



10 de octubre | Día Mundial de la Salud Mental

En el marco del **Día Mundial de la Salud Mental**, que se conmemora el **10 de octubre**, **Voices!** y **WIN International** presentan una síntesis de los **resultados de un estudio global de opinión pública sobre salud** realizado en **39 países**, en el cual **se abordan dos temas que tienen mucha relación con la salud mental: la autoevaluación del stress y del sueño.**

Constanza Cilley, Directora Ejecutiva de Voices y miembro de la Junta Directiva de WIN, comenta: *“La salud mental constituye una faceta esencial del bienestar general de los individuos, por lo que su atención y cuidado son prioritarios, especialmente en los tiempos actuales. El estudio muestra que, en Argentina, los jóvenes y las mujeres son los segmentos más afectados por estas problemáticas asociadas a la salud mental, y son hallazgos que destacan la necesidad de un enfoque más matizado en las políticas de salud mental, que considere las diferencias de género y edad para abordar eficazmente las causas del estrés”.*

Argentina y Perú son los países que peor evalúan su nivel de stress, y las mujeres y jóvenes son los segmentos más afectados.

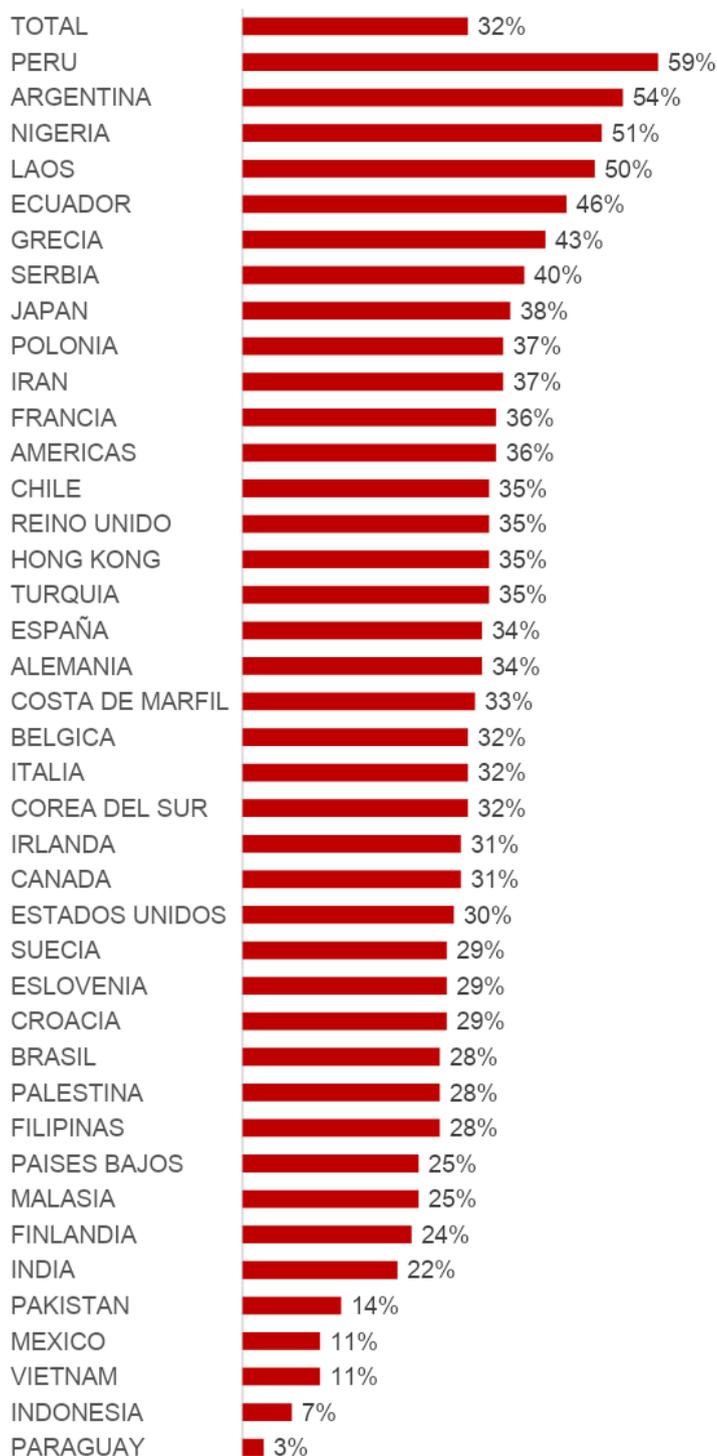
A nivel global, el 32% de los encuestados califica como “bastante malo + muy malo” su nivel de stress. En la calificación global de este aspecto de la salud **se registra una mejora significativa desde la edición anterior del estudio: crece 9 puntos la evaluación positiva del estrés (57% a 66%).**

Al observar resultados globales por segmentos, vemos que **las mujeres son más críticas al evaluar su nivel de estrés que los hombres. Y también se registra una mejor evaluación del estrés entre los mayores de edad.**

