

## **El 70% de los españoles han sufrido ansiedad o estrés al pedir un crédito**

**Según el estudio El Peso de la Deuda: 'Implicaciones del endeudamiento en los hogares españoles', elaborado por BRAVO, el 60% de los españoles creen que una mejor educación financiera podría reducir sus problemas de estrés, ansiedad, preocupación o insomnio**

En un mundo donde las exigencias económicas y las preocupaciones financieras son cada vez más abrumadoras, el cuidado de la salud mental se vuelve crucial para garantizar el bienestar general de las personas. La falta de control sobre las finanzas personales y el aumento del endeudamiento pueden llevar a un deterioro significativo de la salud mental, afectando no solo la estabilidad emocional, sino también la capacidad para tomar decisiones financieras responsables y mantener una buena calidad de vida.

Con el objetivo de destacar la importancia que tiene la salud mental en la calidad de vida de las personas y su relación con las finanzas personales, BRAVO, la solución definitiva para aquellas personas que quieren pagar sus deudas, pero no pueden, ha presentado su estudio El Peso de la Deuda: "Implicaciones del endeudamiento en los hogares españoles". Los datos analizados por la fintech confirman que la economía y las finanzas son una de las razones por las que los españoles experimentan situaciones estrés o ansiedad, más concretamente, el 82% de los españoles afirma que el estado de sus finanzas influye en su motivación por realizar actividades, independientemente de que esa actividad suponga un gasto económico, y dos de cada tres españoles han sufrido un episodio de ansiedad, estrés, preocupación o insomnio a la hora de pedir un crédito.

Los españoles coinciden que un mejor entendimiento de sus finanzas y una mejor educación financiera puede ayudar a reducir sus problemas de salud mental relacionados con las finanzas y créditos personales. Por ejemplo, 60% de los encuestados creen que una mejor educación financiera podría reducir sus problemas de estrés, ansiedad, preocupación o insomnio y dos tercios de los españoles cree que ahorrar o controlar el gasto les ayuda a su bienestar mental, convirtiéndose así en la principal herramienta de los españoles para gestionar sus sentimientos negativos hacia el estado de sus finanzas.

Entre las principales inquietudes que afectan a los españoles, el 33% dice sentirse preocupado por la posibilidad de caer en una situación de impago o sobreendeudamiento. Y es que los productos de crédito se han convertido una realidad en la economía personal de los españoles, de acuerdo con este informe, el 74% de los españoles ha utilizado en alguna ocasión algún producto financiero de deuda personal, siendo las tarjetas de crédito el recurso más utilizado por los españoles, con un 65% de la población.

La realidad económica y social impulsa a las personas a asumir gastos que no pueden cubrir con sus ingresos, y recurren a este tipo de productos como una herramienta económica, funcionando casi como una forma de ahorro o de contención del gasto. El 30% de los españoles recurren a créditos

personales por imposibilidad de pagar solo con sus ingresos y otro 30% afirman que pagar a plazos les hace sentir que gastan menos, provocando así una sensación de falsa seguridad. En concreto, son los gastos puntuales, como grandes compras más especiales (68%) o planes de ocio (27%), para los que más hacen acudir a soluciones de crédito.

**Datos de contacto:**

BRAVO

BRAVO

913190515

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Finanzas](#) [Sociedad](#) [Madrid](#) [Psicología](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>