



ÍNDICE DE  
**BIENESTAR**  
2020

Elaborado por:



**24%**

de las personas tiene hábitos alimenticios saludables, en 2019 solo el 14%

**51%**

de los encuestados cree que su situación financiera será mejor en el futuro

**19%**

de las personas fuman cigarrillos en forma regular, bajando 9 puntos frente a 2019

**36%**

de los ciudadanos se considera feliz, subiendo 7 puntos frente a 2019

**3** **10**

de cada 10 personas dedica tiempo para sí mismo, subiendo 13 puntos frente a 2019

**78%**

de los individuos realiza alguna acción para contribuir al bienestar de los demás

|           |  |
|-----------|--|
| <b>5</b>  | INTRODUCCIÓN                                     |
| <b>6</b>  | DIMENSIONES PARA MEDIR EL BIENESTAR              |
| <b>7</b>  | METODOLOGÍA                                      |
| <b>8</b>  | NIVEL DE BIENESTAR EN CHILE                      |
| <b>12</b> | SALUD  |
| <b>19</b> | FINANZAS   |
| <b>27</b> | ESTILOS DE VIDA                                  |
| <b>31</b> | ÁMBITOS RELEVANTES PARA EL BIENESTAR DEL PAÍS    |
| <b>33</b> | LA FRAGILIDAD DEL BIENESTAR EN TIEMPOS DE CRISIS |
| <b>34</b> | RESUMEN  |

Presentamos la quinta edición del Índice de Bienestar, estudio elaborado por Salcobrand, junto a GfK Adimark y Clínica Universidad de los Andes, que mide el bienestar de las personas que viven en Chile, desde la percepción y expectativas de los propios protagonistas.

Este año uno de los hallazgos más significativos ha sido el crecimiento tanto del grupo de los más satisfechos, como de los menos satisfechos, lo que indica una marcada polarización respecto a la percepción del nivel de bienestar del país.

Los resultados arrojan que hay mayor interés por la vida sana, las personas se sienten con más energía, están fumando menos y el sobrepeso continúa siendo la mayor preocupación. Además, aumenta la intranquilidad por la jubilación –se registra el mayor porcentaje de los últimos cinco años–, y por primera vez, los más jóvenes, de 15 a 29 años, expresan inquietud por esta etapa de la vida, temática que como sabemos, aún hoy en contexto de pandemia, sigue siendo una de las principales preocupaciones de los chilenos, según el estudio del Consumo en tiempos de COVID 19, llevado a cabo por GfK.

Las mujeres mostraron una posición más crítica en relación a las tres dimensiones consultadas, son menos optimistas que en períodos anteriores y no creen que el panorama mejore en el mediano plazo. Esta posición crítica podría explicarse también por efectos colaterales al estallido social, donde hubo un reposicionamiento en la agenda pública de temas relativos a la equidad de género.

Los habitantes de Santiago también expresaron menos conformidad y se muestran más preocupados por diferentes aspectos de sus vidas. Aunque, al mismo tiempo se observaron algunas mejoras en cuanto al estilo de vida, más personas declararon sentirse felices y están dedicando más tiempo para sí mismas.

Los ámbitos más relevantes para el bienestar del país, según el estudio, coinciden con la edición anterior y están relacionados con temas de salud y educación, acciones que, según los encuestados, deberían estar a cargo del Estado principalmente, y luego de las empresas privadas. En cambio al individuo como tal se le adjudica una menor responsabilidad.

En este sentido, quisimos saber qué acciones están llevando a cabo los ciudadanos –de manera personal– para ayudar al bienestar de los demás. La mayoría, cerca de 8 de cada 10 individuos, dijeron que realizan alguna acción, entre las que destaca el reciclaje (51%).

El levantamiento de los datos se hizo antes de la pandemia, por lo que quizá algunos aspectos han presentado variaciones. Sin embargo, consideramos que los análisis que han arrojado este estudio representan información valiosa para programas y políticas públicas destinadas a mejorar las condiciones de quienes vivimos en Chile, y que además puede servir como un elemento de reflexión para motivarnos –tanto de manera individual como colectiva– a emprender acciones por nuestro propio bienestar y el de los demás.

## Dimensiones para medir el bienestar



**SALUD**

Se refiere al estado de bienestar físico, mental y social de una persona, no se limita a la ausencia de enfermedad. Una persona sana, por tanto, sería aquella que disfruta de una vida plena y feliz.



**FINANZAS**

Es el conjunto de bienes que posee un individuo, y que en conjunto con las condiciones laborales, determinan la satisfacción y estabilidad económica de una persona o grupo familiar.



**ESTILOS DE VIDA**

Contemplan los elementos a través de los cuales las personas se relacionan con su entorno, por lo que considera las relaciones humanas, actividades recreativas e incluso cómo se preparan para su vejez.

## Metodología

**Tipo de estudio**  
Cuantitativo

**Diseño muestral**  
Probabilístico

**Instrumento**  
Encuesta cara a cara

**Universo**  
Hombres y mujeres, mayores de 15 años, de todos los grupos socioeconómicos

**Muestra**  
1.000 encuestas en hogares

**Ciudades**  
Santiago, Iquique, Antofagasta, Viña del Mar, Valparaíso, Concepción, Talcahuano y Puerto Montt

**Margen de error**  
+/- 3,09

**Confianza**  
95%

**Trabajo de campo**  
Enero y febrero de 2020

## Composición de la muestra



MUJERES  
**51%**



HOMBRES  
**49%**

| Edad                        | Nivel Socioeconómico |
|-----------------------------|----------------------|
| <b>33%</b><br>15 a 29 años  | <b>12%</b><br>C1     |
| <b>30%</b><br>30 a 44 años  | <b>21%</b><br>C2     |
| <b>22%</b><br>45 a 59 años  | <b>28%</b><br>C3     |
| <b>15%</b><br>60 o más años | <b>39%</b><br>D      |

### Ubicación



## ¿Cuál es el nivel de bienestar en Chile?

En esta edición se observó una clara polarización respecto a la percepción del nivel de bienestar de quienes viven en Chile, aunque los conformes siguen siendo mayoría, aumentando de 26% a 35%, los disconformes también subieron de 5% a 7%.

Los resultados evidencian un crecimiento de los grupos extremos en prácticamente todas las dimensiones. En salud familiar, los más satisfechos pasaron de 15% a 24% y los menos satisfechos de 9% a 13%. Respecto a las finanzas, la satisfacción aumentó de 8% a 14% y la insatisfacción se elevó de 17% a 26%, siendo este el indicador con mayor cantidad de personas insatisfechas. En relación a los estilos de vida, la satisfacción pasó de 16% a 29% y la insatisfacción se duplica, pasando de 5% a 10%.



**MUY SATISFECHO**

### Nivel de Bienestar Personal



### Salud Personal



### Salud Familiar



### Finanzas



### Estilos de Vida



**NADA SATISFECHO**

### Nivel de Bienestar Personal



### Salud Personal



### Salud Familiar



### Finanzas



### Estilos de Vida



## ZOOM

La polarización en la percepción del bienestar también se da al interior de los grupos socioeconómicos, registrándose un segmento D con mayor disconformidad que el C1. Esta brecha entre los segmentos ha aumentado a lo largo de los años, siendo mucho mayor en esta última medición.



