

Pesquisa de Opinião

COMO ANDA A SAÚDE MENTAL DO BRASILEIRO?

Realizada por:

Thaís Quaranta – Psicóloga e Neuropsicóloga

Coordenadora da Pós-Graduação em Psicopatologia na Infância e Adolescência-
APAE-SP

Janeiro, 2019



Principais descobertas da pesquisa

- ▶ 80% das pessoas que responderam a pesquisa são mulheres, com idades entre 18 e 35 anos
- ▶ A maioria dos participantes é da região Sudeste, mas pessoas de todos os Estados participaram
- ▶ 63% dos entrevistados já fizeram terapia com um psicólogo e 43% já se consultaram com um psiquiatra
- ▶ A maioria da amostra, 66%, já recebeu algum diagnóstico de transtorno psiquiátrico
- ▶ Os 5 principais transtornos diagnosticados foram ansiedade, depressão, estresse, síndrome do pânico e transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH)
- ▶ 65% dos entrevistados têm um parente direto que também já recebeu um diagnóstico de algum transtorno mental
- ▶ 55% dos entrevistados afirma que não cuida da saúde mental como cuida da física –

Principais descobertas da pesquisa

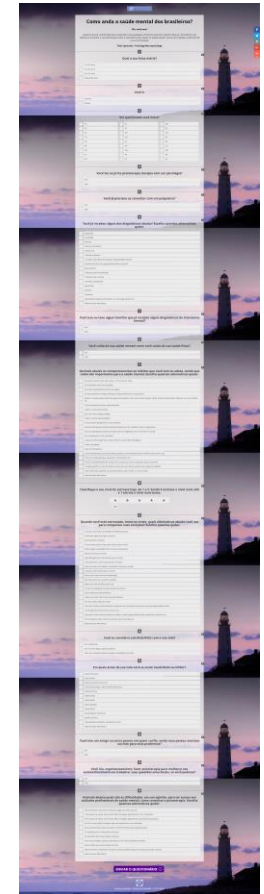
- ▶ Aqueles que cuidam da saúde mental, citaram várias estratégias, sendo as 5 principais: dedicar algum tempo durante o dia para fazer algo que gosta, dormir bem, sair com amigos, visitar a família e praticar o autoconhecimento
- ▶ 68,4% da amostra apresenta índices elevados de estresse
- ▶ Entre as principais estratégias para lidar com o estresse, tristeza ou emoções estão: isolar-se, comer mais que o normal, dormir mais que o normal, navegar horas na internet e usar as redes sociais
- ▶ Apenas 18% da amostra afirma ser feliz ou estar satisfeito com a vida
- ▶ Os 5 principais aspectos que levam à infelicidade ou à insatisfação com a vida são a vida financeira, o trabalho, a aparência física, os relacionamentos amorosos e saúde mental/emoções

Principais descobertas da pesquisa

- ▶ 91% dos entrevistados iriam espontaneamente um psicólogo, se tivessem essa oportunidade, para cuidar da saúde mental de forma preventiva
- ▶ Porém, quando perguntados sobre os impedimentos para cuidar da saúde mental, os principais citados foram a incompatibilidade dos valores da psicoterapia com a renda da população brasileira, não ter acesso por não ter plano de saúde, dificuldade de acessar estes serviços pelo SUS, dificuldade mesmo tendo plano de saúde para acessar os serviços e o preço do tratamento

Metodologia da pesquisa

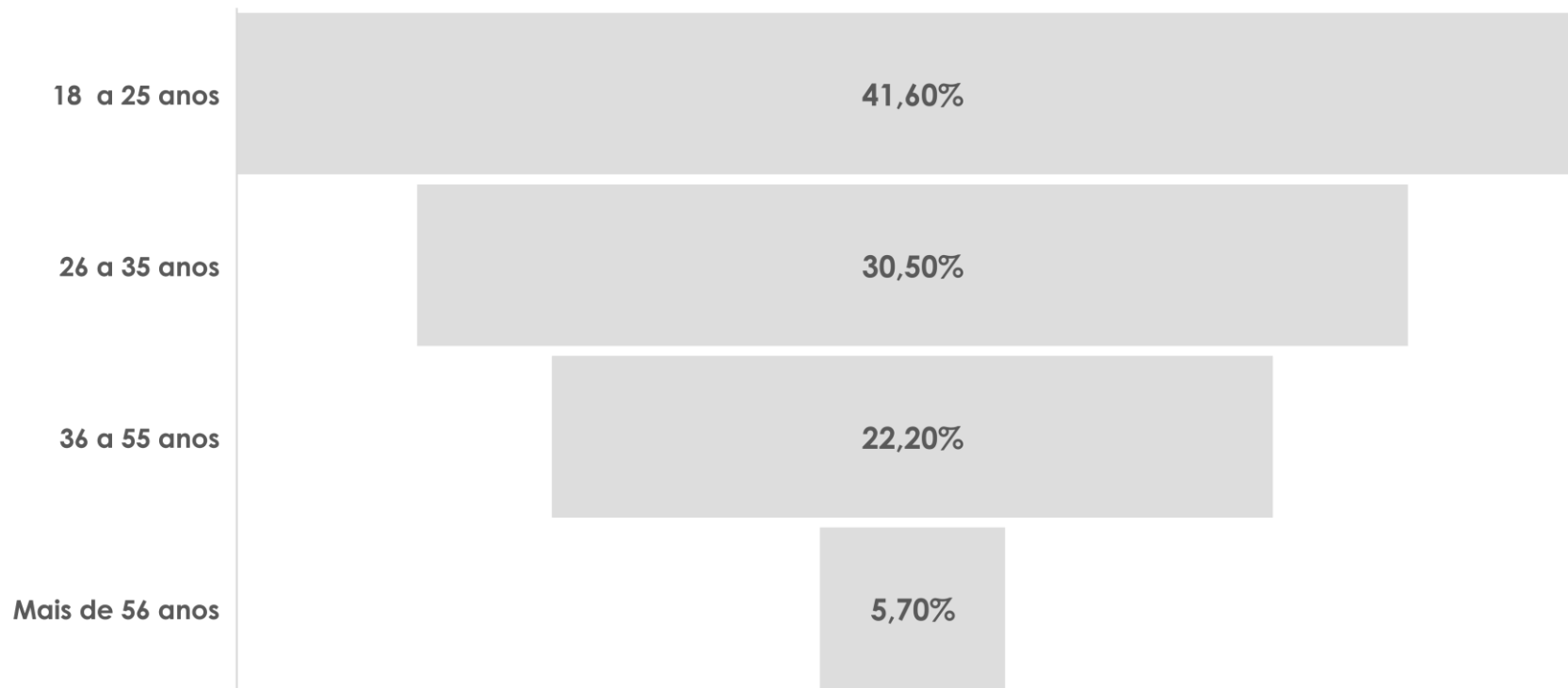
- ▶ A pesquisa foi realizada por meio de um questionário online, na ferramenta SURVIO.com
- ▶ Eram 16 perguntas entre respostas únicas e múltiplas
- ▶ As respostas foram coletadas entre 3 de dezembro a 7 de janeiro de 2019
- ▶ Ao todo, foram coletadas 941 respostas
- ▶ <https://www-1.surveio.com/survey/d/C116H4H7L7A9R1B7Q>



