Más ansiedad, menos recursos: el desafío pendiente de la salud mental en Chile

· *Experto UOH advierte que reducir la inversión en programas de salud mental podría aumentar el malestar psicológico, extender las listas de espera y agravar problemas que ya afectan a miles de familias.*

La Cuenta Pública presidencial, realizada a inicios de este mes, puso su foco -en materia de salud- en las listas de espera, el cáncer, la eficiencia del gasto público y el ajuste fiscal, pero casi no abordó -de manera específica- la salud mental de los chilenos. Un área preocupante, que enfrenta brechas de atención, falta de especialistas y financiamiento bastante limitado.

El Doctor en Sociología y académico del Instituto de Ciencias de la Salud de la Universidad de O'Higgins (UOH), Jorge Gallardo, destaca -al respecto- que los ajustes presupuestarios proyectados para el sistema de salud representan una preocupación importante para el ámbito de la salud mental. "Históricamente ha sido una de las áreas con menor asignación de recursos dentro del sector salud, tanto en Chile como en gran parte del mundo. Además, al comparar la situación nacional con los países de la OCDE, Chile se ubica entre aquellos con menor inversión relativa en esta materia. Mientras el promedio internacional fluctúa entre un 5% y un 7% del presupuesto sanitario, el país ha destinado aproximadamente entre un 2% y un 3%, muy por debajo de las metas planteadas en los anteriores planes nacionales de salud mental", explica el experto.

Para el académico UOH es esperable que nuevas restricciones presupuestarias produzcan efectos negativos sobre la atención

de la población chilena, especialmente de quienes dependen del sistema público de salud. “Los tiempos de espera actuales, ya son elevados, una consulta con psiquiatría puede tardar varios meses en ser asignada y, en algunas regiones del país, el acceso a especialistas puede demorarse incluso cerca de un año. Esto se vuelve aún más complejo si se considera el aumento sostenido de la demanda por atención en salud mental observado durante los últimos años”, explica.

Gallardo puntualiza que una reducción de recursos se traducirá en mayores tiempos de espera, menos capacidad de respuesta de los servicios y un acceso limitado a tratamientos oportunos. “Existe el riesgo de profundizar las dificultades que ya enfrentan muchas personas para recibir atención, incrementando el malestar asociado a problemas de salud mental y afectando especialmente a los grupos más vulnerables que dependen exclusivamente de la red pública de salud”, destaca.

Más ansiedad, depresión y soledad

Según las últimas cifras, Chile ha aumentado significativamente la demanda de consultas relacionadas con salud mental, tanto en el sistema público como en el privado. Para el académico, en dicho escenario, reducir la discusión presupuestaria a una comparación entre salud mental, seguridad o crecimiento económico implica desconocer la complejidad del fenómeno. “Desde hace décadas sabemos que la salud mental no puede entenderse únicamente como un asunto psicológico o clínico, limitado al diagnóstico, el tratamiento o el uso de psicofármacos. Por el contrario, está profundamente influida por las condiciones sociales y materiales en que viven las personas”, explica.

De allí que factores como el empleo, el nivel de ingresos, las condiciones habitacionales, el acceso a la educación, la edad, las redes de apoyo y las relaciones familiares son parte de los determinantes que influyen directamente en el bienestar psicológico. Por ello, para el experto, cuando las políticas

públicas priorizan variables económicas o de seguridad, sin considerar sus efectos sobre la vida cotidiana, “se corre el riesgo de generar consecuencias negativas para la salud mental de la población”, destaca.

“Cualquier ajuste económico debe analizarse considerando sus efectos sociales y subjetivos. Chile es una sociedad cada vez más compleja y enfrenta una demanda creciente por atención en salud mental. Si las medidas de ajuste terminan deteriorando las condiciones de vida de la población, es razonable esperar, en el mediano plazo, un aumento sostenido del malestar psicológico, del estrés y de las consultas por problemas de salud mental”, detalla el académico.

Medidas prioritarias para la salud mental

El Dr. Gallardo destaca que cualquier medida que se adopte para enfrentar este escenario sin duda será compleja, ya que los ajustes presupuestarios implican reducciones de recursos o restricciones en la contratación, lo que probablemente repercuta en una disminución de profesionales en los centros de salud. “Esto tendría consecuencias directas sobre la capacidad de atención, especialmente en un contexto donde los equipos ya enfrentan una elevada carga asistencial. En este sentido, el financiamiento de la salud mental no debe entenderse únicamente como un gasto fiscal, sino como una inversión social que permite sostener servicios esenciales para la población”, explica el experto.

También es importante –señala- fortalecer el diálogo entre el mundo académico, la política y la ciudadanía. “Este aspecto, hoy es crucial, ya que comenzó el trabajo para generar un nuevo Plan Nacional de Salud Mental, luego de que el plan anterior concluyera en 2025. Uno de los aportes más importantes de dicho plan fue reconocer que la salud mental no puede reducirse a procesos individuales o psicológicos, sino que está estrechamente vinculada con las condiciones de vida de las personas, incluyendo el empleo, la educación, los

ingresos, la vivienda, las relaciones sociales y el acceso a derechos”, detalla.

Desde esta perspectiva, añade el experto, las políticas públicas orientadas al bienestar laboral y social también son políticas de salud mental. “Medidas como la reducción de la jornada laboral, la protección de los derechos de los trabajadores, el acceso a espacios públicos y áreas verdes, la disponibilidad de tiempo libre y las oportunidades para la vida familiar contribuyen de manera significativa al bienestar psicológico de la población. La salud mental, por tanto, no depende exclusivamente de los servicios sanitarios, sino también de las condiciones sociales que permiten desarrollar una vida digna”, puntualiza.

Para el académico de la Universidad de O’Higgins es imperioso que, si Chile busca abordar seriamente los desafíos actuales en materia de salud mental, debe avanzar en al menos tres direcciones. “En primer lugar, fortalecer el financiamiento de los servicios de salud mental para responder adecuadamente a la creciente demanda. En segundo, incrementar la inversión en investigación, ya que existe una producción científica cada vez más sólida que permite comprender la complejidad de estos problemas y diseñar mejores intervenciones. Y, finalmente, consolidar una visión de la salud mental como un fenómeno social, cultural y económico, y no únicamente individual”, finaliza.