

Primer estudio sobre acompañantes de Salud Mental en Chile

¿Qué tan preparados estamos para enfrentar unidos
los desafíos actuales en nuestro bienestar
emocional?

solamente
unidos

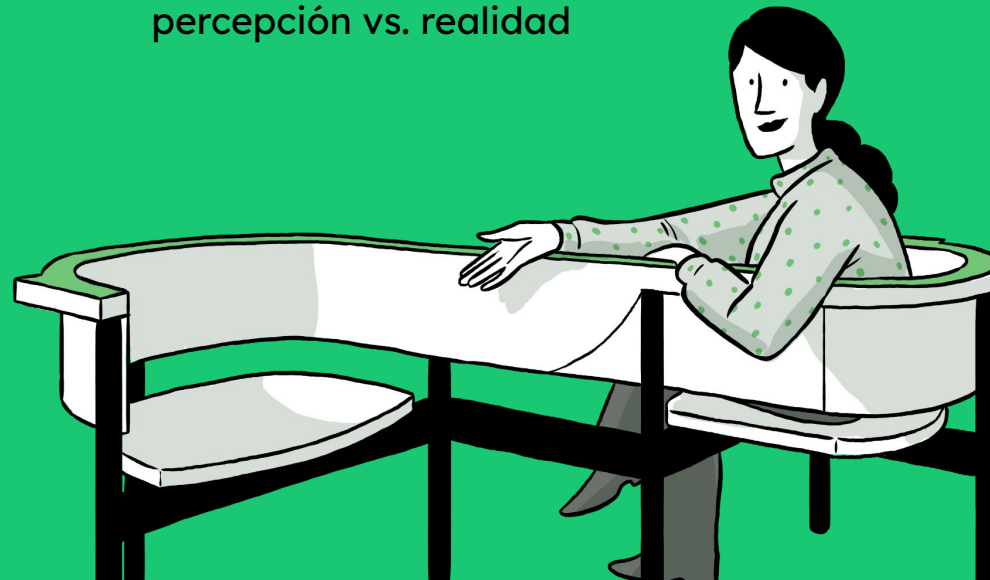


UN APORTE DE
simplicity

PROVOKERS®

Índice

- | | | | |
|-----|---|-----|--|
| 01. | Introducción | 05. | Rol de acompañantes |
| 02. | Ficha técnica | 06. | Brechas y oportunidades
en apoyo a políticas públicas |
| 03. | Principales hallazgos | 07. | Conclusiones |
| 04. | Diagnóstico:
percepción vs. realidad | | |



01

INTRODUCCIÓN

Introducción



La **salud mental** se ha instalado con fuerza en el debate público, reconocida como un **componente esencial del bienestar individual y colectivo**. Sin embargo, persisten **barreras significativas** que impiden su abordaje integral: estigmas culturales, dificultades de acceso a atención especializada y escasa información comprensible y cercana. Estos factores **siguen afectando profundamente la vida de miles de personas en Chile**.

Este **estudio busca ponerle voz a esa situación**. A través de una encuesta aplicada en la Región Metropolitana y la Región de Valparaíso, a hombres y mujeres mayores de 25 años, de diversas nacionalidades y niveles socioeconómicos, **exploramos qué tan familiarizadas están las personas con las enfermedades de salud mental**, si las han vivido en carne propia o acompañadas de alguien cercano, cómo entienden el concepto, a qué lo asocian, y qué tan preparadas se sienten para actuar frente a estas situaciones.

También indagamos qué apoyos consideran más útiles, qué factores identifican como causas más frecuentes, y qué esperan de las políticas públicas.

Más allá de los datos, este informe ofrece un retrato emocional y social de una realidad muchas veces silenciada. **Escuchar a las personas permite entender no sólo el alcance del problema, sino también imaginar soluciones más cercanas, empáticas y sostenibles.**

02

FICHA TÉCNICA

Ficha técnica

OBJETIVOS DEL ESTUDIO

Explorar las **percepciones y conocimientos sobre las enfermedades mentales** de los residentes de la zona central de Chile, **evaluar la experiencia de los acompañantes y las dificultades que enfrentan**, así como también **identificar áreas de oportunidad** en términos de concienciación, políticas públicas y recursos de apoyo.

GRUPO OBJETIVO

Personas **residentes en Chile, mayores de 25 años**, de **todas las nacionalidades, géneros y niveles socioeconómicos**, con **foco en las regiones Metropolitana de Santiago y Valparaíso**.

