

BEM-VINDOS!

O impacto das **finanças** na **saúde** **mental** do brasileiro



Convidados



Valéria Meirelles
(Psicóloga do dinheiro)



Felipe Schepers
(Especialista em Pesquisa)

Informações técnicas

A Serasa e o instituto de pesquisa Opinion Box coletaram respostas de consumidores em todo o Brasil, por meio de entrevistas quantitativas em agosto de 2024.

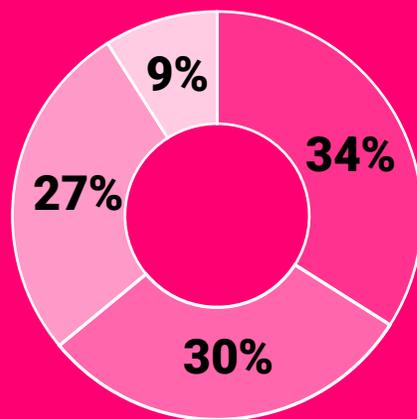
1.776
entrevistas



48%
homens



52%
mulheres

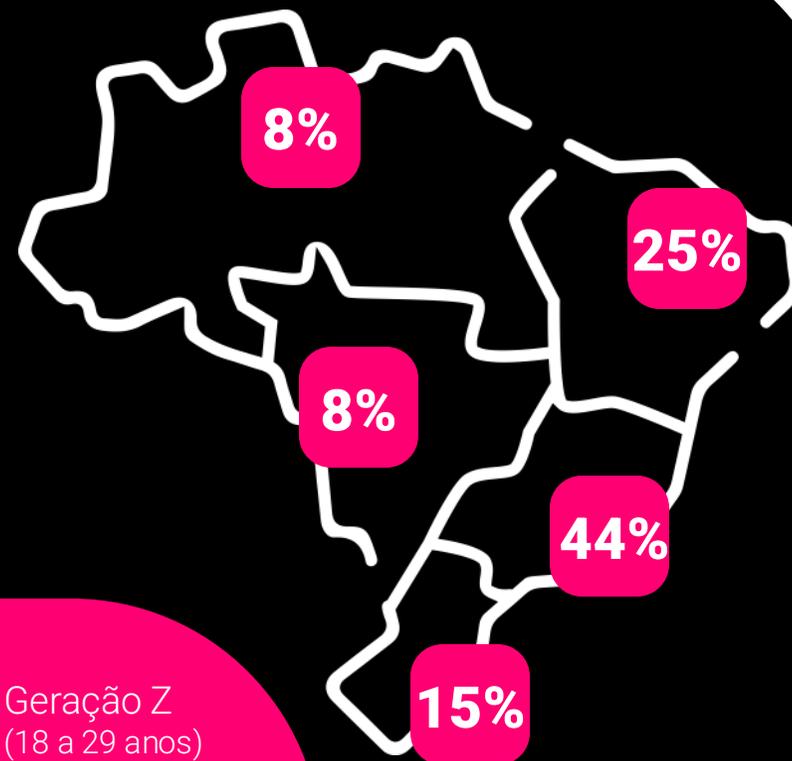


■ Geração Z
(18 a 29 anos)

■ Geração Y
(30 a 42 anos)

■ Geração X
(43 a 60 anos)

■ Geração
Baby Boomers
(60 anos ou mais)



67%

dos brasileiros dizem
já ter sofrido com
**problemas que
impactam a
saúde mental**

 **barbra**
@barbramarcondex

Eu sempre digo que a maioria dos problemas de saúde mental do pobre é a falta de dinheiro. Saúde mental vem de qualidade de vida e não tem como ter qualidade de vida sem grana. Tu passa o dia tendo que resolver como pagar as contas, óbvio que vc vai ter ansiedade, tristeza, etc

 **cica pereira** ⚡
@cica_pereira

Dinheiro afeta o emocional sim, afeta saúde, afeta sono, afeta bem estar; só não afeta pra quem tem de sobra.

