

Levantamento global da MetLife revela que esporte, educação e mentoria desde cedo moldam a confiança e a resiliência ao longo da vida

Em um cenário marcado por pressão econômica, instabilidade e mudanças constantes, um novo estudo global da MetLife aponta um paradoxo importante em torno da educação financeira: enquanto a maioria das pessoas se considera resiliente, poucas se sentem preparadas para lidar com retrocessos quando eles ocorrem. Segundo a pesquisa, a confiança das pessoas cai 72% quando elas enfrentam contratempos reais, como uma crise financeira ou um problema emocional. O relatório Confident Pathways, realizado nos Estados Unidos, Reino Unido, Japão e México ouviu 4 mil pessoas entre abril e maio deste ano para entender como a confiança é construída e mantida ao longo da vida.

Embora características como persistência, adaptabilidade e otimismo sejam amplamente reconhecidas, os dados revelaram que 57% das pessoas se descrevem como persistentes e 52% dizem conseguir lidar com mudanças. Quando o tema é a capacidade de recuperação financeira, esse número cai para cerca de 20%, evidenciando um descompasso entre percepção e preparo, dado que também aparece nos hábitos cotidianos. Os dados indicam que disciplina e organização, embora importantes, não são suficientes para gerar sensação de segurança diante de situações adversas.

Em um momento em que o futebol reúne pessoas e comunidades ao redor do mundo, o estudo também evidencia como experiências na infância – como esporte, educação e mentoria – podem fortalecer a resiliência e a confiança desde cedo. Os resultados destacam o papel das oportunidades, do preparo e do apoio na construção da confiança, fatores que ajudam as pessoas a lidar com incertezas, se recuperar de adversidades e perseguir seus objetivos.

Principais insights do relatório, publicado nessa semana

- **A confiança cai 72% quando adultos avaliam sua capacidade de se recuperar de contratempos.** Os entrevistados tendem muito mais a se descrever como resilientes do que a se sentirem confiantes em sua capacidade de se recuperar de desafios financeiros, emocionais ou pessoais.
- **Experiências na infância ajudam a construir confiança e resiliência.** Mais da metade dos adultos que praticaram esportes na infância afirmam que essas experiências ajudaram a desenvolver confiança (56%) e perseverança (52%). Pais acreditam amplamente que esportes, aulas de reforço e programas de mentoria fortalecem resiliência e confiança das crianças – com esportes coletivos em primeiro lugar (65%), esportes individuais (55%) e programas de tutoria e mentoria (51%).
- **O preparo é essencial para a confiança.** Adultos que adotam medidas proativas – como fazer orçamento, poupar ou manter seguro de vida – têm 20 vezes mais chances de acreditar que conseguem se recuperar de contratempos.
- **A conexão social continua sendo um desafio.** Menos da metade dos adultos se sente apoiada por amigos (41%) ou pertencente à comunidade (31%), indicando fragilidade nos sistemas de apoio. Embora 57% das pessoas se descrevam como persistentes, 52% afirmem conseguir lidar com mudanças e 51% se mantenham otimistas em relação ao futuro, essa percepção não se traduz em segurança diante de situações reais. Apenas 30% avaliam sua própria resiliência como alta e esse número cai para 20% quando o tema é a capacidade de recuperação financeira.

Paralelo com a realidade no Brasil

Os achados do estudo dialogam com a realidade brasileira, onde percepção e preparo também não caminham no mesmo ritmo. A 17ª edição da pesquisa Observatório Febraban, realizada pelo Instituto de Pesquisas Sociais, Políticas e Econômicas (IPESPE) e publicado em 2025, indicou justamente que a maioria dos brasileiros (55%) admite entender pouco (40%) ou nada (15%) de educação financeira. Na mesma pesquisa, o impacto do endividamento na saúde mental das

para pessoas também foi trazido como ponto importante, para além da questão financeira. Para os brasileiros que possuem endividamento, mais de 77% afirmam que isso afeta sua saúde emocional ou qualidade de vida.

Para a MetLife, os resultados do Confident Pathways reforçam que a confiança não está apenas na forma como as pessoas se percebem, mas sobretudo em sua capacidade real de enfrentar momentos de instabilidade. Segundo Michael Roberts, Chief Marketing and Communications Officer da MetLife, “Esse estudo reforça algo em que sempre acreditamos: a confiança é construída por meio de acesso a oportunidades, preparo e redes de apoio. Seja ajudando crianças com esporte e educação, apoiando famílias na preparação financeira ou ampliando o acesso à proteção, nosso foco é ajudar as pessoas a avançarem com confiança em todas as etapas da vida”. O destaque para esporte, educação e mentoria sustenta o apoio da MetLife e da MetLife Foundation ao Fundo de Educação FIFA Global Citizen. O fundo tem meta de arrecadar US\$ 100 milhões até a final da Copa do Mundo da FIFA e já financia programas locais que ajudam jovens a desenvolver resiliência, confiança e habilidades para prosperar.

O estudo ouviu 4.000 adultos, sendo 1 mil por país, nos Estados Unidos, Reino Unido, México e Japão, entre 14 de abril e 4 maio de 2026, com o objetivo de entender como a confiança é construída, mantida e recuperada ao longo da vida. A amostra foi representativa por idade, gênero e, nos EUA, também por região e etnia.

Fonte: MetLife/Zeno Group, em 26.06.2026.