



Nota de prensa

Madrid, 8 de abril de 2024

ESTUDIO INTERNACIONAL AXA DE SALUD MENTAL

El 34% de los españoles reconoce que tiene problemas de salud mental

El 17% de la población dice tener depresión, una de las tasas más altas de Europa, y otro 16% ansiedad, fobias o estrés post traumático

Un 16% de los españoles reconoce tomar somníferos, ansiolíticos o antidepresivos una vez a la semana y un 27%, al menos, una vez al mes; de las tasas más altas a nivel internacional

Un tercio de los españoles reconoce que tiene algún problema de salud mental, según el último Estudio Internacional del Grupo AXA sobre Salud y Bienestar Mental presentado por la Fundación AXA que recoge datos de 16 países en el mundo (España, Italia, Francia, Reino Unido, Irlanda, Suiza, Bélgica, Turquía, Alemania, EEUU, México, Japón, China, Hong Kong, Filipinas y Tailandia). En concreto, el 34% de los encuestados en España reconoce que actualmente tiene algún problema de salud mental, lejos del 26% de Suiza o Francia y mejor que el 40% de los norteamericanos o 37% de los británicos. La situación de los españoles empeora, además, respecto a los años anteriores cuando el porcentaje de personas con problemas era del 26% en 2022 y 28% en 2021. Además, un alto porcentaje de españoles (27%) reconoce que toma fármacos como ansiolíticos, somníferos o antidepresivos una vez al mes y un 16%, al menos, una vez a la semana.

“La salud mental es un problema de primer nivel en España donde un tercio de la población reconoce problemas, un 17% dice tener depresión y otro 16% ansiedad, fobia o estrés post traumático”, según Elena Flores, directora de Salud de AXA España. “Aún así, España es uno de los países del mundo en el que se diagnostica más por parte de profesionales sanitarios”, añade Elena Flores.

Para Francisco Santolaya, presidente del Consejo General de la Psicología de España, “no hay salud sin bienestar psicológico; es necesario disponer de suficientes recursos de profesionales de la psicología para poder mejorar la situación emocional de los ciudadanos y reducir la incidencia de la patología mental”.



La depresión (17%) así como la ansiedad, fobias y TEPT (trastornos de estrés post traumáticos) con el 16% son los problemas más habituales para la mayor parte de los españoles, creciendo cuatro puntos porcentuales respecto al ejercicio anterior. Irlandeses (23%), turcos (23%) y norteamericanos (26%) son los que se muestran más estresados de los 16 países analizados mientras que los estadounidenses (25%), británicos (24%) e irlandeses (21%) son los peores en cuanto a ansiedad, fobia o TEPT.

¿Qué problemas de salud mental has experimentado?



Estresados y altamente medicados

El estudio de salud mental del Grupo AXA analiza, también, la situación del estrés en España que vuelve a situarse a la cabeza como los países más estresados. El 62% de los españoles se sienten bastante estresados, el nivel más alto de los tres últimos años, frente al 54% de los franceses o el 49% de los japoneses.



