

Salud Mental en Chile

Diagnóstico y tendencias, brechas de acceso
y el rol de la mutualidad en prevención y reacción



Dirección de Estudios · Achs
2026

Si miramos las tendencias de salud mental de la población
¿Cuáles son las tendencias 2020-2025 en salud mental en población
general y de los trabajadores en particular?

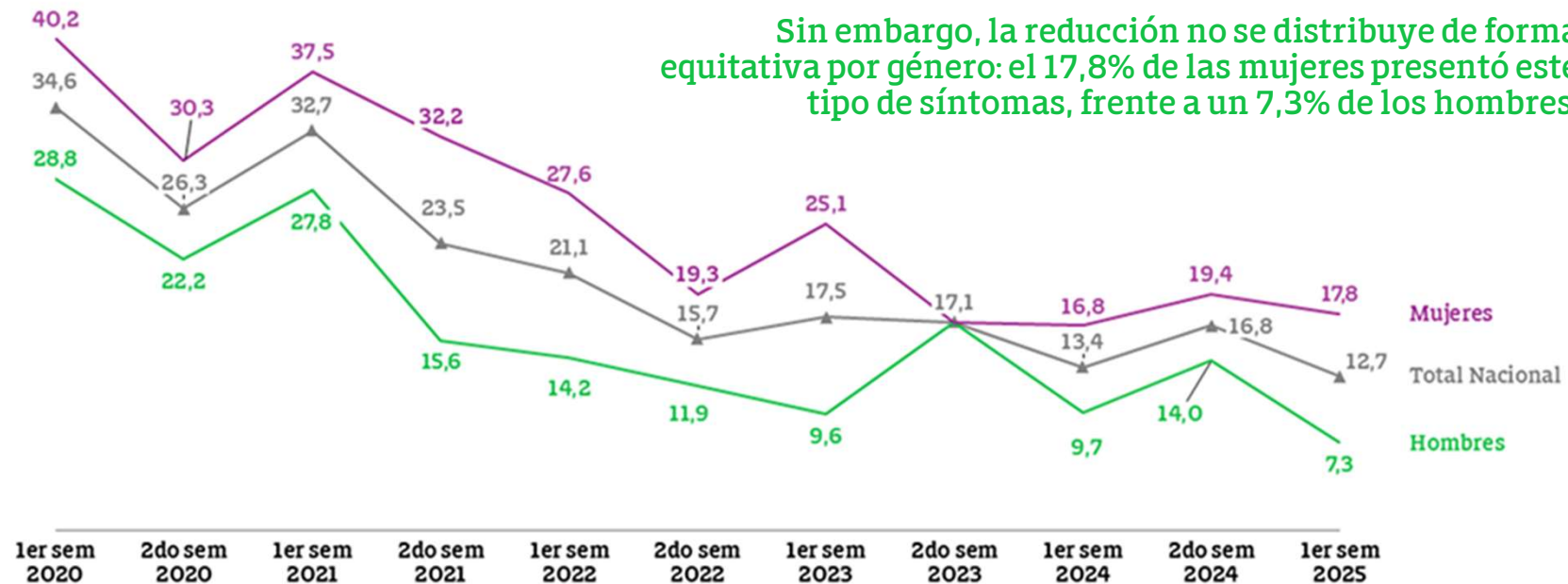
Termómetro de la Salud Mental



Estudio longitudinal, que mide la prevalencia de indicadores de bienestar y salud mental de la población en Chile, de 2020

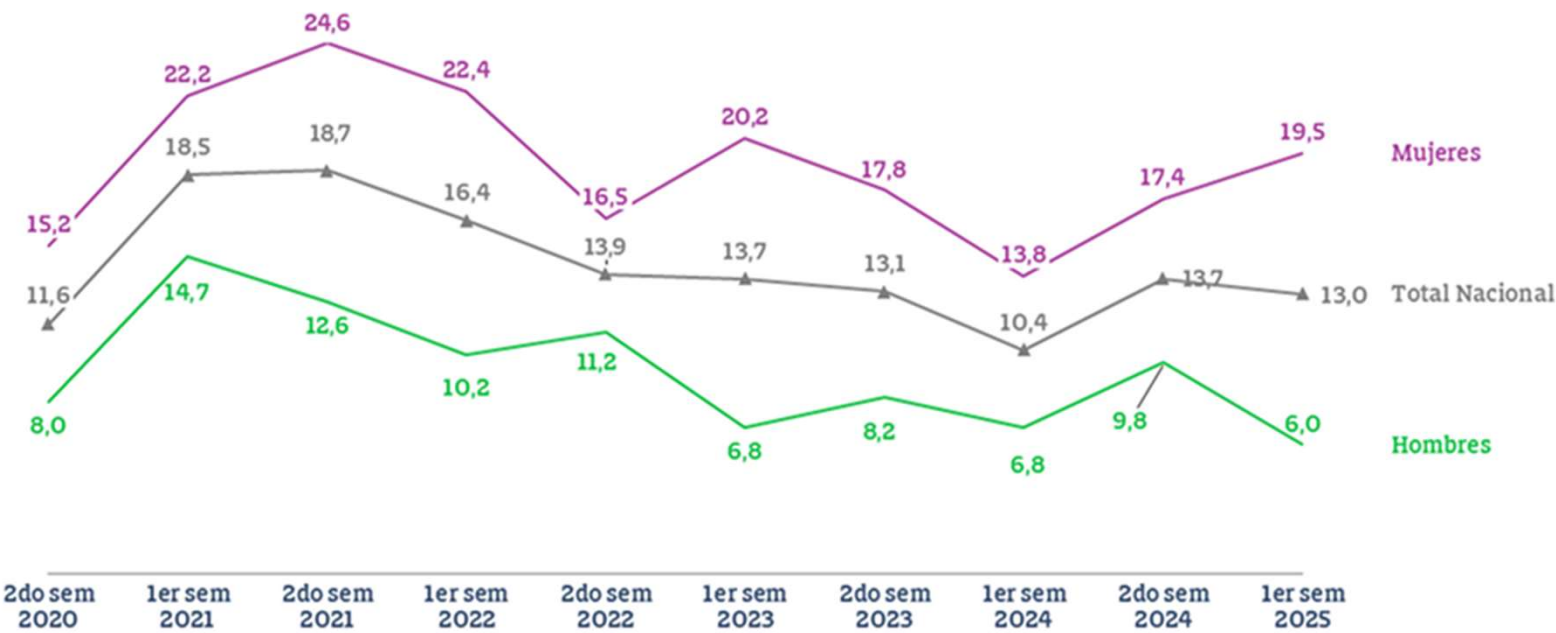
En 2025, el **12,7%** de los encuestados mostró indicios de **malestar psicológico**, constituyéndose como la cifra más baja desde que se inició la medición en 2020.

Sin embargo, la reducción no se distribuye de forma equitativa por género: el **17,8%** de las mujeres presentó este tipo de síntomas, frente a un **7,3%** de los hombres.

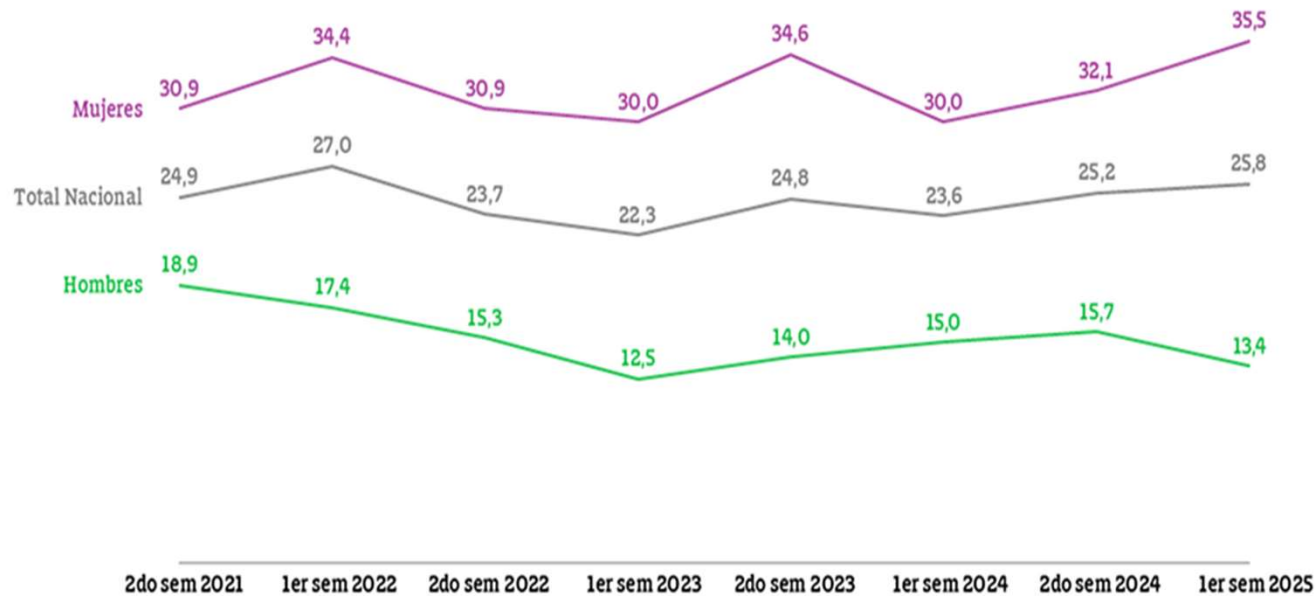


Problemas de salud mental (GHQ-12), población total, diferenciado por sexo (2020–2025).

