



ÚLTIMAS NOTICIAS

EN DIRECTO

PORTADA SALUD

La coautora del último estudio sobre salud mental: "La gente siente que la realidad no da tregua"



Ana García Quesada Madrid

18/03/2023 02:00h.



Marta Delgado, directora del estudio sobre salud mental de la Fundación Mutua Madrileña y la Confederación Salud Mental. NIUS

Cuatro de cada 10 españoles aseguran que no gozan de buena salud mental y casi un 15% ha pensado en el suicidio

Son conclusiones de un estudio de la Fundación Mutua Madrileña y la Confederación Salud Mental

La coautora de la investigación explica en NIUS que ser joven, mujer, pobre y del colectivo LGTBI son factores de riesgo para sufrir problemas psicológicos

Esta semana hemos sabido que [cuatro de cada 10 españoles considera que su salud mental no es buena](#), que casi el 75% de

a salud.

El empeoramiento de la salud se apuntan las **dificultades económicas** (91,4%), la **presión, las exigencias y estrés del día a día** (88,8%), seguidas de la pandemia del **COVID-19**; en una sociedad cada vez más individualista y muy competitiva, confirma a NIUS **Marta**

PUBLICIDAD

...tanto en que hicimos la consulta, **la guerra de Ucrania, la inflación, la huelga de ecimiento, la subida de precios, la posible recesión económica, la incertidumbre ante el** aplica la socióloga. "La gente tiene la sensación de que la realidad no da tregua, que al... i le ha seguido una normalidad plagada de malas noticias que se suceden rápidamente **ten que no pueden seguir el ritmo de la realidad**, que lo que sucede es angustioso para consulta ahora el resultado sería similar, porque la situación no ha variado, se han antes como la subida de las hipotecas, por ejemplo, que afecta a millones de familias".

s consecuencias. **Un 42% de los encuestados admite que ha sufrido una depresión a lo** **entado ataques de ansiedad o pánico.**

"los jóvenes, las mujeres, las personas LGTBI y las clases medias o bajas", detalla la ad, o los roles que asumes, o el hecho de pertenecer a un colectivo minoritario o el lugar en impacto determinante en tu salud mental", reflexiona. "Me parece relevante primero

porque eso significa que aunque sea complejo, está en nuestras manos cambiarlo, y a la vez, nos obliga a reflexionar sobre la sociedad en la que vivimos y la sociedad que estamos construyendo, para los jóvenes y para las próximas generaciones"

SOCIEDAD Juicio a Daniel Sancho, en directo: resumen del...	ANATOMÍA DE MI VIDA El parto de Ana Solma, en exclusiva: da a lu...	DEPORTES "Matadlos a todos": el Estado Islámico amenaz...	A PESAR DE TODO Fani Carbajo y Fran Benito desvelan el sexo de su bebé,...	SOCIEDAD Rodolfo Sancho se enteró con una llamada de su...	CIENCIA Y TECNOLOGÍA El eclipse solar, directo Así he vivido el fenóm
---	---	---	--	--	---

Los jóvenes, los peor parados

Son los más jóvenes quienes manifiestan un **peor estado de su salud mental**. "Sobre todo los que tienen entre 18 y 24 años", indica Delgado. El estudio revela que solo el 30,8% de los menores de 24 años considera que tiene una buena salud mental, y que las ideas o intentos de suicidio y las autolesiones son más comunes entre los jóvenes. "Era algo que además confirmaban los profesionales sanitarios en las reuniones. Decían que cada vez era más frecuente la presencia de jóvenes en los servicios de urgencias de salud mental".

Las cifras hablan por sí solas. **Si la ideación suicida es del 14,5% en la población general entre los jóvenes es el doble, un 31,8%** ha pensado en quitarse la vida o lo ha intentado.

"Es evidente que la pandemia les ha dejado tocados, porque les ha encerrado en casa en un momento en el que la expansión y la interacción social es vital", asegura la socióloga, pero unido a esto hay muchos condicionantes. **Un 60% de los que reconocen haber sufrido depresión o ansiedad aseguraban que el detonante había sido la autoexigencia en lo profesional, escolar o académico**", explica. "Hay mucha presión por conseguir logros, miedo a no estar a la altura o a no cumplir con los objetivos marcados. Y esto tiene mucho que ver con vivir en una sociedad cada vez más competitiva y más individualista".

—

privado, en un 76,8%, de los casos, por no poder esperar los tiempos de la sanidad pública", especifica. "Y un detalle, en contra de lo que suponíamos, consumen menos psicofármacos que las personas de más edad", destaca.

Las mujeres acusan la sobrecarga

Las mujeres también sufren más que los hombres. **"Un 61,3% de las personas que han tenido problemas de salud mental son mujeres, frente al 38,3% de hombres"**, avanza Delgado. "Y además también tienen una probabilidad superior de consumir psicofármacos que los hombres. Sin embargo acuden menos al psicólogo o al psiquiatra que ellos. Es el médico de atención primaria quien las atiende en general, por lo que estaríamos ante una población infratratada en términos de especialista".