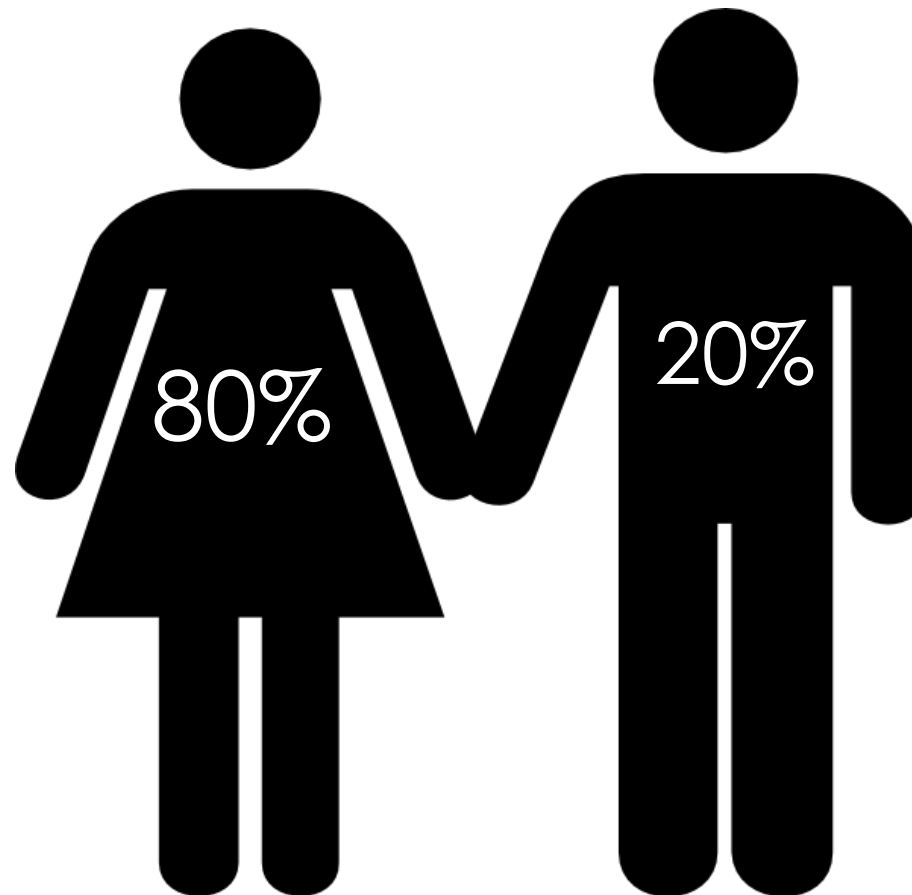
Tamanho da amostra



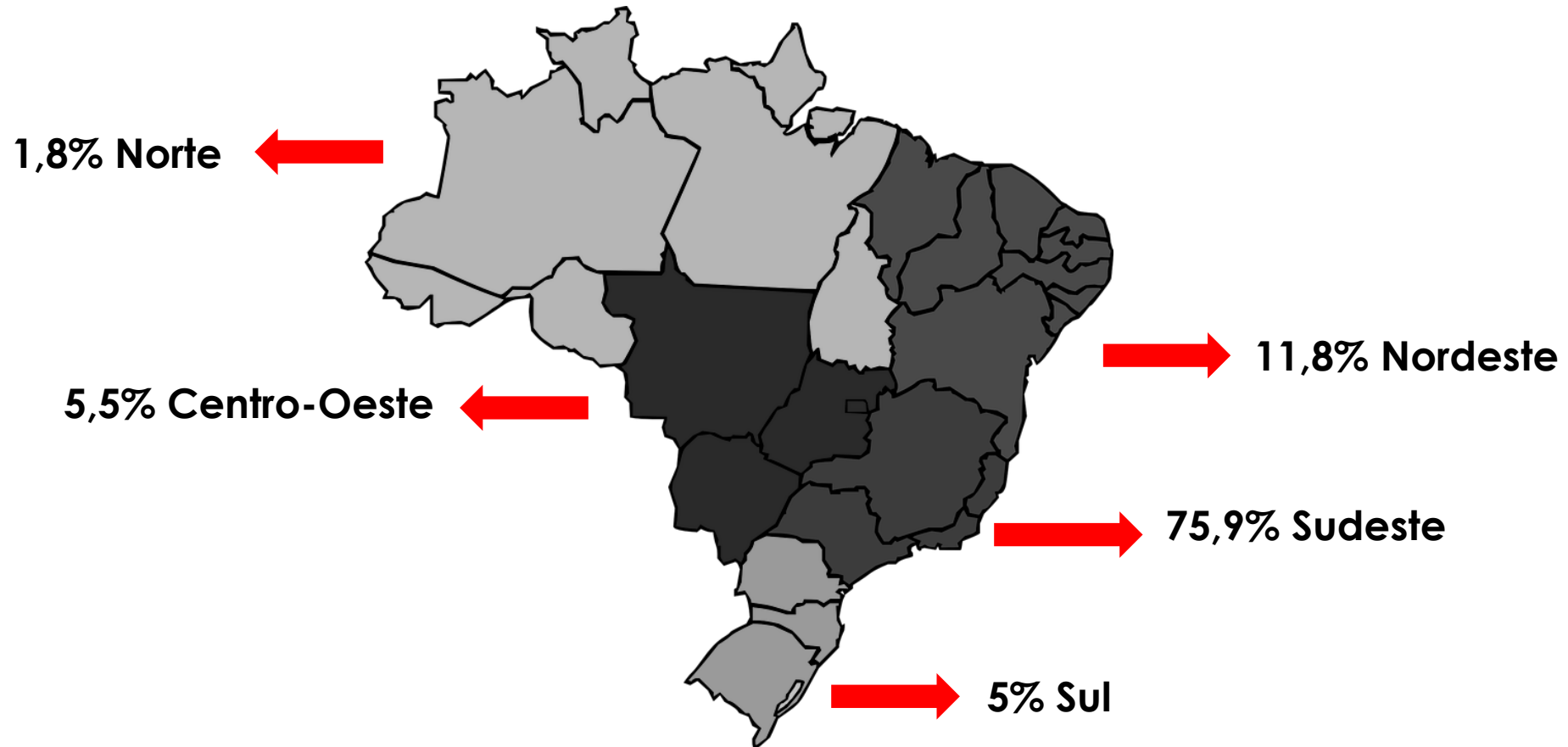
Perfil Etário da amostra



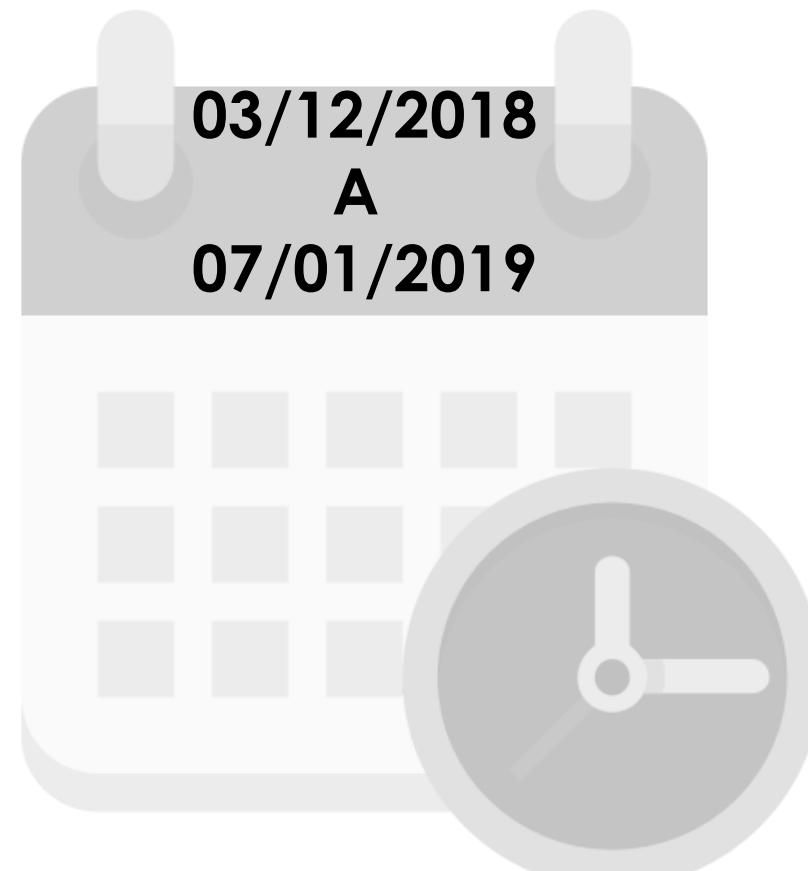
Gênero da amostra