9:09 PM · 10 de jul de 2022



Ansiedade

48%

Estresse

36%

Insônia/Dificuldades para dormir

30%

Depressão

21%

Mal-estar

13%

Transtornos alimentares

8%

Transtorno bipolar

5%

Síndrome de Burnout

4%

Nunca teve problemas de saúde mental

33%

Ansiedade

é o principal problema que impacta a saúde mental dos brasileiros

A ansiedade, o problema mais comum, se destaca entre **mulheres, gerações mais jovens e pessoas de baixa renda**

60%



Mulheres

34%



Homens

Gerações



57%

Geração Z
(18 a 29 anos)



48%

Geração Y
(30 a 42 anos)



40%

Geração X
(43 a 59 anos)



35%

Baby Boomers
(60 anos ou mais)

Renda familiar



40%

Renda alta



44%

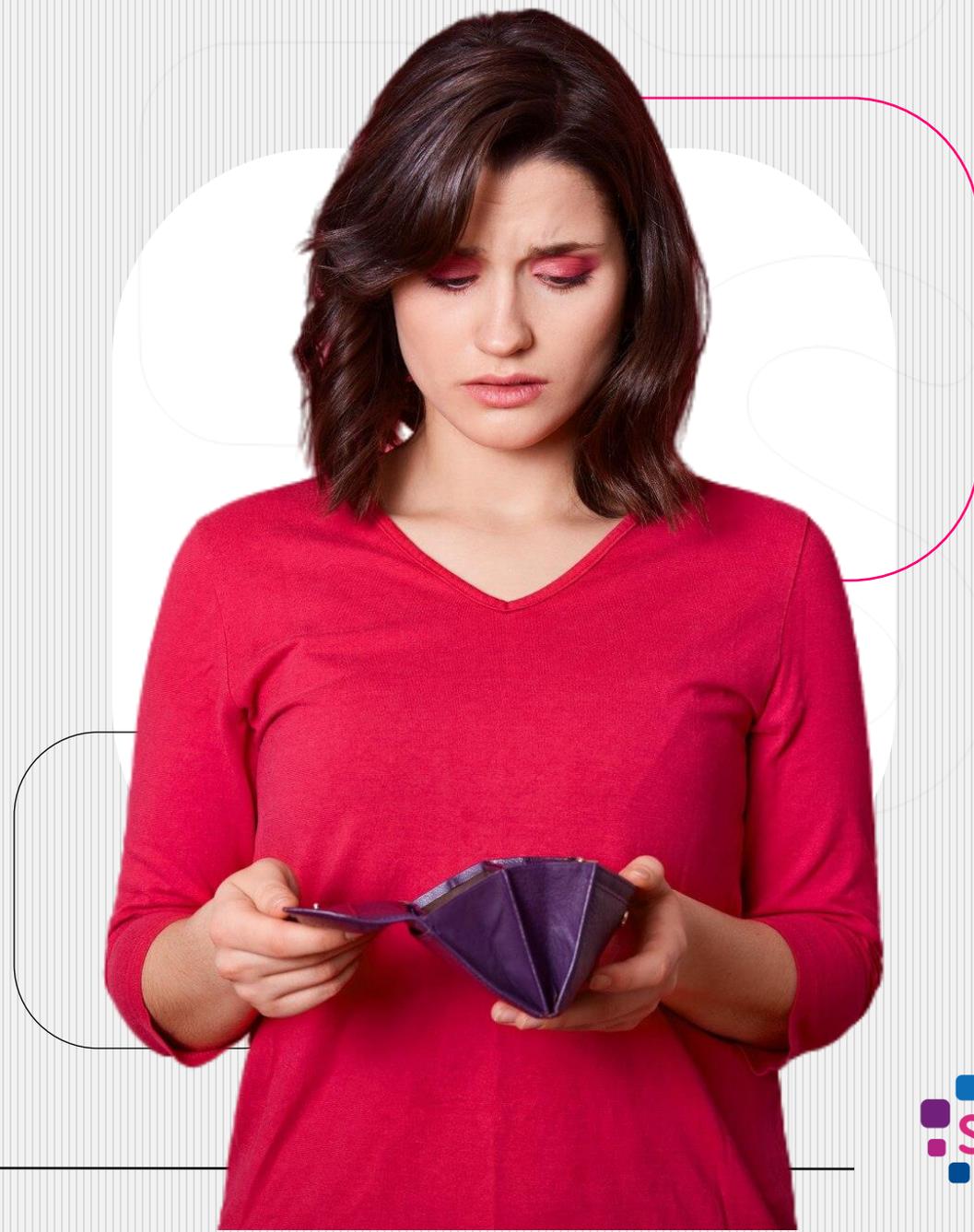
Renda média



52%

Renda baixa

E há uma
conexão entre
**problemas
financeiros e
problemas de
saúde mental?**

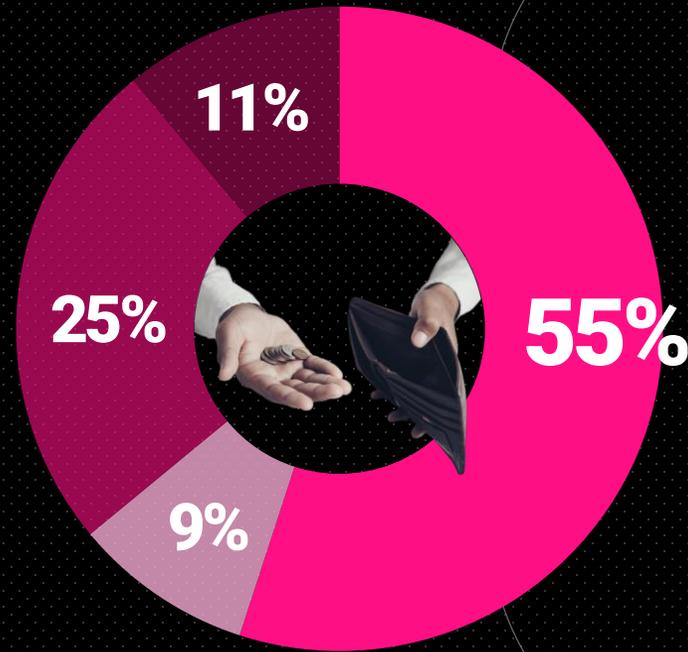


Já sofreu problemas que impactam a saúde mental e com problemas financeiros

Já sofreu problemas que impactam a saúde mental, mas não teve problemas financeiros

Não sofreu problemas que impactam a saúde mental, mas sofreu com problemas financeiros