METODOLOGÍA

El estudio fue realizado por la consultora Provokers, a través de un cuestionario estructurado compuesto por preguntas cerradas. La recolección de datos se llevó a cabo mediante **encuestas autoaplicadas en modalidad online**, utilizando un **panel de acceso voluntario** con control de cuotas por sexo, región y nivel socioeconómico. Esta metodología permite asegurar representatividad dentro del universo definido y facilita la participación anónima, un factor clave para fomentar respuestas sinceras en temáticas sensibles como la salud mental.

MUESTRA TOTAL

400 encuestas efectivas, dando un margen de error de +/- 4,89%.

FECHA DE REALIZACIÓN

Segundo trimestre de 2025.

PONDERACIÓN

Los resultados fueron ponderados por variables sociodemográficas (sexo, edad y región de residencia basados en proyecciones de INE para 2025) y GSE (en base a manual de aplicaciones AIM 2023).

Distribución de la muestra

TOTAL: 400

Sexo

Hombre	49%
Mujer	51%

Edad

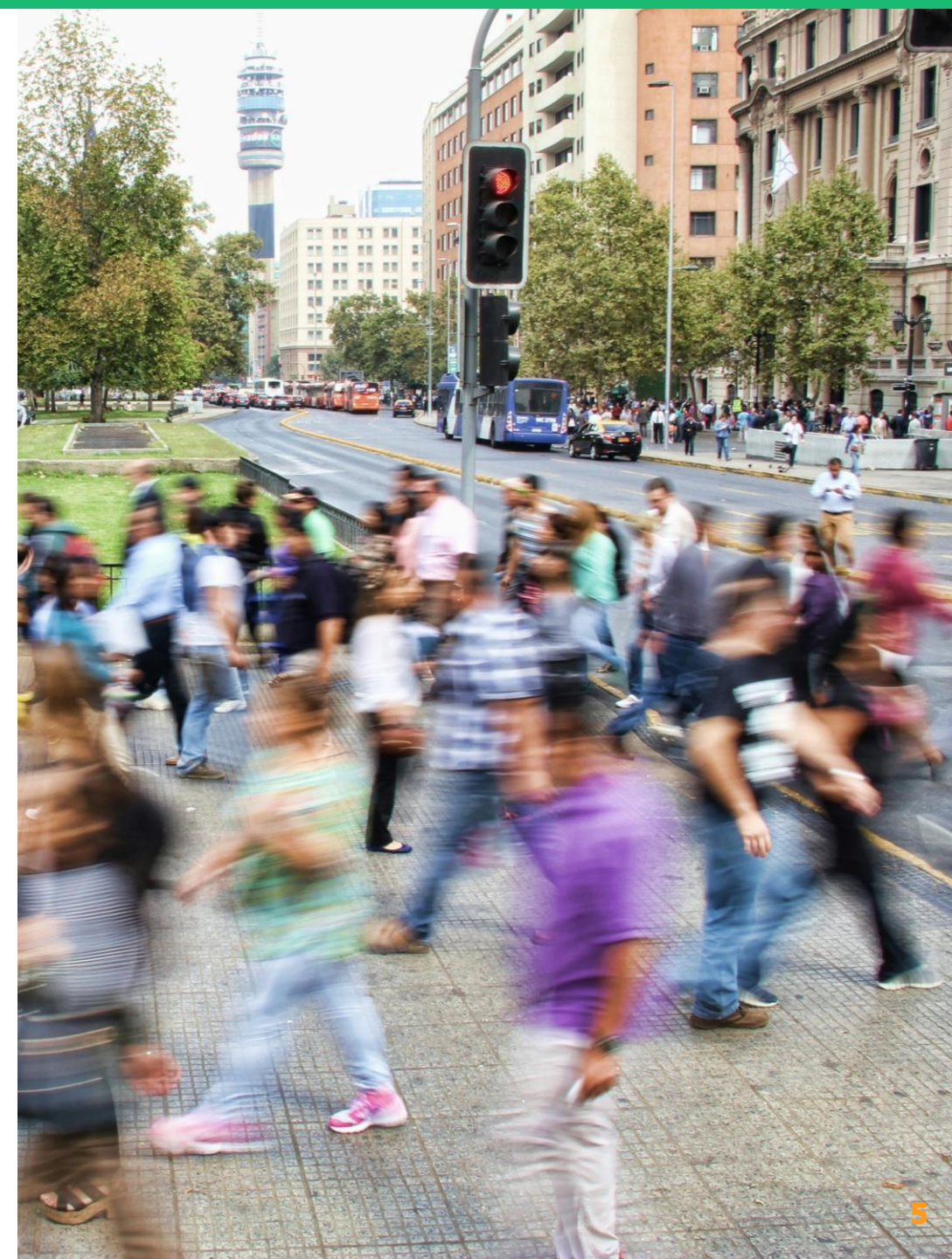
25 – 34 años	23%
35 – 44 años	24%
45 – 59 años	38%
60 o más años	15%

GSE

C1a	14%
C1b	12%
C2	17%
C3	38%
D/E	18%

Zona

Región Metropolitana	81%
Región de Valparaíso	19%



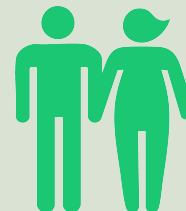
03

PRINCIPALES HALLAZGOS

Principales hallazgos



1 de cada 3 personas declara haber tenido o tener problemas de salud mental.



