

**Relatório Mundial da Felicidade 2015**  
**Resumo**  
**John Helliwell, Richard Layard e Jeffrey Sachs**

## **Antecedentes**

O mundo mudou muito desde a publicação do primeiro *Relatório Mundial da Felicidade* em 2012. Constatou-se um aumento notável da consideração da felicidade como uma medida adequada do progresso social e um objetivo das políticas públicas. Um número rapidamente crescente de governos nacionais e locais está a utilizar a informação e a investigação sobre a felicidade na definição de políticas que permitam às pessoas ter uma vida melhor. Os governos estão a medir o bem-estar subjetivo e a utilizar a pesquisa sobre o bem-estar para orientar o design de espaços públicos e a prestação de serviços públicos.

## **Aproveitamento da informação e da investigação sobre a felicidade para melhorar o desenvolvimento sustentável**

O ano de 2015 representa um ponto de viragem para a humanidade, com a adoção no próximo mês de setembro pelos Estados-membros da ONU de Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) que ajudem a conduzir a comunidade mundial para um padrão de desenvolvimento global mais inclusivo e sustentável. É muito provável que os conceitos de felicidade e bem-estar ajudem a orientar o progresso para um desenvolvimento sustentável.

O desenvolvimento sustentável é um conceito normativo, que requer que todas as sociedades equilibrem os seus objetivos económicos, sociais e ambientais. Quando os países procuram o crescimento do PIB de forma desproporcionada, atropelando os objetivos sociais e ambientais, os resultados têm frequentemente impactos negativos no bem-estar humano. Os ODS foram pensados para ajudar os países a atingir os seus objetivos económicos, sociais e ambientais de forma harmoniosa, levando-os portanto a proporcionar níveis mais elevados de bem-estar para as gerações presentes e futuras.

Os ODS incluirão metas, objetivos e indicadores quantitativos. A Rede de Soluções de Desenvolvimento Sustentável, nas suas recomendações relativas à seleção de indicadores de ODS, recomendou vivamente a inclusão de indicadores de Bem-estar Subjetivo e de Atitude Positiva para ajudar a orientar e medir o progresso na consecução dos ODS. Encontramos considerável apoio de diversos governos e especialistas para a inclusão desses indicadores de felicidade nos ODS. O *Relatório Mundial da Felicidade 2015* destaca uma vez mais a idoneidade da utilização da medição da felicidade para orientar a definição de políticas públicas e para ajudar a avaliar o bem-estar geral de cada sociedade.

## Resumo dos capítulos

O presente relatório continua a tradição de combinar capítulos dedicados à análise de informação sobre níveis e tendências recentes da felicidade com capítulos que proporcionam uma análise mais profunda de determinados temas específicos.

- O capítulo 2, por John Helliwell, Haifang Huang e Shun Wang, contém as nossas principais classificações e explicações de avaliações vitais.
- O capítulo 3, por Nicole Fortin, John Helliwell e Shun Wang, apresenta uma gama de medições de felicidade muito mais amplas, além de como estas podem diferir por género, idade e região global.
- O capítulo 4, por Richard Layard e Gus O'Donnell, defende e explica a utilização da felicidade como medida do benefício em análises de custo-benefício.
- O capítulo 5, por Richard Davidson e Brianna Schuyler, analisa um conjunto de importantes novos resultados da neurociência da felicidade.
- O capítulo 6, por Richard Layard e Ann Hagell, está dirigido especialmente à felicidade dos jovens, esse terço da população mundial que tem atualmente menos de 18 anos.
- O capítulo 7, por Leonardo Becchetti, Luigino Bruni e Stefano Zamagni, analisa com mais profundidade os apoios éticos e a nível comunitário da felicidade.
- O capítulo 8, por Jeffrey Sachs, discute a importância do capital social para o bem-estar, e descreve formas como as sociedades podem investir em capital social para a promoção do bem-estar.

A seguir são apresentadas de forma breve as principais conclusões de cada capítulo.

