

# ¿qué entendemos por bienestar?

---

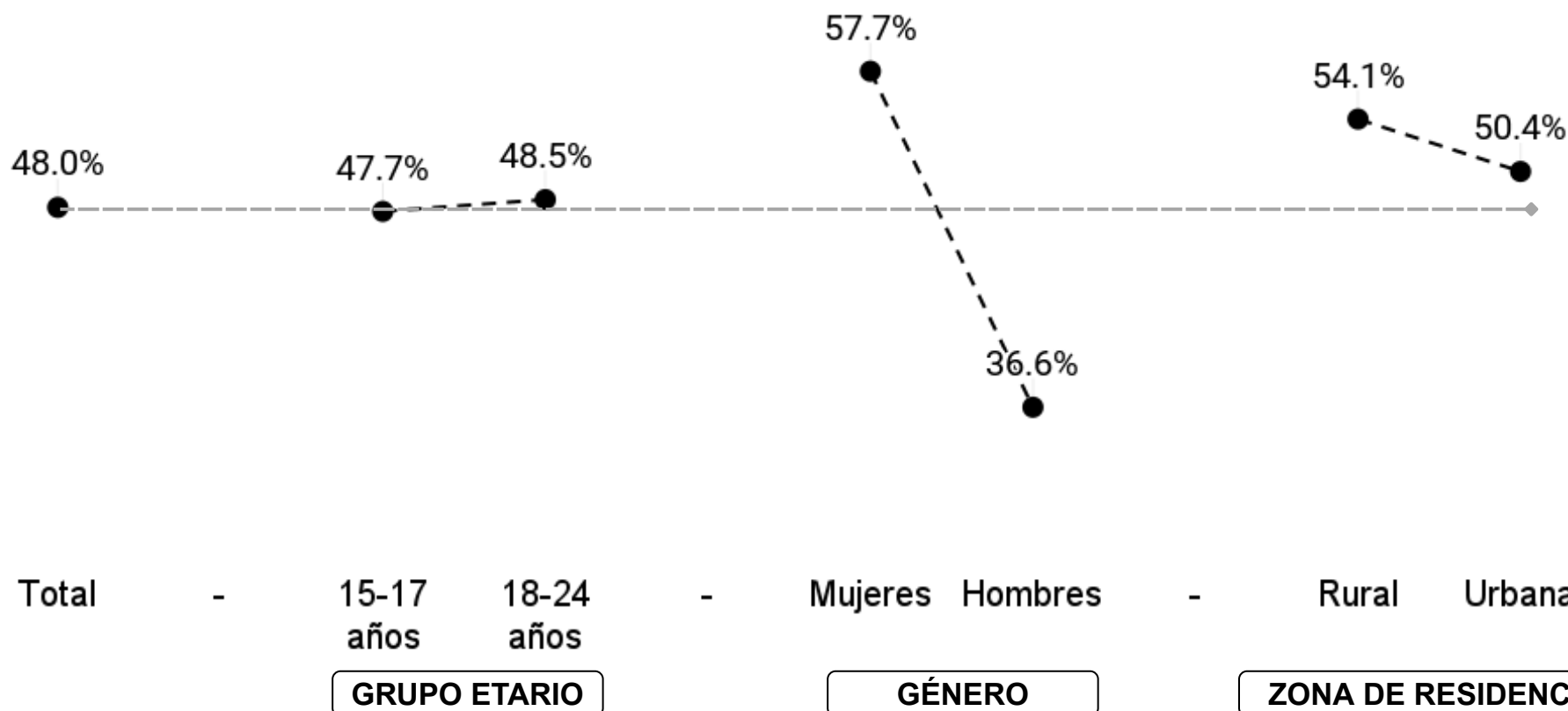
Bienestar es un concepto integral que combina lo material, relacional y subjetivo: **tener lo suficiente, estar conectados y sentirse bien**. Promoviendo entornos saludables y resilientes .



En el último año, ¿te has sentido nervioso/a o con miedo de forma constante?

