

El impacto de la pandemia en salud mental de la juventud peruana

4 de cada 10 jóvenes perciben que su bienestar emocional ha empeorado durante la pandemia

35% manifiesta sentirse deprimida y 38% de jóvenes presenta problemas para conciliar el sueño de manera frecuente

1 de cada 5 jóvenes se ha sentido estresado de forma frecuente por sus interacciones en las redes sociales

Desde Equilibrium CenDE nos sumamos a la discusión en torno a los desafíos que enfrentan las juventudes peruanas a través de una serie de publicaciones que abordan las distintas problemáticas para este grupo etario. En ese sentido, presentamos [¿Hacia una crisis silenciosa? bienestar emocional y salud mental en la juventud peruana](#). Este estudio se realizó a nivel nacional a 1046 personas durante con el propósito de analizar cómo la pandemia del COVID-19, derivada en una serie de medidas de aislamiento social, ha impactado y generado nuevos desafíos para su atención.

Salud mental en el Perú

En Perú, antes de la pandemia, 2 de cada 10 peruanos habían sido diagnosticados con algún trastorno mental. Esta situación se agravó con la llegada de la pandemia, donde se encontró que 7 de cada 10 peruanos habían experimentado ansiedad o angustia. De forma particular, se evidenció que existe un impacto diferenciado hacia la población joven en el país.

Consecuencias del aislamiento preventivo en la juventud

El estudio realizado por Equilibrium CenDE señala que un tercio de los jóvenes peruanos se ha autopercebido deprimido o presenta cambios de ánimo abruptos de manera constante durante la pandemia. En la misma línea, 1 de cada 4 jóvenes afirmó estar inconforme con su estado físico (30%) o se siente incomprendido (28%) de manera frecuente. Un 1 de cada 5 jóvenes (22%) manifiesta estar estresado por sus interacciones en las redes sociales.

Impacto diferenciado en mujeres jóvenes

El estudio evidencia que existe una segregación de género en la salud mental de la población joven. Al respecto, 4 de cada 10 mujeres afirma que su bienestar emocional ha empeorado, en contraste, 3 de cada 10 hombres lo manifiesta. A la vez, las mujeres jóvenes acuden y buscan con mayor frecuencia atención psicológica (3 de cada 10) a diferencia de su contraparte masculina (2 de cada 10).

Acceso a servicios de salud mental para las juventudes

Otro hallazgo significativo del estudio es respecto al acceso a servicios de salud mental. Al respecto, se evidencia que la población joven prefiere acudir con un psicólogo particular (15%) para recibir atención especializada, mientras que sólo un 6% de la población joven ha recurrido a Centros de Salud Mental Comunitario (CSMC). Otro grupo señaló acudir frecuentemente a la ayuda de un sacerdote, pastor o guía religioso para la atención de problemas emocionales (10%).

Este estudio fue realizado vía EquiExpress a través de una encuesta a 1046 personas a nivel nacional, respectivamente, con un margen de error de +/- 3% a nivel nacional y un nivel de confianza de 95%

Ingresa aquí para conocer más información del estudio:

<https://equilibriumcende.com/hacia-una-crisis-silenciosa-ienestar-emocional-y-salud-mental-en-la-juventud-peruana-2/>

Contacto: Grecia Pillaca Burga
(+51) 993480034
gpillaca@equilibriumbdc.com