



Center for Climate
and Resilience Research
www.CR2.cl



UNIVERSIDAD
DE CHILE



UNIVERSIDAD
DE CONCEPCIÓN



UNIVERSIDAD
AUSTRAL DE CHILE



CONICYT
INSTITUCIONES ASOCIADAS



Pandemia y salud mental, en contexto de cambio climático y crisis social

Rodolfo Sapiains

- 🌐 www.cr2.cl
- 🐦 [@cr2_uchile](https://twitter.com/cr2_uchile)
- facebook [/cr2uchile](https://facebook.com/cr2uchile)

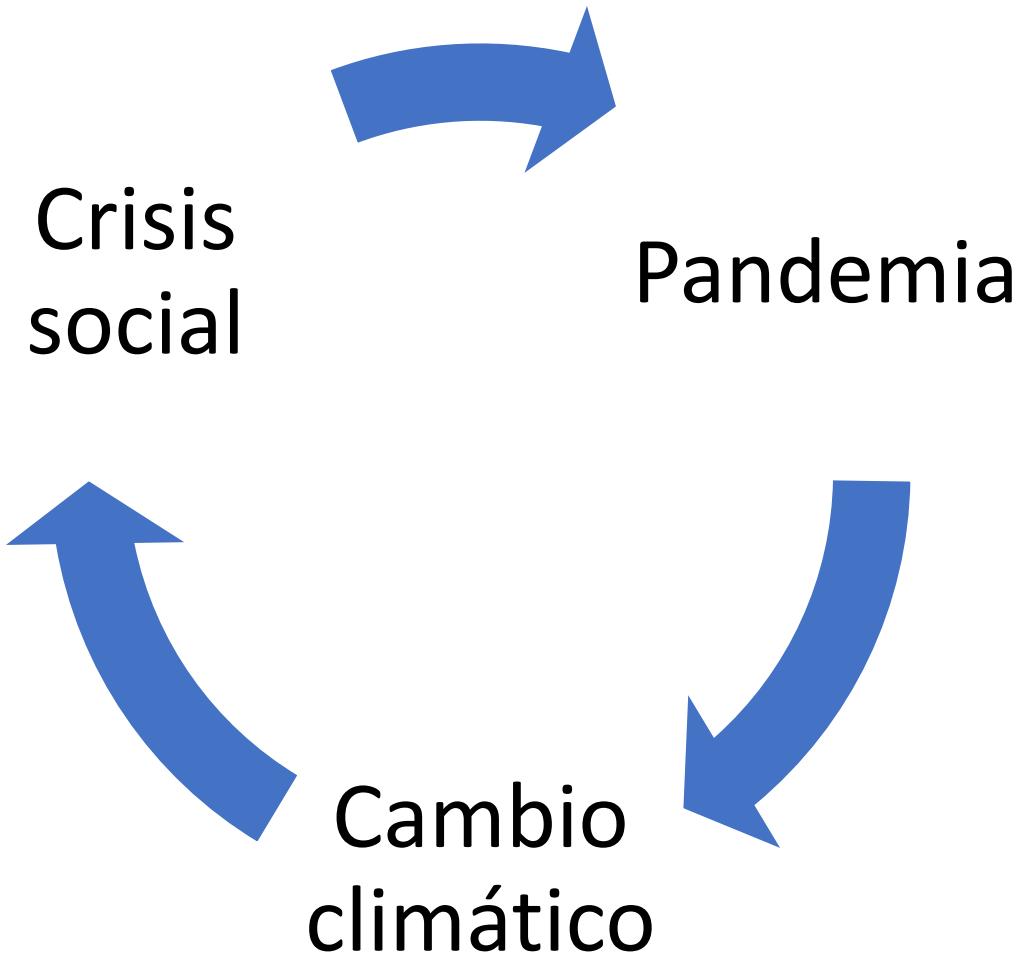
23 al 25
junio
2020

II Conferencia
Internacional
ONLINE
Educación en
Cambio Climático

Fortaleciendo redes para la acción

El contexto

SINDEMIA: El término sindémico se refiere a problemas de salud sinérgicos que afectan la salud de una población en sus contextos sociales y económicos.



Salud Mental: una definición

La **salud mental** se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

(OMS, 2014)

Salud mental en Chile Pre-COVID19

Peor Salud Mental del Mundo en menores de 6 años (Lecalenier, 2019)

Obesidad y Sobre peso Adulto e Infantil supera a EEUU (OCDE, 2020)

Es uno de los países con mayor carga de morbilidad por enfermedades psiquiátricas (23,2%) en el mundo (OMS,2020). La depresión mayor y los trastornos por consumo de alcohol son las principales discapacidades atribuidas entre adultos.

Sedentarismo alcanza 86% (OMS, 2017).