Más de la mitad acompaña a alguien con una enfermedad mental.



Para 9 de cada 10 encuestados, la salud mental es tan importante como la física.



Sólo 1 de cada 6 encuestados ha recibido capacitación para acompañar.



Los traumas son la causa más reconocida en el desarrollo de enfermedades mentales.



Fuerte apoyo a una ley que entregue beneficios para los acompañantes.

Principales hallazgos



1 de cada 2 chilenos no sabe cómo ayudar a alguien que enfrenta un proceso de salud mental



2 de cada 3 ha acompañado a alguien con problemas de salud mental (o más de la mitad, vean como es más impactante, esto ya está)



54% se ve afectado emocionalmente al hacerlo.



Solo 17,5% ha recibido algún tipo de formación.

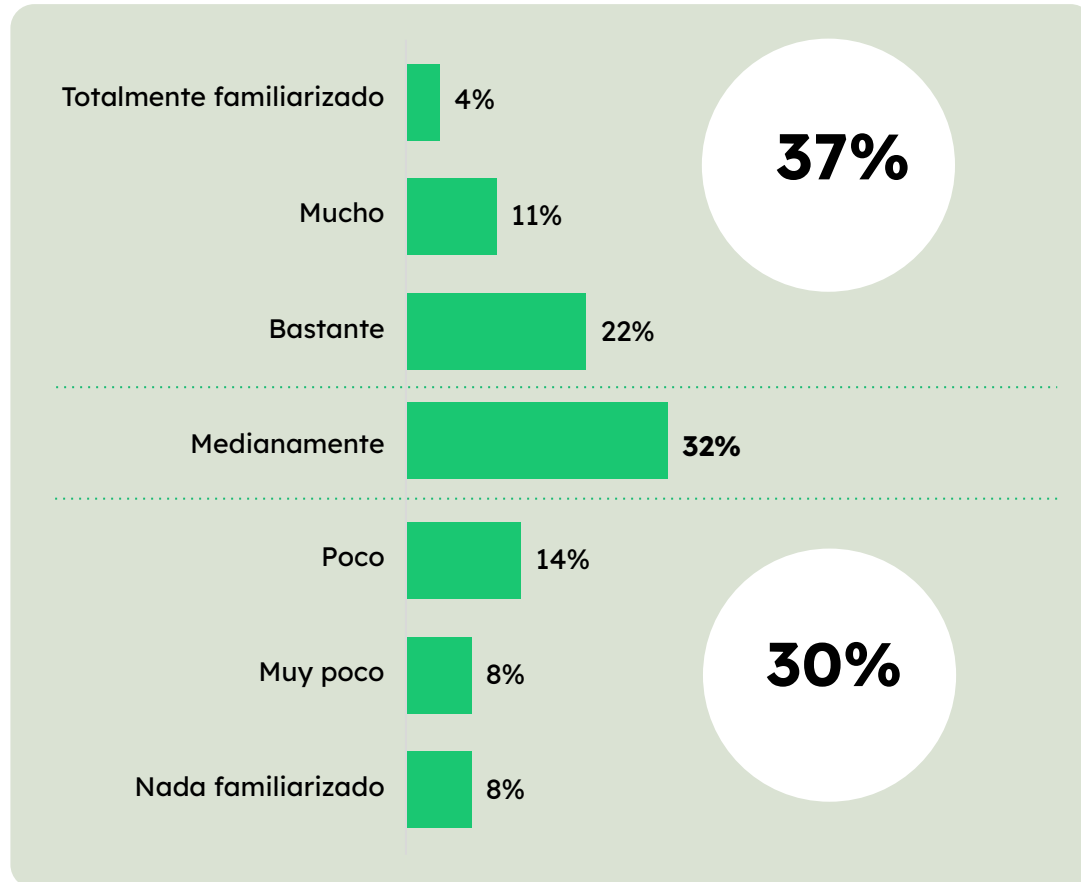
04

DIAGNÓSTICO: PERCEPCIÓN VS REALIDAD

Cercanía y experiencia directa

A1. ¿Qué tan familiarizado está usted con las enfermedades mentales? RU

A2. ¿Ha tenido o tiene usted algún problema de salud mental? RU



Base: Total muestra n=400

36,4%

- Reconoce haber vivido algún problema de salud mental.
- El número aumenta al 50,3% en jóvenes y 42,8% en mujeres.