### NADA SATISFECHO

Nivel de Bienestar Personal

|      |      |      |      |           |
|------|------|------|------|-----------|
| 3%   | 4%   | 3%   | 5%   | <b>7%</b> |
| 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020      |

|           | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020       |
|-----------|------|------|------|------|------------|
| <b>C1</b> | 2%   | 2%   | 2%   | 3%   | <b>2%</b>  |
| <b>C2</b> | 2%   | 1%   | 2%   | 1%   | <b>4%</b>  |
| <b>C3</b> | 4%   | 5%   | 3%   | 4%   | <b>8%</b>  |
| <b>D</b>  | 4%   | 6%   | 5%   | 7%   | <b>10%</b> |

## ZOOM

Los más conformes con su bienestar personal son los habitantes de Concepción y Talcahuano (47%), y aunque creció la satisfacción en casi todas las ciudades, también aumentó considerablemente la insatisfacción, sobre todo en Santiago, Viña del Mar y Valparaíso, y Concepción.



### MUY SATISFECHO

|                                    | Santiago |      |            | Iquique |      |            | Antofagasta |      |            | Viña del Mar /Valparaíso |      |            | Concepción/ Talcahuano |      |            | Puerto Montt |      |            |
|------------------------------------|----------|------|------------|---------|------|------------|-------------|------|------------|--------------------------|------|------------|------------------------|------|------------|--------------|------|------------|
|                                    | 2018     | 2019 | 2020       | 2018    | 2019 | 2020       | 2018        | 2019 | 2020       | 2018                     | 2019 | 2020       | 2018                   | 2019 | 2020       | 2018         | 2019 | 2020       |
| <b>Nivel de Bienestar Personal</b> | 40%      | 26%  | <b>33%</b> | 31%     | 22%  | <b>37%</b> | 44%         | 36%  | <b>30%</b> | 18%                      | 24%  | <b>34%</b> | 29%                    | 34%  | <b>47%</b> | 31%          | 13%  | <b>34%</b> |
| <b>Salud Personal</b>              | 12%      | 16%  | <b>24%</b> | 4%      | 7%   | <b>20%</b> | 38%         | 17%  | <b>21%</b> | 7%                       | 6%   | <b>18%</b> | 9%                     | 20%  | <b>28%</b> | 16%          | 6%   | <b>25%</b> |
| <b>Salud Familiar</b>              | 16%      | 15%  | <b>25%</b> | 10%     | 7%   | <b>19%</b> | 36%         | 21%  | <b>26%</b> | 10%                      | 10%  | <b>24%</b> | 17%                    | 34%  | <b>22%</b> | 15%          | 6%   | <b>27%</b> |
| <b>Finanzas</b>                    | 11%      | 7%   | <b>14%</b> | 4%      | 9%   | <b>12%</b> | 12%         | 11%  | <b>9%</b>  | 8%                       | 6%   | <b>11%</b> | 3%                     | 8%   | <b>17%</b> | 8%           | 7%   | <b>18%</b> |
| <b>Estilo de Vida</b>              | 21%      | 18%  | <b>30%</b> | 9%      | 15%  | <b>28%</b> | 26%         | 18%  | <b>25%</b> | 12%                      | 8%   | <b>25%</b> | 14%                    | 27%  | <b>31%</b> | 21%          | 5%   | <b>31%</b> |



### NADA SATISFECHO

|                                    | Santiago |      |            | Iquique |      |            | Antofagasta |      |            | Viña del Mar /Valparaíso |      |            | Concepción/ Talcahuano |      |            | Puerto Montt |      |            |
|------------------------------------|----------|------|------------|---------|------|------------|-------------|------|------------|--------------------------|------|------------|------------------------|------|------------|--------------|------|------------|
|                                    | 2018     | 2019 | 2020       | 2018    | 2019 | 2020       | 2018        | 2019 | 2020       | 2018                     | 2019 | 2020       | 2018                   | 2019 | 2020       | 2018         | 2019 | 2020       |
| <b>Nivel de Bienestar Personal</b> | 4%       | 5%   | <b>8%</b>  | 4%      | 6%   | <b>8%</b>  | 3%          | 5%   | <b>9%</b>  | 1%                       | 6%   | <b>10%</b> | 3%                     | 5%   | <b>2%</b>  | 3%           | 0%   | <b>3%</b>  |
| <b>Salud Personal</b>              | 9%       | 9%   | <b>15%</b> | 9%      | 16%  | <b>12%</b> | 6%          | 16%  | <b>17%</b> | 7%                       | 11%  | <b>26%</b> | 7%                     | 11%  | <b>12%</b> | 3%           | 8%   | <b>14%</b> |
| <b>Salud Familiar</b>              | 11%      | 6%   | <b>13%</b> | 6%      | 17%  | <b>11%</b> | 4%          | 11%  | <b>15%</b> | 4%                       | 10%  | <b>20%</b> | 8%                     | 6%   | <b>14%</b> | 4%           | 8%   | <b>9%</b>  |
| <b>Finanzas</b>                    | 15%      | 15%  | <b>26%</b> | 9%      | 14%  | <b>19%</b> | 7%          | 28%  | <b>29%</b> | 12%                      | 18%  | <b>38%</b> | 11%                    | 20%  | <b>17%</b> | 18%          | 12%  | <b>29%</b> |
| <b>Estilo de Vida</b>              | 4%       | 3%   | <b>8%</b>  | 6%      | 4%   | <b>8%</b>  | 2%          | 11%  | <b>8%</b>  | 7%                       | 8%   | <b>18%</b> | 1%                     | 3%   | <b>10%</b> | 2%           | 5%   | <b>11%</b> |