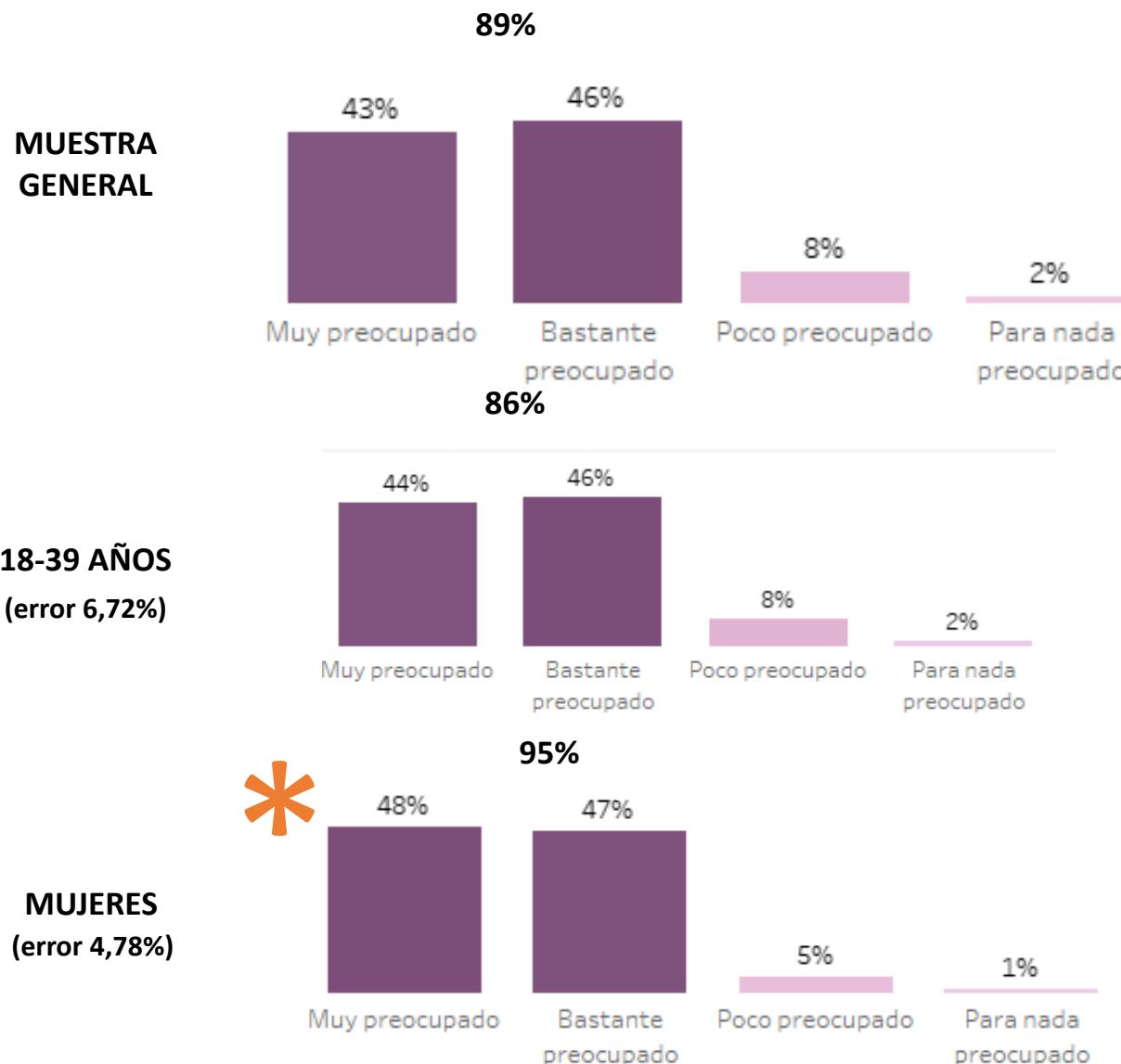
Salud con fuertes brechas entre el sistema público y privado (Aravena e Hinostrosa, 2015).

Encuesta Internacional sobre Cambio Climático

StatKnows.[®]



En general, ¿cuán preocupado está usted por el cambio climático?

