

**Centro UC**  
Encuestas y Estudios  
Longitudinales



# Termómetro de la Salud Mental en Chile ACHS-UC

DAVID BRAVO  
ANTONIA ERRÁZURIZ  
Universidad Católica

DANIELA CAMPOS  
GABRIEL FERNÁNDEZ  
Asociación Chilena de Seguridad

25 de agosto, 2020

**Facultad de Ciencias Sociales, Pontificia Universidad Católica de Chile**  
Av. Vicuña Mackenna 4860, Edificio Centro de Innovación, piso 4, Macul, Santiago, Chile  
Teléfono (56-2) 2354 1792 | [encuestasyestudios@uc.cl](mailto:encuestasyestudios@uc.cl) | [@EncuestasUC](https://twitter.com/EncuestasUC)

[www.  
encuestas.  
uc.cl](http://www.encuestas.uc.cl)

---

# Estructura de la exposición:

I. Presentación

II. Metodología

III. Resultados

---

# I. Presentación

---

# I. Presentación: Antecedentes

- No se cuenta en el país con un estudio riguroso que aborde la situación de la salud mental de los chilenos y apunte a medir su evolución en el tiempo.
- Tampoco existe en Chile un estudio poblacional en este ámbito, que siga de manera sistemática a los mismos individuos en el tiempo (un estudio longitudinal).
- La salud mental representa una dimensión relevante de la salud de las personas; la carencia de información puede afectar la calidad del diagnóstico y del diseño de políticas públicas.
- El contexto actual de la pandemia del Covid-19, incluyendo los masivos confinamientos en el país así como sus consecuencias económicas, han relevado la preocupación por la salud mental de la población.

# I. Presentación

- La Asociación Chilena de Seguridad (ACHS) invitó al Centro UC de Encuestas y Estudios Longitudinales para llevar delante de manera conjunta el estudio longitudinal: **Termómetro de la Salud Mental en Chile.**
- La ACHS es una institución sin fines de lucro, parte de la seguridad social responsable en el ámbito de la seguridad y salud ocupacional. Para ella, la salud mental es uno de los grandes desafíos de futuro, que, atendida su complejidad y multidimensionalidad, como asimismo sus impactos sociales, requiere que diversos actores se unan para abordarla exitosamente.
- El Centro UC es una institución académica dedicada al desarrollo de estudios longitudinales y actualmente está realizando levantamientos continuos de información en el marco de la actual pandemia.

---

# I. Presentación

- A través de este proyecto, la ACHS y el Centro UC proveerán información que constituirá un bien público para el análisis y diseño de políticas en materia de salud mental.
- El carácter público del proyecto se traduce tanto en la presentación pública de sus resultados como en la accesibilidad posterior que investigadores, estudiantes e interesados tendrán para el uso de los microdatos de las encuestas.

---

## II. Metodología

---

## II. Metodología

- Estudio longitudinal en base a una muestra de hogares previamente empadronado de manera presencial.
- Se obtiene una muestra aleatoria de individuos representativos de la población nacional urbana entre los 21 y los 68 años.
- Estudio de carácter longitudinal, con seguimiento de los mismos individuos en el tiempo.
- Tamaño muestral del levantamiento: 1.637 individuos.
- Recolección de información: entre el jueves 23 y el lunes 27 de julio de 2020.
- Método de levantamiento: encuesta telefónica.
- Diseño muestral y levantamiento realizado por la Universidad Católica.



---

## II. Metodología

- Base de datos innominada de los microdatos de la encuesta estará disponible para ser descargada en los próximos 90 días.
- Próximos levantamientos de información:
  - Segunda ronda: Noviembre, 2020
  - Tercera ronda: Marzo, 2021
  - Cuarta ronda: Junio, 2021

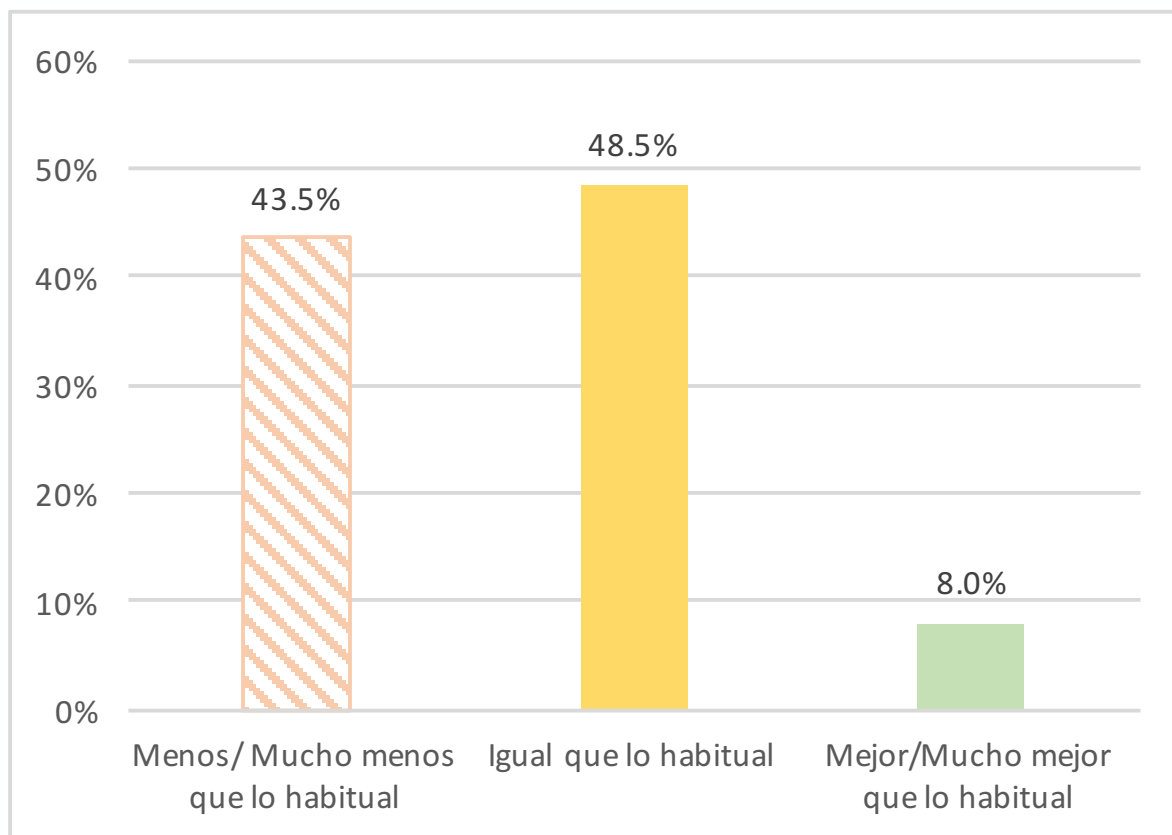
---

## III. Resultados

---

## III.1 Salud Mental

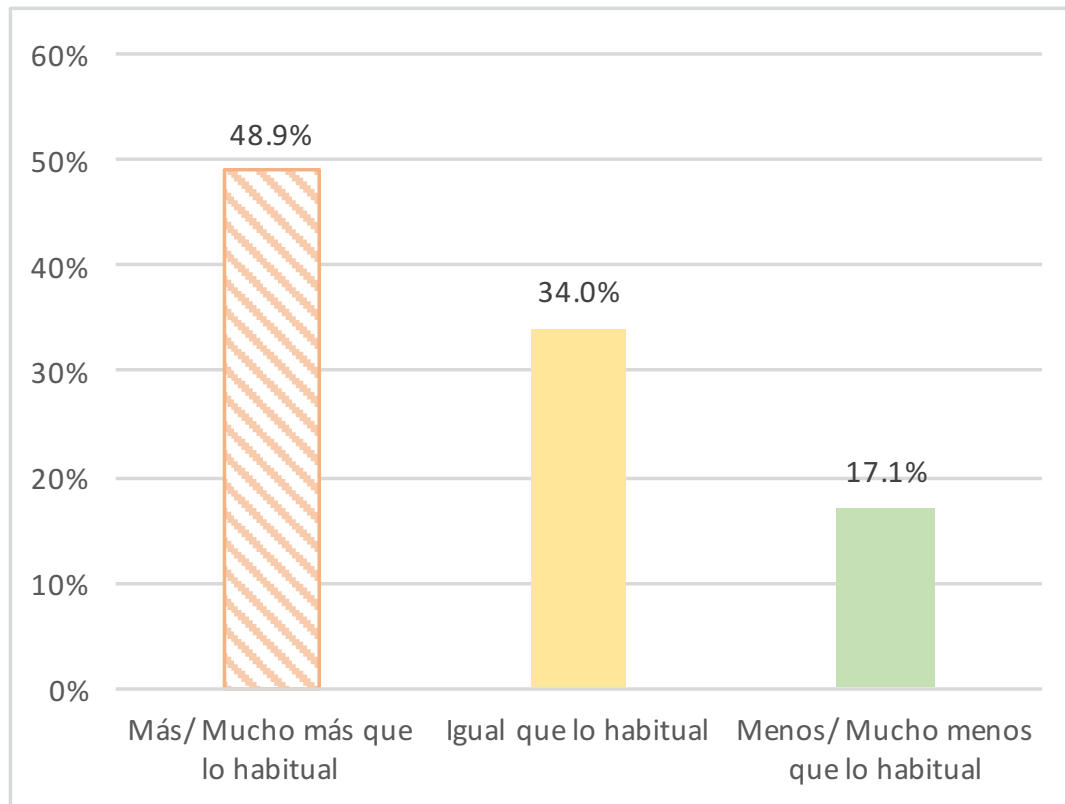
## 1. En las últimas semanas, ¿ha podido concentrarse bien en lo que hace?



Un **43,5%** de las personas entre 21 y 68 años en el país se concentró menos o mucho menos que lo habitual.

Esta proporción fue **36,3%** para los hombres y **50,7%** para las mujeres. La diferencia de **14.4** puntos es estadísticamente significativa.

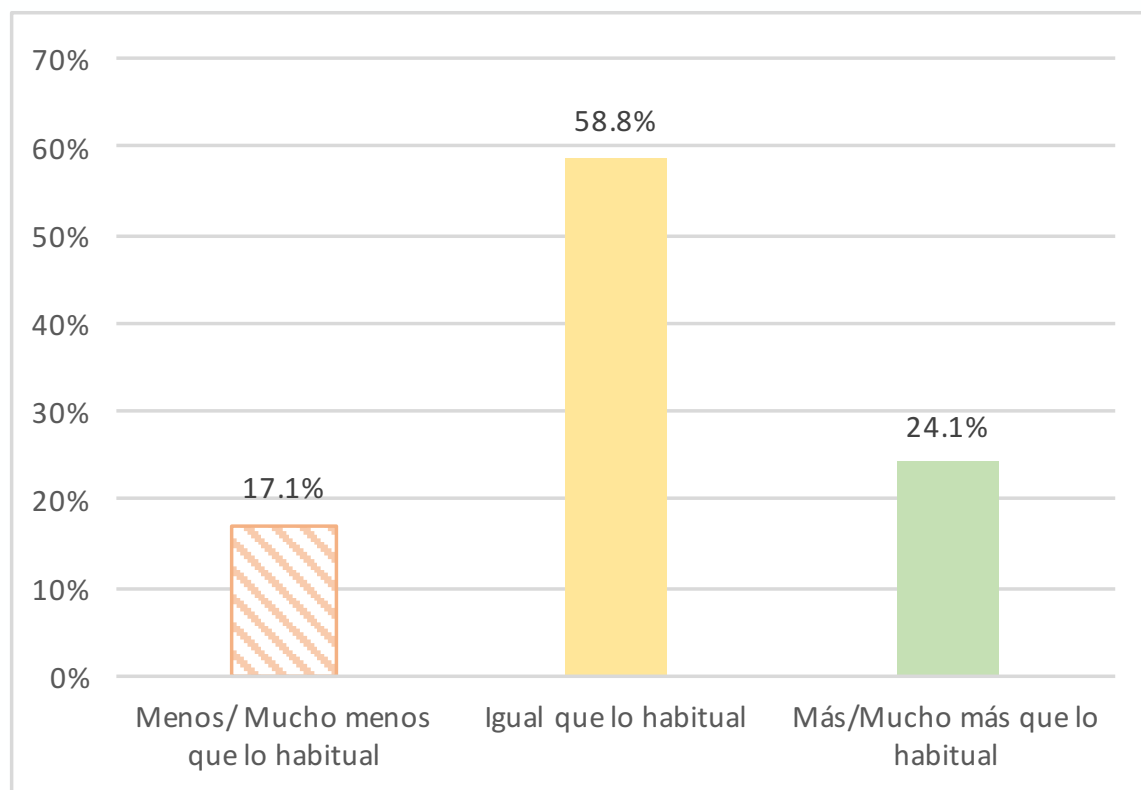
## 2. En las últimas semanas, ¿sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño?



Un **48,9%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que sus preocupaciones le han hecho perder mucho sueño (más o mucho más que lo habitual).

Esta proporción fue **43,2%** para los hombres y **54,5%** para las mujeres. La diferencia de **11,3** puntos es estadísticamente significativa.

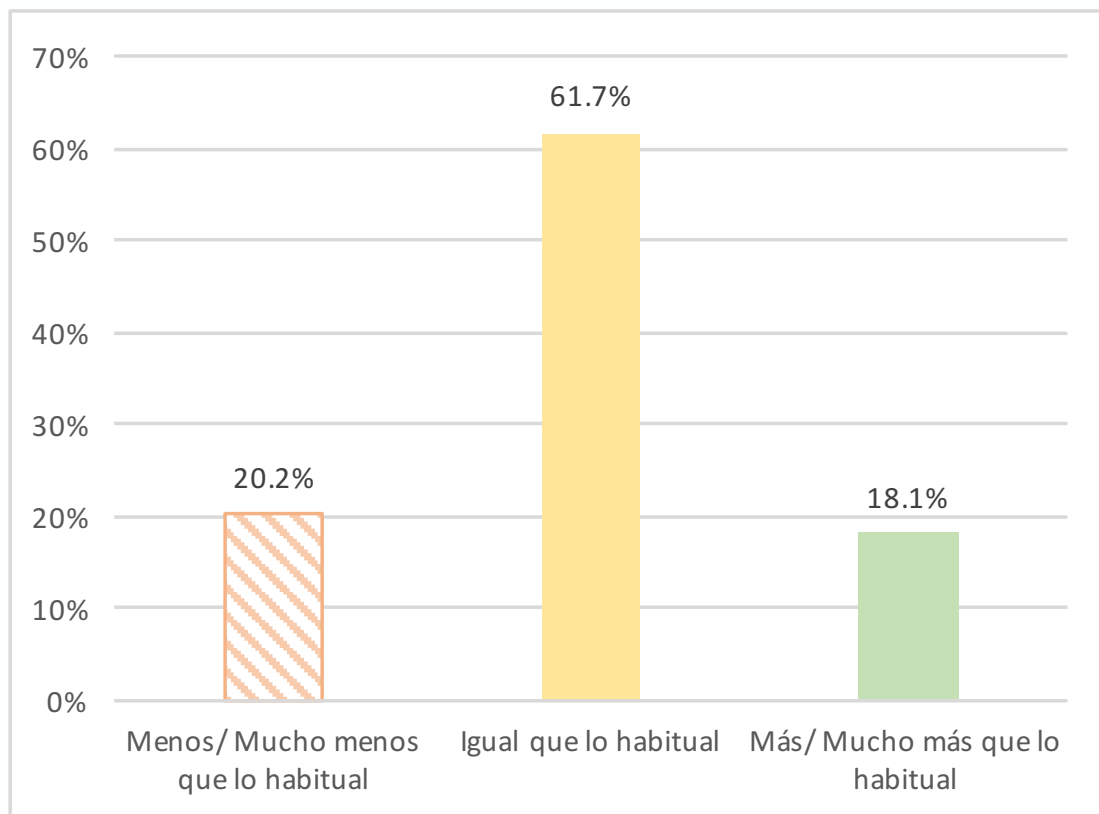
### 3. En las últimas semanas, ¿ha sentido que está jugando un papel útil en la vida?