**SALUD**

## Estado de salud general

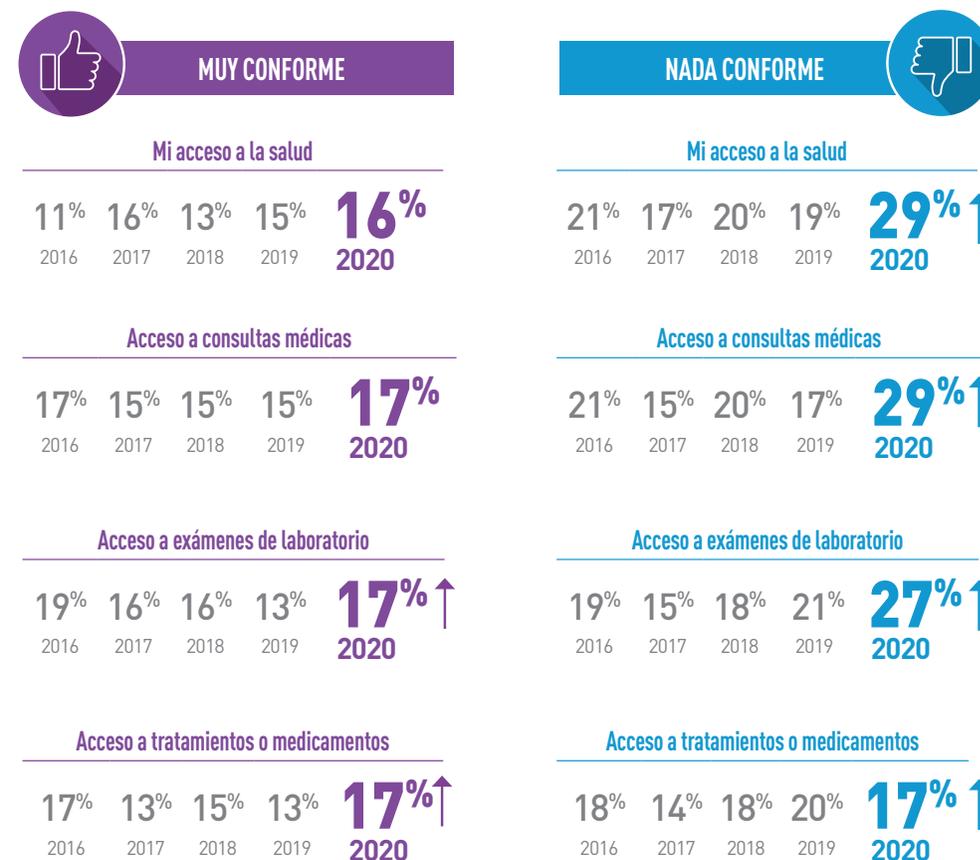
Este año las personas que viven en Chile mostraron mayor interés por la vida sana; los encuestados dijeron que están incorporando más frutas y verduras a su dieta (34%) y que están privilegiando los productos sin aditivos artificiales (28%), lo que podría incidir en que ahora se sienten con más energía y ganas de hacer las cosas (34%), resultados que indican que se le está dando más relevancia al autocuidado, un término que cada vez gana más preponderancia, especialmente durante la emergencia sanitaria que afronta la sociedad en estos momentos.

|  | 2016 | 2017  | 2018 | 2019  | 2020       |
|--|------|-------|------|-------|------------|
| En general, cumplo las tareas que me propongo realizar en el día                 | 22%  | 29% ↑ | 26%  | 28%   | <b>38%</b> |
| Como regularmente frutas y verduras  | 21%  | 29%   | 30%  | 25% ↓ | <b>34%</b> |
| En general me siento con energía, tengo ganas de hacer cosas                     | 15%  | 21%   | 22%  | 22%   | <b>34%</b> |
| En promedio, duermo alrededor de 7 a 8 horas diarias                             | --   | --    | 18%  | 18%   | <b>29%</b> |
| Prefiero los productos alimenticios sin aditivos artificiales                    | --   | --    | 18%  | 18%   | <b>28%</b> |
| Me preocupo de la información nutricional de los alimentos y bebidas que consumo | 12%  | 16% ↑ | 18%  | 15%   | <b>25%</b> |
| Mis hábitos alimenticios son saludables  | 12%  | 17%   | 16%  | 14%   | <b>24%</b> |
| Me cuido para llegar sano/a a la tercera edad                                    | 13%  | 16%   | 16%  | 16%   | <b>23%</b> |

## ¿Cómo se percibe el acceso a la salud?

Este año creció notablemente la inconformidad en relación al acceso a la salud. El descontento de las personas en este ámbito creció en 10 puntos, pasando de un 19% registrado el año pasado a un 29% en la versión 2020. Las atenciones de la salud, en tanto, también presentaron altas disconformidades, desde el acceso a consultas médicas, exámenes de laboratorio y el acceso a tratamientos o medicamentos aumentaron sus porcentajes de disconformidad.

Aunque vimos un aumento en el porcentaje de quienes están conformes con el acceso a exámenes de laboratorio y a tratamientos o medicamentos, sigue siendo un grupo minoritario en comparación con los insatisfechos.



## ZOOM

Respecto a la salud los cambios más notables se vieron en Santiago, donde aumentó la satisfacción; en Puerto Montt, donde se mostraron más insatisfechos; y en Viña del Mar y Valparaíso, donde crecieron ambos grupos, conformes y disconformes.



### MUY CONFORME

|                                      | Santiago |      |            | Viña del Mar/Valparaíso |      |            |
|--------------------------------------|----------|------|------------|-------------------------|------|------------|
|                                      | 2018     | 2019 | 2020       | 2018                    | 2019 | 2020       |
| Mi acceso a la salud                 | 17%      | 12%  | <b>19%</b> | 13%                     | 4%   | <b>13%</b> |
| Acceso a consultas médicas           | 18%      | 13%  | <b>20%</b> | 18%                     | 8%   | <b>9%</b>  |
| Acceso a exámenes de laboratorio     | 22%      | 12%  | <b>19%</b> | 13%                     | 4%   | <b>14%</b> |
| Acceso a tratamientos o medicamentos | 19%      | 11%  | <b>19%</b> | 11%                     | 6%   | <b>11%</b> |



### NADA CONFORME

|                                      | Viña del Mar/Valparaíso |      |            | Puerto Montt |      |            |
|--------------------------------------|-------------------------|------|------------|--------------|------|------------|
|                                      | 2018                    | 2019 | 2020       | 2018         | 2019 | 2020       |
| Mi acceso a la salud                 | 8%                      | 27%  | <b>44%</b> | 27%          | 10%  | <b>28%</b> |
| Acceso a consultas médicas           | 5%                      | 22%  | <b>42%</b> | 25%          | 9%   | <b>30%</b> |
| Acceso a exámenes de laboratorio     | 9%                      | 22%  | <b>43%</b> | 20%          | 9%   | <b>30%</b> |
| Acceso a tratamientos o medicamentos | 5%                      | 23%  | <b>38%</b> | 21%          | 9%   | <b>28%</b> |



## Consulta especialista

En esta edición del estudio, más personas se mostraron conformes con el acceso a especialistas de salud.

|  | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020         |
|--|------|------|------|------|--------------|
| Puede consultar a un médico cada vez que lo necesito                         | 80%  | 77%  | 83%  | 73%  | <b>80%</b> ↑ |
| Puede consultar con un especialista cuando tiene un problema de salud mental | -    | -    | 71%  | 60%  | <b>68%</b> ↑ |



## Consumo de cigarrillo

Este año disminuyó el número de personas que declara que fuma regularmente. Al parecer, las medidas de control del consumo y las políticas de prevención, estarían finalmente ayudando a dejar de fumar.

|   | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020       |
|---|------|------|------|------|------------|
| Fuma al menos 10 cigarrillos en forma regular | -    | -    | 26%  | 28%  | <b>19%</b> |