Argentina y Perú son los países en donde peor se evalúa el estrés de todos los intervinientes en el estudio (54% y 59% respectivamente lo evalúan negativamente). Con estas cifras, Argentina se ubica 22 puntos por encima del promedio global y **es un indicador que también viene empeorando en nuestro país.**

EVALUACIÓN NEGATIVA DE SU PROPIO ESTRÉS

En general, ¿cómo calificaría cada uno de los siguientes aspectos de su salud? Estrés

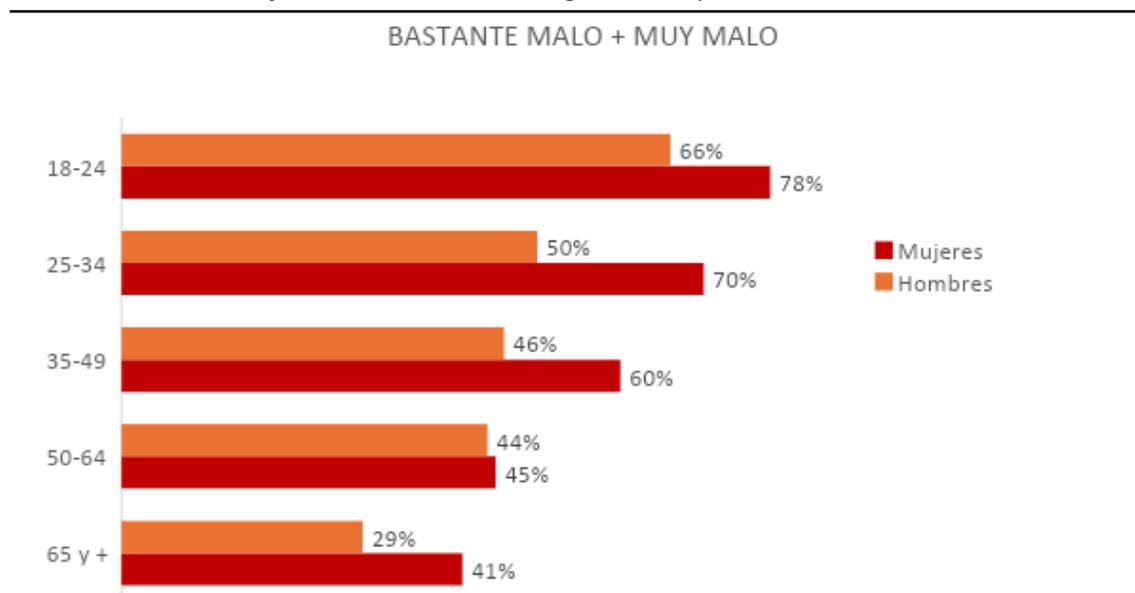


La **evaluación negativa del estrés en Argentina crece entre las mujeres** (59% versus 48% entre hombres) y los **adultos de 25 a 34 años** (60%), y se **dispara entre los jóvenes de 18 a 24 años** (72%). En cuanto a la zona de residencia, vemos que **los residentes de CABA y GBA son más críticos a la hora de evaluar su propio estrés** (62% de menciones negativas en el primer segmento y 59% en el segundo), **versus los del interior del país** (51%).

ARGENTINA

EVALUACIÓN NEGATIVA DEL NIVEL DE ESTRÉS POR GÉNERO Y EDAD

¿Cómo calificaría cada uno de los siguientes aspectos de su salud?: Estrés



Encuesta Global de WIN. VOICES! en Argentina

A nivel global, el trabajo es el principal motivo de estrés, seguido por la falta de dinero. Se observan diferencias por regiones.

Con el objetivo de entender mejor cuáles son los **motivos de estrés de la población**, se le pidió a los encuestados que pensarán en la última vez que habían estado realmente estresados e indicaran qué los había estresado: el trabajo, la falta de trabajo, la falta de dinero, la familia, la salud, los cambios en la vida (como una mudanza o un cambio de trabajo), los desastres ambientales o las guerras en el mundo.

El 24% de los encuestados a nivel global señala que su trabajo fue lo último que realmente lo estresó, destacándose este aspecto como el mayor generador de estrés, **seguido por la falta de dinero, mencionado por un 21% de encuestados. En tercer lugar, aparece la familia**, con 19% de menciones. **Y bastante más abajo la salud**, con 9% de menciones, **la falta de empleo con 7% y los cambios en la vida con 6%. Las guerras alrededor del mundo y los desastres ambientales aparecen últimos en la lista**, con 4% y 2% de menciones, respectivamente.

Geográficamente, la falta de dinero es la causa de estrés más compartida, con un 26% en África y un 25% en América y Asia Pacífico. **Europa está más preocupada por la salud y los**

cambios vitales, mientras que el 14% de la región de Medio Oriente y el Norte de África está estresado por las guerras en todo el mundo, y el 12% por sus familias.