**48.0%**

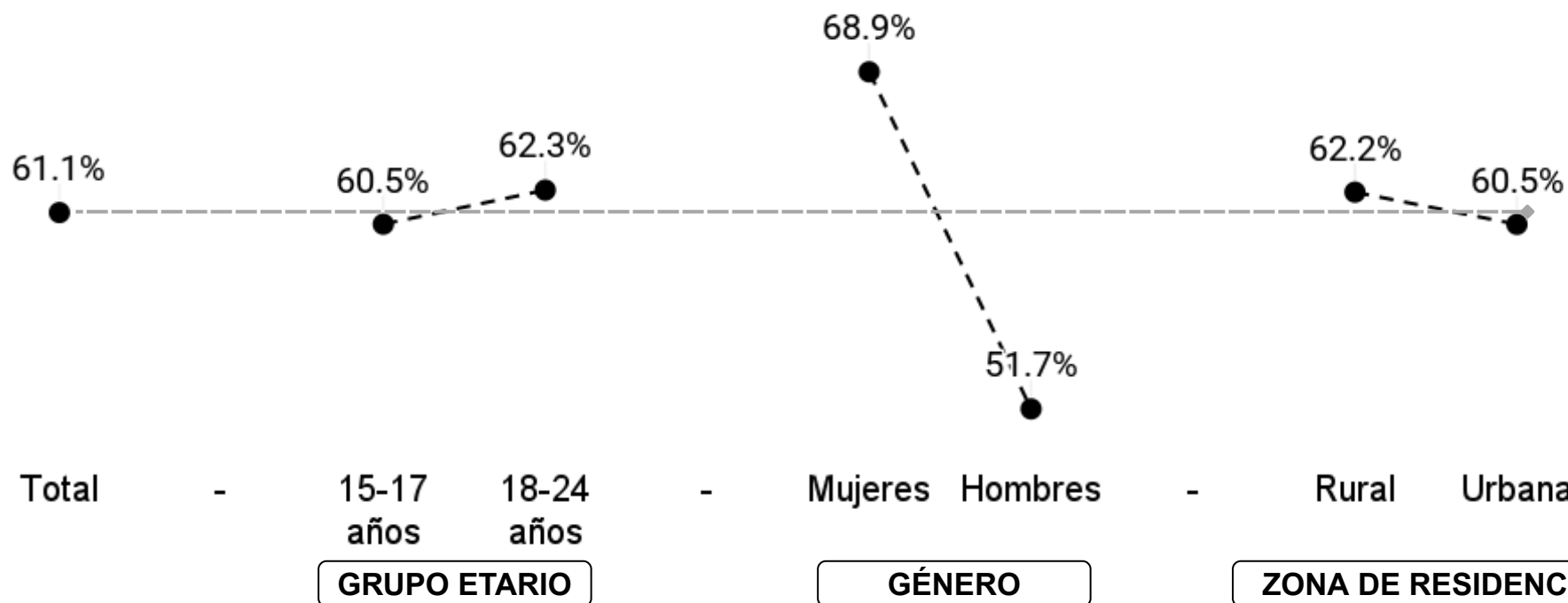
Se ha sentido nervioso/a  
o con miedo de forma  
constante



En el último año, ¿te has sentido triste o sin energía de forma constante?

