

Estressores financeiros e o comprometimento da saúde mental e sexual

Heloisa Junqueira Fleury^I, Carmita Helena Najjar Abdo^{II}

Programa de Estudos em Sexualidade (ProSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, São Paulo (SP), Brasil

RESUMO

Em geral, maior nível de estresse durante a pandemia agravou a saúde mental e sexual. Estresse financeiro refere-se à ausência de renda satisfatória e insatisfação com essa condição. Piores condições econômicas geraram o estresse financeiro e o comprometimento da qualidade de vida dos casais. O objetivo desse texto é discutir a influência de estressores financeiros no relacionamento conjugal e na saúde mental e sexual. Embora os casais iniciem a vida conjugal com expectativas positivas, dificuldades financeiras preveem aumento de depressão, diminuição da satisfação conjugal e aumento dos conflitos, com maior probabilidade de divórcio. A administração conjunta da renda tem sido associada a uma melhor qualidade e coesão nos relacionamentos, especialmente para as mulheres, enquanto contas individuais podem minar a satisfação feminina, reduzindo sentimentos de intimidade, compatibilidade sexual e satisfação com a resolução de conflitos. Na abordagem de relacionamento conjugal e saúde sexual, as percepções podem desempenhar um papel mais importante do que os fatos objetivos. A percepção da satisfação financeira e sexual prevê melhor a estabilidade conjugal do que os recursos financeiros objetivos ou a frequência de relações sexuais. O estresse financeiro está associado não só a maior insatisfação financeira como também sexual, levando a maior instabilidade conjugal. Habilidades comunicacionais saudáveis, para comunicação financeira e relacional, facilitam a abordagem de questões relativas a dinheiro e sexo, adequando a percepção dessas questões. Gestão financeira, percepção de satisfação sexual e habilidades comunicacionais juntas desempenham um papel preponderante na qualidade da vida conjugal.

PALAVRAS-CHAVES: Saúde sexual, saúde mental, casamento, administração financeira, comunicação

^IPsicóloga, mestre em Ciências pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP), São Paulo (SP), Brasil.

^{II}<https://orcid.org/0000-0001-5084-8390>

^{II}Psiquiatra, professora da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP), São Paulo (SP), Brasil. Coordenadora do Programa de Estudos em Sexualidade (ProSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP, São Paulo (SP), Brasil.

^{II}<https://orcid.org/0000-0002-6312-8306>

Editor responsável por esta seção:

Carmita Helena Najjar Abdo. Psiquiatra, professora da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FMUSP), São Paulo (SP), Brasil. Coordenadora do Programa de Estudos em Sexualidade (ProSex) do Instituto de Psiquiatria do Hospital das Clínicas da FMUSP, São Paulo (SP), Brasil.

Contribuição dos autores: Fleury HJ: conceitualização, metodologia, investigação e redação e Abdo CHN: conceitualização, metodologia, revisão, edição e supervisão. Ambas as autoras leram e aprovaram a versão final do manuscrito para publicação.

Endereço para correspondência:

Heloisa Junqueira Fleury

R. Sergipe, 401 — conjunto 309 — São Paulo (SP) — CEP 01243-001

Tel. (11) 3256-9928 — Cel. (11) 970707871 — E-mail: hjfleury@uol.com.br

Fonte de fomento: nenhuma declarada. Conflito de interesse: nenhum.

Entrada: 14 de março de 2022. Data da última modificação: 18 de março de 2022. Aceite: 18 de março de 2022.

INTRODUÇÃO

O aumento do estresse, da ansiedade e da depressão durante a pandemia causada pela doença do coronavírus 2019 (COVID-19) tem agravado a saúde mental e indiretamente a saúde sexual.¹

Maior vulnerabilidade para questões sexuais envolve fatores psicológicos, interpessoais e socioculturais, sendo que distrações cognitivas contribuem significativamente para o surgimento de dificuldades sexuais.² O agravamento das condições econômicas dos últimos anos, em decorrência das restrições impostas pela pandemia, tem aumentado o estresse financeiro e o comprometimento da qualidade de vida e muitos outros aspectos do cotidiano dos casais.

A qualidade do relacionamento conjugal tem sido associada a diversos fatores, e um deles é a forma como os casais gerenciam a vida financeira. O desacordo entre os cônjuges sobre a gestão financeira é um dos principais preditores de conflito, provocando discussões acaloradas mais frequentes.³ Por outro lado, o sucesso nessa dimensão da organização familiar tem sido associado a maior satisfação conjugal⁴ e, consequentemente, melhor saúde sexual desses casais.

OBJETIVO

O objetivo desse texto é discutir a influência de estressores financeiros no relacionamento conjugal e na saúde mental e sexual.

