

# ¿Ya comiste?

escrito por Santiago Henao Castro

Para escuchar leyendo: *Te abracé en la noche*, Fernando Cabrera

Clausurábamos el Diálogo San Roque 2030, la historia más bonita en la que he participado profesionalmente y que después les contaré. El evento tenía como eje central la conferencia magistral del concejal de Bogotá, Juan Daniel Oviedo, sobre el papel de la ciudadanía en el desarrollo sostenible con enfoque territorial.

En medio de su exposición, Oviedo presentó un dato que me impresionó profundamente, según la última Encuesta de Cultura Política, aplicada por el DANE en 2023, el 44% de los colombianos mayores a 18 años dicen no tener una red cercana de confianza y apoyo. Esta cifra se acrecienta en la región Central, donde se ubica en un 54,4%.

*Casi la mitad de los colombianos no tienen a quien llamar cuando se enteran de una infidelidad, casi la mitad de los colombianos no tienen a quien llamar cuando los echan del trabajo.* Con esta frase el conferencista presentó la métrica que nos tenía a todos reflexionando.

Si nos adentramos a lo que la cifra nos enseña, si pensamos en el día a día de ese 44% de ciudadanos, es inevitable albergar un sentimiento de preocupación, de melancolía, de miedo incluso. ¿Cómo anda la vida de aquellos que no tienen en quien apoyarse en sus horas más amargas? Las preguntas que volvemos rutina de aquellos que se preocupan por nosotros empiezan a tener un calado más hondo ¿Ya comiste? ¿Estás bien? ¿Cómo te fue hoy? Cuídate mucho.

La salud mental, como lo decía en una columna anterior, es una amenaza silenciosa a la que pocas instituciones han sabido abordar. La cifra de la que les hablo es incluso, de cierta forma, un grito de auxilio de la mitad de un país en el que se anida la soledad. Se fortalece en nuestro país la condición de posibilidad para que las enfermedades del alma y la mente se profundicen: la angustia por el día a día, la desconfianza arraigada entre nosotros (La ECP 2023 establece que el 79,9% de los colombianos no confía nada en los desconocidos), la polarización

imperante, la incapacidad gubernamental. O nos tomamos en serio o miles de vidas se perderán entre la frialdad de las cifras y la invisibilidad del montón.

Ese evento fue un abrazo de esperanza a San Roque, pero esa cifra fue una alerta que no me ha dejado de dar vueltas en la cabeza. Aún tomando *con pinzas* ese dato, la realidad de un país dividido se traduce en desesperanza.

Den el abrazo pendiente, llamen a los que quieren, reconcilien la discusión. Quizás mañana sea tarde.

¡Ánimo!

Otros escritos de este autor: <https://noapto.co/santiago-henao-castro/>