En 2025, El indicador de **depresión** muestra una leve baja respecto de las mediciones anteriores, llegando al **13%**, con una diferencia de más de 10 puntos entre ambos géneros.



Síntomas de depresión (PHQ-9), población total, diferenciado por sexo (2020-2025).



Síntomas de ansiedad generalizada (GAD 7), población total, diferenciado por sexo (2020-2025)

En 2025, la **ansiedad** continuó siendo el indicador con mayor predominancia en la población, con un **25,8%** que reportó síntomas moderados o severos de ansiedad (un alza de 2,2 puntos porcentuales respecto a abril de 2024), y con marcada brecha de género: **35,5%**, en mujeres, más de veinte puntos que los hombres (13,4%).

Entre todos quienes presentaron estos síntomas, el 20,1% auto percibió que tenía preocupación excesiva, el 18,2% expresó sentirse nervioso, angustiado o muy tenso en las últimas dos semanas y el 16,1% admitió tener problemas para relajarse.

Radiografía del bienestar laboral

Estudio comparativo entre trabajadores ocupados, desocupados, inactivos y total del país.

achs



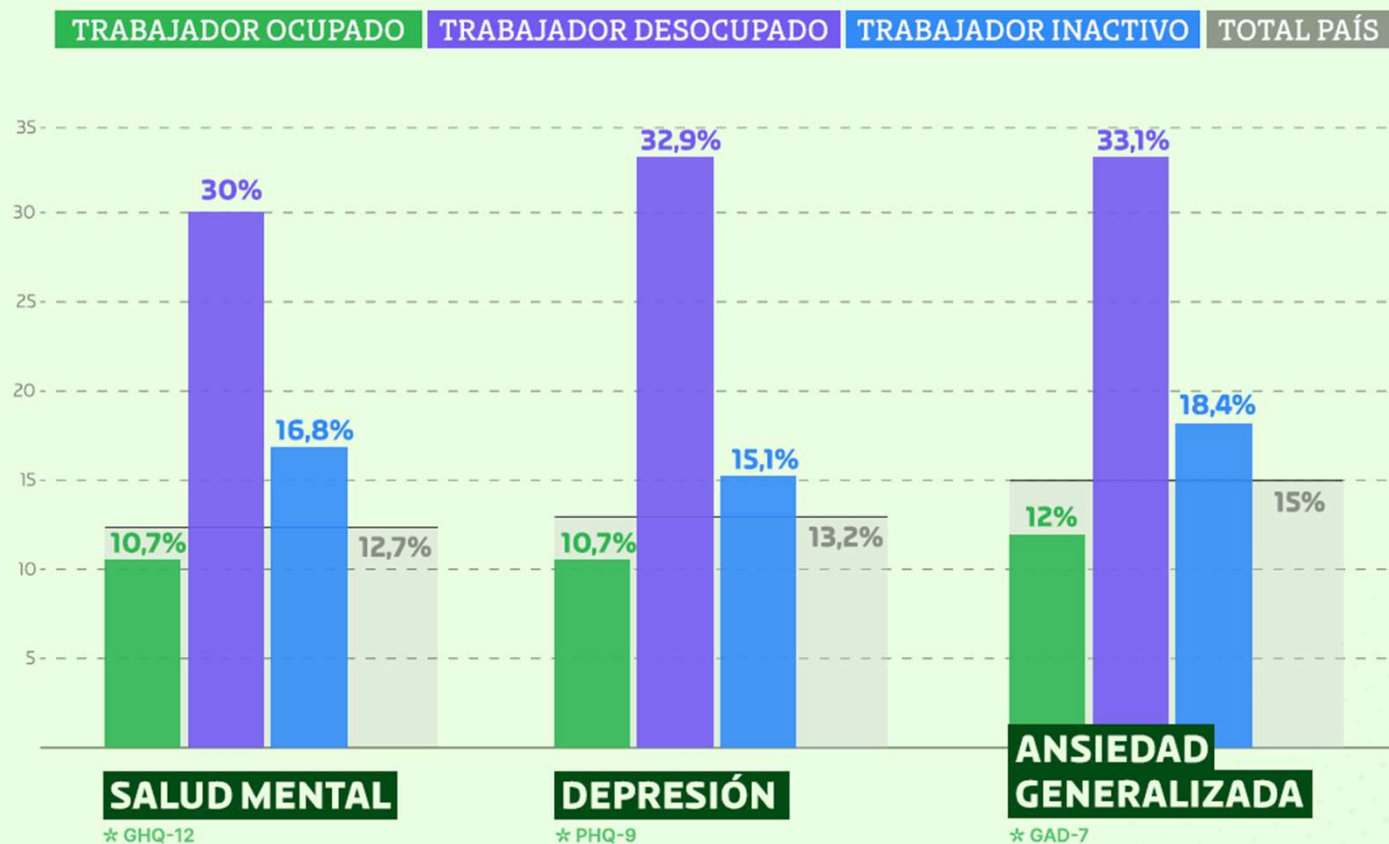
1 de cada **3** trabajadores



REPORTA PROBLEMAS

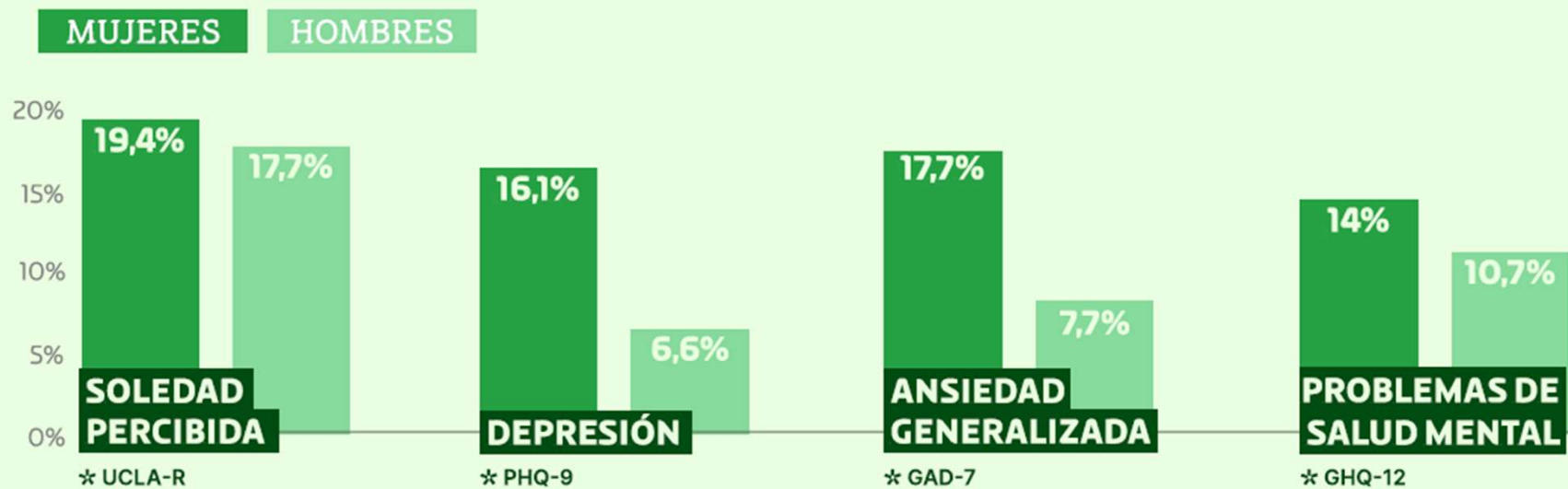
de salud mental, problemas de
depresión y/o síntomas de ansiedad.

Las personas desocupadas o inactivas presentan peores niveles de salud mental que las personas que tienen un trabajo.



