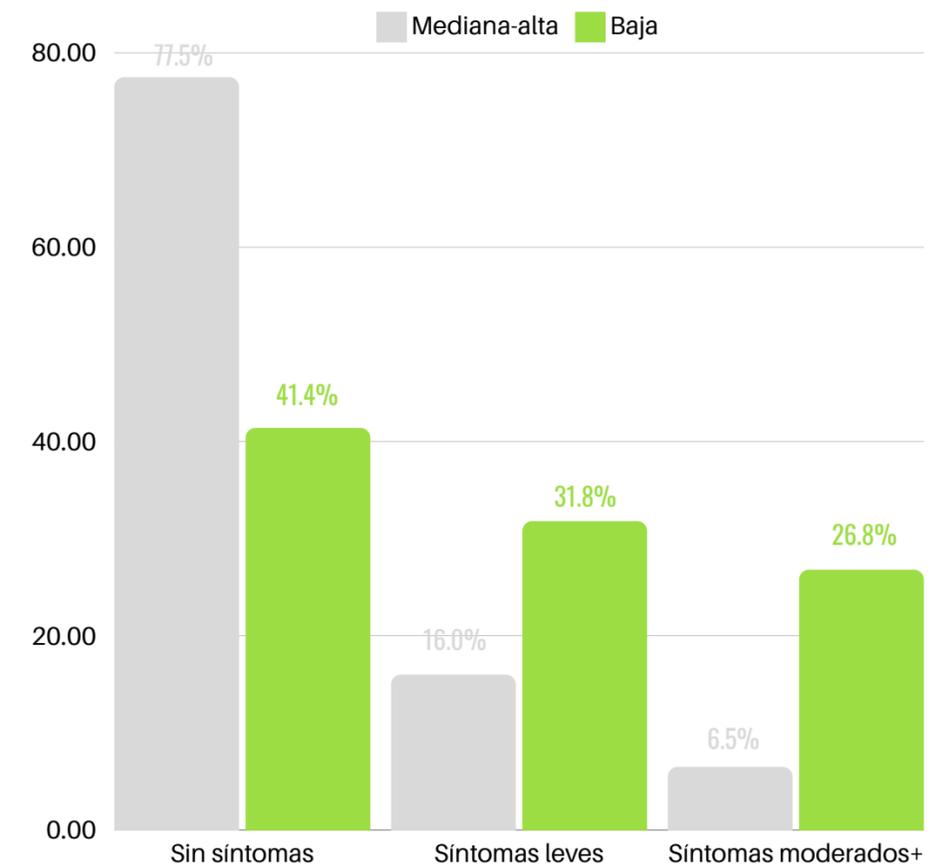
Agotamiento/Burnout (CBI)



Violencia y acoso en el trabajo (CEAL-SM)

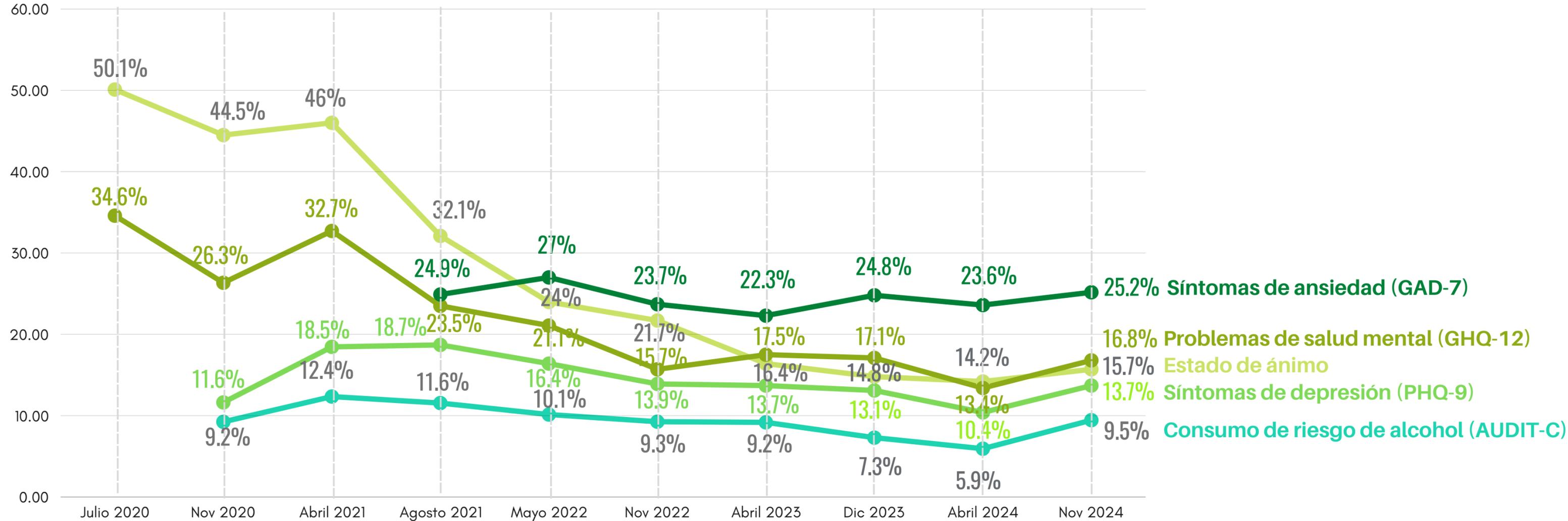


Satisfacción laboral



La prevalencia de síntomas de depresión es mayor entre quienes, en su trabajo, presentan también altos niveles de agotamiento o burnout y también entre quienes han experimentado en mayor proporción situaciones de violencia y acoso laboral. Por el contrario, dichos síntomas son inferiores entre quienes tienen mayores niveles de satisfacción laboral.

MEDIDAS DE SALUD MENTAL



A lo largo de las 10 rondas ha disminuido la percepción de empeoramiento del estado de ánimo. El reporte de problemas de salud mental ha sido en general decreciente, con excepción de los síntomas de ansiedad que exhiben una trayectoria más bien constante.

TERMÓMETRO DE LA SALUD MENTAL EN CHILE ACHS-UC: DÉCIMA RONDA

David Bravo (Centro de Estudios y Encuestas Longitudinales, UC)

Antonia Errázuriz (Departamento de Psiquiatría, Escuela Medicina UC)

Paulina Calfucoy (ACHS)

Daniela Campos (ACHS)

9 de enero de 2025



Centro UC
Encuestas y Estudios
Longitudinales