## ¿Cómo son los hábitos de sueño?

Ahora son más las personas que duermen alrededor de 7 a 8 horas diarias (29%) y que se sienten descansadas al despertar (21%), pero también creció el número de quienes tienen dificultad para conciliar el sueño, pasando de 12% a 20% y quienes roncan por la noche, que subió de 14% a 18%

|  | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020         |
|--|------|------|------|------|--------------|
| En promedio, duermo alrededor de 7 a 8 horas diarias                 | -    | -    | 18%  | 18%  | <b>29%</b> ↑ |
| Me siento descansado/a al despertar                                  | 13%  | 12%  | 13%  | 14%  | <b>21%</b>   |
| Al menos una vez por semana tengo dificultad para conciliar el sueño | -    | -    | 11%  | 12%  | <b>20%</b>   |
| Suelo roncar por las noches  | -    | -    | 15%  | 14%  | <b>18%</b>   |



## ¿Qué les gustaría mejorar de su salud?

El sobrepeso continúa siendo la principal inquietud de la población (25%) y son menos las personas que dicen estar bien de salud (19%). Sin embargo, la preocupación por realizar actividades físicas (12%) o tener una alimentación sana (12%) se mantienen casi igual en relación a lo registrado en 2019.

|                           | 2020         | Hombre | Mujer | C1  | C2  | C3  | D   | Santiago | Iquique | Antofa. | Viña/Valp | Concep/Talcah. | Puerto Montt |
|---------------------------|--------------|--------|-------|-----|-----|-----|-----|----------|---------|---------|-----------|----------------|--------------|
| Sobrepeso                 | <b>25%</b>   | 20%    | 30%   | 25% | 26% | 24% | 25% | 22%      | 34%     | 34%     | 26%       | 22%            | 19%          |
| Nada/ Estoy bien de salud | <b>19%</b> ↓ | 23%    | 14%   | 19% | 21% | 16% | 19% | 25%      | 9%      | 17%     | 13%       | 13%            | 20%          |
| Actividad física          | <b>12%</b>   | 13%    | 11%   | 20% | 14% | 8%  | 10% | 8%       | 20%     | 13%     | 6%        | 21%            | 11%          |
| Alimentación sana         | <b>11%</b>   | 13%    | 10%   | 9%  | 14% | 12% | 11% | 7%       | 14%     | 7%      | 6%        | 14%            | 32%          |
| No fumar                  | <b>4%</b> ↓  | 4%     | 5%    | 5%  | 5%  | 5%  | 3%  | 3%       | 3%      | 3%      | 3%        | 6%             | 9%           |
| Sedentarismo/ Cansancio   | <b>4%</b>    | 4%     | 3%    | 3%  | 5%  | 5%  | 3%  | 4%       | 6%      | 2%      | 7%        | 0%             | 3%           |
| Vista                     | <b>3%</b>    | 2%     | 3%    | 2%  | 1%  | 3%  | 4%  | 3%       | 1%      | 3%      | 1%        | 5%             | 1%           |
| Salud mental              | <b>3%</b>    | 2%     | 3%    | 2%  | 2%  | 3%  | 3%  | 2%       | 2%      | 1%      | 6%        | 3%             | 2%           |
| Salud dental              | <b>2%</b>    | 3%     | 1%    | 1%  | 1%  | 1%  | 3%  | 1%       | 5%      | 3%      | 1%        | 3%             | 1%           |
| Huesos                    | <b>2%</b>    | 2%     | 3%    | 1%  | 1%  | 4%  | 2%  | 2%       | 1%      | 5%      | 2%        | 1%             | 1%           |
| Hipertensión              | <b>2%</b>    | 2%     | 1%    | 0%  | 1%  | 2%  | 2%  | 2%       | 0%      | 1%      | 3%        | 1%             | 0%           |
| El estado de ánimo        | <b>2%</b>    | 1%     | 3%    | 2%  | 1%  | 2%  | 2%  | 2%       | 1%      | 3%      | 3%        | 2%             | 0%           |
| Dolores de espalda        | <b>2%</b>    | 1%     | 2%    | 1%  | 2%  | 2%  | 1%  | 1%       | 2%      | 2%      | 3%        | 2%             | 0%           |
| Todo                      | <b>2%</b>    | 1%     | 2%    | 1%  | 1%  | 2%  | 2%  | 2%       | 4%      | 1%      | 2%        | 1%             | 0%           |

## Proyección de la salud a futuro

El optimismo en torno a la salud futura disminuyó considerablemente; de 38% a 33% bajó el porcentaje de quienes creen que en cinco años su salud será mejor que la actual. Las mujeres, los grupos C1 y C2, y los habitantes de Santiago, son los más críticos frente a este tema. También creció la cifra de quienes creen que su situación será igual, pasando de 39% a 44%.



|               | 2018 | 2019 | 2020         |
|---------------|------|------|--------------|
| <b>Hombre</b> | 41%  | 36%  | <b>37%</b>   |
| <b>Mujer</b>  | 39%  | 40%  | <b>29%</b> ↓ |
| <b>C1</b>     | 45%  | 47%  | <b>37%</b> ↓ |
| <b>C2</b>     | 45%  | 50%  | <b>39%</b> ↓ |
| <b>C3</b>     | 36%  | 37%  | <b>33%</b>   |
| <b>D</b>      | 38%  | 30%  | <b>27%</b>   |

|                   | 2018 | 2019 | 2020       |
|-------------------|------|------|------------|
| <b>15-29 años</b> | 57%  | 52%  | <b>47%</b> |
| <b>30-44 años</b> | 40%  | 42%  | <b>35%</b> |
| <b>45-59 años</b> | 29%  | 24%  | <b>17%</b> |
| <b>60 o más</b>   | 18%  | 16%  | <b>19%</b> |

|                 | 2018 | 2019 | 2020         |
|-----------------|------|------|--------------|
| <b>Santiago</b> | 38%  | 37%  | <b>28%</b> ↓ |
| <b>Regiones</b> | 41%  | 39%  | <b>36%</b>   |

## ZOOM

Los más optimistas en relación a su salud, al igual que el año pasado, son los habitantes de Puerto Montt, a pesar de que el porcentaje disminuyó de 56% a 43%. Los menos optimistas, por primera vez desde que se realiza este estudio, son los que residen en la capital.

### Será mejor que la actual

| Santiago |      |             | Iquique |      |             | Antofagasta |      |             |
|----------|------|-------------|---------|------|-------------|-------------|------|-------------|
| 2018     | 2019 | <b>2020</b> | 2018    | 2019 | <b>2020</b> | 2018        | 2019 | <b>2020</b> |
| 38%      | 37%  | <b>28%</b>  | 25%     | 42%  | <b>30%</b>  | 61%         | 31%  | <b>36%</b>  |

| Viña del Mar /Valparaíso |      |             | Concepción/ Talcahuano |      |             | Puerto Montt |      |             |
|--------------------------|------|-------------|------------------------|------|-------------|--------------|------|-------------|
| 2018                     | 2019 | <b>2020</b> | 2018                   | 2019 | <b>2020</b> | 2018         | 2019 | <b>2020</b> |
| 40%                      | 38%  | <b>38%</b>  | 45%                    | 26%  | <b>32%</b>  | 33%          | 56%  | <b>43%</b>  |

## Estado financiero general



Este año creció el número de personas que están más satisfechas con su situación financiera, sin embargo en ninguna de las variables relacionadas con este tema la conformidad supera el 20% de la muestra, por tanto podemos decir que los niveles de satisfacción respecto al estado financiero general, a pesar de aumentar siguen siendo bajos.