Localização da amostra



Período de coleta das respostas



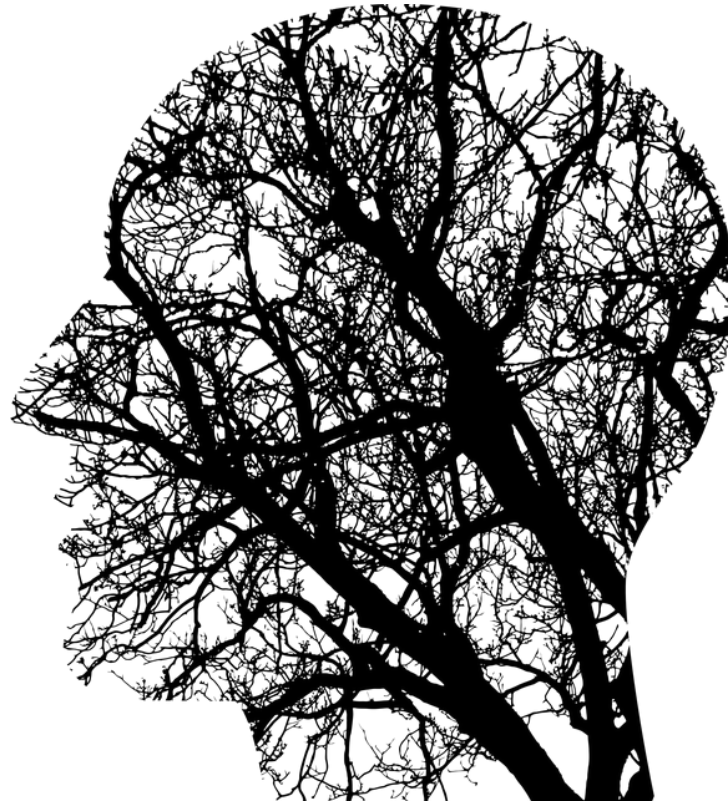
Você já fez psicoterapia?



SIM – 63%
NÃO- 37%

Você já foi a um psiquiatra?