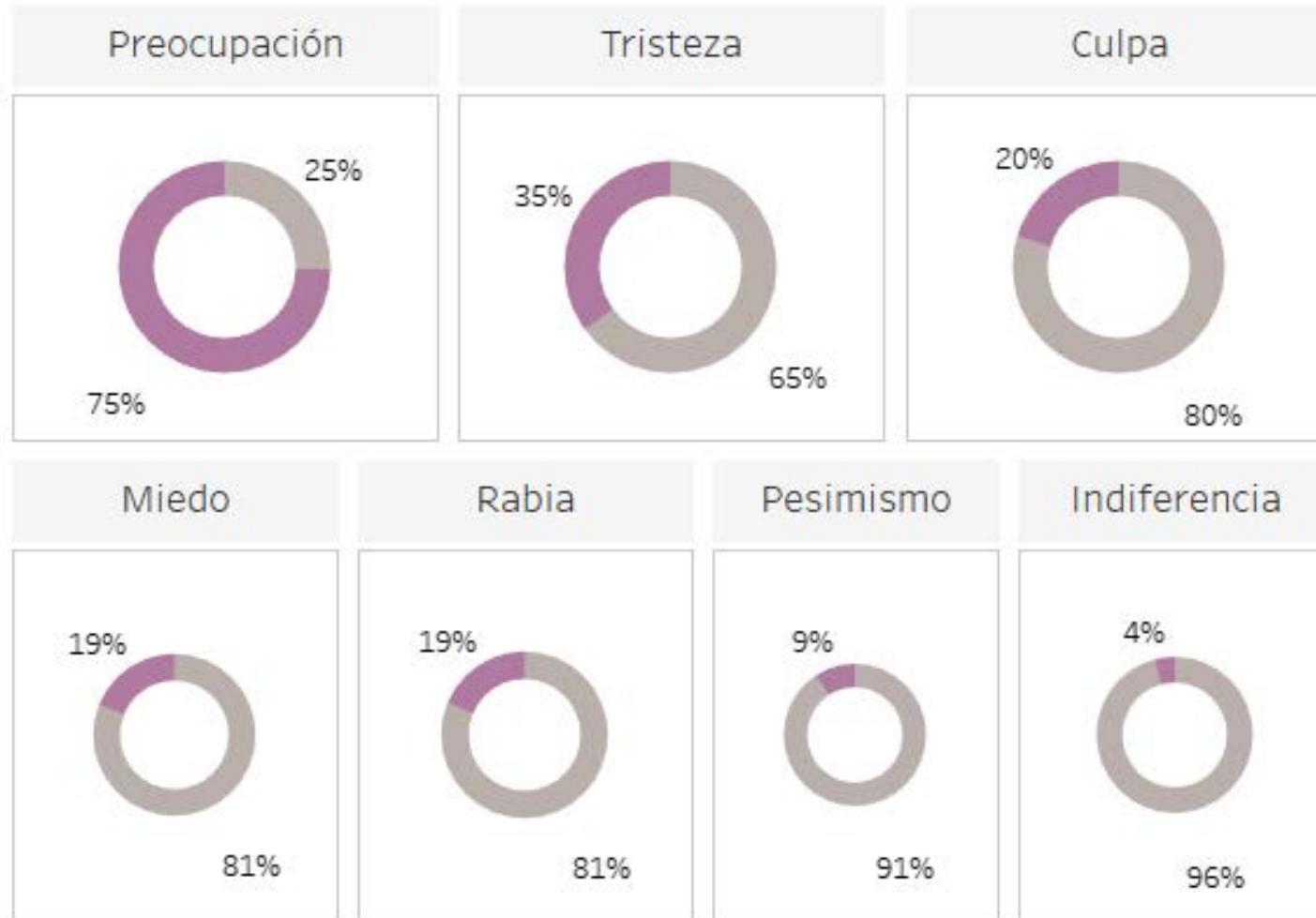


América Latina

El 89% de los latinoamericanos mayores de 18 años manifiesta estar muy preocupado o bastante preocupado por el cambio climático.

¿Qué siente cuando escucha el concepto “cambio climático”?

(Elija entre 1 y 3 opciones)



