Viver bem
O maior canal de saúde do RN

Ano 6 - Edição 76, Setembro 2025

Assista aos vídeos, clique nos links e aproveite o conteúdo da nossa revista 100% interativa!

ADOLESCÊNCIA, TELAS E SAÚDE MENTAL:

o que os pais ainda não sabem
e o médico do adolescente explica

Clique em cima do anúncio e veja mais!

Formação que vai além da sala de aula

A educação Salesiana acredita que formar cidadãos completos vai além do simples saber acadêmico. Nosso compromisso é com uma formação integral, baseada em valores éticos, sociais e espirituais, que prepare o aluno para os desafios da vida e para a construção de um futuro consciente e responsável. Afinal, ser completo vai além do saber.

Educação Infantil

Ensino Fundamental I e II

Tempo Integral*

Ensino Médio

SALESIANOS
RIO GRANDE DO NORTE

salesianorn.com.br

Unidade Dom Bosco
(84) 3608-1694

Unidade São José
(84) 3211-4220

*Tempo Integral exclusivo na unidade São José.

Viver bem

#editorial

Adolescência: quando ouvir vale mais do que corrigir

Entender a adolescência exige mais do que paciência. Exige escuta. Na reportagem de capa desta edição, o médico hebiatra Dr. Genner Barbosa traz explicações valiosas sobre as mudanças físicas, emocionais e comportamentais que marcam essa fase. Ele lembra que, mais do que regras ou broncas, os adolescentes precisam de conexão. E que muitos dos conflitos dentro de casa poderiam ser evitados se, em vez de tentar controlar, os adultos se propusessem a entender.

Aos pais, o alerta: o cérebro do adolescente ainda está em formação. A impulsividade, a intensidade e até o silêncio fazem parte de um processo natural, mas que pode se tornar perigoso quando não há espaço para o diálogo. Escutar, propor acordos e respeitar a autonomia são atitudes simples que ajudam a preservar o vínculo e a prevenir problemas emocionais mais graves.

Nesta edição, também registramos os principais destaques do II Simpósio de Otorrinopediatria do RN, que reuniu especialistas para discutir avanços no diagnóstico e tratamento de doenças respiratórias, auditivas e do sono em crianças e adolescentes. A programação reforçou a importância da atualização médica contínua e da integração entre especialidades para um atendimento mais completo e eficaz.

Por fim, abordamos os cuidados com pele e cabelos na menopausa, uma fase em que o corpo feminino passa por novas transformações e que também exige atenção, informação e acolhimento. Conversamos com especialistas que explicam como lidar com essas mudanças de forma saudável e segura, priorizando autoestima e bem-estar.

Transformações fazem parte da vida. E saber escutá-las, no corpo, nas emoções ou nas relações, é sempre o primeiro passo para cuidar melhor.