Não sofreu problemas que impactam a saúde mental nem com problemas financeiros

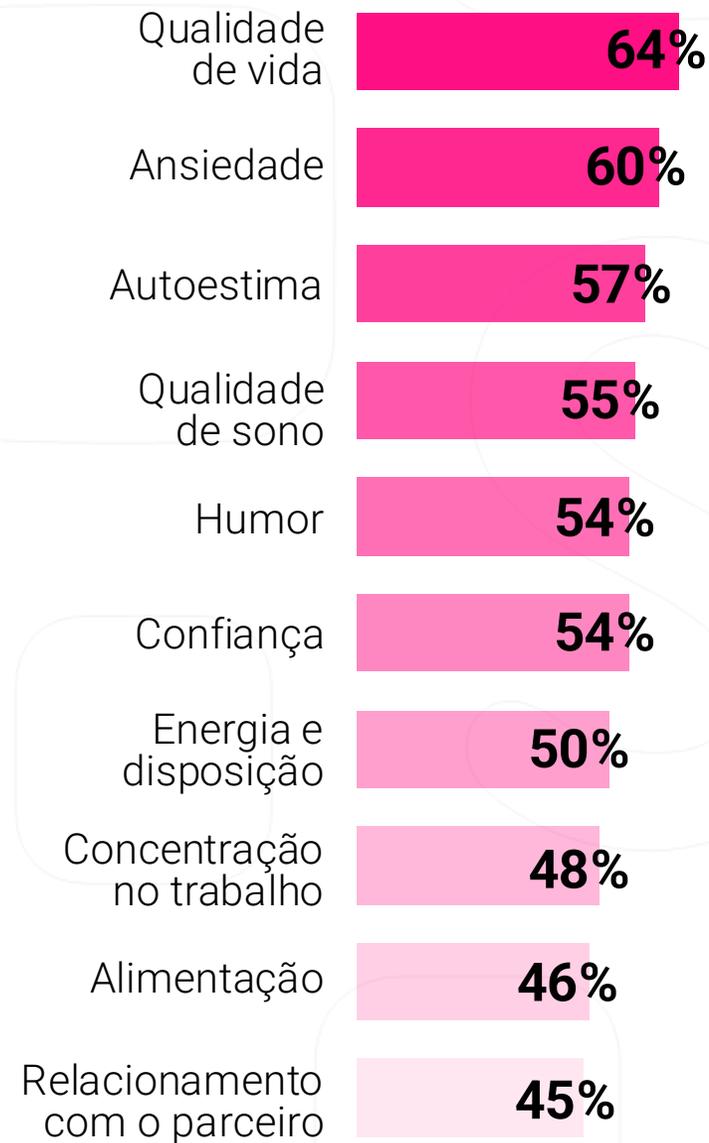


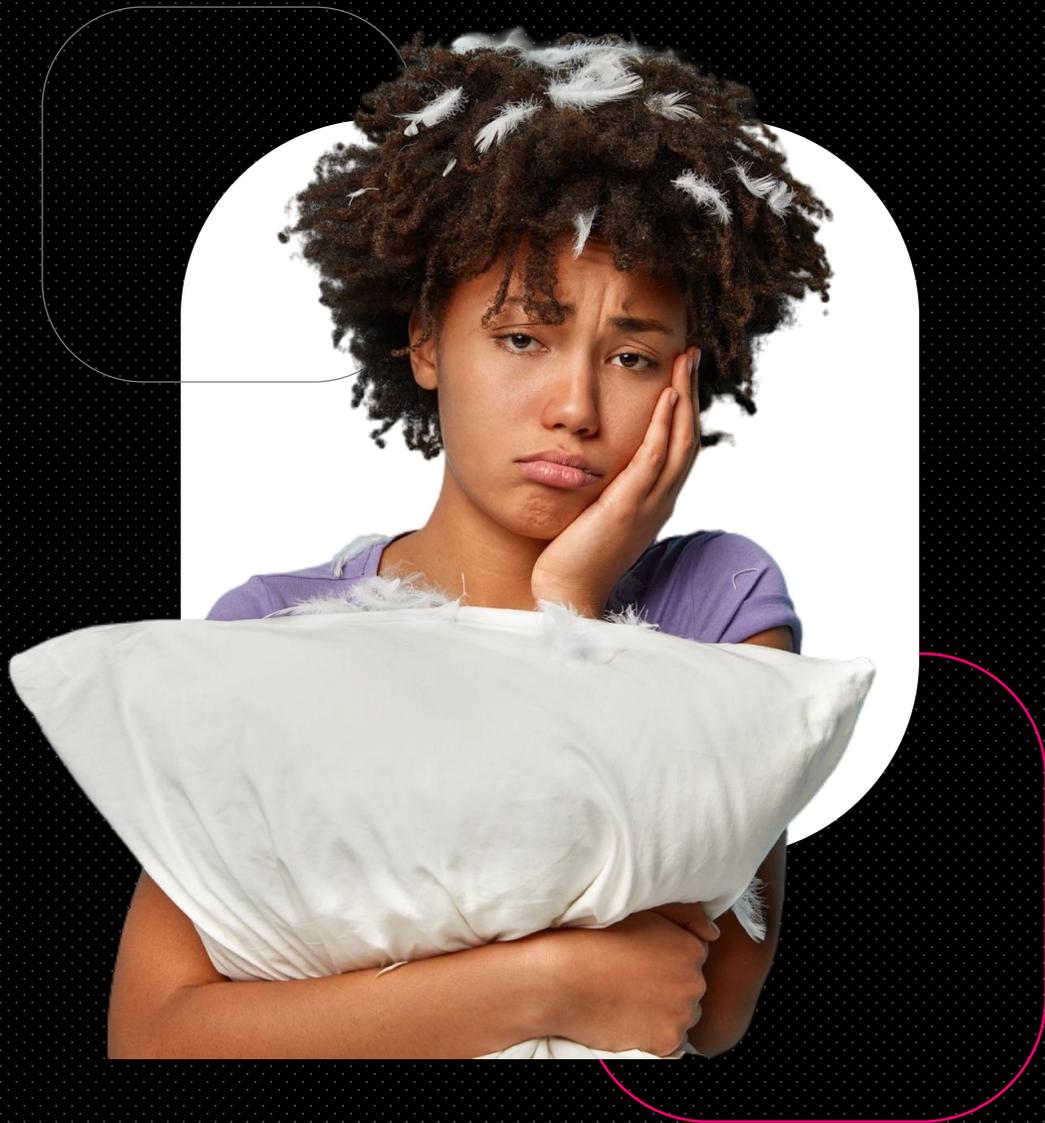
55%

das pessoas dizem já ter sofrido com problemas que impactam a saúde mental e também as finanças

As dificuldades financeiras refletem em diversos âmbitos da vida dos brasileiros, principalmente

na qualidade de vida, ansiedade, autoestima e qualidade de sono.





