

# Salud mental, prevención del suicidio y alfabetización



Septiembre 2021

# Índice



Salud mental y prevención del suicidio



Alfabetización



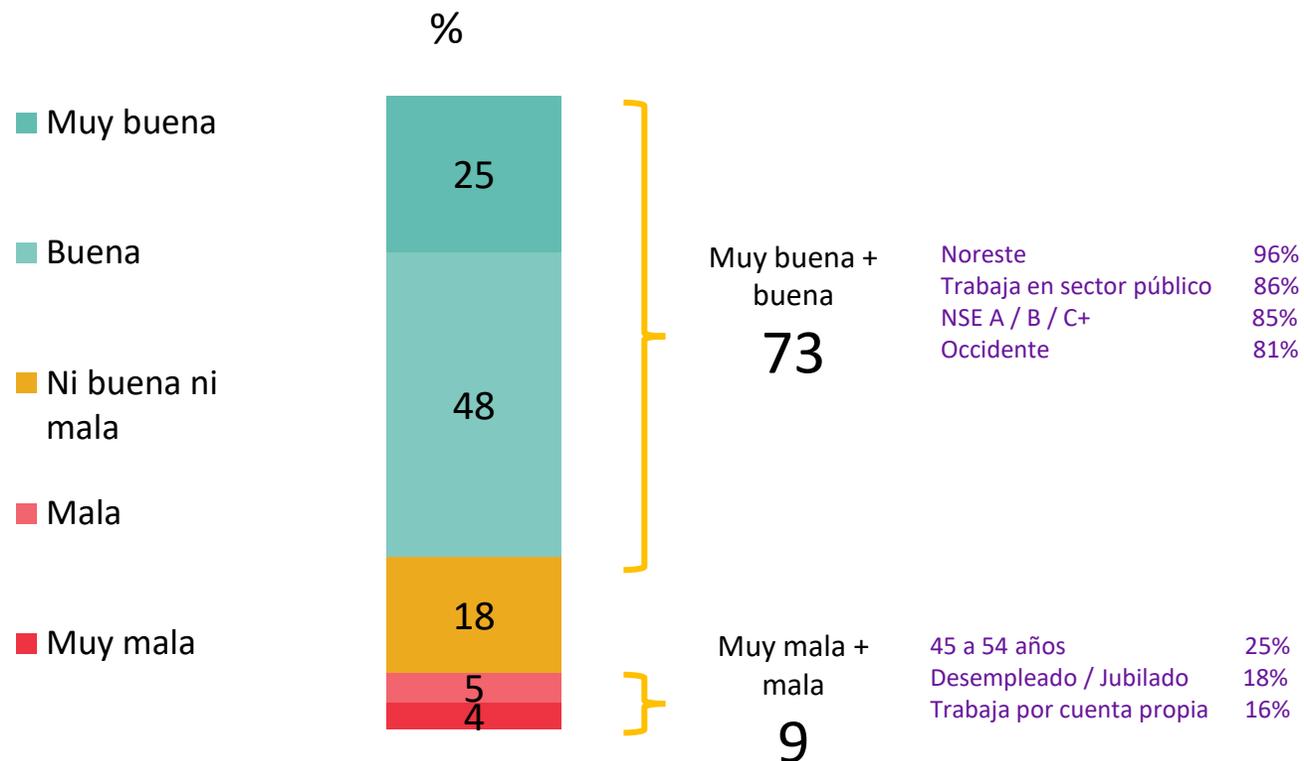
Parámetros del proyecto



# Salud mental y prevención del suicidio

# En general, los mexicanos evalúan su salud mental como muy buena o buena

## ¿Cómo calificarías tu salud mental?



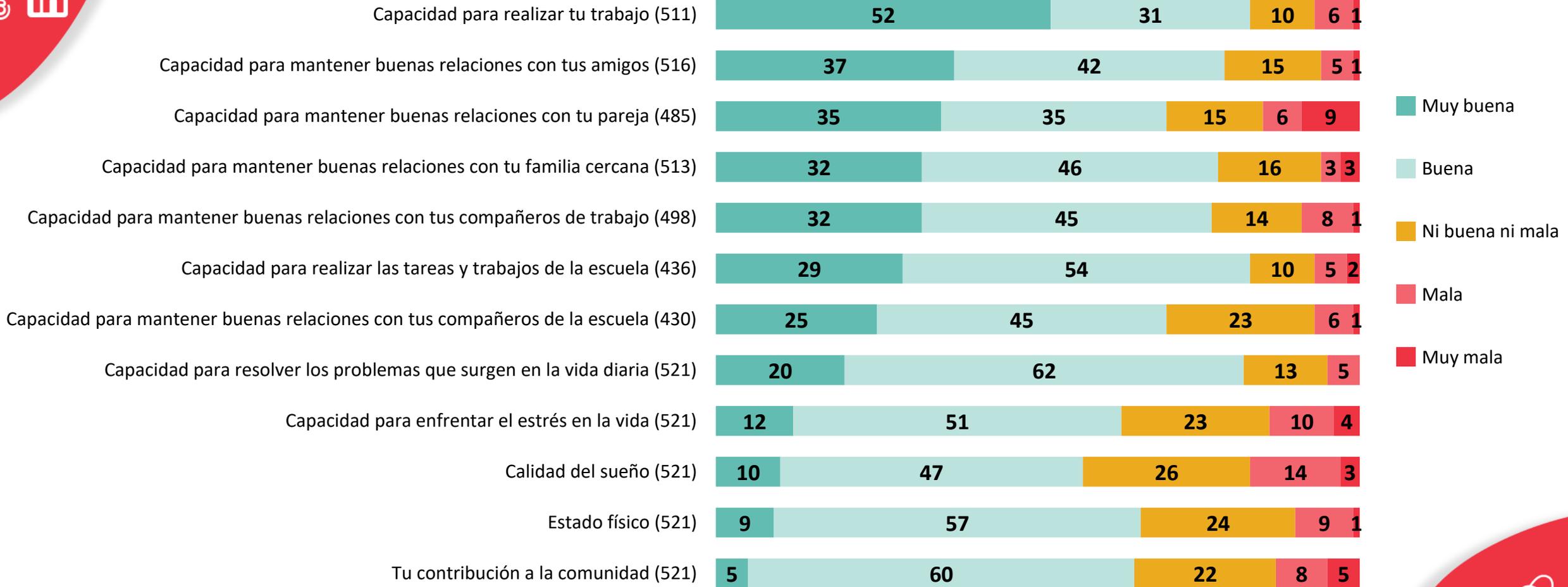
Base total entrevistas: 521

En morado se muestran los segmentos donde el porcentaje es más alto

P1. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es un estado de bienestar en el que la persona ejerce sus capacidades y logra hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. Bajo esta definición, ¿cómo calificarías tu salud mental?

# Los entrevistados consideran que tienen muy buena capacidad ya sea para realizar su trabajo y mantener buenas relaciones con los amigos o la pareja

¿Cómo te evaluarías en los siguientes aspectos de tu vida? %



Base quienes realizan las actividades

Platicar con los amigos o la familia y tener pasatiempos son actividades cotidianas que ayudan al cuidado de la salud mental, la mayoría de la población las realiza. Las actividades especializadas para el cuidado de la salud mental, tal como ir a un psicólogo o psiquiatra las realiza cerca de una cuarta parte de la población