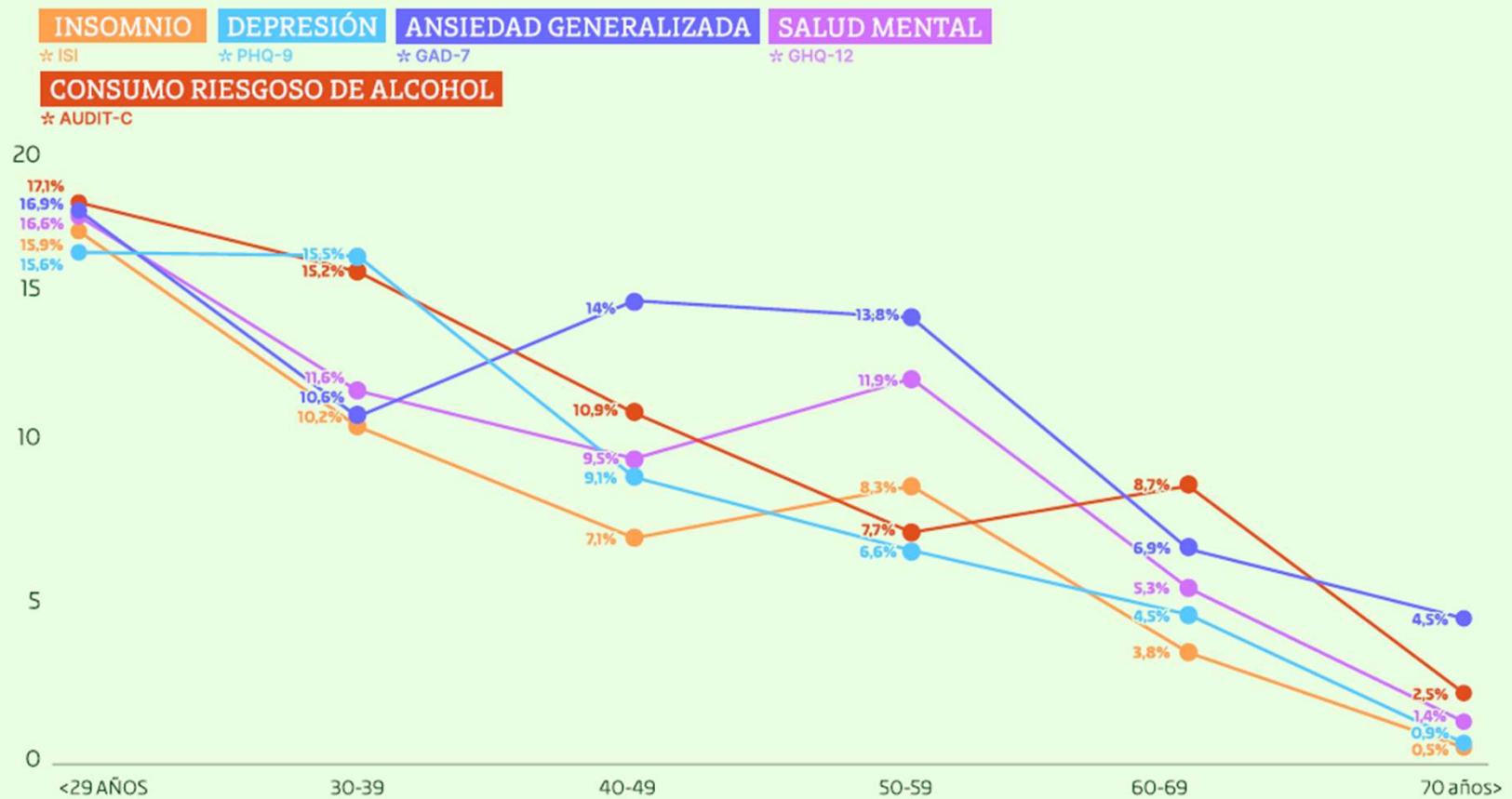
¿Quiénes son los más afectados?

Mujeres y jóvenes presentan mayores prevalencias en depresión, soledad, ansiedad y problemas de salud mental



¿Quiénes son los más afectados?

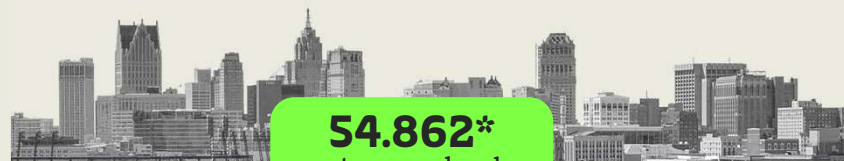
achs



Fuente: Termómetro Salud Mental, Achs-UC, 2025

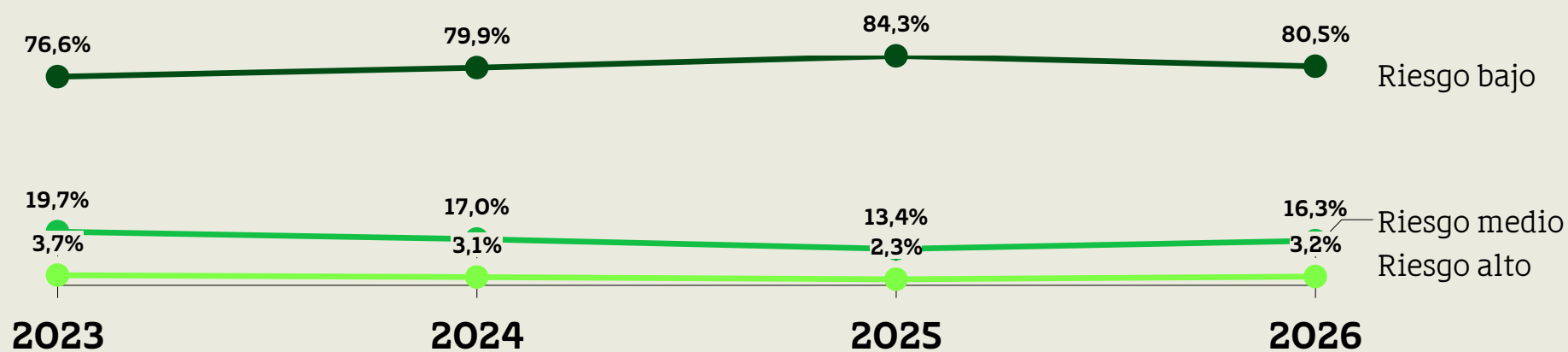
Desde la prevención, es clave mirar los riesgos psicosociales de las y los trabajadores: ¿Qué nos dice el CEAL-SM?





54.862*
centros evaluados
2023, 2024, 2025 y
2026

* 10.270 centros en 2023
16.714 centros en 2024
19.995 centros en 2025
7.883 centros en 2026





54.862*
centros
evaluados
2023, 2024, 2025 y
2026

81%

RIESGO
BAJO

16,1%

RIESGO
MEDIO

+

2,9%

RIESGO
ALTO

RIESGO
NO ÓPTIMO

19%



54.862*
centros
evaluados
2023, 2024, 2025 y
2026



81%

RIESGO
BAJO

16,1%

RIESGO
MEDIO

+

RIESGO
NO ÓPTIMO

2,9%

RIESGO
ALTO

19%

14,5%

de los hombres

25,4%

de las mujeres



trabajan en centros laborales
con riesgo no óptimo





54.862*
centros
evaluados
2023, 2024, 2025 y
2026



81%

RIESGO
BAJO

16,1%

RIESGO
MEDIO

+

RIESGO
NO ÓPTIMO

2,9%

RIESGO
ALTO

19%

**443.160 personas trabajan en centros
laborales con riesgo no óptimo**



Fuente: Cuestionario CEAL SM: 2023 a 2026, corte a Junio 2026

En 2025, las dimensiones **carga de trabajo, exigencias emocionales, y equilibrio vida y trabajo** presentan los mayores niveles de centros en estado no óptimo



¿Qué significa esto?

Casi 8 de cada 10 centros con nivel de Riesgo alto en exigencias emocionales

6 de cada 10 centros, con dificultades para conciliar trabajo y vida personal

Fuente: Cuestionario CEAL SM, 2023 a 2026, corte a Junio 2026

Brecha de acceso a tratamiento en salud mental

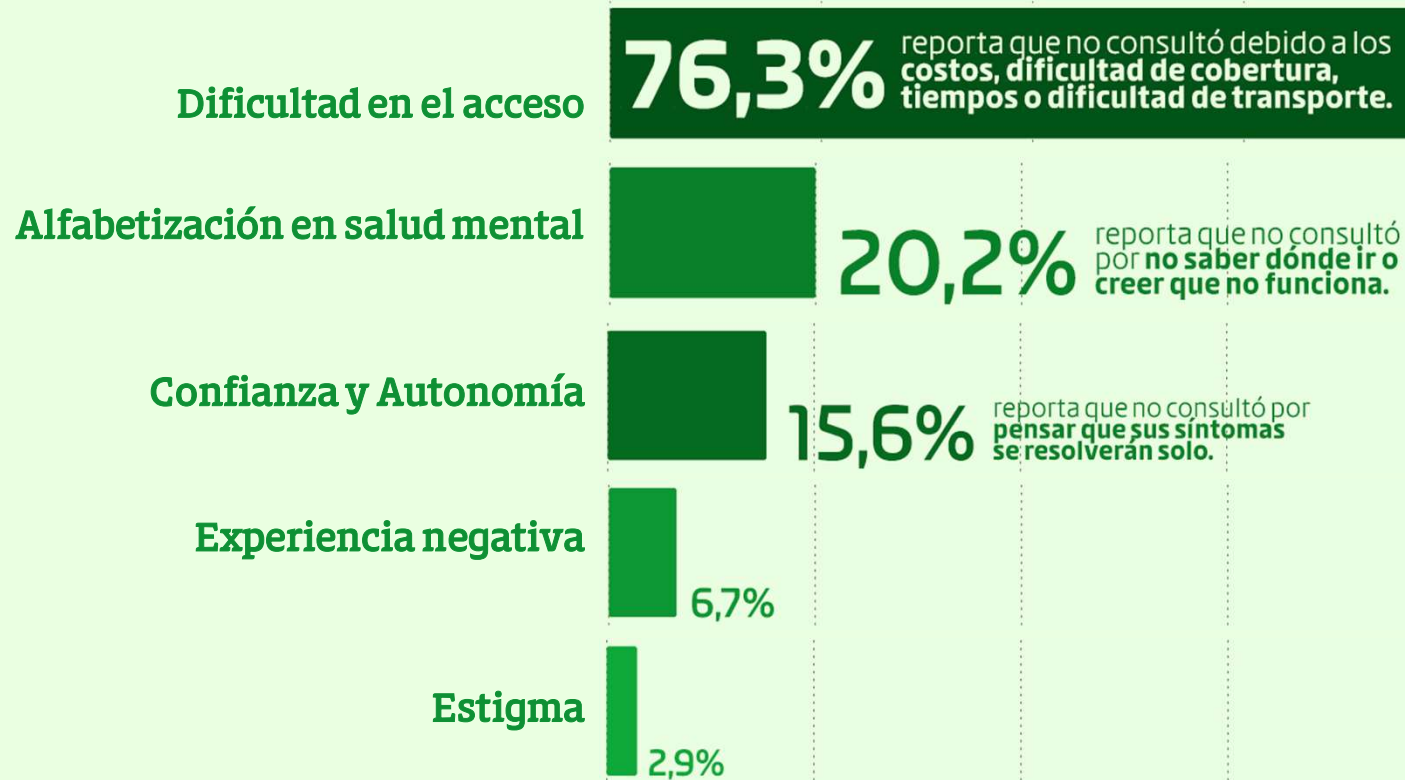
La deuda del tratamiento: más de un millón de personas con síntomas de salud mental; no consulta

Entre quienes tienen sospecha o declaran problemas de salud mental...