Em relação a qualidade de vida,
os brasileiros afirmam desenvolver...

80% Picos de **estresse**

79% **Cansaço/desânimo**
frequente

75% **Insônia/**
dificuldade para dormir

* Percentuais como somatório de: Aconteceu com muita ou pouca frequência

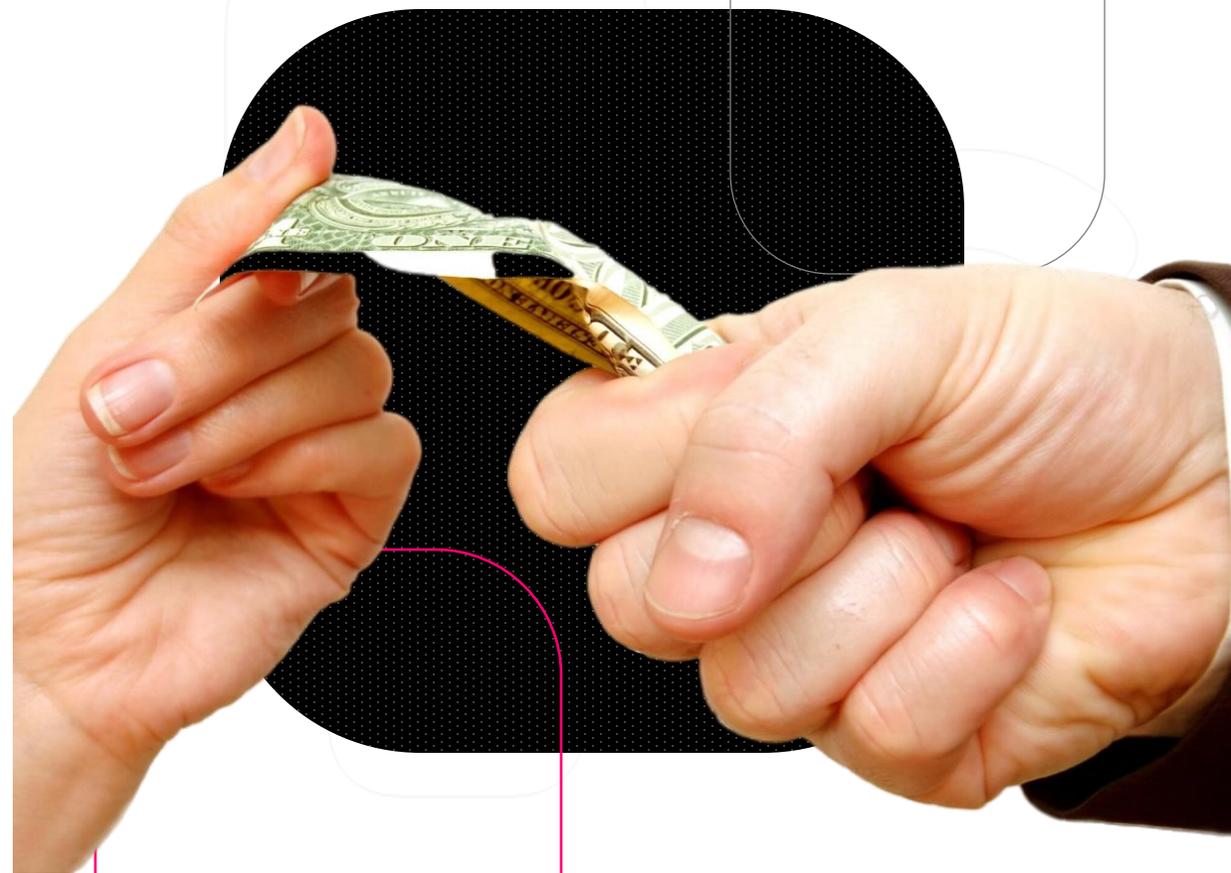
As finanças também impactam
as relações pessoais...