### Actividades que ayudan a cuidar la salud mental

% de personas que realizan la actividad

Promedio de veces que realizan la actividad



Platicar con tus amigos o familia

98%

4.8

Veces a la semana  
Sur 6.4



Tener pasatiempos

97%

4.4

Veces a la semana  
Trabaja en sector público 6.5



Acudir a una revisión médica general

93%

1.3

Veces al mes  
45 a 54 años 1.9



Hacer ejercicio

93%

3.5

Veces a la semana  
Noreste 5.1



Meditar

68%

2.2

Veces a la semana  
45 a 54 años 3.5  
Trabaja en sector privado 3.2



Acudir con un psicólogo o psiquiatra

28%

2.5

Veces al mes

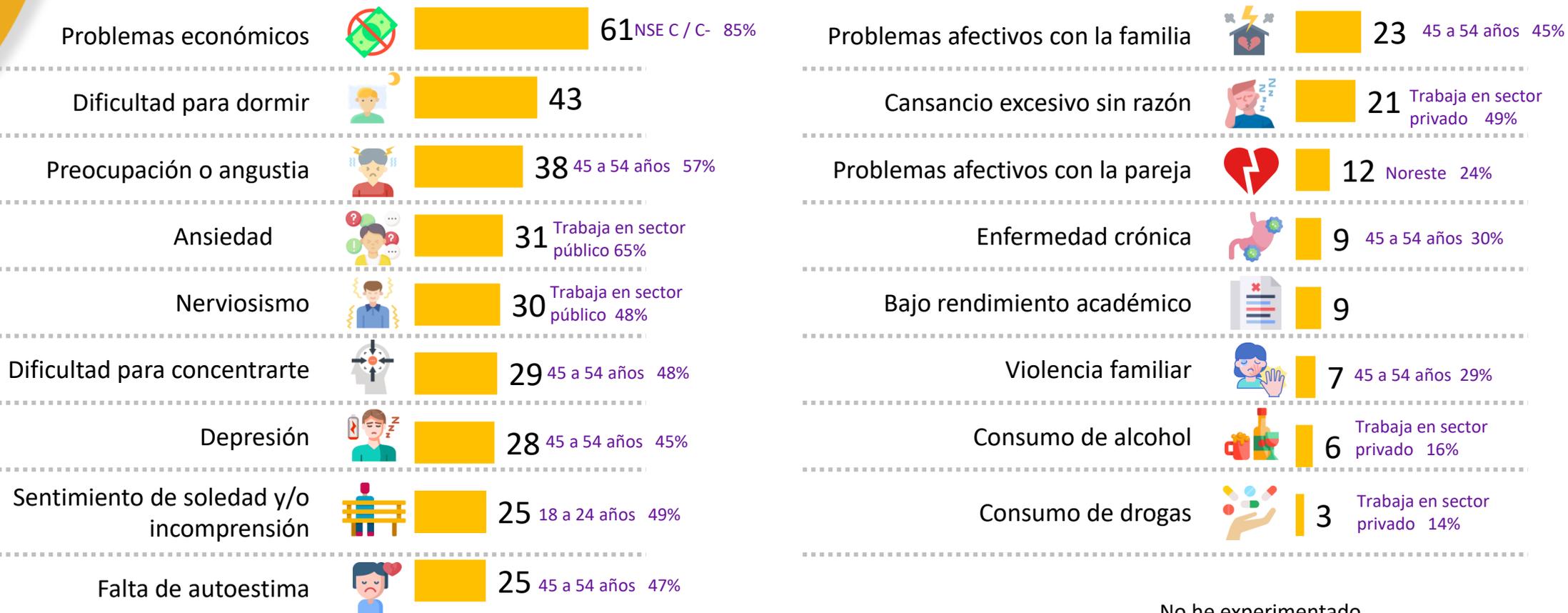
Base total entrevistas: 521

En morado se muestran los segmentos donde el porcentaje es más alto

# Los problemas económicos han sido el padecimiento preponderante en los últimos 3 meses

## Padecimientos en los últimos 3 meses

%



No he experimentado nada de esto

18%

Base quienes han experimentado las situaciones: 447  
Promedio de padecimientos por persona: 4.0

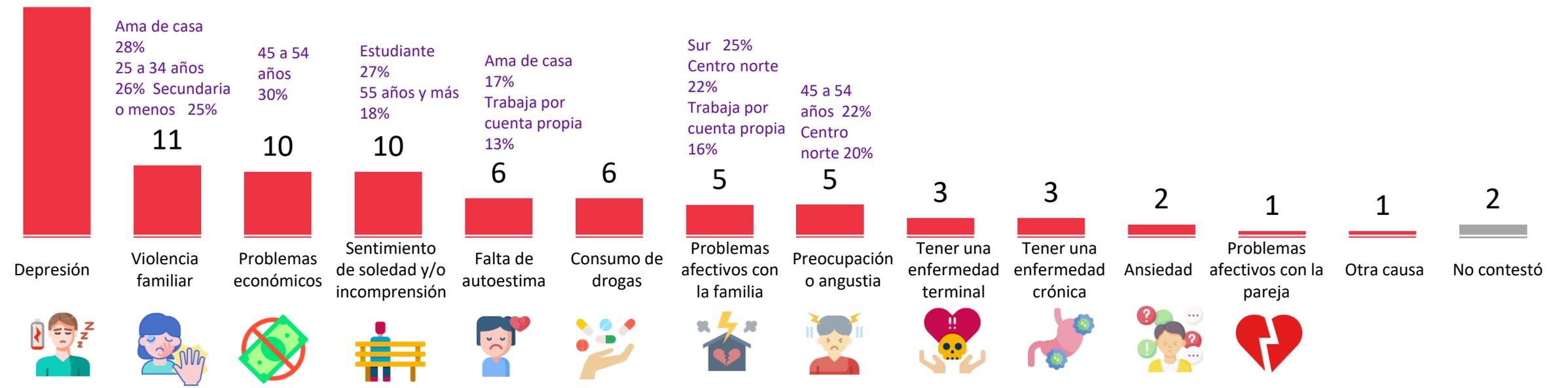
En morado se muestran los segmentos donde el porcentaje es más alto