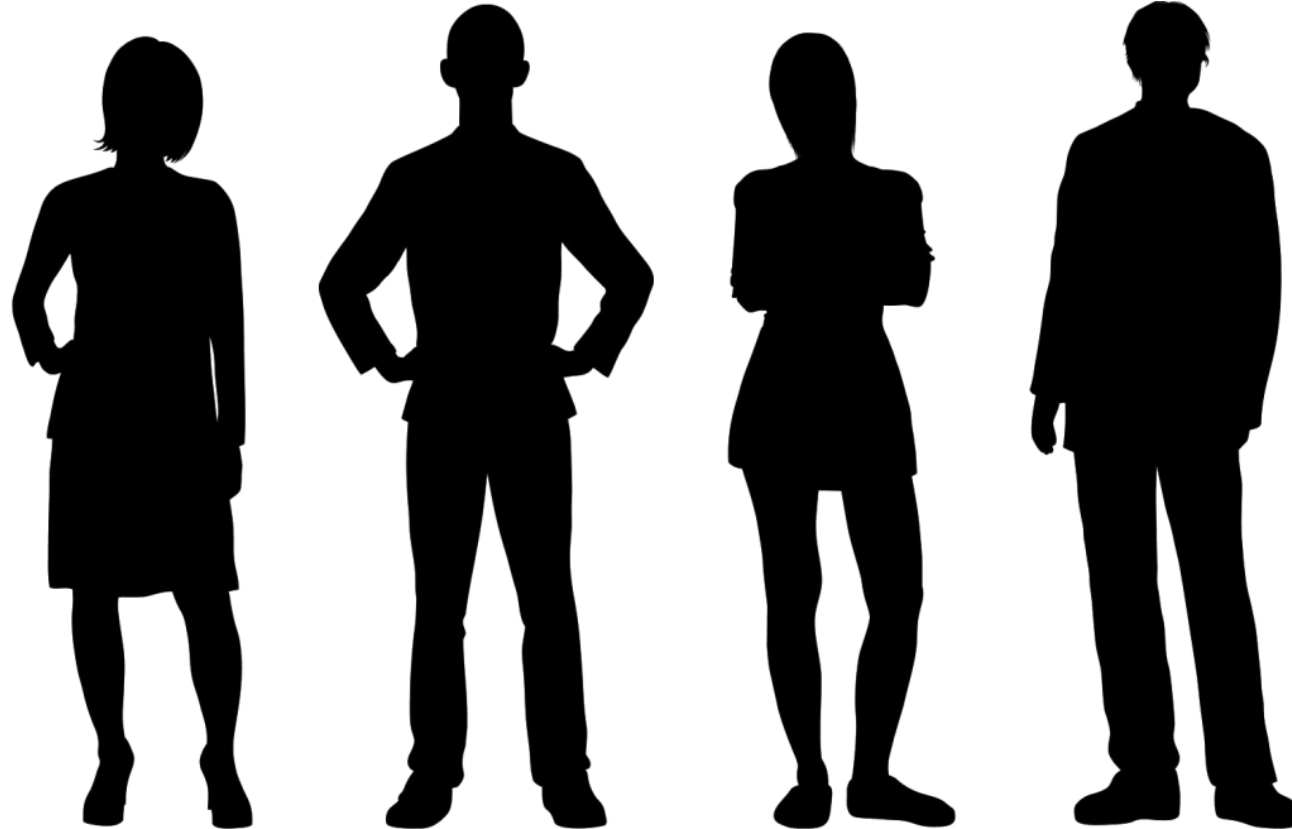
SIM – 43%



NÃO- 57%

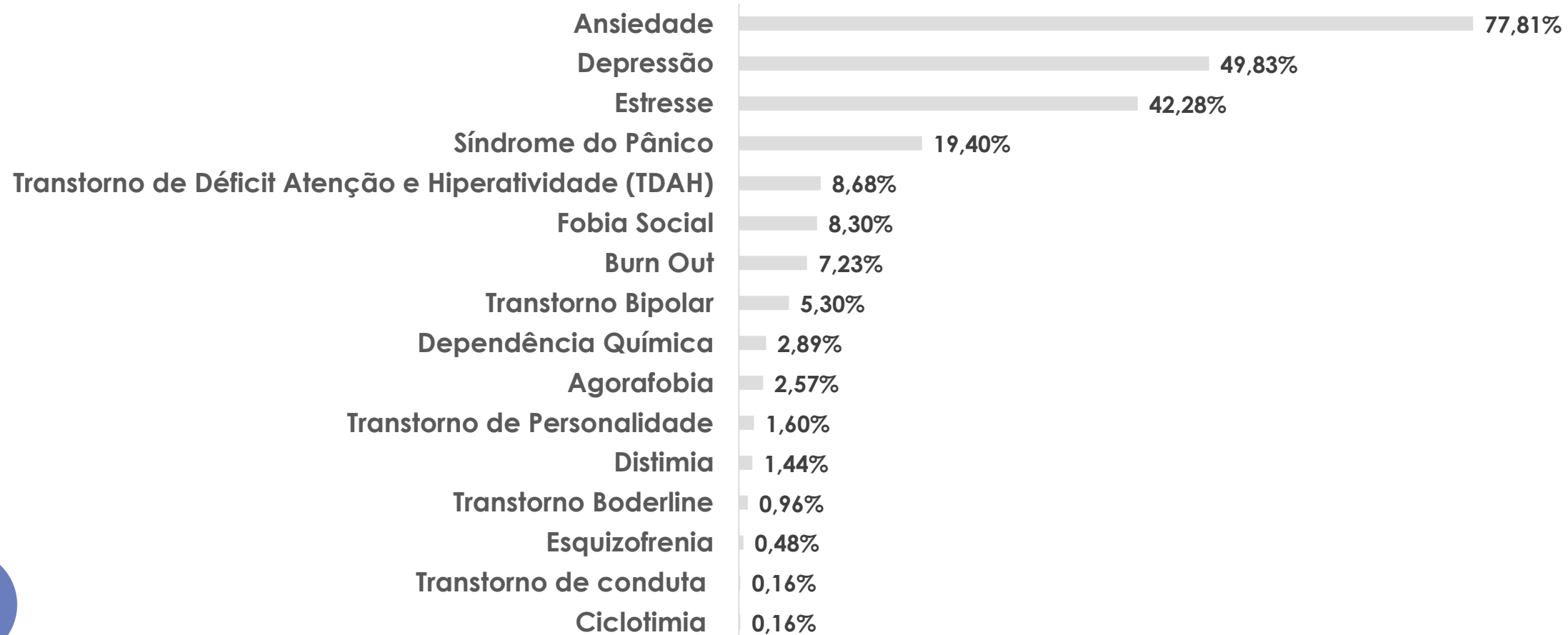
Você já recebeu um diagnóstico de um transtorno psiquiátrico?

66% - SIM



34% - NÃO

Principais diagnósticos psiquiátricos recebidos



Algum familiar direto seu já recebeu algum diagnóstico de transtorno mental?



