

**RANKING** Cenário difícil de pandemia tem impactado a saúde e também o grau de felicidade, conforme indica levantamento realizado pela FGV Social

# Estresse pandêmico reduz nível de felicidade no Brasil

JANE FERNANDES

Após conseguir retomar os atendimentos presenciais, a terapeuta holística Ryta Castro, 44 anos, atribui nota 5 ao seu nível de felicidade atual, considerando uma escala de 0 a 10. A mesma pergunta foi respondida pelos participantes da pesquisa Bem-Estar Trabalhista, Felicidade e Pandemia, realizada pela FGV Social no final de 2020 e divulgada na semana passada, com resultado médio de 6,1, o menor registrado na série histórica desde 2006.

Mesmo com índice de felicidade abaixo da média nacional, Ryta conta que nos primeiros meses da pandemia de Covid-19, a resposta a essa pergunta seria zero. "Não estava só pensando em mim, eu pensei em muita gente, no barraqueiro, nas pessoas que trabalham na rua... eu via o comércio fechando, as lojas para alugar, então eu fiquei muito, muito triste com tudo que estava acontecendo, sem nenhum sinal de solução", recorda.

Conforme verificado na pesquisa, a medida geral de felicidade ou satisfação com a vida caiu de 6,5 em 2019

para 6,1 em 2020, um decréscimo de 0,4 pontos, enquanto essa nota média ficou estacionada em 40 países com os quais o resultado brasileiro foi comparado. A lista inclui países tão diferentes entre si quanto Alemanha, Islândia, China e Zimbábwe.

## Estresse

Todo esse cenário impactou a saúde da terapeuta, que passou a apresentar pressão alta, depressão e queda de cabelo, tudo como resultado do estresse intenso. "Sou uma pessoa ativa, não tinha problema nenhum", ressalta, acrescentando que mesmo comendo até menos do que o habitual, e de forma saudável, ganhou sete quilos. Apesar dos problemas, a adoção dos cuidados preventivos evitou que contrairse Covid-19. Atualmente, ela está vacinada com as duas doses.

O estresse também foi um fator bastante citado pelos participantes do estudo da FGV Social, com 47% de resposta positiva ao questionamento "experimentou estresse ontem?". O percentual de "sim" foi de 62% quanto ao ter sentido preocupação no dia anterior à pesquisa e de 31% em relação à tristeza. No comparativo, os brasileiros só ficaram abaixo da média dos demais países na

---

## Os dados são reforçados pela pesquisa da Hibou, feita no mês passado, com 79% dos entrevistados dizendo-se estressados e 53% afirmando que não conseguiam sentir paz

pergunta “se divertiu ontem?”, respondida positivamente por 66% dos entrevistados.

Os dados são reforçados pela pesquisa da Hibou realizada no mês passado, na qual 79% dos entrevistados se consideraram estressados e 53% afirmaram que não conseguiam sentir paz. Dois terços admitiram que estão mais impacientes, enquanto 71% dos participantes afirmaram ter deixado de dar risada e 54% informaram que têm chorado mais.

### Financeiro

A vida pandêmica de Ryta começou a melhorar com a renda obtida a partir da ven-

da das máscaras que começou a confeccionar pensando apenas em uso próprio, pois, até então, ela estava gastando as economias para manter o estúdio fechado. O início de atividades online com amigas colaborou na socialização, incentivando também a realização de alguns atendimentos terapêuticos de forma virtual.

A pesquisa da FGV Social aponta que a Bahia foi o segundo estado com maior queda de renda em 2020, com uma média de 21,58%, considerando todas as classes sociais. A média nacional foi de 11,3%, com valor médio de renda por brasileiro, incluindo desempregados e pessoas fora da idade pro-

ductiva, de R\$ 995,00, marcando o primeiro registro abaixo de mil reais na década. No primeiro trimestre de 2020, portanto antes da pandemia, o valor era R\$ 1.122,00.

“Ainda não está 100% porque estamos nesse fecha e abre, então não dá para ter estabilidade, além disso a vacinação está devagar e vejo muita gente que não usa máscara”, diz Ryta. Além disso, ela confessa sentir muita falta da liberdade de ir aonde quiser, quando quiser, o que a pandemia acaba cerceando, e destaca a saudade de curtir uma praia, o que não faz desde o início das restrições que impõem distanciamento social.

