

O que é Nudge e como influencia nossas decisões

Você já ouviu falar sobre "nudge"? Este termo da economia comportamental, que significa "empurrão" em português, vai muito além de uma simples tradução. Trata-se de uma teoria que combina técnicas de persuasão e tomada de decisão, também conhecida no Brasil como "Teoria do Incentivo". No mundo dos negócios, representa a busca pelas melhores escolhas possíveis em cenários adversos. Vamos explorar como os nudges influenciam nossas decisões diárias e financeiras.



by adolfo Pildervasser



Exemplos de Nudges no Cotidiano

1 Contratos e Cansaço

Assinar um contrato após um longo dia de trabalho não é o melhor cenário para tomar decisões importantes.

2 Compras e Fome

Ir ao supermercado de estômago cheio pode resultar em escolhas mais econômicas e saudáveis.

3 Estímulos Sensoriais

O aroma de café saindo da padaria é um convite irresistível para entrar e consumir.

4 Urgência nas Vendas

Placas anunciando "ÚLTIMAS PEÇAS" criam um senso de urgência nos consumidores.

Arquitetura de Escolhas

1

Definição

Conjunto de estratégias projetadas para influenciar a tomada de decisão através de estímulos corretos.

2

Elementos

Envolve desde o layout físico até o tamanho das letras em anúncios.