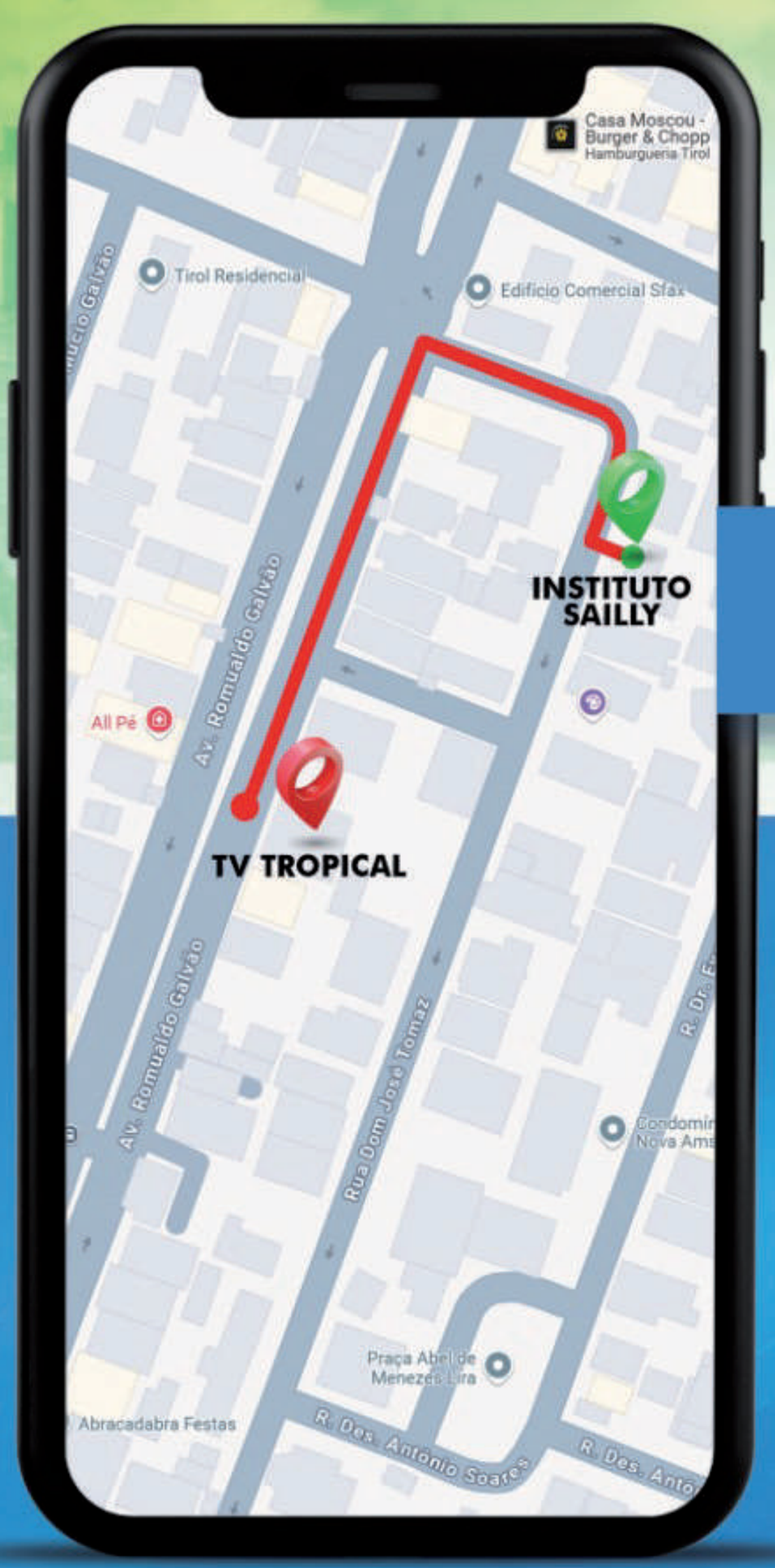
Boa leitura.

@guiaviverbem
@TvViverBem
guiaviverbem.com.br

Clique em links e anúncios
Dimensione com os dedos
Arraste para os lados
Deslize verticalmente
Avance ou retorne

Clique em cima do anúncio e veja mais!

O INSTITUTO SAILLY AGORA FAZ PARTE DO HPSM, CONFIRA NOSSO NOVO ENDEREÇO.



Rua Dom José Tomaz, 999
Tirol, Natal - RN
(Por trás da TV Tropical/ Record)

O 1º Hospital-dia em Saúde Mental do RN

Referência em tratamentos para depressão resistente!

- Consultas Psiquiátricas
- Internação em Hospital-Dia para tratamentos de transtornos mentais
- Aplicação de medicamentos especializados

Atendemos planos de saúde!