P4. Durante los últimos 3 meses, ¿cuáles de las siguientes situaciones has experimentado?

# La depresión es considerada la principal causa de suicidio en México. Los problemas económicos son considerados la tercer causa.

### Principal causa de suicidio en México %

55 años y más 55%  
Estudiante 54%  
**35**



Ama de casa 28%  
25 a 34 años 26%  
Secundaria o menos 25%

45 a 54 años 30%

Estudiante 27%  
55 años y más 18%

Ama de casa 17%  
Trabaja por cuenta propia 13%

Sur 25%  
Centro norte 22%  
Trabaja por cuenta propia 16%

45 a 54 años 22%  
Centro norte 20%

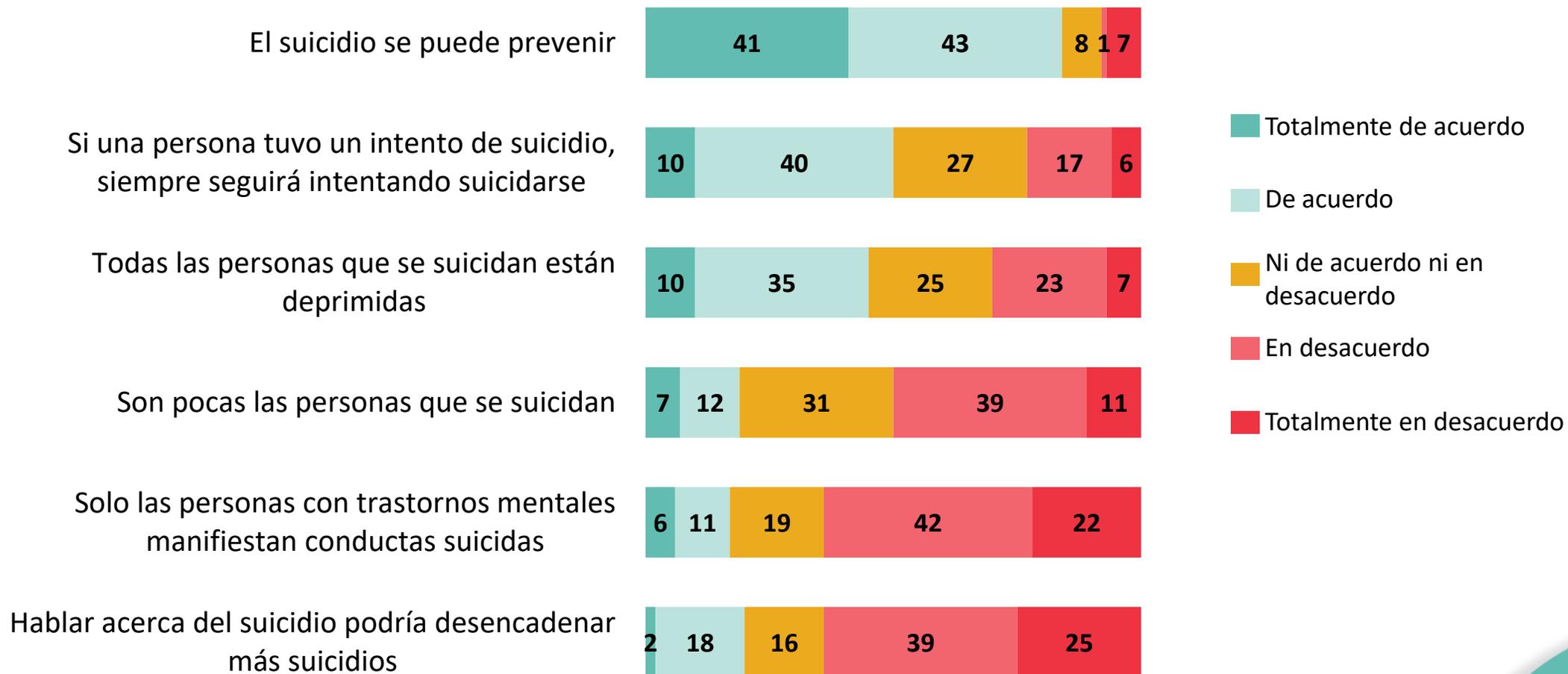
Base total entrevistas: 521

P5. ¿Cuál crees que es la principal causa de suicidio en México?

En morado se muestran los segmentos donde el porcentaje es más alto

# El 84% de los entrevistados consideran que el suicidio se puede prevenir. Hay acuerdo en que no solamente las personas con trastornos mentales tienen conductas suicidas

Impresiones acerca de las personas suicidas %



Base total entrevistas: 521

# Los jóvenes apoyan más los temas de salud mental, mientras que las personas mayores están más de acuerdo con vivir bajo presión para lograr objetivos profesionales

Durante los juegos olímpicos de Tokio 2020 Simon Biles, medallista olímpica estadounidense, se retiró de una final de gimnasia femenina porque no se sentía segura consigo misma, quiso cuidar de su salud mental y no comprometer su bienestar. Por otro lado, el tenista serbio Novak Djokovic indicó que “sin presión no habría deporte profesional”, comentó que si aspiras a estar en la cima de tu deporte, lo mejor es aprender a manejar la presión y afrontarla. ¿Con cuál de las dos posturas te identificas más?



Base total entrevistas: 521

En morado se muestran los segmentos donde el porcentaje es más alto

# A los mexicanos les resulta más fácil alejarse de sus amigos o de su pareja para cuidar su salud mental que de la familia, el trabajo o la escuela

¿Qué tan probable es que dejes o te alejes de los siguientes aspectos de tu vida con tal de cuidar tu salud mental?



