

Satisfacția în ceea ce privește sistemele de sănătate continuă să scadă

... în timp ce oamenii au grijă din ce în ce mai mult
de sănătatea lor



Europeanii iau măsuri pentru a se îngriji de sănătatea lor

Este esențial să receptăm și să ascultăm feedback-ul pentru progresul viitor, inclusiv în domeniul asistenței medicale. Printre multele constatări vizionare din cadrul Raportului STADA privind sănătatea 2024, una dintre acestea se detașează ca fiind deosebit de profundă: Satisfacția europeanilor cu privire la sistemele lor naționale de sănătate este în scădere. Într-adevăr, abia unul din doi europeni este acum mulțumit de nivelul serviciilor pe care le primește, față de trei din patru cetățeni mulțumiți în urmă cu doar cinci ani

Motivul acestui declin sunt multiple și variază de la o țară la alta în cele 23 de țări care fac obiectul Raportului STADA privind sănătatea din acest an, un studiu de cercetare unic prin domeniul său de aplicare și amploare. Printre nemulțumirile frecvente ale celor 46.000 de respondenți se numără dificultățile în obținerea unei programări, îngrijirea inadecvată și lipsa de încredere în factorii de decizie din domeniul sănătății.

Cu toate acestea, există și semne pozitive. Încrederea în specialiștii din domeniul sănătății rămâne puternică. Sfaturile acestora sunt foarte apreciate în contextul avalanșei de informații adesea contradictorii disponibile online și în rețelele de socializare.

Ceea ce reiese în mod clar din datele validate științific este că majoritatea cetățenilor din Europa – indiferent de vârstă, sex și mediu – iau din ce în ce mai multe măsuri pentru a-și îngriji sănătatea; fie că își completează dieta, fie că fac mai multă mișcare și altele asemenea. Există, de asemenea, o conștientizare din ce în ce mai mare a faptului că bunăstarea fizică și mintală sunt la fel de importante.

În calitate de director general al unei companii dedicate scopului său de a avea grijă de sănătatea cetățenilor ca partener de încredere, consider această tendință foarte încurajatoare. Invit toate părțile interesate – companiile care dezvoltă, produc și furnizează medicamente esențiale; factorii de decizie politică și autoritățile de reglementare care stabilesc cadrul de utilizare a acestor produse; medicii care le prescriu; asistentele medicale care le administrează; farmaciștii care le distribuie; și pacienții care beneficiază de ele – să se alăture dezbaterii privind numeroasele provocări, dar și potențialele soluții, prezentate în cea de-a zecea ediție a Raportului STADA privind sănătatea. Prin dialog deschis, bazat pe date empirice, construim împreună sisteme de sănătate reziliente pentru anii următori.

Peter Goldschmidt
CEO STADA Arzneimittel AG

Prin dialog deschis, bazat pe date empirice, putem construi împreună sisteme de sănătate reziliente pentru anii următori.





23 de țări. 46.000 respondenți.



Raportul privind sănătatea STADA 2024

Origini, obiective și metodologie

Sistemul nostru de sănătate a fost pus la încercare în mod repetat de crizele din ultimii ani. Prin urmare, nu este surprinzător faptul că satisfacția europenilor cu privire la sistemul lor de sănătate a scăzut, fiind marcată de timpi de așteptare lungi, medici suprasolicitați și birocrație în creștere.

Lipsa prevenției, una dintre cele mai importante pârghii pentru sănătatea europenilor, prevalează. Cu toate acestea, europenii sunt dispuși să investească în propria lor sănătate. Mulți își schimbă stilul de viață, făcând mai multă mișcare și mâncând mai sănătos.

Condițiile primordiale pentru ca europenii să își asume responsabilitatea pentru propria sănătate există deja, dar lipsește încă un sprijin suficient din partea sistemului de sănătate. Am dorit să aflăm unde apar problemele pentru a identifica posibile soluții: cum apreciază europenii starea actuală a sistemelor lor de sănătate? Se corelează aceasta cu încrederea lor generală în medicina convențională? Cât de multă încredere au în factorii de decizie din domeniul sănătății, în medici și farmaciști? Răspunsurile la aceste întrebări și la multe altele pot fi găsite în Raportul STADA privind sănătatea 2024.

