

Informe
Salir es vivir
**Radiografía de la Vida
Social en Chile**

Preparado para:  **mallplaza**[®]



Marzo 2026

A background image showing a business meeting. A person's hand is pointing at a tablet displaying a bar chart. Another person is holding a pen. A calculator and a notebook are visible on the desk.

Objetivos



Objetivo General

- Dimensionar el valor que tiene “salir” en la vida de las personas hoy, evaluando su impacto en el bienestar, la vida social y la relación con la ciudad, así como las principales motivaciones y barreras que dificultan que las personas vivan más experiencias fuera de casa.



Metodología y muestra

Metodología

TIPO DE ESTUDIO

Estudio cuantitativo en base a entrevistas autoadministradas enviadas vía web a Panel Cadem Online. Cuestionario semiestructurado, de 10 minutos de duración, con preguntas cerradas y abiertas.

GRUPO OBJETIVO

Hombres y mujeres, mayores de 18 años, pertenecientes a todos los NSE, residente en todo el país.

MUESTRA

1.000 casos.

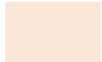
CAMPO

Desde el 20 al 23 de marzo del 2026.

PONDERACIÓN

Los datos fueron ponderados a nivel de sujetos por Sexo, Edad, GSE y zona.

PRUEBA ESTADISTICA

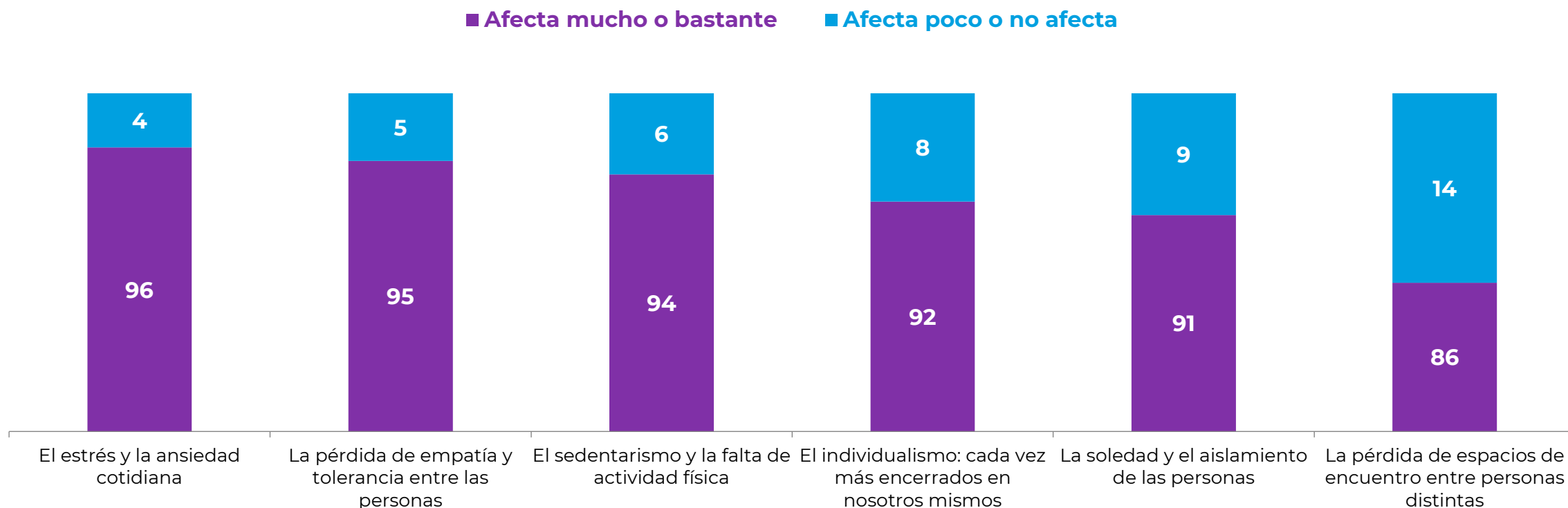
Las diferencias estadísticamente significativas entre segmentos se destacan con color 



Resultados

Problemas de la sociedad

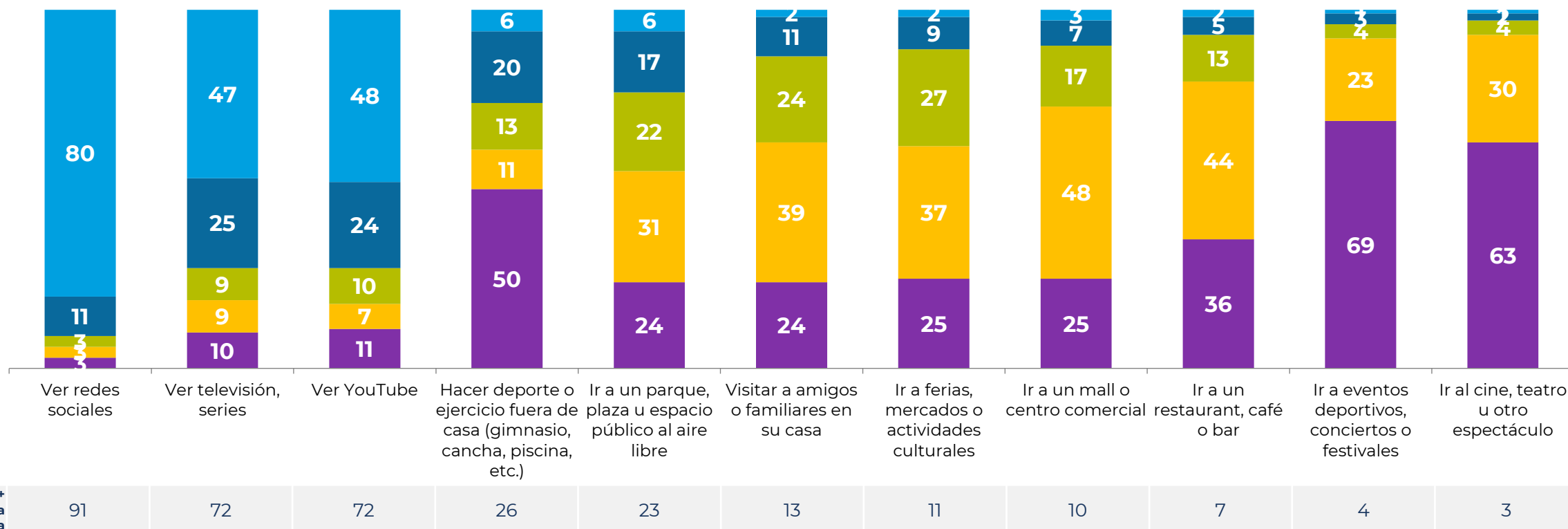
¿Cuánto crees que cada uno de los siguientes problemas afecta a la sociedad chilena hoy?
% Respuesta guiada y única



Hábitos, rutinas y uso del tiempo

En una semana normal, ¿cuántas veces realizas cada una de estas actividades fuera de tu hogar?
% Respuesta guiada y única

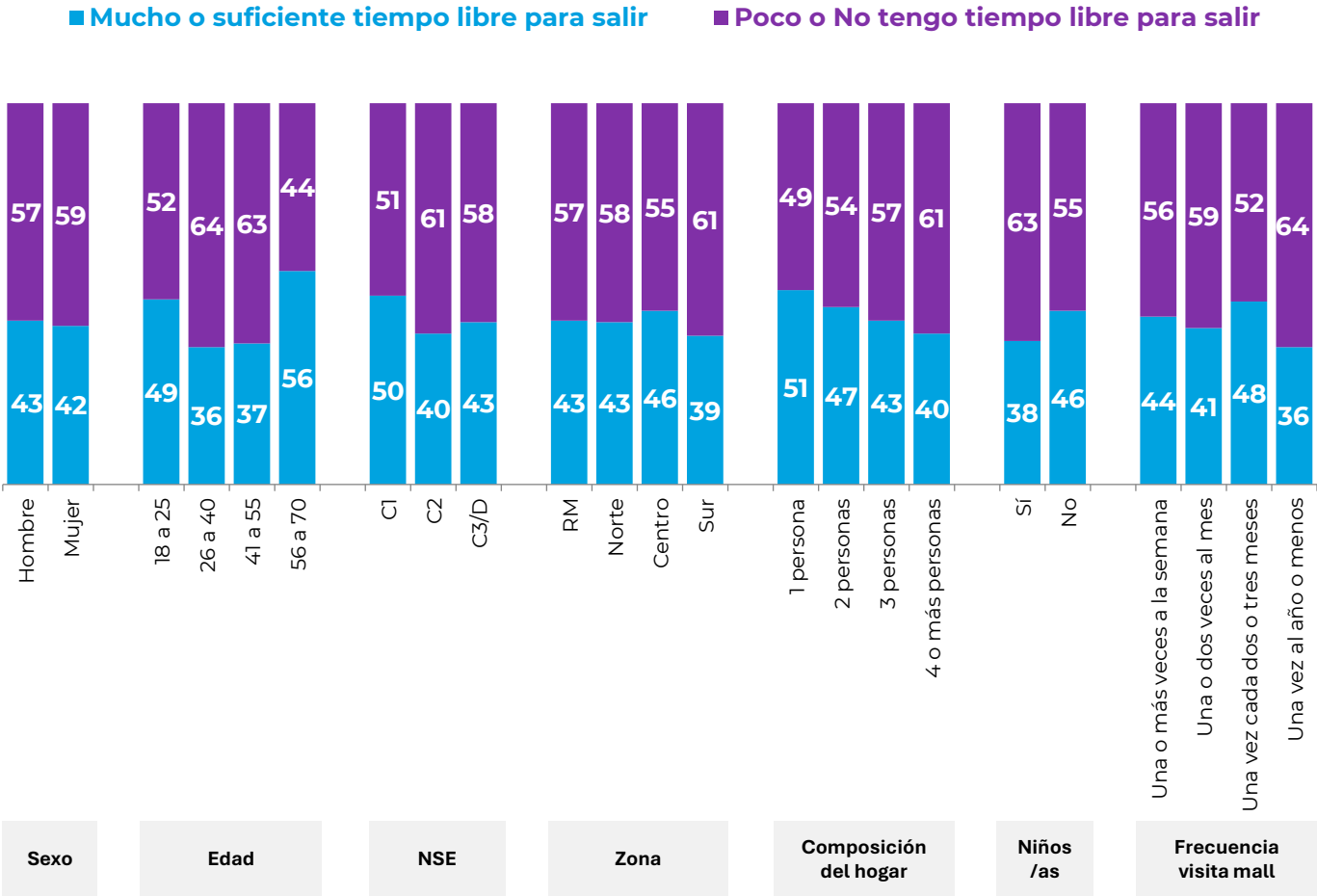
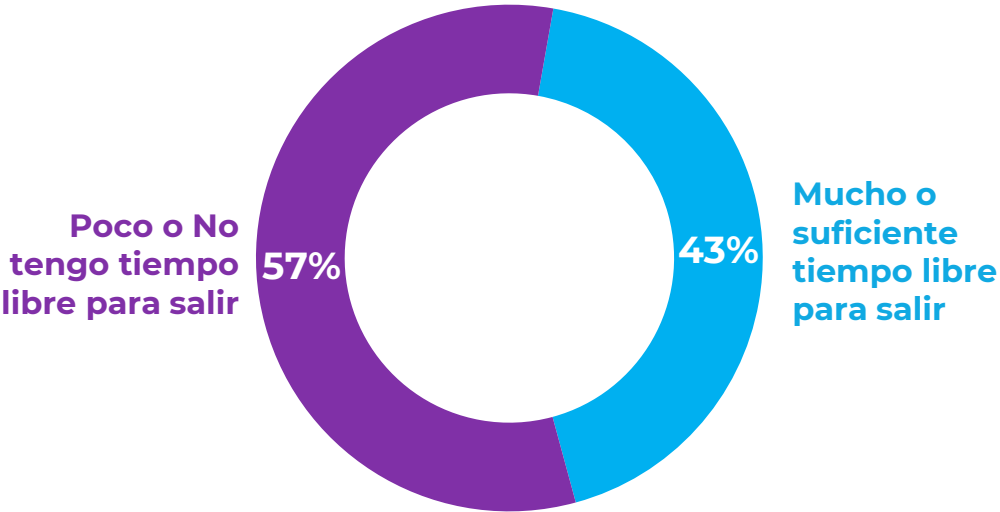
■ Todos los días ■ 2 o más veces a la semana ■ 1 vez a la semana ■ 1 a 2 veces al mes ■ Nunca o casi nunca