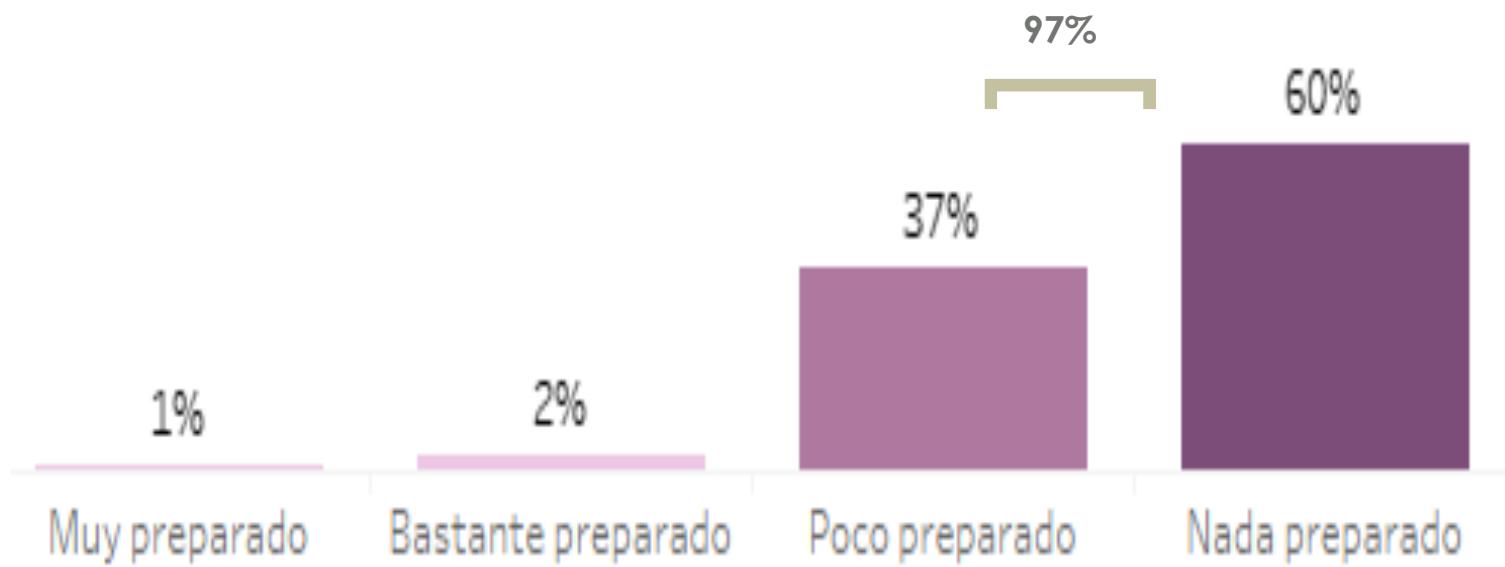
América Latina

El 75% de las personas mayores de 18 años de América Latina asocian emocionalmente cambio climático con preocupación.

Las respuestas de la población chilena son similares.

La preocupación no garantiza acciones, pero no se trata de una emoción inmovilizadora, a diferencia del pesimismo, la indiferencia o el miedo.

¿Para enfrentar el cambio climático, usted cree que su país está...?



América Latina

En la región prevalece ampliamente la percepción de que los respectivos países no están adecuadamente preparados para enfrentar el cambio climático. El 97% manifiesta que están poco o nada preparados.

Las respuestas de la población chilena son similares.

Eco-estrés-/ Eco-depresión/ Eco-ansiedad

What is **eco-anxiety** and why it's becoming a problem

The Flyer - Oct 29, 2018

According to psychologist Honey Langcaster-James, **eco-anxiety** is defined as the "the state of heightened anxiety some people experience ..."

How To Contend With **Eco-Anxiety** and Save Our Environment at the ...

Queens Daily Eagle - Oct 31, 2018

It's called **eco-anxiety** and the American Psychological Association describes it as worry, depression or anxiety that is triggered by awareness ...



Growing '**ecological grief**' is the mental health cost of climate change

CBC.ca - Oct 21, 2018

"Ecological grief can include a vast spectrum, whether it's specific things like **eco-anxiety** related to our environment, or PTSD after ..."

Pandemia y salud mental

Respecto al COVID19



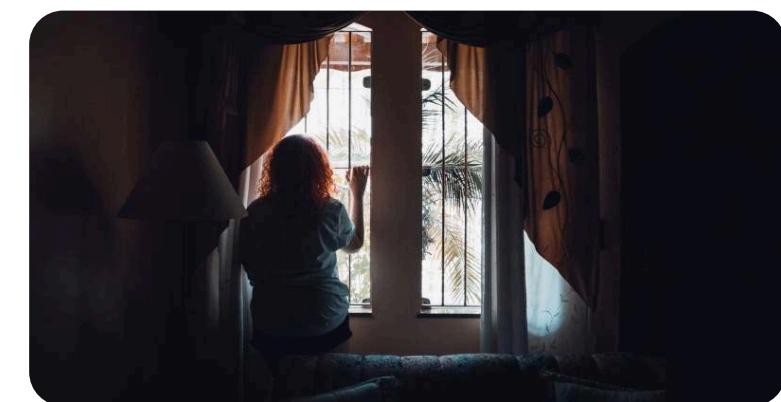
Respecto al encierro y las cuarentenas

Muchas reacciones emocionales intensas son esperables en un contexto como el que estamos viviendo (transformaciones masivas en las dinámicas familiares, laborales, sociales)

La magnitud de los impactos está influenciada por el NSE y puede reflejar una vez más las desigualdades existentes dentro de cada sociedad

El encierro puede generar nuevos conflictos o amplificar aquellos preexistentes (e.g., VIF, abuso de alcohol y otras drogas)

Una situación extrema, inusual, y de larga duración puede intensificar problemas psicológicos previos



Respecto a la comunicación de la crisis

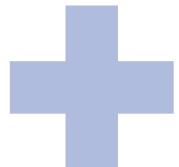
Comunicación del cambio climático

Amenazas existenciales tienden a activar valores egoístas/motivaciones egocéntricas

Por lo tanto, se establece una distancia con la naturaleza y otros seres humanos a favor del propio ego

