

## EL ESTRÉS FINANCIERO Y SU IMPACTO EN LA SALUD DE LOS ARGENTINOS



Por el Lic. Ariel Goldman (\*)

**E**l estrés financiero se define como la angustia y preocupación que experimentan las personas debido a la falta de estabilidad económica. Este tipo de estrés puede derivar de diversas situaciones como deudas elevadas, ingresos insuficientes, gastos imprevistos o la incapacidad de ahorrar para el futuro. En un mundo donde la economía es volátil y los cambios financieros son constantes, el estrés financiero se ha convertido en una preocupación común para muchos individuos.

En el contexto económico actual, marcado por la inflación (en la Argentina en descenso, pero persistente, aunque también expandida por el mundo), el desempleo y la incertidumbre financiera, el estrés financiero se ha intensificado. Además, los altos costos de vida y la creciente desigualdad económica han incrementado la presión sobre las finanzas personales. Las crisis económicas y los recortes en los beneficios sociales también han contribuido a aumentar el estrés financiero en la población.

A nivel poblacional, el estrés financiero puede tener un impacto negativo en varios indicadores sanitarios:

- **Esperanza de vida:** las personas que sufren estrés financiero tienden a tener una menor esperanza de vida debido a los problemas de salud asociados. El estrés financiero afecta la salud mental de las personas y también tiene consecuencias físicas. La ansiedad y la depresión son comunes entre aquellos que experimentan estrés financiero, lo que puede llevar a problemas como insomnio y trastornos alimenticios. Además, el estrés crónico puede desencadenar enfermedades cardiovasculares, hipertensión y problemas digestivos.
- **Calidad de vida:** el estrés financiero reduce significativamente la calidad de vida, afectando las relaciones personales y el rendimiento laboral. El estrés financiero crónico puede afectar la capacidad cognitiva, la memoria y el aprendizaje, y aumentar la probabilidad de sufrir alteraciones del sueño y enfermedades relacionadas con el comportamiento.
- **Acceso a servicios de salud:** la falta de recursos financieros puede impedir que las personas accedan a servicios médicos preventivos y tratamientos adecuados. Por otro lado, la mayor demanda de servicios de salud mental y física satura los recursos disponibles, lo que lleva a tiempos de espera más largos y a una disminución en la calidad de la atención. Además, las personas con estrés financiero a menudo postponen la búsqueda de atención médica hasta que sus condiciones se vuelven críticas, lo que resulta en costos más altos y un uso ineficiente de los recursos sanitarios.

En la Argentina, el impacto del estrés financiero en la salud de la población podemos observarlo en algunos estudios:

- **Salud mental:** un estudio del Observatorio de Psicología Social Aplicada de la Universidad de Buenos Aires (UBA) de principio de 2024 reveló que “el 45,5% de los argentinos está atravesando una crisis, ya sea vital o económica, y el 9,4% de las personas están en riesgo de sufrir un trastorno mental”. En relación con estos datos, el 72% de los argentinos encuestados (n=3141) afirmó que “los problemas económicos afectan en gran medida a su salud mental”.
- **Impacto en la calidad de vida:** la crisis económica ha generado que la mayoría de los argentinos sientan que su calidad de vida está cada vez peor. Según el estudio realizado por Voces! y WIN International, apenas un 35% de los argentinos encuestados considera que su nivel de estrés es bastante bueno o muy bueno, en contraste con el 66% a nivel mundial. La percepción de los argentinos sobre su propia salud ha disminuido en los últimos años. Actualmente, solo siete de cada diez personas se consideran saludables o muy saludables, mientras que, en 2018, el 86% evaluaba su salud de manera positiva.

Estos datos muestran cómo el estrés financiero no solo afecta la salud mental, sino también la salud física y la calidad de vida de los argentinos. La situación económica actual, ha exacerbado estos problemas, subrayando la necesidad de políticas integradas que aborden tanto las necesidades económicas como las de salud.

Para afrontar el estrés financiero desde el sistema de salud, se deberían implementar varias políticas efectivas. Desde programas de mayor accesibilidad a medicamentos y eliminación de pagos directos hasta mejoras en la eficiencia del sistema de salud (racionalizar el uso de medicamentos, la introducción de tecnologías de salud o la compra de insumos y medicamentos esenciales aprovechando economías de escala). También son necesarios más programas de salud mental y apoyo psicológico.

Otras medidas como la educación financiera entre la población y el fortalecimiento de las políticas de protección social (mejorar el seguro de desempleo o de incentivo de empleo) son necesarias desde afuera del sistema de salud para disminuir el estrés financiero y, por ende, mejorar la eficiencia y equidad del sistema de salud en la Argentina. Si bien es cierto que se ha conseguido cierto orden macroeconómico, aún falta mucho camino que recorrer para lograr estabilidad, desarrollo y disminuir el estrés financiero en la mayoría de la población.

Sin embargo, las políticas de salud en la Argentina van en sentido contrario a estas recomendaciones. El Estado nacional, a través del PAMI o desde el Ministerio de Salud de la Nación, han recortado programas de cobertura y recursos. Lamentablemente, las provincias no han podido compensar estos recursos como así tampoco las obras sociales, siendo que la inversión total disminuye (en dinero invertido y en cobertura efectiva).

En resumen, el estrés financiero es un problema creciente en el contexto económico actual que afecta tanto a la salud individual como a la salud poblacional. Su impacto negativo en el sistema de salud resalta la necesidad de políticas económicas y sanitarias integradas que aborden de manera efectiva las causas subyacentes del estrés financiero y promuevan el bienestar general de la sociedad. La pregunta es ¿cómo lo vamos a enfrentar? ■

(\*) Profesor universitario.