La sobrecarga es uno de los motivos del malestar psicológico de las mujeres. "Lo anticipaban los médicos en las reuniones y luego se confirmó en la consulta. **Son las mujeres las que asumen el cuidado de los otros miembros del hogar y eso se traduce en la encuesta en mayor porcentaje de sintomatología**. Muchas más mujeres que hombres reconocían haber sentido en las dos últimas semanas antes del estudio nerviosismo, ansiedad, ánimo bajo, problemas de sueño...", relata.

"Los médicos de familia comentaban que durante el periodo de confinamiento las mujeres fueron uno de los colectivos que más solicitó atención por **sintomatología ansiosa por las dificultades de conciliar vida laboral y personal**. Los niños estaban en casa y lo asumían, sobre todo las mujeres".

El estudio revela, además, que **las mujeres tienen menos tiempo disponible para ellas mismas**. "Ven a sus amigos y familiares en menor proporción que los hombres lo que afecta también negativamente a su salud mental", indica la socióloga.

"Y luego hay paradojas", apostilla la autora del estudio, "como que los hábitos de las mujeres son más saludables, fuman menos que los hombres, beben alcohol menos que los hombres, consumen menos drogas y realizan menos apuestas con dinero que los hombres y sin embargo tienen más problemas psicológicos, por ejemplo **un 48% de las mujeres han tenido sintomatología depresiva frente al 35% de los hombres. Ansiedad prolongada un 44,7%, frente a un 8,4% de los hombres. E ideación e intento de suicidio un 17% frente al 11,7% de los hombres**. Sin embargo, los suicidios consumados son tres veces más frecuentes entre los hombres. En 2021, el último año con datos oficiales, 4.003 personas murieron por suicidio: 2.982 hombres y 1.021 mujeres, según el Instituto Nacional de Estadística.

"En cualquier caso el informe revela que **el tipo de vida que lleva la mujer por los roles sociales que asume y porque la igualdad no está implementada, tiene un impacto negativo en su salud mental**".

La pobreza y la falta de recursos, otro factor de riesgo

El nivel socioeconómico también afecta a la calidad de la salud mental. "La pobreza y la falta de recursos es otro factor de riesgo", reconoce Delgado. "Ya nos lo avisaban los médicos de Atención Primaria, que en las zonas más deprimidas, **con menos recursos económicos las probabilidades de sufrir algún problema de salud mental aumentan**. Se notó mucho durante la pandemia y se ha mantenido esta tendencia, la incertidumbre laboral y la pérdida de ingresos influyen negativamente", afirma.

"Estas personas **están menos satisfechas** con su situación económica, con su vida laboral, manifiestan mayor preocupación por no poder pagar sus facturas, y además tienen menos satisfacción con su salud y con su vida familiar que otros estratos de la población", explica.

"Además **tienen más probabilidades de consumir psicofármacos**. Los propios médicos reconocían que en estas zonas tienden a prescribirlos más que en otras con mayor holgura económica donde se sienten más libres de proponer otras alternativas, como la terapia psicológica privada, algo que aquí no pueden hacer por las limitaciones económicas".

"También salió en el estudio que las personas de clase baja y media baja **acuden más al psiquiatra** que al psicólogo, de lo que se deduce que probablemente **son trastornos más graves**, que tratan principalmente en la sanidad pública".

más probabilidad de consumir psicofármacos que la población general".

"Y una cosa que hay que destacar es que todos estos factores son aditivos. Es decir, **si eres una mujer y además eres joven y además eres del colectivo LGTBI y además eres de clase social media baja tus posibilidades de sufrir un problema de salud mental se disparan exponencialmente**", concluye.

TEMAS

Salud mental

Enfermedades

Te Recomendamos

Enlaces Promovidos por Taboola

Haz un regalo único

Pandora

Haz clic aquí

Los españoles nacidos antes del 1970 tienen derecho a estos nuevos aparatos acústicos

Top Audifonos

¿Listo para reír a carcajadas?

The Book Of Mormon

Haz clic aquí

Consigue 400€* de abono para tu empresa

American Express

El desgarrador testimonio de la madre de una joven que ha sido violada por tres hombres: "Está triste, asimilando. Está en shock"

telecinco.es

El testimonio de la familia del joven que dejó embarazada a una menor de 14 años: "Nosotros no vendemos a nuestros hijos"

telecinco.es

Ivana Icardi cuenta la decisión que ha tomado Finito tras su reencuentro en Mallorca

telecinco.es

El nuevo y sorprendente trabajo de Chiqui de 'GH': "Echo de menos la televisión"

telecinco.es

PORTADA CIENCIA Y TECNOLOGÍA

¿Cuándo será el próximo eclipse solar en España?