ESTRESSORES FINANCEIROS E SAÚDE MENTAL

O bem-estar financeiro significa objetivamente a presença de renda satisfatória e, numa dimensão mais subjetiva, a satisfação com essa condição. O estresse financeiro se caracteriza pela ausência dessa condição.⁴

Em um estudo envolvendo diversos países foram identificadas fortes evidências de que o estresse financeiro se associa à maior incidência de depressão.⁵ Em outro, com estudantes universitários, de que há poucas evidências de associação entre a existência de dívidas e a saúde mental. No entanto, analisando medidas mais subjetivas, foi confirmada a tendência de associação entre o maior estresse financeiro e o prejuízo à saúde mental.⁶

Em outro estudo com estudantes universitários, conduzido por meio de análise qualitativa com grupo focal, concluiu-se que há relação entre a percepção de diminuição do sucesso acadêmico (em decorrência do estresse financeiro), sentimentos de isolamento e vergonha na convivência com colegas sem essas dificuldades,⁷ ilustrando a influência negativa dessa condição.

O apoio social é um dos principais fatores facilitadores para o enfrentamento de dificuldades financeiras.⁸ Um vínculo conjugal forte diminui os riscos de comprometimento da saúde mental.

ESTRESSORES FINANCEIROS E RELACIONAMENTO CONJUGAL

Embora os casais iniciem a vida conjugal plenos de expectativas positivas, muitos não conseguem lidar com os múltiplos desafios impostos pelo cotidiano. Em um estudo com casais norte-americanos foi identificado que a satisfação com a condição financeira pode diminuir significativamente a tendência ao divórcio.⁹ Nesse sentido, dificuldades financeiras preveem aumento de depressão, diminuição da satisfação conjugal e aumento dos conflitos conjugais, com consequente maior probabilidade de divórcio.¹⁰

Questões financeiras afetam a satisfação conjugal,⁴ mesmo entre casais jovens e com pouco tempo de relacionamento: fatores financeiros podem explicar 15% da satisfação conjugal.¹¹

A satisfação ou o estresse financeiro flutuam significativamente num mesmo indivíduo, sendo a flutuação da satisfação financeira maior entre as mulheres.¹² Também para elas, a associação é maior entre práticas financeiras (como a administração conjunta da renda do casal) e melhor qualidade e coesão no relacionamento.¹³ A manutenção de contas individuais pode minar a satisfação feminina com o relacionamento, reduzindo os sentimentos de intimidade, compatibilidade sexual e satisfação com a resolução de conflitos.¹³

A possibilidade de discutir sobre a gestão do dinheiro tende a melhorar a comunicação do casal, reduzindo as fontes de conflito. Em um estudo qualitativo com 64 casais norte-americanos que se consideraram bem-sucedidos, as finanças do dia a dia eram administradas por um dos parceiros para a maioria deles, o que exigia confiança e boa comunicação. No geral, não tinham dívidas ou estavam organizando o pagamento delas, viviam com o orçamento definido e sem grandes gastos.¹⁴ Comportamentos financeiros positivos, compartilhamento da renda com a parceria e dívidas menores atuam como indicadores de melhor qualidade e satisfação do relacionamento.¹⁵

Addo e cols.¹⁶ examinaram a relação entre a concordância financeira do casal e a qualidade do relacionamento. Concordância sobre o valor da dívida do cartão de crédito era frequente, mas não a norma, ocorrendo em 55% dos casais estudados. Maior acordo sobre as dívidas levava a maior satisfação no relacionamento, sendo que as divergências influenciavam negativamente. Esses resultados destacaram a importância de incluir medidas objetivas da gestão financeira na avaliação da qualidade do relacionamento.¹⁶

RELACIONAMENTO CONJUGAL, ESTRESSE FINANCEIRO E SAÚDE SEXUAL

Na abordagem de relacionamento conjugal e saúde sexual, as percepções podem desempenhar um papel mais importante do que os fatos objetivos. No estudo de Hill e cols.,¹⁷ a percepção da satisfação financeira e sexual previu melhor a estabilidade conjugal do que os recursos financeiros objetivos ou a frequência de relações sexuais. Esse resultado sugere que a percepção de renda suficiente pelo casal determina a satisfação financeira e a estabilidade conjugal. Da mesma forma, a frequência das relações sexuais não influencia tanto a estabilidade conjugal como a percepção de satisfação com a frequência.¹⁷

Nesse estudo,¹⁷ o estresse financeiro estava associado à maior insatisfação financeira e sexual e à menor renda do casal. Por outro lado, a insatisfação financeira e sexual estava significativamente associada à maior instabilidade conjugal.

Da mesma forma, maior satisfação conjugal e sexual e menos conflitos estão significativamente correlacionados com maior estabilidade conjugal entre indivíduos casados.¹⁸

Conflitos financeiros e sexuais, entre outros, são os temas mais preditivos de divórcio.¹⁹

Habilidades comunicacionais saudáveis, tanto para a comunicação financeira quanto para a relacional, facilitam a abordagem de questões relativas a dinheiro e sexo, principalmente para alterar a percepção dessas questões, nem sempre alinhadas com fatos objetivos.¹⁷

CONCLUSÕES

A pandemia causada pela COVID-19 comprometeu a saúde mental e sexual, por ter aumentado o estresse financeiro, entre outros. A qualidade de vida e o cotidiano dos casais ficaram prejudicados.

Vários estudos confirmam a influência da gestão financeira, percepção de satisfação sexual e das habilidades comunicacionais na qualidade do relacionamento conjugal.