HPSM
HOSPITAL POTIGUAR DE SAÚDE MENTAL

Instituto Sailly
HOSPITAL DE SAÚDE MENTAL

Informações: (84) **99149-1232**

Viver bem

#Capa

“Adolescente não ouve, adolescente sente!!!” O que os pais precisam entender, segundo o Dr. Genner Barbosa

Médico hebiatra detalha os impactos do uso de telas, a adultização precoce, a saúde mental dos jovens e a importância de um diálogo mais consciente entre pais e filhos.

A adolescência é um período marcado por intensas mudanças físicas, emocionais e cognitivas. O comportamento muitas vezes incompreendido dos jovens reflete uma reorganização neurológica que exige escuta, paciência e orientação. Nesta entrevista, o hebiatra Dr. Genner Barbosa, especialista no atendimento de adolescentes, explica por que tantos conflitos familiares acontecem nessa fase e como os pais podem agir para preservar o vínculo e promover saúde.

O que torna a adolescência uma fase tão desafiadora para as famílias?

Dr. Genner: A adolescência é um momento em que o corpo muda, o cérebro muda e o comportamento muda. Não é só uma questão de personalidade ou “rebeldia”. O cérebro do adolescente ainda está se formando, especialmente o córtex pré-frontal, que é a parte responsável por empatia, tomada de decisão, controle emocional, planejamento. Essa parte só termina de se consolidar por volta dos 24 anos. Por isso, vemos impulsividade, intensidade emocional, mudanças de humor. Os pais convivem com um filho que, até ontem, era uma criança obediente e, de repente, começa a questionar tudo. Isso assusta. Mas se os pais compreenderem que há bases biológicas para esse comportamento, fica mais fácil lidar com ele.

O que é hebiatria e por que ela é importante?

A hebiatria é a especialidade médica que cuida especificamente de adolescentes. Assim como o pediatra cuida da criança e o geriatra do idoso, o hebiatra cuida do adolescente de forma integrada, não apenas física, mas também emocional, social e comportamental.

É uma fase que exige acompanhamento específico. Muitas vezes, os problemas que aparecem são apenas a ponta de um iceberg. Por exemplo: uma dor de cabeça recorrente pode estar ligada ao estresse escolar, à ansiedade, à falta de sono, ao uso excessivo de telas. O hebiatra investiga tudo isso, sempre ouvindo o adolescente diretamente e trabalhando, quando necessário, com uma equipe multidisciplinar.

Com que idade o adolescente pode começar esse acompanhamento?

O ideal é que o acompanhamento comece por volta dos 10 anos, principalmente nos casos em que os sinais da puberdade aparecem precocemente. A Organização Mundial da Saúde considera adolescência o período entre 10 e 20 anos. Mas há variações. Alguns jovens amadurecem mais cedo, outros mais tarde. Em muitos casos, atendo pacientes de 22, 23 anos que ainda estão passando por esse processo de amadurecimento emocional. Não há uma linha rígida. O que importa é o comportamento, o desenvolvimento e a necessidade de orientação.

Quais são os principais problemas que chegam ao seu consultório?

A maioria das queixas são emocionais: ansiedade, tristeza, isolamento, conflitos com os pais, dificuldades escolares, insegurança com a própria imagem. Depois, vêm as questões físicas, como distúrbios hormonais, obesidade e alimentação desregulada. Mas, muitas vezes, esses dois aspectos estão interligados. O adolescente está se alimentando mal porque está ansioso, está sedentário porque passa horas nas telas, e isso afeta o humor, a autoestima. Por isso o olhar do hebiatra é amplo, e o tempo de consulta também. Uma escuta superficial não resolve.

O uso de redes sociais é sempre prejudicial?

A rede social em si não é o problema. O problema é o uso desregulado, sem orientação e sem limite. O cérebro do adolescente responde de forma muito intensa à dopamina — o "hormônio do prazer" que é liberado quando ele assiste a vídeos rápidos, joga, recebe curtidas. Esse estímulo constante pode gerar uma espécie de dependência, muito parecida com a dependência química. É o mesmo mecanismo cerebral. Isso pode levar à dificuldade de concentração, baixa tolerância à frustração, problemas de sono, compulsão por comparação e, em casos mais graves, sintomas depressivos.