### Capítulo 2: A geografia da felicidade.

As médias das avaliações vitais, em que 0 representa a pior vida possível e 10 a melhor vida possível, oscilam entre valores superiores aos 7,5 na parte superior das classificações e valores inferiores a 3 na parte inferior. Uma diferença de 4 pontos nas médias das avaliações vitais separa os 10 países mais felizes dos 10 países menos felizes.

Uma comparação entre as classificações por país do *Relatório Mundial da Felicidade 2015* com as do *Relatório Mundial da Felicidade 2013* revela uma combinação de consistência e alteração. 9 dos 10 países com melhores resultados em 2015 encontravam-se também no mesmo grupo em 2013. Mas as suas posições mudaram, com a Suíça agora em primeiro lugar, seguida de perto pela Islândia, pela Dinamarca e pela Noruega. Todos estes quatro países possuem

classificações médias entre os 7,5 e os 7,6, e as diferenças entre si não são estatisticamente significativas. Os restantes países entre os 10 primeiros são (por ordem) o Canadá, a Finlândia, os Países Baixos, a Suécia, a Nova Zelândia e a Austrália, todos com classificações médias superiores aos 7,28. Existe uma maior rotação, de quase metade, entre os 10 países com piores resultados, todos com médias inferiores aos 3,7. A maior parte destes países encontra-se na África subsariana, embora também se tenha registado a inclusão do Afeganistão e uma queda adicional da Síria.

Três quartos das diferenças entre países, bem como entre regiões, consistem em diferenças em seis variáveis cruciais: PIB *per capita*, anos de esperança de vida saudável, apoio social, confiança, perceção de liberdade na tomada de decisões vitais, e generosidade. As diferenças em apoio social, rendimentos e esperança de vida saudável são os três fatores mais importantes.

A análise das alterações nas avaliações vitais de 2005-2007 a 2012-2014 demonstra grandes diferenças internacionais na forma como a recessão global afetou as felicidades nacionais. Os três países com as maiores melhorias foram a Nicarágua, o Zimbabué e o Equador, com aumentos que variaram entre os 0,97 e os 1,12. A maior queda em médias de avaliações vitais foi registada na Grécia, que perdeu quase 1,5 pontos, seguida pelo Egito, com 1,13 pontos, e pela Itália, com 0,76 pontos. Dos 125 países com informação disponível tanto para 2005-2007 como para 2012-2014, houve 53 países com melhorias significativas, 41 com pioras significativas e 36 sem alterações significativas. Esta diversidade nas experiências nacionais parece ser devida a uma combinação de diferentes exposições à crise económica e de diferenças na qualidade dos governos, na confiança e no apoio social. Os países com um capital social de uma qualidade suficientemente alta parecem ser capazes de manter ou mesmo de melhorar o bem-estar subjetivo perante desastres naturais ou choques económicos, já que estas adversidades lhes proporcionam uma oportunidade de explorar e aproveitar os seus laços comunitários. Noutros casos, a crise económica provocou reduções na felicidade superiores às que poderiam ser explicadas pelas diminuições dos rendimentos e pelos aumentos das taxas de desemprego.

### **Capítulo 3: Como o bem-estar subjetivo varia no mundo por género e por idade?**

A análise neste capítulo vai mais além das avaliações vitais, incluindo um conjunto de experiências positivas e negativas que demonstram padrões altamente diferenciados por género, idade e região. As experiências positivas são a felicidade, o sorriso ou o riso, o prazer, a sensação de segurança à noite, a sensação de descanso e a sensação de interesse. As seis experiências negativas são a raiva, a preocupação, a tristeza, a depressão, o stress e a dor. Para

as avaliações vitais, as diferenças por género são muito pequenas em relação às encontradas entre países, ou mesmo entre idades dentro do mesmo país. Numa base média global, as avaliações vitais femininas são ligeiramente mais altas do que as masculinas, por cerca de 0,09 na escala de 10 pontos, o que representa cerca de 2% da diferença de 4 pontos entre os 10 países mais felizes e os 10 países menos felizes. As diferenças entre faixas etárias são muito maiores e diferem consideravelmente por região. Numa base global, as avaliações vitais médias começam altas entre os indivíduos mais jovens, caem quase 0,6 pontos por volta da meia-idade e são bastante planas a partir dessa idade. Esta imagem global mascara grandes diferenças regionais, com curvas em U nalguns países e declínios constantes noutros.