72% Sentir-se mal por pedir
dinheiro emprestado
a familiares e/ou amigos

69% **Evitar ter**
conversas sobre
dinheiro

61% **Isolar-se**
evitando contato com
amigos

* Percentuais como somatório de: Aconteceu com muita ou pouca frequência





Já no ambiente de trabalho,
os entrevistados percebem...

76% Passar a trabalhar pensando apenas nas **contas a pagar**

76% Passar a maior parte do tempo **preocupado**

73% Não conseguir pedir ajuda, achar que resolveria tudo **sozinho**

* Percentuais como somatório de: Aconteceu com muita ou pouca frequência

Os gastos com **saúde** mental



4 em cada 10

brasileiros têm gastos fixos voltados para os cuidados com a saúde mental

43%

Tenho gastos com saúde mental

57%

Não possuo nenhum gasto com saúde mental



43%

Tenho gastos
com saúde
mental

Entre os principais **gastos** estão...

Medicamentos

24%

Esportes

13%

Terapia/Psicólogo

12%

Plano de saúde

11%

Psiquiatra

8%

Terapias alternativas
(yoga, meditação)

3%

49%

das mulheres
gastam com
saúde mental,
comparado a

37%

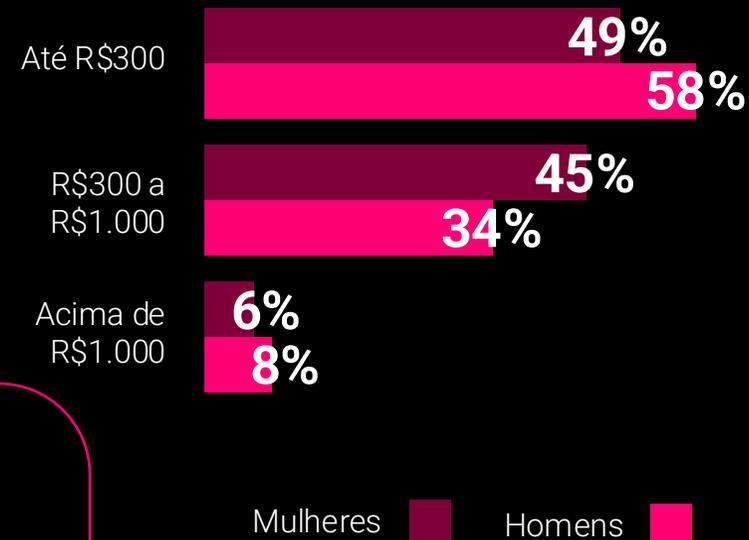
dos homens



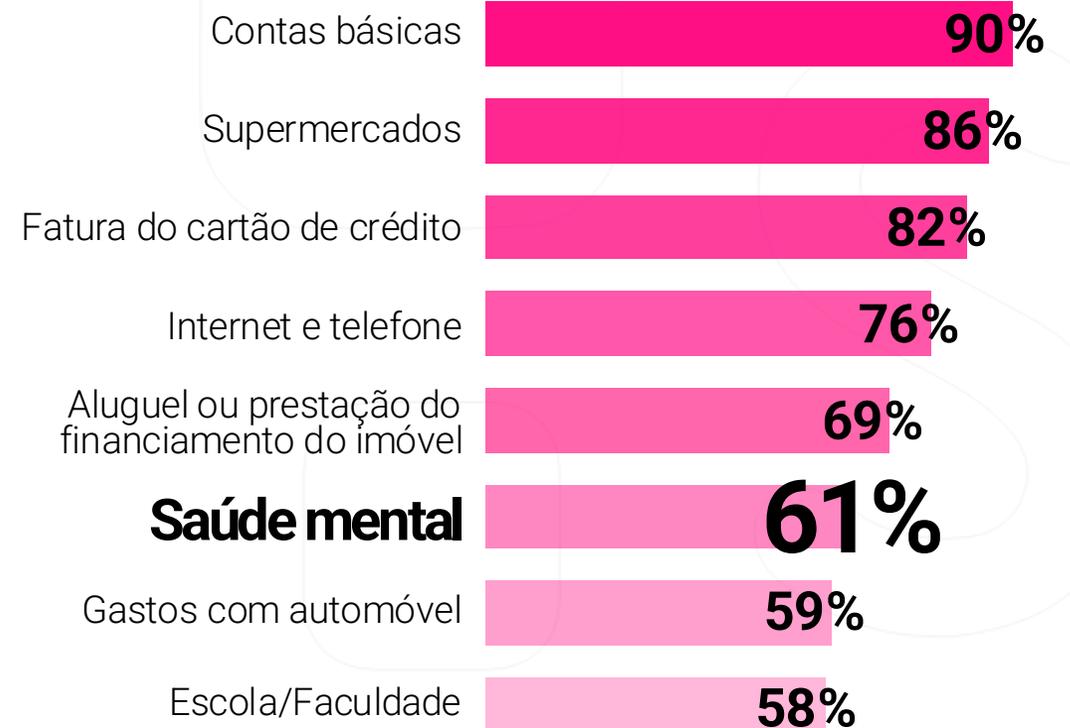
53%

das pessoas gastam
até R\$300 mensais
para cuidar da saúde mental

Mas há diferenças de gêneros...

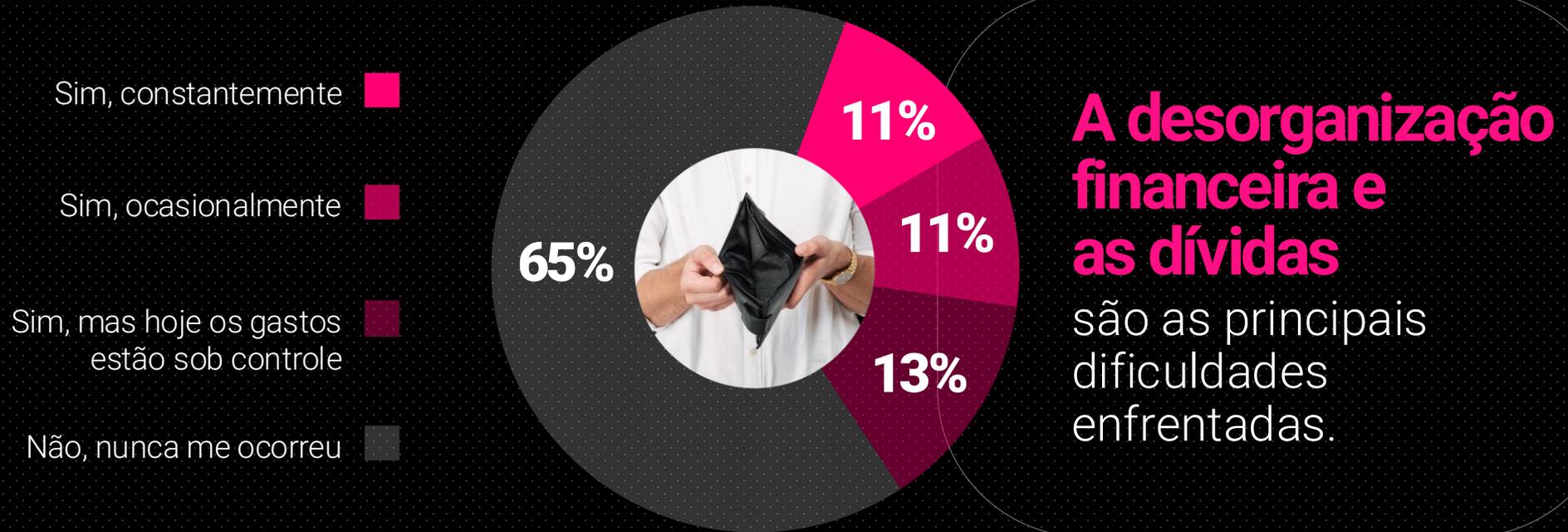


Essa é a
6ª maior
prioridade
de gastos dos
consumidores:



1 em cada 3

já tiveram dificuldades financeiras pelos gastos decorrentes de problemas de saúde mental



86%

dos brasileiros entendem que
cuidar da sua saúde mental
**pode melhorar sua
situação financeira
a longo prazo!**



67%

dizem que
gostariam de
investir mais na
sua saúde
mental.

Agradecemos a sua participação e
até a próxima!



**COMPOR
TAMENTO**