	TOTAL	
		400
	Si	36,4%
Sexo	No	63,3%
	Hombre	29,5%
	Mujer	42,8%
Edad	25 – 34 años	50,3%
	35 – 44 años	41,2%
	45 – 59 años	31,0%
	60 o más años	21,0%

Base: Total muestra n=400

Asociaciones y percepciones

A5. De la siguiente lista, seleccione las 3 palabras que más asocia con “enfermedad mental”. RU
A7. ¿Qué tan de acuerdo está con las siguientes afirmaciones?. RU.

Necesidad de apoyo, suicidio y tristeza son las 3 palabras más asociadas a enfermedades mentales.

Para 9 de cada 10 entrevistados la salud mental es tan importante como la salud física, y 4 de cada 5 las personas con enfermedades mentales pueden llevar vidas normales siempre y cuando reciban el tratamiento adecuado.



	En desacuerdo, muy o totalmente	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo, muy o totalmente
Las enfermedades mentales son tan importantes como las enfermedades físicas	4,4%	4,0%	91,5%
Las personas con enfermedades mentales pueden llevar vidas normales con el tratamiento adecuado	8,8%	10,9%	80,4%
Las enfermedades mentales son un signo de debilidad personal	66,6%	16,3%	17,1%
La sociedad chilena trata mal a quienes experimentan enfermedades mentales	15,5%	19,6%	65,0%
Es fácil identificar cuando alguien tiene una enfermedad mental	39,0%	29,7%	31,3%



Las enfermedades mentales son tan importantes como las enfermedades físicas.

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100,0%

	%
Totalmente en desacuerdo	3,0%
Muy en desacuerdo	1,2%
En desacuerdo	0,3%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	4,0%
De acuerdo	13,4%
Muy de acuerdo	23,3%
Totalmente de acuerdo	54,8%
TOTAL	100,0%

De la siguiente lista, seleccione las 3 palabras que más asocia con “enfermedad mental”:

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100%

	%
Tristeza	41%
Peligro	8%
Tratamiento	36%
Recuperación	10%
Necesidad de apoyo	49%
Miedo	28%
Incomprensión	29%
Culpa	10%
Estigma	15%
Suicidio	45%
Locura	28%
Otro	0%
TOTAL	

Cruce: De la siguiente lista, seleccione las 3 palabras que más asocia con “enfermedad mental”: / ¿Cuál es su género?

DE LA SIGUIENTE LISTA, SELECCIONE LAS 3 PALABRAS QUE MÁS ASOCIA CON “ENFERMEDAD MENTAL”:	¿CUÁL ES SU GÉNERO?		
	HOMBRE	MUJER	TOTAL
Necesidad de apoyo	51%	47%	49%
Suicidio	42%	48%	45%
Tratamiento	41%	32%	36%
Tristeza	41%	41%	41%
Locura	36%	21%	28%
Miedo	24%	33%	28%
Incomprensión	23%	35%	29%
Estigma	17%	14%	15%
Recuperación	12%	9%	10%
Peligro	7%	8%	8%
Culpa	7%	13%	10%
Otro	0%	0%	0%
TOTAL			