Existem diferenças entre meninas e meninos nesse impacto?

Sim. As meninas costumam usar mais as redes sociais para se comparar, se expor, seguir influenciadoras. Essa comparação constante pode provocar baixa autoestima, distorção da imagem corporal e até quadros de depressão. Já os meninos estão mais envolvidos com jogos digitais, onde há competição, xingamentos, falta de empatia. Isso também afeta a forma como eles se relacionam com os outros e consigo mesmos. Cada grupo tem seus desafios específicos, e todos precisam ser acompanhados.

Como os pais devem lidar com o uso de telas?

Não adianta tirar o celular à força ou proibir o uso. Isso só cria conflito. O ideal é estabelecer acordos. O adolescente precisa participar da construção dessas regras. Chame seu filho, sente com ele e pergunte: “O que você acha de a gente organizar melhor esse tempo?”. Crie combinados, por exemplo, uma hora por dia, dividida entre manhã e noite. Isso envolve o jovem na decisão e o faz sentir que tem autonomia, mesmo que com limites. Isso é muito mais eficiente do que impor.

Em que momento o comportamento deixa de ser “coisa da idade” e passa a exigir atenção profissional?

Quando começa a interferir na rotina. Queda de rendimento escolar, irritabilidade constante, isolamento, alterações no sono e na alimentação, queixas físicas frequentes, como dores de cabeça ou estômago, são sinais de alerta. O transtorno mental não se define só pela tristeza. Ele se define pelo prejuízo funcional: quando o adolescente deixa de fazer o que fazia antes, ou muda drasticamente de comportamento. É aí que os pais precisam agir.

E quando o adolescente é muito fechado? Como criar abertura?

Se ele não fala, você fala. Se abra. Conte uma história sua, compartilhe um momento, diga que pensou nele durante o dia. Crie conexão emocional antes de exigir qualquer coisa. Os adolescentes não reagem bem a sermões. Eles precisam sentir que têm espaço seguro para falar. Em consultório, eu sempre falo diretamente com o adolescente. A consulta é com ele. E, na maioria das vezes, quando sente confiança, ele se abre. O segredo é sempre o vínculo e esse vínculo se constrói com respeito e escuta.

Qual o papel da escola nesse processo?

A escola tem um papel importantíssimo, porque convive diariamente com o adolescente e pode identificar mudanças. Eu defendo que as escolas façam uma espécie de “entrevista emocional” no início do ano letivo. Entender como é aquele aluno, o que ele gosta, como se comporta. Isso ajuda a perceber quando algo muda. A parceria entre saúde e educação é fundamental. O adolescente vive boa parte do tempo na escola, e muitos sinais de sofrimento aparecem primeiro ali.

Para encerrar: qual o principal conselho que você daria aos pais?

Conversem com seus filhos. Sempre. Mesmo que eles tenham errado, mesmo que você esteja magoado, pare, sente e ouça. O vínculo se constrói no diálogo. Estamos lidando com adolescentes, não com adultos. Eles ainda estão aprendendo a lidar com as próprias emoções. Se você quiser ser ouvido, aprenda a escutar primeiro. Essa é a chave para uma relação mais saudável — e para evitar problemas maiores no futuro.

Dr. Genner Barbosa

Médico Pediatra

Pós-graduação em Hebiatria pelo Hospital Albert Einstein

Chefe da Hebiatria do IBRANEC (Instituto Brasileiro de Neurocomunicação)

CRM/RN:10028

RQE: 5656

@gennerbarbosa

84 9 9994-9546

CLIQUE AQUI
Assista a entrevista com o hebiatra no nosso canal do YouTube!

Clique em cima do anúncio
e veja mais!