65% SIM



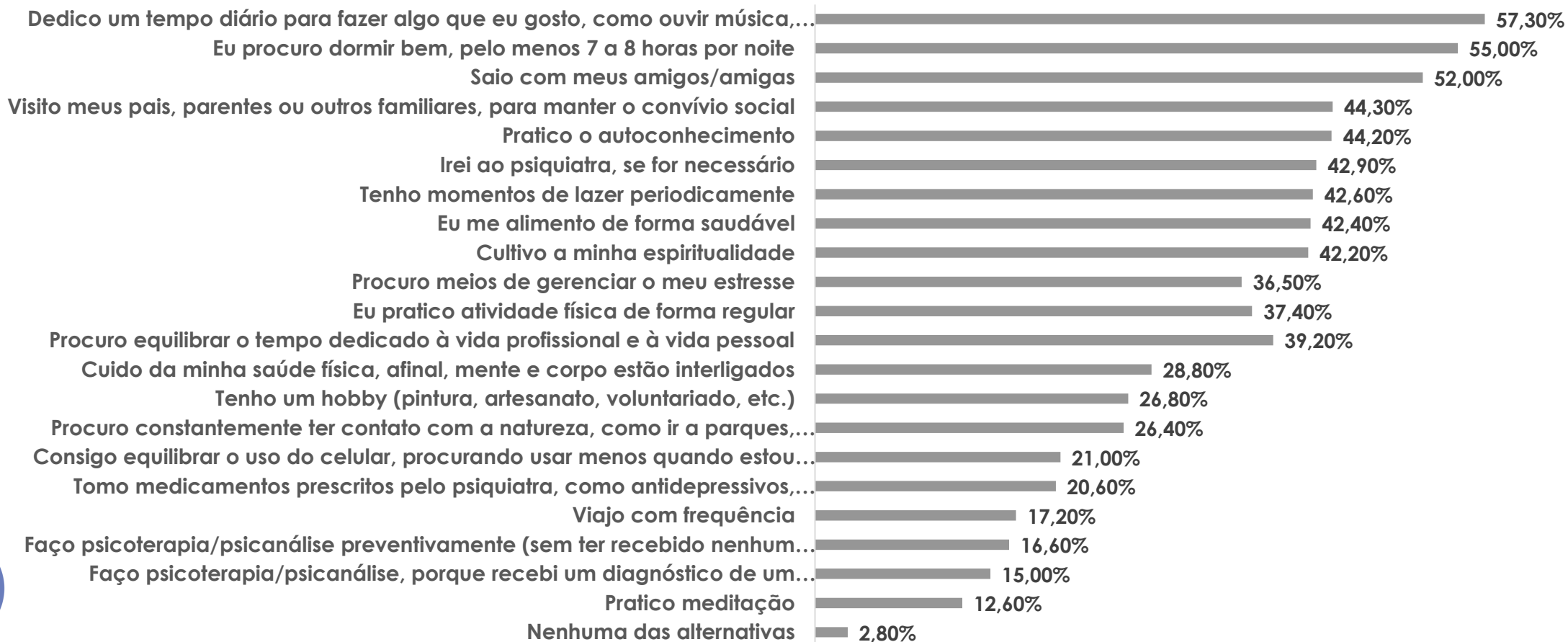
35% NÃO

Você cuida da sua saúde mental
como você cuida da sua saúde física?