El miedo nos vuelve más egoístas, nos inmoviliza o insta a huir

La sobre exposición a escenarios catastróficos o incontrolables



Sobrecarga de información

Baja respuesta hacia el problema y baja percepción de control

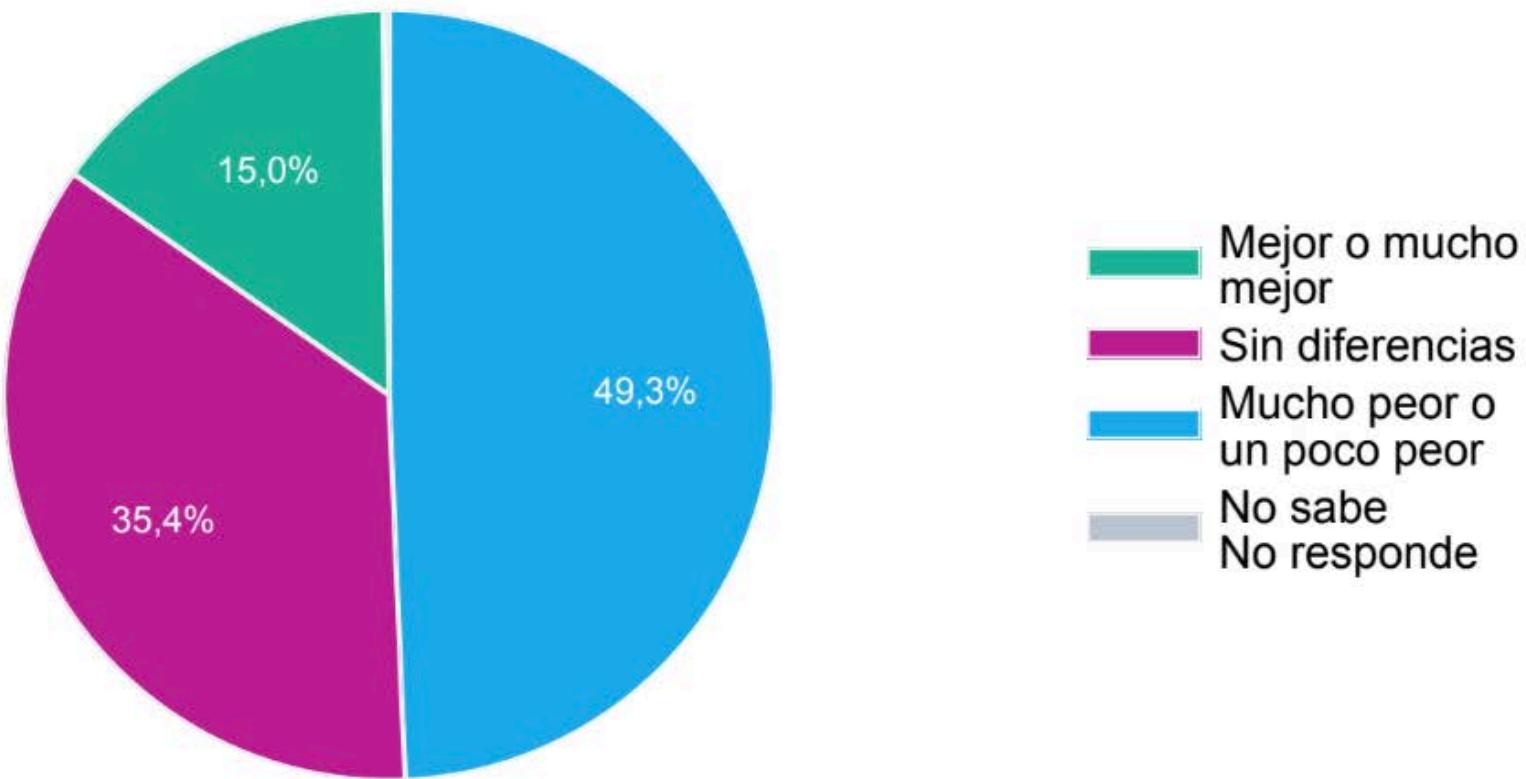
Termómetro social 2020

Núcleo Milenio en Desarrollo Social (DESOC) junto al Centro de Microdatos de la Universidad de Chile y el Centro de Estudios de Conflicto y Cohesión Social (COES), entre el 30 de mayo y el 10 de junio.

Percepción de la salud

JUNIO 2020

En comparación con su estado de ánimo previo a las medidas de aislamiento y cuarentena debido a la pandemia de coronavirus (Covid-19), ¿Cómo evalúa su estado de ánimo actual?