3

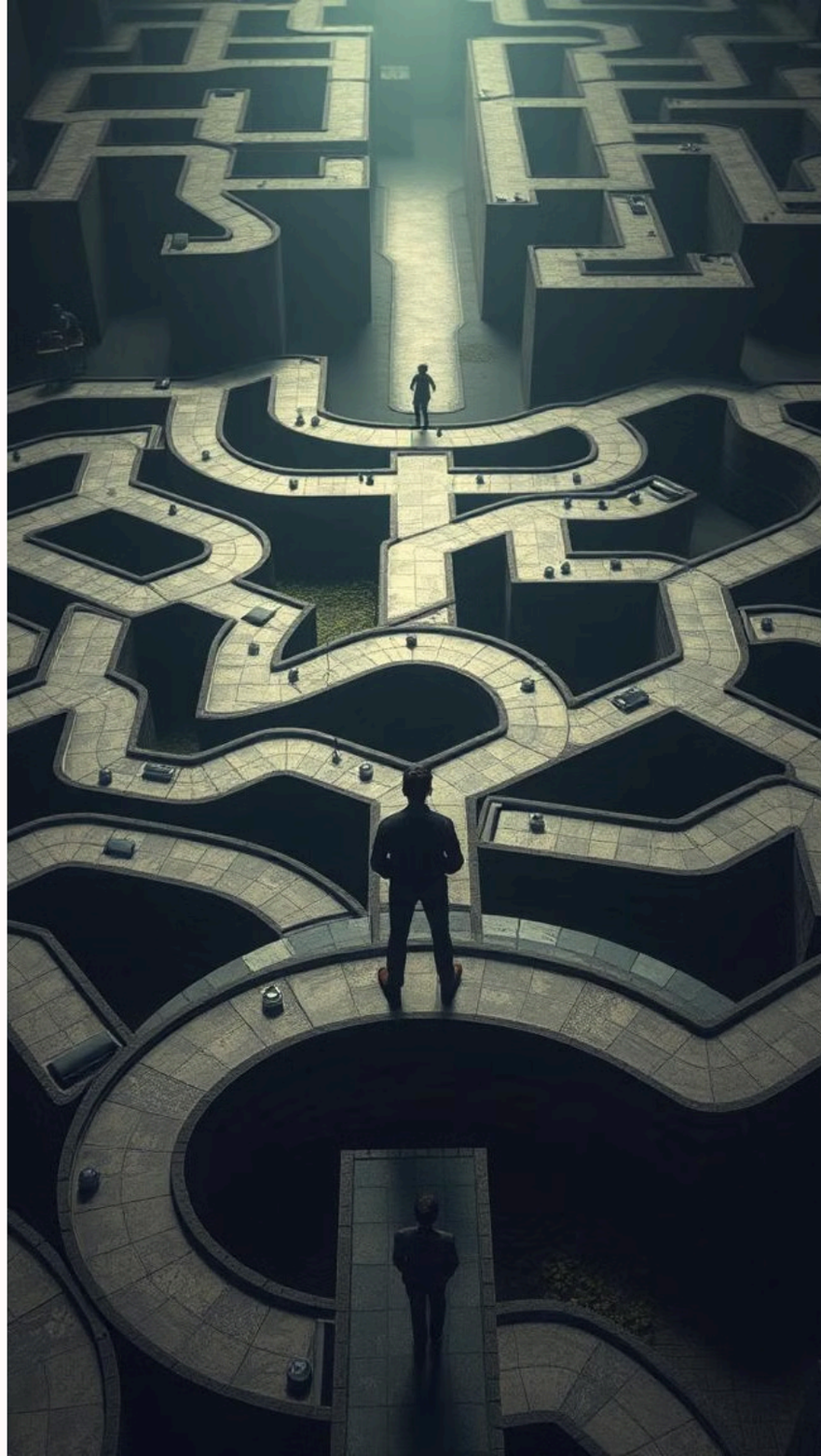
Objetivo

Guiar as pessoas a tomarem as melhores decisões possíveis em diversos contextos.

4

Aplicação

Utilizada em várias áreas, incluindo marketing, políticas públicas e finanças pessoais.



Teoria de Thaler e Sunstein

Racionalidade Limitada

Richard Thaler e Cass Sunstein argumentam que as pessoas não tomam decisões de forma totalmente racional.

Influência de Detalhes

Pequenos detalhes, como cores específicas ou palavras bem colocadas, podem provocar reações distintas no comportamento humano.

Princípios Pessoais

Os nudges não mudam o comportamento das pessoas, mas as auxiliam na tomada de decisão de acordo com seus próprios princípios.

Nudges e Finanças Pessoais

Compreensão de Estímulos

Entender como os estímulos emocionais afetam as decisões financeiras é crucial para fazer escolhas mais conscientes.

Escolha de Instituições

Os nudges podem influenciar na seleção de instituições financeiras e tipos de aplicações que melhor se adequam ao perfil do investidor.

Educação Financeira

Aprender sobre o mercado financeiro, como a bolsa de valores, é um passo importante antes de avançar para o mundo dos investimentos.





Afastando-se das Letras Miúdas

1

Problema

Letras miúdas em contratos e documentos financeiros desestimulam a leitura e compreensão completa.

2

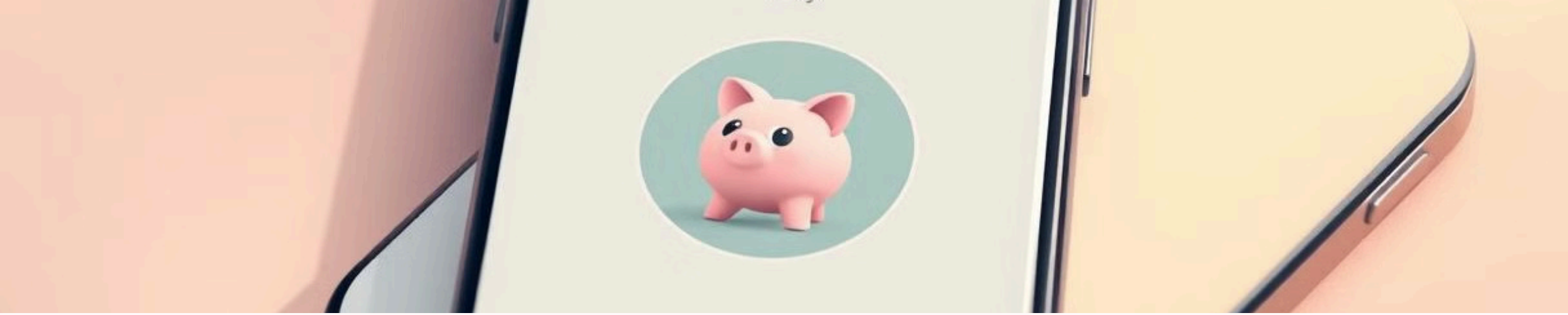
Consequência

Isso pode levar a dúvidas sobre a veracidade das informações e dificultar a tomada de decisões informadas.

3

Solução

Optar por documentos com letras de tamanho normal é um nudge que estimula uma análise mais clara e decisões financeiras mais conscientes.



Opções Automáticas em Finanças

Poupança Automática

Utilize o aplicativo do banco para guardar dinheiro automaticamente, facilitando a criação de uma reserva de emergência.

Pagamentos Programados

Automatize o pagamento de boletos e débitos de faturas de cartão para evitar atrasos e multas.