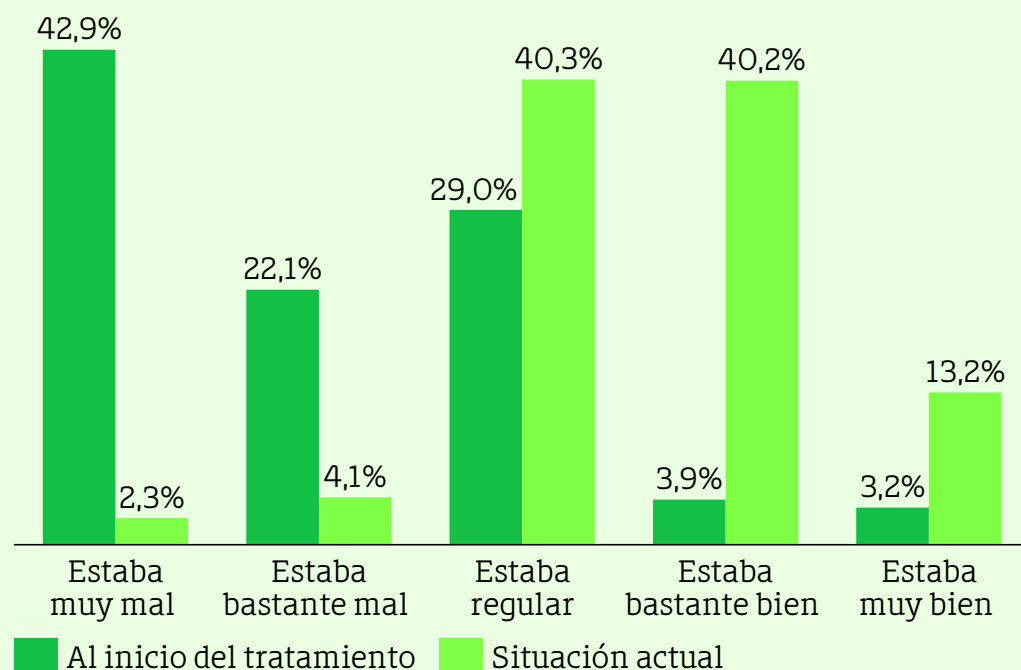


Barreras que impiden el acceso a tratamiento

(Razones de no consulta)

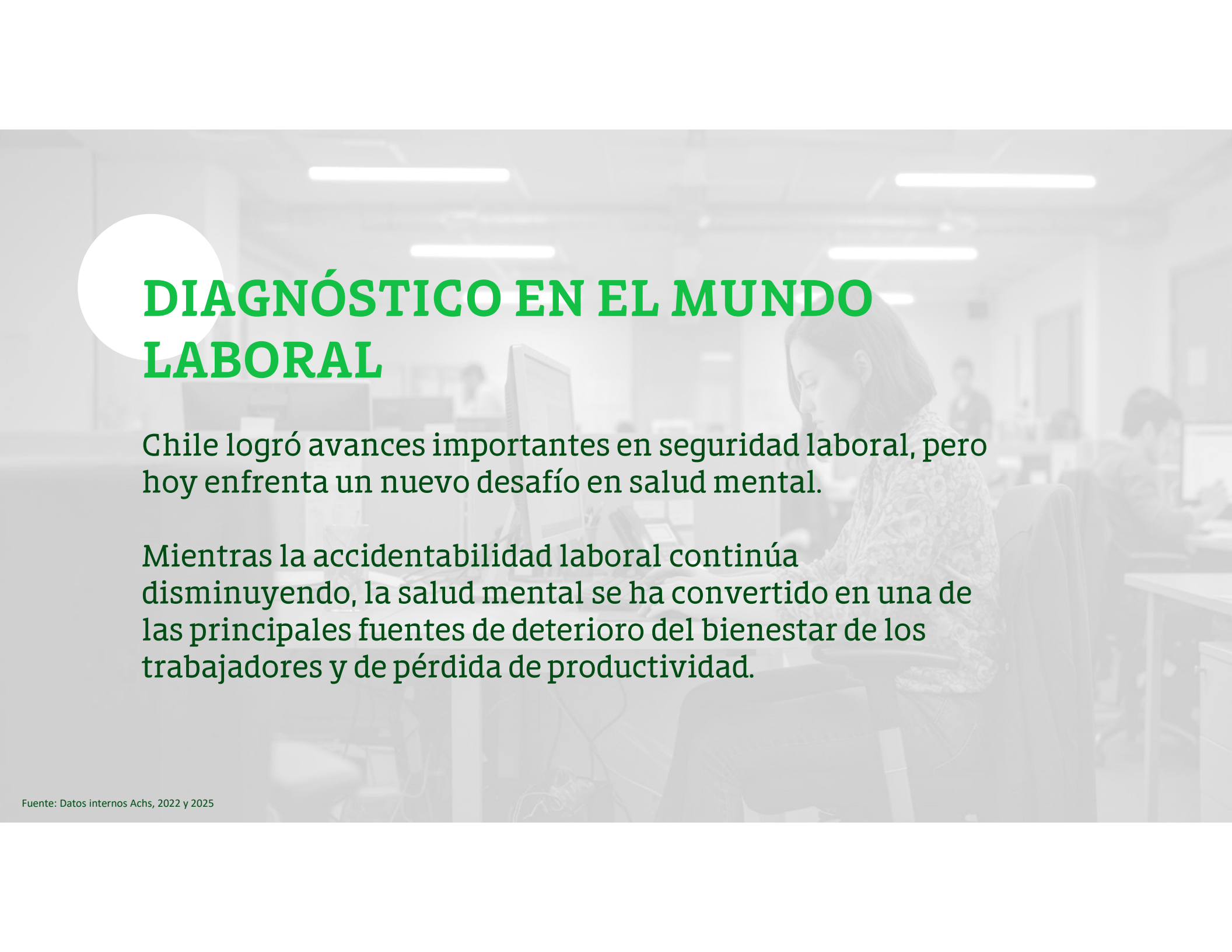


Cambio emocional: antes y después de recibir tratamiento en salud mental



78% de las personas considera que el tratamiento fue eficaz

66,1% reporta que los síntomas mejoraron bastante

A blurred background image of an office environment. In the foreground, a woman with dark hair is seated at a desk, looking down at a laptop. Other people are visible in the background, also working at their desks. The lighting is bright, typical of an office setting.

DIAGNÓSTICO EN EL MUNDO LABORAL

Chile logró avances importantes en seguridad laboral, pero hoy enfrenta un nuevo desafío en salud mental.

Mientras la accidentabilidad laboral continúa disminuyendo, la salud mental se ha convertido en una de las principales fuentes de deterioro del bienestar de los trabajadores y de pérdida de productividad.

2022

→ 2025

↓ **2,23%**

accidentabilidad
laboral total

La accidentabilidad
de los trabajadores en Chile ha
disminuido en los últimos años.

Pero ...

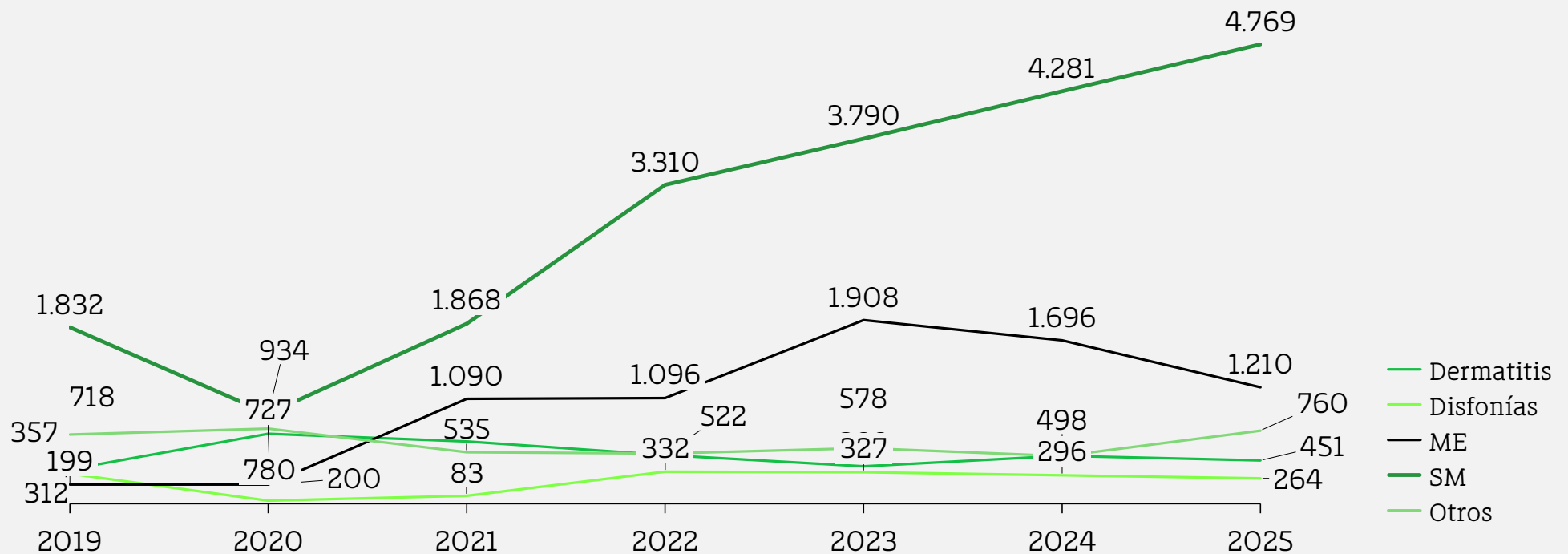
¿Qué ha pasado con los indicadores de
enfermedades profesionales?

