

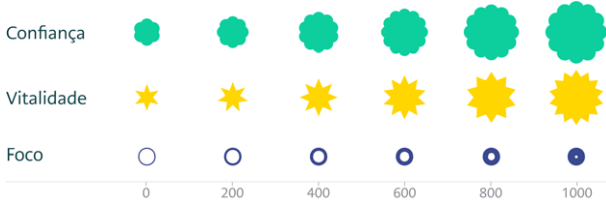
SUMÁRIO EXECUTIVO

2º SEMESTRE
2023

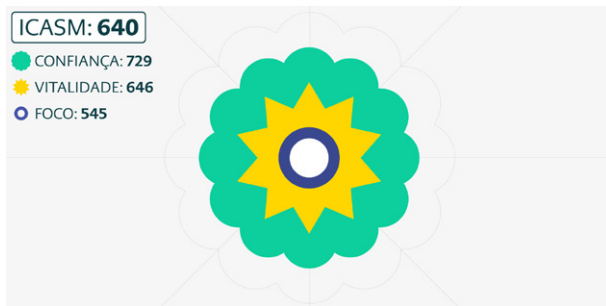
Panorama da Saúde Mental

Ferramenta dinâmica de pesquisa e monitoramento
contínuo da saúde mental dos brasileiros

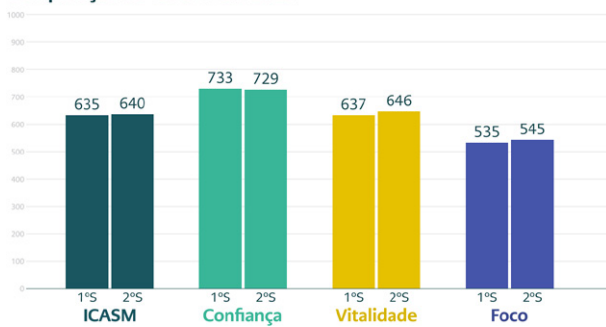
Os resultados do **Índice Contínuo de Avaliação da Saúde Mental (ICASM)** são expressos em uma escala entre 0 e 1000 a partir de uma agregação das respostas para o Questionário Geral de Saúde (GHQ-12) e permitem a avaliação de macro dinâmicas relacionadas ao contexto da saúde mental no Brasil. Nesta escala, uma pontuação de 1000 indicaria níveis máximos nas dimensões de confiança, vitalidade e foco.



No 2º semestre de 2023, o ICASM da população adulta brasileira foi de 640 pontos. Subdividido em três dimensões, o índice recebeu maior contribuição do componente Confiança (729), seguido de Vitalidade (646) e Foco (545).



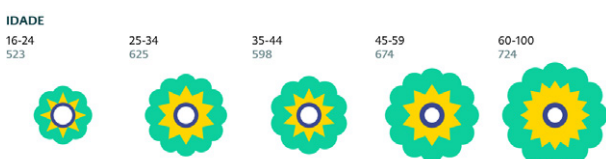
Comparação do ICASM em 2023



O ICASM das **mulheres** foi de 593 pontos, quase 100 pontos a menos do que o ICASM dos homens (691).



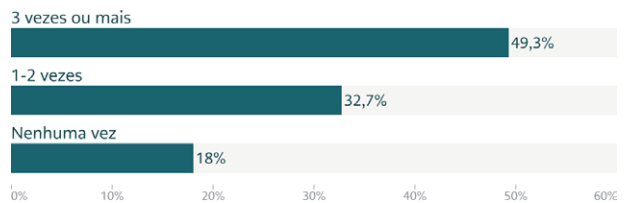
Os jovens que têm entre 16 e 24 anos apresentam resultados preocupantes. O ICASM desse grupo (523) é o menor entre as faixas etárias estudadas.



63,2% dos respondentes afirmaram serem os responsáveis pelo sustento do lar. Estes apresentaram ICASM de 685, o maior dentro desta categoria. Já aqueles em que os pais são responsáveis pelo sustento do lar (13%), apresentaram ICASM de 469.

A **preocupação com a condição financeira** continua apresentando uma forte associação com a saúde mental dos brasileiros no 2º semestre de 2023.

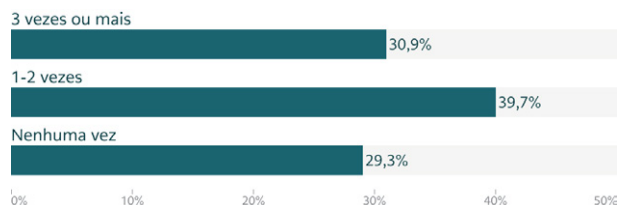
Durante as últimas duas semanas, quantas vezes você ficou preocupado com a sua situação financeira?



Pouco mais de 8 em cada 10 respondentes se preocuparam com a sua situação financeira ao longo das últimas duas semanas. Para quase 5 em cada 10, essa preocupação tem ocorrido 3 vezes ou mais nas últimas 2 semanas. A preocupação com a situação financeira está associada a uma menor pontuação no ICASM.



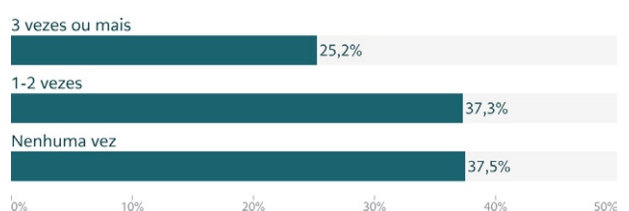
Durante as últimas duas semanas, quantas vezes você dormiu menos de 6 horas em uma noite?