**61.1%**

Se ha sentido triste o sin  
energía de forma  
constante

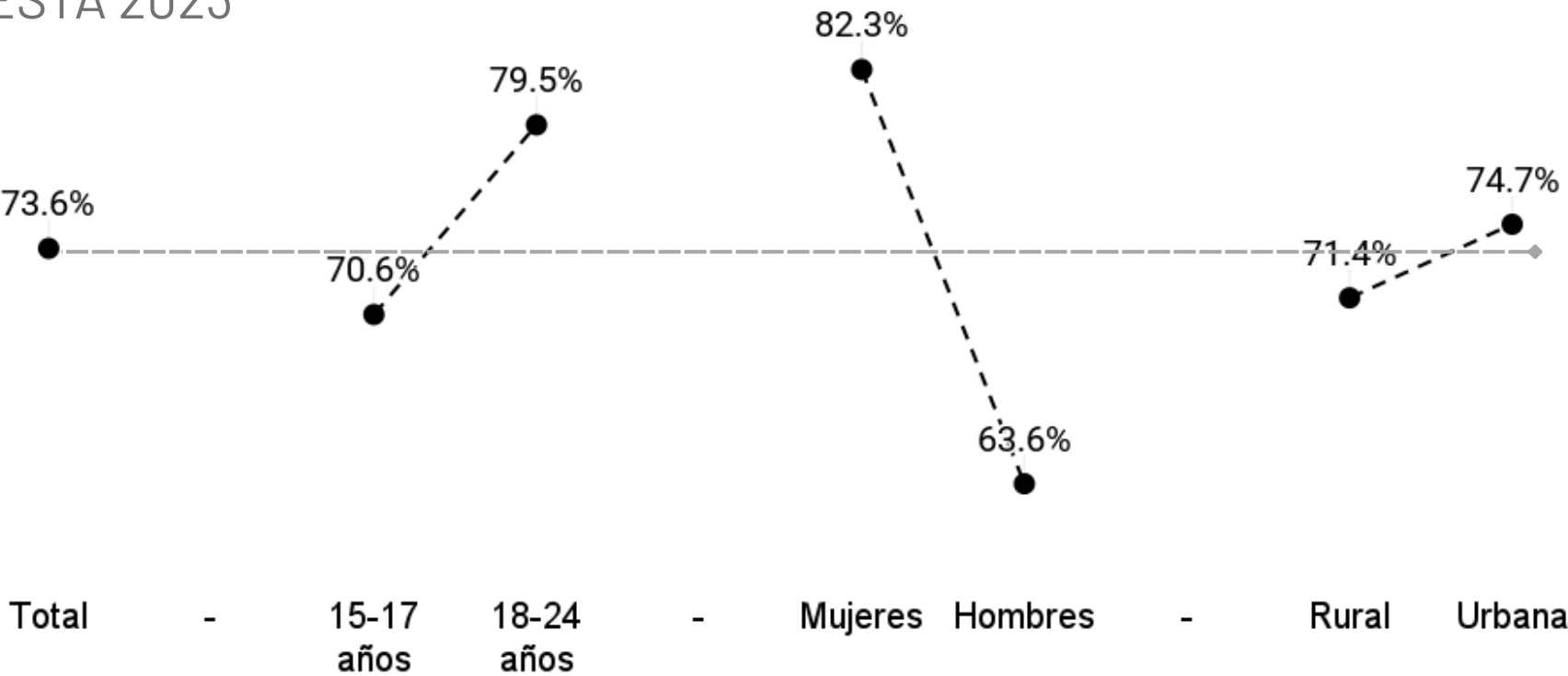


En el último año, ¿te has sentido con estrés de forma constante?