Să ne amintim

Lansat inițial în 2014 ca un studiu național pentru a examina „cunoștințele despre sănătate” ale populației germane, Raportul STADA privind sănătatea a crescut constant și își sărbătorește acum cea de-a zecea aniversare. În ultimii ani, acesta a devenit cel mai mare și mai cuprinzător studiu internațional din industrie, acoperind o gamă largă de subiecte legate de sănătate. De la lansarea sa internațională în 2019, raportul a examinat comportamentul populației europene și sănătatea sa fizică și mintală în ceea ce privește tendințele și evenimentele actuale, evidențiind evoluțiile și schimbările de-a lungul timpului. Urmând scopul STADA de „A avea grijă de sănătatea cetățenilor ca un partener de încredere”, Raportul privind sănătatea din acest an nu numai că dezvăluie adevăruri incomode și probleme prezente, dar explorează și posibile cauze și soluții.

Eșantion și metodologie 2024

Sondajul internațional 2024 a fost realizat de Human8 prin intermediul unui chestionar online în februarie și martie 2024 în următoarele 23 de țări: Austria, Belgia, Bulgaria, Republica Cehă, Danemarca, Finlanda, Franța, Germania, Ungaria, Irlanda, Italia, Kazahstan, Olanda, Polonia, Portugalia, România, Serbia, Slovacia, Spania, Suedia, Elveția, Regatul Unit și Uzbekistan. Grupul de persoane interviuate a inclus un total de 46.033 de persoane, cu aproximativ 2.000 de respondenți cu vârste cuprinse între 18 și 99 de ani în fiecare țară. Ca întotdeauna, sondajul este reprezentativ în ceea ce privește vârsta, sexul și regiunea.

Chestionarul conținea mai mult de 30 de întrebări care acopereau subiecte precum satisfacția față de sistemele naționale de sănătate, încrederea în medici și farmaciști, prevenirea bolilor, sănătatea mintală și altele.

Din punct de vedere geografic, Kazahstanul și Uzbekistanul fac parte din Asia Centrală. În vederea întocmirii acestui raport și al accesibilității sale, ambele țări și rezultatele sondajelor respective, împreună cu cele 21 de națiuni europene participante, au fost clasificate sub umbrela termenului „european”.

Sistemul de sănătate și medicina convențională

Capitolul unu

2024

Care este starea sistemelor de sănătate în Europa?

Cu un nivel de satisfacție la cel mai scăzut nivel din toate timpurile, peisajul european al asistenței medicale se luptă cu o problemă fundamentală. În același timp, încrederea în medicina convențională este în creștere. Inteligența artificială ar putea aduce o destindere, dar este privită cu suspiciune în momentul în care este aplicată în lumea asistenței medicale personale. Specialiștii din domeniul sănătății joacă un rol esențial în menținerea sistemului.

Sistemul de sănătate și medicina convențională

Analiză



Este o situație delicată:

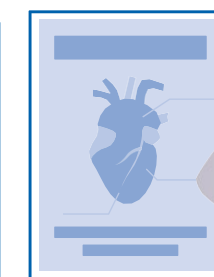
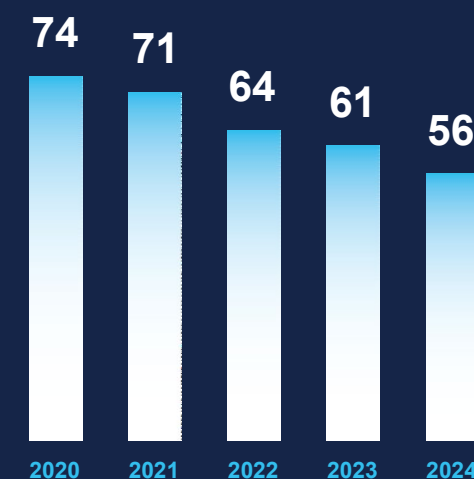
Satisfacția europenilor față de sistemele de sănătate continuă să scadă