Marta García de Arboleya

08/04/2024 19:55h.



La fecha que debemos marcar en el calendario es el 29 de marzo de 2025, y en 2026 tendremos una mejor oportunidad.

El año que viene el porcentaje de visibilidad de la Península rondará el 30%.

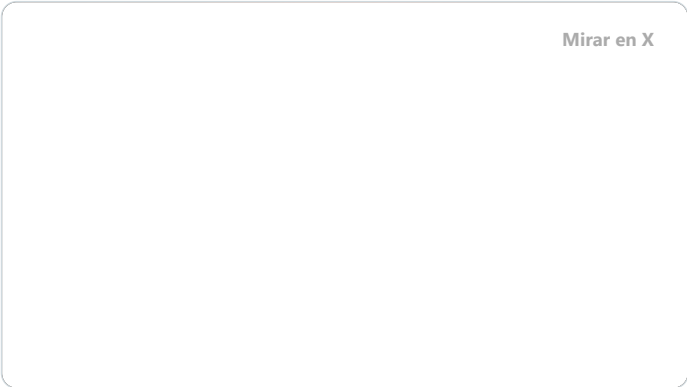
[La NASA ya tiene tres modelos para su automóvil lunar](#)

Los aficionados a la astronomía **hoy** están de suerte porque **tendrá lugar el eclipse solar más impresionante de los últimos que hemos visto desde la Tierra**. Sin embargo, más suerte tendrán aquellos [apasionados de esta ciencia](#) que se encuentran en el continente americano, concretamente en **México, Estados Unidos y Canadá**.

PUBLICIDAD

Alerta News 24 
@AlertaNews24 · [Seguir](#)

 | AHORA: El eclipse solar ha comenzado, vista desde Mazatlán, México:



Mirar en X

7:27 p. m. · 8 abr. 2024 

 **11,7 mil**  [Responder](#)  [Compartir](#)

[Leer 80 respuestas](#)

MÁS

- | A Coruña, el mejor rincón de España desde el que ver el eclipse solar del 8 de abril
- | El telescopio espacial James Webb podría haber encontrado un planeta con vida fuera del sistema solar
- | El misterio del objeto que sobrevoló el este peninsular el viernes, desvelado

Este fenómeno astronómico será de baja intensidad en **España** y **sólo** disfrutarán **de forma parcial** de este espectáculo lumínico **Galicia y Canarias**. Según **Eltiempo.es**, se apreciarán **porcentajes de visibilidad cercanos o superiores al 5%** en el extremo **noroeste de A Coruña y Santa Cruz de Tenerife**. Por otro lado, **Lugo o Ourense** registrarán porcentajes de **visibilidad inferiores al 1%**.

Este fenómeno tendrá lugar al **comienzo de la puesta de sol**, muy cerca del horizonte y tendrá una duración breve, apenas 10 minutos, o como mucho un cuarto de hora, estiman los expertos. Por otro lado, la **poca visibilidad** que tendrá **Galicia** para ver el eclipse **comenzará a partir de las 21:00**, y las **20:17 en Canarias**.

Para aquellos que se han arrepentido de no estar en las islas canarias o regiones gallegas, la buena noticia es que **en menos de un año habrá otro eclipse solar que sí que será visible desde toda España**. Este será un **eclipse solar parcial** y tendrá lugar durante **el mediodía del 29 de marzo de 2025**. En esta próxima ocasión, **Canarias y la Península** tendrán **porcentajes de visibilidad** que rondarán entre el **30% y el 15%**, disminuyendo cuanto más al este. El porcentaje más bajo se registrará en las islas orientales de Baleares con un 10%.

Sin embargo, para aquellos que todavía quieran disfrutar de otro eclipse, el **12 de agosto de 2026 será, incluso, una mejor oportunidad** que la del año que viene. En este momento, se podrá ver un **eclipse solar total** que recorrerá el norte y el centro de la Península con un **porcentaje de visibilidad que no bajará del 90%** en todo el **territorio peninsular**, y en **Canarias, se situará en un 65%**.

Suscríbete a las [newsletters de Informativos Telecinco](#) y te contamos las noticias en tu mail.

Síguenos en [nuestro canal de WhatsApp](#) y conoce toda la actualidad al momento.

- TEMAS
- Luz
- Lugo
- Eclipse
- Islas Canarias
- Canadá
- Estados Unidos
- Meteorología

Actualidad

Programas

Corporativo

Seguir navegando

Más de Mediaset



- Aviso legal
- Información corporativa
- Política de privacidad
- Configuración de Cookies
- Política de Cookies
- Gestión publicitaria
- RSS

Copyright © Conecta 5 Telecinco, S. A. 2024 Todos los derechos reservados

By

