

# Brasil tem quarto pior índice de saúde mental mundial

Ranking considera dados relacionados a 71 países do globo

Por Ana Paula Marques

Um estudo feito pela organização de pesquisa sem fins lucrativos, Neurotech Sapien Labs, mostrou que o Brasil tem a quarta pior taxa de saúde mental do planeta. O país recebeu a nota 53, de um total de 110, ficando na frente apenas da África do Sul (50), Reino Unido (49) e Uzbequistão (48). O ranking The Mental State of the World mapeia a qualidade da saúde mental ao redor do globo, ao todo são 71 países analisados pela pesquisa.

Os brasileiros estão entre os que mais relatam sentir stress e dificuldades com a parte mental de sua saúde, são ao todo 34% de pessoas no país que relatam os sintomas. Além disso, o país sai como párea na América Latina, já que o continente está inserido entre os campeões do bem-estar psicológico. No top 10 global, metade são latinos: Uruguai (81), Costa Rica (81), El Salvador (83), Venezuela (83), Panamá (85) e República Dominicana (91).

## Causas

A psicóloga Roseana Ribeiro explica que o Brasil preocupa nessa lista, pois já ocupou, anteriormente, a liderança na América Latina em termos de casos de ansiedade e depressão, são quase 19 milhões de brasileiros vivendo esse problema. Para a especialista, as políticas públicas são um forte fator para essa realidade.

“A forma de fazer política é e tem sido a de destruir para construir, e a cada quatro

anos vivemos em um eterno recomeço. Falta o básico; saneamento, saúde, segurança, transporte. Tudo isso traz a tona uma desigualdade alta, violência urbana e rural, condi-



Freepik

**País tem pior resultado da América Latina. Brasileiros estão entre os que mais relatam dificuldades com a saúde mental.**

ções de vida miserável geradoras de estresse crônico, e se não tem nem acesso à água ou esgoto, imagine acesso a tratamentos e serviços de saúde mental adequados”, afirma.

Para a psicóloga, com todas essas questões se estendendo por décadas, o brasileiro, geração após geração, acaba adotando uso de drogas, lícitas e ilícitas, para amenizar a dor na busca do “alívio do desprazer”. “Assim gradualmente nos tornando um país sem valores, onde transtornos como ansiedade e depressão tendem a crescer, especialmente quando

as redes de apoio sociais são frágeis ou inacessíveis. Para piorar a sociedade continua enxergando saúde mental como perfumaria, se recusando a olhar como algo fundamental e urgente”, explicou.

## Jovens

O relatório destaca ainda que a população jovem é a mais afetada, com aqueles entre 18 e 24 anos tendo uma probabilidade cinco vezes maior de relatar queixas de saúde mental em comparação com a geração de seus avós.

A psicóloga informa que

tudo tem início com os jovens. “Isso se confunde com outra questão. Não é possível ter saúde mental numa família onde os pais trabalham sendo mal remunerados, tratados com um sorriso hipócrita e ameaçador. Não haverá saúde mental numa família que tem os pais com uma remuneração acima da média e conforto dos bens materiais, mas que contam com empregados que substituem a família e a ausência dos pais, mesmo quando estão presentes. Crescer com o sentimento de abandono ou menos valia é gerador de péssima saúde mental”,

argumenta.

Mais da metade dos jovens na região da América Latina e do Caribe, relataram sintomas clínicos de transtornos de saúde mental. Enquanto menos de 15% das pessoas entre 55 e 64 anos tiveram pontuações negativas no índice, entre 18 e 24 anos esse percentual foi acima de 50%.

O número piora ainda mais no Brasil, sendo o nono país com essa maior discrepância: são 39% mais pessoas de 18 a 24 anos relatando os problemas quando comparado aos de 55 a 64 anos.

## Como recuperar a saúde

Para Roseana Ribeiro não existe um manual para mudar essa realidade do ranking. Mas, além de uma mudança de postura dos nossos representantes e de apostas em políticas públicas sérias, também é preciso promover em casa a necessidade de uma vida de trabalho e família equilibrados. “Precisamos urgentemente incentivar práticas de autocuidado saudáveis. Precisamos parar e reavaliar como estamos nos tratando reciprocamente e principalmente a nós mesmos. Precisamos de menos ego e mais alma”.

É preciso de mais profissionais na área e, além disso, uma implementação ainda maior de campanhas de conscientização para reduzir esse estigma, defende a psicóloga. Investir em políticas públicas também “é essencial e urgente, e nossos representantes precisam cuidar da saúde mental da sociedade, mesmo que não traga votos de imediato”.

## A pesquisa

O instituto não considera que ter saúde mental em dia é necessariamente relacionado à alegria ou à tristeza. Ela “reflete as impressões de um indivíduo sobre como seu estado interior impacta sua habilidade de funcionar no contexto da vida”, de acordo com o Sapien Lab.

A plataforma organiza seu quociente em eixos específicos: a habilidade de regular emoções e otimismo no futuro; como a pessoa se enxerga nos olhos dos outros; motivação; conexão entre saúde da mente e do corpo; capacidade das funções cognitivas; e desenvoltura para se adaptar, ser resiliente. Destes, apenas resiliência e motivação superaram os 70 pontos entre os brasileiros.