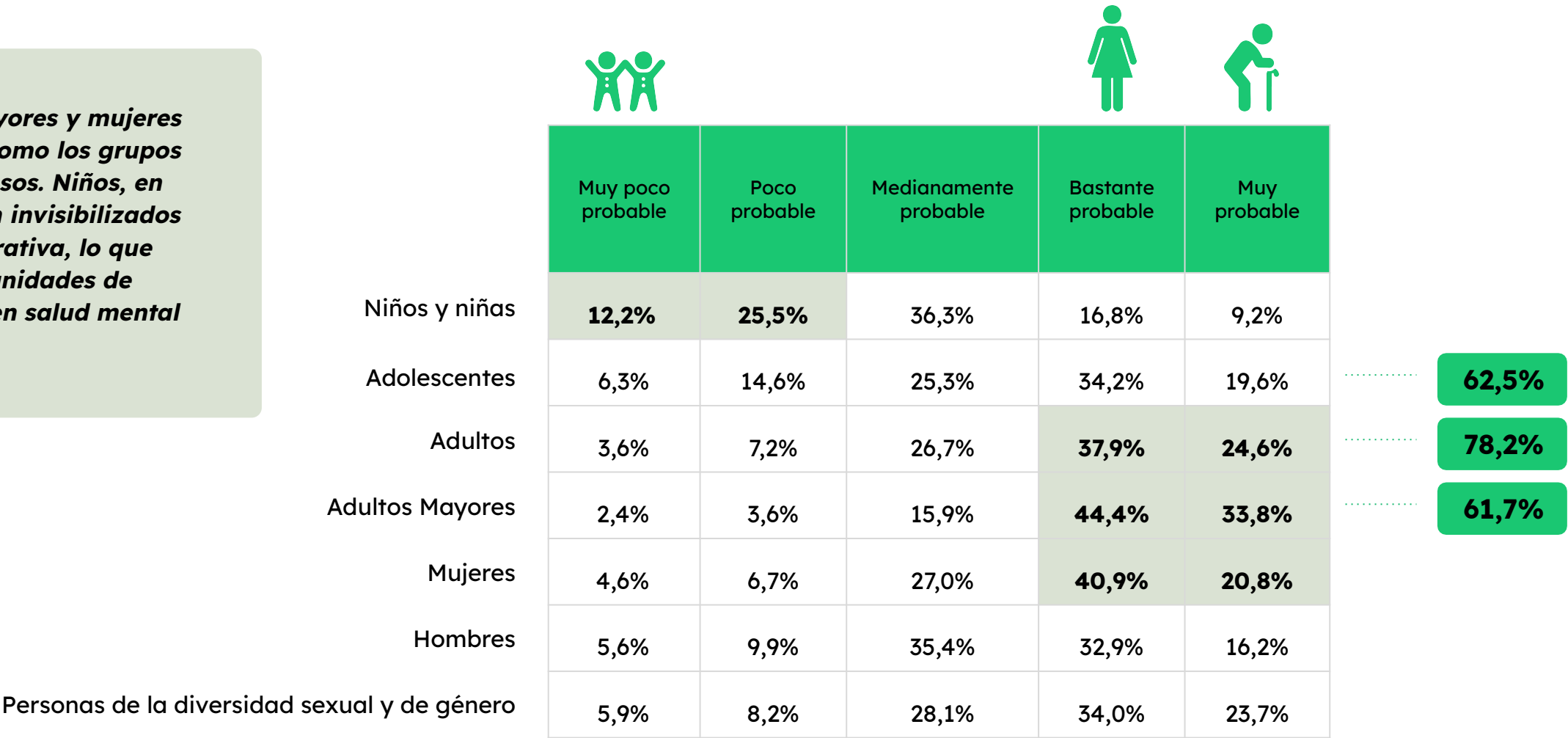
■ Elementos infrarrepresentados ■ Elementos sobrerrepresentados

La relación es muy significativa. Valor de $P = < 0,01$; $\chi^2 = 26,2$; Grados de libertad = 11.

Percepción de grupos vulnerables

A4. ¿Qué tan probable le parece que personas de los siguientes grupos sufran enfermedades mentales? RU

Adultos mayores y mujeres son vistos como los grupos más propensos. Niños, en cambio, son invisibilizados en esta narrativa, lo que abre oportunidades de educación en salud mental infantil.



05

ROL DE ACOMPAÑANTES

El rol de acompañar

A3. ¿Acompaña o le ha tocado acompañar a una persona con algún problema de salud mental? RU

C1. ¿Qué tan preparado se siente usted para acompañar en el día a día a una persona cercana que desarrolle una enfermedad mental? RU

C2. ¿Ha recibido alguna vez capacitación formal sobre cómo apoyar o acompañar a personas con enfermedades mentales? RU

C3. Respecto de la capacitación que ha recibido, ¿qué tan útil le ha parecido para acompañar y cuidar a personas con enfermedades mentales? RU



45,6%

Se siente poco, muy poco o nada preparado para acompañar en el día a día a una persona cercana que desarrolle una enfermedad mental.

Base: Total muestra n=400

64,2%

Acompaña o ha acompañado a una persona con alguna enfermedad de salud mental. El número aumenta a **80,4%** en **GSE C1b** y **68,5%** en mujeres.

Base: Total muestra n=400

Solo el 17,5%

Ha recibido alguna capacitación. Un **77,9%** de ellos considera de utilidad las capacitaciones recibidas.

Base: Total muestra n=400

**En su opinión, ¿quiénes acompañan principalmente a las personas con enfermedades mentales en Chile?
(Seleccione hasta 3)**

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100%

	%
Familiares cercanos	88%
Amigos	33%
Profesionales de la salud mental	52%
Trabajadores sociales	15%
Voluntarios	7%
Instituciones estatales	10%
Organizaciones no gubernamentales	5%
Otro	1%
TOTAL	

Ser acompañante de alguien con una enfermedad mental es una tarea muy difícil.