En 2025, en Achs se presentaron 7.454 EP a nivel nacional, con una tasa de EP que ha aumentado desde 2019 y que hoy se observa más estable: La tasa de EP pasó de 0,13 en 2019 a 0,24 en 2025



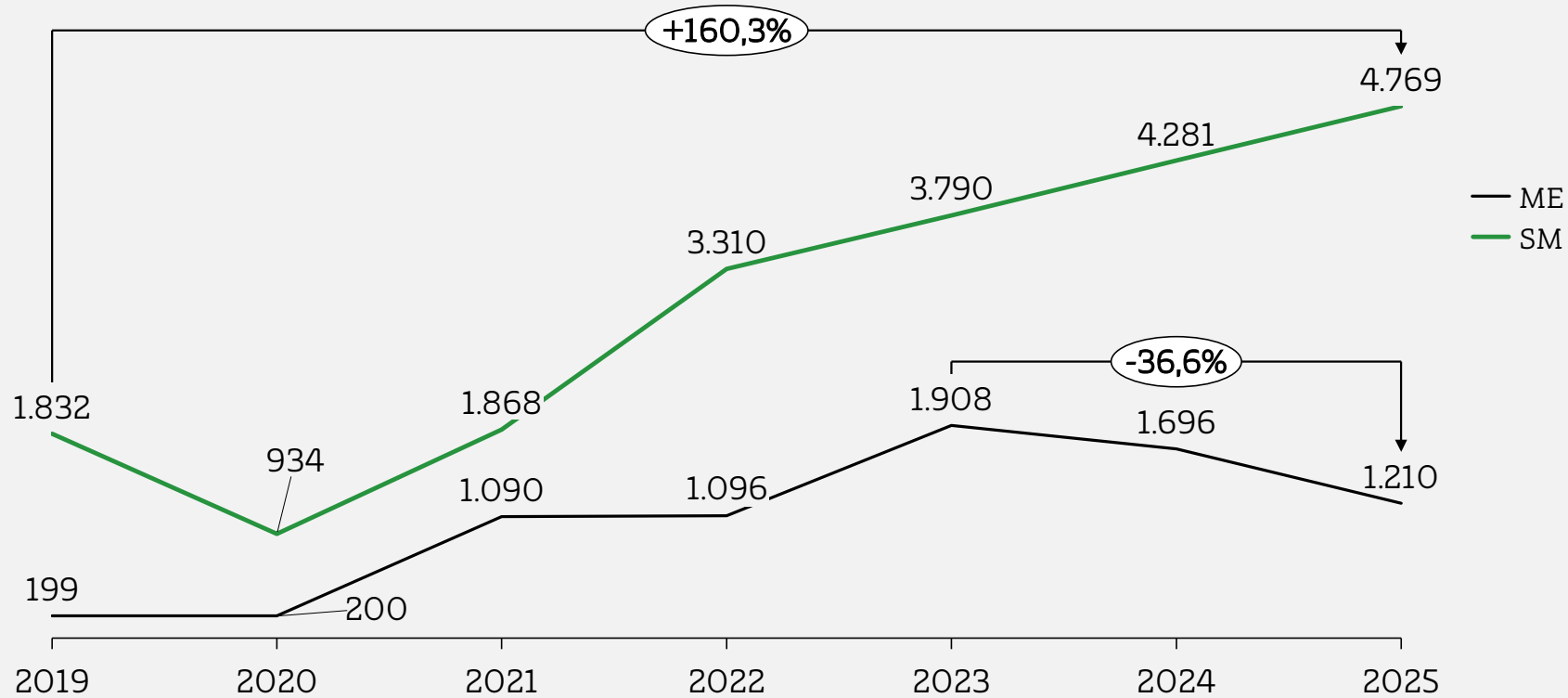
El aumento en el tiempo está dado principalmente por los casos de EP de salud mental

achs



En este grupo diagnóstico, se ha observado un aumento de un 160% desde 2019 a 2025.

achs



Las enfermedades profesionales de salud mental se concentran en ~1.700 empresas, y 5 industrias concentran el 90% de las enfermedades de 2025. De éstas el 49% corresponde a hostilidad de jefatura, pares o subalternos.



Empresas y centros de trabajo



1.753

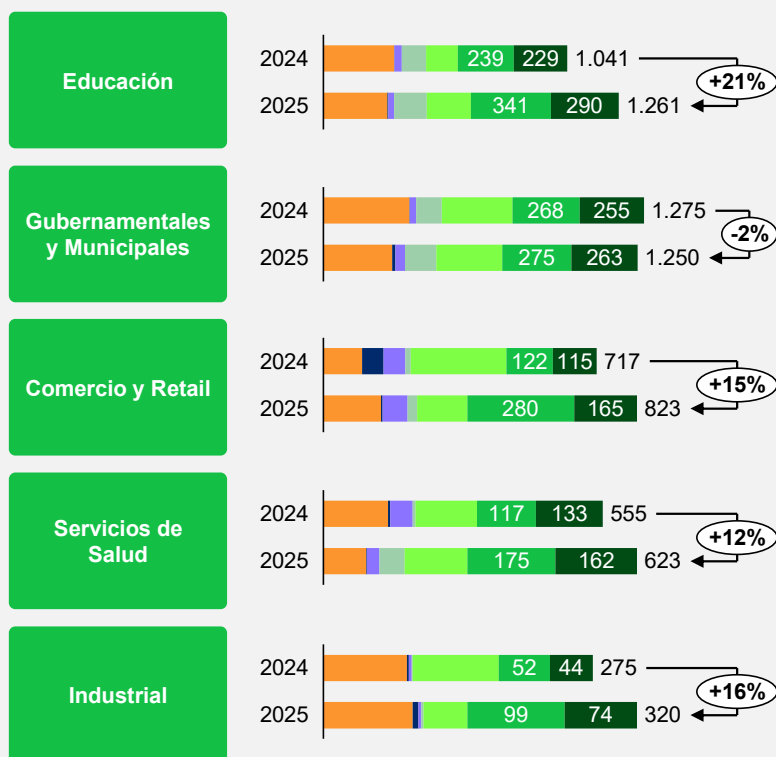
Empresas con
enfermedad profesional
de salud mental

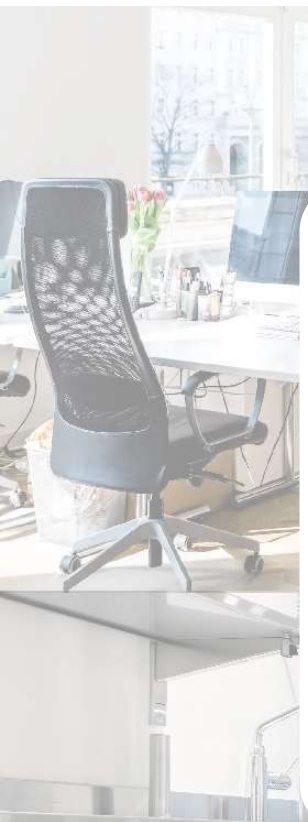


3.353

Centros de trabajo con
enfermedad profesional
de salud mental

Detalle por Industrias foco





achs

Las enfermedades profesionales en salud mental no sólo representan una proporción importante del total de EP, sino que también, se asocian a reposos más prolongados en promedio