Pe fondul progreselor spectaculoase ale medicinei și asistenței medicale moderne și al rezistenței acesteia în fața crizelor de sănătate la nivel mondial, resentimentele mocnesc la suprafață. Frustrarea cu privire la accesul la consultații medicale, standardul oferit în instituțiile de asistență medicală, deficitul de personal și o neîncredere generală față de factorii responsabili de adoptarea deciziilor politice în domeniul sănătății răsună pe continentul european.

Niciodată până acum în istoria de 10 ani a Raportului STADA privind sănătatea europenii nu s-au simțit atât de dezamăgiți de sistemele lor de sănătate. Cu toate acestea, pesimismul lor este însoțit de o tendință contrară: creșterea încrederii în medicina convențională. Aceasta este o contradicție interesantă, dar și un semnal de alarmă. Este, în același timp, și o expresie a speranței pentru viitorul peisajului actual al asistenței medicale din Europa.

Satisfacția față de sistemul de sănătate scade pentru al patrulea an consecutiv – la un nivel alarmant de scăzut.

Toate datele sunt exprimate în %



Lipsa programărilor, standardele slabe de îngrijire și neîncrederea conduc la nemulțumire

În general, locuitorii din Ungaria sunt cei mai nemulțumiți de sistemul lor de sănătate: 72% dintre ei îl consideră insuficient, urmați de Kazahstan (67) și Serbia (65). În întreaga Europă, principalele argumente ale nemulțumirii sunt dificultățile de a obține o programare (54), care par a fi deosebit de dificile în Ungaria (73), și faptul că au cunoscut sau cunosc personal pe cineva care a primit îngrijiri inadecvate (47), care a fost cel mai des raportat în Suedia (63). În plus, aproape 1 din 2 europeni (46) declară că au o lipsă generală de încredere față de factorii responsabili de politica în domeniul sănătății, ceea ce este cel mai frecvent în rândul publicului ceh (66). Alte motive de nemulțumire

Începând din 2021, Raportul STADA privind sănătatea a înregistrat un declin continuu al satisfacției față de sistemele publice de sănătate din Europa, iar tendința continuă. În 2020, chiar înainte de izbucnirea crizei pandemice, satisfacția generală era de 74%, scăzând la 71% în 2021. În 2022, procentul a scăzut la 64%, iar în 2023 a coborât la 61%. Astăzi, doar 56% dintre europeni sunt mulțumiți de sistemul de sănătate din țara lor. Și, în timp ce unii participanți pentru prima dată ajung din urmă statisticile, satisfacția medie în rândul participanților recurenți a scăzut, de asemenea, cu o medie de 3 puncte procentuale comparativ cu 2023. Satisfacția a scăzut cel mai mult în Regatul Unit, cu o pierdere de 11 puncte procentuale, nemulțumirea fiind probabil alimentată de presiunile post-pandemice asupra serviciului național de sănătate, în Kazahstan, unde satisfacția a scăzut cu 10%, și în Germania, cu o pierdere de 8%. În aceste trei țări, dificultățile în obținerea unei programări (69 și 68 în Regatul Unit și, respectiv, în Germania) și standardul de îngrijire (Kazahstan, 61) au fost menționate ca principale motive de nemulțumire.

Sistemele de sănătate includ lipsa sustenabilității (39), privatizarea care are un impact negativ asupra serviciilor de sănătate (30), lipsa accesului la servicii preventive și lipsa personalului medical din spitale (28 pentru fiecare). Deși 42% dintre europeni și-ar putea imagina că ar putea plăti pentru o asistență medicală de mai bună calitate, în special în Uzbekistan (75), aceasta nu este o opțiune majoritară, în principal pentru că 1 din 3 europeni afirmă că nu își pot permite să plătească mai mult pentru asistență medicală.