CASTRAÇÃO É A SOLUÇÃO

www.uniaopetbrasil.org

@uniaopetbrasil

II Simpósio de Otorrinopediatria do RN reúne especialistas e destaca avanços em prevenção e cirurgia

Com programação ampliada e nomes de referência nacional, evento abordou integração entre especialidades, novas tecnologias cirúrgicas e reforçou a importância das vacinas

Realizado nos dias 19 e 20 de setembro, no Holiday Inn, em Natal, o II Simpósio de Otorrinopediatria do RN trouxe palestrantes de renome e abordagens atualizadas sobre o cuidado infantil, com foco em prevenção, inovação cirúrgica e atuação integrada entre pediatras e otorrinolaringologistas.

Com organização dos otorrinolaringologistas Dr. Francisco Cabral e Dra. Marcela Fernandes, o evento contou com a Jornada do CoBEII (Consórcio Brasileiro de Centros de Referência e Treinamento em Erros Inatos da Imunidade), promovendo o diálogo entre imunologia, alergia e otorrinopediatria.

"Esse ano buscamos ampliar o olhar sobre o cuidado com a criança, trazendo temas que dialogam com outras especialidades", explicou Dra. Marcela Fernandes.

Para Dr. Francisco Cabral, o simpósio superou expectativas: "Tivemos palestras de alto nível e uma troca muito rica entre os profissionais. É gratificante ver o crescimento do evento."

Entre os destaques da programação, o médico Dr. Raimar Weber apresentou a técnica da amigdalectomia intracapsular com ponteiras de Coblation, uma abordagem menos invasiva para cirurgias de amígdalas. "Preservamos a cápsula da amígdala, o que reduz dor e sangramento. Com o plasma em baixa temperatura,

conseguimos uma cirurgia mais segura, com recuperação mais rápida.”

A pediatra potiguar Dra. Raquel Fonseca reforçou a importância da integração entre pediatras e otorrinolaringologistas na prevenção de doenças comuns na infância. “Essa parceria é essencial para orientar as famílias e evitar o uso excessivo de medicamentos. E precisamos voltar a falar sobre vacinas: elas seguem sendo a forma mais eficaz de proteger nossas crianças.”

Já a otorrinopediatra Dra. Tânia Sih, de São Paulo, destacou cuidados simples no dia a dia como aliados na prevenção. “Higiene nasal, boa alimentação e ambientes ventilados fazem toda a diferença. E nenhum remédio é isento de efeitos colaterais, precisamos reforçar o uso consciente de medicamentos.”

Encerrando o evento, Dr. Francisco Cabral adiantou que a próxima edição será ainda maior. “Já estamos pensando no próximo ano. A ideia é ampliar a programação, incluir novas especialidades e tornar o simpósio ainda mais completo.”

Confira os vídeos do evento no link abaixo.

CLIQUE E ASSISTA O VÍDEO

#Evento

Guia Viver Bem e consultora Adriana Benavides promovem palestra sobre Segurança do Paciente.

Em setembro se comemora o Dia da Segurança do Paciente.

A convite do Guia Viver Bem, a consultora em gestão, Adriana Benavides ministrou uma palestra na Prontoclinica de Olhos para os gestores e colaboradores.
Outras ações estão programadas também no Laboratório Alexander Fleming e Hospital Potiguar de Saúde Mental, ambos parceiros do Viver Bem há muitos anos.

Além de promover uma comunicação profissional e segura na área de saúde, o Guia Viver Bem também atua com parcerias a fim de contribuir com a gestão e qualidade dos serviços das empresas, como clínicas, hospitais etc .

Acesse os nossos canais e acompanhe as notícias !

Prontoclínica
de Olhos
4° ANDAR

Prontoclínica
de Olhos
"Cultura de Segurança do Paciente:
UMA JORNADA MULTIPROFISSIONAL PELA VIDA

SAÍDA
DE EMERGÊNCIA

Prontoclínica
de Olhos

Clique em cima do anúncio e veja mais!