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100%

	%
Totalmente en desacuerdo	1%
Muy en desacuerdo	2%
En desacuerdo	1%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	9%
De acuerdo	21%
Muy de acuerdo	27%
Totalmente de acuerdo	38%
TOTAL	100%

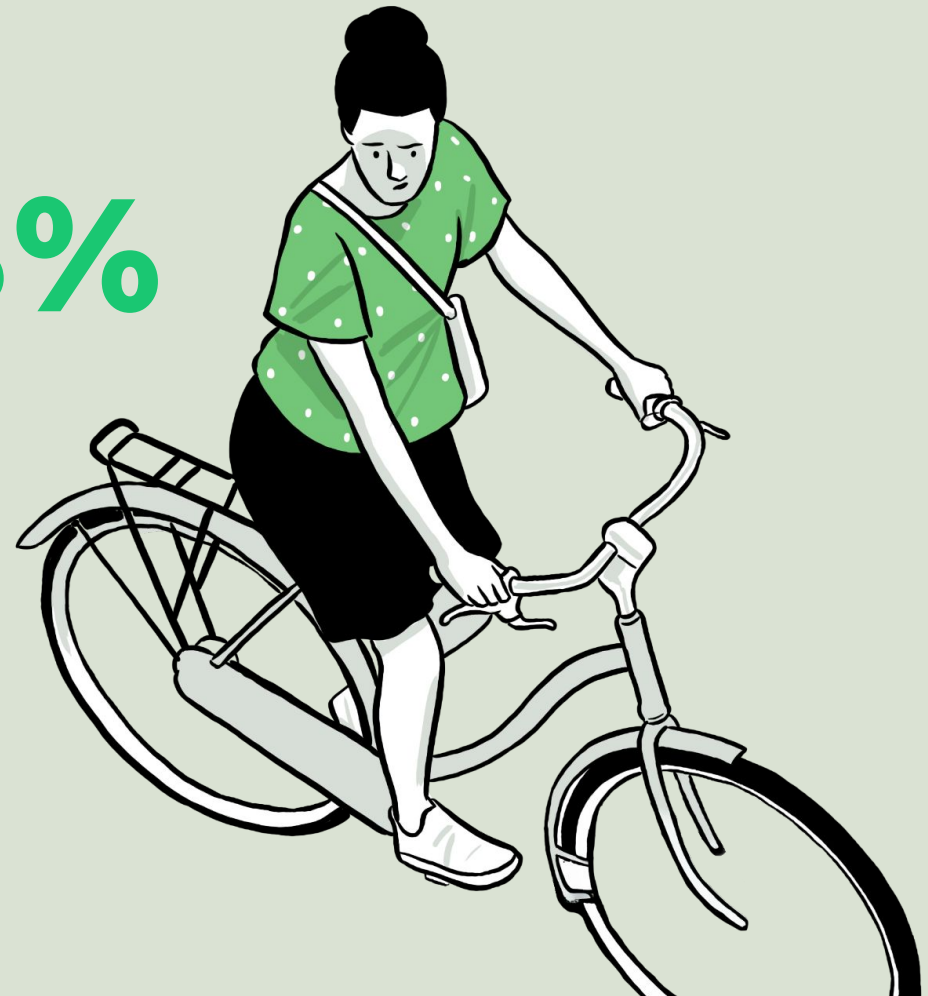
Los acompañantes reciben suficiente apoyo de la sociedad chilena.

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100%

	%
Totalmente en desacuerdo	24%
Muy en desacuerdo	16%
En desacuerdo	28%
Ni de acuerdo ni en desacuerdo	19%
De acuerdo	8%
Muy de acuerdo	3%
Totalmente de acuerdo	2%
TOTAL	100%

68%



El rol de acompañar

C4. ¿Qué tan fácil le serían las siguientes acciones si un ser querido desarrollará una enfermedad mental? RU

54,1%

Considera que sería **difícil mantener su propio bienestar mientras brinda apoyo**, mientras que un **50,4%** se encontraría en dificultades para **manejar situaciones de crisis o emergencias**.

Base: Total muestra n=400

	Difícil, muy difícil o extremadamente difícil	Ni fácil ni difícil	Fácil, muy fácil o extremadamente fácil
Mantener mi propio bienestar mientras brindo apoyo	54,1%	29,5%	23,4%
Reconocer los síntomas y signos de la enfermedad	40,6%	31,2%	28,2%
Hablar abiertamente sobre la enfermedad con la persona afectada	37,0%	27,2%	35,8%
Proporcionar apoyo emocional	35,7%	26,2%	38,0%
Ayudar con las tareas diarias y responsabilidades	28,3%	26,1%	45,6%
Manejar situaciones de crisis o emergencias	50,4%	29,7%	19,9%
Buscar y coordinar atención profesional	29,3%	31,2%	39,6%

¿Ha recibido alguna vez capacitación formal sobre cómo apoyar o acompañar a personas con enfermedades mentales?