Un **17,1%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó sentir que está jugando un papel útil en la vida menos o mucho menos que lo habitual.

Esta proporción fue **17,4%** para los hombres y **16,9%** para las mujeres. La diferencia de **0,5** puntos porcentuales es estadísticamente significativa.

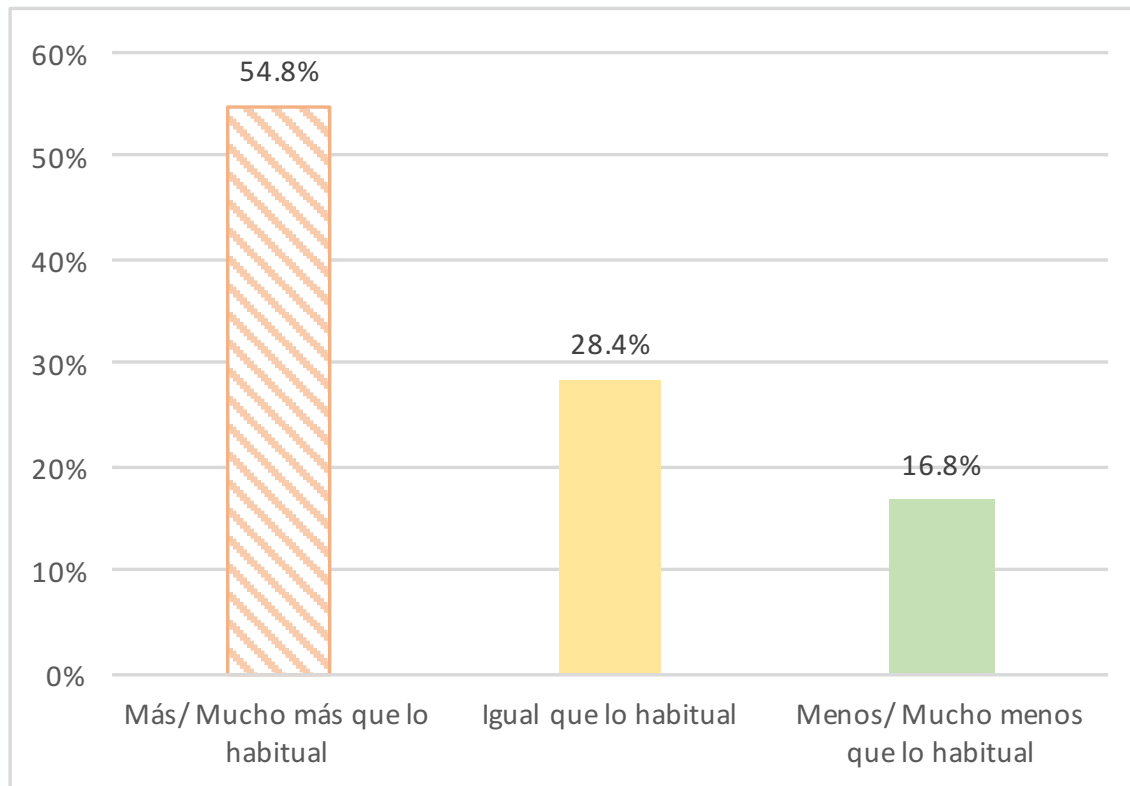
## 4. En las últimas semanas, ¿se ha sentido capaz de tomar decisiones?



Un **20,2%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que se había sentido menos o mucho menos capaz de tomar decisiones que lo habitual.

Esta proporción fue **18,8%** para los hombres y **21,7%** para las mujeres. La diferencia de **2,9** puntos es estadísticamente significativa.

## 5. En las últimas semanas, ¿se ha sentido constantemente agobiado y en tensión?

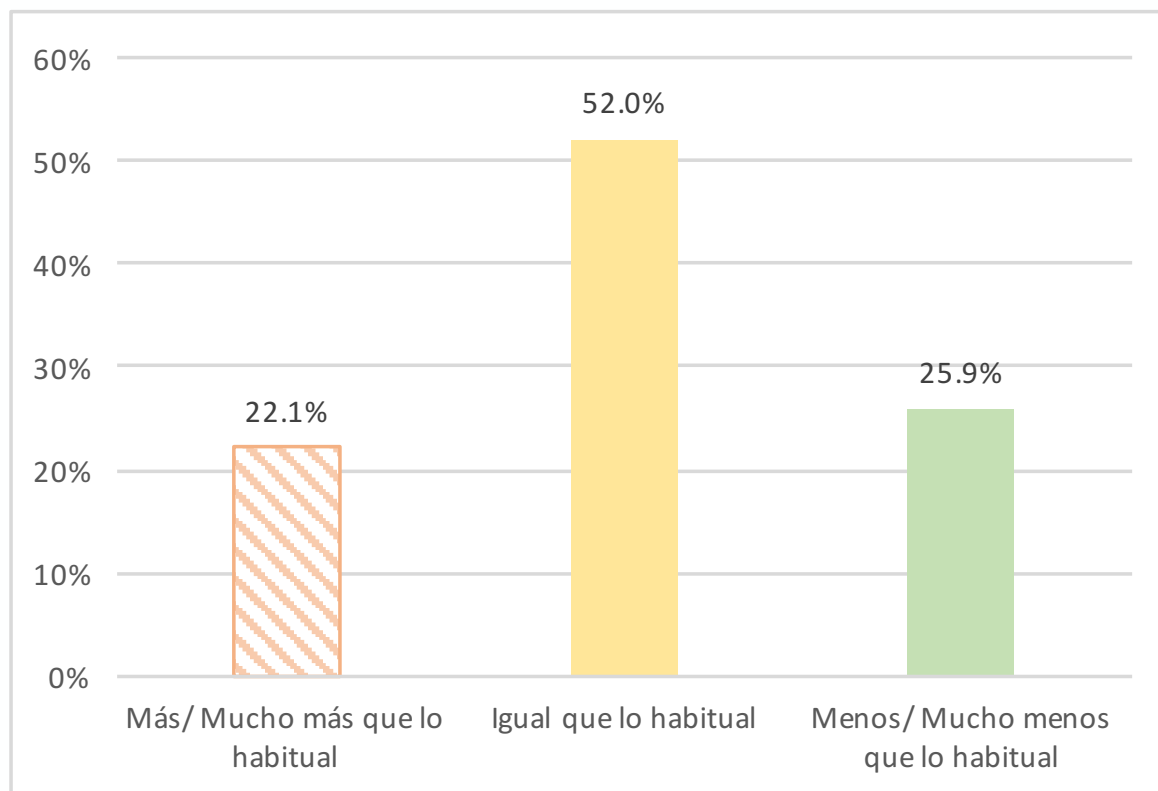


Un **54,8%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que se había sentido constantemente agobiado y en tensión más o mucho más que lo habitual.

Esta proporción fue **46,3%** para los hombres y **63,3%** para las mujeres. La diferencia de **17** puntos es estadísticamente significativa.



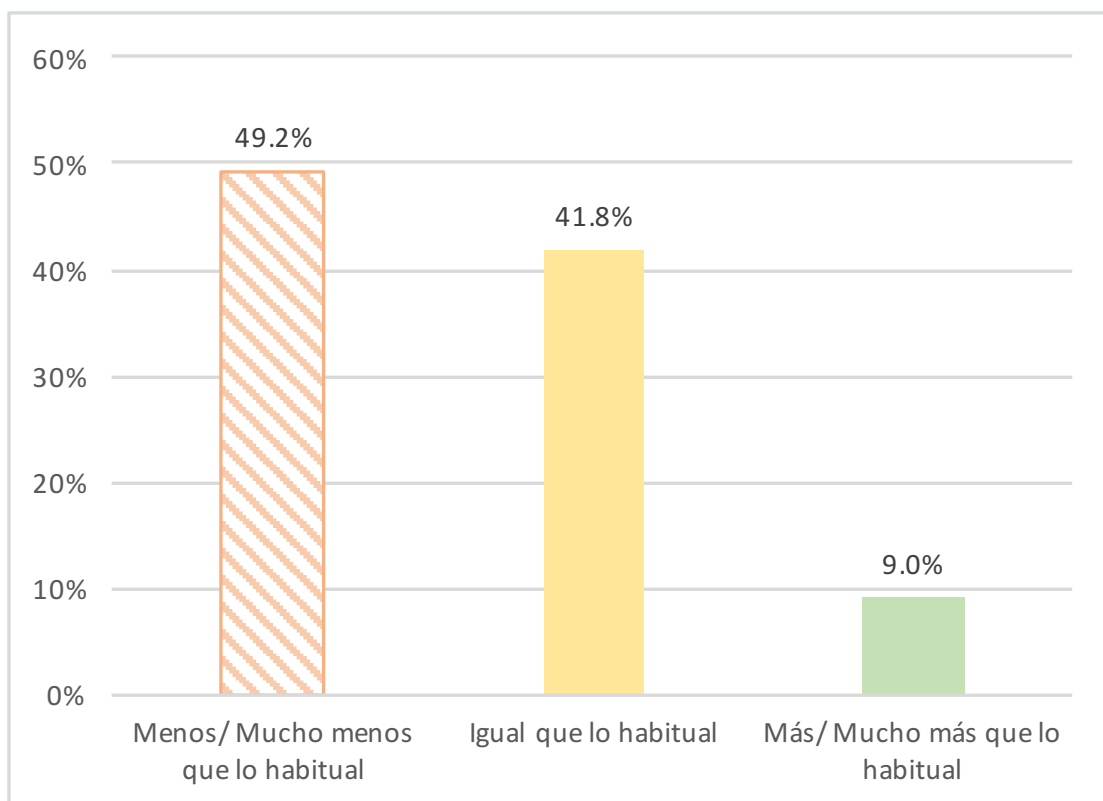
## 6. En las últimas semanas, ¿ha sentido que no puede superar sus dificultades?



Un **22,1%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que había sentido que no podía superar sus dificultades más o mucho más que lo habitual.

Esta proporción fue **17,1%** para hombres y **27,1%** para mujeres. La diferencia de **10** puntos es estadísticamente significativa.

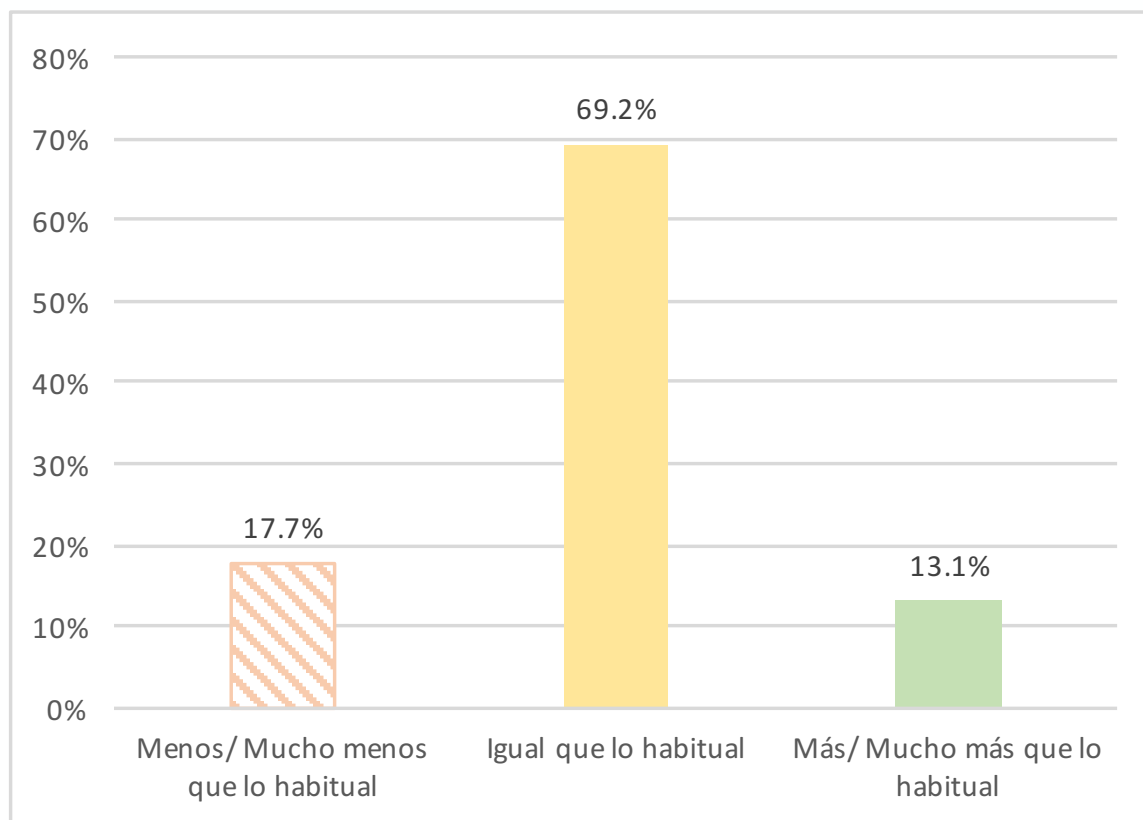
## 7. En las últimas semanas, ¿ha sido capaz de disfrutar sus actividades normales de cada día?



Un **49,2%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que había sido capaz de disfrutar sus actividades normales de cada día, menos o mucho menos que lo habitual.

Esta proporción fue **48,0%** para los hombres y **50,5%** para las mujeres. La diferencia de **2,5** puntos es estadísticamente significativa.

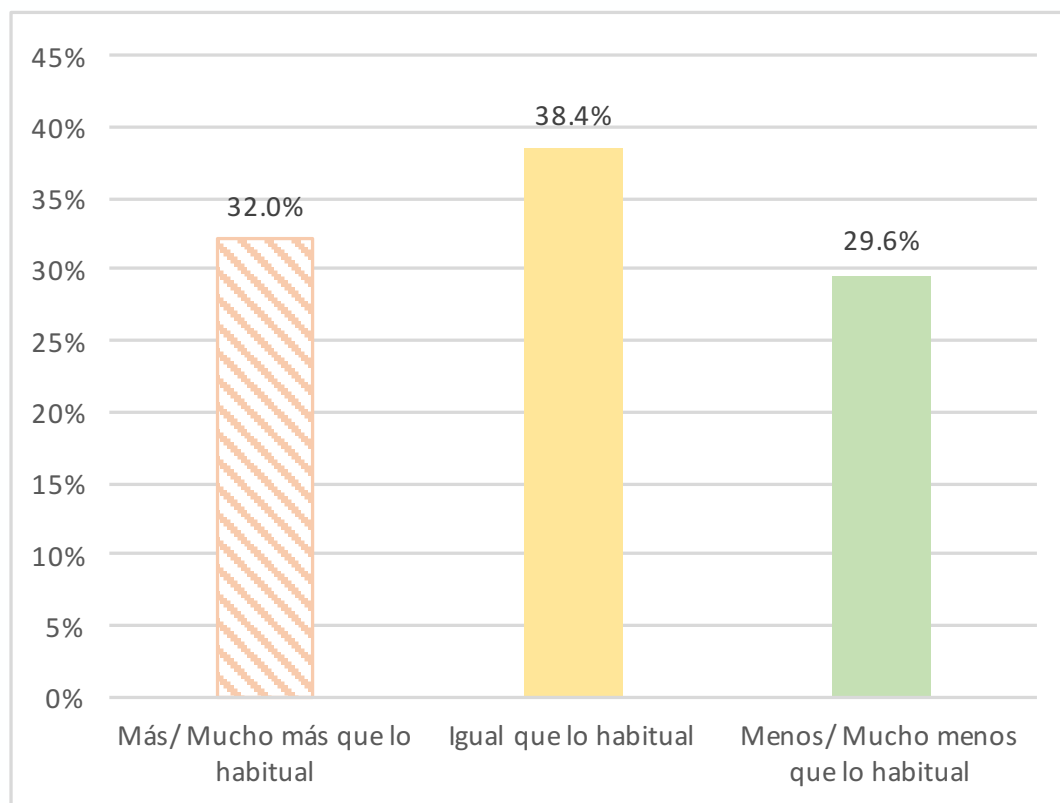
## 8. En las últimas semanas, ¿ha sido capaz de hacer frente a sus problemas?