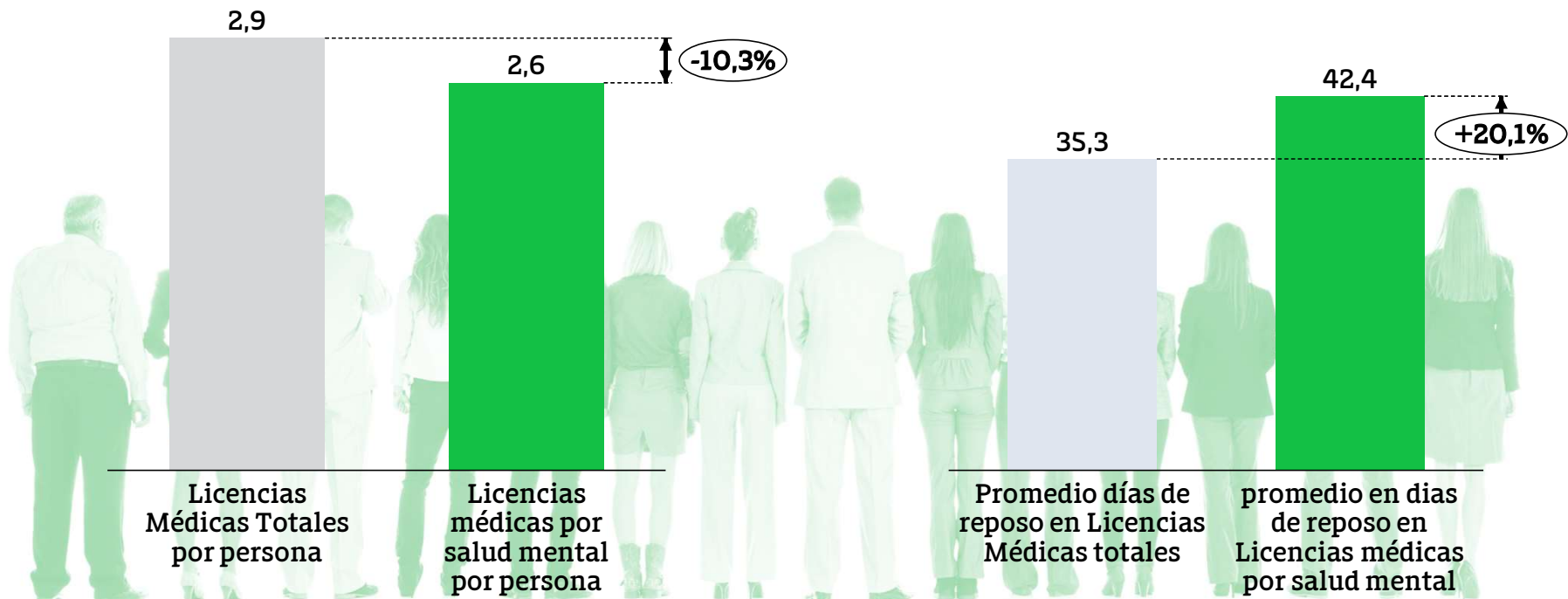
Impacto en ausentismo profesional: las enfermedades profesionales en salud mental se asocian a menos licencias en promedio por trabajador, pero a reposos más prolongados en promedio



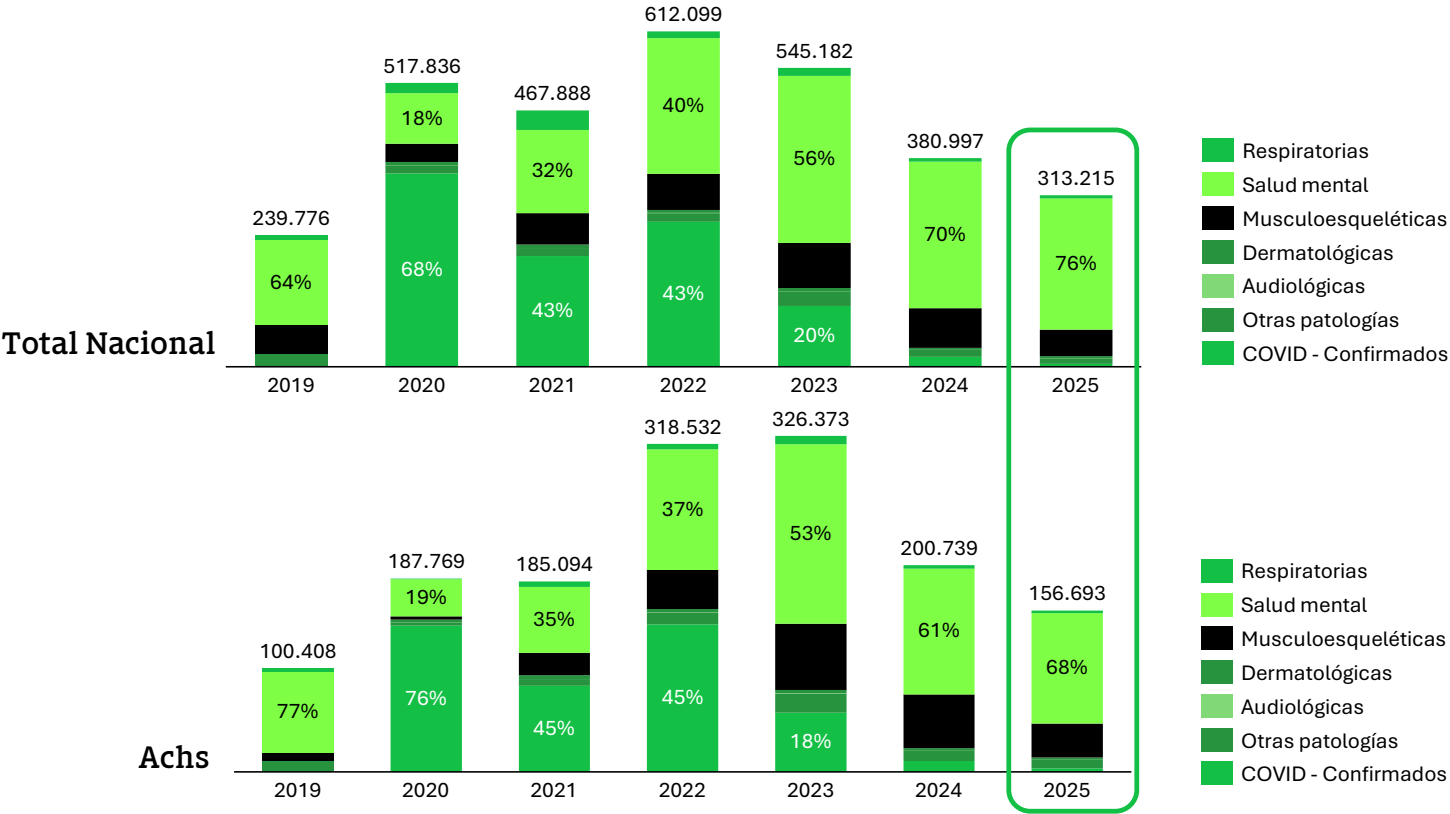
2,6 licencias médicas de salud mental por trabajador en promedio



42,4 días de reposo en promedio, en licencias médicas de salud mental



En el tiempo, se observa un aumento de la proporción de días perdidos asociados a Salud mental, llegando a 7 de cada 10 en 2025



Número de días perdidos por enfermedades profesionales Nacional y sólo Achs – (2019 a 2025)
Fuente: Datos internos Achs, 2019 a 2025

Mutualidad: ¿Qué responsabilidades tienen las mutualidades?

- **Generar evidencia:** a través de la aplicación del CEAL SM, pero también, con instrumentos de diagnóstico como el Termómetro de la Salud Mental, y Kyan Health.
- **Asistencia técnica** a las empresas o entidades adheridas en la implementación de los sistemas de gestión preventiva y cumplir las exigencias del DS44. En salud mental específicamente, esto implica generar apoyos en la prevención, evaluación y gestión de riesgos psicosociales. Entre las principales tareas se cuentan: Orientación y apoyo en la medición del CEAL-SM, Planes de capacitación y elaboración de programas preventivos en base a evidencia. Asesoría para implementar medidas correctivas.
- Fortalecer **acciones preventivas** y promover la prevención antes que la enfermedad: El DS44 refuerza el rol preventivo de las mutualidades, desplazando parte importante del foco desde la reacción frente al daño hacia la prevención de los riesgos.
- Apoyo en la **mejora continua:** El nuevo reglamento establece una lógica de mejora continua de la gestión preventiva. En este contexto, las mutualidades deben acompañar a las empresas en el monitoreo de riesgos, seguimiento de resultados y fortalecimiento de sus capacidades preventivas.



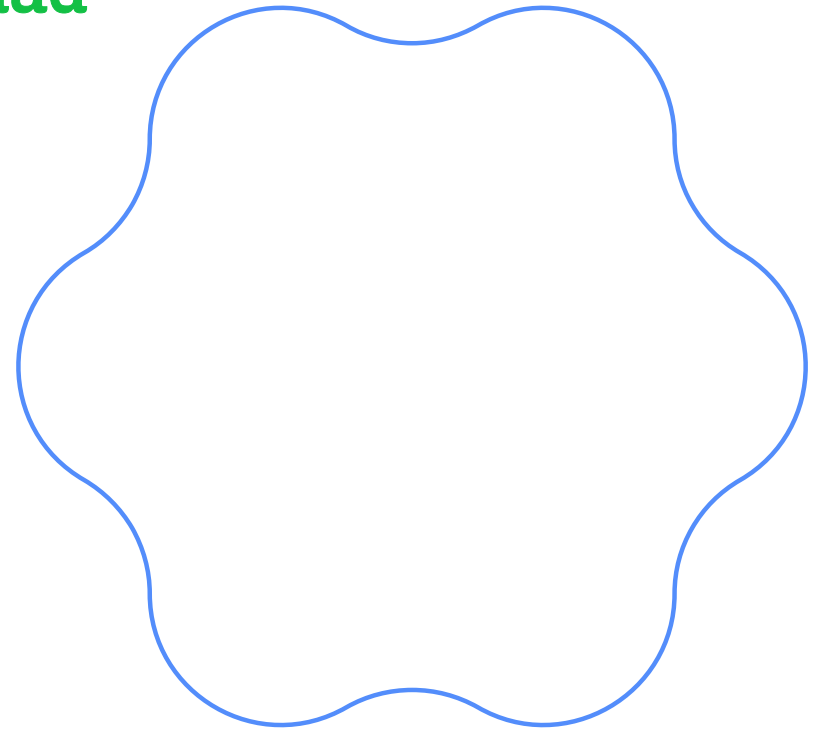
El DS44 y la obligación del contexto laboral en la promoción de la salud mental

El DS N°44 del Ministerio del Trabajo y Previsión Social fue publicado el 27 de julio de 2024, pero su entrada en vigencia quedó diferida hasta el 1 de febrero de 2025. Desde esa fecha reemplaza y moderniza gran parte de la regulación histórica contenida en los DS N°40 y N°54 de 1969. El DS44 aplica a todas las entidades empleadoras, independientemente de su tamaño. Lo que cambia según el tamaño de la empresa es el nivel de exigencia y los instrumentos de gestión preventiva que deben implementar.