Limite de Gastos

Configure limites de gastos no cartão de crédito para ajudar a controlar despesas excessivas.

Evitando Estímulos ao Consumo

1

Identificar Gatilhos

Reconheça os estímulos que levam ao consumo excessivo, como promoções e promessas de preços baixos.

2

Planejar Compras

Ao ir às compras, leve uma lista com itens necessários para evitar gastos impulsivos.

3

Evitar Tentações

Limite visitas a locais que estimulam o consumo, como shopping centers, quando não for necessário.

4

Controlar Impulsos

Resista a hábitos de consumo diário, como comprar doces após o almoço, optando por indulgências ocasionais.



Nudges no Supermercado

Situação	Nudge Recomendado	Benefício
Fome antes das compras	Comer antes de ir ao supermercado	Escolhas mais saudáveis e econômicas
Compras sem planejamento	Fazer uma lista de compras	Evita gastos desnecessários
Tentação por promoções	Focar apenas nos itens da lista	Reduz compras impulsivas



Nudges para Economia de Energia

1

Feedback Visual

Utilize termostatos inteligentes que mostram o consumo de energia em tempo real, incentivando a redução do uso.

2

Comparação Social

Apresente relatórios de consumo comparando com vizinhos, estimulando a competição saudável por economia.

3

Configurações Padrão

Configure eletrodomésticos com opções de economia de energia como padrão, facilitando escolhas eficientes.

4

Lembretes Visuais

Coloque adesivos próximos a interruptores lembrando de desligar as luzes ao sair do ambiente.



Nudges na Saúde

Disposição de Alimentos

Posicione alimentos saudáveis em locais de fácil acesso e visibilidade em cafeterias e restaurantes.

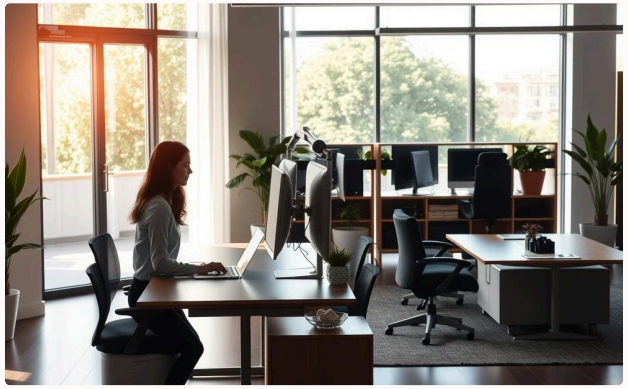
Tamanho das Porções

Ofereça porções menores como padrão, permitindo que as pessoas peçam mais se desejarem.

Escadas vs. Elevadores

Torne as escadas mais atrativas e acessíveis do que os elevadores para incentivar a atividade física.

Nudges no Ambiente de Trabalho



Estações de Trabalho Ergonômicas

Ofereça mesas ajustáveis e cadeiras ergonômicas para incentivar posturas saudáveis e movimento durante o dia.



Hidratação Facilitada

Disponibilize bebedouros e garrafas reutilizáveis em locais estratégicos para estimular o consumo de água.



Opções de Lanches Saudáveis

Forneça opções de lanches nutritivos em áreas comuns, tornando escolhas saudáveis mais acessíveis.



Nudges em Políticas Públicas

1

Doação de Órgãos

Implementar a opção de doação de órgãos como padrão, permitindo que as pessoas optem por não doar se desejarem.

2

Economia de Água

Enviar relatórios de consumo de água comparando com a média da vizinhança para incentivar a redução do uso.

3

Segurança no Trânsito

Utilizar faixas de pedestres 3D para criar a ilusão de obstáculos e reduzir a velocidade dos veículos.

4

Reciclagem

Projetar lixeiras de reciclagem com aberturas específicas para cada tipo de material, facilitando a separação correta.



O Impacto dos Nudges na Economia Mundial

Mudanças Graduais

Pequenas ações e nudges bem planejados podem levar a mudanças significativas nos hábitos financeiros das pessoas em larga escala.

Efeito Dominó

Alterações no comportamento individual podem se propagar, afetando setores inteiros da economia e influenciando tendências globais.

Políticas Econômicas

Governos e instituições financeiras podem utilizar nudges para orientar comportamentos econômicos benéficos para a sociedade como um todo.

Consciência Global

A compreensão dos nudges pode levar a uma maior consciência sobre como nossas decisões são influenciadas pela economia mundial e vice-versa.