Todos los días +
2 o más veces a
la semana

Tiempo libre disponible

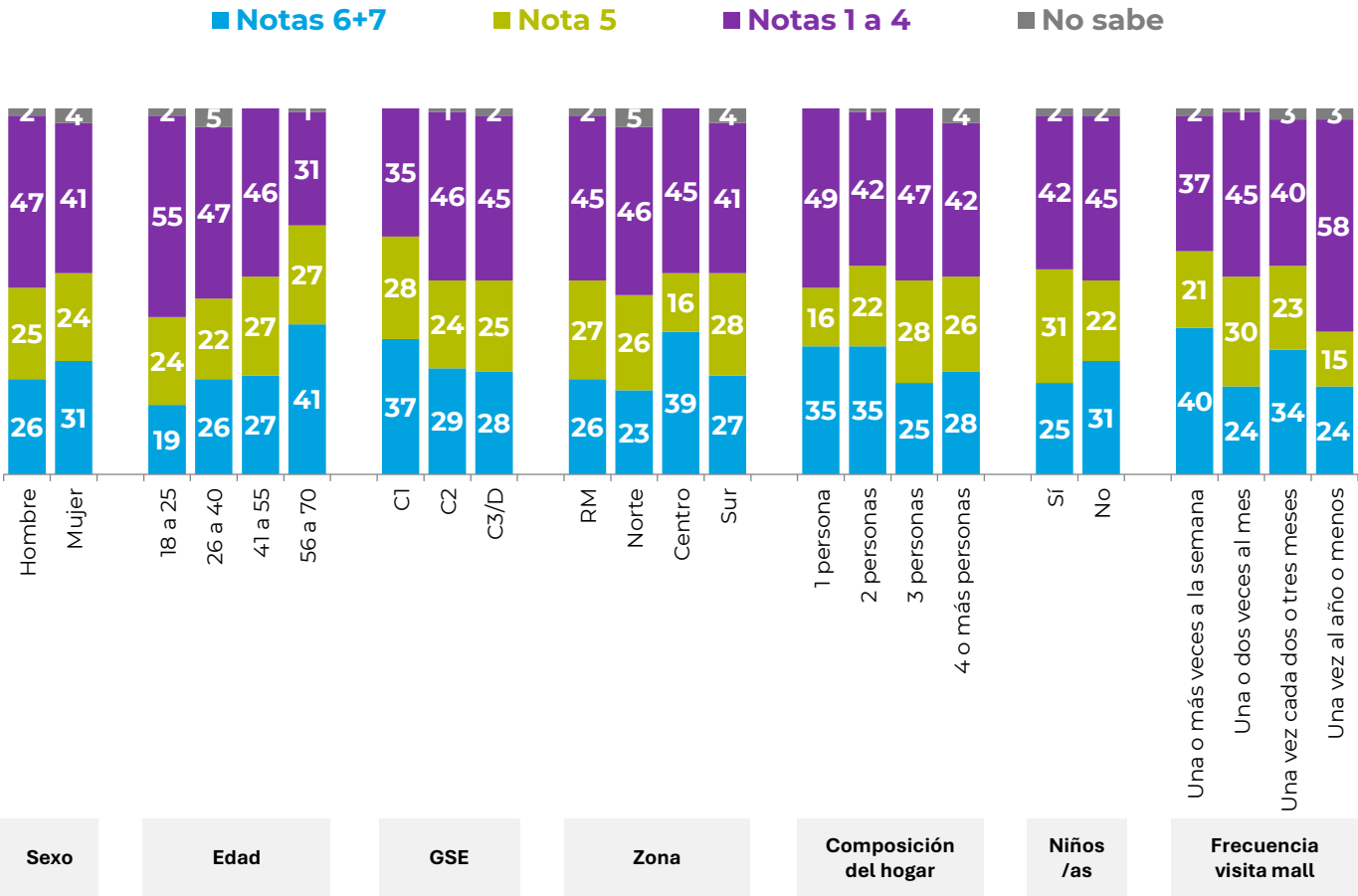
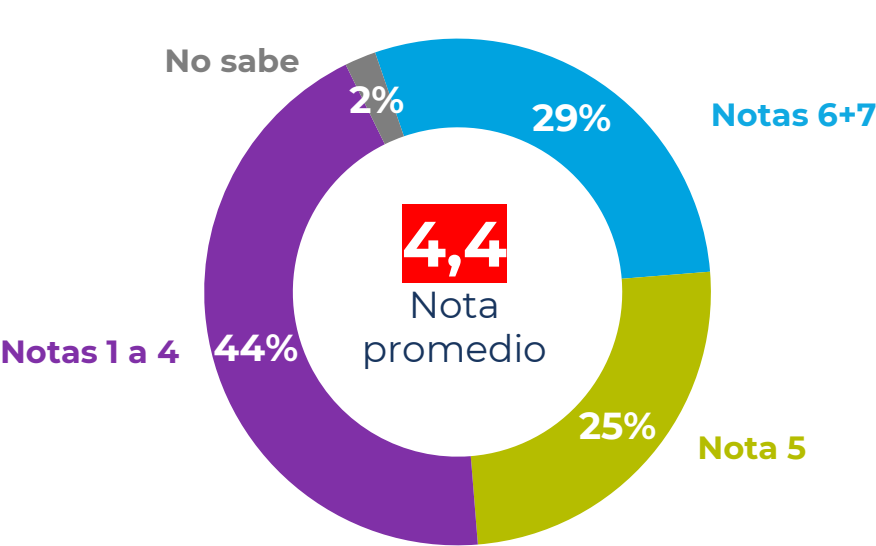
¿Cuánto tiempo libre dirías que tienes para salir y hacer actividades fuera de tu hogar?
% Respuesta guiada y única



Satisfacción con tiempo libre

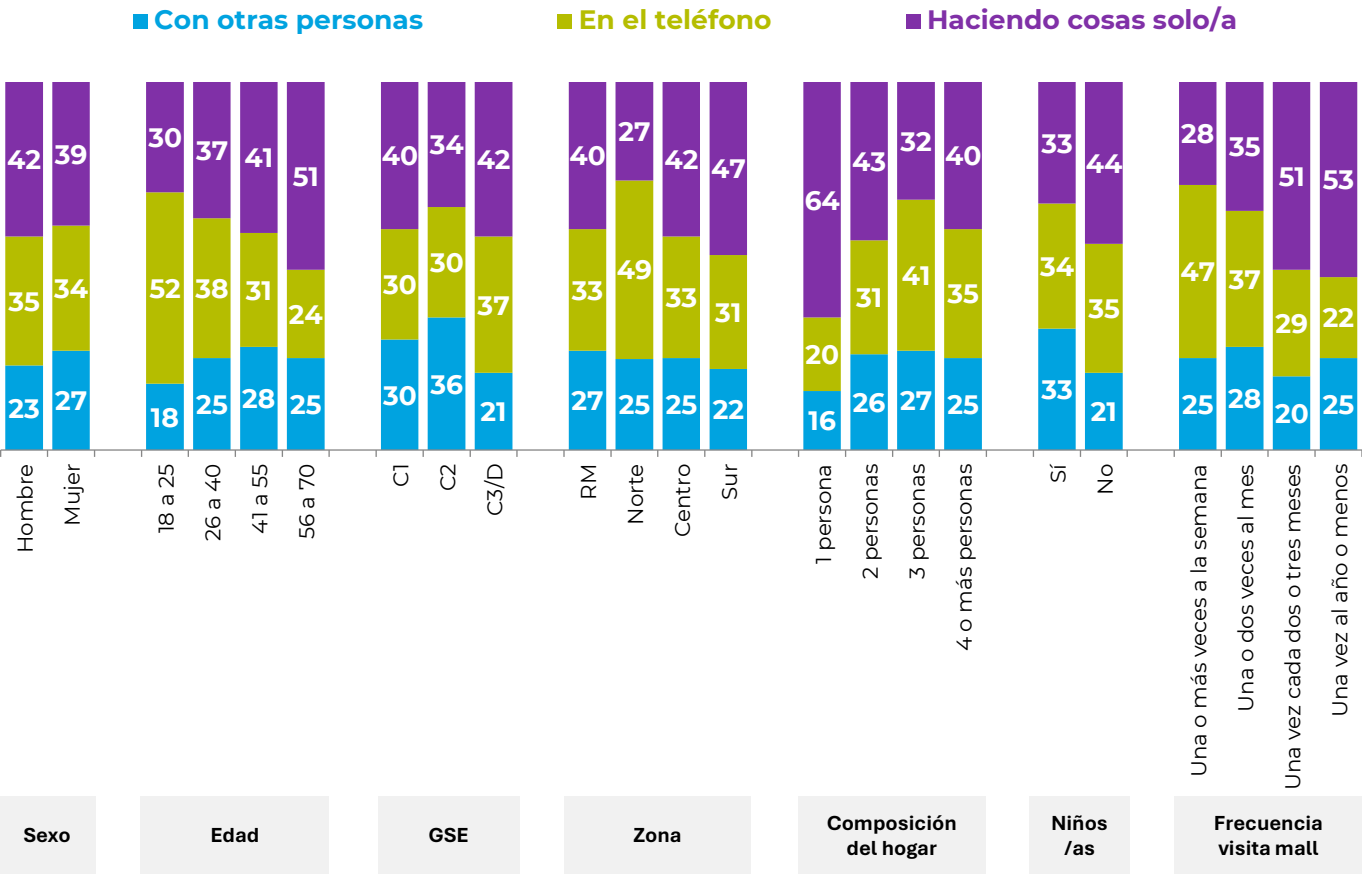
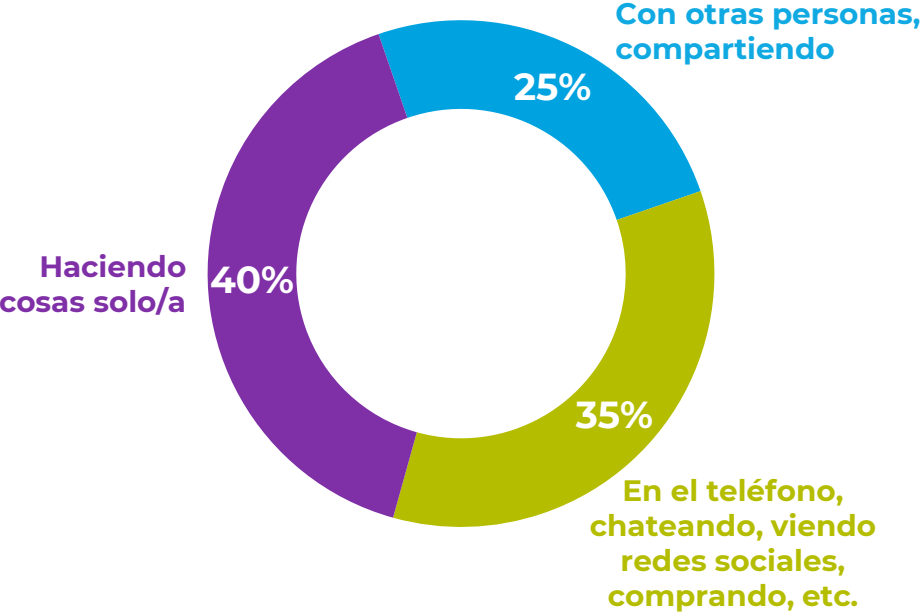
Utilizando una escala de 1 a 7 como en el colegio, donde 1 es nada satisfecho/a y 7 es totalmente satisfecho/a, ¿Cuán satisfecho/a estás con el tiempo libre que tienes para salir y hacer actividades fuera de tu hogar?