Los grupos que revelaron cambios más destacados y que ahora están más conforme con su situación financiera son los adultos jóvenes entre 30 y 44 años de edad, el grupo C3 y los hombres, que se muestran mucho más satisfechos que las mujeres, con una diferencia notable de 10 puntos.

|   | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | <b>2020</b> |   |
|---|------|------|------|------|-------------|---|
| Destino una parte de mi presupuesto a realizar actividades que disfruto (salir a comer, ir al cine, ir al teatro, actividades culturales, viajes) | 13%  | 14%  | 14%  | 12%  | <b>19%</b>  | ↑ |
| Tengo un nivel de deudas razonable, que puedo cubrir con los ingresos de mi hogar (el ingreso de todos quienes trabajan y viven en mi hogar)      | 10%  | 14%  | 11%  | 11%  | <b>17%</b>  | ↑ |
| Mi ingreso familiar (de todos quienes aportan en el hogar) alcanza para vivir cómodamente   | 11%  | 14%  | 13%  | 13%  | <b>16%</b>  |   |
| Tengo la capacidad de ahorrar   | 10%  | 12%  | 9%   | 11%  | <b>16%</b>  | ↑ |
| Destino una parte extra de mi presupuesto a la salud (médicos, exámenes, medicamentos)  | 5%   | 8%   | 6%   | 7%   | <b>12%</b>  | ↑ |

|   |       |     | 15-29 años | 30-44 años | 45-59 años | +60 años | C1  | C2  | C3    | D   |
|---|-------|-----|------------|------------|------------|----------|-----|-----|-------|-----|
| Destino una parte de mi presupuesto a realizar actividades que disfruto (salir a comer, ir al cine, ir al teatro, actividades culturales, viajes) | ↑ 24% | 14% | 24%        | ↑ 23%      | 10%        | 12%      | 35% | 21% | ↑ 23% | 10% |
| Tengo un nivel de deudas razonable, que puedo cubrir con los ingresos de mi hogar (el ingreso de todos quienes trabajan y viven en mi hogar)      | ↑ 18% | 15% | 16%        | 21%        | 11%        | 18%      | 29% | 18% | ↑ 19% | 11% |
| Mi ingreso familiar (de todos quienes aportan en el hogar) alcanza para vivir cómodamente   | 18%   | 13% | 17%        | 17%        | 12%        | 13%      | 34% | 18% | ↑ 18% | 7%  |
| Tengo la capacidad de ahorrar   | ↑ 19% | 12% | ↑ 21%      | 14%        | 11%        | ↑ 16%    | 26% | 16% | ↑ 18% | 11% |
| Destino una parte extra de mi presupuesto a la salud (médicos, exámenes, medicamentos)  | ↑ 14% | 10% | 12%        | ↑ 13%      | 9%         | 15%      | 19% | 13% | ↑ 15% | 7%  |

## ZOOM

Esta mayor satisfacción con la situación económica personal proviene mayoritariamente de las ciudades de Viña del Mar y Valparaíso, Concepción, Talcahuano y Puerto Montt. Aquí es donde se registran los mayores aumentos de personas que expresaron tener mejores condiciones económicas.

|   | Viña del Mar / Valparaíso |      |            | Concepción / Talcahuano |      |            | Puerto Montt |      |            |
|---|---------------------------|------|------------|-------------------------|------|------------|--------------|------|------------|
|   | 2018                      | 2019 | 2020       | 2018                    | 2019 | 2020       | 2018         | 2019 | 2020       |
| Destino una parte de mi presupuesto a realizar actividades que disfruto (salir a comer, ir al cine, ir al teatro, actividades culturales, viajes) | 26%                       | 4%   | <b>20%</b> | 17%                     | 10%  | <b>22%</b> | 25%          | 7%   | <b>30%</b> |
| Tengo un nivel de deudas razonable, que puedo cubrir con los ingresos de mi hogar (el ingreso de todos quienes trabajan y viven en mi hogar)      | 11%                       | 6%   | <b>24%</b> | 13%                     | 6%   | <b>19%</b> | 16%          | 8%   | <b>25%</b> |
| Mi ingreso familiar (de todos quienes aportan en el hogar) alcanza para vivir cómodamente   | 19%                       | 6%   | <b>16%</b> | 13%                     | 6%   | <b>19%</b> | 16%          | 14%  | <b>21%</b> |
| Tengo la capacidad de ahorrar   | 13%                       | 2%   | <b>20%</b> | 12%                     | 4%   | <b>15%</b> | 8%           | 7%   | <b>21%</b> |
| Destino una parte extra de mi presupuesto a la salud (médicos, exámenes, medicamentos)  | 4%                        | 3%   | <b>14%</b> | 13%                     | 2%   | <b>19%</b> | 10%          | 6%   | <b>19%</b> |

## Proyección de las finanzas a futuro

Por lo menos la mitad de los encuestados (51%) continúa siendo optimista respecto a su situación económica en los próximos cinco años, no obstante creció el grupo que cree que las condiciones empeorarán, pasando de 7% a 11%.

Las mujeres, que antes se mostraban más optimistas, ahora tienen bajas expectativas sobre su futuro financiero; son más las que creen que su situación será igual o peor que la actual.

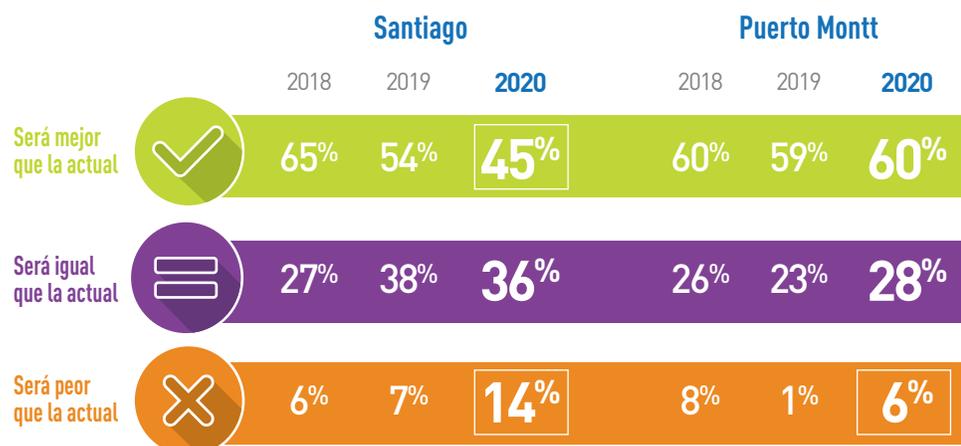


|                                 | 15-29 años | 30-44 años | 45-59 años | 60 años+ | C1  | C2   | C3   | D   |     |     |
|---------------------------------|------------|------------|------------|----------|-----|------|------|-----|-----|-----|
| <b>Será mejor que la actual</b> | 53%        | 48%↓       | 70%        | 52%      | 39% | 21%↑ | 57%↓ | 58% | 51% | 45% |
| <b>Será igual que la actual</b> | 31%↓       | 37%↑       | 22%        | 35%      | 45% | 42%↓ | 32%  | 30% | 33% | 37% |
| <b>Será peor que la actual</b>  | 13%↑       | 10%↑       | 5%↑        | 8%       | 13% | 29%  | 10%↑ | 9%↑ | 11% | 13% |

## ZOOM

En Santiago el optimismo sobre el futuro financiero ha descendido en los últimos años unos 10 puntos en promedio. En línea con esto, los capitalinos pasaron a ser los más pesimistas del país en relación a su futuro económico.

