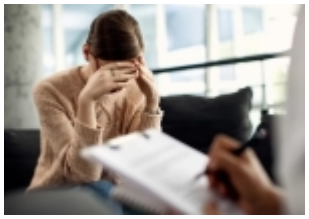
SAÚDE: MULHERES, PESSOAS TRANS E DESEMPREGADOS TÊM SAÚDE MENTAL MAIS ABALADA



Pesquisas foram feitas com 2.248 pessoas em 746 municípios pelo iCASM.

Um índice inédito, que vai medir a saúde mental dos brasileiros, identificou, em sua primeira edição, lançada nesta sexta-feira (04/08), que a sanidade mental é mais atingida em mulheres, pessoas trans, jovens e entre os desempregados. "*Esses foram alguns dos destaques dos indicadores associados com taxas demográficas e hábitos de vida*", disse a gerente executiva do Instituto Cactus, Luciana Barrancos.

O Índice Instituto Cactus - Atlas de Saúde Mental (iCASM) investiga diferentes aspectos, hábitos e situações que refletem a saúde mental dos brasileiros pelos lados positivo e negativo. Os fatores que apresentaram maior associação com a saúde mental dos entrevistados foram gênero, orientação sexual, renda, situação profissional, relações familiares e prática de esportes.

Foram realizadas pesquisas, com base em questionários usados internacionalmente, com 2.248 pessoas, de 746 municípios de todas as regiões do país, nos meses de janeiro e fevereiro deste ano. Luciana Barrancos explicou que o 1º iCASM vale para o primeiro semestre deste ano. Em setembro e outubro, o Instituto Cactus fará coleta de informações referentes ao segundo semestre do ano, visando a divulgação das respostas em dezembro.

"*A ideia é que o índice se repita semestralmente, para a gente ter essa série histórica da saúde mental e poder, de fato, comparar ao longo do tempo, acompanhar a evolução e, também entre os grupos, como se manifestam essas diferenças*". O intuito do Instituto Cactus é que o índice sirva como referência de dados sobre saúde mental para a sociedade como um todo, gestores públicos, pesquisadores, e para a formulação de políticas públicas.

Módulos

O iCASM é uma ferramenta que mede de zero a mil pontos. Nesta primeira edição, ele ficou em 635 pontos. As respostas foram divididas em três áreas: confiança, foco e vitalidade. Elas consideram confiança como autoestima e autoconfiança sobre o papel da pessoa na sociedade; foco como a habilidade de relacionamento com seu entorno de forma produtiva para tomar decisões e realizar atividades do dia a dia; e vitalidade englobando disposição e capacidade para superar desafios. "*Com base nisso, a gente criou esse indicador que é um parâmetro que vai de zero a mil*", explicou a gerente executiva. O indicador para confiança atingiu 733 pontos, enquanto os de vitalidade e foco obtiveram, respectivamente, 637 e 535 pontos.

A pesquisa foi composta por um módulo fixo e um módulo variável. O módulo fixo se baseia em dois questionários internacionalmente validados, que são o Questionário de Saúde Geral (QSG-12, ou GHQ-12, do inglês General Health Questionnaire') e o Teste Online de Depressão PHQ-9 (Patient Health Questionnaire-9). Já o módulo variável terá o tema substituído a cada coleta. A ideia é conseguir investigar e aprofundar questões de interesse. Para o primeiro iCASM, o tema escolhido para o módulo variável foram o uso e acesso a serviço mental no Brasil.

"*Nesse tema, a gente conseguiu ver que somente 5% dos brasileiros fazem psicoterapia, o que representa um terço dos que relataram fazer uso de medicação. Outros 62,5% disseram não fazer uso de serviços de apoio à saúde mental, enquanto 20,9% utilizam serviços privados e 16,6% usam serviços públicos*". Por outro lado, 41% disseram estar insatisfeitos com serviços de saúde de modo geral, contra 30% que se declararam satisfeitos ou muito satisfeitos.

Parcela de 16,6% da população relatou tomar medicação de uso contínuo para problemas emocionais, comportamentais ou relacionados ao uso de substâncias, sendo que a grande maioria (77%) vem fazendo uso desses remédios há mais de um ano. Além do tratamento médico ou psicológico, 11,9% da população afirmaram fazer algum outro tipo de terapia, como, por exemplo, meditação, ioga, fitoterapia, massagem.