Qué estamos haciendo y a quiénes estamos llegando como mutualidad

Fortalecemos el acceso a atención mediante un Modelo Integral de Salud Mental: Achs ha desarrollado un **Modelo Integral de Salud Mental**, que articula prevención, detección, derivación, apoyo clínico y seguimiento, buscando entregar una respuesta más oportuna y continua a las necesidades de los trabajadores. Contiene 6 líneas de acción y 13 iniciativas.



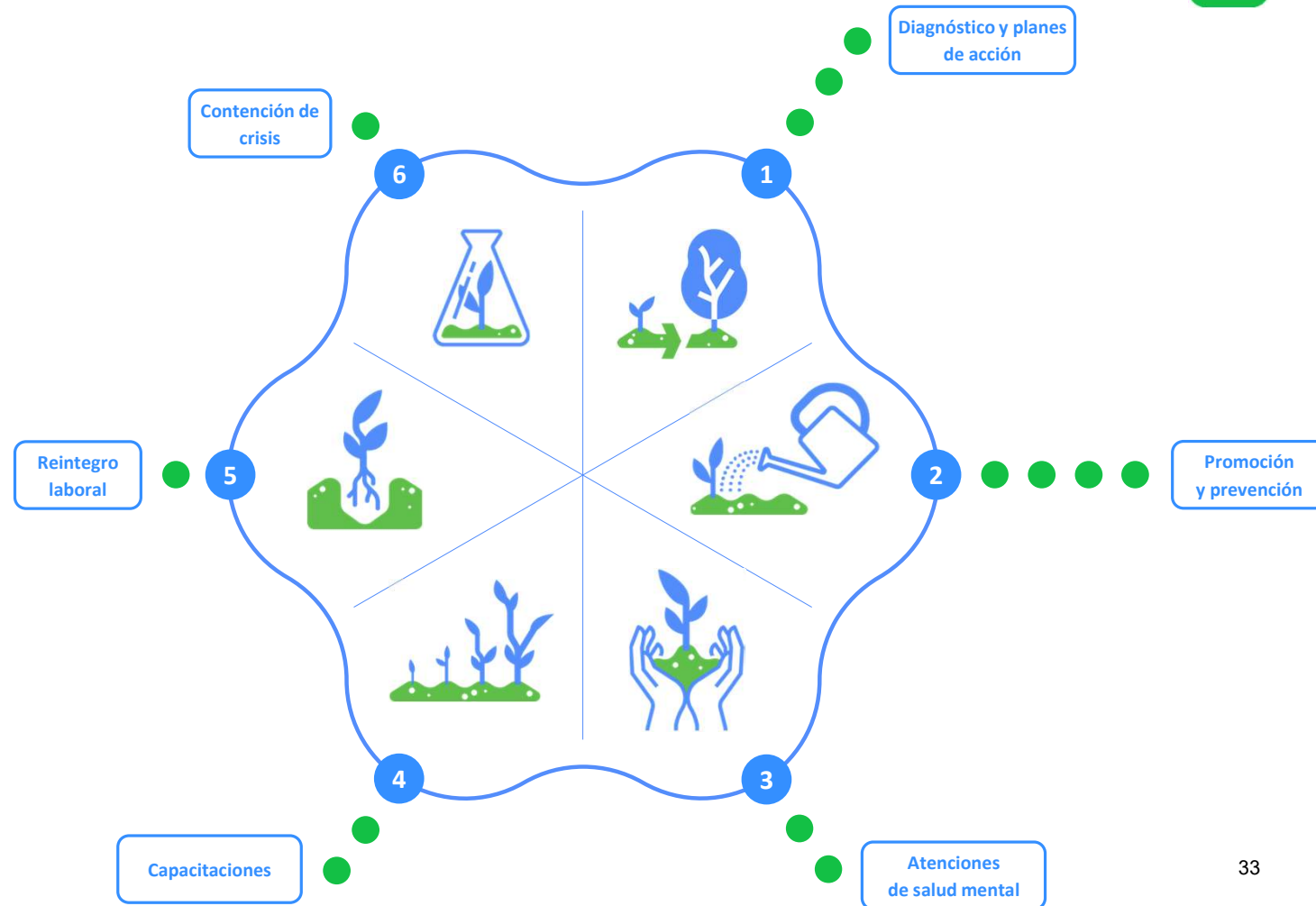
Plan de cuidado integral para la salud mental

Una propuesta completa para abordar los desafíos del bienestar mental laboral.

Lo componen

6 líneas de acción

13 iniciativas



Generamos evidencia para orientar la acción preventiva

Termómetro de estudio longitudinal (Achs-UC)



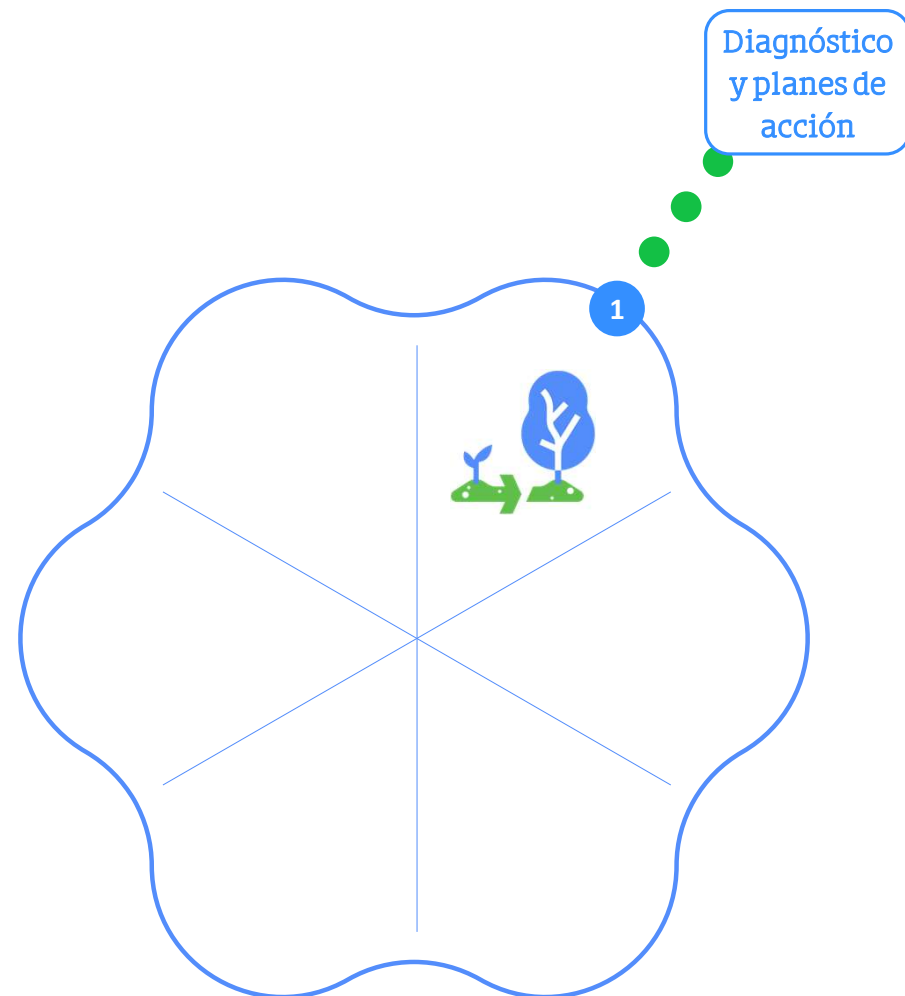
A través del Termómetro de la Salud Mental (TSM), desarrollado junto a la Universidad Católica, monitoreamos de forma continua la evolución de la salud mental de la población chilena y de los trabajadores, identificando grupos de mayor vulnerabilidad, brechas de acceso y factores de riesgo emergentes.

Único estudio en Chile que, con una muestra representativa de la población chilena ~3.000 personas, desde 2020 cuenta con 11 versiones y entrega información sobre la salud mental de la población nacional urbana mayor de 18 años para ver su evolución en el tiempo y reportar periódicamente la situación a nivel país.

Protocolo de riesgos psicosociales (CEAL-SM)



Entregamos información relevante sobre el protocolo, su impacto y cómo permite mitigar riesgos. Además, damos lineamientos normativos a los integrantes del Comité de aplicación para su implementación y la aplicación de la encuesta CEAL-SM/SUSESO, para generar planes de trabajo que permitan reducir los riesgos psicosociales laborales.



