



Mexicanas enfrentan mayor riesgo y prevalencia de condiciones de salud mental

- *84% de la población femenina en México ha sido afectada en su salud mental por estrés laboral.*
- *Solo la mitad de las mexicanas busca ayuda profesional para tratar sus problemas de salud mental, el resto lo autogestiona o no lo atiende.*

Ciudad de México, 08 de septiembre de 2025.- Un estudio reciente de la Comisión Nacional de Salud Mental y Adicciones (CONASAMA), reveló que las mexicanas presentan una prevalencia significativamente mayor en diversas condiciones de salud mental en comparación con los hombres.

Dicho estudio reflejó un riesgo desproporcionado en condiciones de salud mental para las mujeres. Siendo la depresión la condición más alarmante con 78.8%, seguida de la ansiedad con 73.4%, trastorno bipolar con 67% y estrés postraumático con 66.7%.

Y es que, de acuerdo con la más reciente edición del *Mind Health Report*, 41% de las mujeres en México reportan estar actualmente sufriendo una condición de salud mental, frente a 34% de los hombres. Además, 73% de las encuestadas autoevaluó su salud mental como buena, 7 puntos porcentuales (pp) por debajo en comparación con el 80% de la población masculina.

El estudio elaborado por AXA en alianza con Ipsos, también reveló que solo la mitad de población femenina en el país acude a un profesional para gestionar sus problemas de salud mental; mientras que 25% lo autogestiona y 20% no lo atiende.

“En las clínicas AXA Keralty hemos brindado 49% mayor volumen de consultas para mujeres en comparación con los hombres en psicología y 55% en psiquiatría. Entre las más de 22 mil mexicanas que hemos atendido en ambas especialidades, los diagnósticos más recurrentes han sido la depresión y la ansiedad” mencionó la doctora Avril Rey, subdirectora del Sistema Integral de Salud de AXA México.

Estrés laboral, factor clave en la salud mental de las mexicanas

El *Mind Health Report* también indica que 84% de las mujeres en México han sido afectadas en su salud mental por estrés laboral. De hecho, una de cada cuatro encuestadas mencionó que en el último año tomó una licencia en su trabajo por problemas mentales o psicológicos.

Las mexicanas mencionaron sentir un mayor nivel de impacto negativo en su salud mental que los hombres en los siguientes rubros:

- Estabilidad laboral: 58% vs 53%



BOLETÍN DE PRENSA

- Balance vida-trabajo: 57% vs 50%
- Falta de oportunidades de crecimiento: 56% vs 50%
- Ambiente en la oficina: 55% vs 49%
- Estilo de liderazgo: 54% vs 48%

Asimismo, resalta que mayor porcentaje de mujeres muestra síntomas físicos relacionados con el estrés laboral (48%) en comparación con los hombres (35%). Entre los principales están los dolores de cabeza y musculares, dificultad para dormir, aumento de la irritabilidad y cambios de humor.

En este sentido, la población femenina encuestada mencionó que para manejar el estrés laboral planean incrementar su actividad física (44%), tomar vacaciones (42%) y practicar técnicas de relajación y meditación (30%).

Para más información sobre salud mental, consulta el: [AXA Mind Health Report México 2025](#)

Este material es únicamente informativo. Si tienes dudas o requieres más información sobre este tema, te recomendamos acudir con un profesional de la salud que pueda ofrecerte orientación adecuada.

= 0 0 0 =

Contacto para medios:

Moisés Tamayo

Relaciones Públicas, AXA México
Tel: 53 95 90 88
moises.tamayo@axa.com.mx

Eduardo Ostria

Relaciones Públicas, AXA México
Tel: 56 4183 3783
cristina.noriega@prp.com.mx

facebook.com/AXAMexico

x @AXAMexico
llama al **800 900 1292**
o visita **www.axa.mx**