% Respuesta guiada y única



Formas de usar el tiempo libre

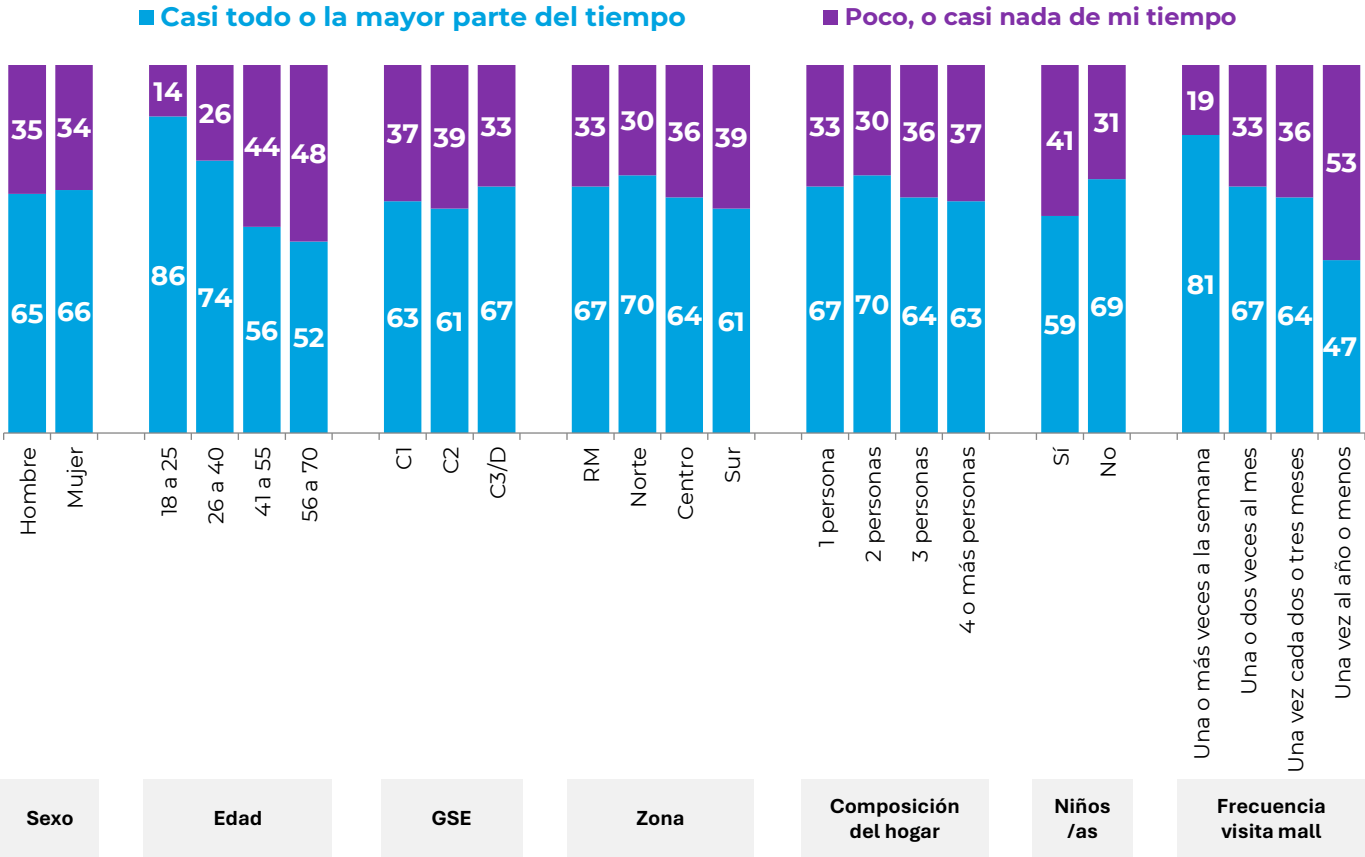
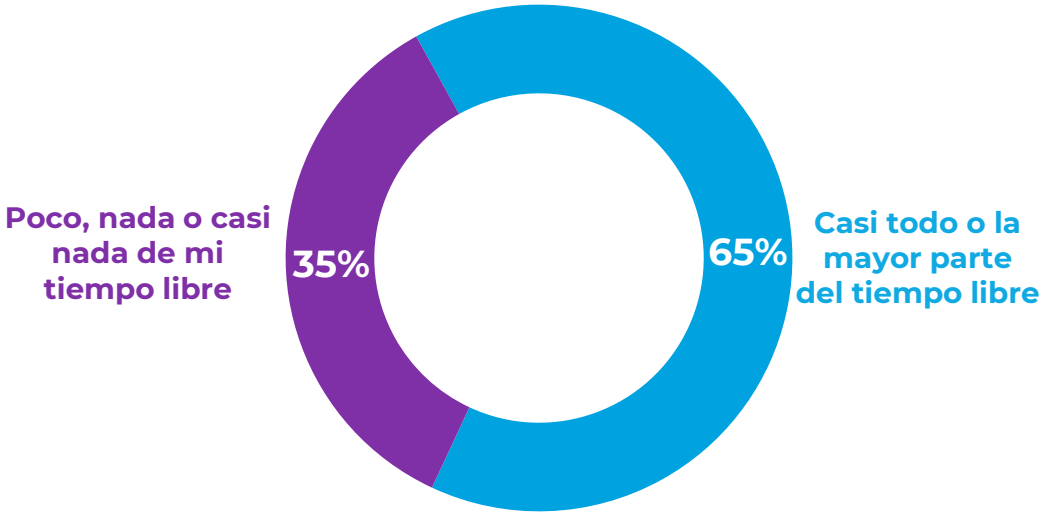
Pensando en tu tiempo libre, ¿dirías que pasas más tiempo...?
% Respuesta guiada y única



Uso de pantallas en tiempo libre

Del tiempo libre que tienes durante el día, ¿qué parte de ese tiempo lo pasas frente a una pantalla (celular, televisor, computador, tablet)?