A falta de horas de sono e as dores crônicas também afetam a população: 71% dos respondentes declara que dormiu menos de 6 horas em pelo menos uma noite nas últimas duas semanas e 62% que sentiu forte sonolência durante o dia. Quando perguntada sobre dor, quase a metade da amostra (48%) declara ter tido alguma dor crônica no mesmo período.



Durante as últimas duas semanas, quantas vezes você sentiu forte sonolência durante o dia?

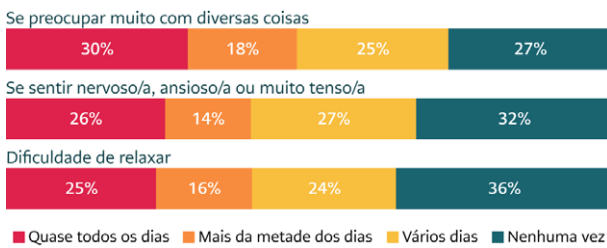


22% dos respondentes deixaram de fazer alguma refeição por não ter dinheiro. Aqueles que não realizaram refeição por não ter dinheiro com mais frequência apresentaram ICASM de 402, comparado com ICASM de 691 entre aqueles que não passaram por essa situação.

Esse estudo buscou aprofundar o tema dos desafios de saúde mental provocados pela ansiedade. O levantamento identificou como os respondentes estão cuidando da sua saúde mental no que tange a ansiedade: a frequência com que ficam preocupados, nervosos e tensos ou com dificuldade para relaxar. Entre os principais achados, destacam-se:

Cerca de 73% dos entrevistados se sentem incomodados pela sua preocupação com assuntos diversos, 68% dos respondentes afirmaram se sentir nervosos, ansiosos ou muito tensos e 64% disseram terem dificuldade de relaxar.

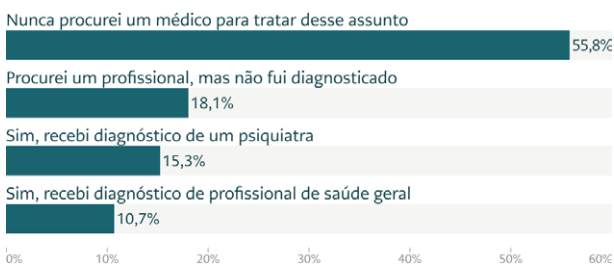
Com qual frequência, nas últimas semanas, você se sentiu incomodado com os seguintes problemas?



Aproximadamente 57% dos respondentes reportaram não serem capazes de controlar as preocupações e ficarem facilmente aborrecidos ou agitados.

Cerca de 25% reportou sentir-se nervoso, ansioso ou tenso, ou com dificuldade de relaxar de forma quase diária. Nestes tópicos, destacam-se pessoas que contam com os avós (62,1% em ambas) e filhos ou enteados (60,1% e 58,6%) como principais responsáveis pelo sustento e a população transgênero (49,3% e 48,6%).

Você já recebeu um diagnóstico de transtorno de ansiedade um profissional de saúde?

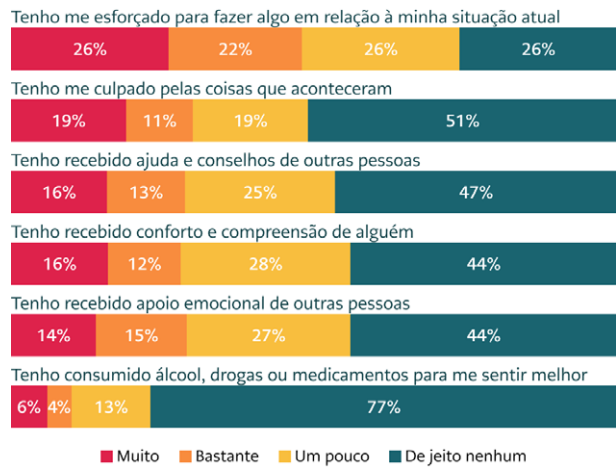


A maioria dos brasileiros (55,8%) diz nunca ter procurado um profissional da saúde para lidar com questões relativas a transtornos de ansiedade. Esse percentual é ainda maior entre os homens, em que 65,4% disseram nunca tê-lo feito.

Em relação a ter recebido diagnóstico de transtorno de ansiedade, 15,3% relataram ter recebido um diagnóstico de transtorno de ansiedade por parte de um psiquiatra enquanto 10,7% responderam que foram diagnosticados por um profissional de saúde geral.

Isso significa que um total de 26% dos respondentes recebeu um diagnóstico clínico de transtorno de ansiedade.

Nas últimas duas semanas, de que maneira você tem lidado com situações difíceis na sua vida?



No que tange às **estratégias de resiliência** dos brasileiros para lidar com as situações adversas da vida, os dados são positivos para a maioria dos respondentes.

Mais da metade dos respondentes (53%) declaram que têm recebido ajuda e conselhos de outras pessoas, enquanto 74% afirmam que têm concentrado os seus esforços para fazer alguma coisa em relação com a situação na qual se encontram. Além disso, 56% dos respondentes receberam conforto, compreensão, ou apoio emocional de outras pessoas.

A maioria dos respondentes (77%) relataram não ter consumido álcool ou outras drogas/medicamentos para se sentir melhor. No entanto, 49% afirmam que tem se culpado muito pelas coisas que aconteceram nas duas semanas anteriores à pesquisa e 13% disseram ter consumido um pouco de álcool ou outras drogas/medicamentos para se sentir melhor.



Panorama da Saúde Mental

Sumário Executivo - 2º semestre 2023

www.panoramasaudemental.org