71% Sufrió ansiedad,  
estrés o depresión

73.6% Se ha sentido triste o  
sin energía de forma  
constante

ENCUESTA 2023



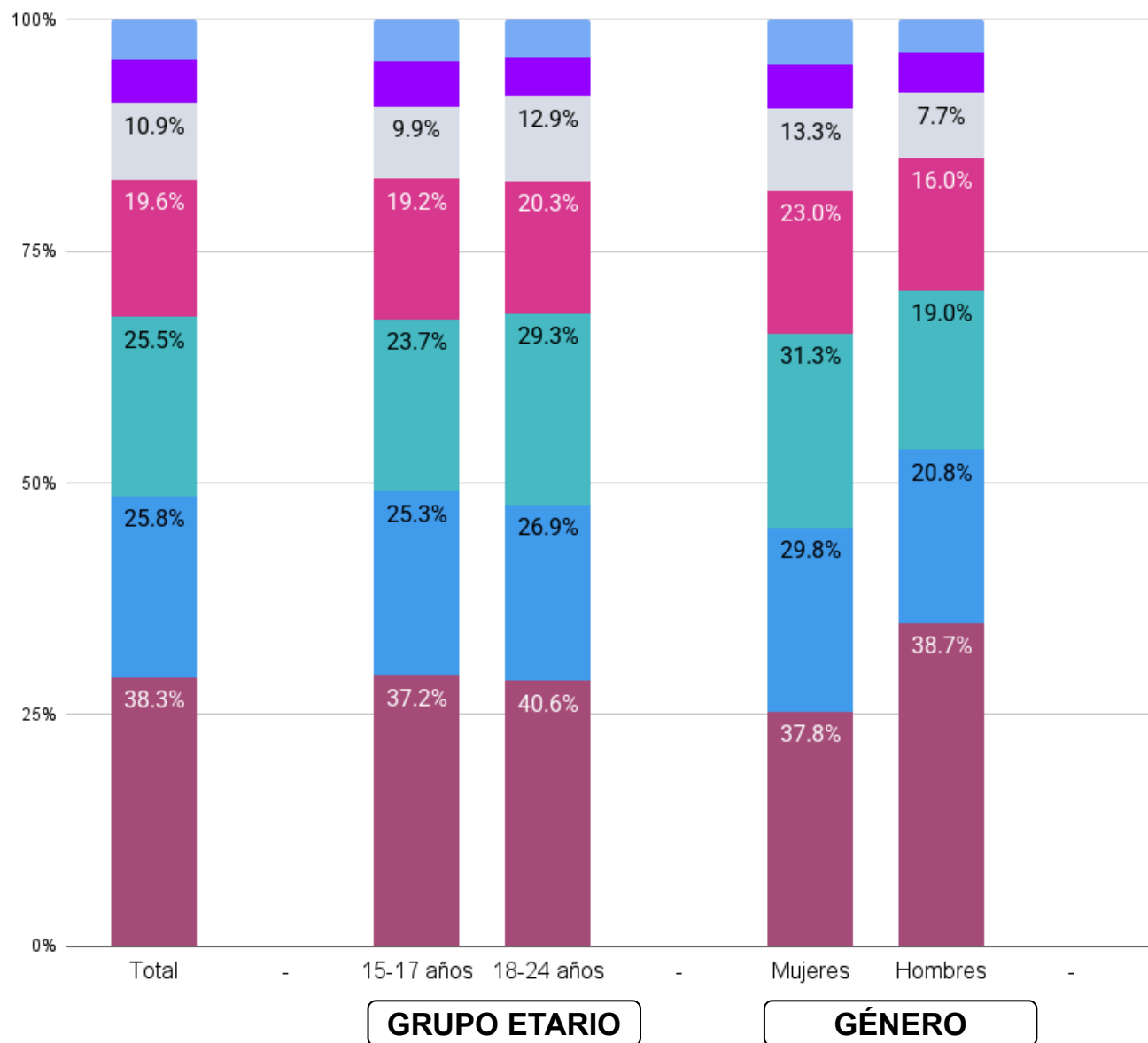
# Subdimensión Bienestar y Salud mental

## Atención Psicológica

Fuente: Encuesta de Bienestar de jóvenes 15 a 24 años Cuenca  
Abr/Jun 2025

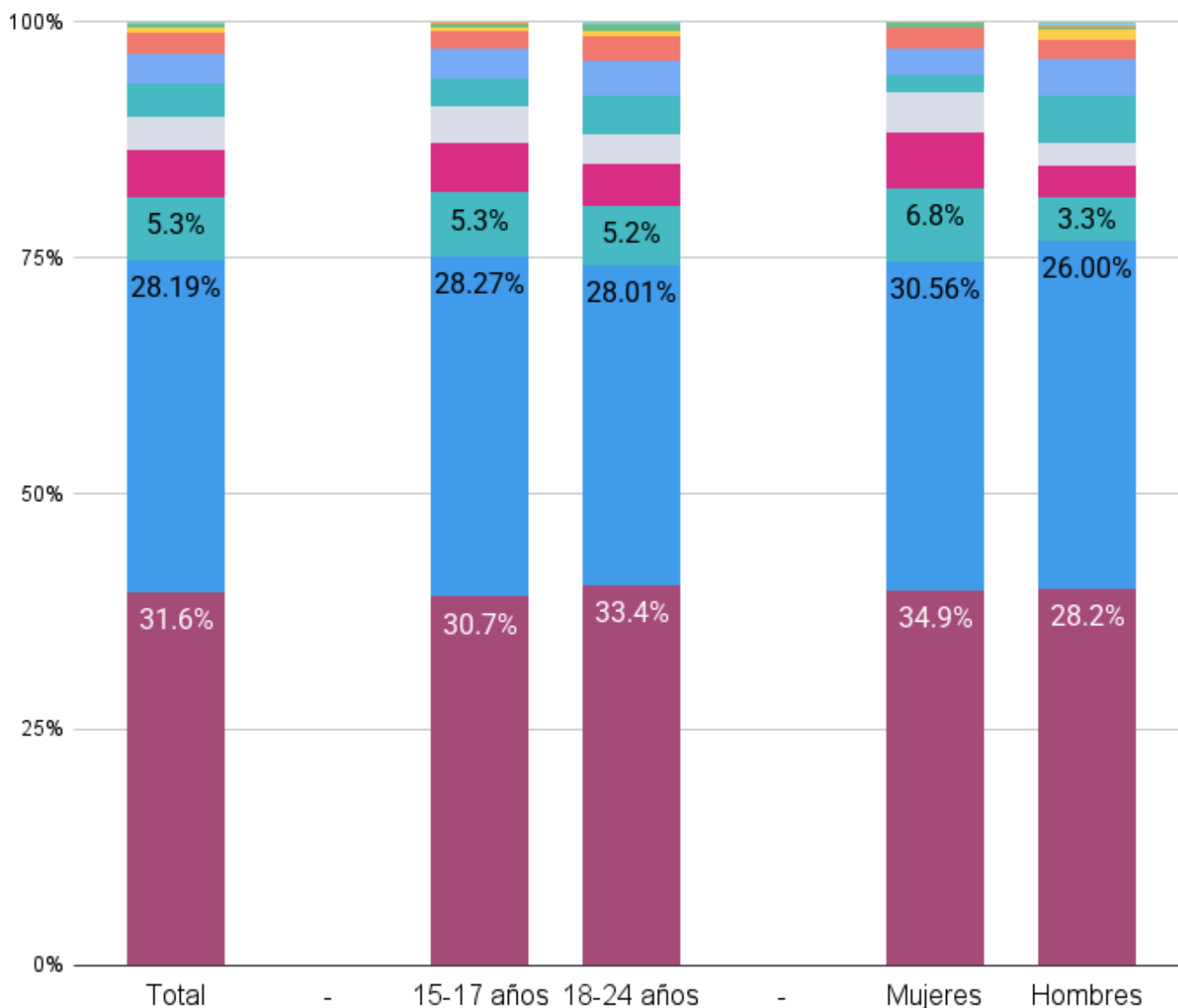
¿De qué manera has intentado tratarte o cuidarte cuando te has sentido así?

- Medicina alternativa
- Tratamientos médicos
- Terapias psicológicas
- No me he tratado
- Con ayuda de mi familia
- Con ayuda de mis amigas/os
- Con actividades artísticas, culturales y deportivas



## Qué lugar de Cuenca visitas cuando te sientes con nervios, miedo o tristeza

- Sistema de transporte público
- Equipamientos de Seguridad
- Equipamientos de Salud
- Discotecas y bares
- Cafeterías, restaurantes
- Centro Histórico
- Equipamientos Deportivos
- Equipamientos Educativos y Culturales
- Equipamientos religiosos
- Centros Comerciales
- Parques y Áreas verdes
- Casa o barrio