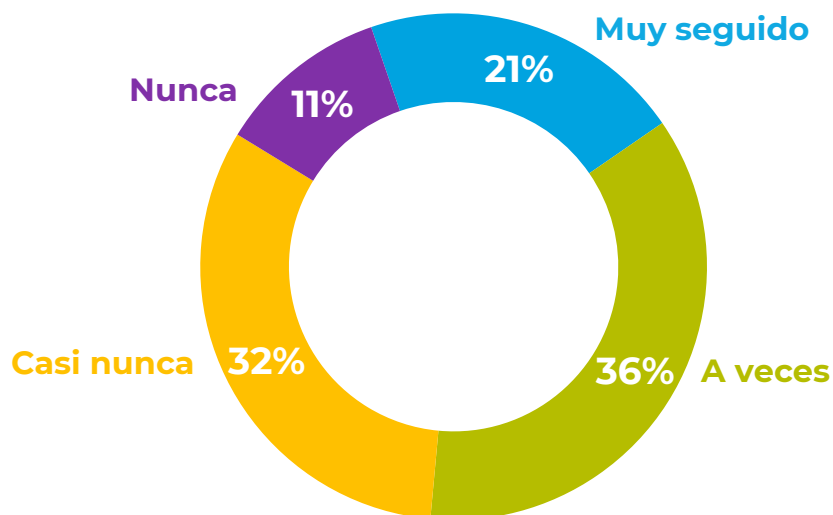
% Respuesta guiada y única



Frecuencia con que celular reemplaza actividades

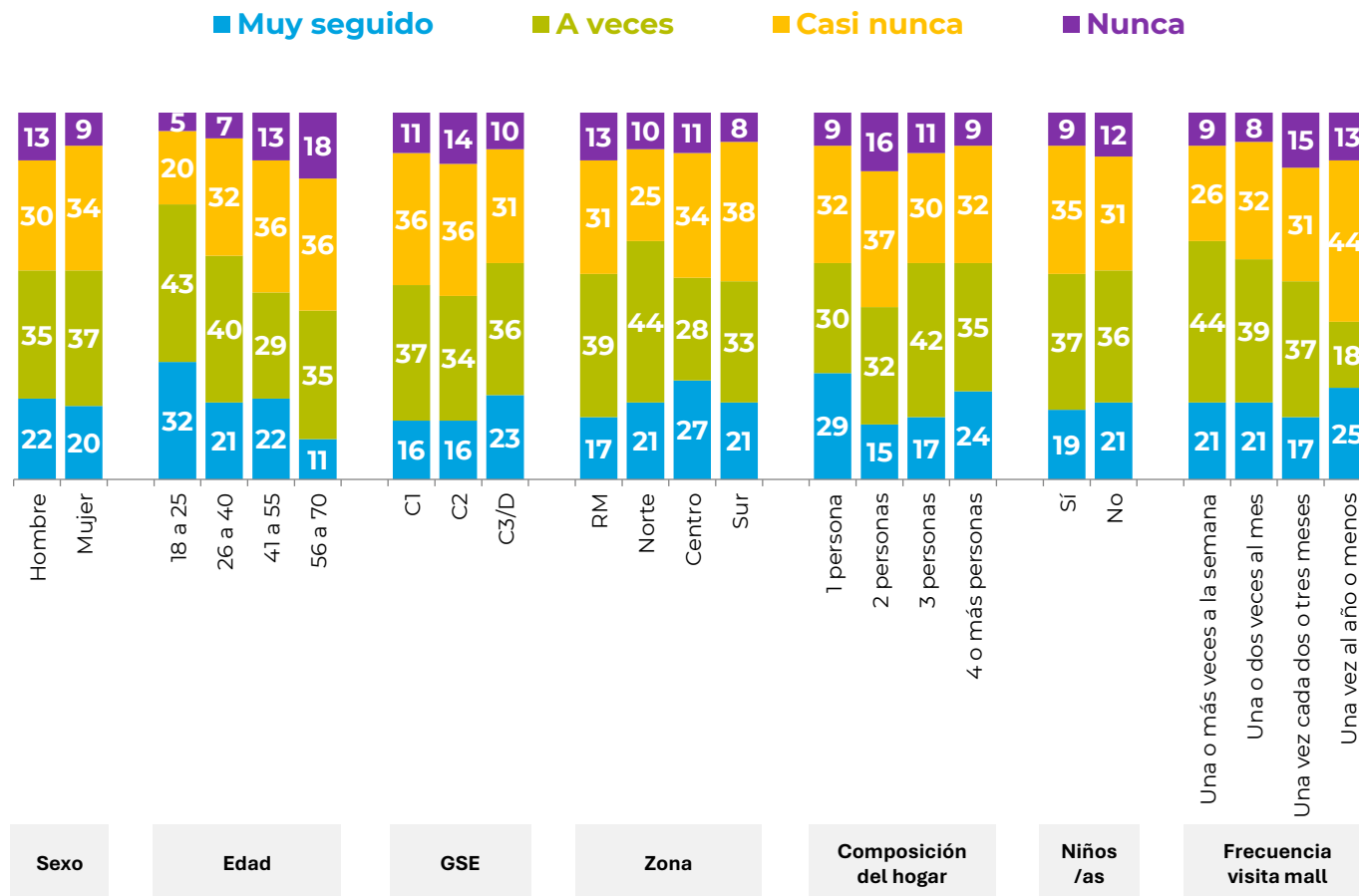
¿Cuán seguido te pasa que, teniendo ganas de salir o teniendo tiempo disponible para hacer algo, te quedas pegado en el teléfono, chateando, en redes sociales, etc.?

% Respuesta guiada y única



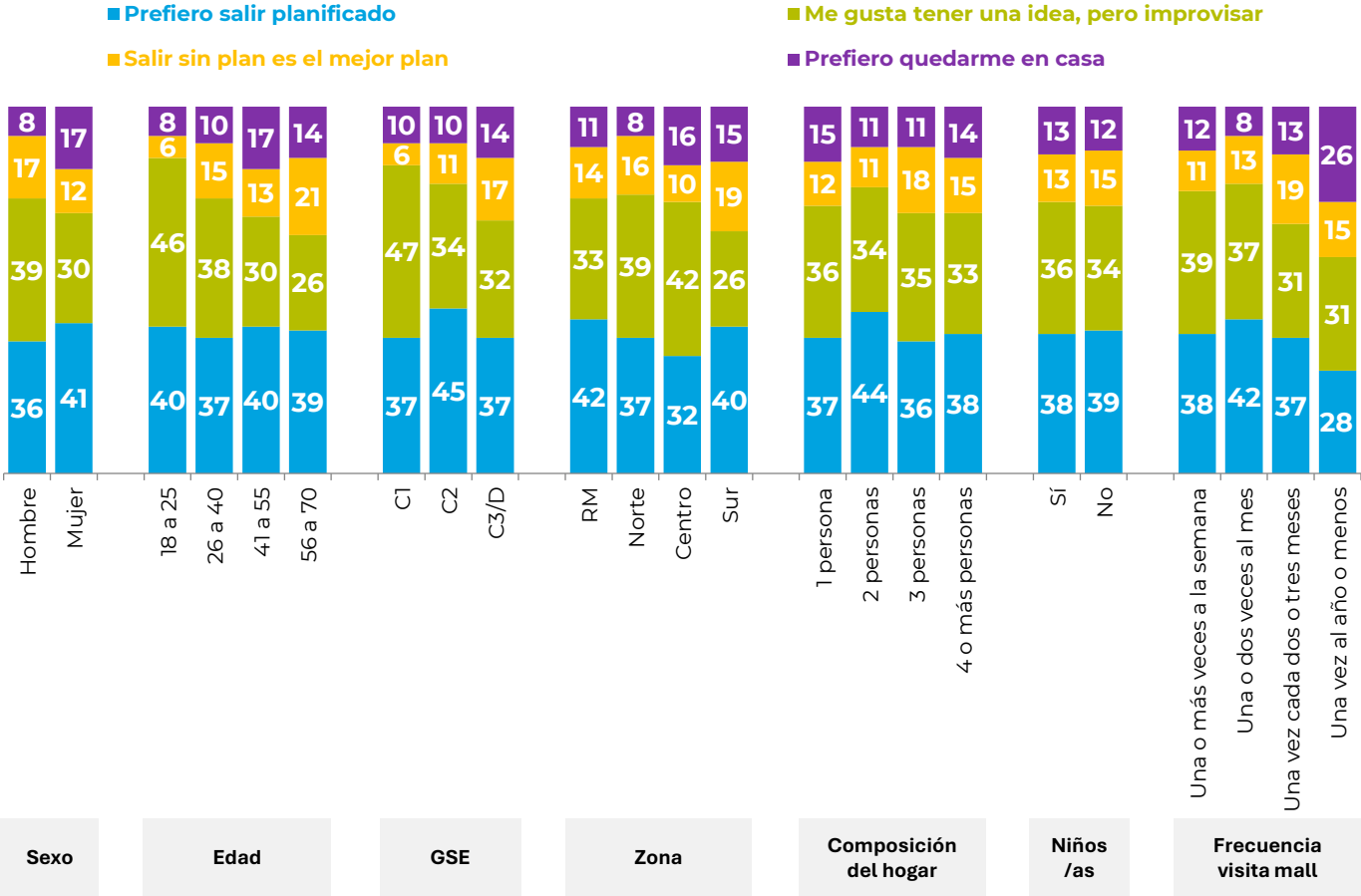
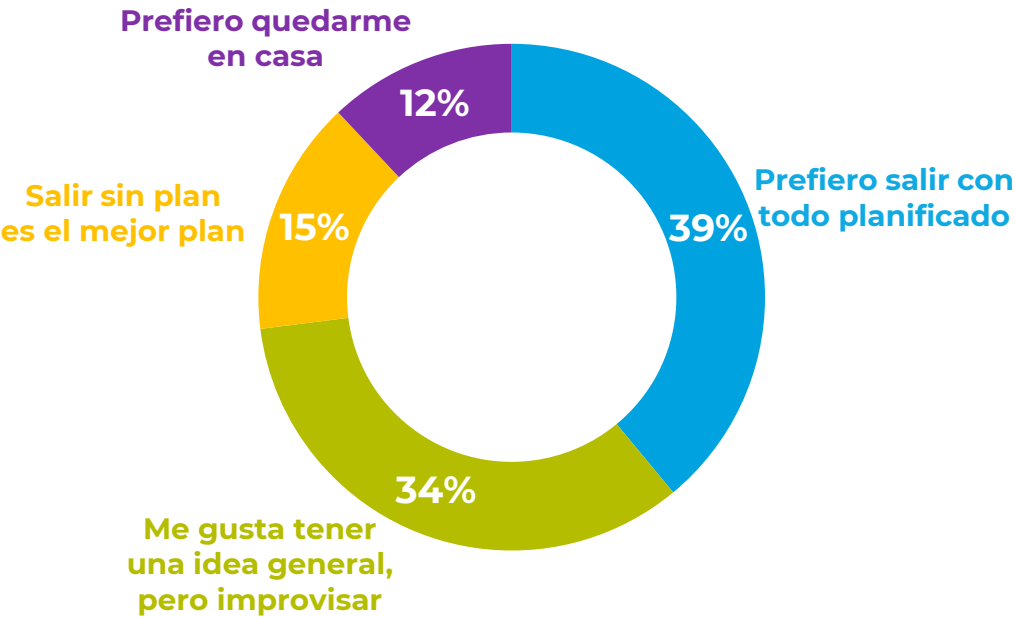
57%

Muy seguido o a veces



Planificación vs. Improvisación

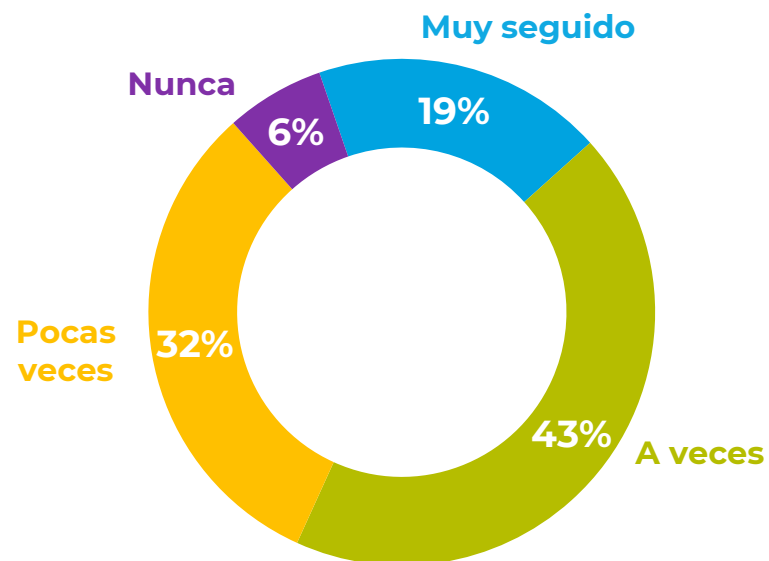
Pensando en salir de tu casa, ¿con cuál de estas frases te identificas más?
 % Respuesta guiada y única