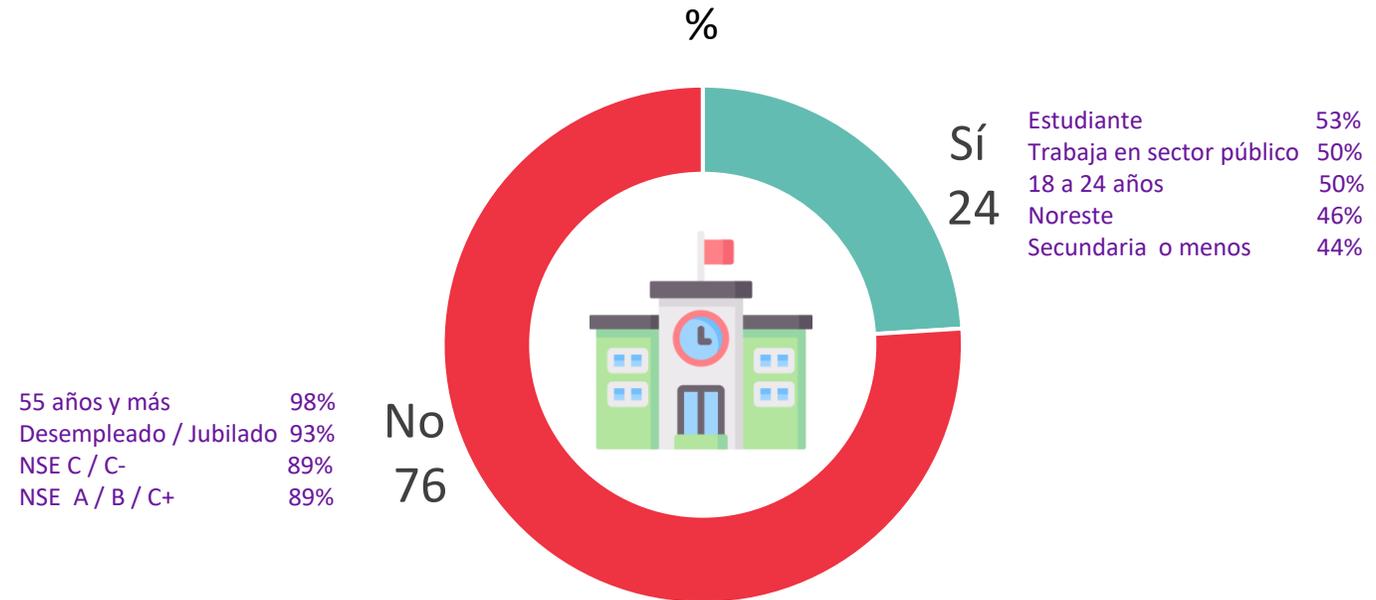
Base quienes realizan las actividades



# Alfabetización

# El 76% de los mexicanos opina que la alfabetización no es una labor exclusiva de la escuela

## ¿Consideras que la alfabetización es responsabilidad exclusiva de la escuela?

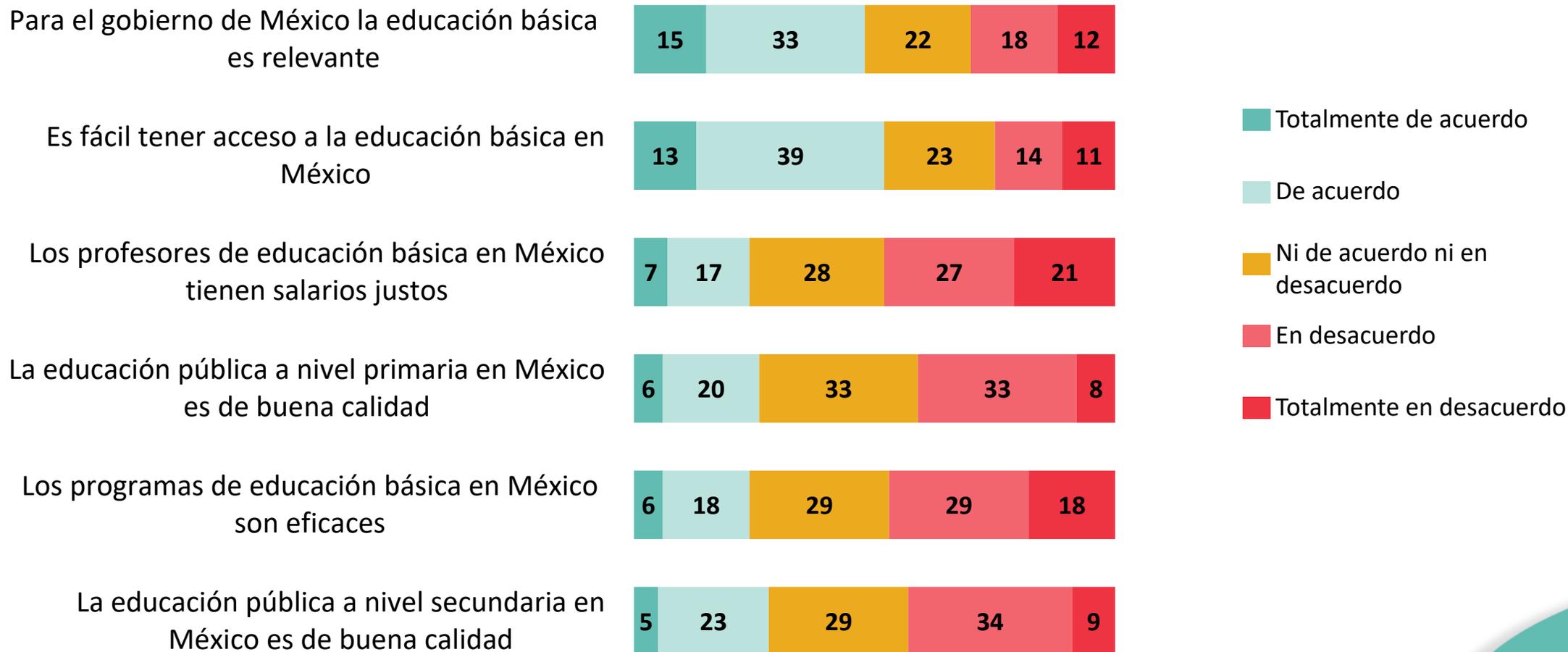


Base total entrevistas: 521

En morado se muestran los segmentos donde el porcentaje es más alto

