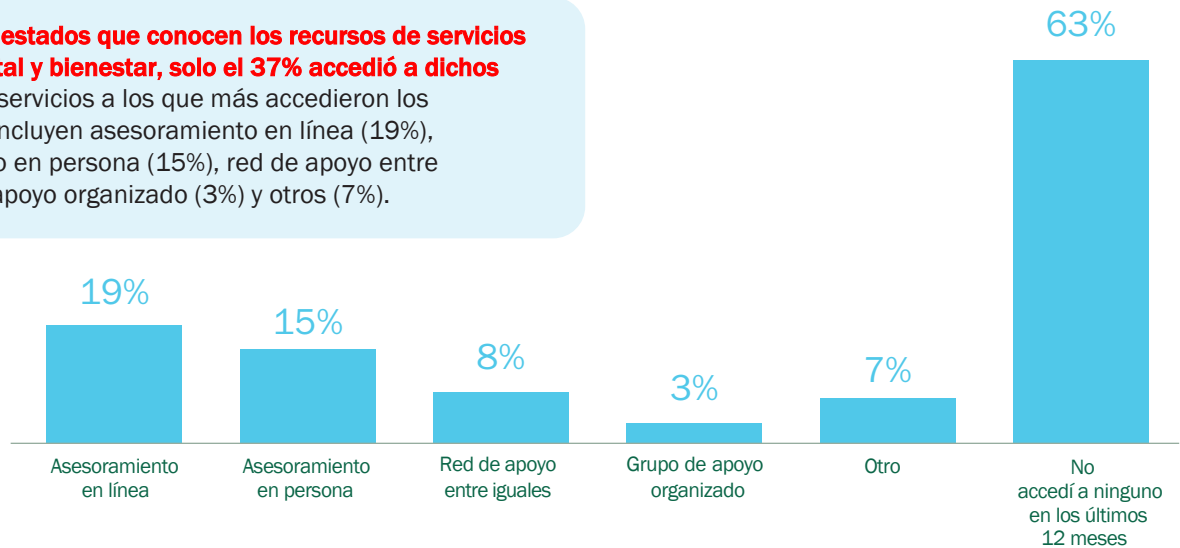


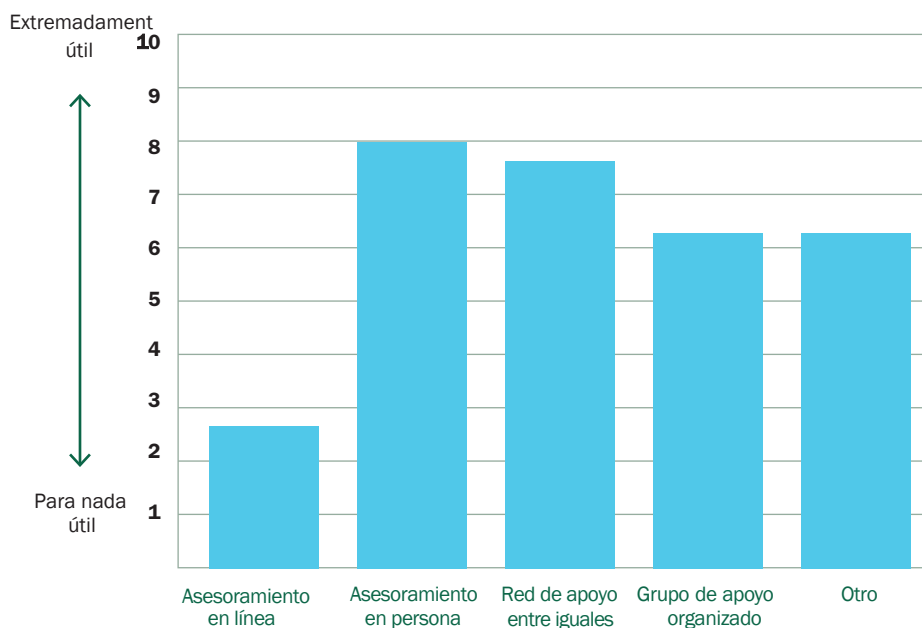
## Acceso a servicios de salud mental

### Servicios de salud mental y bienestar a los que se accedió en los últimos 12 meses

Entre los encuestados que conocen los recursos de servicios de salud mental y bienestar, solo el 37% accedió a dichos servicios. Los servicios a los que más accedieron los encuestados incluyen asesoramiento en línea (19%), asesoramiento en persona (15%), red de apoyo entre iguales (8%), apoyo organizado (3%) y otros (7%).