Specialiștii din domeniul sănătății și disponibilitatea medicamentelor îi liniștesc pe europeni

Belgia (85), Elveția (81) și Olanda (77) rămân cele mai mulțumite de sistemele lor de sănătate – în principal datorită faptului că medicii sau farmaciștii oferă sfaturi bune (56, toate) și pot obține medicamente în momentul în care au nevoie (64 Belgia, 63 Olanda și Elveția). Interesant este faptul că vasta disponibilitate a medicamentelor este, de asemenea, principalul motiv de satisfacție cu privire la sistemul de sănătate german (66 față de 56 media europeană), în ciuda lipsei de aprovizionare cu anumite produse, în special cu medicamente pentru copii.



Sistemul de sănătate și medicina
convențională

Soluții posibile

Ce se poate face pentru a
îmbunătăți sistemele de sănătate
în Europa?

Expertiza și stimulentele
sunt în topul
preferințelor europenilor:



Alte motive de satisfacție sunt accesibilitatea medicamentelor (43), care este apreciată în mod deosebit în Belgia (59), și un bun acces la servicii de sănătate preventive (41), care este apreciat în mod deosebit de populația cehă (62). În Raportul STADA privind sănătatea 2023, Cehia se numără, de asemenea, printre țările cu cel mai mare număr de vizite medicale preventive regulate.

O observație generală: satisfacția față de sistemele de sănătate ar putea fi legată de îngrijirea personală regulată. Persoanele care se implică în mod regulat în îngrijirea proprie au mai multe șanse să fie mulțumite de sistemul de asistență medicală (57) decât cele care se pare că fac puțin pentru a-și susține propria sănătate (47).

Expertiza și stimulentele sunt solicitate pe scară largă în întreaga Europă

Dincolo de abordarea cauzelor imediate ale nemulțumirii menționate mai sus, europenii au unele idei mai vaste cu privire la ceea ce trebuie lucrat pentru a îmbunătăți sistemele de sănătate în viitor. Cel puțin 1 din 2 europeni (48) consideră că ar fi important ca factorii de decizie din domeniul sănătății să aibă o pregătire în domeniul sănătății – o sugestie destul de rezonabilă, având în vedere că lipsa de încredere în acest grup este un factor major de nemulțumire. Majorarea salariilor persoanelor care lucrează în domeniul medical este a doua măsură ca popularitate, cu 47% dintre respondenți care speră că acest lucru ar putea motiva mai multe persoane să urmeze o carieră în domeniul sănătății.

De asemenea, 43% dintre respondenți consideră că ar putea fi de ajutor creșterea producției de medicamente în propria țară, în loc să se bazeze pe produse importate. Mai mult de 1 din 3 europeni (35) ar dori ca aria responsabilităților farmaciștilor să fie extinsă pentru a elibera norma de lucru a medicilor și aproape la fel de mulți (31) ar dori să vadă că se creează căi alternative de carieră pentru a deveni medic pentru a rezolva problema lipsei de personal. În aceeași ordine de idei, 1 din 5 europeni consideră că cerințele de acces la profesiile medicale ar trebui reduse pentru a crește numărul persoanelor angajate în acest sector.

Cu toate acestea, deși europenii sunt nemulțumiți de sistemele de sănătate, încrederea lor în asistența medicală convențională este în creștere

Aproape 7 din 10 europeni (69) declară că au încredere totală sau majoră în medicina convențională, în timp ce se informează independent pe internet – o creștere cu 7 puncte procentuale față de 2022. Bărbații (35) sunt mai susceptibili de a nu avea niciun fel de rezerve față de medicina convențională decât femeile (25). În ceea ce privește fiecare țară în parte, Finlanda (84), țară care a revenit și participă din nou la acest chestionar, ocupă primul loc în ceea ce privește încrederea, urmată de Spania (82), care s-a numărat întotdeauna printre cei mai aprigi susținători ai medicinei convenționale.