Los más optimistas están en Puerto Montt, ciudad donde el 60% de sus habitantes confía en que su situación financiera mejorará.



## ¿Cuántos tienen trabajo estable?

El número de personas que durante el estudio afirmaron que tienen un trabajo se mantiene prácticamente invariable, en comparación con los estudios anteriores. Ocurre lo mismo con quienes están buscando trabajo. Sin embargo, es importante considerar que estas cifras han presentado variaciones en los últimos meses, producto de la pandemia y las consecuencias que ésta ha traído a la economía del país.

### En mi hogar hay al menos una persona que tiene un trabajo estable

91% 2017  
91% 2018  
87% 2019



|    | 2018 | 2019 | 2020 |
|----|------|------|------|
| C1 | 98%  | 93%  | 94%  |
| C2 | 93%  | 95%  | 91%  |
| C3 | 92%  | 88%  | 87%  |
| D  | 86%  | 80%  | 80%  |

|                | 2018 | 2019 | 2020 |
|----------------|------|------|------|
| RM             | 93%  | 91%  | 87%  |
| Otras Regiones | 89%  | 84%  | 85%  |

### En mi hogar hay al menos una persona que está buscando, pero no tiene trabajo estable

21% 2018  
25% 2019



|    | 2018 | 2019 | 2020 |
|----|------|------|------|
| C1 | 12%  | 16%  | 18%  |
| C2 | 14%  | 20%  | 20%  |
| C3 | 18%  | 25%  | 24%  |
| D  | 26%  | 31%  | 32%  |

|                | 2018 | 2019 | 2020 |
|----------------|------|------|------|
| RM             | 22%  | 29%  | 27%  |
| Otras Regiones | 18%  | 23%  | 25%  |

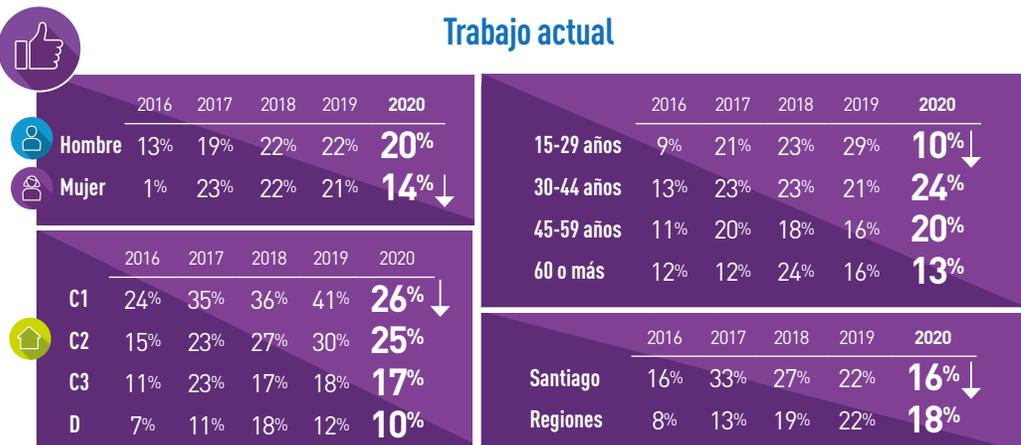
# ¿Qué tan conforme están con sus condiciones laborales?

Los resultados indican que la conformidad con el trabajo actual y con las remuneraciones disminuyó considerablemente.



Las mujeres son las más descontentas con sus condiciones laborales, al igual que los jóvenes de 15 a 29 años y el segmento D.

## Trabajo actual



## Remuneraciones

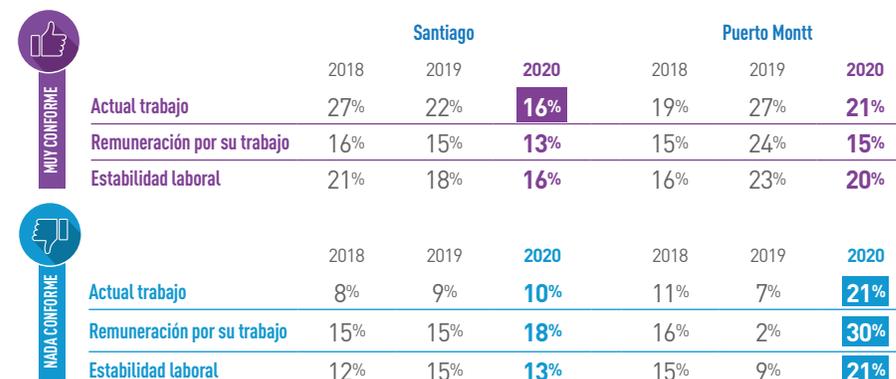


## Estabilidad laboral



## ZOOM

En Puerto Montt bajó la satisfacción por las condiciones laborales, pero continúan siendo quienes expresan mayor conformidad a nivel país, a pesar de que también creció sorprendentemente la insatisfacción.



## ¿Qué piensan sobre su jubilación?

La preocupación por la jubilación es la mayor de los últimos cinco años (54%), y es que solo el 16% cree que será buena, 32% piensa que podría ser regular y un 45% supone que será mala.

Las mujeres se muestran más preocupadas que los hombres y por primera vez un gran porcentaje de los más jóvenes, de 15 a 29 años (41%) expresa preocupación por esta etapa de la vida.

### Actualmente le preocupa su etapa de jubilación

43% 2016  
48% 2017  
52% 2018  
45% 2019



51%  
58% ↑

15-29 años 41% ↑  
30-44 años 56% ↑  
45-59 años 67% ↑  
60 años + 63% ↑

C1 62%  
C2 53% ↑  
C3 51%  
D 55%

### ¿Usted cree que su etapa de jubilación será mala, regular o buena?

|         | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020  |
|---------|------|------|------|------|-------|
| Buena   | 28%  | 16%  | 18%  | 18%  | 16%   |
| Regular | 40%  | 41%  | 41%  | 35%  | 32%   |
| Mala    | 28%  | 31%  | 30%  | 34%  | 45% ↑ |

|         | 15-29 años | 30-44 años | 45-59 años | 60 años + | C1    | C2  | C3    | D     |     |     |
|---------|------------|------------|------------|-----------|-------|-----|-------|-------|-----|-----|
| Buena   | 18%        | 13%        | 17% ↓      | 17%       | 14%   | 13% | 26%   | 19%   | 12% | 14% |
| Regular | 31%        | 32%        | 38%        | 25% ↓     | 31%   | 31% | 30%   | 32% ↓ | 36% | 29% |
| Mala    | 44% ↑      | 46% ↑      | 35% ↑      | 51% ↑     | 51% ↑ | 47% | 36% ↑ | 41% ↑ | 43% | 51% |

## Estilos de vida general

Cuando vemos la satisfacción general de las personas frente a su estilo de vida, vemos también una polarización en este indicador, aumentando el grupo de los satisfechos y aumentando también el grupo de los insatisfechos.