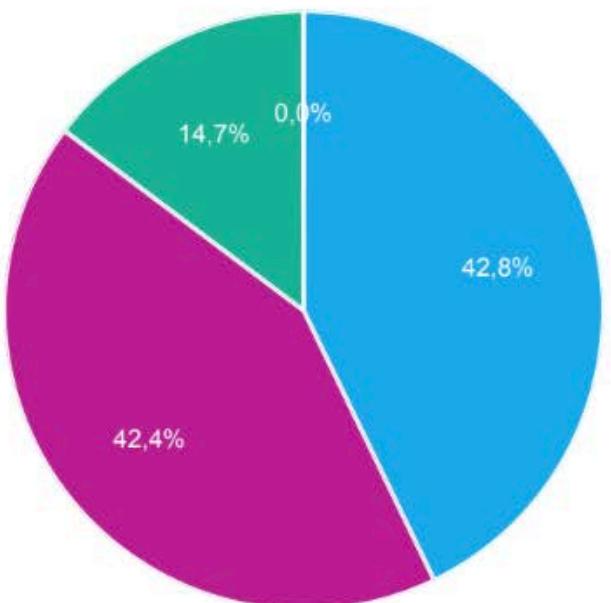
Fuente: Encuesta Termómetro Social 3, Junio 2020. Estimaciones propias.

Percepción de la salud

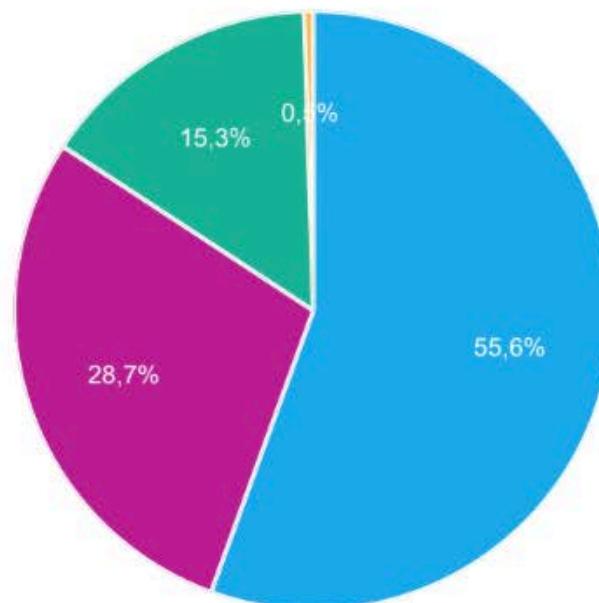
JUNIO 2020

En comparación con su estado de ánimo previo a las medidas de aislamiento y cuarentena debido a la pandemia de coronavirus (Covid-19), ¿cómo evalúa su estado de ánimo actual?

Hombre



Mujer



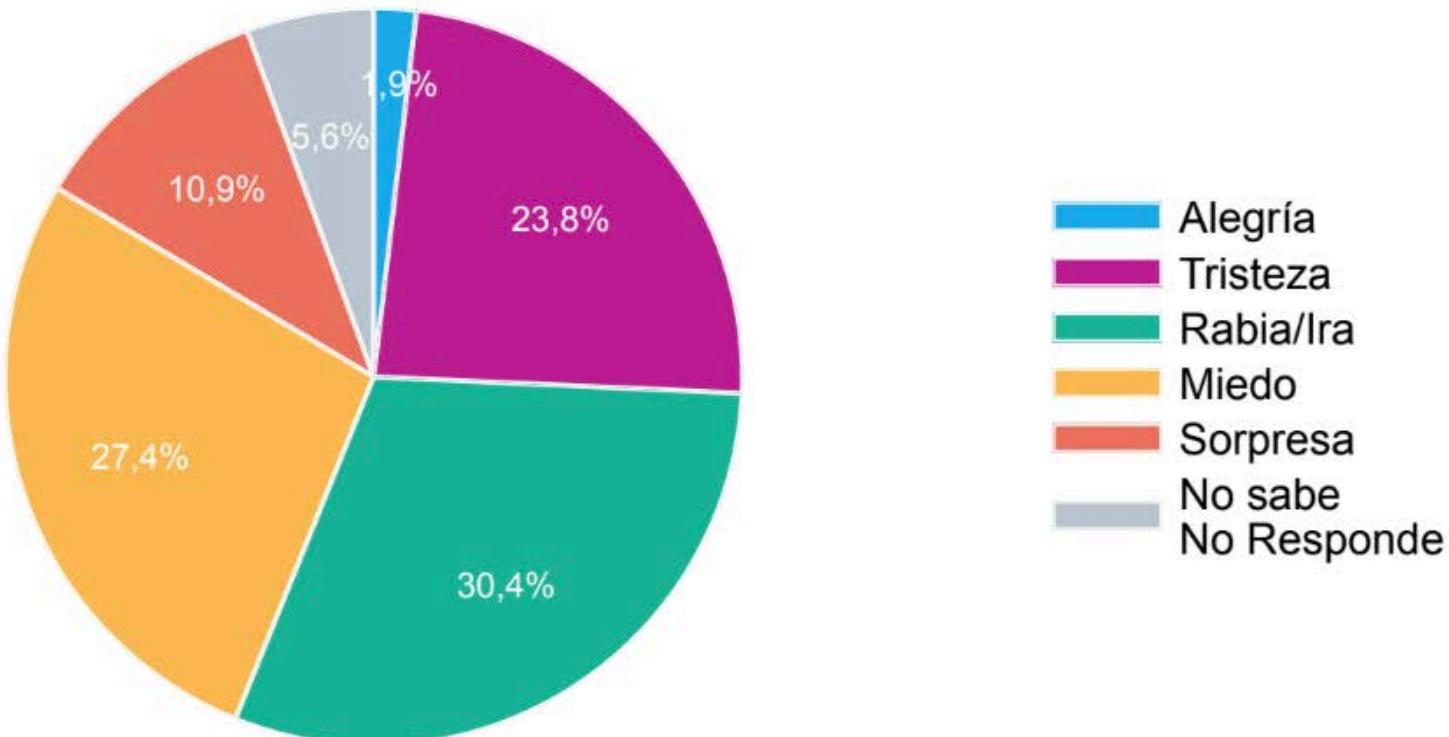
- Mejor o mucho mejor
- Sin diferencias
- Mucho peor o un poco peor
- No sabe
■ No responde