Soluția 2

47 %

solicită salarii mai mari
pentru personalul din
domeniul medical

Soluția 1

48 %

consideră că factorii de decizie din
domeniul sănătății ar trebui să aibă o
pregătire în domeniul medical



Soluția 3

43 %

ar fi mai liniștiți dacă mai multe
medicamente ar fi produse în propria
lor țară

Principalele motive pentru nivelurile ridicate de încredere sunt specialiștii din domeniul sănătății, cum ar fi medicii și farmaciștii: 48% apreciază în mod expres sfaturile acestora, considerând că specialiștii din domeniul sănătății „știu ce este mai bine”. Cetățenii din Belgia și Irlanda țin în mod deosebit la opiniile specialiștilor lor (56). Un procent suplimentar de 42% declară că au încredere în medicina convențională deoarece aceasta și-a dovedit eficiența – în special în Finlanda (57), Regatul Unit (UK) și Irlanda (51). Un alt lot de 41% își bazează încrederea pe cercetarea de zeci de ani care a condus la multe descoperiri în medicina convențională, iar 39% sunt liniștiți de standardele ridicate de calitate, procesele de reglementare și controalele.

Se pare că încrederea în medicina convențională este corelată cu o probabilitate mai mare de satisfacție în ceea ce privește asistența medicală: 59% dintre persoanele care declară că au încredere în medicina convențională sunt mulțumite de sistemul lor de sănătate, comparativ cu doar 28% dintre cei care au rezerve față de medicina convențională. Cu toate acestea, îmbunătățirea încrederii nu este suficientă pentru a compensa nemulțumirea tot mai mare față de sistemele de sănătate – deficiențele sistemului par să fie rădăcina problemei, nu medicina în sine.



Între timp, scepticismul prevalează în unele țări

Cetățenii din Kazahstan sunt cei mai neîncredători în medicina convențională (23). Și Uzbekistanul pare să aibă două păreri despre acest subiect: are cea mai mare proporție de persoane care declară că au încredere deplină în medicina convențională (56), precum și 22% care declară contrariul. Pe întreg continentul, 44% sunt îngrijorați de faptul că cetățenii implicați în medicina convențională încearcă doar să facă bani, iar o proporție egală (43%) sunt frustrați de faptul că medicina convențională se concentrează pe gestionarea simptomelor mai degrabă decât pe abordarea cauzelor profunde. Acest punct de vedere este mai pronunțat în rândul femeilor (46) decât al bărbaților (39). Puțin peste 1 din 3 (35) consideră că pandemia a scos la iveală limitele medicinei convenționale, opinie împărtășită cel mai des de persoanele din Serbia (49) și România (48). 17 la sută au fost dezamăgiți de sfaturile primite de la medicul de familie sau preferă să utilizeze tratamente alternative, acestea din urmă fiind deosebit de populare în Elveția (34). Pentru 16%, presa negativă despre medicina convențională a fost descurajantă, iar 15% se plâng de faptul că medicamentele convenționale sunt adesea indisponibile sau în cantitate redusă.



Încrederea în medicina convențională rămâne fermă, dar europenii consideră că mai sunt aspecte care pot fi îmbunătățite

Pentru a întări și mai mult încrederea, 46% dintre europeni consideră că medicina convențională ar trebui să se concentreze mai mult pe pacient și pe cerințele acestuia, iar acest sentiment provine în principal din Spania și Finlanda, fiind cele mai puternice susținătoare ale acestei idei (59). O mai bună comunicare între medicii de familie și pacienți în timpul consultațiilor ar contribui, de asemenea, la îmbunătățirea reputației generale a medicinei convenționale. În Portugalia, mai mult de jumătate din populație ar încuraja o comunicare mai clară și mai adaptată publicului larg. În ceea ce privește performanța, 41% dintre europeni ar dori să vadă mai multe progrese în medicina convențională, în special în tratamentul bolilor grave, cum ar fi cancerul, în timp ce 40% doresc o abordare mai holistică a medicinei, care să ia în considerare atât sănătatea fizică, cât și pe cea mintală. Pentru a face medicina convențională și mai accesibilă, 29 procente ar dori să vadă liste de medici specializați în tratarea anumitor boli, un acces mai ușor la programări în funcție de angajamentele profesionale (28), materiale mai cuprinzătoare care să îi ajute să se informeze despre boli și opțiuni de tratament și medicamente mai ușor de utilizat (25).