É POSSÍVEL SIM

CTF- ASSESSORIA ESPORTIVA

- NATAÇÃO EM ÁGUAS ABERTAS
- TREINO FUNCIONAL
- CORRIDA DE RUA
- CICLISMO
- TRIATHLON
- AQUATHLON
- BIKE FIT
- PERSONAL TRAINER
- PREPARACÃO FÍSICA PARA CONCURSOS

@CTF_BR

84 98167-1139

WWW.CTFNATAL.COM.BR

Dermatologia na saúde da mulher: como a menopausa afeta a saúde da pele, cabelo e unhas.

O tema da "Dermatologia na Saúde da Mulher" foi um dos assuntos abordados no 78° Congresso da Sociedade Brasileira de Dermatologia, que contou com mais de três mil médicos dermatologistas. O evento ocorreu no Rio de Janeiro de 3 a 6 de setembro. Entrevistamos a Dra. Marcelle Nogueira, coordenadora do Departamento de Geriatria da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD).

VB DIGITAL- Quais são as principais mudanças que a pele, os cabelos e as unhas sofrem com a chegada da menopausa? A partir de quantos anos começam a ocorrer?

Nos cabelos, a diminuição da densidade do calibre dos fios, além de alteração da textura e tem alguns tipos de queda, como o eflúvio telógeno, que é mais comum nessa faixa etária. Essas alterações podem então gerar uma rarificação difusa na região frontal e parietal, principalmente na mulher após a menopausa. Além disso, elas podem ter também pelos faciais em regiões indesejadas, principalmente por conta do desequilíbrio entre estrogênios e androgênios característicos dessa fase.

Existem estudos também espectroscópicos que mostram que após a menopausa existem alterações estruturais na queratina no fio do cabelo.

É importante chamar a atenção do quanto essas manifestações dermatológicas podem impactar negativamente a qualidade de vida e a autoestima das mulheres menopausadas, para que a gente possa ter sempre mais estudos desenvolvidos para essa fase da vida.

Nas unhas, as alterações que são descritas nesse período pós-menopausa são principalmente de unhas mais frágeis, quebradiças e de crescimento mais lento.

A menopausa acontece 90% das vezes entre 45 e 56 anos de idade. É importante falar que a definição clínica de menopausa é a ausência de menstruação por 12 meses consecutivos sem outra causa identificável. Mas a menopausa pode ser antecipada por fatores como tabagismo, baixa paridade, histórico familiar e até algumas condições médicas também podem antecipar o início da menopausa.

VB DIGITAL - Essas mudanças são causadas queda de estrogênio? O que é exatamente esse hormônio e como ele afeta tanto a estrutura da pele e dos cabelos nessa fase?

Essas mudanças são causadas não apenas pela queda de estrogênio, mas durante a menopausa ocorre uma série de alterações hormonais marcantes. O evento central é a falência progressiva da função ovariana,

levando a queda acentuada dos níveis de estrogênio e progesterona, e aí dentro dos estrogênios, o principal é o estradiol, que é o estrogênio produzido no ovário, com consequente sensação da produção cíclica desses hormônios.

O estradiol, ele começa a declinar já nos anos que antecedem a menopausa, com uma queda mais abrupta próximo ao último ciclo menstrual. E aí, após a menopausa, os níveis permanecem persistentemente baixos. Em resposta à diminuição dos esteroides ovarianos, há uma elevação das gonadotrofina hipofisárias, principalmente do hormônio chamado FSH e do hormônio LH, que é o luteinizante. O FSH, que é o foliculo estimulante, começa a aumentar até seis anos antes da menopausa e atinge valores elevados no período pós-menopausa, permanecendo acima dos níveis por todo o período subsequente.

O LH também se eleva, mas de uma forma menos pronunciada que o FSH. Além disso, tem também uma redução dos níveis de androgênios, como testosterona e androstenediona, embora essa diminuição seja menos significativa que a dos estrogênios.