Un **17,7%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que había sido capaz de hacer frente a sus problemas menos o mucho menos que lo habitual.

Esta proporción fue **15,4%** para los hombres y **20,1%** para las mujeres. La diferencia de **4,7** puntos es estadísticamente significativa.

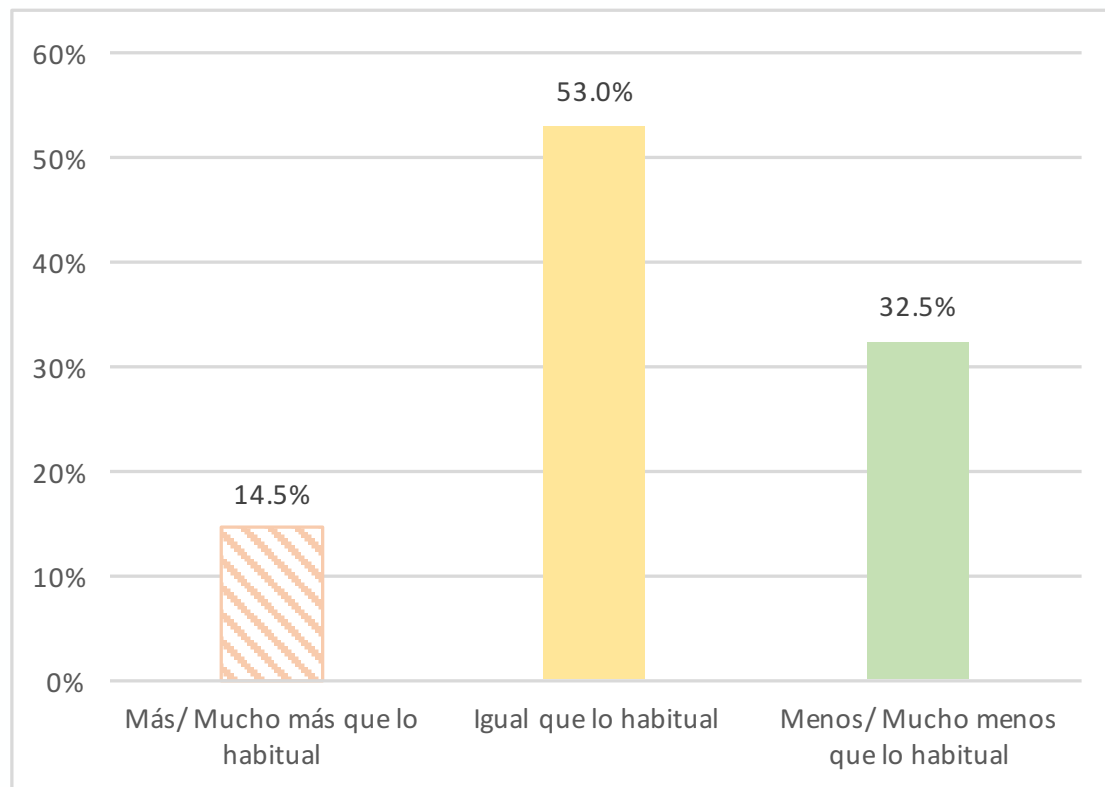
## 9. En las últimas semanas, ¿se ha sentido poco feliz o deprimido?



Un **32%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó haberse sentido poco feliz o deprimido más o mucho más que lo habitual.

Esta proporción fue **26,4%** para los hombres y **37,6%** para las mujeres. La diferencia de **11,2** puntos es estadísticamente significativa.

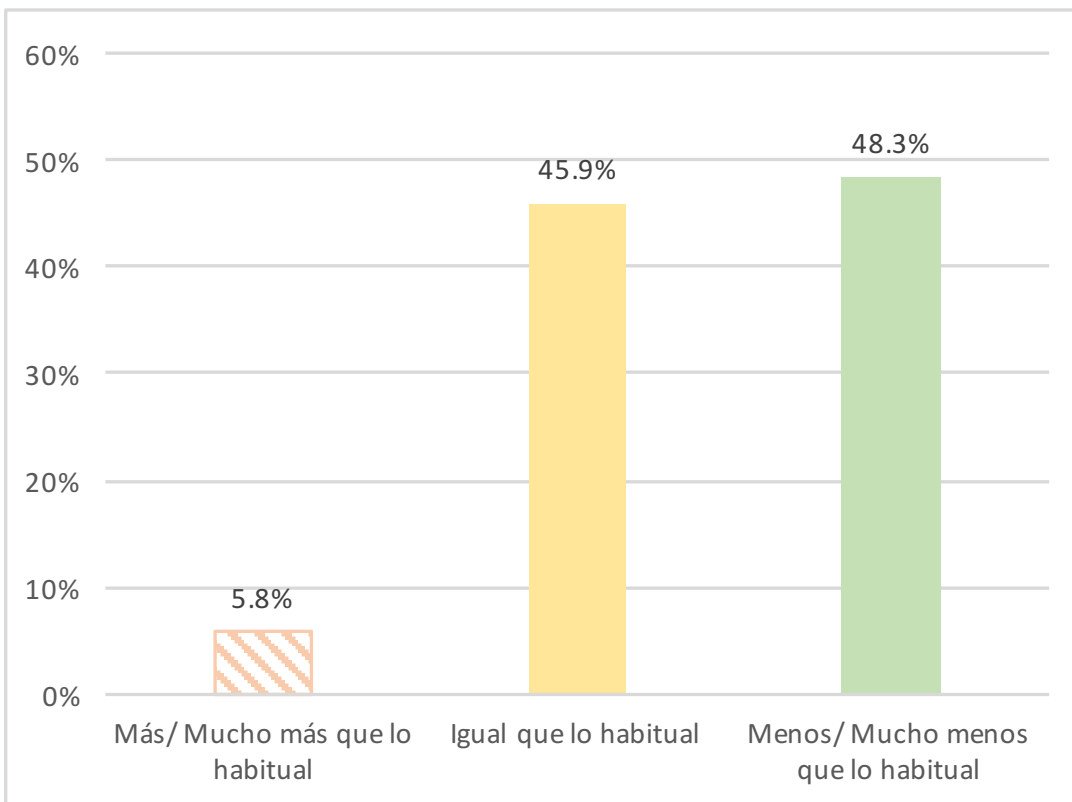
## 10. En las últimas semanas, ¿ha perdido confianza en sí mismo?



Un **14,5%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó que había perdido la confianza en sí mismo, más o mucho más que lo habitual.

Esta proporción fue **10,9%** para los hombres y **18,1%** para las mujeres. La diferencia de **7,2** puntos es estadísticamente significativa.

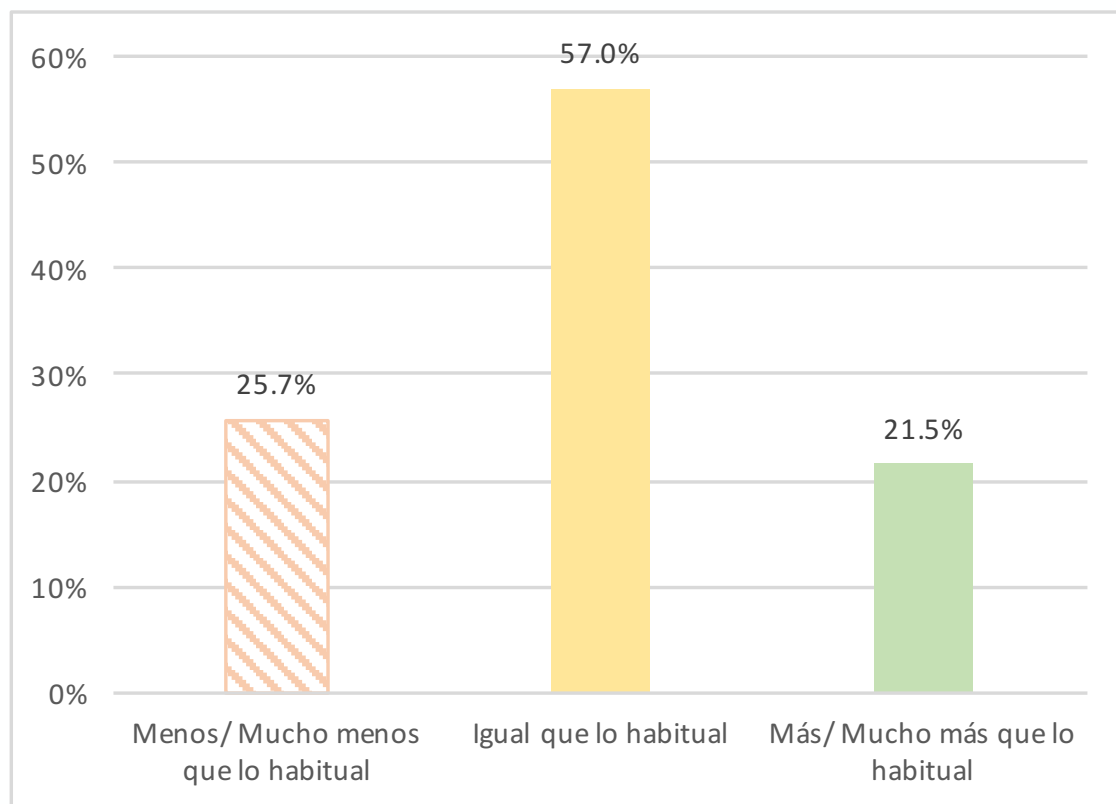
## 11. En las últimas semanas, ¿ha pensado que usted es una persona que no vale para nada?



Un **5,8%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó haber pensado que era una persona que no valía para nada, más habitualmente en las últimas semanas.

Esta proporción fue **4,5%** para los hombres y **7,0%** para las mujeres. La diferencia de **2,5** puntos es estadísticamente significativa.

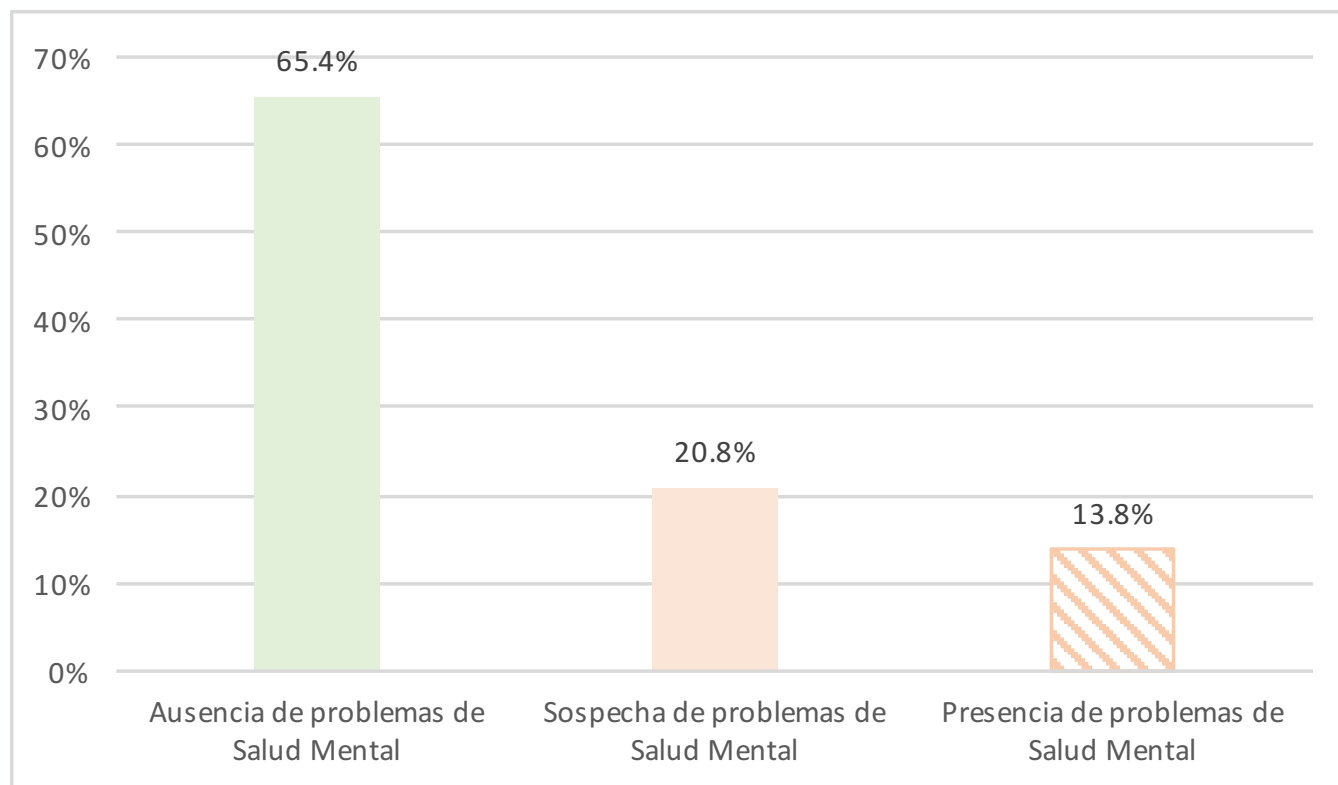
## 12. En las últimas semanas, ¿se siente razonablemente feliz, considerando todas las circunstancias?



Un **25,7%** de las personas entre 21 y 68 años en el país indicó sentirse razonablemente feliz menos o mucho menos que lo habitual.

Esta proporción fue **24,3%** para los hombres y **27,1%** para las mujeres. La diferencia de **2,8** puntos porcentuales es estadísticamente significativa.