Para as seis experiências positivas e para as seis negativas há diferenças notáveis por género, idade e região, algumas das quais revelam maiores diferenças interculturais nas experiências do que as que tinham sido anteriormente estudadas.

Uma análise paralela das seis variáveis cruciais aplicadas no capítulo 2 para explicar as diferenças internacionais e as alterações nas avaliações vitais também demonstra a importância de tomar em consideração simultaneamente a idade, o género e a região para obter uma melhor compreensão das tendências globais e das diferenças. A importância do contexto social aparece com força na análise por género e por faixa etária: as regiões em que as avaliações vitais são significativamente mais altas nas faixas etárias mais avançadas, por exemplo, são também as regiões em que a perceção do apoio social, da liberdade e da generosidade (mas não dos rendimentos domésticos) é mais alta nessas faixas etárias. Três variáveis que possuem níveis e dinâmicas por faixas etárias muito diferentes em diferentes regiões.

#### **Capítulo 4: Análise de custo-benefício utilizando a felicidade como medida do benefício.**

Se a meta das políticas públicas é o aumento da felicidade, os responsáveis pelas decisões que as afetam terão de passar a avaliar as suas opções de forma bastante diferente. Este é o tema do capítulo 4. As vantagens de uma nova política devem agora ser medidas em termos do impacto da mudança na felicidade da população. Isto pode ser obtido de forma totalmente descentralizada estabelecendo um nível crítico de felicidade adicional que um projeto terá de proporcionar por dólar de despesa.

Esta nova forma de análise de custo-benefício evita muitos dos sérios problemas que afetam os métodos existentes, em que o dinheiro é a medida do benefício. Toma em consideração o facto óbvio que um dólar adicional proporciona mais felicidade aos pobres do que aos ricos, e inclui os efeitos de todos os restantes fatores além dos rendimentos, de forma que pode ser aplicada a uma gama de políticas públicas muito mais ampla.

## **Capítulo 5: A neurociência da felicidade.**

O capítulo 5 destaca quatro suportes do bem-estar e as suas bases neurais subjacentes: 1) emoções positivas prolongadas; 2) recuperação de emoções negativas; 3) empatia, altruísmo e comportamento pró-social; e 4) a divagação mental, a consciência plena e a “viscosidade afetiva” ou captação da atenção por estímulos emocionais.

Os resultados neurocientíficos permitem extrair duas conclusões gerais. A primeira é a identificação dos quatro elementos realçados, já que não são geralmente enfatizados na pesquisa sobre o bem-estar. A segunda é que todos os circuitos que identificamos como subjacentes a estes quatro suportes do bem-estar apresentam plasticidade, podendo portanto ser transformados pela experiência e formação. Estão a ser atualmente desenvolvidos programas de formação para cultivar a consciencialização, a amabilidade e a generosidade. Este capítulo analisa dados que demonstram que alguns destes programas de formação, incluindo alguns com durações tão reduzidas como duas semanas, podem induzir alterações cerebrais mensuráveis. Esta informação reforça o argumento de que a felicidade e o bem-estar devem ser analisados como capacidades que podem ser melhoradas através da formação.

## **Capítulo 6: Jovens mentes saudáveis: transformar a saúde mental das crianças.**

O capítulo 6 orienta o foco da atenção para o futuro do mundo, personificado nesse terço da população global que tem neste momento menos de 18 anos de idade. É essencial estabelecer quais são os aspetos do desenvolvimento infantil mais importantes para determinar se uma criança se tornará num adulto feliz e funcional. Diversos estudos que seguiram crianças do nascimento até à idade adulta demonstram que, das três características fundamentais do desenvolvimento infantil (académico, comportamental e emocional), o desenvolvimento emocional é o melhor dos três indicadores, e o êxito académico o pior.