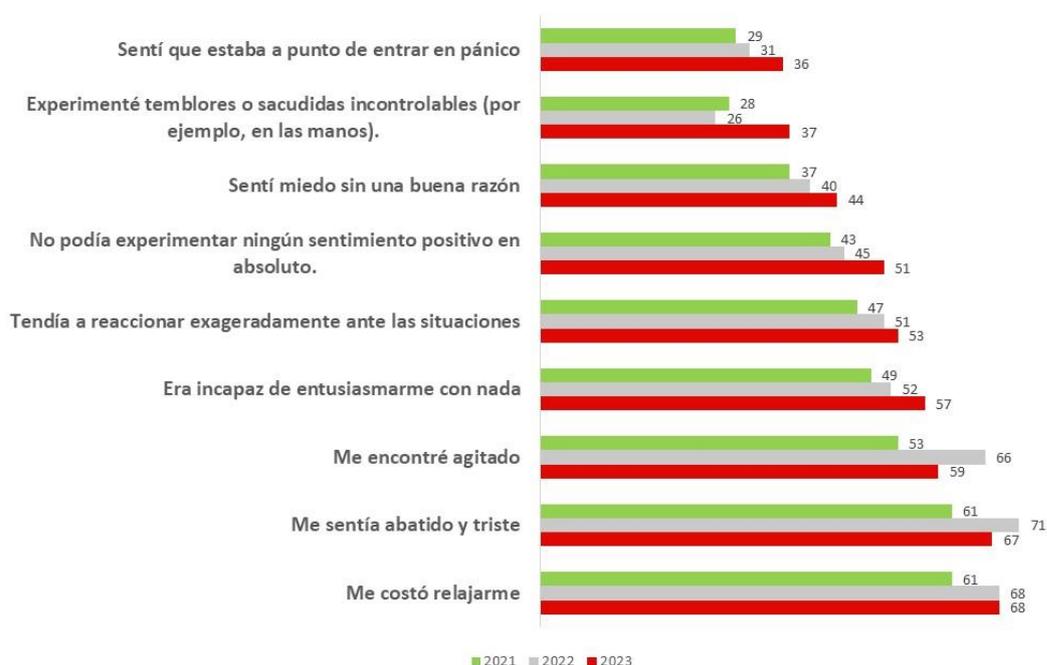
La situación mental que arrastran los españoles se traslada al consumo de somníferos, ansiolíticos y antidepresivos. Un 16% de los encuestados reconoce que consume este tipo de medicación una vez a la semana, un porcentaje que sube hasta el 27% en caso de las personas que dicen que los toman al menos una vez al mes. Los resultados de España son los más altos de la muestra internacional.

El informe del Grupo AXA hace también mención a los aspectos que influyen en la ansiedad, depresión y estrés. Se les preguntó a los encuestados cómo se encontraron en la última semana y,



en la mayor parte de los casos, los resultados empeoraban respecto al año anterior. Al 68% de los encuestados les costó relajarse, el 67% se sentían abatidos y tristes y un 36% se sentía a punto de entrar en pánico.

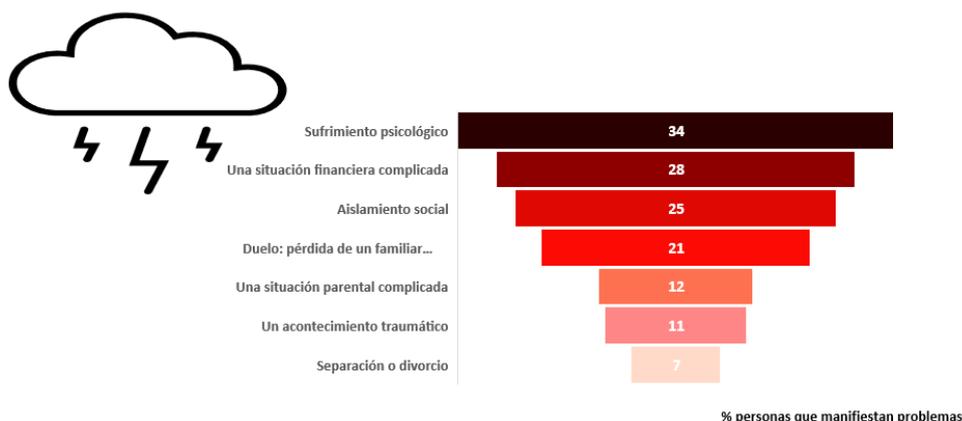
Empeoran las condiciones que marcan el estrés, la depresión y ansiedad



Pregunta: en la última semana indique qué condición le ha afectado

Respecto a los últimos meses, el estudio del Grupo AXA pregunta a los encuestados que han manifestado problemas, cuáles fueron las causas de su malestar siendo el sufrimiento psicológico general el más frecuente (34%); seguido de una situación financiera complicada (28%) y asilamiento social (25%) las causas más usuales.

¿Qué ha afectado a tu salud mental en los últimos 12 meses?



Los españoles, los que más vamos al médico

Sobre cómo tratar los problemas de salud mental, el estudio del Grupo AXA incide en que los españoles acudimos a los centros médicos mucho más que el resto de la muestra. Un 65% de los encuestados dice haber visitado a un especialista por un problema de bienestar mental en el último año, siendo el 32% los que han ido a psicólogos o psiquiatras. Los datos de España nos sitúan en la cabeza de la muestra junto a franceses y belgas (67%).