## Filósofo da Ufba explica conceituação de felicidade

Licenciado em filosofia pela Universidade Federal da Bahia, Marcello Chaves abordou a conceituação de felicidade na sua dissertação de mestrado em ética, que teve a filosofia da alteridade como tema central. “Na filosofia, o conceito de felicidade é bem mais complexo do que no senso comum, tem uma diferença para o senso comum. A gente sempre fala ‘o contrário de alegria é tristeza’, a felicidade, ela já não se enquadraria nessa questão”, explica.

Para Aristóteles, por exemplo, cita Chaves, “a felicidade é o bem maior, a busca maior à qual o ser humano se destina”. Dessa forma, não é possível estar feliz hoje e triste amanhã, pois a felicidade seria um estado permanente. “Quando você atinge essa completude da felicidade não tem mais retorno, então é um conceito que seria até utópico, porque buscar atingir essa completude nos dias de hoje é bem complicado”, pondera.

A felicidade era chamada por Aristóteles de *bios theoretikos*, o que representa um estágio da vida no qual as necessidades básicas já foram supridas e a pessoa pode então se debruçar sobre o pensamento, sobre questões mais filosóficas, sem tanta atenção ao cotidiano, esclarece Chaves. Na sua dissertação, ele aponta para uma mudança de paradigma na qual o principal referencial ético seja o outro, não o “eu”, considerando que o humano é o ser que mais depende do outro.

Na opinião de Chaves, diante dos 500 mil mortos pela Covid-19 no Brasil, apenas uma pessoa que tenha se alienado da condição humana poderia alcançar a felicidade conceituada por Aristóteles. Ele ressalta que essa impossibilidade não é motivo para desespero, pois é possível buscar realização no trabalho, no ambiente familiar, nos amigos e outras instâncias da vida. “Mas precisamos ter o entendimento de enquanto houver desigualdade, discriminação e exploração, essa felicidade não será atingida”, conclui.

JANE FERNANDES

## Dados revelam satisfação desigual conforme renda

Coordenador da pesquisa Bem-Estar Trabalhista, Felicidade e Pandemia, o professor Marcelo Neri, da FGV Social, destaca que os dados revelam um grande aumento da desigualdade na sensação de felicidade ou satisfação com a vida. Antes da pandemia, a nota média atribuída pelos 20% mais ricos da população foi de 6,8 e o resultado levantado entre outubro e novembro do ano passado foi 6,9.

Os números demonstram que o índice de felicidade entre os brasileiros com maior renda subiu 0,1 mesmo com a crise sanitária, enquanto entre os 40% mais pobres do país, a pandemia provocou uma queda de 0,8 (6,3 para 5,5) no nível de felicidade, considerando uma escala de 0 a 10. Em 2019, a diferença de satisfação com a vida entre os extremos de renda era de 7,9%, subindo para 25,5% em 2020.

“Toda a perda está concentrada entre os pobres e isso é consistente com os dados

de renda apresentados na pesquisa”, declara Neri. O levantamento da FGV aponta uma queda média de 10,89% na renda do brasileiro, incluindo os que não trabalham, mas a perda entre a metade mais pobre da população foi quase o dobro: 20,81%. No índice Gini, que

---

**“Um cronograma [de vacinação] dá certa sensação de conforto; com um ano em isolamento, o caminho é principalmente a saúde”**

MARCELO NERI, coord. da pesquisa



Divulgação

**Marcelo Neri  
coordena a  
pesquisa da  
FGV Social**



mede a desigualdade com base na renda per capita, o país alcançou 0.674, maior número da série histórica.

O coordenador da pesquisa destaca também como os números demonstram que o Brasil teve queda maior do que outros países nos indicadores subjetivos, com decréscimo acentuado na satisfação com a vida e nas emoções negativas quando comparado aos 40 países do grupo controle. O grupo inclui países das Américas, Europa, Ásia e África.

Na avaliação de Neri, o principal mecanismo para reverter o cenário de perdas, subjetivas e objetivas, levantado pela pesquisa é a vacinação contra a Covid-19. "Um cronograma dá certa sensação de conforto às pessoas, saber que vão ser vacinadas daqui a dois meses, a gente já está há mais de um ano em isolamento, então o caminho é principalmente a saúde", comenta.

JANE FERNANDES



A terapeuta holística Ryta Castro dá nota 5 ao seu nível de felicidade atual, dentro de uma escala de 0 a 10