Esta afirmação não devia ser surpreendente, dado que a saúde mental é um determinante crucial da satisfação vital na vida adulta, e que metade dos adultos com doenças mentais já demonstravam sintomas aos 15 anos. Um conjunto de 200 milhões de crianças do mundo inteiro sofrem atualmente de problemas de saúde mental diagnosticáveis que requerem tratamento. No entanto, mesmo nos países mais ricos só um quarto dessas crianças recebem o tratamento que necessitam. Dar mais prioridade ao bem-estar das crianças é uma das formas mais óbvias e eficazes em termos de custos de investir na felicidade mundial futura.

## **Capítulo 7: Valores humanos, economia civil e bem-estar subjetivo.**

O capítulo 7 apresenta a história, a análise e as implicações a nível de políticas públicas do paradigma italiano de Economia Civil. A abordagem tenta manter viva a tradição da vida civil baseada na amizade (a noção aristotélica de *philia*) e uma ideia mais socializada da pessoa e da comunidade, estabelecendo comparações com outras abordagens económicas que dão um papel menos central à reciprocidade e à benevolência.

O trabalho empírico do capítulo 7 apresenta ressonâncias do apresentado nos capítulos 2 e 8, ao enfatizar a importância das relações sociais positivas (caracterizadas pela confiança, pela benevolência e pelas identidades sociais partilhadas) na motivação do comportamento, contribuindo positivamente para os resultados económicos e gerando felicidade diretamente.

Os autores recomendam modificações nos mecanismos democráticos que incorporem estas capacidades humanas de ações pró-sociais.

## **Capítulo 8: O investimento no capital social.**

O bem-estar depende grandemente do comportamento pró-social dos membros da sociedade. A pró-socialidade implica que os indivíduos tomem decisões para o bem comum que possam entrar em conflito com incentivos egoístas a curto prazo. A vida económica e social está cheia de “dilemas sociais”, nos quais o bem comum e os incentivos individuais podem entrar em conflito. Nestes casos, o comportamento pró-social, incluindo a honestidade, a benevolência, a cooperação e a fiabilidade, é crucial para a consecução dos melhores resultados para a sociedade.

As sociedades com altos níveis de capital social, no sentido de confiança generalizada, bom governo e apoio mútuo entre os seus membros, propiciam os comportamentos pró-sociais. Um alto capital social aumenta direta e indiretamente o bem-estar, promovendo sistemas de apoio social, generosidade, voluntarismo e honestidade na administração pública, e reduzindo os custos da atividade empresarial. A grande questão para as políticas públicas consiste portanto em descobrir como as sociedades afligidas pela desconfiança e pela desonestidade podem investir em capital social. Este capítulo discute diversos caminhos para aumentar o capital social, incluindo a educação, a instrução moral, os códigos de conduta profissional, o opróbrio público dos violadores da confiança coletiva, e políticas públicas que diminuam a desigualdade nos vários suportes do bem-estar, nomeadamente a nível de rendimentos, saúde e laços sociais. Isto é importante porque a igualdade social e económica está associada a níveis mais altos de capital social e a uma confiança generalizada.

## **Os fios condutores são sociais.**

Existe um tema social recorrente que emerge consistentemente do *Relatório Mundial da Felicidade 2015*. Tanto a nível individual como a nível nacional, todas as medições do bem-estar, incluindo as emoções e as avaliações vitais, são fortemente influenciadas pela qualidade das normas sociais e das instituições circundantes, que incluem a família e as amizades a nível individual, a presença de confiança e empatia a nível de vizinhança e comunidade, e o poder e qualidade das normas sociais gerais que determinam a qualidade de vida dentro e entre países e gerações. Quando estes fatores sociais dispõem de bases sólidas e estão prontamente disponíveis, as comunidades e as nações são mais resistentes, e até os desastres naturais podem aumentar a força da comunidade quando esta se une para lhes responder.

O desafio consiste em garantir que as políticas públicas são concebidas e executadas de forma que enriqueçam o tecido social, e ensinem o prazer e o poder da empatia às gerações atuais e futuras. Sob as pressões de corrigir o que está obviamente mal, dedicamos frequentemente muito pouca atenção à construção do vital tecido social. Prestar mais atenção aos níveis e fontes de bem-estar subjetivo tem-nos ajudado a chegar a estas conclusões, e a recomendar que a felicidade seja considerada e defendida como um dos focos centrais da investigação e da prática.