Cuando salir termina siendo una experiencia positiva

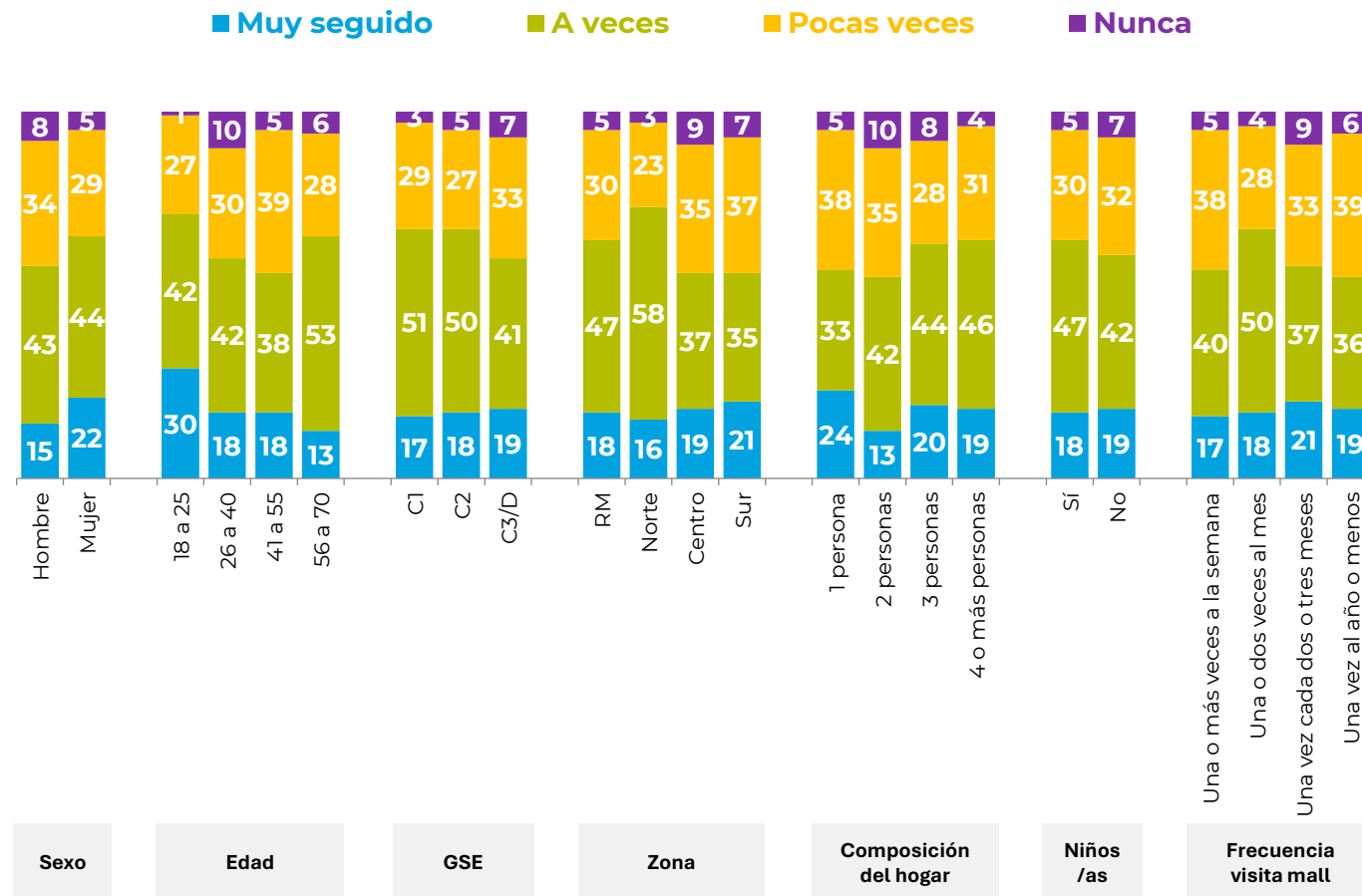
¿Qué tan seguido te pasa que sales fuera de casa sin muchas ganas y terminas pasándolo bien?

% Respuesta guiada y única



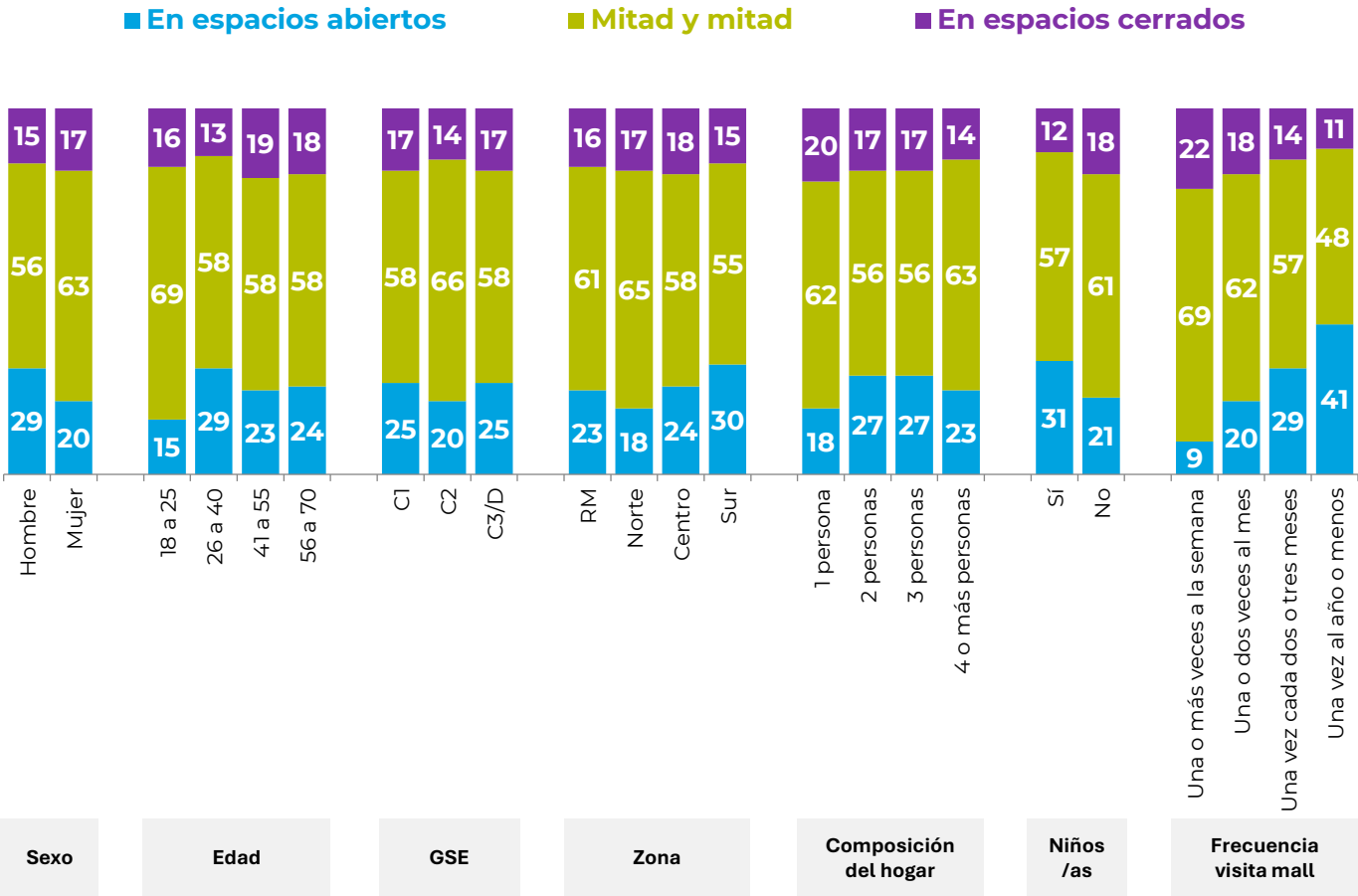
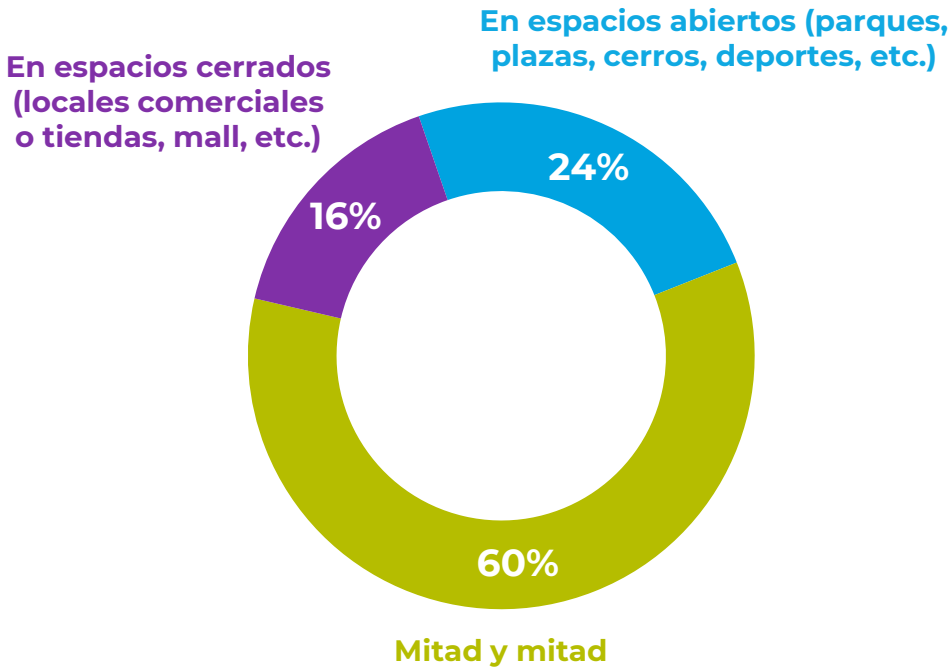
62%