## 13. Evaluación General



Escala en base al Cuestionario de Salud General de Goldberg-GHQ 12

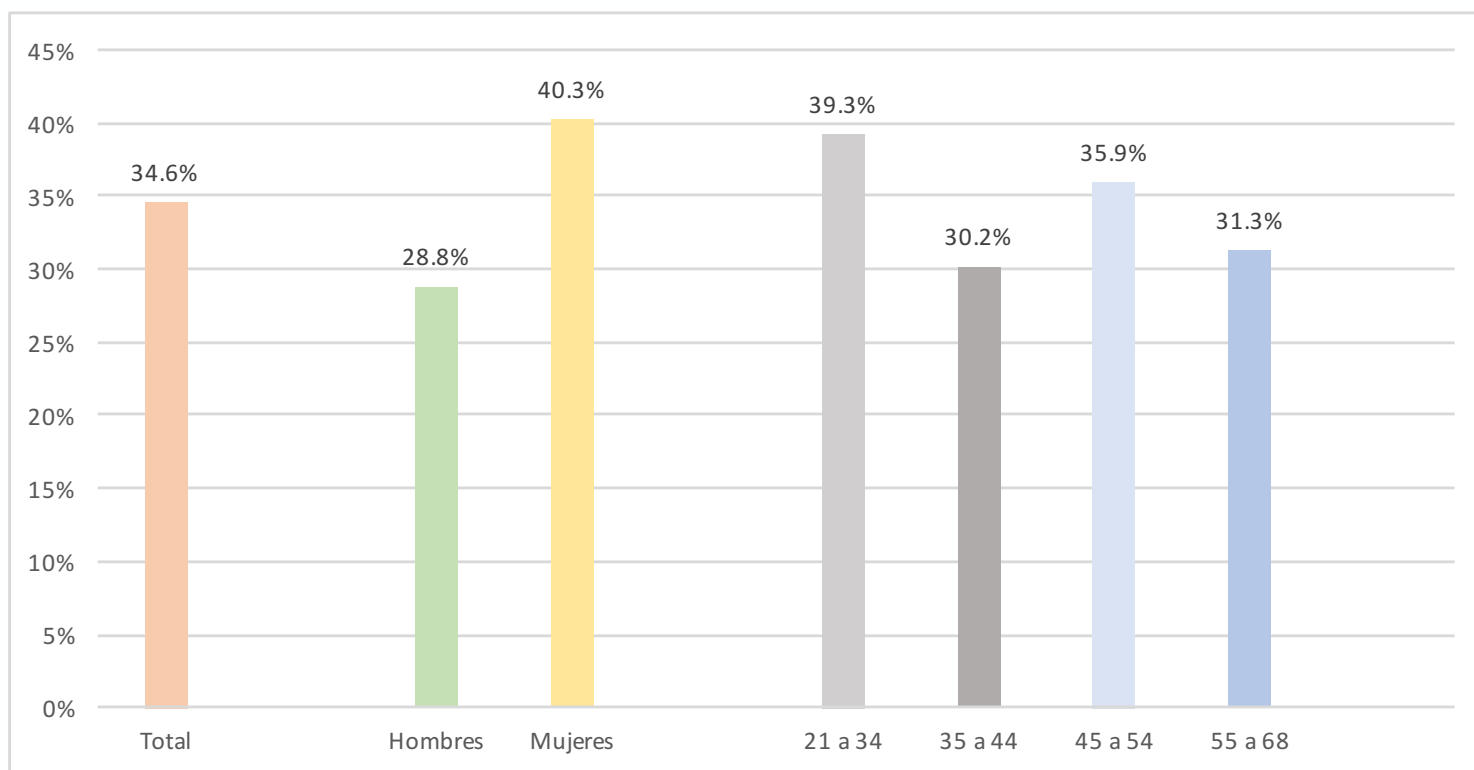
Un **34,6%** de las personas entre 21 y 68 años en el país exhibieron síntomas asociados a una probable presencia de problemas de salud mental en el mes de julio.

Las láminas siguientes caracterizan a este grupo que exhibe malestar psicológico.



## 13. Indicador de problemas de salud mental y factores asociados: Características demográficas

Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12

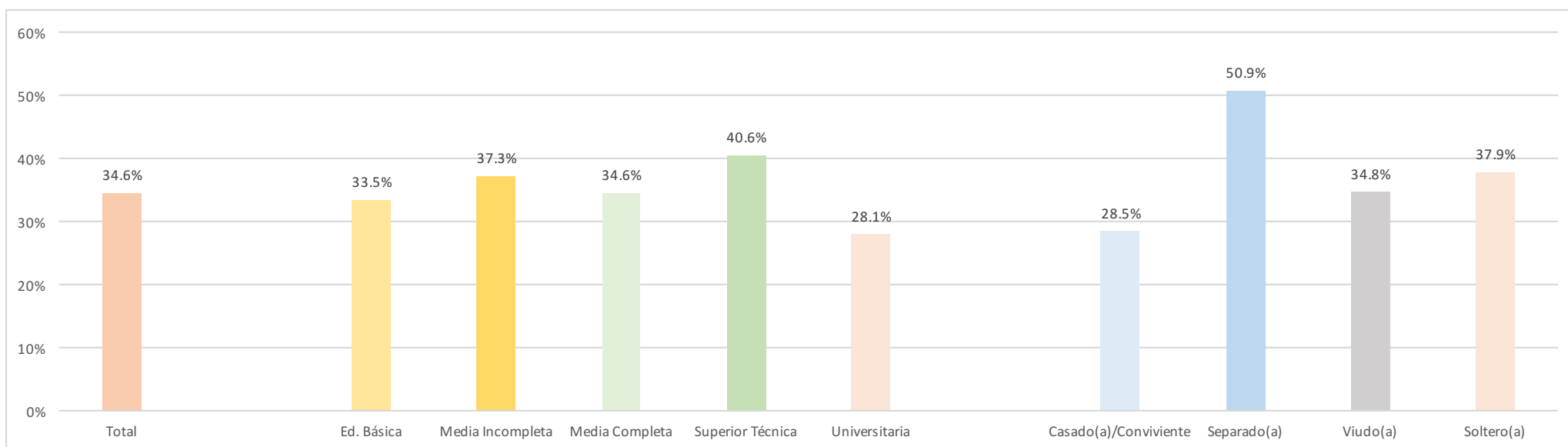


Las mujeres tienen **más de 11,5 puntos adicionales** de prevalencia de síntomas de problemas de salud mental que los hombres.

Son mayores en el tramo 21 a 34 años y en el grupo entre 45 a 54 años.

## 13. Indicador de problemas de salud mental y factores asociados: Características demográficas

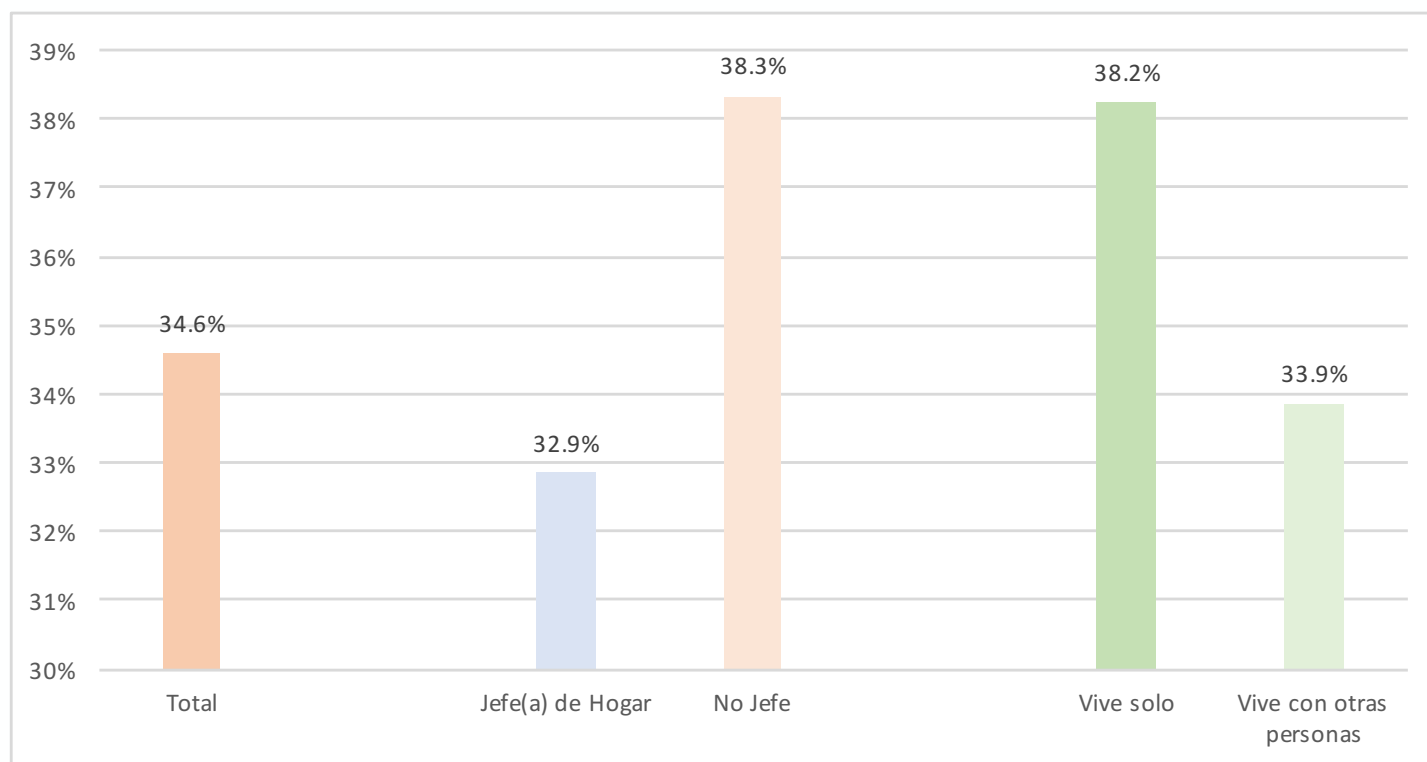
Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12



La proporción que presenta síntomas de problemas de salud mental es menor en el grupo de los universitarios. Las personas en estado separado presentan más de 22 puntos adicionales de prevalencia de problemas de salud mental que las personas casadas/convivientes.

## 13. Indicador de problemas de salud mental y factores asociados: Características demográficas

Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12

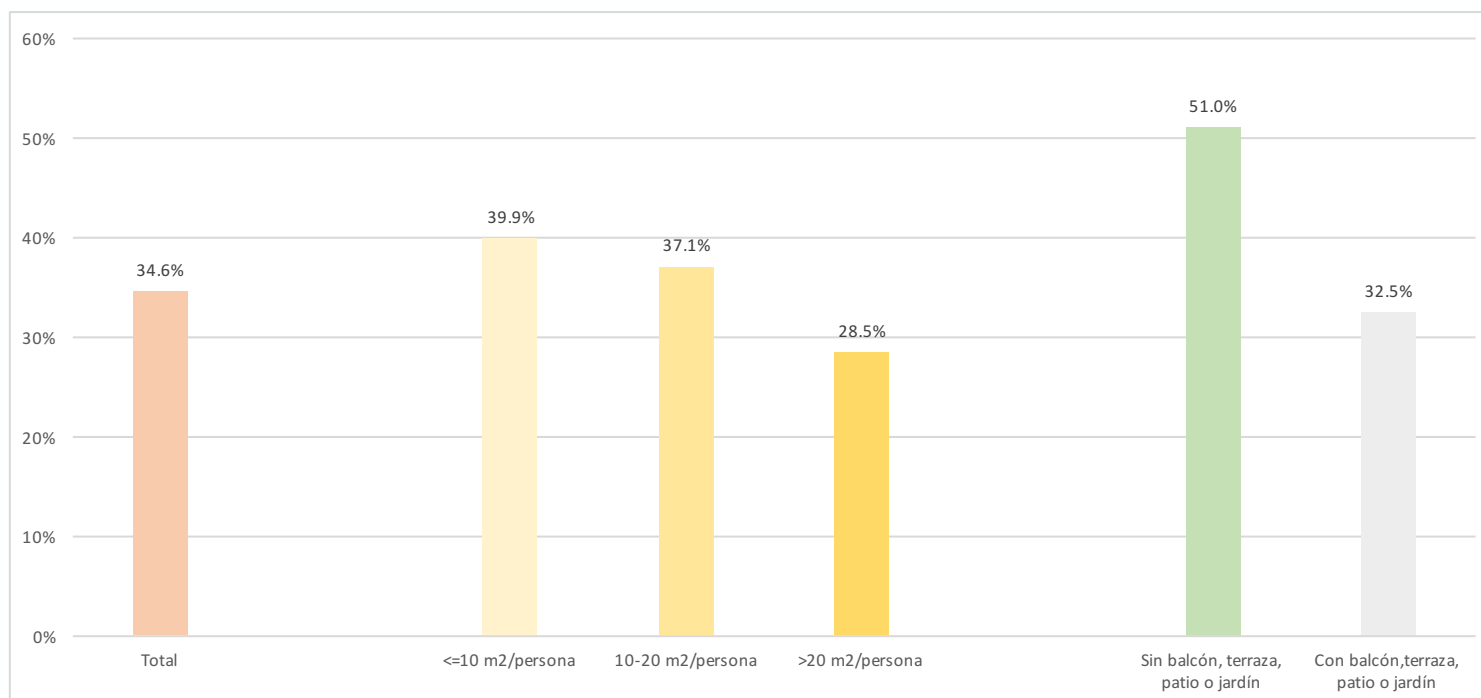


Quienes son reconocidos como jefes(as) de hogar presentan 5,4 puntos de menor prevalencia de problemas que el resto.

Las personas que viven solas tienen 4,3 puntos porcentuales de mayor prevalencia de problemas de salud mental.

## 13. Indicador de problemas de salud mental y factores asociados: Características de la vivienda

Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12



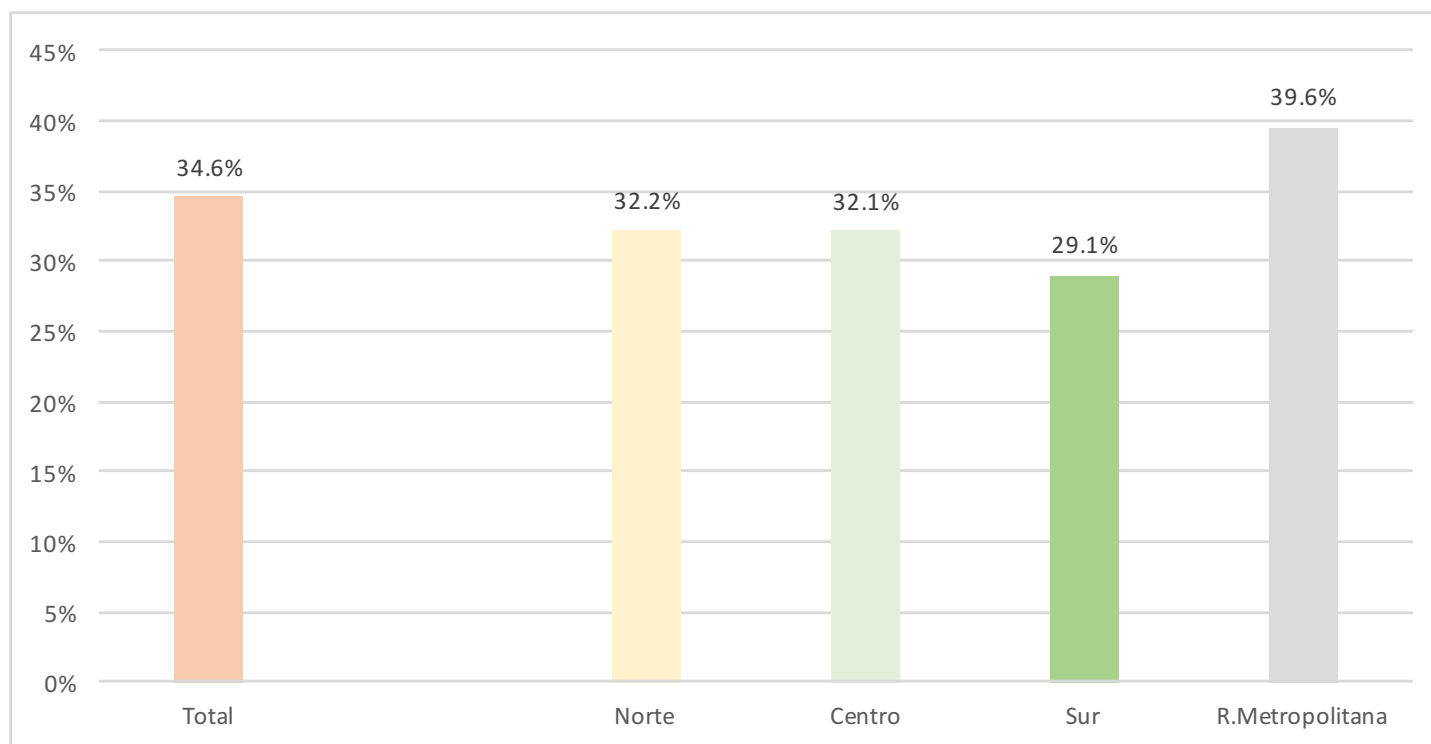
Las condiciones de la vivienda están relacionadas con la presencia de problemas de salud mental.

A menor superficie de la vivienda por persona la prevalencia es mayor.

Las personas que están en viviendas sin balcón, terraza, patio o jardín tienen 18,5 puntos más de prevalencia que el grupo de comparación.