În contextul scăderii satisfacției: specialiștii din domeniul sănătății reprezintă bastioane ale încrederii în medicină

Specialiștii din domeniul sănătății, cum ar fi medicii generaliști (MG) și farmaciștii sunt, de asemenea, cele mai importante surse de informații în momentul în care vine vorba de achiziționarea de medicamente fără rețetă medicală și de suplimente alimentare. Medicii de familie reprezintă cele mai de încredere surse de recomandări (63), urmați îndeaproape de farmaciști (54) și de alți specialiști din domeniul sănătății (49).

46%

consideră că
medicina convențională ar
trebui să se concentreze
mai mult pe situația
individuală a pacientului



Gândindu-se la viitorul farmaciilor lor tradiționale, 46% dintre europeni ar dori să vadă opțiuni de tratament și medicamente mai accesibile, în special în Finlanda (62) și Republica Cehă (61). Aproximativ 1 din 3 (32) ar aprecia posibilitatea de a-și primi rețetele medicale sau alte medicamente la domiciliu, o idee care este deosebit de populară în Germania (42). O altă treime (31) ar dori ca alte servicii legate de sănătate, cum ar fi testele oftalmologice sau auditive, să fie integrate în serviciile de farmacie, iar 31% ar aprecia mai multe informații cu privire la specificul rețetei sau al medicamentelor lor în ceea ce privește utilizarea sau aplicarea.

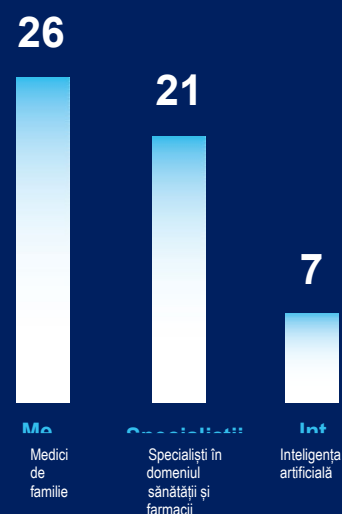
Inteligenta artificială: un subiect deschis

Deși adevărata măsură în care inteligența artificială va ajunge să ne influențeze viața – atât în mediul online, cât și în cel offline – în

este greu de evaluat ce se va întâmpla în anii următori, majoritatea europenilor îl consideră totuși un instrument pozitiv în ansamblu. Acest lucru este valabil nu numai pentru cei 47% care declară că înțeleg ce este inteligența artificială, ci și pentru 15% dintre persoanele care recunosc că nu știu prea multe despre aceasta, dar o văd ca pe un posibil mijloc de îmbunătățire a societății. În ciuda faptului că inteligența artificială a schimbat modul în care informațiile pot fi ușor accesibile și personalizabile în zilele noastre, majoritatea europenilor preferă în continuare o căutare rapidă pe Google (62), articolele online (35%) sau website-urile oficiale ale instituțiilor de sănătate (33) pentru a obține informații legate de sănătate. Indiferent de creșterea popularității sale în ultimii ani, inteligența artificială nu și-a consolidat încă poziția de sursă de informații legate de sănătate (8). 14% declară că nu utilizează nicio sursă online. >>

medicii de familie și farmaciile sunt cu mult înaintea inteligenței artificiale în momentul în care vine vorba de recomandări pentru probleme de sănătate.