Muy seguido o a veces



Tiempo libre en espacios abiertos y cerrados

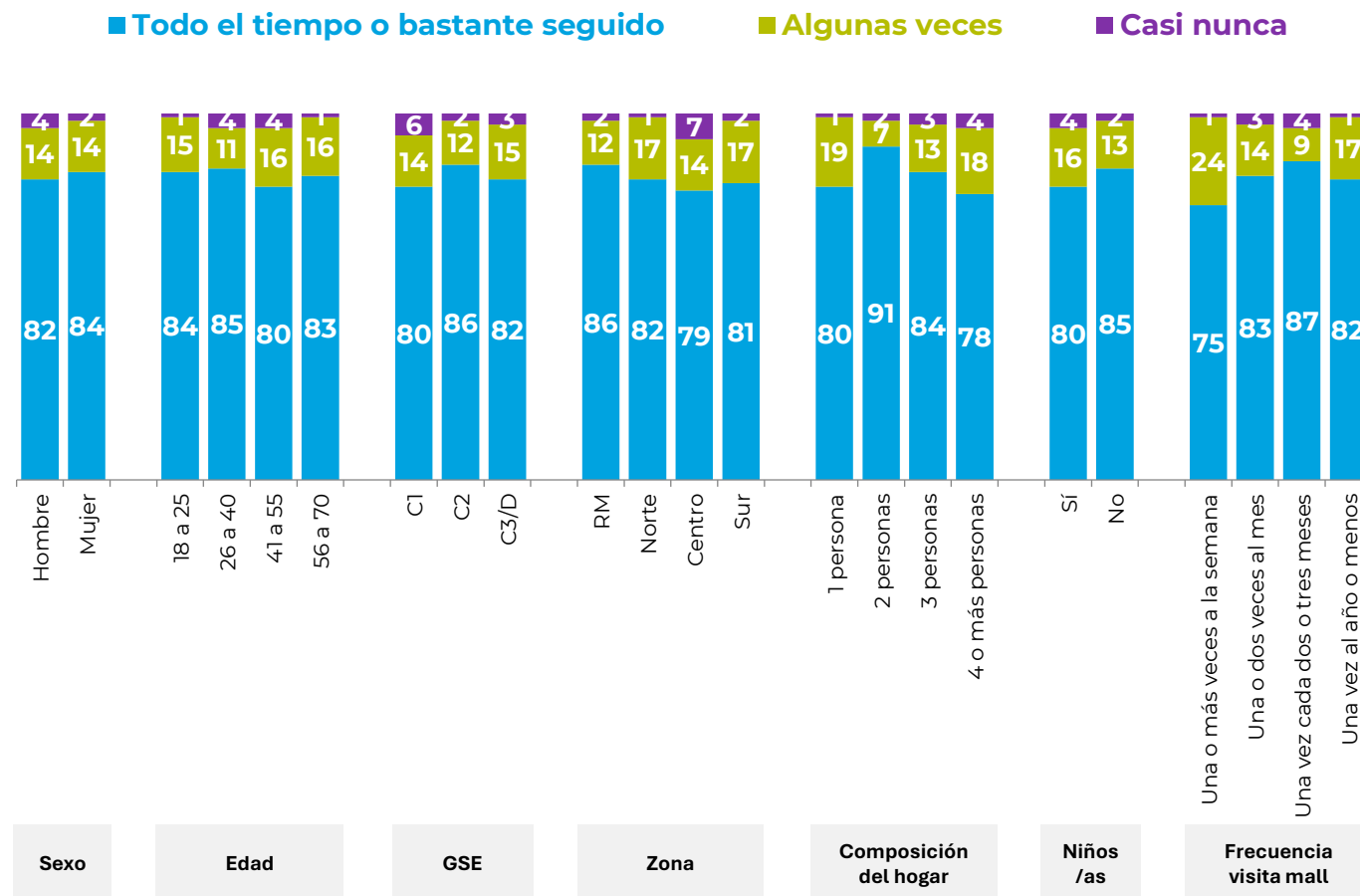
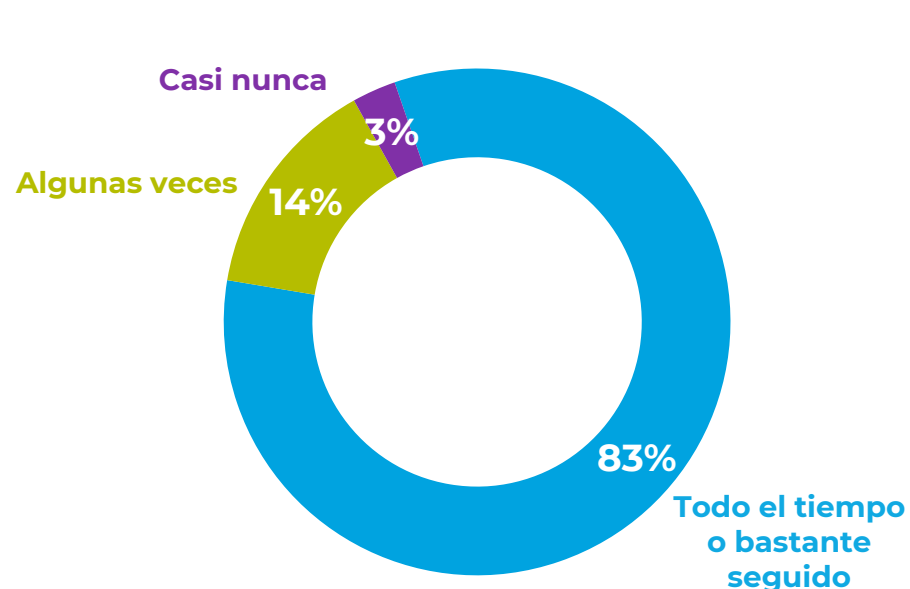
Cuando usas tu tiempo libre fuera de casa, ¿lo haces más en espacios abiertos o espacios cerrados?
 % Respuesta guiada y única



Percepción de distancia social en espacios públicos

¿Con qué frecuencia sientes que, en espacios compartidos como el ascensor, el metro, la micro o en la calle, las personas evitan mirarse o saludarse?

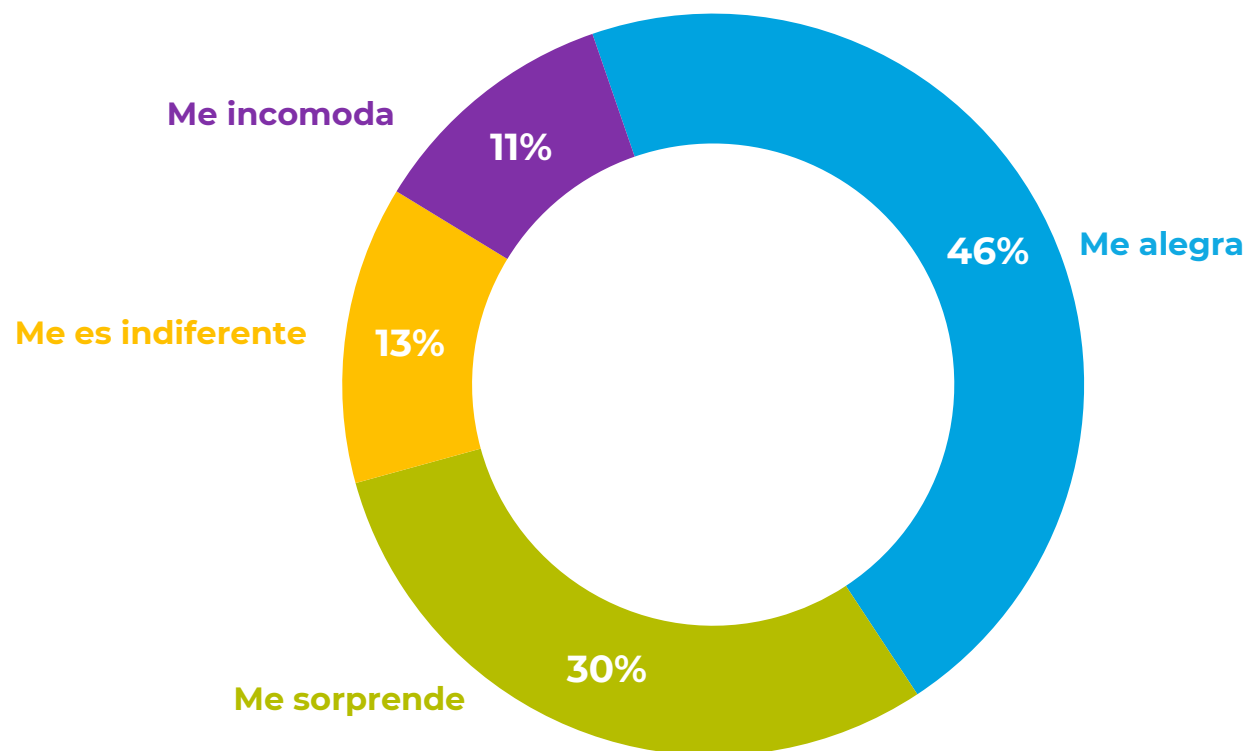
% Respuesta guiada y única



Respuesta emocional a gestos de amabilidad

¿Qué sientes cuando, yendo en el transporte o caminando por la calle, alguien desconocido te mira y te sonríe?

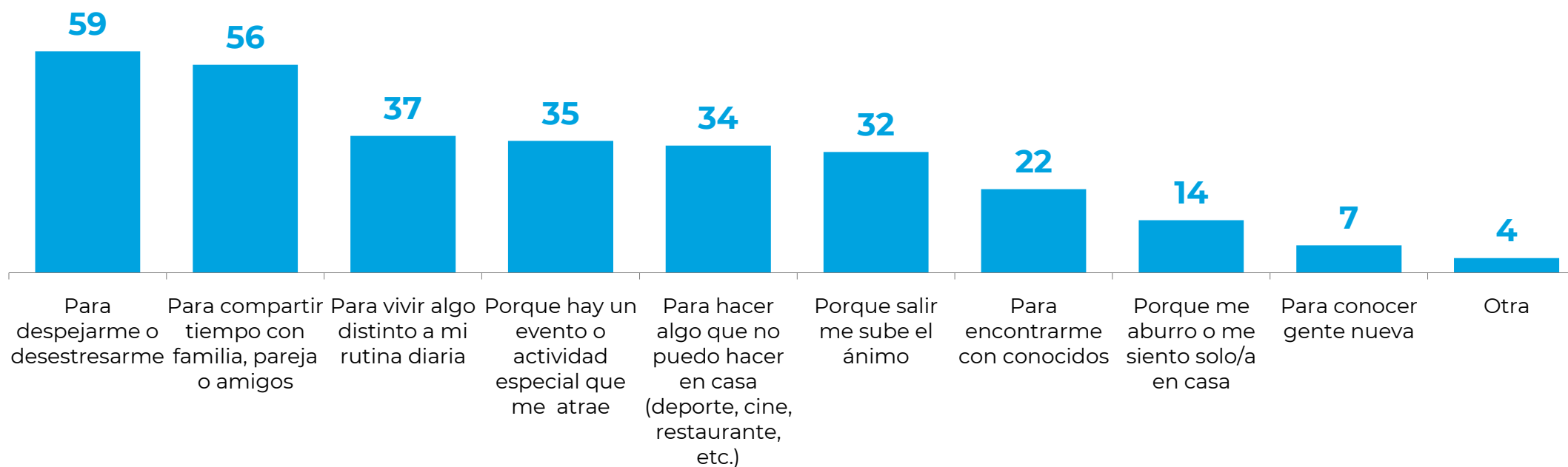
% Respuesta guiada y única



Motivaciones para realizar actividades fuera del hogar

Cuando ocupas tu tiempo libre fuera de casa, ¿cuáles dirías que son tus principales motivaciones? Selecciona las 3 más relevantes.