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100%

	%
Sí, he recibido bastante capacitación	4%
Sí, he recibido algo de capacitación	13%
No, pero he buscado información por mi cuenta	45%
No, no tengo ninguna capacitación o información específica	37%
TOTAL	100%

Manejar situaciones de crisis o emergencias

Respuestas efectivas:
400

Tasa de respuesta:
100%

	%
Extremadamente difícil	7%
Muy difícil	15%
Difícil	28%
Ni fácil ni difícil	30%
Fácil	12%
Muy fácil	5%
Extremadamente fácil	2%
TOTAL	100%

50%

Creencias sobre causas y recuperación

A6. En su opinión, ¿cuál es el factor principal que contribuye al desarrollo de enfermedades mentales? (Seleccione uno) RU
B2. ¿Qué tan de acuerdo está con las siguientes afirmaciones? RU

Para los entrevistados, los traumas son la causa principal de enfermedades mentales. Los acompañantes tienen una tarea muy difícil por delante, necesitan más recursos y formación para realizar su labor, dado que son clave en la recuperación de los pacientes de enfermedades mentales.

Principal factor que contribuye al desarrollo de enfermedades mentales



Base: Total muestra n=400

	En desacuerdo, muy o totalmente	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	De acuerdo, muy o totalmente
Los acompañantes juegan un papel crucial en la recuperación del paciente	3,8%	5,8%	90,4%
Ser acompañante de alguien con una enfermedad mental es una tarea muy difícil	4,5%	9,5%	86,0%
Los acompañantes reciben suficiente apoyo de la sociedad chilena	67,2%	19,0%	13,8%
El trabajo de los acompañantes es generalmente reconocido y valorado	58,2%	19,6%	2,2%
Los acompañantes necesitan más recursos y formación para realizar su labor	5,8%	8,3%	85,9%

Base: Total muestra n=400

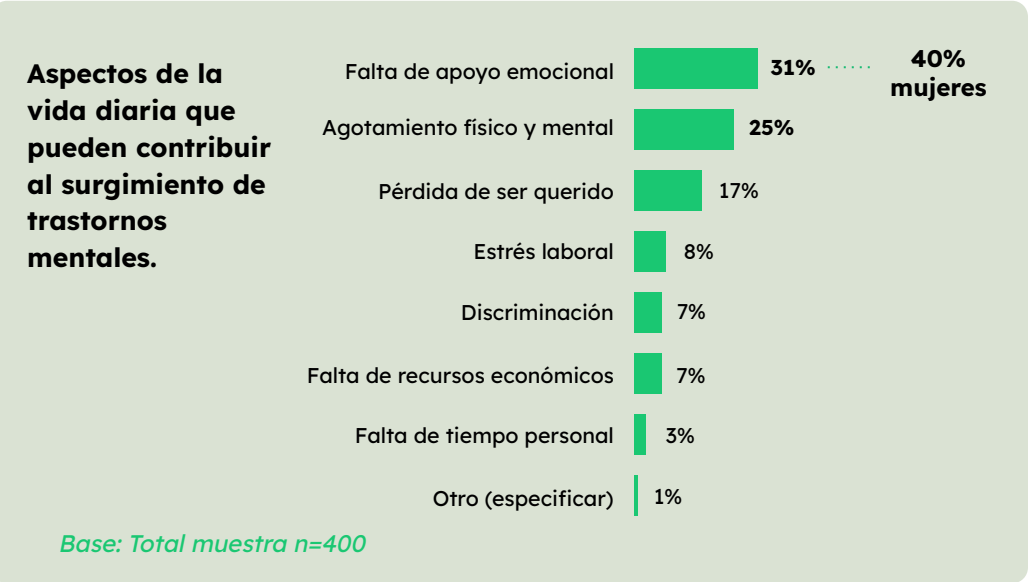


BRECHAS Y OPORTUNIDADES EN APOYO Y POLÍTICAS PÚBLICAS

Barreras y brechas

- B3.** En su opinión, ¿Qué aspectos de la vida diaria, cree pueden contribuir al surgimiento de Trastornos mentales? RU
- D2.** Cómo evaluaría su propio conocimiento sobre los servicios y recursos de salud mental disponibles para usted y sus cercanos. Su nivel de conocimiento al respecto es: RU
- D3.** ¿Cuán útiles cree que le serían los siguientes recursos o apoyos para mejorar su capacidad de acompañar a alguien con una enfermedad mental?