Toate datele sunt exprimate în %



Ezitatea față de inteligența artificială în domeniul sănătății ar putea indica un scepticism mai amplu

Utilizarea inteligenței artificiale în asistența medicală personală, fie că este vorba de rezervarea unor programări, obținerea unui diagnostic sau informarea cu privire la recuperare, provoacă un sentiment de neliniște în rândul majorității europenilor, mai ales în rândul femeilor mai mult decât al bărbaților. Un punct de vedere interesant, mai ales că inteligența artificială ar putea ajuta cabinetele medicale să devină mai eficiente în programarea consultațiilor și în oferirea de diagnostic și recomandări de tratament, ceea ce ar putea aduce beneficii semnificative pacienților.

Lista preocupărilor cu privire la utilizarea inteligenței artificiale în domeniul asistenței medicale este considerabilă

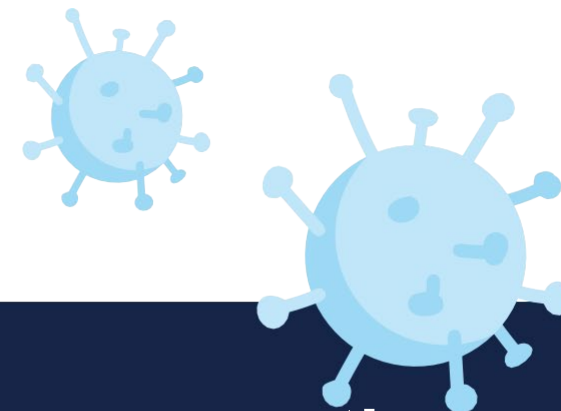
64% dintre europeni sunt îngrijorați de o posibilă utilizare abuzivă, în special în Uzbekistan (81), 57% au rezerve cu privire la securitatea datelor, în special în Irlanda și Kazahstan (68 fiecare). Posibila pierdere a interacțiunii umane odată cu intrarea inteligenței artificiale în sectorul asistenței medicale îngrijorează 59% dintre europeni, mai ales în Irlanda (72) și Regatul Unit (69), precum și implicațiile viitoare pentru persoanele care lucrează în domeniul asistenței medicale. 56% dintre europeni sunt îngrijorați de faptul că tehnologia ar putea înlocui actorii umani din sector – și din nou, persoanele din Irlanda (71) și în Regatul Unit (66) sunt cele mai îngrijorate în această privință.

Consimțământul și autonomia formată, precum și capacitatea de a refuza un tratament ar putea fi în pericol în ochii a 42% dintre respondenți. Europeanii sunt, de asemenea, îngrijorați de potențialele probleme legate de prejudecăți în ceea ce privește sensibilitatea culturală (34) și de o pierdere generală a controlului (53). Nu este de neglijat faptul că în Uzbekistan se regăsește cel mai mare număr de persoane îngrijorate, cât și cele care nu sunt îngrijorate de posibilele ramificații ale introducerii inteligenței artificiale în asistența medicală personală.



30%

dintre europenii consideră că este posibil ca în următorii zece ani majoritatea cancerelor să nu mai fie mortale



comparativ cu doar

20%

care consideră că oamenii de știință vor găsi un leac pentru răceală sau gripă



Astfel, în timp ce inteligența artificială va continua cu siguranță să fie adoptată în diferite domenii de practică din domeniul asistenței medicale, cetățenii europeni au o părere clară: aceasta ar trebui să fie o completare și nu un înlocuitor al interacțiunii personale cu specialiști calificați. De asemenea, orice mișcare de utilizare a acestei tehnologii emergente trebuie să fie gestionată în mod transparent, pentru a risipi îngrijorările legate de securitate.

Există soluții digitale de asistență medicală pe care europenii le pot adopta

Rețetele electronice (59), cele mai apreciate în Republica Cehă (78), unde acestea sunt obligatorii din 2018, și în Finlanda (77), care le utilizează de ceva timp. Dosarele digitale ale pacienților ar fi binevenite pentru 54% dintre respondenți, precum și mai multe consultații virtuale cu medicii sau farmaciștii (48) – care sunt deosebit de solicitate în Bulgaria (59) și Portugalia (58), aplicații de sănătate pe bază de rețetă (40) și prospecte electronice (38).

