

PSICOLOGIA FINANCEIRA E SAÚDE MENTAL: A INFLUÊNCIA DOS FATORES EMOCIONAIS NAS DECISÕES FINANCEIRAS

Renan Luís Ribeiro Martins¹.

DOI: 10.47094/IIICOLUBRASMU.2026/RS/14

RESUMO

Introdução: A Psicologia Financeira constitui um campo interdisciplinar que investiga como emoções, crenças, valores e relações sociais influenciam a maneira pela qual os indivíduos administram seus recursos financeiros. No cenário contemporâneo, caracterizado pela expansão do consumo, facilidade de acesso ao crédito e intensa influência das redes sociais, compreender os fatores psicológicos envolvidos nas decisões econômicas tornou-se relevante para a promoção da educação financeira e da saúde mental. **Objetivo:** Analisar a influência dos aspectos emocionais, cognitivos e sociais sobre o comportamento financeiro, discutindo seus reflexos no consumo, no endividamento e no bem-estar psicológico. **Metodologia:** Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de natureza básica, com objetivos exploratório e descritivo, desenvolvida por meio de revisão bibliográfica. A investigação fundamentou-se nos pressupostos da pesquisa qualitativa descritos por Denzin e Lincoln (2006) e foi conduzida conforme as orientações metodológicas de Sampaio e Mancini (2007). Foram consultadas publicações científicas disponíveis nas bases SciELO, PePSIC e Google Acadêmico, priorizando estudos relacionados à Psicologia Financeira, educação financeira, comportamento do consumidor e saúde mental. **Resultados:** A análise da literatura evidenciou que impulsividade, ansiedade, necessidade de reconhecimento social, influência das redes sociais e baixos níveis de educação financeira favorecem decisões econômicas pouco planejadas, aumentando a vulnerabilidade ao consumo compulsivo e ao endividamento. Também foi identificado que o desenvolvimento do autocontrole, da inteligência emocional e do planejamento financeiro, aliado à educação financeira, favorece escolhas mais conscientes e reduz os impactos negativos das dificuldades econômicas sobre a saúde mental. **Considerações finais:** Constatou-se que saúde financeira e saúde mental apresentam relação estreita e interdependente, indicando a necessidade de estratégias educativas e preventivas que integrem conhecimentos da Psicologia, da Educação e das Ciências da Saúde, contribuindo para maior autonomia, equilíbrio emocional e qualidade de vida nas decisões financeiras.

PALAVRAS-CHAVE: Comportamento financeiro. Endividamento. Bem-estar psicológico.