En Argentina, **la principal causa de estrés mencionada por los encuestados fue la falta de dinero**, mencionada por un 29%. **El trabajo** ocupó el segundo lugar, con un 21% de las respuestas, mientras que el **desempleo o la falta de empleo** fue señalado por el 17%.

3 de cada 10 encuestados a nivel global evalúa de forma negativa su sueño, cifra que llega a 4 de cada 10 en el caso de Argentina.

7 de cada 10 encuestados a nivel global (68%) evalúa positivamente su sueño. En cambio, **3 de cada 10 lo califica como malo + bastante malo.**

Indonesia, Vietnam y Paraguay ocupan el top 3 de países con mejor evaluación de su sueño: lo califican como bastante + muy bueno. Por el contrario, **Japón, Perú y Nigeria son los 3 que registran menciones más bajas en esta percepción.**

En Argentina, **el 60%** de los encuestados tiene una **opinión positiva respecto de su propio sueño**, mientras que **4 de cada 10 encuestados (36%) lo evalúa de forma negativa.**

La evaluación positiva del sueño crece entre los hombres argentinos (65% vs. 55% en mujeres), **a mayor edad de los encuestados** (52% en jóvenes de 18 a 24 años, 59% en adultos de 25 a 49 años, 64% entre los de 50 a 64 y alcanza a 68% de los de 65 años y más), **mayor nivel educativo alcanzado** (58% entre los que poseen solo primaria completa, 59% entre aquellos que tienen estudios secundarios y 66% entre los que completaron un nivel superior de estudios), **y a mayor nivel socioeconómico** (58% en DE, 61% en C2C3 y se dispara a 74% entre los de ABC1).

Al analizar los resultados sociodemográficos, vemos que **la evaluación negativa crece entre las mujeres** (42% vs. 30% entre los hombres) **y entre los jóvenes de 18 a 24 años** (42% vs. 29% entre los mayores de 65 años).

ZOOM IN EN JÓVENES Y MUJERES

El estudio de Voices! revela que los **jóvenes argentinos son el grupo que peor evalúa su salud en comparación con otros segmentos etarios, destacando significativamente en lo que respecta a los niveles de estrés**, especialmente frente a los adultos mayores de 65 años. Este patrón subraya una mayor vulnerabilidad entre los más jóvenes en cuanto a su bienestar general.

Por otro lado, **las mujeres en Argentina reportan mayores niveles de estrés y peor calidad en diversos aspectos de su salud en comparación con los hombres, siendo el sueño uno de los indicadores más afectados.** La igualdad de género en la salud se vuelve entonces un tema prioritario en un país donde las mujeres no solo se perciben más estresadas, sino que también presentan peores evaluaciones de su bienestar general.

Consultas de los medios de comunicación:

Constanza Cilley, Directora Ejecutiva de Voices!
constanzacilley@voicesconsultancy.com
1565724467

NOTAS PARA LOS EDITORES

Metodología

La encuesta se realizó en 39 países utilizando métodos de encuesta CAWI / CATI / F2F/ TAPI /online.

Tamaño muestral y metodología de campo:

Se entrevistó a un total de 33.866 individuos. Véase a continuación los detalles de la muestra. El trabajo de campo se realizó entre el 1 de diciembre de 2023 y el 4 de febrero de 2024.

Acercas de la Encuesta WIN:

La Red Mundial Independiente de Estudios de Mercado (WIN) es una red mundial que realiza estudios de mercado y encuestas de opinión en todos los continentes.

Nuestros activos son:

- Liderazgo intelectual: acceso a un grupo de los más destacados expertos y empresarios en Investigación de Mercados, Encuestas y Consultoría
- Flexibilidad: soluciones globales y locales a medida para satisfacer las necesidades de los clientes
- Innovación: acceso a lo último en consultoría estratégica, desarrollo de herramientas y soluciones de marca
- Expertos locales: acceso a una red de expertos que comprenden realmente la cultura, el mercado y las necesidades empresariales locales
- Confianza: máxima calidad de los miembros con talento en todos los países cubiertos

A lo largo de los años, WIN ha demostrado una amplia competencia y capacidad para realizar encuestas en varios países siguiendo los más altos estándares exigidos por el mercado. La experiencia acumulada por la Asociación es formidable: entre otros, los temas investigados son la igualdad de género y los jóvenes, la investigación sobre la comunicación y los medios de comunicación, y los estudios de marca.

ACERCA DE VOICES!

Voices! Research & Consultancy es una empresa con foco en la investigación social, política y de mercado, con el objetivo de proporcionar consultoría a las organizaciones usando rigurosas metodologías y enfoques innovadores. El equipo de VOICES! tiene una amplia experiencia en estudios nacionales e internacionales y ha participado en las investigaciones con encuestas más importantes del mundo.

Voices! es integrante de la red realizando los estudios en Argentina.

<http://www.voicesconsultancy.com>