Respecto a dimensiones específicas vemos que más individuos declaran sentirse felices (36%), están dedicando tiempo para sí mismas (30%) y preocupándose más por aspectos espirituales (29%).



### ESTILOS DE VIDA

|   | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020  |
|---|------|------|------|------|-------|
| Me siento querido   | 33%  | 41%  | 40%  | 38%  | 42%   |
| Me siento una persona feliz   | 25%  | 30%  | 32%  | 29%  | 36% ↑ |
| Me siento escuchado/considerado por mis cercanos  | -    | -    | -    | --   | 36%   |
| De acuerdo a mi elección de vida, estoy satisfecho/a con mi vida sexual                                       | 15%  | 26%  | 27%  | 30%  | 31%   |
| A diario me doy un tiempo para mí   | 14%  | 19%  | 19%  | 17%  | 30% ↑ |
| Me preocupo del aspecto espiritual en mi vida   | 21%  | 18%  | 18%  | 16%  | 29% ↑ |
| Dedico tiempo a recrearme con mi familia, amigos y/o pareja   | 15%  | 23%  | 25%  | 21%  | 28% ↑ |
| En general siento que tengo beneficios  | -    | -    | -    | -    | 25%   |
| Al menos una vez a la semana, luego de finalizar mi rutina diaria realizo una actividad/hobby para distraerme | 13%  | 17%  | 17%  | 17%  | 23% ↑ |
| Realizo actividades que disfruto (salir a comer, ir al cine, ir al teatro, leer, viajar, etc.) regularmente   | 13%  | 12%  | 11%  | 17%  | 22% ↑ |
| Confío que a futuro el país mejorará  | -    | -    | -    | -    | 19%   |
| Hago actividades al aire libre regularmente   | 10%  | 11%  | 13%  | 13%  | 18% ↑ |
| Dedico tiempo para viajar y conocer nuevos lugares  | 10%  | 12%  | 11%  | 9%   | 18% ↑ |
| Hago deporte regularmente   | 9%   | 11%  | 10%  | 11%  | 13%   |
| Realizo actividades culturales; voy a museos, teatros, ferias del libro, etc                                  | 7%   | 7%   | 7%   | 9%   | 11%   |
| Habitualmente, me siento solo   | -    | 3%   | 4%   | 6%   | 8%    |

## Proyección del estilo de vida a futuro

Aunque la mayoría (53%) continúa siendo optimistas sobre su estilo de vida en un futuro, creció el grupo de pesimistas. Las mujeres particularmente mostraron menos confianza en que la situación mejorará.



## ZOOM

En Santiago disminuyó el grupo de quienes creen que su estilo de vida será mejor que el actual, pasando de 59% a 47%, baja que ha sido continua en los últimos años. Por otro lado, creció el porcentaje de los que visualizan que será peor, de 6% a 12%. Al igual que el año pasado los puertomontinos son los más optimistas en este aspecto.

|                          | Santiago |      |      | Puerto Montt |      |      |
|--------------------------|----------|------|------|--------------|------|------|
|                          | 2018     | 2019 | 2020 | 2018         | 2019 | 2020 |
| Será mejor que la actual | 67%      | 59%  | 47%  | 59%          | 68%  | 65%  |
| Será igual que la actual | 26%      | 34%  | 37%  | 31%          | 19%  | 24%  |
| Será peor que la actual  | 5%       | 6%   | 12%  | 6%           | 0%   | 7%   |

## ¿Cómo son las redes de apoyo?

Los resultados reflejaron que la familia directa continúa siendo el principal apoyo, sin embargo, disminuyó el porcentaje de quienes recurren a su pareja o familia extendida.

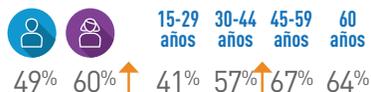


|   |     |     |     |      |     |      |     |     |    |     |
|---|-----|-----|-----|------|-----|------|-----|-----|----|-----|
| Si usted quisiera pasar un momento entretenido, ¿Con quién o quiénes se reuniría?                     | 61% | 62% | 51% | 42%↓ | 21% | 13%↓ | 37% | 38% | 8% | 5%↓ |
| Si usted quisiera iniciar un negocio o emprendimiento, ¿Con quién o quiénes lo realizaría?            | 47% | 43% | 42% | 30%↓ | 7%  | 4%↓  | 12% | 13% | 3% | 4%  |
| Si usted tuviese alguna dificultad en su vida que no pueda resolver por sí solo, ¿a quién recurriría? | 64% | 66% | 43% | 33%↓ | 10% | 6%↓  | 13% | 14% | 1% | 1%  |

# Preocupaciones por la vejez

Este año aumentó la preocupación por la vejez (55%), sobre todo por parte de las mujeres (60%), y a pesar de esto, es mucho menor el porcentaje de quienes están realizando algún tipo de actividad para vivir más sano durante esa etapa de la vida (35%).

## ¿Actualmente le preocupa su vejez?



## ¿Realiza algún tipo de tipo de actividad para vivir más sano/a su vejez?



El aumento de la preocupación por la vejez está en línea con el importante aumento del pesimismo frente a la jubilación. Por lo que, el bienestar en la etapa de la vejez estaría más determinado por el acceso a una buena pensión que por la realización de actividades que permitan una mejor calidad de vida en la vejez.

## ZOOM

En Santiago, Concepción y Talcahuano aumentó la preocupación por la vejez, y en Iquique y Antofagasta se elevó el número de personas que está realizando alguna actividad para vivir mejor esa etapa de la vida.

|  | Santiago |      |      | Iquique |      |      | Antofagasta |      |      | Viña del Mar |      |      | Concepción/Talcahuano |      |      | Puerto Montt |      |      |
|--|----------|------|------|---------|------|------|-------------|------|------|--------------|------|------|-----------------------|------|------|--------------|------|------|
|  | 2018     | 2019 | 2020 | 2018    | 2019 | 2020 | 2018        | 2019 | 2020 | 2018         | 2019 | 2020 | 2018                  | 2019 | 2020 | 2018         | 2019 | 2020 |
| ¿Actualmente le preocupa su vejez?                               | 53%      | 42%  | 50%  | 43%     | 67%  | 64%  | 44%         | 54%  | 64%  | 48%          | 58%  | 64%  | 45%                   | 39%  | 60%  | 63%          | 40%  | 41%  |
| ¿Realiza algún tipo de actividad para vivir más sano/a su vejez? | 37%      | 30%  | 31%  | 34%     | 30%  | 43%  | 26%         | 19%  | 40%  | 17%          | 49%  | 43%  | 27%                   | 44%  | 45%  | 53%          | 18%  | 18%  |