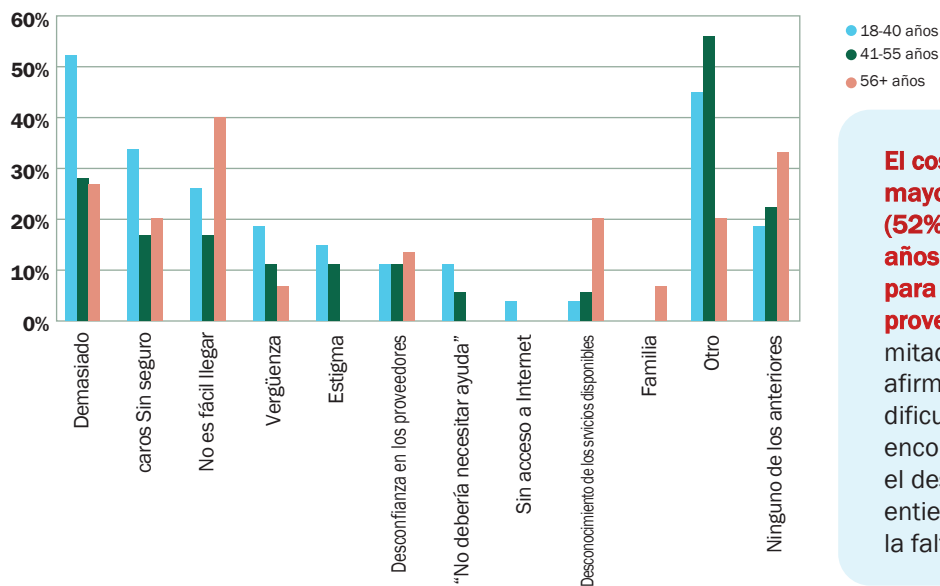
### Utilidad de los servicios a los que se accedió



Los encuestados informaron que el asesoramiento en persona y las redes de apoyo entre iguales les resultan muy útiles.

Contar con apoyo dentro y fuera de la comunidad es crucial. Hay una amplia gama de servicios que a los encuestados les gustaría tener disponibles e incluyen grupos de apoyo comunitario, apoyo/planificación financiera, recursos en línea/locales, asesoramiento centrado en la agricultura, control del estrés.

Obstáculos para acceder a servicios de salud mental y bienestar



**El costo es el mayor obstáculo para la mayoría de los encuestados de 18 a 40 años (52%).** Para la mayoría de los **mayores de 56 años (40%), la larga distancia o la dificultad para llegar al lugar donde se encuentra el proveedor es el principal problema.** Más de la mitad de los encuestados de 41 a 55 años afirman que existen otros obstáculos que les dificultan el acceso, como la dificultad para encontrar proveedores disponibles/de la red, el deseo de encontrar a alguien que me entienda, la necesidad de cuidado de niños y la falta de tiempo libre.

Dónde se aprende/encuentra información sobre servicios de salud mental y bienestar

**Los amigos y la familia son los canales por los que la mayoría de los encuestados de todos los grupos de edad se enteran de los servicios.** La búsqueda en Internet, los proveedores de atención primaria y las redes sociales son otros ámbitos vitales en los que descubren estos servicios. Los encuestados de entre 18 y 40 años (48%) se enteran de los servicios por sus compañeros de trabajo/colegas más que cualquier otro grupo de edad.

