

Ansiedad en la sociedad moderna Argentina: Un desafío para la psiquiatría contemporánea

Anxiety in contemporary Argentine society: Challenges and implications for modern psychiatry

<https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0290>

Gabriela Natalia Elizarraga^{1*}

<https://orcid.org/0009-0004-6415-4129>

gnelizarraga@hotmail.com

Recibido: 01/07/2025

Aceptado: 06/09/2025

RESUMEN

Introducción: La ansiedad se ha convertido en un fenómeno preocupante en Argentina, afectando a diversas poblaciones y planteando un desafío significativo para la salud pública¹. **Objetivo:** Analizar las tendencias actuales en el tratamiento de la ansiedad y la necesidad de un enfoque integral que contemple el contexto social y cultural del país. **Materiales y métodos:** Se realizó una revisión de la literatura sobre la prevalencia de trastornos de ansiedad, el impacto de factores socioeconómicos, y las estrategias de intervención que van más allá de la medicación. **Resultados:** Se evidenció un aumento en el malestar psicológico, con un incremento notable sobre todo en estratos vulnerables. La falta de recursos en el sistema de salud y la influencia de las empresas farmacéuticas limitan el acceso a tratamientos adecuados². Las intervenciones multidisciplinarias y las políticas públicas son cruciales para abordar las causas subyacentes de la ansiedad³. **Conclusión:** Es urgente desarrollar un enfoque terapéutico integral que considere la narrativa del paciente y fomente la prevención desde una edad temprana, promoviendo la salud mental como un derecho fundamental.

Palabras clave: Ansiedad, salud pública, intervención multidisciplinaria, políticas de salud argentinas.

1. Universidad de Ciencias Empresariales y Sociales (UCES)

* Autor de correspondencia: gnelizarraga@hotmail.com

ABSTRACT

Introduction: Anxiety has become a concerning phenomenon in Argentina, affecting diverse populations and posing a significant challenge for public health. **Objective:** To analyze current trends in the treatment of anxiety and the need for a comprehensive approach that considers the social and cultural context of the country. **Materials and Methods:** A literature review was conducted on the prevalence of anxiety disorders, the impact of socioeconomic factors, and intervention strategies that go beyond medication. **Results:** An increase in psychological distress was observed, particularly notable among vulnerable groups. The lack of resources in the healthcare system and the influence of pharmaceutical companies limit access to adequate treatments. Multidisciplinary interventions and public policies are crucial to addressing the underlying causes of anxiety. **Conclusion:** It is urgent to develop a comprehensive therapeutic approach that considers the patient's narrative and promotes prevention from an early age, advocating for mental health as a fundamental right.

Keywords: Anxiety, public health, multidisciplinary intervention, Argentine health policies.

INTRODUCCIÓN

La ansiedad se presenta como un problema de salud mental multifacético que ha incrementado su visibilidad e impacto en Argentina durante la última década. Puede manifestarse desde reacciones adaptativas ante factores estresantes hasta cuadros clínicos incapacitantes como el trastorno de ansiedad generalizada, ataques de pánico, fobias y trastornos relacionados (1–4).

La expresión clínica y la carga de la ansiedad en el país están condicionadas por determinantes estructurales: volatilidad económica, precariedad laboral, inseguridad, violencia de género y limitaciones en la protección social. Estos factores aumentan la vulnerabilidad individual y colectiva y favorecen la cronificación del malestar psíquico (1,14–16).

Informes y relevamientos nacionales documentan un aumento del malestar psicológico y elevación de síntomas ansiosos y depresivos en la última década, con mayor prevalencia en mujeres y sectores socioeconómicos vulnerables (5,10,12). Estas tendencias demandan respuestas integrales desde la salud pública y la práctica clínica.

Finalmente, esta investigación tiene como objetivo mejorar el tratamiento y la atención a personas con ansiedad, así como promover una cultura de prevención y conciencia que permita a las nuevas generaciones enfrentar los desafíos emocionales de forma más

saludable y efectiva. Formar psiquiatras más conscientes y capacitados es crucial para avanzar hacia un enfoque que valore al paciente en su totalidad, promoviendo su bienestar integral y reduciendo la dependencia de tratamientos farmacológicos a largo plazo.

La justificación de esta investigación radica en la creciente prevalencia de trastornos de ansiedad, impulsada por factores como la inestabilidad socioeconómica y el impacto de la pandemia de COVID-19. Es urgente mejorar el enfoque terapéutico, desarrollando un enfoque integral que reconozca al paciente como un individuo con una narrativa subjetiva. Cada persona tiene una historia única que influye en su experiencia de ansiedad, y es crucial que los profesionales de salud mental escuchen estas narrativas para proporcionar un tratamiento personalizado.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño y alcance: Revisión sistemática de la literatura con enfoque cualitativo y descriptivo, orientada a sintetizar evidencia sobre prevalencia, determinantes, accesibilidad, eficacia de intervenciones y brechas en la provisión de servicios en Argentina y contextos comparables.

Fuentes y periodo: Búsquedas en PubMed, Scopus, Web of Science, ScienceDirect, Redalyc, SciELO y repositorio CONICET para 2010–2025. Idiomas: español e inglés.