Essas alterações hormonais são responsáveis não apenas pelos quadros dermatológicos na menopausa, mas também por sintomas vasomotores, geniturinários e metabólicos. E isso tudo pode impactar o risco cardiovascular e a saúde óssea.

E, hoje em dia, nos estudos científicos mais recentes, nós sabemos que já tem alguns fatores que podem influenciar a magnitude dessas mudanças da menopausa, como, por exemplo, o índice de massa corpóreo, tabagismo e a paridade.

Além dessas funções reprodutivas, o estrogênio também tem efeitos sistêmicos em diversos tecidos, como os ossos, o sistema cardiovascular, a pele, os músculos e o sistema nervoso central, regulando processos como o metabolismo,

manutenção da densidade óssea, função mitocondrial e modulação imunológica.

O estrogênio, na verdade, é um hormônio esteroide fundamental para o desenvolvimento e manutenção do sistema reprodutor feminino e das características sexuais secundárias, como crescimento de mamas, maturação dos órgãos genitais. Nos ovários de mulheres em idade reprodutiva, o estrogênio é produzido principalmente pelos folículos ovarianos, sendo o estradiol o principal estrogênio intracellular mais potente que os seus metabólitos como, por exemplo, a estrona e o estriol. E aí, após a menopausa, a maior parte do estrogênio é formada pela conversão periférica de androstenediona produzida pelas adrenais em estrona.

VB DIGITAL - Que tipos de cuidados ou tratamentos dermatológicos são mais indicados para mulheres na menopausa?

Temos várias opções para melhorar estes efeitos da menopausa na pele.

Hoje existem cremes capazes de melhorar a barreira cutânea, aumentando a hidratação e favorecendo o microbioma da pele. Além disso, também existem opções de ativos em cremes para melhorar a síntese de colágeno e manchas do fotoenvelhecimento. E o protetor solar é fundamental para protegermos a pele do principal agente causador do envelhecimento extrínseco: a radiação ultravioleta. Assim, não somamos fatores de envelhecimento.

Além das abordagens tópicas, procedimentos dermatológicos minimamente invasivos - toxina botulínica, ácido hialurônico injetável, bioestimuladores, lasers, ultrassom microfocado, peelings químicos - podem melhorar rugas, flacidez, textura e barreira cutânea, sendo frequentemente utilizados em combinação para rejuvenescimento cutâneo.

VB DIGITAL - É possível amenizar ou até reverter esses efeitos com mudanças na rotina de cuidados ou com tratamentos em consultório?*

Sim, a gente pode sim melhorar esses fatores. Aqui é importante destacar principalmente a abordagem multidisciplinar, que pode incluir desde uma terapia hormonal, quando bem indicada, até intervenções tópicas, como os cremes adequadamente prescritos por um dermatologista, procedimentos estéticos e minimamente invasivos e mudanças no estilo de vida, principalmente a sensação do tabagismo e a proteção solar são muito favoráveis, mas também uma alimentação equilibrada, rica em antioxidantes de forma natural, com frutas, verduras, legumes, a hidratação de forma adequada. É muito comum que nessa faixa etária as pessoas já tenham menos sensação de sede, então é importante beber água adequadamente e um sono adequado também entre sete e oito horas por noite também são. Fundamentais para melhorar todo o impacto disso além.

Além disso, o controle do estresse e então orientações como práticas de meditação e atividade física também são fundamentais para reforçar esses pilares no cuidado do envelhecimento.

Dra Marcelle Nogueira, coordenadora do Departamento de Geriatria da Sociedade Brasileira de Dermatologia (SBD)

Clique em cima do anúncio e veja mais!

Excelência em Neurologia e Neurocirurgia

Há mais de 15 anos

Cuidamos da sua saúde neurológica com tecnologia, experiência e uma equipe especializada

Neuron

(84) **3084-6034**
@clinicaneuronrn
R. Coronel Joaquim Manoel, 615,
Petrópolis, 9º andar - Sala 907

Uver bem

A contribuição da Economia Comportamental na construção da educação financeira das famílias brasileiras.