## 13. Indicador de problemas de salud mental y factores asociados: Región del país

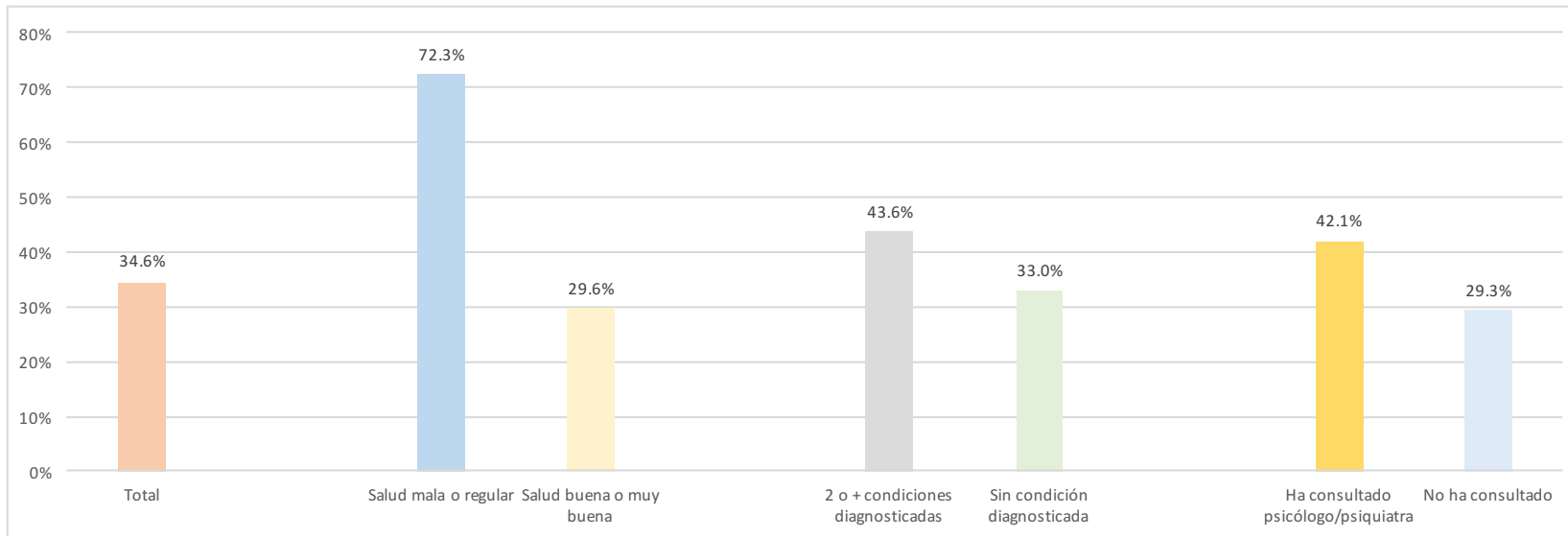
Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12



La Región Metropolitana presenta más de 7 puntos adicionales de síntomas de problemas de salud mental que las regiones de la zona norte y centro y más de 10 puntos en comparación con las regiones de la zona sur.

## 13. Indicador de problemas de salud mental: Condición de salud de la persona

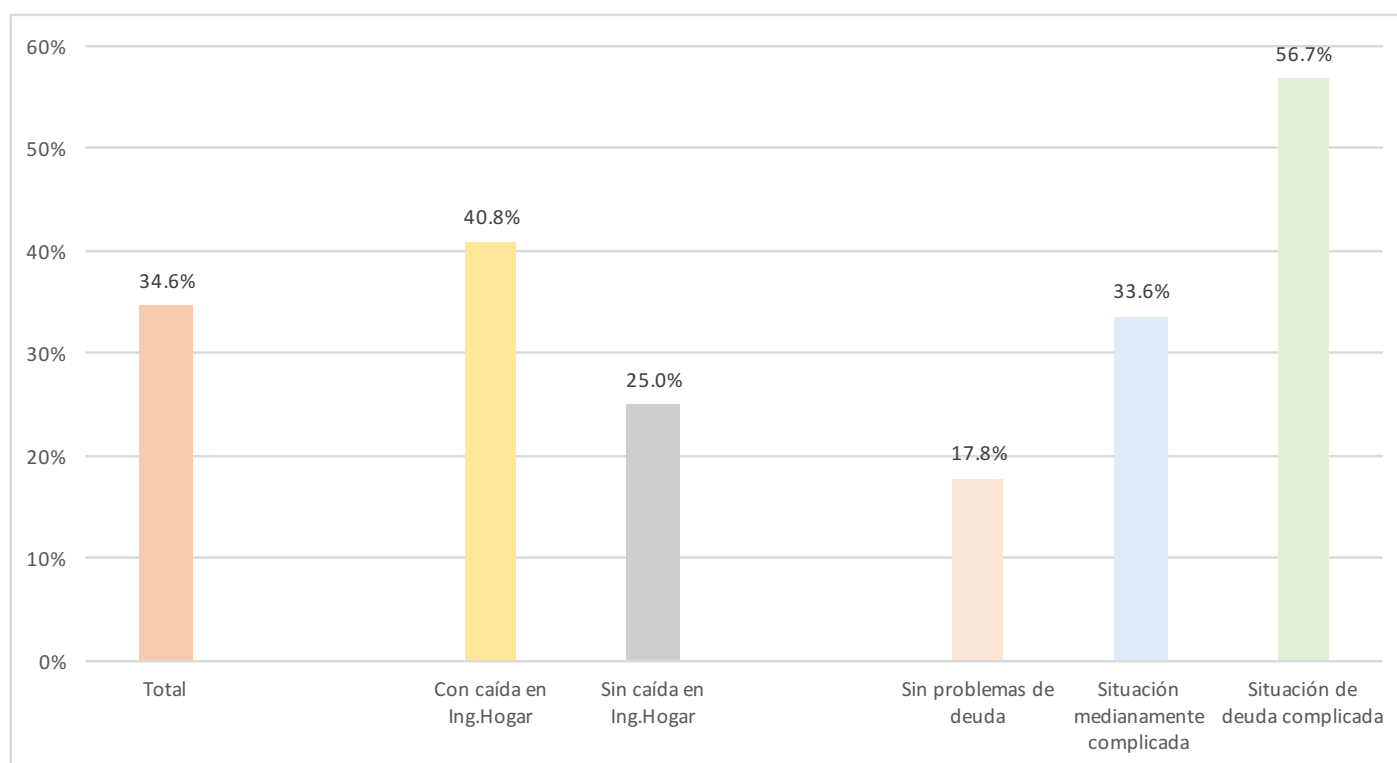
Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12



Si bien la prevalencia de problemas de salud mental es de 34,6% para el grupo de 21 a 68 años, esta proporción es más del doble en el caso de quienes autoreportan un estado de salud 4 o inferior en una escala de 1 a 7. También esta prevalencia es 10,3 puntos superior en el caso de quienes han sido diagnosticados por dos o más condiciones catastróficas en salud y 13 puntos mayor en quienes han ido alguna vez en su vida a una consulta psicológica o psiquiátrica.

## 13. Indicador de problemas de salud mental y factores asociados: Situación económica del hogar

Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12

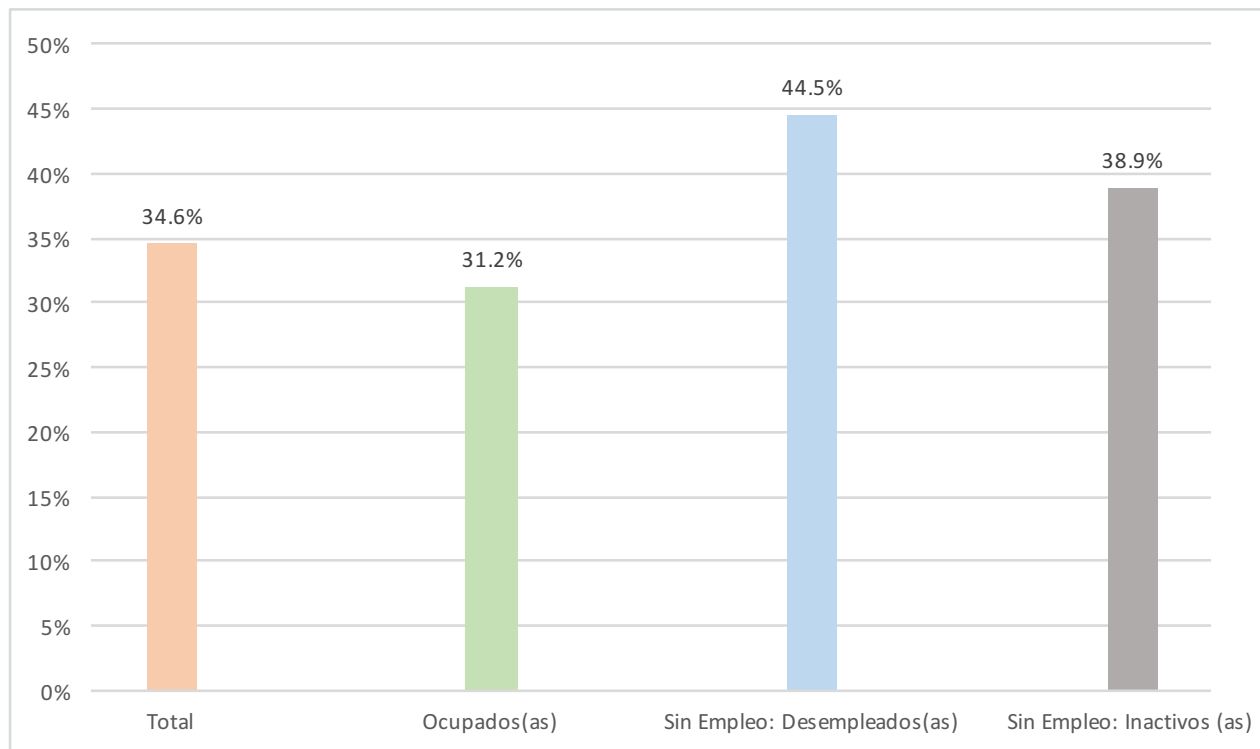


La presencia de estos síntomas es muy superior (casi 16 puntos) en aquellos hogares que reportan una caída en sus ingresos respecto del mes de julio del año anterior.

También se aprecia que la prevalencia de problemas de salud es más de 3 veces superior en el caso de quienes tienen una situación de deuda en el hogar complicada, en relación con los que no tienen problemas de deuda.

## 13. Indicador de problemas de salud mental: Situación laboral de la persona

Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12

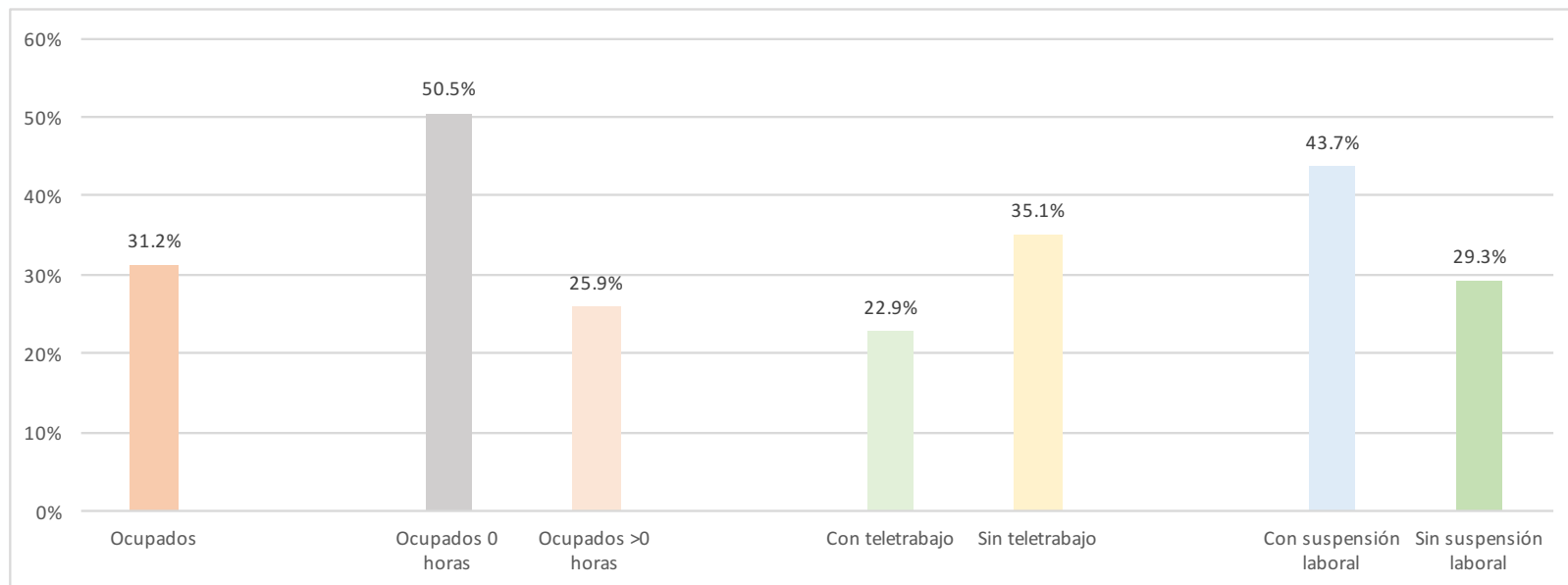


Los problemas de salud mental son mayores en el grupo de los que no trabajan, es decir, inactivos y, especialmente, desocupados.



## 13. Indicador de problemas de salud mental: Condiciones de trabajo de los(as) ocupados(as)

Proporción que presenta problemas de salud mental de acuerdo a indicador GHQ-12



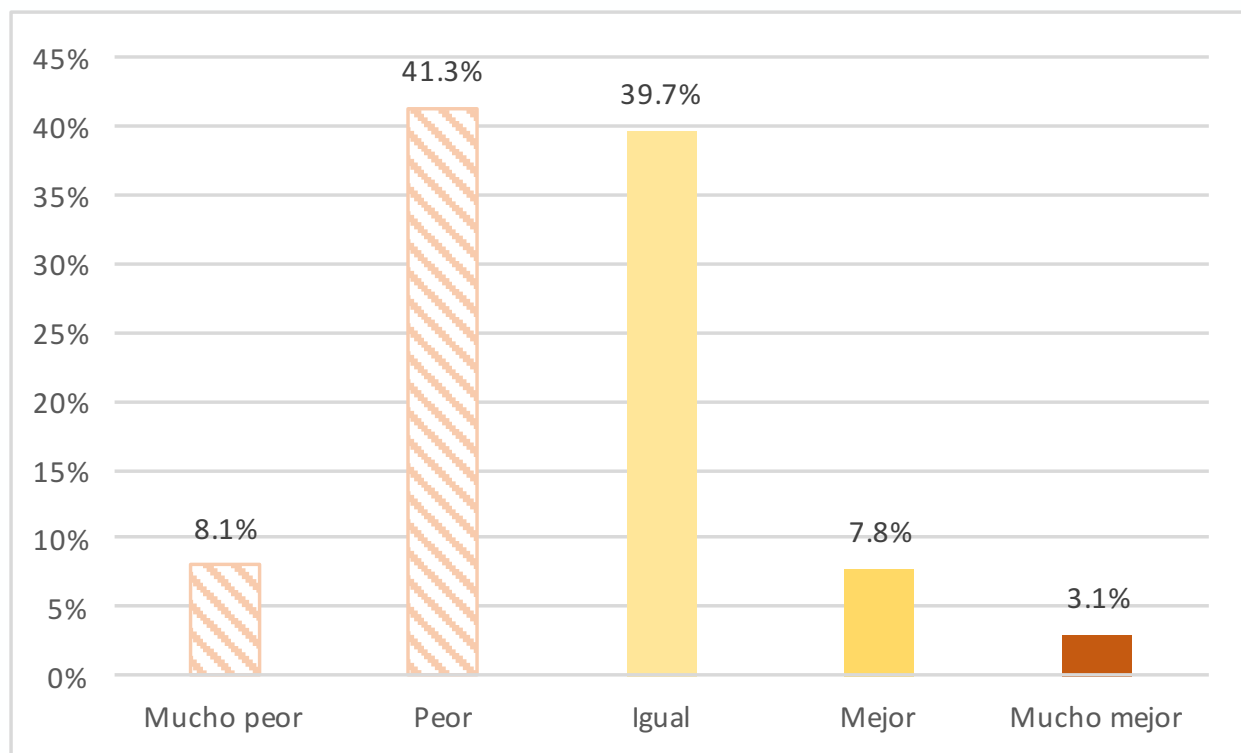
Si se considera solo a los ocupados, la prevalencia de problemas es de 31,2%.