Fuente: Encuesta Termómetro Social 3, Junio 2020. Estimaciones propias.

Percepción emocional

JUNIO 2020

Durante las últimas dos semanas, ¿cuál ha sido su emoción predominante en relación con la situación nacional por pandemia y/o cuarentena?



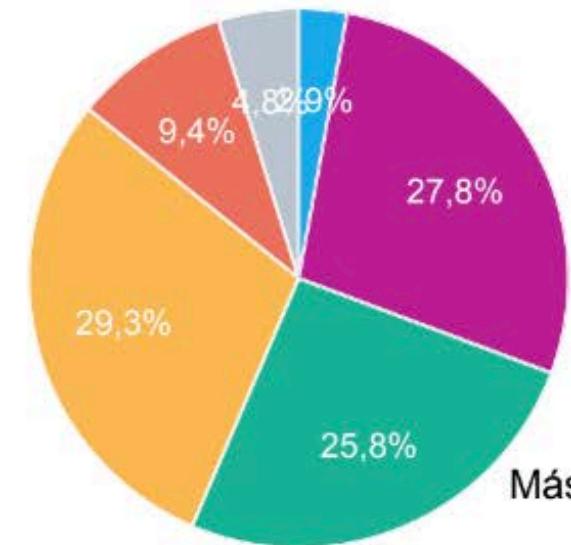
Fuente: Encuesta Termómetro Social 3, Junio 2020. Estimaciones propias.

Percepción emocional

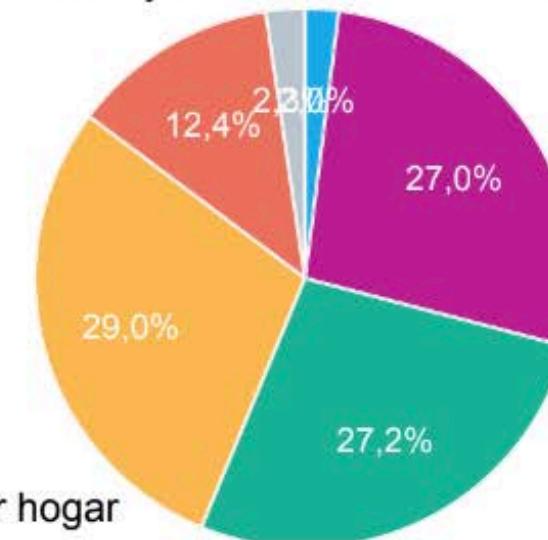
JUNIO 2020

Durante las últimas dos semanas, ¿cuál ha sido su emoción predominante en relación con la situación nacional por pandemia y/o cuarentena? Distribución por ingresos