# La población mexicana opina la educación básica es relevante, sin embargo, la educación básica es de mala calidad y los profesores no tienen salarios justos

La educación básica en México %



Base total entrevistas: 521



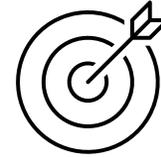
# Parámetros del proyecto

# Ficha técnica



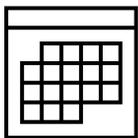
Entrevistas online en México.  
Para poder asegurar representatividad a nivel nacional, los resultados fueron ponderados por sexo, edad, región y por nivel socioeconómico.  
Encuesta financiada por PQR Planning Quant.

## METODOLOGÍA



Personas de 18 años o más residentes del país.

## PÚBLICO OBJETIVO Y REPRESENTATIVIDAD



Del 13 de agosto al 23 de agosto de 2021

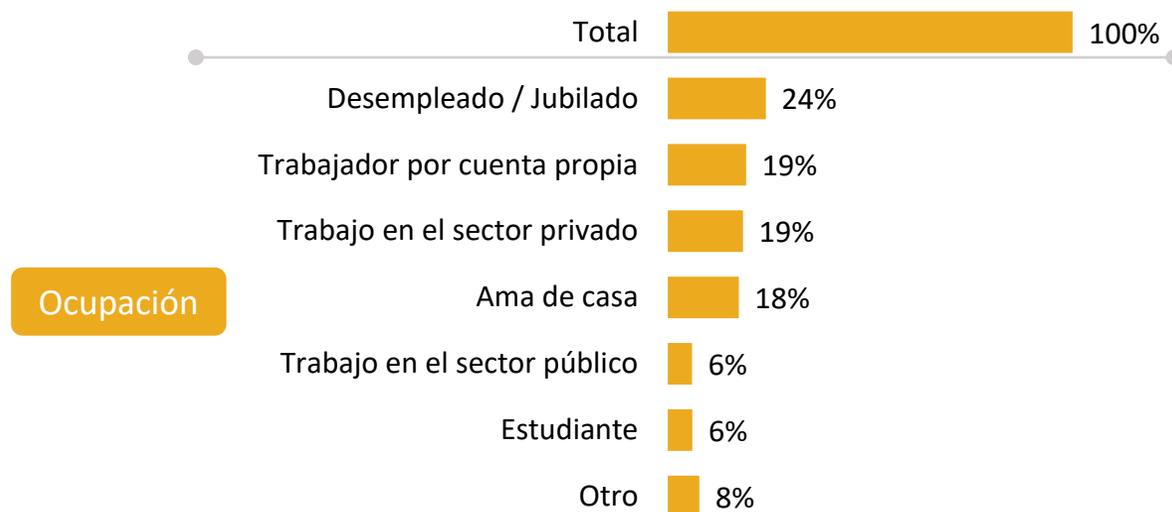
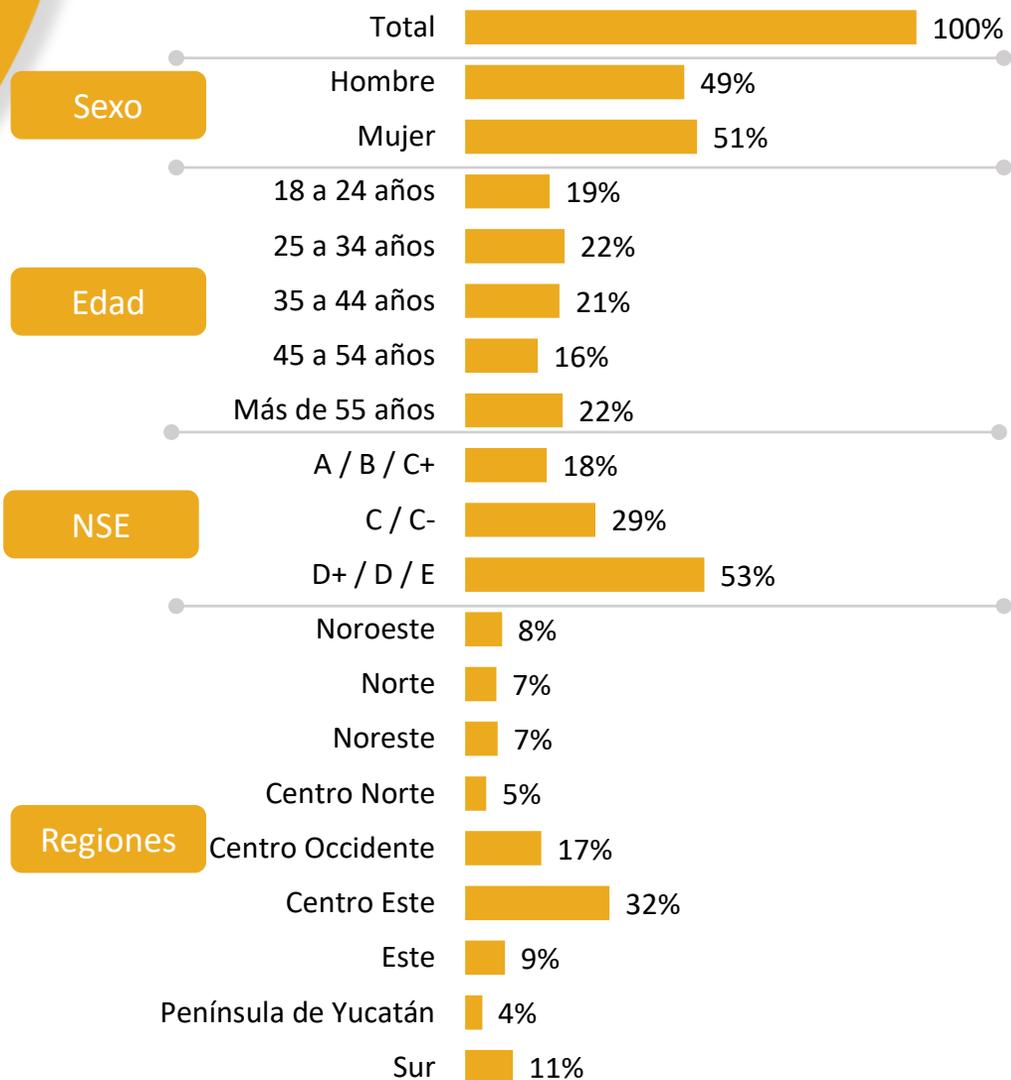
## PERIODO DE LEVANTAMIENTO