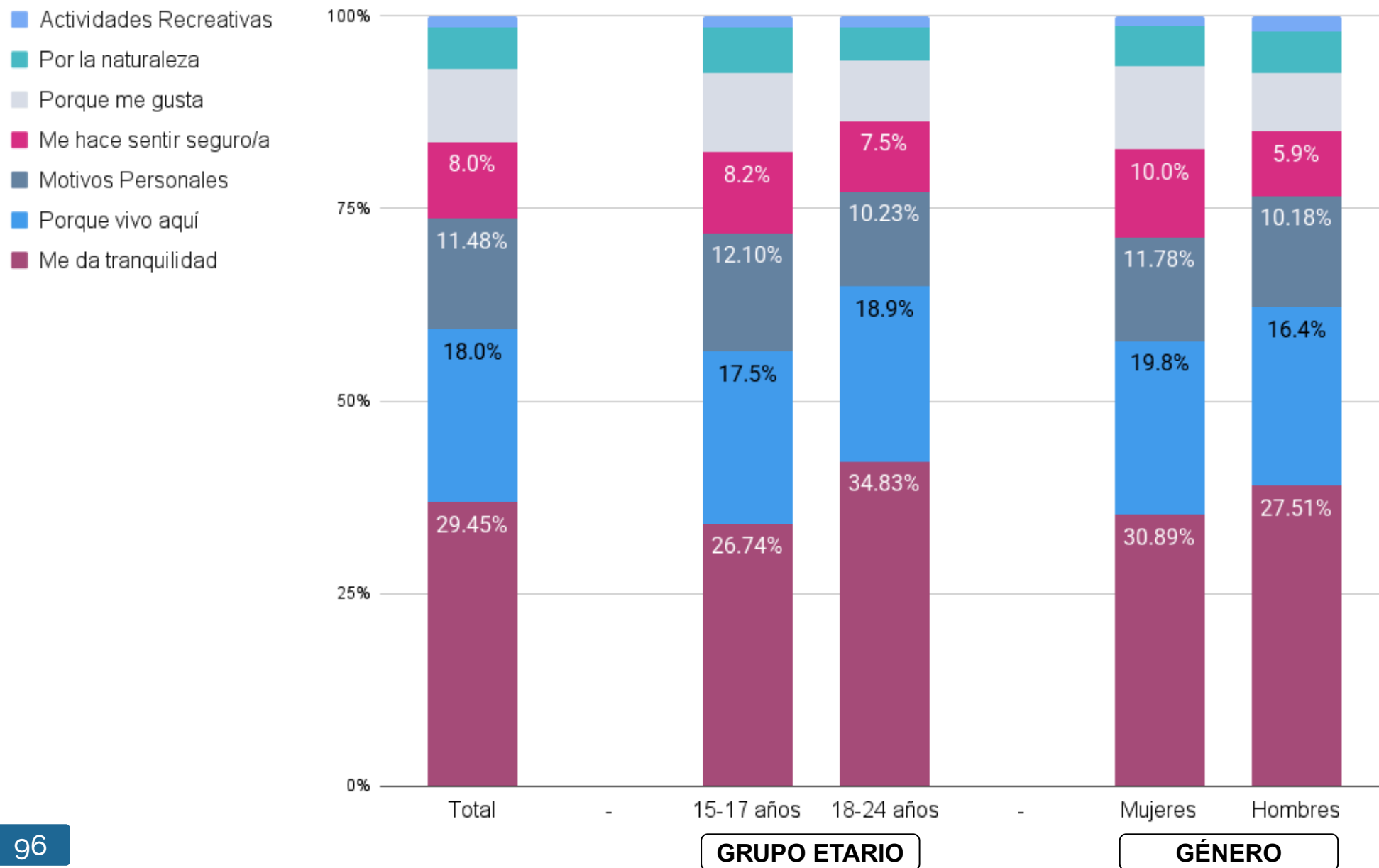


# Subdimensión Bienestar y Salud mental

## Atención Psicológica

Fuente: Encuesta de Bienestar de jóvenes 15 a 24 años Cuenca  
Abr/Jun 2025

### ¿Por qué visitas este lugar?



# Subdimensión Bienestar y Salud mental

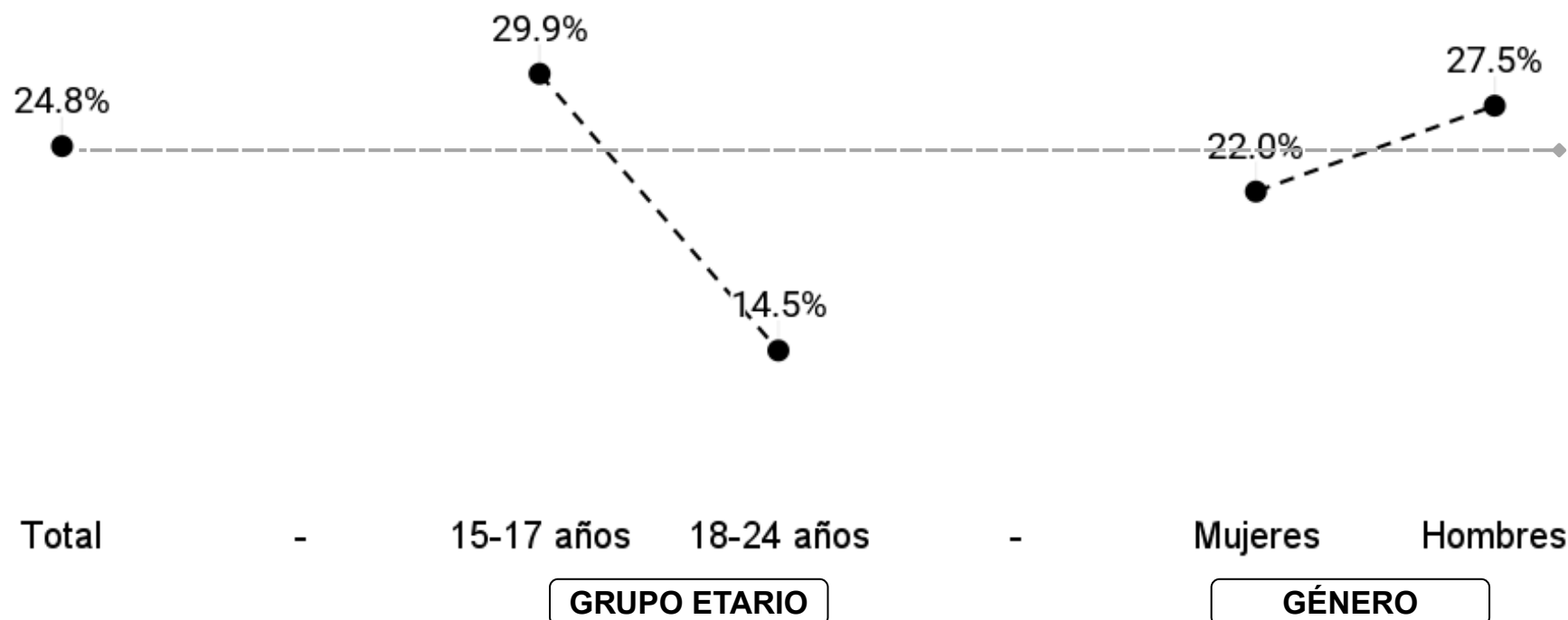
## Atención Psicológica

Fuente: Encuesta de Bienestar de jóvenes 15 a 24 años Cuenca  
Abr/Jun 2025

¿Conoces los puntos de atención del Municipio de Cuenca donde puedes tener atención psicológica o ayuda en caso de necesitarlo?

**24.8%**

Conoce los puntos de atención del Municipio de Cuenca para atención psicológica





¿Qué tan importantes crees que son los espacios públicos para tu bienestar?