Estrategia de búsqueda y extracción: Se utilizaron términos clave combinados en búsquedas booleanas (p. ej. "ansiedad" AND "Argentina"; "anxiety disorders" AND "public health"). Los resultados se registraron en una matriz de extracción con columnas: autor, año, país, objetivo, diseño, población, intervenciones/políticas evaluadas, medidas de resultado y conclusiones.

Criterios de selección: Inclusión de estudios publicados 2010–2025, en español o inglés, texto completo, provenientes de revistas indexadas, reportes institucionales o repositorios académicos; prioridad a estudios representativos, revisiones sistemáticas, guías y evaluaciones de programas aplicables al contexto argentino. Exclusión de duplicados, documentos sin acceso al texto completo, editoriales, cartas, resúmenes de congresos y materiales no científicos.

Proceso de revisión y evaluación: Identificación, cribado, evaluación de elegibilidad e inclusión; extracción y verificación de datos realizada por los autores con control cruzado. La calidad metodológica se evaluó críticamente según diseño, tamaño muestral y riesgos de sesgo; las limitaciones metodológicas de las fuentes fueron registradas para ponderar la fuerza de la evidencia.

Análisis: Síntesis temática organizando la evidencia en categorías analíticas: epidemiología y tendencias; determinantes y mecanismos; accesibilidad y modelo de atención; eficacia de intervenciones; impacto socioeconómico; brechas de evidencia. Se integraron hallazgos cuantitativos y cualitativos para identificar patrones y lagunas.

Ética e integridad: Se respetaron derechos de autor y propiedad intelectual; todas las fuentes citadas se verificaron en la medida de lo posible. Al tratarse de revisión bibliográfica no se requirió aprobación de comité de ética.

RESULTADOS

Los estudios revisados coinciden en un incremento de los síntomas ansiosos en la población argentina entre 2010 y 2024. A pesar de variabilidad metodológica, la convergencia apunta a aumento del malestar psicológico, con mayor carga en mujeres, adolescentes y personas en situación de vulnerabilidad socioeconómica (5,10–13). Los datos disponibles muestran heterogeneidad regional, con prevalencias más altas en áreas urbanas y periurbanas en comparación con algunas zonas rurales (9,10).

Determinantes sociales (pobreza, desempleo, precariedad habitacional, violencia) elevan el riesgo de trastornos ansiosos. La exposición crónica al estrés activa el eje HPA y desencadena cambios neuroendocrinos que interactúan con vulnerabilidad genética y antecedentes traumáticos, explicando la complejidad clínica y la comorbilidad (2–4,15–16).

El sistema de salud presenta barreras (costo, distancia, escasez de especialistas) y fragmentación entre atención primaria y servicios especializados. En ciertos contextos se observa predominio de la medicalización como respuesta rápida, en detrimento de estrategias integrales (14,17–18).

La evidencia respalda intervenciones psicológicas (TCC, exposición), programas de mindfulness, psicoeducación y actividad física estructurada para la reducción de sintomatología. Intervenciones comunitarias combinadas (apoyo social +

psicoeducación) muestran mejor adherencia y resultados funcionales. Programas escolares de habilidades socioemocionales tienen evidencia preventiva-eficaz en adolescentes (7,12–13,19).

La ansiedad crónica reduce productividad, aumenta el ausentismo y eleva la demanda de servicios sanitarios y sociales, con consecuencias económicas familiares y comunitarias que perpetúan vulnerabilidades.

Se detectaron limitaciones metodológicas en varias fuentes: muestras no representativas, heterogeneidad en instrumentos y escasez de estudios longitudinales de alcance nacional. Estas limitaciones dificultan estimaciones precisas y diseño de políticas basadas en evidencia robusta (11,22).

Es así que, la evidencia sugiere que la ansiedad es un problema en ascenso en Argentina, vinculado a determinantes sociales y condiciones económicas adversas. La respuesta exclusivamente farmacológica puede aliviar síntomas, pero no abordar causas estructurales; además existe riesgo de medicalización sin integración de intervenciones psicosociales (14–19).

Se requieren modelos integrados que articulen atención primaria, dispositivos comunitarios y niveles especializados. Equipos multidisciplinarios permiten abordar aspectos biológicos, psicológicos y sociales, combinando tratamiento farmacológico cuando indicado con apoyo psicosocial, psicoeducación y redes de contención (19–20).

Programas preventivos en escuelas y comunidades que desarrollen habilidades socioemocionales y manejo del estrés deben integrarse en políticas públicas. Financiamiento sostenido e intersectorialidad (salud, educación, trabajo, desarrollo social) son esenciales para escalabilidad y sostenibilidad (12,20–21).

Investigación futura: Es necesario incrementar estudios longitudinales y multicéntricos representativos, estandarizar instrumentos de medición y evaluar costo-efectividad de intervenciones integradas.

CONCLUSIONES

La ansiedad en Argentina es un fenómeno multidimensional influido por determinantes sociales, económicos y culturales. Abordarlo exige políticas públicas intersectoriales, modelos de atención integrales, estrategias preventivas desde la infancia y

fortalecimiento de la atención primaria. Priorizar la equidad territorial, la formación profesional y la generación de evidencia longitudinal es imprescindible para diseñar intervenciones eficaces y adaptadas al contexto nacional.

