

Mujeres en cifras

SALUD MENTAL

BIENESTAR MENTAL

El índice de bienestar mental

es **71,4** en mujeres
y **76,7** en hombres

La brecha es de **5,3** pp*

La diferencia
aumenta
con la edad

Para 85 años
o más

56,6 en mujeres
y **65,1** en hombres

La
brecha
es de **8,5** pp*



SOLEDAD NO DESEADA
entre las personas jóvenes



* puntos porcentuales

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

Más frecuentes
en mujeres que en
hombres adultos

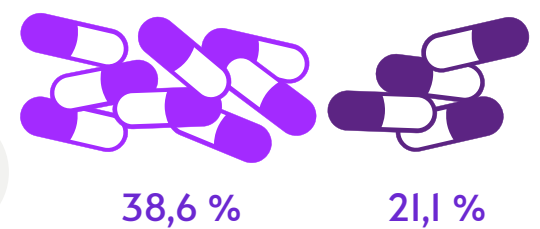
Transtorno depresivo



Anorexia nerviosa



Las mujeres de 40 años o más
retiran casi el doble de
antidepresivos que los hombres



La depresión se manifiesta con
más intensidad en mujeres

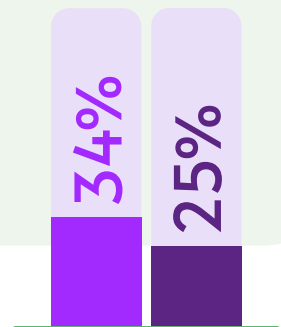
16,3% | 10,4%

ESTILO DE VIDA Y CARGA MENTAL

2 de cada **3**  | **1** de cada **2**  soportan una
carga mental
“mala o muy mala”



El **34%** tiene problemas
de desconexión: las
preocupaciones interfieren
con el disfrute del ocio
(frente al 25% de hombres)



Para el **46%**
es muy difícil
decir que **NO**,
incluso estando
sobrepasadas
(14 pp* más que los hombres)



SALUD MENTAL Y MATERNIDAD

En Europa sufren
sobrecarga mental



En España, son
muchas más

78%

FACTORES DE RIESGO

- ❗ Mujeres en la treintena
- ❗ Con menores a su cargo (0-5 años)
- ❗ Madres solteras
- ❗ Bajos ingresos



La mitad
de las madres
europeas sufre
algún problema por
sobrecarga mental

Las madres
españolas son las
que tienen más
ansiedad en Europa

42%

47% de las madres españolas
siente que les falta
el apoyo de la sociedad

