

AGUAS Frente al cambio climático, tenemos un compromiso. VER MÁS

NOTICIAS DESTACADOS

Introducción

## ¿Son las viviendas de Santiago aptas para conservar la salud mental de sus habitantes?

por Generación M | 9 junio, 2021



Más de la mitad de la oferta de departamentos en la capital corresponde a espacios con una superficie menor a 50 m<sup>2</sup>. Esto en pandemia puede ser un factor que define qué tan agobiada se sienten las personas, según comenta experto. Estudios indican que a menor espacio, más trastornos de salud mental pueden aparecer.

- Compartir**
- Twitter**
- Facebook**
- WhatsApp**
- Enviar por mail**
- Imprimir**

Según un informe elaborado por la Cámara Chilena de la Construcción en 2020, el 53% de los departamentos que se ofrecen en Santiago tiene una superficie menor a los 50 m<sup>2</sup>. Para muchos puede significar un espacio más que suficiente, pero en la situación de pandemia que estamos viviendo el asunto puede cambiar.

Debido a las cuarentenas, muchas personas están pasando más tiempo en casa de lo normal. Algunas incluso, salen menos de casa porque se encuentran sobrecargados. Esto ha provocado que muchos se sientan encerrados en un espacio tan pequeño, en medio de una ciudad cada día más ruidosa y con menos áreas verdes.

"Hasta salir a tomar aire es complejo en Santiago. Hay muchas comunas que tienen pocos parques habituales, por lo que las personas no tienen otra opción que mantenerse en casa. A pesar de que la idea es que se mantengan allí en pandemia, dentro no tienen mucho espacio de recreación, lo que termina por agobiar a varias", explica Juan Francisco Vargas, director de la empresa especializada en terrenos rurales Mundo Feroz.

Entonces, ¿cuáles son las condiciones necesarias para vivir sanamente en pandemia? No hay una respuesta absoluta, pero sí varios consensos.

### Los chilenos se sienten agobiados

Una reciente encuesta realizada por la Universidad del Desarrollo a personas entre los 12 y 82 años demostró que una gran cantidad de chilenos no se sienten a gusto dentro de sus viviendas en pandemia. Para una parte un 7% se autodiagnostica como "hacinado" y un 24% aislado. No obstante, un 52% declaró sentirse "agobiado", una mezcla de las dos categorías anteriores.

Al grupo de personas que se identifica con esta última opción, le realizaron preguntas relacionadas con los sentimientos de tristeza, ansiedad, incertidumbre y estrés. Individualmente, el grupo de agobiados obtuvo un índice del 69% en cada uno.

Las condiciones de habitabilidad de nuestro país podrían tener una gran responsabilidad en estos resultados, ya que según indica este estudio mientras más personas haya en un hogar, mayor será la sensación de hacinamiento que experimentan las personas, entendiendo esto como el hecho de sentirse invadido por otras personas con las cuales uno no quiere conectarse en un determinado momento.

### Menor espacio, más problemas de salud mental

Complementando al estudio anterior, el "Índice Mental de la Salud Mental en Chile" ACIS-UC "Segunda Etapa", analiza cuáles son los factores que han incidido sobre la salud mental de los chilenos en pandemia, encontrando una relación directa con el espacio que tienen disponible en casa.

Aquellas que declararon sentirse más deprimidas, con más sueño, menos animadas, con problemas de concentración, con mayor agitación y otros problemas de salud, en su mayoría provienen de viviendas con una menor superficie, sin balcones, terrazas, patio o jardín.

Por otro lado, aquellos que disponían de menor superficie individual en su hogar también son los que más trastornos presentaban. Un 35,1% tenía 10 m<sup>2</sup> destinados para ellos en sus viviendas y un 26,4% de 10 a 20 m<sup>2</sup>.

### ¿Cuál es la vivienda ideal?

La clave es que no hay una fórmula que establezca cuántos m<sup>2</sup> debe tener una vivienda para garantizar una vida saludable de sus habitantes. Sin embargo, las últimas tendencias indican que las personas están buscando propiedades que, más que poseer una gran superficie habitable, otorguen un entorno que les permita distraerse y pasar el tiempo.

Esto es complejo de lograr en la ciudad, considerando que no en todas las comunas existen espacios abiertos y áreas verdes:

"Muchos nos han contactado para cortar un terreno fuera de Santiago. En la pandemia varios santiaguinos se han dado cuenta de que el lugar en donde viven es muy pequeño, no les permite descansar realmente, jugar con los niños, distraerse de las preocupaciones...", señala desde Mundo Feroz.

Considerando que en un terreno agrícola la superficie de construcción puede llegar hasta los 500 m<sup>2</sup> solo en la vivienda principal, lo que representa un 100% de superficie que las viviendas de los chilenos más agobiados, es lógico que esta tendencia se esté dando.



### Agenda País



**Sustentabilidad**  
Inauguran Cerro Dominador, primera planta termosolar de Chile y Latinoamérica



**Salud**  
Científicos avanzan en el combate contra la diabetes a través del reemplazo de células

### Videos

**Dirigenta de Modetima**  
Verónica Vilches enfrenta amenazas de muerte: "Siempre vamos a estar en la lucha por el agua"

**Fuertes marejadas**  
se han hecho sentir en toda la zona principal del país principalmente en la región de Valparaíso

**Denuncia de la ex presidenta**  
Isidora Pizarro pide a algunos funcionarios de su gobierno generar tres pelotas a golpe en el Congreso boliviano

**Carmen Frei denuncia**  
campaña de "agresión y mentiras" contra Orrego y asegura se ha instalado "una lógica del todo vale"

**Miradas: Fundación Tierra**  
Analiza cómo está impactando la brecha digital en la nueva Constitución

**Debate gubernamental**  
de integración de la política que está en juego: "No vamos a permitir que se regule" -Intervención Consejo ODS al día de hoy que "no soy el candidato de Chile"

Compartir Noticia

### Noticias Relacionadas

**Castrovenia**  
Maqui: el alimento tradicional también puede producirse en la zona centro

**Esperanza**  
Felines da a conocer innovadores líneas de alimentos para gatos certificada y con exquisitas croquetas rellenas

**Vigen**  
España se abre a turistas vacunados de todo el mundo incluyendo Reino y Suazilandia

**Morados**  
Los perros nacen preparados para comunicarse con las personas, sugiere estudio

### Multimedia

### Videos



**Dirigenta de Modetima**  
Verónica Vilches tras amenazas de muerte: "Siempre vamos a estar en la lucha por el agua"



**Carmen Frei denuncia**  
campaña de "agresión y mentiras" contra Orrego y asegura se ha instalado "una lógica del todo vale"

**Brasil enlaza su sexta victoria y frena en seco a Paraguay**

**Fuertes marejadas**  
se han hecho sentir en toda la zona costera del país principalmente en la región de Valparaíso

**Detención de la ex presidenta**  
interina Jeanine Áñez y algunos funcionarios de su gobierno generó Feroz pelotas a golpe en el Congreso boliviano

**Venezuela y Uruguay**  
empatan sin goles en un partido cerrado