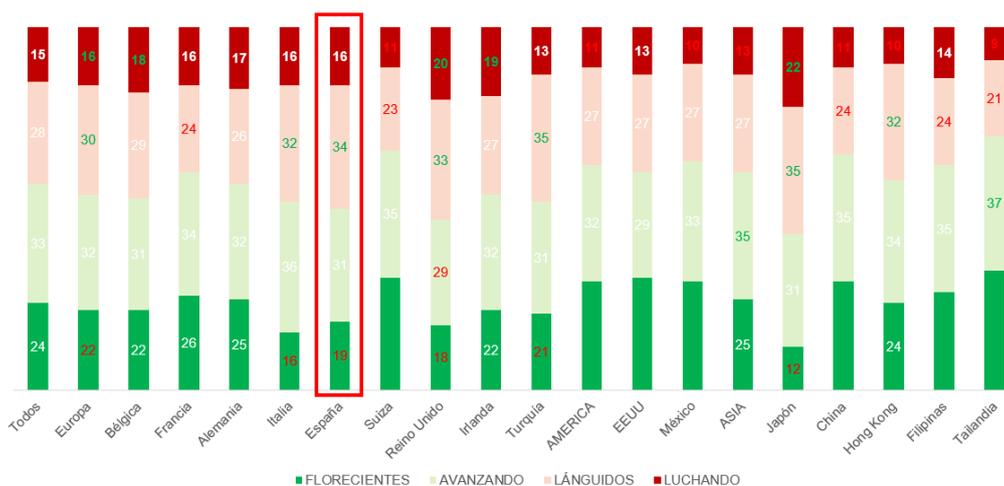
Pese a que los datos de España son de los más altos de la muestra internacional, se observa una proliferación de los autodiagnósticos ya que el 16% de las personas dicen haber hecho auto investigación o consultas a través de internet. Ese mismo porcentaje, el 16%, es el número de personas que dicen no estar gestionando su situación mental mientras un 60% toma cuenta con ayuda profesional. Más del 70% de la población confía en los amigos y familiares para que proporcionen apoyo en salud mental si lo necesita mientras otro 40% cree que el sistema público ofrece apoyo, en línea con el resto de Europa.

Cada vez menos “florecentes” y más “lánguidos”

Con todos estos datos, el estudio del Grupo AXA divide a la población, de peor a mejor estado de bienestar mental, entre los que están *luchando* (los peores), los *lánguidos*, los que se describen como *avanzado* y los *florecentes* (los mejores). En el último año, las personas que se sentían “florecentes” se situaron en el 19%, cinco puntos porcentuales menos que en 2022; frente a un 34% de lánguidos (6 puntos porcentuales más que el año anterior).



Comparados con el resto de la muestra internacional, España está en el top 3 de países con menos gente “florecente” frente a un 26% de los franceses o 31% de los estadounidenses. Por el contrario, los japoneses, irlandeses y británicos son los que estaban en peores circunstancias con un tercio de su población “en lucha”.



SOBRE FUNDACIÓN AXA

La Fundación AXA, nacida en 1998, canaliza toda la acción social de AXA hacia la comunidad. Su estrategia se centra, principalmente, en el impulso de proyectos que promueven la protección y prevención de riesgos, en línea con la política de Responsabilidad Corporativa de la compañía. Además, la Fundación AXA apoya actividades de mecenazgo cultural.

www.axa.es/fundacion

ESTA NOTA DE PRENSA ESTÁ DISPONIBLE en www.axa.es/sala-prensa



MÁS INFORMACIÓN:

Relaciones con los Medios:

Gema Rabaneda: 669465054

gema.rabaneda@axa.es

Juan Jiménez: 625042118

juan.jimenez@axa.es

Patricia García: 652812527

patricia.garcia@axa.es

Carla San Marcelino: 629036240

carla.marcelino@axa.es

**Estrategia de Responsabilidad Corporativa
Sostenibilidad - AXA Seguros**