Aquellos ocupados que trabajaron 0 horas la última semana de julio, muestran una proporción de 50,5% en comparación con el 25,9% de quienes trabajaron 1 hora o más. También esta prevalencia es más de 12 puntos mayor entre quienes no realizaron labores de teletrabajo y más de 14 puntos mayor en quienes están en condición de suspensión laboral acogidos a la Ley de Protección del Empleo.

---

## III.2 Estado de ánimo y pandemia

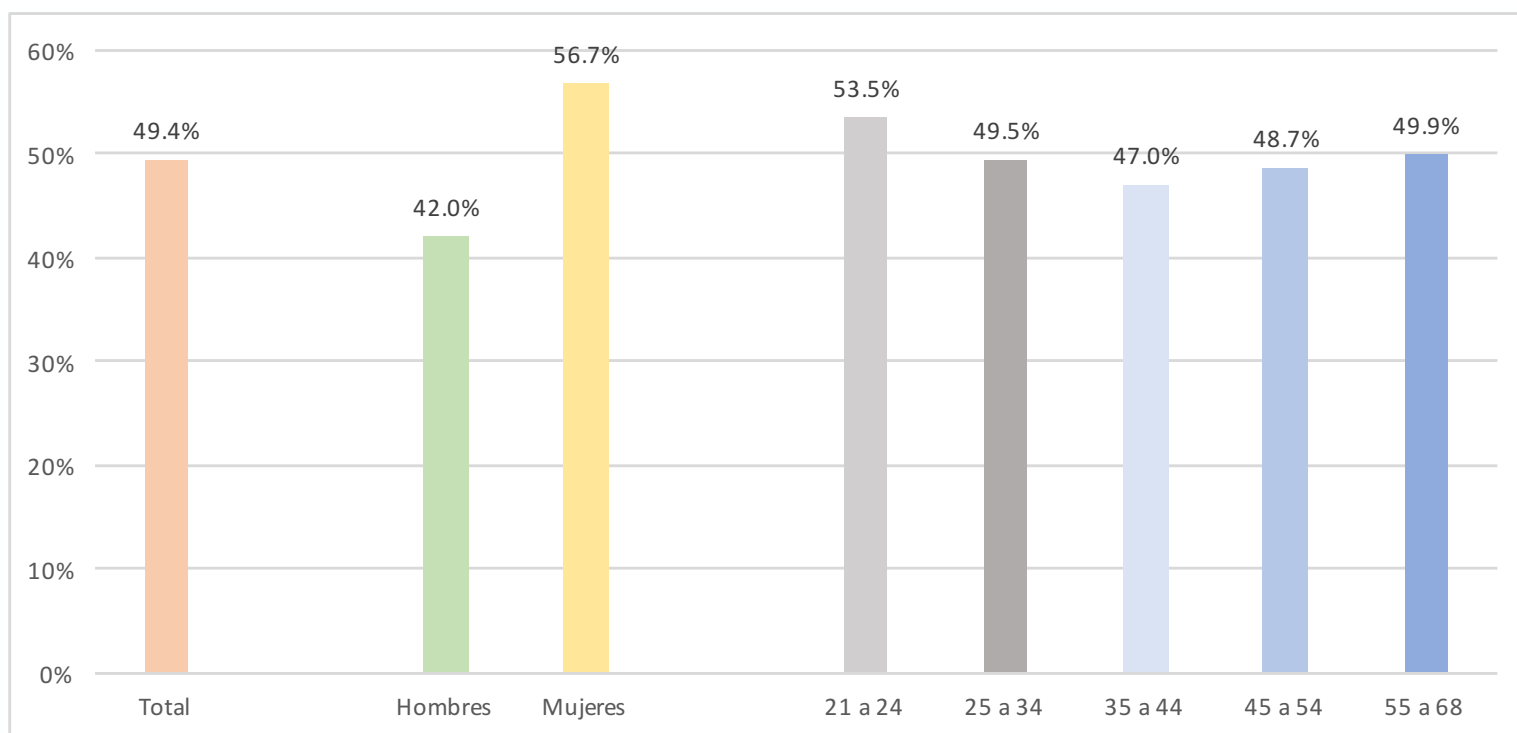
## En comparación con su estado de ánimo anterior a la pandemia del coronavirus, ¿cómo evalúa su estado de ánimo actual?



Un **49,4%** de las personas entre 21 y 68 años en el país evalúan que su estado de ánimo actual es peor o mucho peor en comparación con la situación anterior a la pandemia del corona virus.

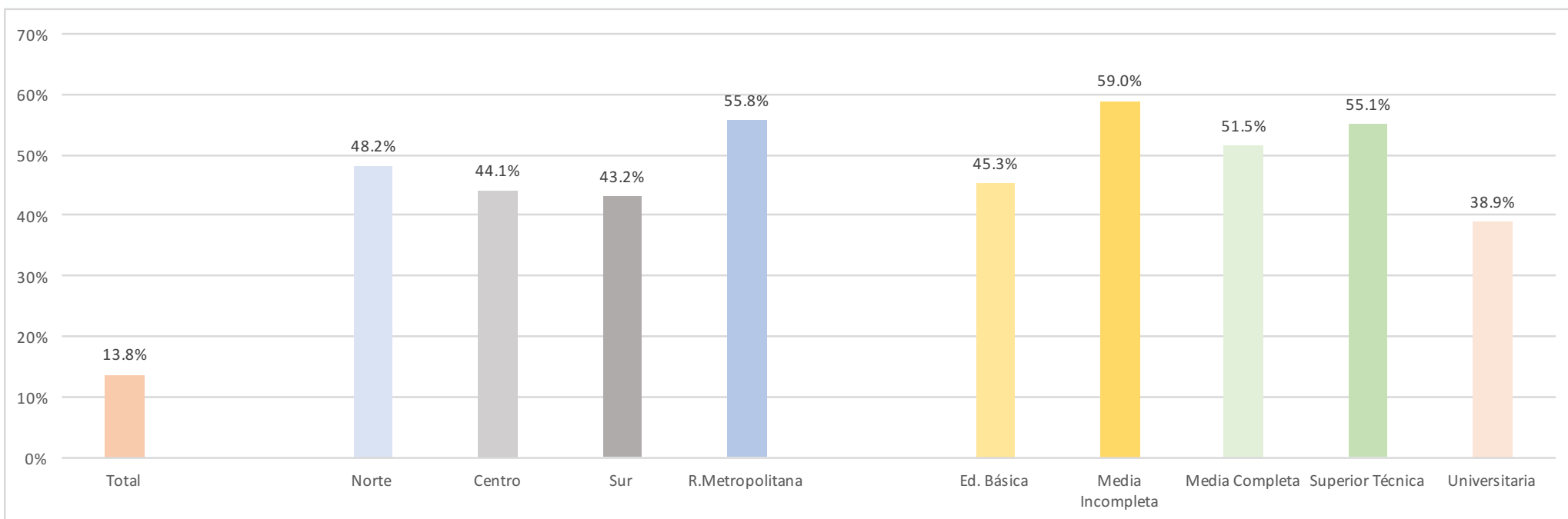
## Estado de Ánimo

Proporción que evalúa su actual estado de ánimo como peor o mucho peor respecto a situación previa a la pandemia



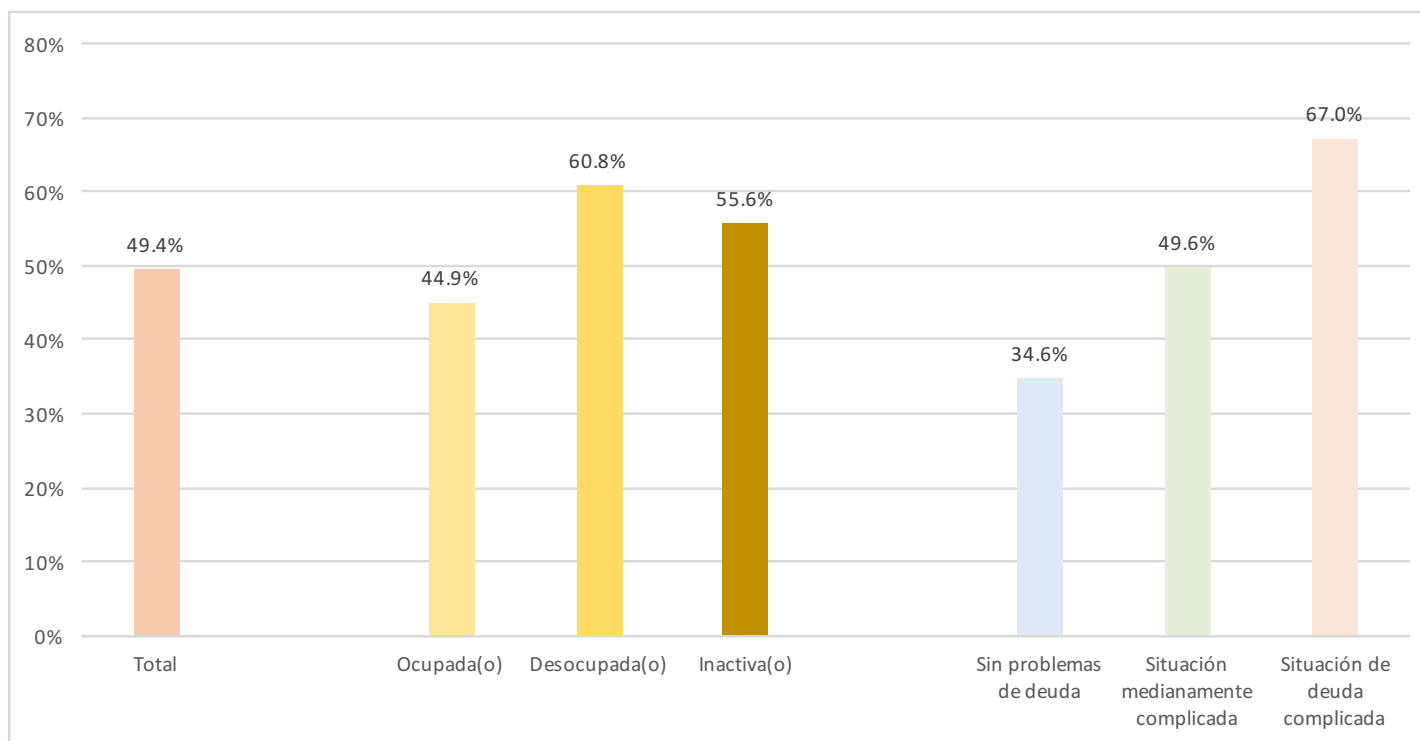
# Estado de Ánimo

Proporción que evalúa su actual estado de ánimo como peor o mucho peor respecto a situación previa a la pandemia



## Estado de Ánimo

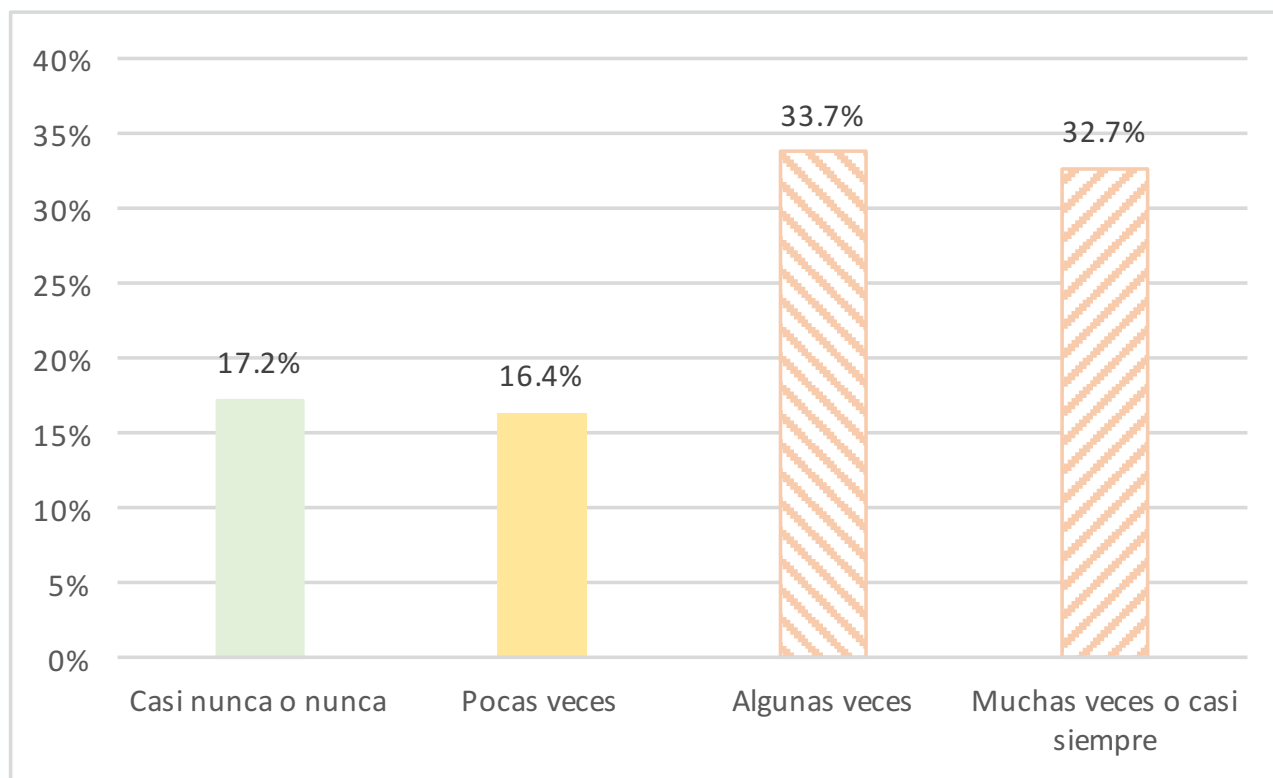
Proporción que evalúa su actual estado de ánimo como peor o mucho peor respecto a situación previa a la pandemia



---

## III.3 Ambiente de trabajo y satisfacción laboral

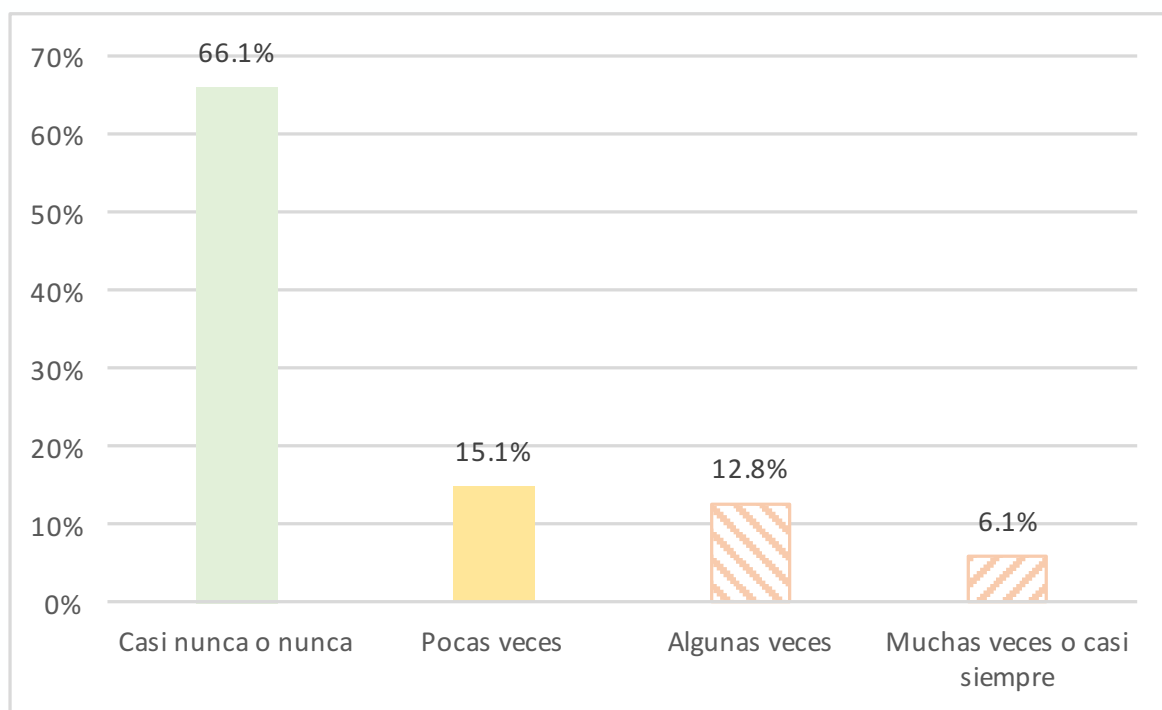
## Considerando los últimos 6 meses: siente que sus tareas laborales requieren excesivo esfuerzo físico y/o mental



Un **66,4%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que “*algunas veces*” o “*muchas veces o casi siempre*” sienten que sus tareas laborales requieren excesivo esfuerzo físico y/o mental. Esta proporción es de 69% para los hombres y 62% para las mujeres.