# País pode ter mais de 64 milhões vivendo em lares com insegurança alimentar

O Brasil tinha quase 64,2 milhões de pessoas vivendo em domicílios classificados com algum grau de insegurança alimentar (leve, moderada ou grave) em 2023.

É o que apontam dados da Pnad Contínua (Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios Contínua) divulgados nesta quinta-feira (25) pelo IBGE (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística).

A escala utilizada pelo levantamento contabiliza desde endereços com incerteza quanto ao acesso aos alimentos no futuro até os casos mais extremos, de locais já afetados pela fome.

O contingente de quase 64,2 milhões morava em 21,6 milhões de lares identificados com insegurança alimentar. Esses 21,6 milhões de endereços correspondiam a 27,6% do total de domicílios no país em 2023 (78,3 milhões).

A proporção perdeu força na comparação mais recente da série histórica do IBGE, embora o problema ainda afete quase 3 em cada 10 lares.

O percentual de domicílios em insegurança alimentar era de 36,7% (ou 25,3 milhões) na pesquisa do órgão que havia investigado o tema pela última vez, a POF (Pesquisa de Orçamentos Familiares) 2017-2018.

Apesar de os levantamentos serem diferentes, os seus resultados podem ser analisados em conjunto porque seguem a mesma metodologia, indica o instituto.

O IBGE utilizou critérios da Ebia (Escala Brasileira de Insegurança Alimentar) para identificar os domicílios em condição de segurança ou insegurança alimentar.

O órgão não pesquisou o tema no intervalo entre a POF 2017-2018 e a Pnad 2023. Durante esse vácuo, o país amargou os efeitos da pandemia de Covid-19.

Com a crise sanitária e econômica, famílias perderam renda e sentiram a disparada dos preços dos alimentos. Cenas de brasileiros em busca de doações e até de restos de comida ganharam evidência à época.

André Martins, analista do IBGE, associou a redução da insegurança alimentar na Pnad 2023, ante a POF 2017-2018, a fatores como a recuperação do mercado de trabalho e a ampliação de programas sociais.

Outro possível impacto, segundo o pesquisador, veio da deflação (queda dos preços) dos alimentos no ano passado. “A recuperação que a gente vê em outros indicadores vai se refletir no acesso aos alimentos”, disse.

Dados divulgados pelo IBGE na semana passada apontaram que a renda per capita bateu re-



Karime Xavier/Folhapress

**Os dados são da Pnad Contínua, divulgada pelo IBGE nesta quinta-feira**

corde no Brasil em 2023.

O rendimento teria sido impulsionado pela melhora do mercado de trabalho e pela ampliação do Bolsa Família, uma das apostas do governo Luiz Inácio Lula da Silva (PT).

O percentual de lares classificados em insegurança alimentar no ano passado (27,6%), contudo, ainda é superior ao registrado pelo IBGE na Pnad de dez anos antes. Segundo a pesquisa, 22,6% dos domicílios estavam nessa si-

tuação em 2013.

“O copo meio cheio é estar melhor do que antes da pandemia [2017-2018]. Muito disso está relacionado à expansão do Bolsa Família, que paga R\$ 600 hoje, além de benefícios auxiliares”, aponta André Salata, coordenador do centro de pesquisas PUCRS Data Social.

“O copo meio vazio é pensar que em torno de um quarto dos domicílios ainda passe por insegurança alimentar, em uma situação

pior do que a de dez anos atrás. É uma informação muito grave”, pondera.

## Entenda

Os critérios adotados pelo IBGE dividem os lares em três categorias de insegurança alimentar: leve, moderada e grave. O fenômeno não pode ser usado como sinônimo direto para fome, de acordo com o órgão.

A insegurança alimentar leve envolve a preocupação ou a incer-

teza quanto ao acesso aos alimentos no futuro. Nessa condição, a qualidade da alimentação pode ser afetada para não comprometer a quantidade.

No grau moderado, há redução quantitativa de comida entre adultos e/ou ruptura nos padrões de alimentação.

Já nos domicílios com insegurança alimentar grave, a restrição da quantidade de alimentos também afeta as crianças, quando estão presentes. A ruptura nos padrões de alimentação resultante da falta de alimentos atinge todos os moradores, incluindo os mais jovens. Nessa situação, a fome passa a ser uma experiência vivida no domicílio, diz o IBGE.

No ano passado, 3,2 milhões de lares estavam em insegurança alimentar grave no país, o equivalente a 4,1% do total (78,3 milhões). Esses endereços reuniam 8,7 milhões de pessoas.

A insegurança alimentar leve é a mais presente no país. Em 2023, esse grau alcançou 18,2% do total de domicílios, acima do percentual relativo ao nível moderado (5,3%).

A soma das três proporções (4,1%, 18,2% e 5,3%) corresponde ao resultado de 27,6% dos lares em situação de insegurança alimentar no ano passado.

**Por Leonardo Vicceli (Folhapress)**