El agotamiento físico y mental, junto con la falta de apoyo emocional, son factores clave en el desarrollo de trastornos mentales. Predomina el desconocimiento sobre los servicios de salud mental disponibles. Se valora el acceso a herramientas simples que faciliten el acompañamiento a personas con enfermedades mentales.



29,7%

Evalúa su conocimiento sobre servicios y recursos de salud mental disponibles como **Muy básico o limitado**, 25,4% conocimiento medio (41,4% GSE C1b) y 11,7% no tiene conocimiento alguno (18,6% en GSE D/E).

HERRAMIENTAS O RECURSOS PARA APOYO	Totalmente inútil, muy o poco útil	Medianamente útil	Totalmente, muy o bastante útil
Cursos o talleres sobre salud mental	6,8%	13,8%	79,4%
Grupos de apoyo para familiares y amigos	7,2%	13,7%	79,1%
Líneas telefónicas de apoyo o video conferencias vía Whatsapp	15,3%	16,3%	68,4%
Guía de fácil acceso y comprensión disponible en RRSS	12,2%	20,9%	66,9%
Asesoramiento profesional individual	5,2%	11,9%	83,0%
Aplicaciones móviles de apoyo y seguimiento	12,8%	22,7%	64,5%
Mayor cobertura de salud mental en el sistema de salud	4,7%	10,7%	84,7%

Base: Total muestra n=400

Políticas y cambios esperados

D4. ¿Qué tan de acuerdo está con que exista una ley para otorgar licencias médicas a quienes acompañan a personas que sufren alguna enfermedad mental? RU

D5. En su opinión, ¿cuál es la acción más importante que Chile podría tomar para mejorar la situación de las personas que experimentan enfermedades mentales y sus acompañantes? RU

La gran mayoría apoya una **ley de licencias médicas** para acompañantes y considera necesario que **Chile aumente el presupuesto público para salud mental**: la sociedad quiere un cambio estructural.

88,2%

Está de acuerdo, muy o totalmente, de que **exista una ley que beneficie a quienes acompañan** a personas que sufren alguna enfermedad mental.

25,4%

Considera que lo más **importante es aumentar el presupuesto nacional para salud mental**, incluyendo mejora en el acceso a tratamientos y medicamentos.

16,4%

Considera que lo más **importante es aumentar el apoyo económico y social**, tanto para pacientes como para acompañantes.

En su opinión, ¿cuál es la acción más importante que Chile podría tomar para mejorar la situación de las personas con enfermedades mentales y sus acompañantes? .

Respuestas efectivas: 400

Tasa de respuesta: 100%

	%
▶ Aumentar el presupuesto nacional para salud mental, incluyendo mejora en el acceso a tratamientos y medicamentos	25%
Implementar programas educativos y campañas de concientización para reducir el estigma asociado a las enfermedades mentales	5%
Crear una red nacional de apoyo para cuidadores, incluyendo programas de respiro y formación	11%
▶ Fortalecer las leyes laborales para proteger los derechos de las personas con enfermedades mentales y sus cuidadores en el lugar de trabajo	13%
Mejorar la colaboración público-privada en el abordaje de las enfermedades mentales y su acompañamiento	8%
Desarrollar programas de vivienda asistida y empleo protegido para personas con enfermedades mentales	6%
▶ Aumentar el apoyo económico y social para personas con enfermedades mentales y sus cuidadores	16%
Invertir en investigación en salud mental para mejorar la efectividad y disponibilidad de tratamientos basados en la ciencia	10%
Otro	0%
Regular el ejercicio de profesionales de la salud mental para que se entrenen y usen intervenciones basadas en la mejor ciencia disponible	5%
TOTAL	100%

07

CONCLUSIONES

Conclusiones

- La salud mental es parte de la vida cotidiana de millones de personas.
- La población reconoce su importancia, pero carece de las herramientas para hacer frente o acompañar.
- Existe un amplio apoyo social respecto a nuevas políticas públicas.
- Es tiempo de pasar del diagnóstico a la acción.

Chile vive una **epidemia silenciosa: la de quienes padecen una enfermedad mental y la de quienes acompañan sin saber cómo**. La salud mental está presente en millones de hogares, pero no en la estructura de apoyo ni en las políticas públicas.

Este estudio ofrece una señal clara: El país está listo para hablar de salud mental con la misma seriedad con que se habla de cualquier otra enfermedad. Falta que las instituciones lo estén también.



solamente **nte** *unidos*

UN APORTE DE **simplicity**

PROVOKERS®

www.solamenteunidos.cl