Objetivo

Entregar herramientas que ayuden a prevenir enfermedades profesionales y a promover un ambiente laboral saludable mediante educación, apoyo psicosocial y una cultura organizacional.

Promoción y
prevención

Iniciativas

Modelo Operacional
Salud Mental

CETA Psychosocial
Support (CPSS)

Common Elements
Treatment Approach
(Full CETA)

App KYAN Health

Campañas preventivas

Programa promoción
de la salud y calidad de
vida



CETA Psychosocial Support (CPSS)

Es un programa breve que busca **desarrollar habilidades socioemocionales en los trabajadores**, con foco en el desarrollo de habilidades de liderazgo, resolución de problemas, manejo de emociones y concientización de estrés. Está diseñado para **fortalecer los factores protectores personales**, claves para amortiguar los riesgos psicosociales

Estrategia de despliegue

Riesgos Psicosociales	Equipo Exclusivo	Capacidad instalada clientes
+50 Consultores de Riesgos Psicosociales capacitados para implementar CPSS Cobertura nacional de ~150 clientes con 5.000 trabajadores capacitados en 1.000 programas de CPSS	10 Consultores de Salud Mental - Foco en la estrategia de Accidentabilidad - Copamiento en JUNJI y S. Salud Metro Sur Oriente 4.000 trabajadores	<i>Próximamente</i> Psicólogos de clientes capacitados en CPSS en Renca, Providencia y Santiago

Módulo 1: Pensar de manera diferente
Busca empoderar a los equipos para **identificar y transformar pensamientos no útiles** que afectan su bienestar, contribuyendo a un estado **más consciente de sí mismos**



Módulo 2: Activarse
Fomenta la incorporación o reincorporación de **hábitos saludables que potencien el bienestar**, promoviendo un **estilo de vida más equilibrado**



Módulo 3: Resolución de problemas
Potencia las **habilidades de resolución de problemas** abordando problemas cotidianos, ampliando la mirada para encontrar **soluciones efectivas** y tomar **decisiones consientes**



Fuente: Encuestas de satisfacción de 96 programas realizados Ene – Jun 2026

Full
CETA

Common Elements Treatment Approach

Como Achs nos sumamos a una iniciativa multisectorial que busca mejorar el acceso a la salud mental en Chile utilizando la metodología Full CETA, basada en investigación de la Universidad Johns Hopkins

Metodología de **acompañamiento de salud mental**, desarrollada por **académicos de la Universidad Johns Hopkins**, con un enfoque **transdiagnóstico basado en evidencia**, y una **plataforma digital innovadora y disruptiva** que constituye una pieza central del modelo. Combina **guías clínicas estructuradas** con una plataforma que realiza **triaje de salud mental**, mide **sintomatología** y orienta el tratamiento según la evolución de cada beneficiario, permitiendo **mayor estandarización, seguimiento y ajuste técnico**. La metodología contempla 3 etapas, **entrenamiento, supervisión y certificación**



Colegios Públicos
Estudiantes 1ro Medio
16x SROI | - 82% síntomas SM



CESFAM
Adultos Mayores
7x SROI | - 79% síntomas SM

Desde mediados de 2024 han alcanzado aproximadamente a **2.700 beneficiarios y sus familias**. Renca registró una disminución de 82% en sintomatología en **250 adolescentes**.

Providencia una disminución de 78% en **170 adultos mayores**, y la experiencia se calculó en un **Retorno Social de la Inversión (SROI)** con comparabilidad **internacional**

Atenciones de salud mental

Objetivo

Identificar y tratar afecciones de salud mental de origen laboral, brindando apoyo psicológico integral a los trabajadores para proteger su bienestar y desempeño.

Iniciativas

Centro Especializado de Salud Mental (CESM)

El Centro Especializado de Salud Mental busca **consolidar y fortalecer la atención** en este ámbito, asegurando una **atención estandarizada, oportuna y de calidad** en nuestros más de 80 centros de salud ACHS a nivel nacional. Esto se logra mediante una **estructura organizacional consolidada**, un equipo **multidisciplinario** y con atenciones mayoritariamente **telemáticas**.

Unidad de Cuidados Intensivos Psiquiátricos (UCIP) en el Hospital del Trabajador Achs

La nueva UCIP permite brindar **atención especializada en salud mental**, oportuna y en un entorno protegido. Su enfoque integral favorecerá la rehabilitación y el acompañamiento de pacientes y sus familias a través de un **enfoque de atención interdisciplinario**, con profesionales como psiquiatras, psicólogos, enfermeras, técnicos en enfermería, terapeutas ocupacionales y trabajadores sociales.

Atención psicológica temprana - Ley Karin

Servicio de apoyo a personas que, en contexto laboral, han sufrido de acoso laboral, acoso sexual o violencia en el trabajo, a través de una **Atención Psicológica Temprana (APT)***. La asistencia se realiza en un **máximo de 48 horas** telemática, asegurando respaldo a la gestión de la empresa. Su objetivo es brindar contención y orientación psicológica oportuna, evaluando el impacto del evento y reduciendo el riesgo de cronificación.



Reintegro laboral

Objetivo

Guiar a las empresas en el acompañamiento de trabajadores que regresan tras una enfermedad profesional, para prevenir recaídas y asegurar un reintegro efectivo.

Iniciativas

Reintegro laboral

Acompañamiento a personas **trabajadoras que vuelven a su trabajo luego del alta por una patología mental** originada en contexto laboral, para que su regreso se genere en las mejores condiciones del entorno laboral, y así evitar recaídas. Incluye Curso para coordinador-empresa de reintegro, Guía de reintegro y Fichas técnicas (buen dormir, ejercicios para la relajación muscular y respiratorios, entre otros).

Actualización de Coordinadores

Fortalecer competencias técnicas y de gestión mejora la toma de decisiones y estándares de intervención en reintegro laboral.

Comunicación con la Empresa

Entrega oportuna de información facilita planificación anticipada y reduce incertidumbre organizacional.

Coordinación del Proceso

Articulación efectiva entre salud, empresa y trabajador permite gestión integral y evita acciones fragmentadas.

Implementación y Seguimiento

Aplicación y control de medidas asegura seguridad, salud y cumplimiento en el puesto de trabajo.

Incorporación TO casos >30 días

Intervención especializada en casos prolongados refuerza adaptación funcional y sostenibilidad del reintegro.



Fortalecimiento del Proceso

Contención de crisis

Objetivo

Brindar apoyo psicológico temprano a personas trabajadoras que se exponen a situaciones laborales disruptivas o complejas, para mitigar los efectos emocionales y psicológicos, y evitar el desarrollo de una enfermedad profesional

Iniciativas

Unidad de Intervención de Crisis (UIC)

Red de psicólogos especialistas que, de forma remota o presencial, **brindan contención** y derivan a atención médica a colaboradores que tuvieron exposición a situaciones de violencia externa en el lugar de trabajo.

La UIC ha evolucionado desde un dispositivo reactivo a un modelo integral, escalable y alineado a la regulación, con alto impacto en cobertura, prevención y cuidado de la salud mental también en el ámbito preventivo.

Flujo de activación



Llamar

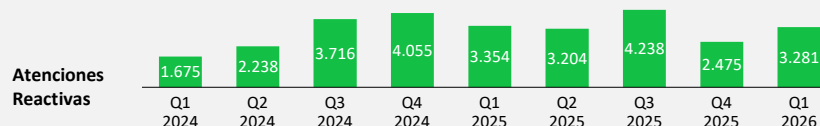


Coordinar



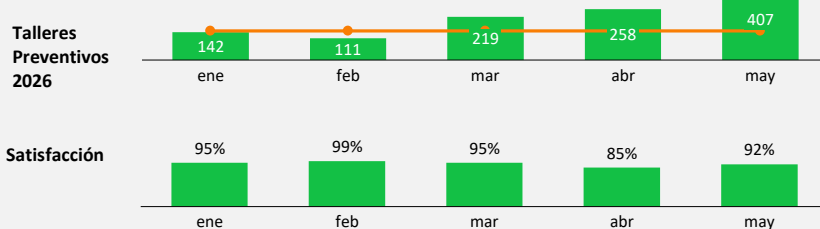
Asistencia

Operación Reactiva

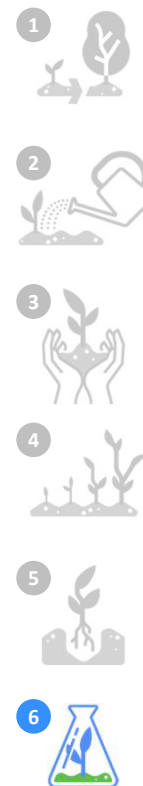


- ✓ Desarrollo e implementación de **protocolo APT Ley Karin ACHS**
- ✓ Internalización de psicólogos especialistas: eficiencia sobre prestadores externos
- ✓ Flujo de activación **APT-Agencia** para casos de alto impacto en presentación espontánea
- ✓ Capacitación y certificación **CPSS Crisis**

Operación Preventiva



- ✓ Aumento de parrilla preventiva de **3 a 16 talleres**, vinculados a prevención de **violencia, agresiones y amenazas en aula, prevención del suicidio**, etc.
- ✓ Capacitaciones masivas a consultores RPSL para extender despliegue de oferta
- ✓ +10.000 Capacitados en 2026 y +11.000 capacitados en temáticas relacionadas a Ley Karin desde agosto 2024



Vive el cuidado