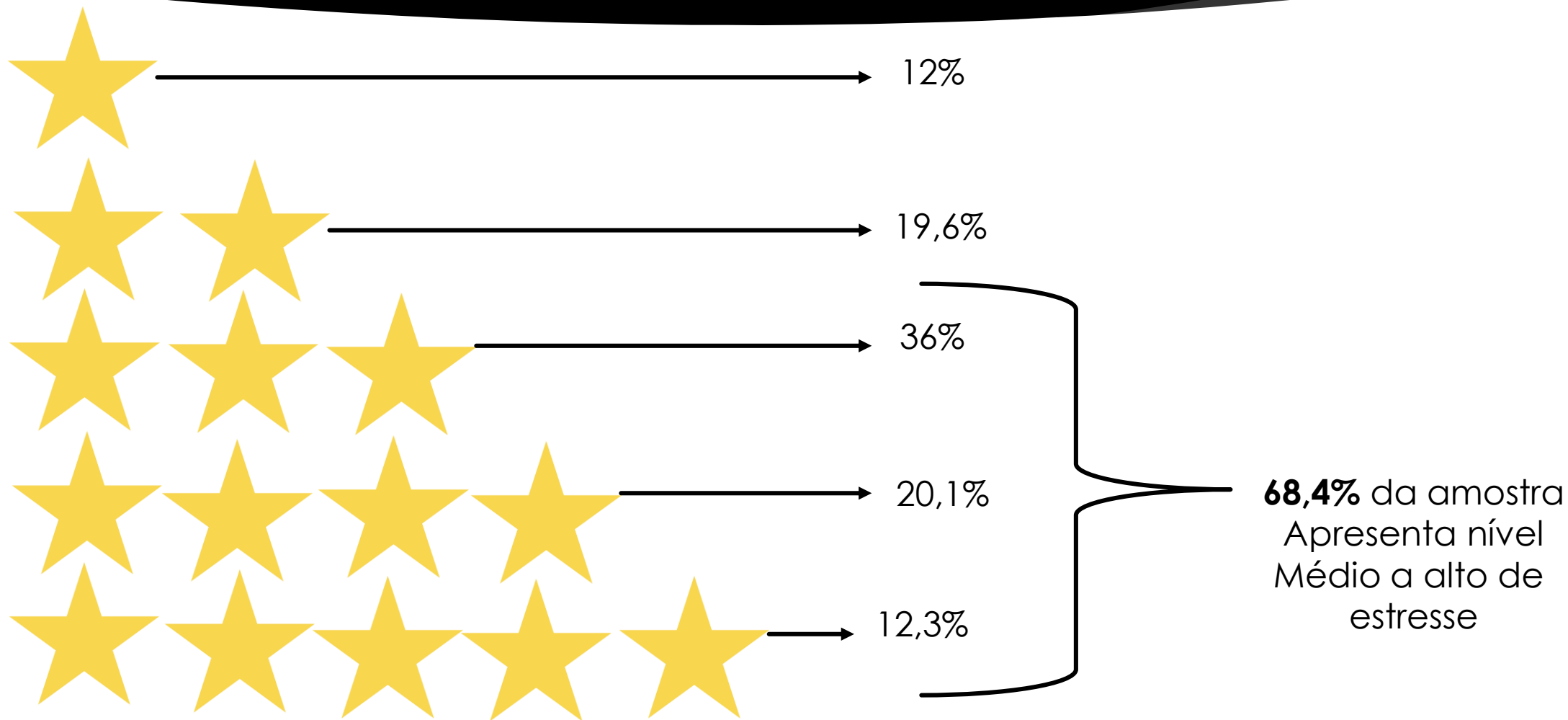
SIM – 45%



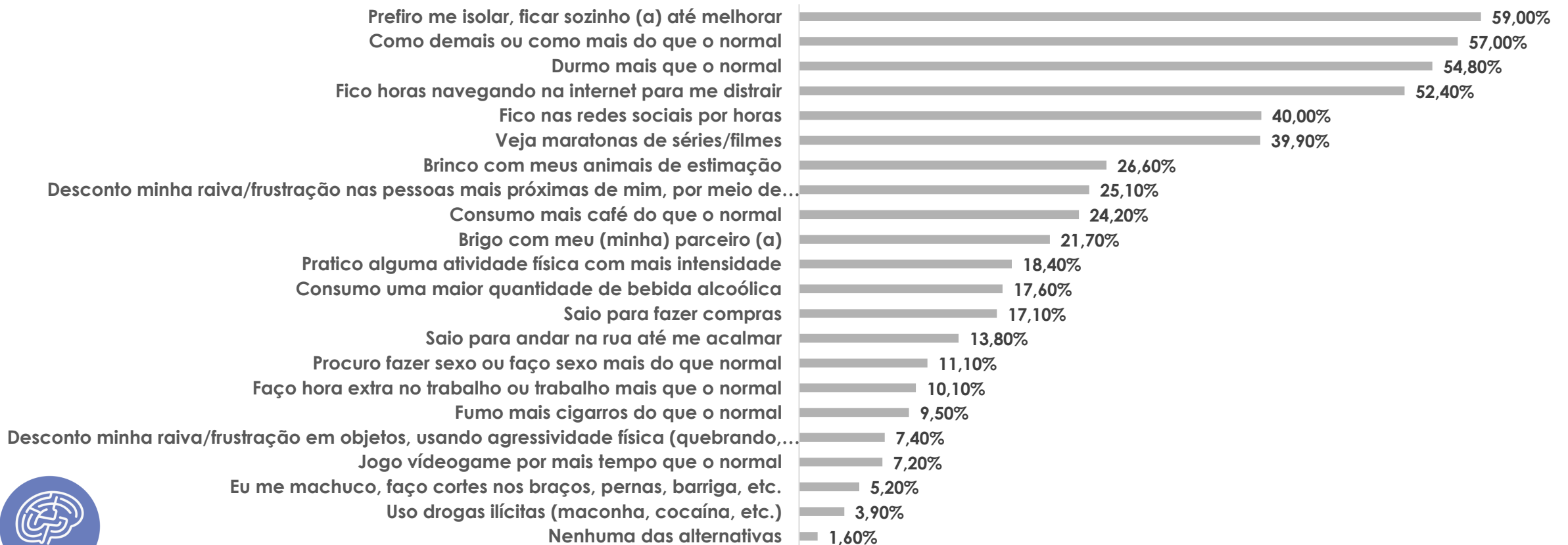
O que você faz para cuidar da sua saúde mental?



Classifique seu nível de estresse, de 1 a 5.
Sendo 5 estrelas o nível mais alto e 1 o nível mais baixo



Quando você está nervoso, estressado ou frustrado, o que você costuma fazer para compensar suas emoções?



Você se considera feliz/satisfeito com a sua vida?