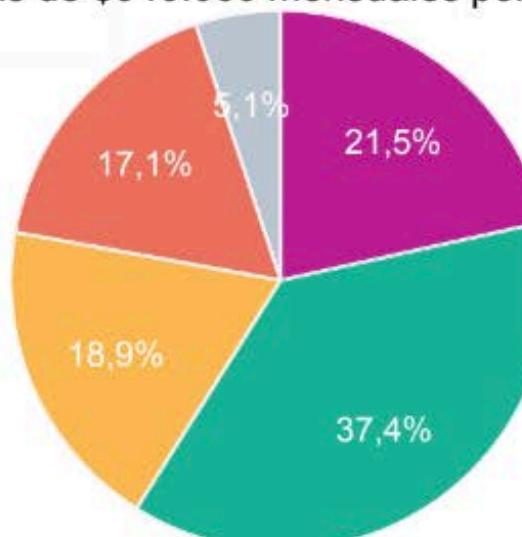
Menos de \$540.000 mensuales por hogar



Entre \$540.000 y \$940.000 mensuales por hogar



Más de \$940.000 mensuales por hogar

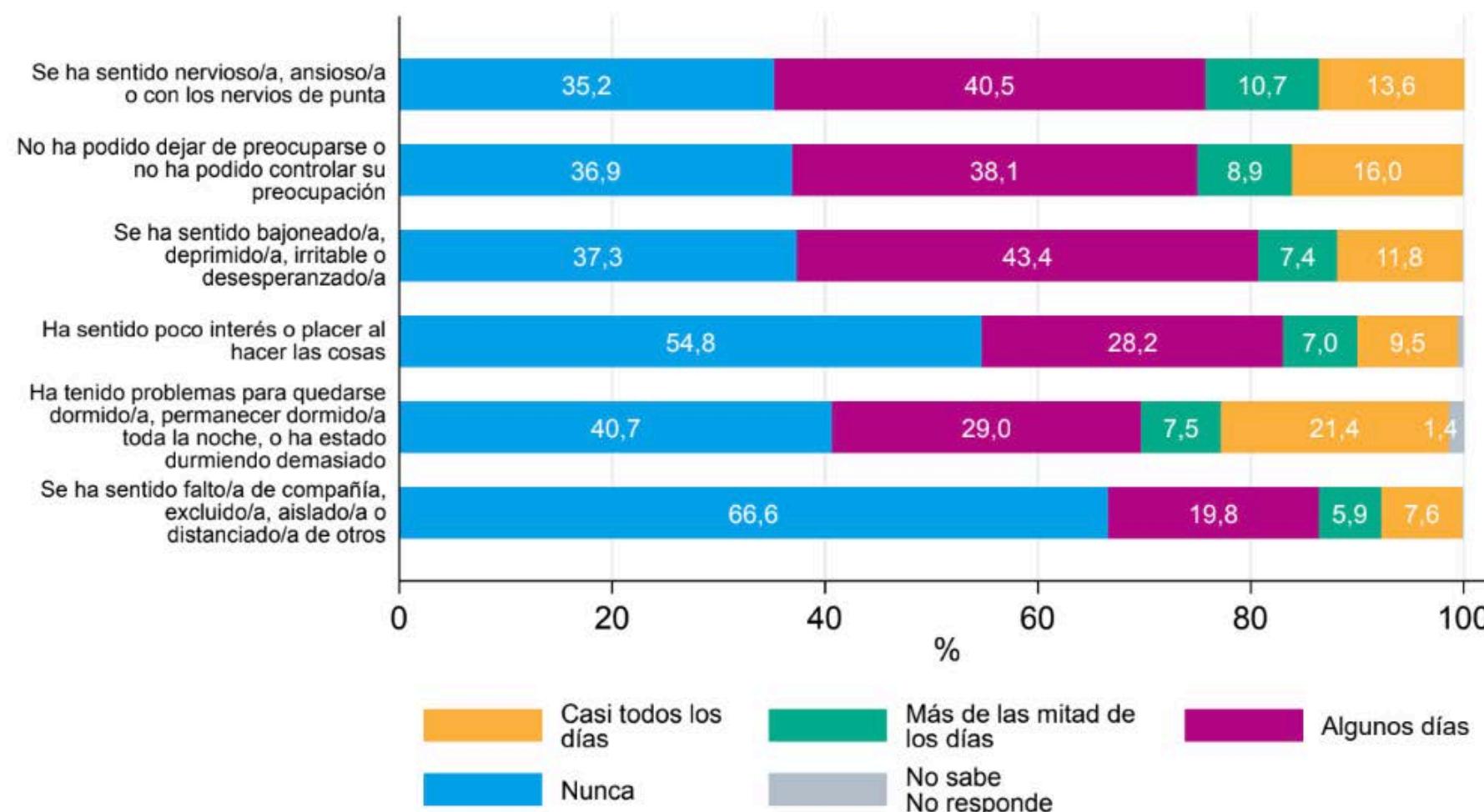


- █ Alegría
- █ Tristeza
- █ Rabia/Ira
- █ Miedo
- █ Sorpresa
- █ No sabe
- █ No Responde

Salud mental

JUNIO 2020

¿Cuántas veces durante las últimas dos semanas ha sentido alguna de las siguientes molestias?



Fuente: Encuesta Termómetro Social 3, Junio 2020. Estimaciones propias.

Recomendaciones

Recomendaciones para autoridades

Las personas necesitan comprender la situación que estamos viviendo

Acceso simple a información de calidad

Comunicación rápida y efectiva

Feedback sobre el impacto de los esfuerzos personales y colectivos

Autoridades de salud deberían enfatizar el valor altruista del auto-aislamiento

Brooks, S. et al. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395 (10227), 912 - 920



Recomendaciones generales

Aceptar que posiblemente no
se sienta culpable.
espacios para distraerse
a si mismo social

rodolfo.sapiains@gmail.com

Muchas gracias