Finanças e gênero

Segundo expôs Luciana Barrancos, a condição financeira é motivo de grande inquietude para os brasileiros. Nove em cada dez consultados relataram ter se preocupado com essa questão muitas vezes ao longo das duas últimas semanas. Os que se preocuparam três vezes ou mais somaram 58% dos respondentes, contra 30% que se preocuparam uma ou duas vezes, e 12% que não se preocuparam nenhuma vez.

Entre as pessoas desempregadas, o índice foi de 494 pontos, 186 pontos abaixo dos assalariados (680) e 141 pontos abaixo da média populacional. Em termos de renda, as pessoas com menor renda, de até R$ 2 mil, marcaram 576 pontos, contra 737 pontos daquelas com renda acima de R$ 10 mil.

Uma relação a gênero e identidade de gênero, o iCASM revela que as mulheres e as pessoas trans detêm as pontuações mais baixas. As mulheres obtiveram iCASM de 600 pontos, 72 pontos abaixo do iCASM para homens (672 pontos) e 35 pontos abaixo da média populacional. Para a população trans, o iCASM foi de 445, 193 pontos abaixo dos Cisgêneros (638) e 190 pontos abaixo da média populacional. Aqueles que se declararam heterossexuais atingiram 665 pontos, contra 576 pontos do grupo que se identifica como homossexual. Para os bissexuais, a média foi de 488 pontos.

O iCASM aponta que os mais jovens, entre 16 e 24 anos de idade, apresentam a pontuação mais baixa de sanidade mental: 534 pontos, enquanto nos mais velhos, de 60 a 100 anos, a pontuação é mais elevada: 757 pontos.

Relações sociais

O Instituto Cactus apurou também o que acontece em relações sociais, envolvendo encontros com amigos e brigas com familiares. "*Foram perguntas que revelaram resultados importantes*", disse a gerente executiva. Os entrevistados que não relataram brigas com familiares nas últimas duas semanas apresentaram iCASM de 715 pontos, contra 370 entre aqueles que reportaram três ou mais

episódios de brigas nesse período. Sobre encontros com amigos, a pesquisa indicou que aqueles que se encontraram com amigos três ou mais vezes nas últimas duas semanas alcançaram iCASM de 734 pontos. Já entre aqueles que não tiveram encontros com amigos em igual período, o iCASM foi de 508 pontos.

Luciana destacou também questões de autoestima, que tiveram resultados mais baixos, quando as perguntas abordavam se a pessoa se sentia feia e pouco atraente: o iCASM foi de 384 pontos, contra 776 para aqueles que não tinham esse sentimento. Entre os que se julgavam pouco inteligentes, o iCASM ficou em 326 pontos, contra 752 daqueles que não tinham essa preocupação. Entre os consultados que reportaram ter sofrido bullying três vezes ou mais nas últimas semanas, o indicador alcançou 486 pontos, contra 659 para aqueles que não relataram nenhum episódio.

O Instituto Cactus constatou também que a prática de esportes está associada a um índice de saúde mental mais alto. O iCASM de quem se exercita três ou mais vezes na semana atingiu 722, enquanto o grupo que não pratica atividade física teve índice de 580.

Do total de entrevistados, 68% relataram se sentir cansados ou com pouca energia para fazer as atividades diárias, abrangendo 58% das mulheres e 69% das pessoas trans. "*Também é um número bem relevante que chama a atenção",* comentou Luciana. Outros 54% afirmaram sentir pouco prazer ou interesse em fazer as coisas no cotidiano. Já 49% afirmaram não se sentir deprimidos, ao passo que 51% responderam de forma afirmativa.

Quinze por cento dos brasileiros revelaram ter consumido álcool três vezes ou mais nas últimas duas semanas, sendo que 40% dos entrevistados confessaram ter sentido necessidade de reduzir o consumo de bebidas alcoólicas ou mesmo parar de beber; já 16% consumiram cigarros no mesmo período.

O iCASM é uma iniciativa do Instituto Cactus, entidade filantrópica de direitos humanos que se dedica à promoção da saúde mental no Brasil, em parceria com a AtlasIntel, empresa especializada em pesquisas e inteligência. O estudo contou com a supervisão de um comitê científico independente e a aprovação de um comitê de ética.

Foto: Divulgação

https://jornalpanfletus.com.br.cp3.masterix.inf.br/noticia/4833/saude-mulheres-pessoas-trans-e-desempregados-tem-saude-mental-mais-abalada em 29/06/2026 19:06