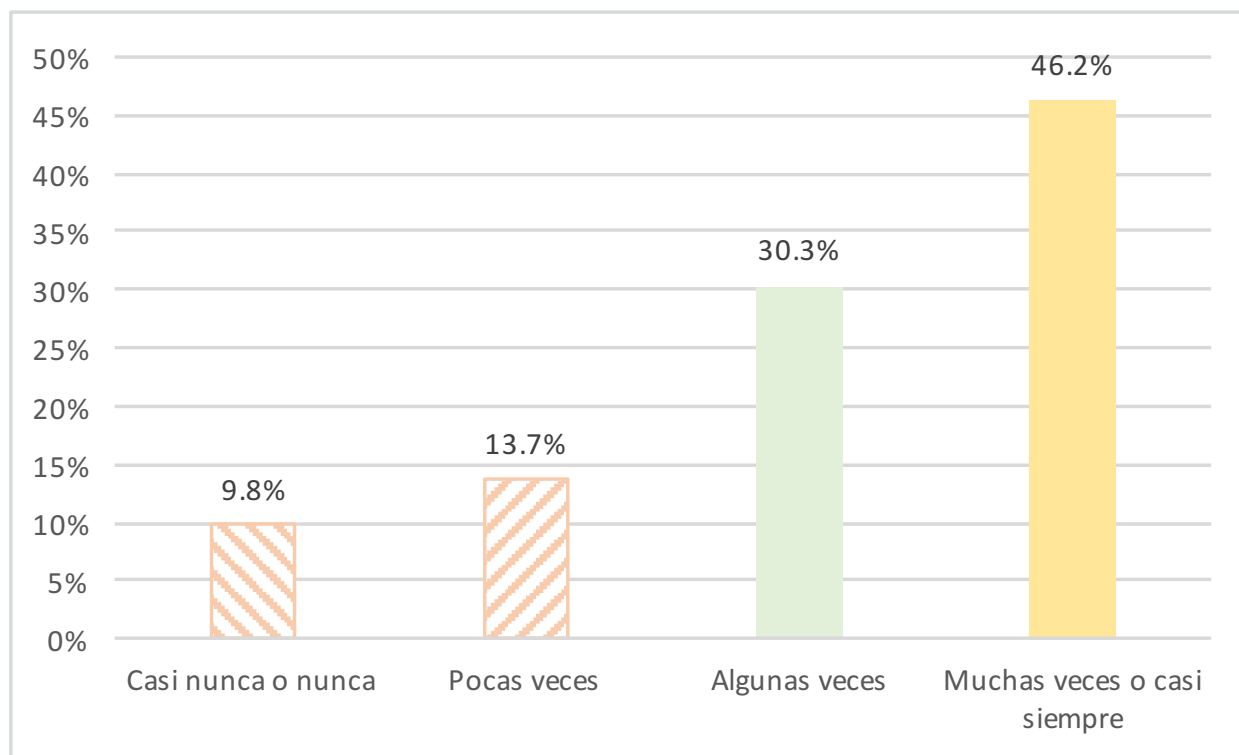


## Considerando los últimos 6 meses: existe mal ambiente en su área de trabajo



Un **66,1%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que *“nunca”* o *“casi nunca”* existe mal ambiente en su área de trabajo.

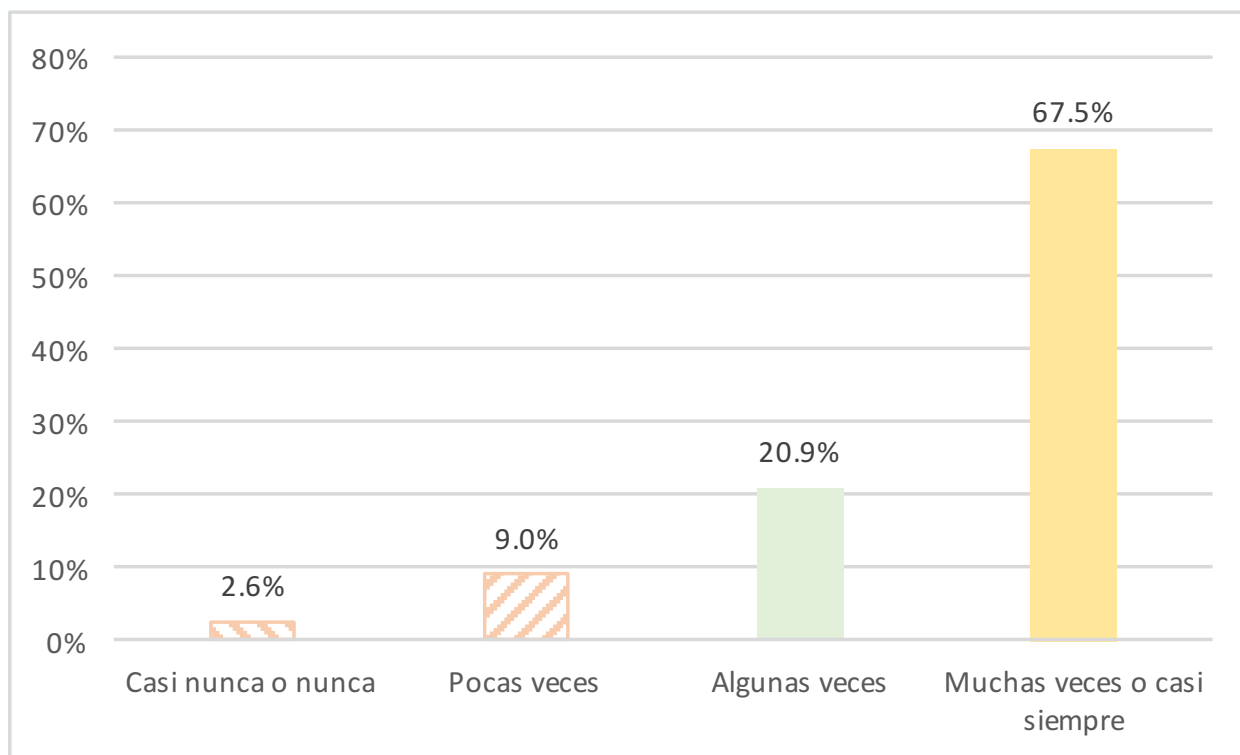
## Considerando los últimos 6 meses: los horarios de su actividad laboral le permiten mantener una vida personal acorde a sus deseos e intereses



Un **46,2%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que *“muchas veces o casi siempre”* sus horarios laborales permiten una vida personal acorde a sus deseos. Esta proporción es 49% para los hombres y 42% para las mujeres.

Por otra parte, un **23,5%** indica que ello ocurre *“nunca, casi nunca o pocas veces”* (21% en hombres y 27% en mujeres).

## Considerando todos los aspectos de su puesto de trabajo en general: ¿se siente satisfecho?

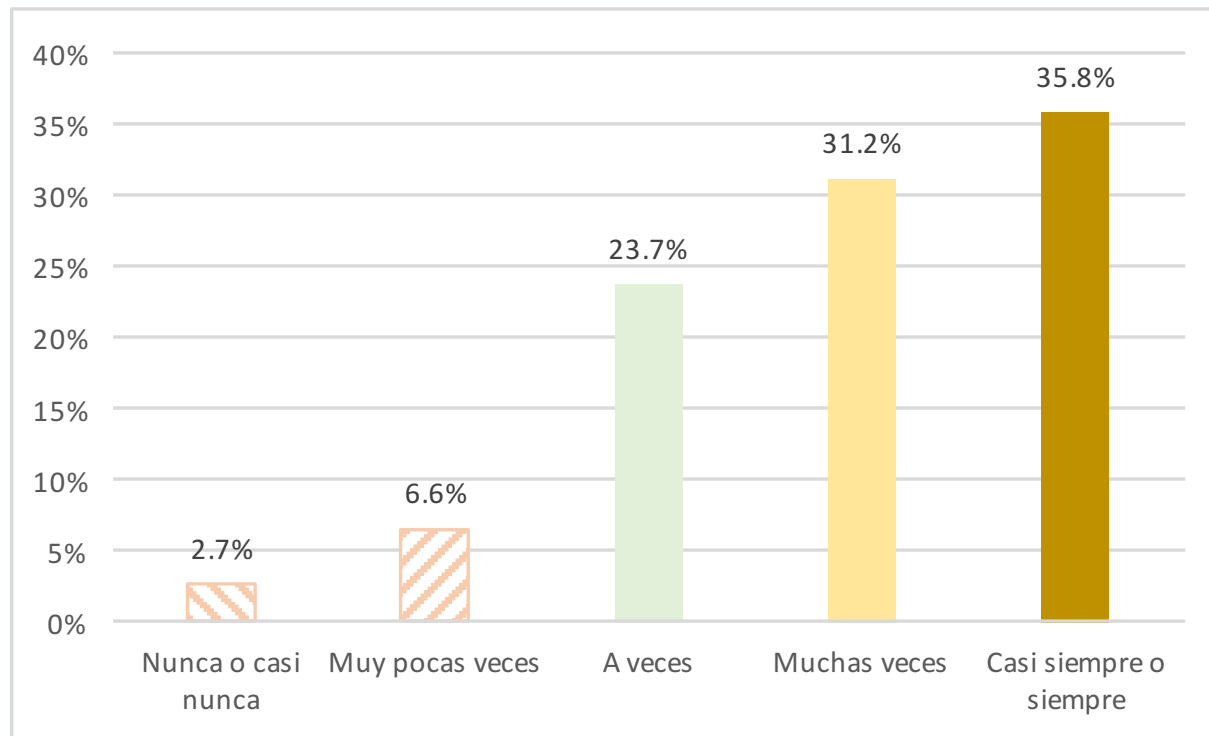


Un **67,5%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que muchas veces o casi siempre se sienten satisfechas con su trabajo. Esta proporción es de 70% para los hombres y 64% para las mujeres.