Sim, totalmente
18,2%

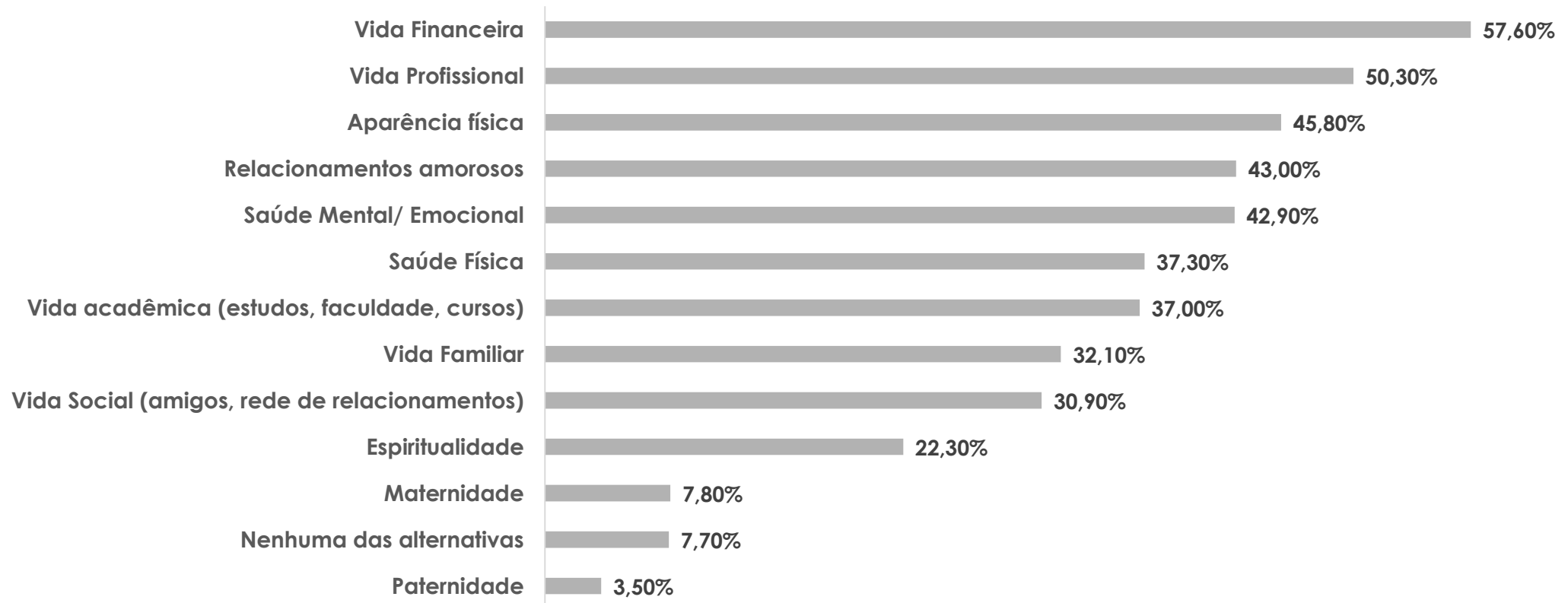


Sim, mas apenas em alguns
Aspectos
71,2%

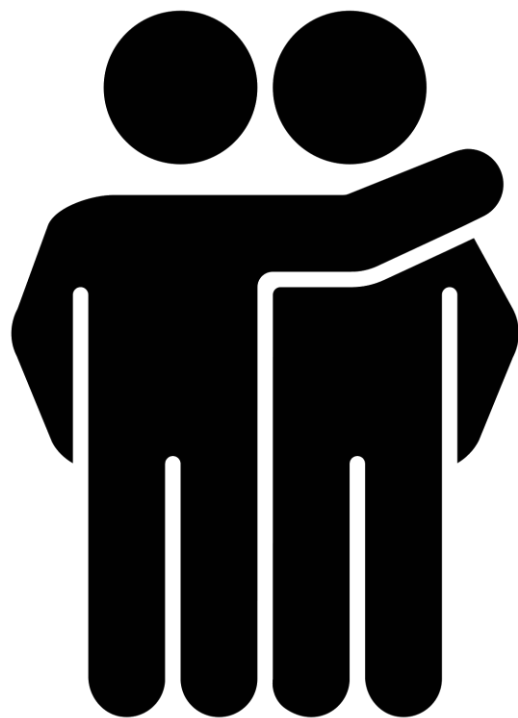


Não, me considero infeliz
e insatisfeito com tudo
10,6%

Em quais aspectos da sua vida você se considera infeliz/insatisfeito?



Você tem um amigo ou outra pessoa em quem confia, sendo essa pessoa uma boa ouvinte para seus problemas?



SIM – 78%



NÃO – 12%

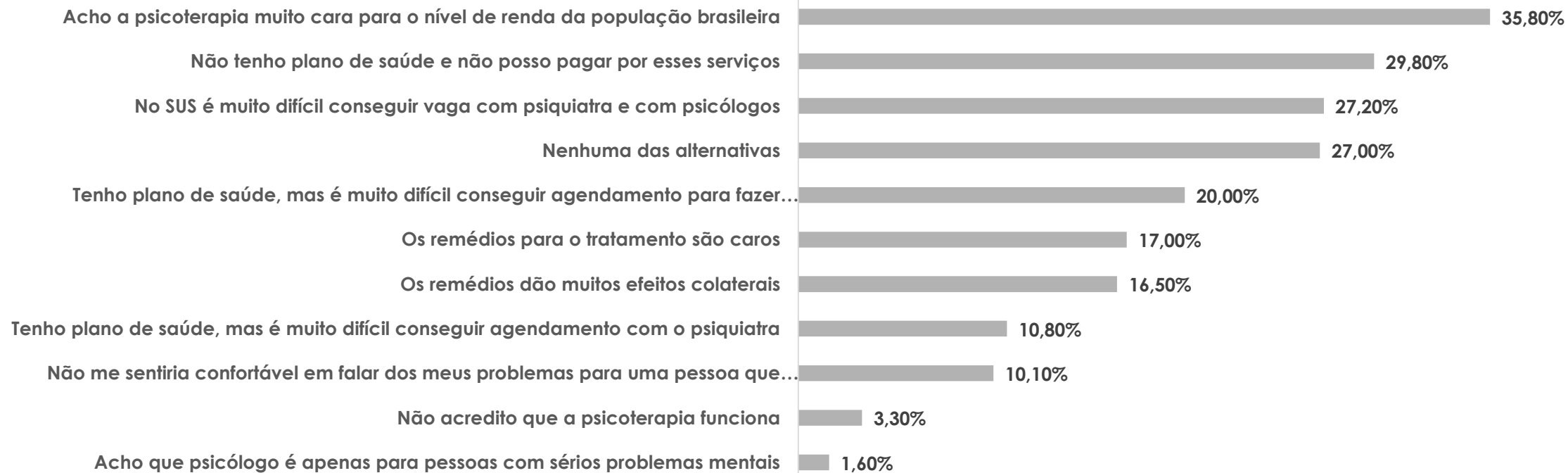
Você iria, espontaneamente, fazer psicoterapia para melhorar seu autoconhecimento ou trabalhar suas questões emocionais, se você pudesse?

NÃO – 9%



SIM – 91%

Assinale abaixo quais são as dificuldades, em sua opinião, para ter acesso aos cuidados profissionais de saúde mental, como consultas e psicoterapia no Brasil.



“

AVISO LEGAL

”

**PROIBIDA A DIVULGAÇÃO DESTA PESQUISA SEM A PRÉVIA
SOLICITAÇÃO POR ESCRITO AOS AUTORES E DEVIDOS CRÉDITOS**

A solicitação pode ser feita pelo e-mail leda@agenciahealth.com.br

Thaís Quaranta Psicóloga e Neuropsicóloga

Site: www.thaisquaranta.com.br

Tel: 55 11 98399-1828

E-mail: contato@thaisquaranta.com.br