El Estado se señala como el principal responsable de llevar a cabo las acciones para promover el bienestar en el país, al contrario de la familia y el propio individuo, a quienes se les asigna menor responsabilidad.

|                            |   | Estado | ONGs | Empresas privadas | La familia | El propio individuo |
|----------------------------|---|--------|------|-------------------|------------|---------------------|
| Cuidado del Medio ambiente | Promover el reciclaje                   | 88%    | 22%  | 36%               | 26%        | 26%                 |
|                            |   |        |      |                   |            |                     |
| Educación                  | Apoyar la educación superior (Becas)    | 97%    | 7%   | 20%               | 4%         | 3%                  |
|                            | Apoyar la educación escolar             | 98%    | 8%   | 14%               | 14%        | 6%                  |
| Cultura y Deporte          | Uso de bicicleta como medio             | 82%    | 16%  | 22%               | 26%        | 27%                 |
| Salud y Bienestar          | Salud y bienestar en trabajo            | 82%    | 9%   | 38%               | 5%         | 5%                  |
|                            | Apoyar a hospitales y consultorios      | 97%    | 9%   | 22%               | 3%         | 2%                  |
|                            | Programas de prevención de obesidad     | 91%    | 14%  | 14%               | 19%        | 17%                 |
|                            | Prev. Enfermedades cardiovasculares     | 92%    | 15%  | 15%               | 10%        | 10%                 |
| ONG                        | Apoyar a ONG - Superación de la pobreza | 93%    | 20%  | 24%               | 5%         | 6%                  |
|                            | Apoyar a ONG - Infancia                 | 92%    | 20%  | 18%               | 8%         | 5%                  |
|                            | Apoyar a ONG - Adultos mayores          | 93%    | 19%  | 20%               | 8%         | 5%                  |

Desde la perspectiva de los encuestados, los 3 aspectos más relevantes para el bienestar del país son en los ámbitos de salud y educación.

### TOTAL PAÍS



### SANTIAGO



### REGIONES



Ámbitos relevantes para el bienestar del país

## ¿Qué estamos haciendo por el bienestar de los demás?

En general, más del 78% de los encuestados dijo que hace algo por el bienestar de los demás; y la mayoría está comprometida con el reciclaje (51%).



## La fragilidad del bienestar en tiempos de crisis

*“La única certeza que tenemos es la incertidumbre. La incertidumbre produce miedo, y el miedo resta libertad... Por eso hay que ser optimistas”.*

Zygmunt Bauman.

Tiempos líquidos. Vivir en una época de incertidumbres.

En la medición 2020 del Índice de Bienestar, el diagnóstico general es más pesimista y mantiene la tendencia al alza en el nivel de insatisfacción de los chilenos en sus múltiples dimensiones: Salud, Finanzas y Estilos de Vida.

Este deterioro sostenido que han experimentado en el último tiempo las expectativas e imaginarios de las personas sobre su realidad personal, familiar, laboral y económica claramente pueden haberse intensificado con un hito tan importante a nivel social y psicológico como lo fue el estallido social ocurrido en octubre del 2019. En este sentido, la actual crisis sanitaria mundial producto del COVID-19, también tiene una alta probabilidad de ser un hito que impacte negativamente en la percepción actual y futura de las personas respecto a su bienestar.

Dicho esto, es imposible ignorar lo frágil que es la percepción de bienestar de las personas ante estos hitos de gran magnitud mediática y que tienen como común denominador el producir inestabilidad e incertidumbre. Sin duda, la rapidez de los acontecimientos actuales, con cambios repentinos e impredecibles supone diversas transformaciones en las personas, como una menor percepción de seguridad vital, económica y laboral y la total renuncia a la planificación de largo plazo, lo que plantea el gigante desafío que tendrá la política pública para contener los retos mentales que podrían provocar estas crisis y que afectarían directamente el nivel de satisfacción de los chilenos con la vida.

Por otro lado, el presente estudio nos muestra que siguen existiendo importantes brechas en cuanto a la satisfacción que tienen las personas con las distintas dimensiones del bienestar, siendo los grupos socioeconómicos más bajos y los residentes en regiones los segmentos menos conformes con su realidad inmediata y futura, y que en este contexto de crisis también pueden establecerse como los más vulnerables.

Cabe destacar, que la familia nuclear sigue siendo el principal sostenedor de la red de apoyo de las personas, especialmente en los momentos difíciles. Asimismo, toma relevancia el hecho de que gran parte de las personas declara llevar a cabo acciones para ayudar al bienestar de los demás (78%), especialmente el reciclaje.

Finalmente, los resultados sugieren una creciente preocupación en las personas por la etapa de la jubilación y la vejez, ya que experimentó una importante alza en esta medición, posiblemente producto de la alta visibilización que tuvo la discusión acerca de las pensiones durante el estallido social en Chile, lo que demuestra lo permeable que son las percepciones a este tipo de acontecimientos. Sin embargo, aumenta la declaración de hábitos saludables y actividad física con el objetivo de preparar una mejor vejez.

**Max Purcell**  
Gerente General,  
GfK Adimark Chile

## Resumen

En resumen, vemos importantes cambios en el Índice de Bienestar de las personas que viven en Chile, con una clara polarización en los resultados: aumentando el grupo de los satisfechos y aumentando también el grupo de los insatisfechos, sobre todo en las principales dimensiones que influyen en el bienestar de las personas.

|   | 2019 | 2020       |
|---|------|------------|
|  <b>Estilo de vida</b>                       | 0,4  | <b>0,6</b> |
|  <b>Finanzas</b>                             | 0,4  | <b>0,5</b> |
|  <b>Sensación de felicidad</b>               | 0,3  | <b>0,5</b> |
|  <b>Nivel de salud personal</b>              | 0,4  | <b>0,5</b> |
|  <b>Nivel de conformidad con el trabajo</b> | 0,3  | <b>0,4</b> |

En un momento de “receso” de todas las movilizaciones que veníamos viendo desde octubre, lo que a su vez llevó a cierto nivel de mejora en las expectativas (IPEC Marzo – GFK), efectivamente vemos un aumento del grupo de aquellos que manifiestan mayor satisfacción con su bienestar personal: grupo con una marcada presencia de los segmentos altos: el bienestar en el C1 aumentó de 32% en 2019 a 47% en 2020, siendo el grupo que muestra el mayor bienestar.

Sin embargo, hay otro segmento, compuesto principalmente por las mujeres y los estratos más vulnerables, que a su vez mostraron un importante aumento de la insatisfacción.

Como hemos visto desde octubre, el país se ha movido hacia la polarización, fenómeno que también vemos reflejado en nuestro estudio acerca del bienestar de las personas que viven en Chile.



ÍNDICE DE  
**BIENESTAR**  
2020



ÍNDICE DE  
**BIENESTAR**  
2020

Elaborado por:



Más información en:

[www.salcobrand.cl](http://www.salcobrand.cl)