---

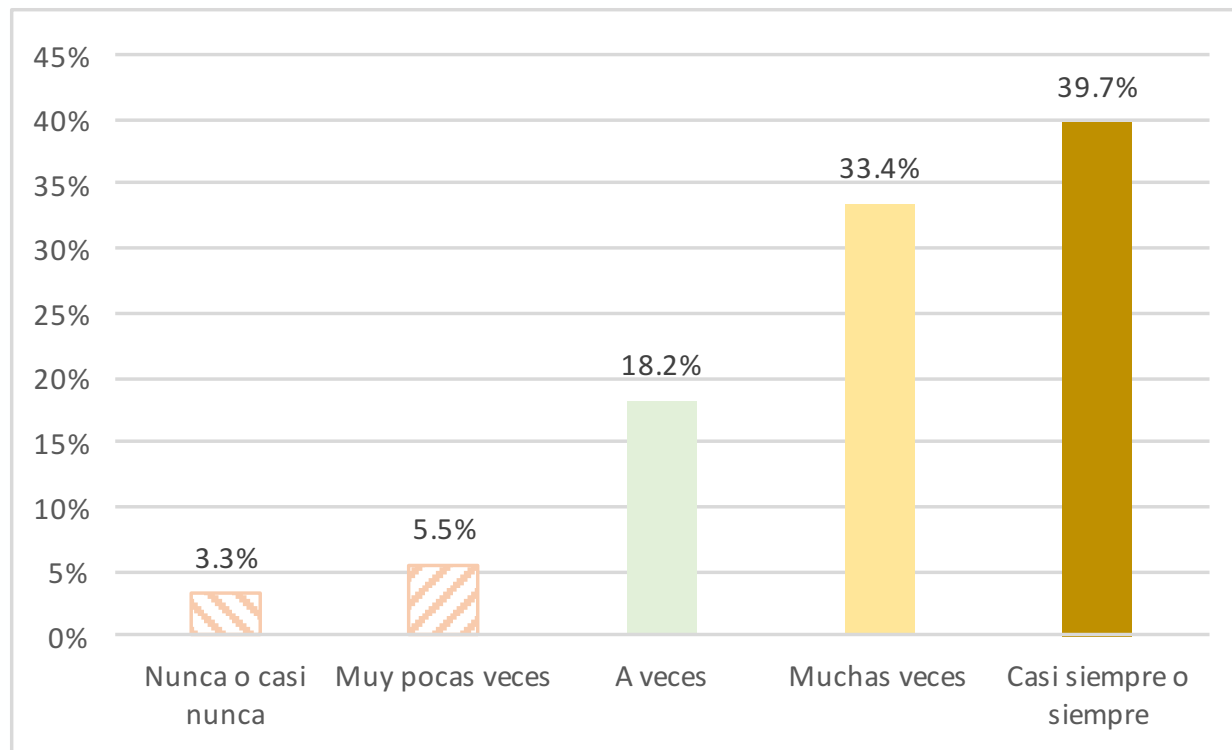
## III.4 Involucramiento con el trabajo

## Frecuencia con la que se siente lleno de energía en su trabajo



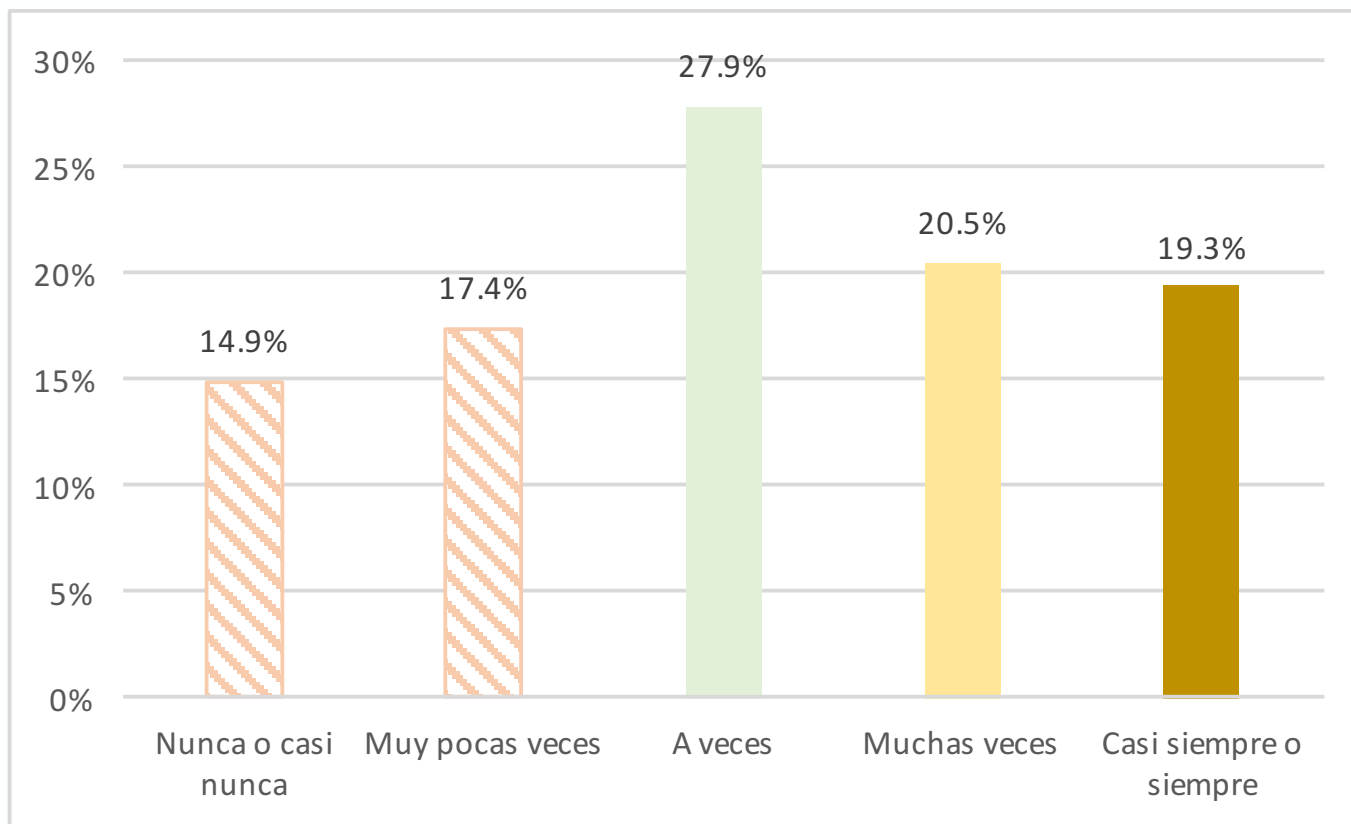
Un **67%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que *“muchas veces o casi siempre”* se sienten llenos de energía en su trabajo. Esta proporción es de 72% para los hombres y 59% para las mujeres.

## Frecuencia con la que se siente entusiasmado con su trabajo



Un **73,1%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que muchas veces o siempre se sienten entusiasmadas con su trabajo.

## Frecuencia con la que siente que cuando está trabajando se olvida de todo



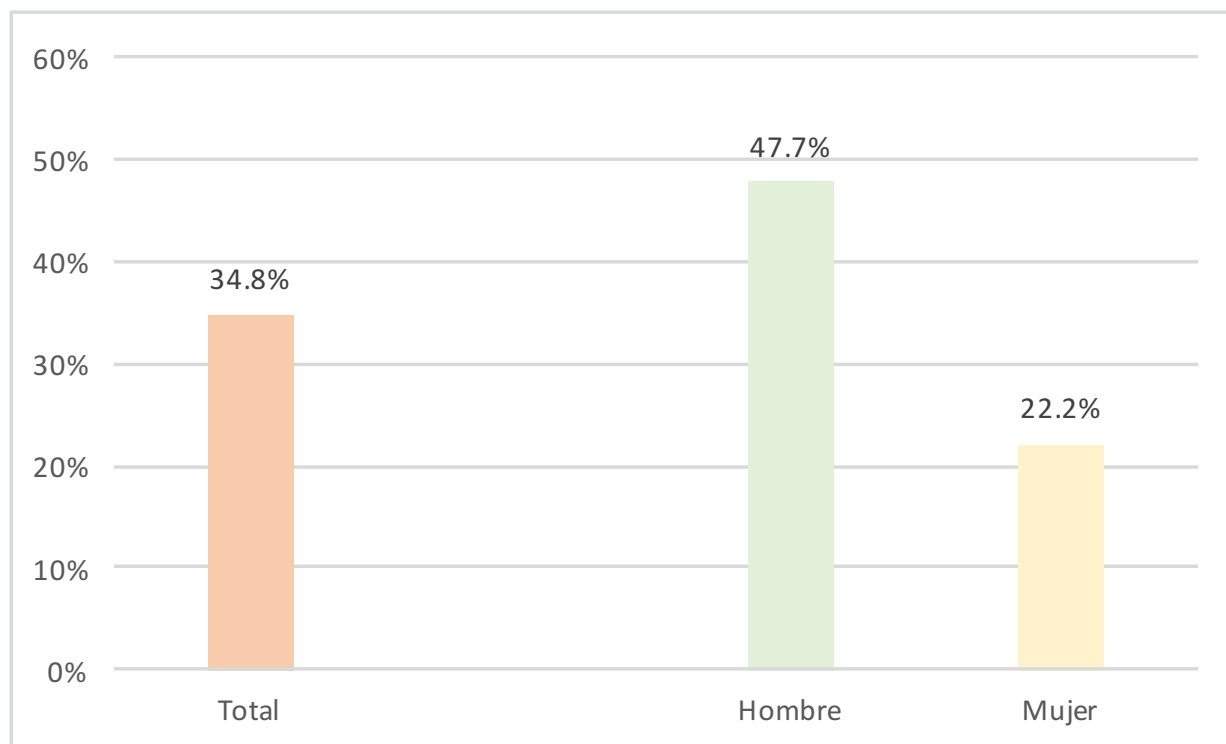
Un **39,8%** de las personas ocupadas entre 21 y 68 años en el país indican que *“muchas veces o casi siempre”* sienten que cuando están trabajando se olvidan de todo. Esta proporción es un 37% en los hombres y un 43% en las mujeres.

---

## III.5 Consumo de alcohol y tabaco



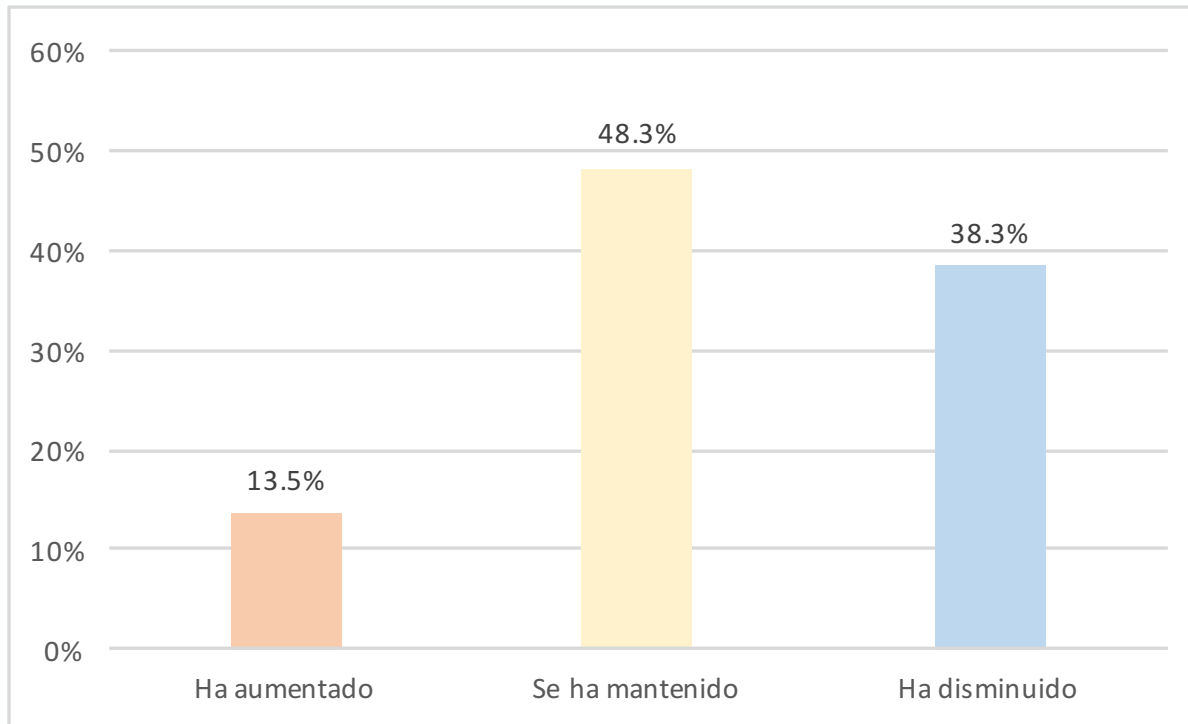
## Proporción que reporta consumir alcohol actualmente



Un **34,8%** de las personas entre 21 y 68 años en el país reporta consumir alcohol actualmente.

El consumo de alcohol en los hombres es de **47,7%**, más del doble que el que se registra en las mujeres.

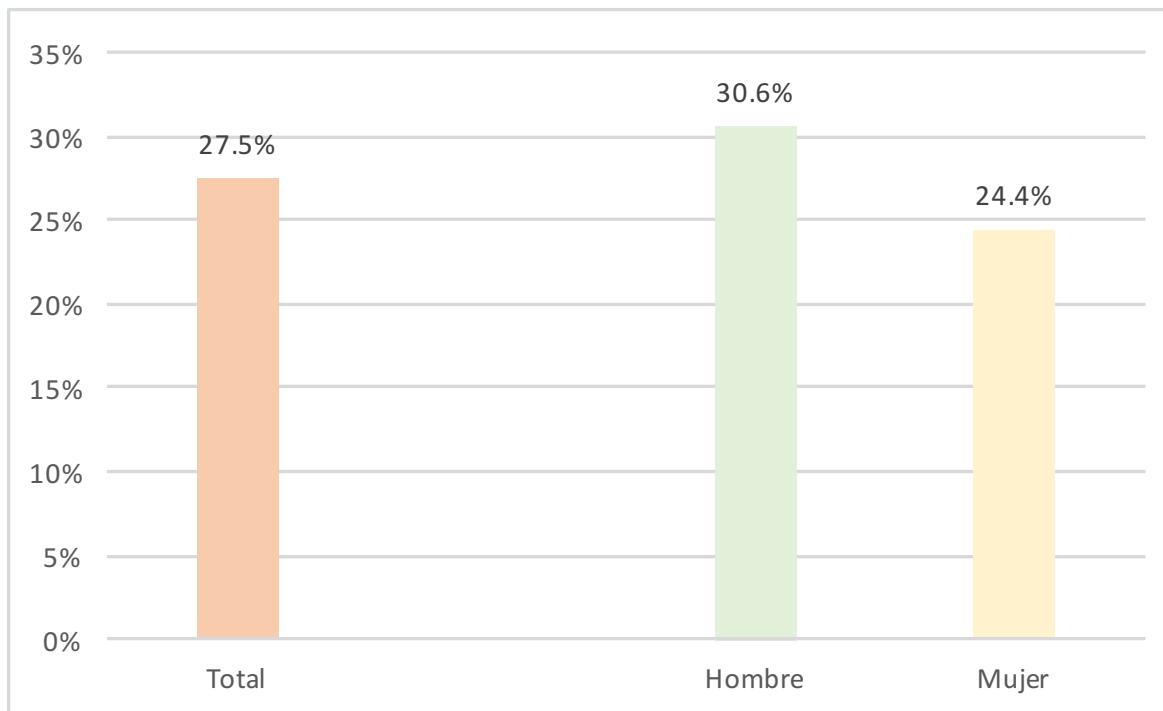
## En relación con la situación anterior a la pandemia del corona virus Ud diría que su consumo de alcohol:



Dentro de los que consumen alcohol, casi la mitad indicó no registrar variación en el consumo respecto de la situación anterior a la pandemia.

Un 38,3 % indicó que había disminuido, mientras que un 13,5% señaló un aumento.

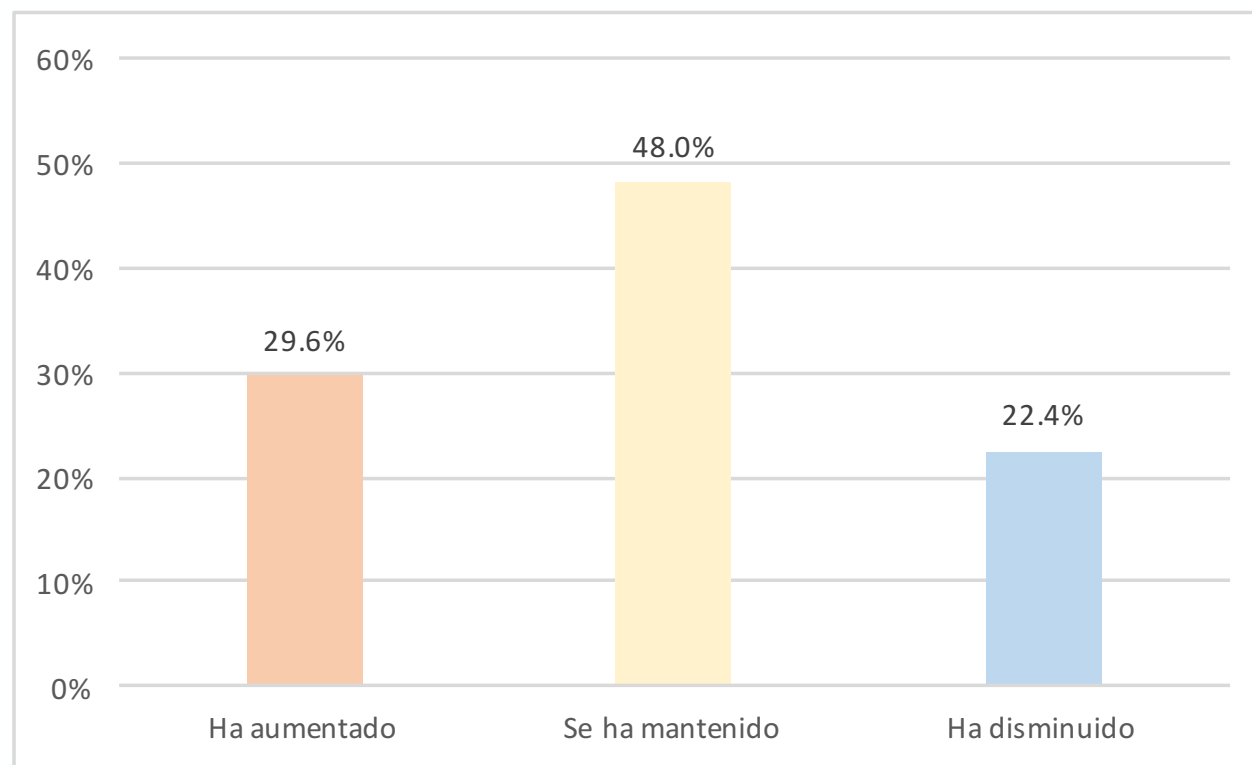
## Proporción que reporta consumir tabaco actualmente



Un **27,5%** de las personas entre 21 y 68 años en el país reporta consumir tabaco actualmente, una proporción inferior a la que consume alcohol.

El consumo de tabaco en los hombres es de **30,6%**, superior al **24,4%** que se registra en las mujeres.

## En relación con la situación anterior a la pandemia del corona virus Ud diría que su consumo de tabaco:



Dentro de los que consumen tabaco, casi la mitad indicó no registrar variación en el consumo respecto de la situación anterior a la pandemia.

Un 22,4 % indicó que había disminuido, mientras que un 29,6% señaló un aumento.



**Centro UC**  
Encuestas y Estudios  
Longitudinales

[www.encuestas.uc.cl](http://www.encuestas.uc.cl) | [encuestasyestudios@uc.cl](mailto:encuestasyestudios@uc.cl) | [🐦@EncuestasUC](https://twitter.com/EncuestasUC)

---