521 casos con un margen de error de +/- 4.4% al 95% de confianza.  
Cuestionario estructurado con una duración aproximada de 18 minutos.

## MUESTRA Y CUESTIONARIO

# Perfilamiento de la muestra ponderada



# Descripción de las regiones



Región	Estado
Noroeste	Baja California
	Baja California Sur
	Sonora
	Sinaloa
Norte	Chihuahua
	Durango
	Coahuila
Noreste	Nuevo León
	Tamaulipas
Centro Norte	Zacatecas
	San Luis Potosí
	Aguascalientes
Centro Occidente	Jalisco
	Nayarit
	Colima
	Michoacán
	Guanajuato
Centro Este	Querétaro
	Hidalgo
	México
	CDMX
	Morelos
	Tlaxcala
	Puebla
Este	Veracruz
	Tabasco
Península de Yucatán	Campeche
	Yucatán
	Quintana Roo
Sur	Oaxaca
	Chiapas
	Guerrero

# ¡¡Gracias!!

Tel. 55 5208.3457  
planningquant.com

ivan@planningquant.com  
alan@planningquant.com

Este proyecto se ha realizado en cumplimiento de la norma internacional  
UNE-ISO-20252:2019.



## CERTIFICACIONES

Sistema de Gestión  
Certificado 101502



Sistema de Gestión  
Certificado 301503



Sistema de Gestión  
Certificado 111803