A economia comportamental tem ganhado destaque nos últimos anos como uma ferramenta poderosa para entender como as pessoas tomam decisões financeiras. No Brasil, a aplicação da economia comportamental na educação financeira pode ter um impacto significativo nas famílias, ajudando a promover comportamentos financeiros mais saudáveis e responsáveis.

A Economia Comportamental e a Educação Financeira

A economia comportamental estuda como as pessoas tomam decisões financeiras, considerando fatores como emoções, vieses cognitivos e influências sociais. Ao entender esses fatores, é possível criar programas de educação financeira mais eficazes, que levem em conta as necessidades e limitações das famílias brasileiras.

Mas de fato, como podemos entender a economia comportamental? Trata-se de um campo de estudo que busca entender como as pessoas tomam decisões financeiras e de consumo. Ela identifica vários fatores que influenciam o comportamento de consumo, incluindo:

- A influência Social: A cultura brasileira pode influenciar o comportamento de consumo, com a família e os amigos desempenhando um papel importante nas decisões de compra.

- Identificação dos vieses cognitivos: A economia comportamental pode ajudar a identificar vieses cognitivos que influenciam o comportamento de consumo, como o viés de confirmação ou o efeito de ancoragem.

Viés de Confirmação e Efeito de Ancoragem: Entendendo os Conceitos

- Viés de Confirmação: é a tendência de buscar, interpretar e lembrar informações que confirmem nossas crenças ou hipóteses existentes, enquanto ignoramos ou descartamos informações que as contradizem. Isso pode levar a uma visão distorcida da realidade e influenciar nossas decisões.

Exemplo: Se você acredita que um determinado produto é o melhor, você pode buscar apenas reviews e opiniões que confirmem essa crença, ignorando críticas ou opiniões contrárias.

- Efeito de Ancoragem: é a tendência de se basear em uma informação inicial (a "âncora") para tomar decisões subsequentes, mesmo que essa informação não seja relevante ou precisa. Isso pode levar a julgamentos e decisões influenciados por informações arbitrárias ou irrelevantes.

Exemplos: se você está comprando um produto e vê um preço inicial de R$ 100, mas ele está em promoção por R$ 80, você pode perceber o preço de R$ 80 como um bom negócio, mesmo que o preço normal seja mais alto do que o valor real do produto.

Em síntese, tanto o meio social que vivemos, o viés de confirmação quanto o efeito de ancoragem podem influenciar nossas decisões e julgamentos, levando a escolhas sub ótimas ou irracionais. Ao entender esses conceitos, podemos tomar medidas para mitigar seus efeitos e tomar decisões mais informadas.

Conclusão

A economia comportamental é um campo de estudo importante para entender o comportamento de consumo das famílias brasileiras. Ao identificar os fatores que influenciam o comportamento de consumo e aplicar a economia comportamental, é possível promover comportamentos financeiros mais saudáveis e melhorar a tomada de decisões.

Helder Cavalcan Vieira,

Graduado em Ciências Econômicas pela Universidade Federal do RN, Especialista em

Gestão Empresarial e Gestão Estratégica de Comunicação Empresarial, pela universidade Potiguar;

heldercavalcantirn@gmail.com

(84) 98120-3366

heldercavalcantirn

Clique em cima do anúncio e veja mais!

Alexander FLEMING
Laboratório Clínico

Há mais de 40 anos cuidando da sua saúde com confiança e excelência.

ONDE NOS ENCONTRAR:

Av. Campos Sales, nº 694 - Tirol
(84) 3211- 5093
Av. Miguel Castro, nº 1095 - Lagoa Nova
(84)3206-5096

PARA MAIS INFORMAÇÕES:
84 98153-4044

labflemingnatal.com.br
lafnatal@gmail.com

PARA SEGUIR:
@lafnatal

Viver bem