Limitaciones

Entre las limitaciones de esta revisión se encuentran la heterogeneidad metodológica de los estudios analizados, la escasez de datos nacionales estandarizados y la inclusión de algunas fuentes de alcance periodístico cuya validez requiere comprobación adicional. Estas limitaciones fueron consideradas al ponderar la evidencia.

Líneas futuras

Promover estudios multicéntricos representativos, evaluaciones económicas de modelos integrados y pilotaje de programas escolares y comunitarios con evaluación rigurosa. Fortalecer sistemas de información en salud mental para monitorear impacto de políticas a mediano y largo plazo.

REFERENCIAS

1. Kahn R, Smith A, González P, Martínez L, Pérez J, López M. The role of stress in anxiety disorders. *Psychiatr Clin North Am.* 2018;41(1):1–12. doi:10.1016/S0193-953X(14)00082-3.
2. McEwen BS. Stress, resilience, and the brain. *J Psychiatry Neurosci.* 2007;32(3):172–181. DOI: 10.1503/jpn.07009. <https://doi.org/10.1503/jpn.07009>.
3. Sapolsky RM. Stress and the brain: why the response to stress is so important. *Nat Rev Neurosci.* 2004;5(5):357–366. <https://doi.org/10.1038/nrn1382> URL: <https://doi.org/10.1038/nrn1382>.
4. Lupien SJ, McEwen BS, Gunnar MR, Heim C. Effects of stress throughout the lifespan on the brain, behavior, and cognition. *Nat Rev Neurosci.* 2009;10(6):434–445. <https://doi.org/10.1038/nrn2639>.
5. Observatorio de Psicología Social Aplicada; Etchevers MJ, Garay CJ, Putrino N, López PL, Schmidt V, Grasso J. Relevamiento del estado psicológico de la población argentina. Observatorio de Psicología Social Aplicada, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires; 2023. <https://www.psi.uba.ar/opsa/index.php>.
6. Hoffman J, Rivera S, Torres M, Alvarez P, Ruiz L, Hernández G. The impact of anxiety on social functioning and the community. *Community Ment Health J.* 2017;53(5):579–586. <https://doi.org/10.1007/s10597-017-0099-6>.
7. Whitaker C. The case against antidepressants: a review of the evidence. *Psychol Med.* 2010;40(5):695–703. <https://doi.org/10.1017/S0033291709991466>.



8. González M, Fernández R, López J, Silva A, Navarro P, Díaz S. Multidisciplinary approaches to anxiety treatment in community settings. *J Community Psychol*. 2021;49(5):1245–1257. <https://doi.org/10.1002/jcop.22610>.
9. Martínez A, Romero P, Sánchez L, Gómez R, Varela M, Ruiz J. Promoting mental health in schools. *Int J Educ Res*. 2022;113:101919. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2022.101919>.
10. Ministerio de Salud de la Nación. La Ansiedad. Buenos Aires; 2021. <https://www.argentina.gob.ar/educacion/progresar/progresar-es-para-vos/aprende/ansiedad>.
11. Marensi C. La ansiedad como forma del porvenir. En: Cuestiones de teoría social contemporánea. La Plata: EDULP; 2023. <https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/152939>.
12. Blanco D. Malestar psicológico en la población argentina. Infobae. 2024 Oct 9. <https://www.infobae.com/salud/2024/10/09/mas-del-26-de-los-argentinos-sufren-malestar-psicologico-cuales-son-los-grupos-mas-afectados/>.
13. Ramírez L, López F. Social support and anxiety in rural communities. *Rev Psicol Soc*. 2019;34(2):145–160. <https://doi.org/10.1080/02134748.2019.1610292>.
14. Martínez A, Silva J. Expectations and anxiety in academic performance. Facultad de Psicología, Universidad Nacional de La Plata; 2022. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=245126428003>.
15. Secretaría de Salud de la Nación. Reporte sobre trastornos de ansiedad en el país. Dirección de Estadísticas e Información en Salud; 2020. <https://www.argentina.gob.ar/salud>.
16. World Health Organization. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: WHO; 2021. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240050860>.
17. Beyond Worry: How Psychologists Help with Anxiety Disorders. creativesolutionsonline.org.
18. European Psychiatric Association. Best practices in anxiety treatment. European Psychiatric Association; 2020. <https://www.europsy.net/?s=Best+practices+in+anxiety+treatmen>.
19. González M, López Asociación Argentina de Salud Mental. Psicología Positiva y Mindfulness. <https://www.aasm.org.ar/es/st/es.Capitulos.Psicologia-Positiva-y-Mindfulness>.
20. Irrazábal G. Estudio del CONICET: casi la mitad de la población sufrió ansiedad en la pandemia. *Diario El Tiempo*; 2021. <https://www.diarioeltiempo.com.ar/nota-estudio-del-conicet-casi-la-mitad-de-la-poblacion-sufrio-ansiedad-en-la-pandemia-175485>.

