Gac Sanit. 2025;39(S2):126

Gaceta Sanitaria

https://www.gacetasanitaria.org

929 - SALUD MENTAL Y ACTIVIDADES DE LA VIDA COTIDIANA EN LAS MUJERES ESPAÑOLAS EN 2022

C. Llobera Ribera, M.T. Ruiz Cantero

Universidad de Alicante.

Resumen

Antecedentes/Objetivos: Analizar la relación entre la salud mental de las mujeres españolas y su dedicación a las diferentes tareas de la vida diaria en el año 2022.

Métodos: Estudio transversal, a partir de los datos aportados por la encuesta “La Salud y las Mujeres” realizada a 1.504 mujeres residentes en España (18-75 años), mediante un cuestionario autoadministrado de carácter estructurado (realización: 13/junio-4/julio, 2022). La muestra era representativa por edad, clasificación económica, tamaño del lugar de residencia, provincia de residencia y nacionalidad. Para el análisis se incluyeron a mujeres sanas (N = 872), mujeres con diagnóstico de depresión (N = 71) y ansiedad (N = 48) como variables independientes y las siguientes actividades como variables dependientes: trabajo productivo, doméstico, cuidado de terceros, cuidado personal, práctica de deporte, actividades de ocio y descanso. Análisis comparativo entre mujeres sanas y con depresión/ansiedad, respecto a distribución del tiempo semanal dedicado a las actividades mencionadas anteriormente. Se utilizaron medidas de tendencia central (mediana y rango intercuartílico) y se aplicaron pruebas de significación (valor-p). Además, se analizó la probabilidad de no realizar una actividad frente a realizarla en mujeres con depresión/ansiedad respecto a las sanas, mediante el cálculo de *odds ratio* (OR) con intervalo de confianza del 95%. Se consideraron significativos los resultados con $p < 0,05$.

Resultados: Las mujeres con depresión tienen un 44% menos de probabilidades de dedicar tiempo al trabajo productivo en comparación con las mujeres sanas (56,3 vs. 71,2%; OR = 0,56; IC (0,35-0,86); p = 0,008). Asimismo, tienen un 54% menos de

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados

probabilidades de realizar actividades de cuidado personal en comparación con las mujeres sanas (87,3 vs. 93,7%; OR = 0,46; IC (0,26-0,96); p = 0,040). Las mujeres con depresión (50,7%) y con ansiedad (47,9%) presentan menos probabilidades de practicar deporte en comparación con las mujeres sanas (62,8%) (OR = 0,63; IC (0,40-0,99) y OR = 0,56; IC (0,32-0,97), respectivamente; p < 0,05). Por último, las mujeres con ansiedad tienen menos probabilidades de participar en el cuidado de terceros en comparación con las mujeres sanas (47,9 vs. 62,5%; OR = 0,57; IC (0,33-0,99); p = 0,043). IC (1,01-3,03) p = 0,043).

Conclusiones/Recomendaciones: La ansiedad y la depresión limitan la participación activa de las mujeres en su día a día, especialmente en el trabajo, el autocuidado y el deporte. Se recomienda abordar el impacto de la salud mental en la vida cotidiana de las mujeres con enfoque en los roles de género.

0213-9111 © 2025 SESPAS. Publicado por Elsevier España, S.L.U. Todos los derechos reservados