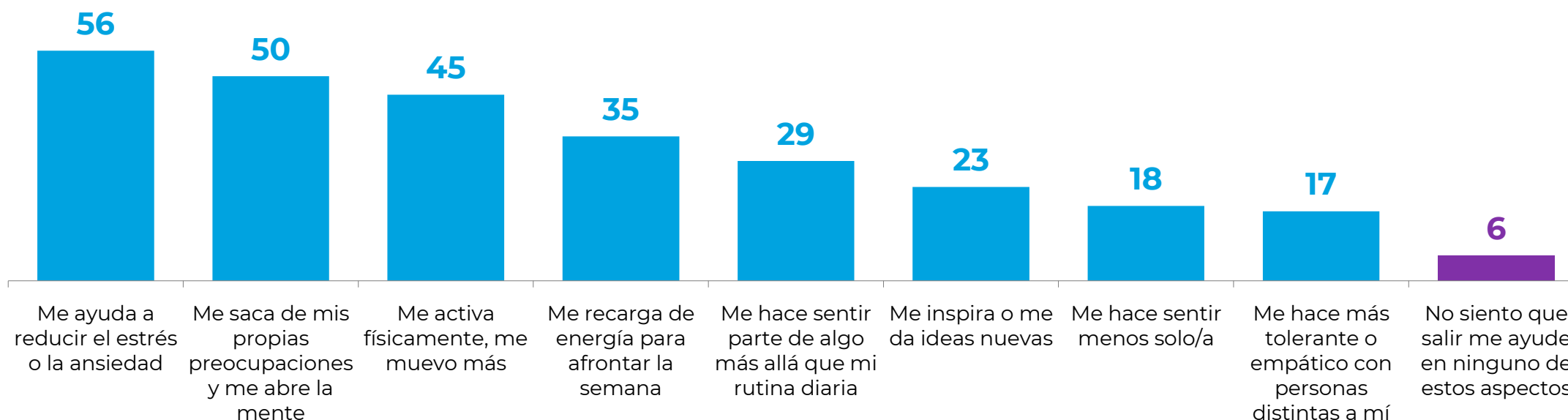
% Respuesta guiada y múltiple



Beneficios percibidos de salir en el tiempo libre

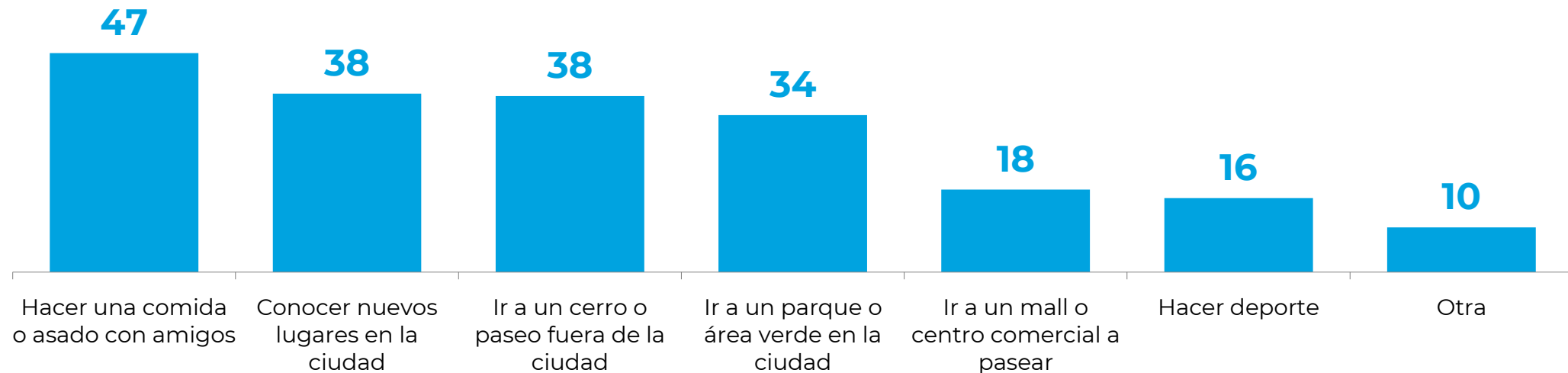
Cuando ocupas tu tiempo libre fuera de casa, ¿en qué ámbitos sientes que salir te ayuda?

% Respuesta guiada y múltiple



Preferencias de panoramas para un fin de semana ideal

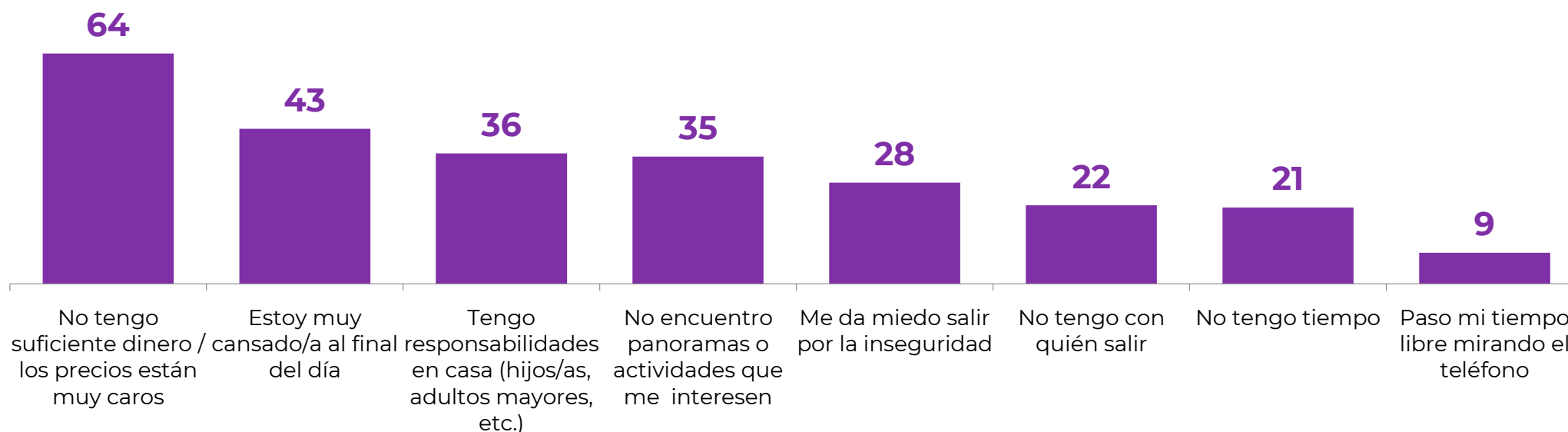
Tu fin de semana ideal sería... Selecciona dos panoramas
% Respuesta guiada y múltiple



Razones para no salir de casa

¿Cuáles son las principales razones por las que no sales o no saldrías a hacer actividades fuera de su casa? Selecciona máximo 3

% Respuesta guiada y múltiple

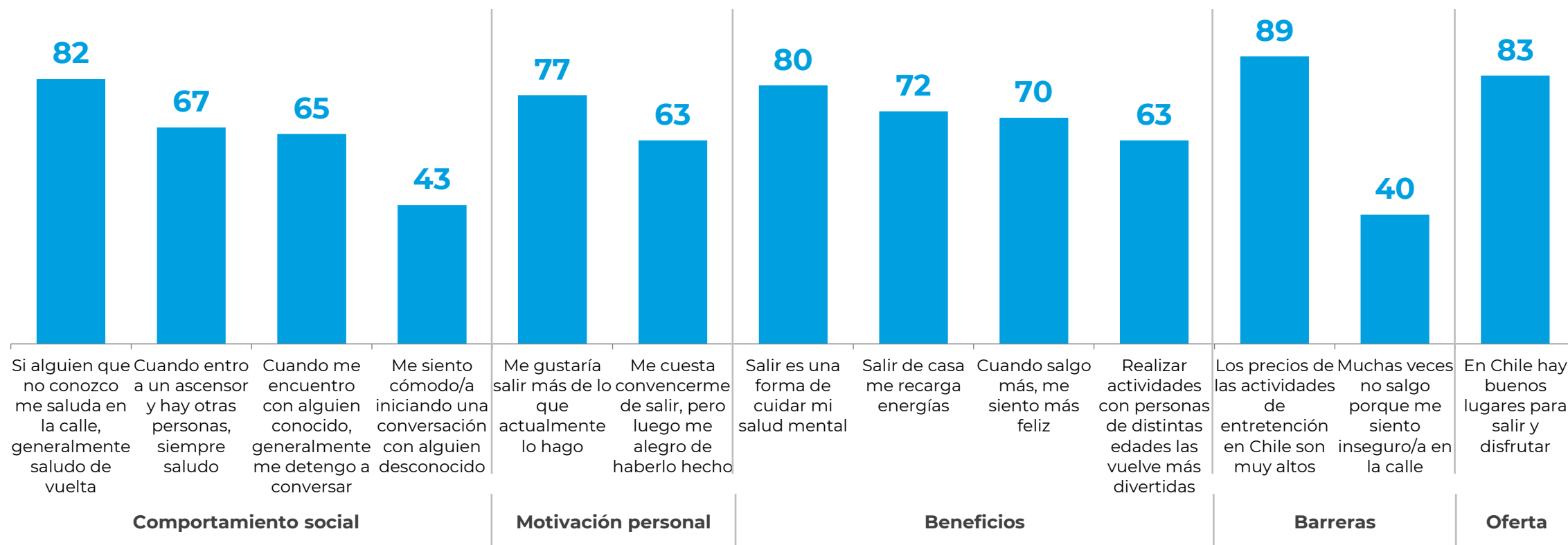


Percepciones sobre salir: comportamiento social, beneficios y barreras

¿Estás de acuerdo o en desacuerdo con estas frases? Utiliza una escala de 1 a 5, donde 1 es nada de acuerdo y 5 es totalmente de acuerdo.

% Respuesta guiada y única

■ Acuerdo (4+5)

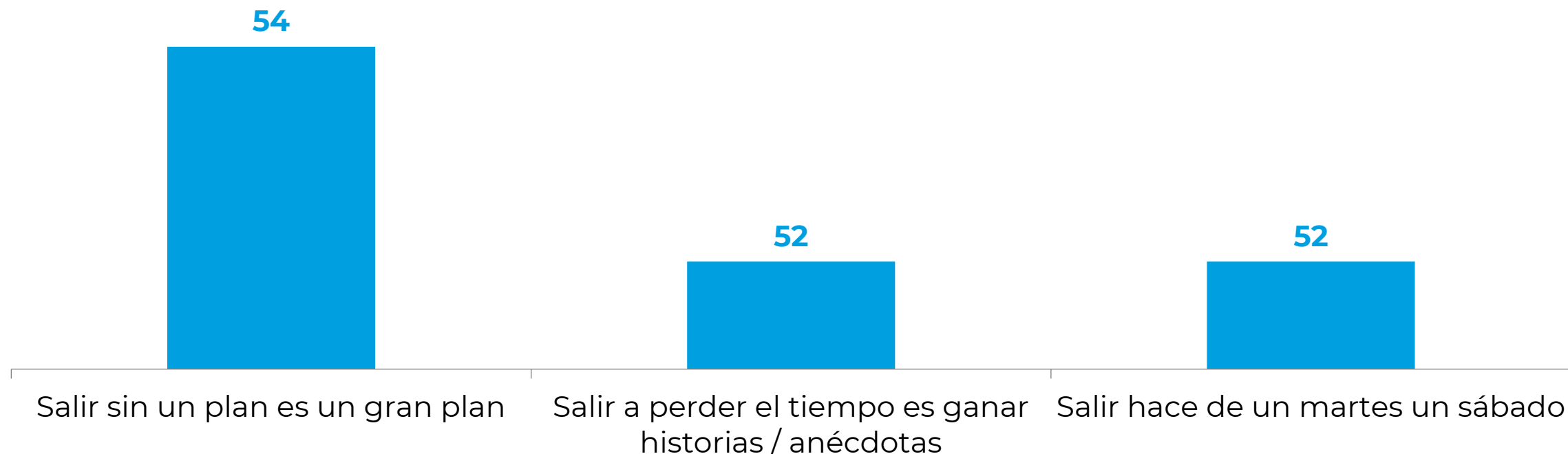


El valor de salir sin planificación

¿Cuánto te identificas con estas frases sobre salir? Utiliza una escala de 1 a 5, donde 1 es que no te identifica nada y 5 es que te identifica mucho.