Esses resultados apoiam fortemente a relevância da pesquisa do grau de concordância dos casais sobre os mecanismos utilizados para a gestão financeira como um importante fator de risco para as disfunções sexuais. Essa discussão sugere evidências consistentes da influência negativa dos estressores financeiros na saúde mental e sexual.

REFERÊNCIAS

1. Fleury HJ, Abdo CHN. Saúde sexual na pandemia pelo coronavírus COVID-19. *Diagn Tratamento*. 2021;26(3):114-7.
2. Brotto L, Atallah S, Johnson-Agbakwu C, et al. Psychological and Interpersonal Dimensions of Sexual Function and Dysfunction. *J Sex Med*. 2016;13(4):538-71. PMID: 27045257; <https://doi.org/10.1016/j.jsxm.2016.01.019>.
3. Dew J, Dakin J. Financial Disagreements and Marital Conflict Tactics. *J Financ Therapy*. 2011;2(1):7. <https://doi.org/10.4148/jft.v2i1.1414>.
4. Sorgente A, Totenhagen CJ, Lanz M. The Use of the Intensive Longitudinal Methods to Study Financial Well-Being: A Scoping Review and Future Research Agenda. *J Happiness Stud*. 2022;23(1):333-58. PMID: 33841044; <https://doi.org/10.1007/s10902-021-00381-6>.
5. Guan N, Guariglia A, Moore P, Xu F, Al-Janabi H. Financial stress and depression in adults: A systematic review. *PLoS One*. 2022;17(2):e0264041. PMID: 35192652; <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264041>.
6. McCloud T, Bann D. Financial stress and mental health among higher education students in the UK up to 2018: rapid review of evidence. *J Epidemiol Community Health*. 2019;73(10):977-84. PMID: 31406015; <https://doi.org/10.1136/jech-2019-212154>.
7. Moore A, Nguyen A, Rivas S, et al. A qualitative examination of the impacts of financial stress on college students' well-being: Insights from a large, private institution. *SAGE Open Med*. 2021;9:20503121211018122. PMID: 34094560; <https://doi.org/10.1177/20503121211018122>.
8. Åslund C, Larm P, Starrin B, Nilsson KW. The buffering effect of tangible social support on financial stress: influence on psychological well-being and psychosomatic symptoms in a large sample of the adult general population. *Int J Equity Health*. 2014;13(1):85. PMID: 25260355; <https://doi.org/10.1186/s12939-014-0085-3>.
9. Grable JE, Britt S, Cantrell J. An exploratory study of the role financial satisfaction has on the thought of subsequent divorce. *Fam Consum Sci Res J*. 2007;36(2):130-50. <https://doi.org/10.1177/1077727X07309284>.
10. Dew JP. The relationship between debt change and marital satisfaction change in recently married couples. *Fam Relat*. 2008;57(1):60-71.
11. Kerkmann BC, Lee TR, Lown JM, Allgood SM. Financial Management, Financial Problems And Marital Satisfaction Among Recently Married University Students. *J. Financ Couns Plan*. 2000;11:55-64. Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/237293652_Financial_Management_Financial_Problems_And_Marital_Satisfaction_Among_Recently_Married_University_Students. Acessado em 2022 (15 mar).
12. Totenhagen CJ, Wilmarth MJ, Serido J, Betancourt AE. Do day-to-day finances play a role in relationship satisfaction? A dyadic investigation. *J Fam Psychol*. 2018;32(4):528-37. PMID: 29708365; <https://doi.org/10.1037/fam0000406>.
13. Addo FR, Sassler S. Financial arrangements and relationship quality in low-income couples. *Fam Relat*. 2010;59(4):408-23. PMID: 22844174; <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2010.00612.x>.

14. Skogrand L, Johnson AC, Horrocks AM, DeFrain J. Financial Management Practices of Couples with Great Marriages. *J Fam Econ Iss.* 2011;32:27-35. <https://doi.org/10.1007/s10834-010-9195-2>.
15. Totenhagen CJ, Wilmarth MJ, Serido J, Curran MA, Shim S. Pathways from Financial Knowledge to Relationship Satisfaction: The Roles of Financial Behaviors, Perceived Shared Financial Values with the Romantic Partner, and Debt. *J Fam Econ Iss.* 2019;40:423-37. <https://doi.org/10.1007/s10834-019-09611-9>.
16. Addo FR, Zhang X. Debt Concordance and Relationship Quality: A Couple-Level Analysis. *J Fam Econ Issues.* 2020;41(3):405-23. PMID: 32831532; <https://doi.org/10.1007/s10834-020-09687-8>.
17. Hill E, Allsop DB, LeBaron AB, Bean RA. How do Money, Sex, and Stress Influence Marital Instability?. *J Financ Ther.* 2017;8(1):3. <https://doi.org/10.4148/1944-9771.1135>.
18. Yucel D. Together, forever? Correlates of marital well-being. *Soc Indica Res.* 2016;125(1):257-69. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0832-2>.
19. Dew J, Britt S, Huston S. Examining the relationship between financial issues and divorce. *Fam Relat.* 2012;61(4):615-28. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3729.2012.00715.x>.