% Respuesta guiada y única

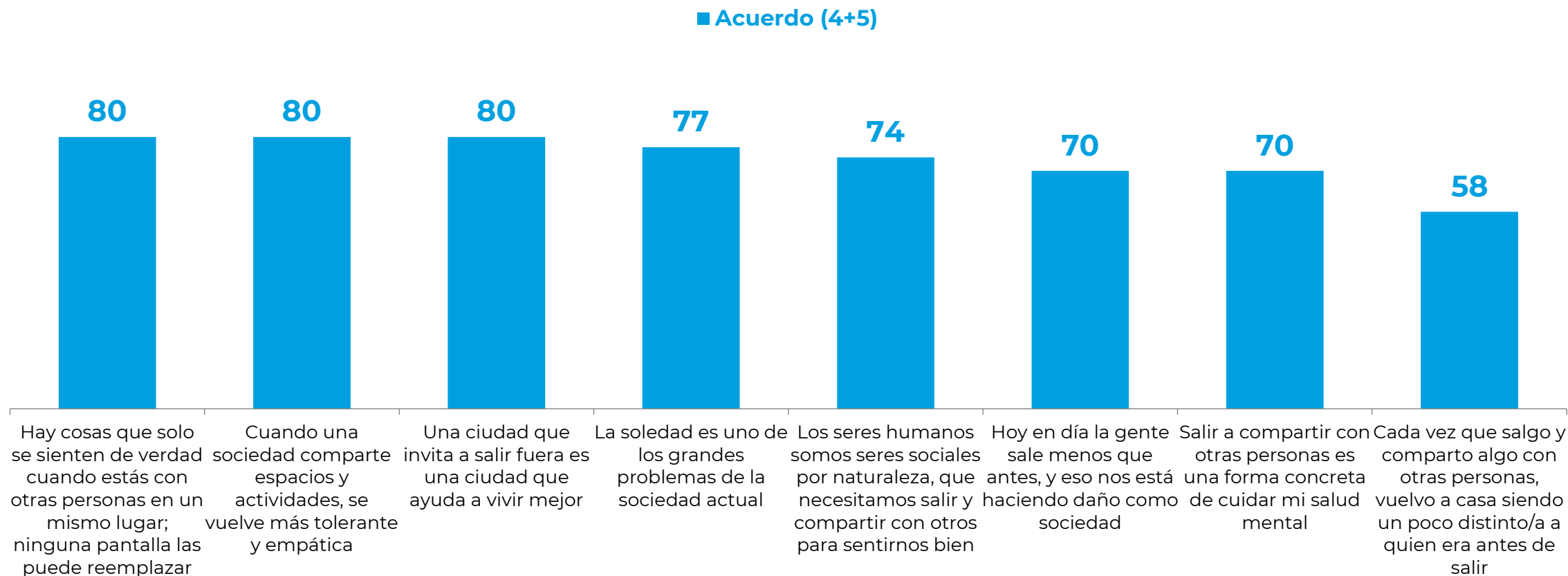
■ Identificado (4+5)



El impacto de salir para el bienestar individual y social

¿Estás de acuerdo o en desacuerdo con estas frases? Utiliza una escala de 1 a 5, donde 1 es nada de acuerdo y 5 es totalmente de acuerdo.

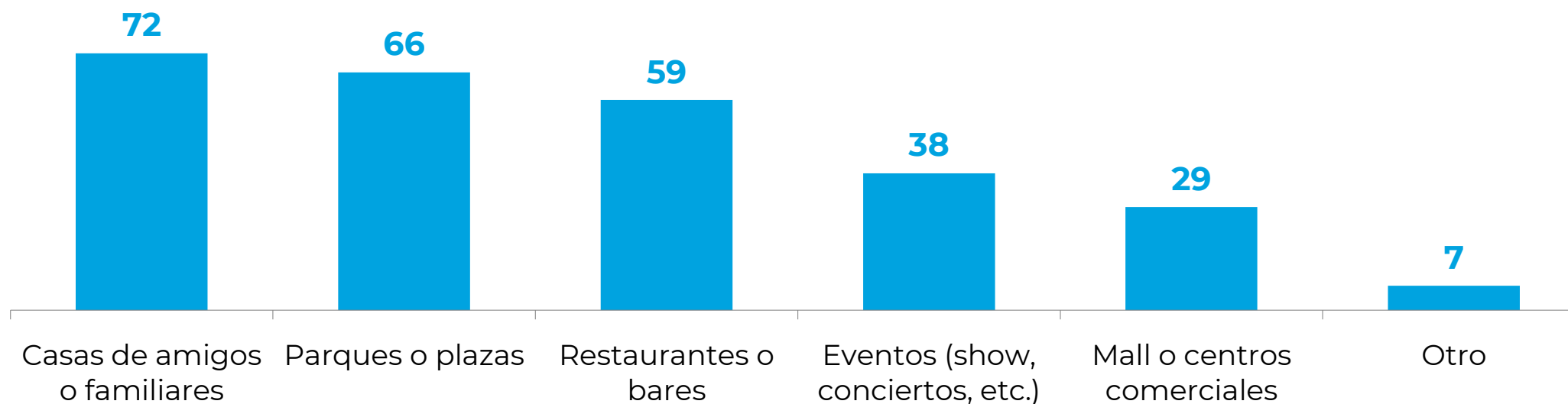
% Respuesta guiada y única

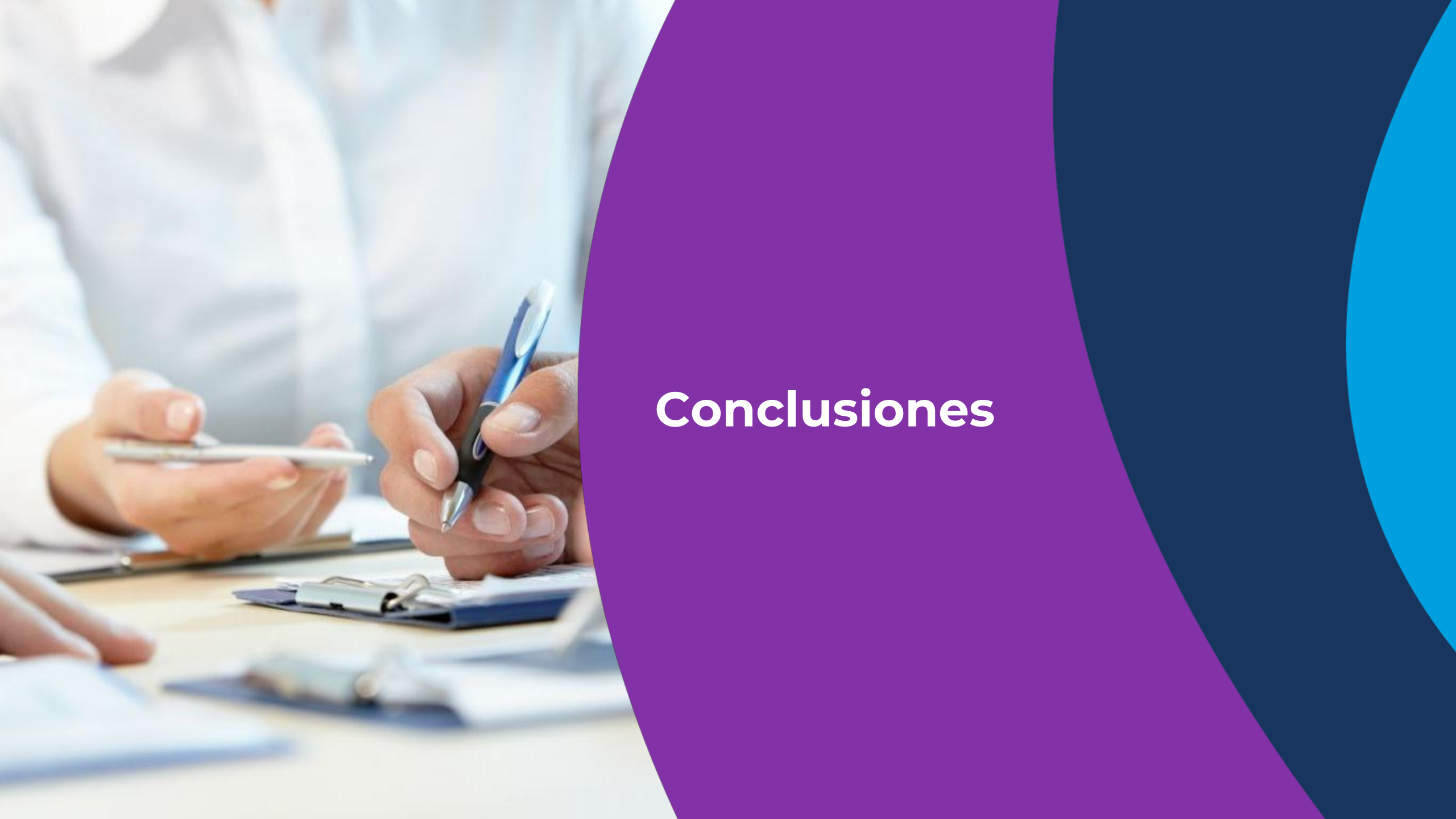


Lugares preferidos para salir

Pensando en lugares para salir, ¿cuál de los siguientes sientes como buenos lugares para compartir con otros?

% Respuesta guiada y múltiple





Conclusiones

1 Chile tiene una epidemia de soledad

El 91% de los chilenos reconoce que la soledad y el aislamiento es un problema grave de la sociedad actual. El 83% dice que la gente sale menos que antes y que eso nos está haciendo daño como país. Y el dato que lo hace cotidiano: 8 de cada 10 chilenos percibe que en el metro, la micro o la calle, las personas evitan mirarse o saludarse.

2 Los chilenos quieren salir más

El 77% quisiera salir más de lo que sale actualmente. Sin embargo, el 57% reconoce que cuando tiene ganas de salir, se queda pegado en el teléfono. Y el 64% dice que no sale porque los precios están muy caros.

3 Salir tiene un efecto comprobado en el ánimo

El 80% declara que salir es una forma concreta de cuidar la salud mental. El 70% dice que cuando sale más, se siente más feliz. Y el 63% admite que le cuesta convencerse de salir, pero que luego se alegra de haberlo hecho.

4 Una sonrisa de un desconocido ya es noticia

Cuando alguien desconocido sonríe en el transporte o en la calle, el 46% dice que le alegra y el 31% de los chilenos dice que le sorprende.

5 Los chilenos piden que el mall sea más que un lugar de compras

El 55% quisiera encontrar actividades culturales en los centros comerciales. El 46% pide parques y áreas verdes al interior. El 46% pide eventos gratuitos para toda la familia. Solo el 29% valora el mall como buen lugar para compartir hoy — pero entre quienes van cada semana, esa cifra sube al 61%.

Recomendaciones comunicacionales

- Salir no es solo ocio, es una necesidad: 81% de los chilenos dice que salir cuida la salud mental y 56% dice que reduce el estrés y la ansiedad.
- Chile necesita volver a encontrarse: estudio revela que 91% cree que la soledad es un problema grave. El 62% de los chilenos dice terminar pasándolo bien después de salir cuando no tenía muchas ganas.
- La pantalla está reemplazando la vida afuera: 80% usa celular y redes sociales varias veces al día pero un ínfimo 6% que hace deporte, va a plazas o a un mall todos los días. 57% de los chilenos declara que teniendo tiempo o ganas de salir, se queda en el celular.
- 83% declara que en espacios compartidos como el ascensor, el metro, la micro o en la calle, las personas evitan mirarse o saludarse
- Salir no necesita un plan: 54% de los chilenos cree que salir sin un plan es un gran plan
- La brecha en Chile para salir: 77% quisiera salir más, pero el principal freno son los altos costo
- Martes de pololeo: el 52% de los chilenos dice que salir hace que un martes se transforme en un sábado

Nueva de Lyon 145 Piso 2,
Providencia Santiago, Chile.
cadem@cadem.cl
+562 2438 6500

www.cadem.cl



CADEM
RESEARCH
& ESTRATEGIA