Europeanii împărtășesc o viziune mai degrabă optimistă asupra viitorului medicinei, ceea ce le întărește încrederea în medicina convențională

Cea mai comună opinie împărtășită de 46% dintre europeni: în următorii zece ani, vom fi dezvoltat mai multe vaccinuri împotriva bolilor comune. Portugalia, Spania, Finlanda și Suedia (57) sunt cele mai optimiste cu privire la acest proces. În Ungaria (53), Austria (51) și Germania (50), cetățenii consideră că roboții vor face parte integrantă din efectuarea procedurilor medicale, cum ar fi intervențiile chirurgicale (41 media europeană). La bine și la rău, 38% consideră că inteligența artificială va deveni un instrument central în diagnosticarea majorității bolilor – în special în România (46), unde rezervele față de o astfel de tehnologie sunt în prezent ridicate.

Alte previziuni includ majoritatea cancerelor care nu sunt fatale (30), consultarea experților medicali și a medicilor din întreaga lume pentru un diagnostic virtual (29), cultivarea de organe de înlocuire din celule prelevate din propriul corp (26) și administrarea de suplimente nutritive create individual și adaptate nevoilor individuale (24).

Uimitor: Europeanii consideră că toate scenariile menționate mai sus sunt mai plauzibile decât găsirea de către oamenii de știință a unui leac pentru răceala sau gripa comună – doar 1 din 5 europeni consideră că aceasta este o realitate probabilă.

Cum sunt europenii ...

fizic?

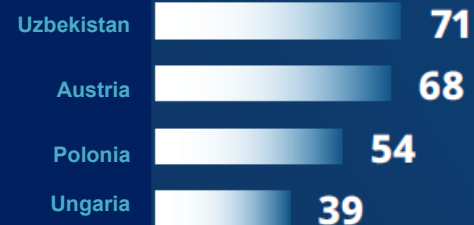
54%



dintre europeni consideră că sănătatea lor fizică este „bună” sau „foarte bună”. Se pare că există o legătură între sănătatea fizică și cea mentală, deoarece 70% dintre europenii care consideră că sănătatea lor mentală este bună raportează și o sănătate fizică bună.

Cu toate acestea, această corelație scade la doar 17% în rândul celor care își consideră sănătatea mentală proastă.

În general, cât de bună sau proastă este sănătatea dvs.?



toate datele grafice sunt exprimate în %



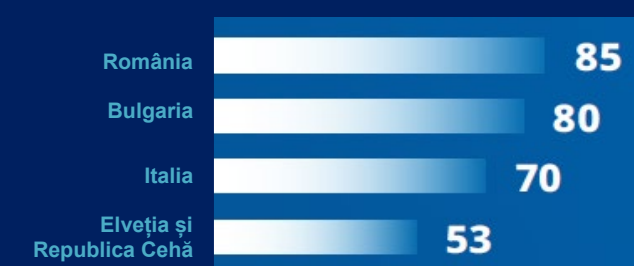
mental?

65%



dintre europeni își apreciază bunăstarea mentală ca fiind „bună” sau „foarte bună”. Bărbații (69) își evaluează sănătatea mentală semnificativ mai pozitiv decât femeile (61).

Luând totul în considerare, cum v-ați evalua propria sănătate mentală?



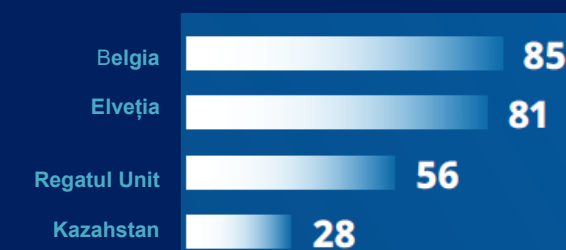
sistemic?

56%



sunt mulțumiți de sistemul de sănătate din țara lor. Aceasta este cea mai scăzută cifră din ultimii cinci ani. În 2020, aceasta a fost de 74%, iar de atunci, cifra a scăzut constant de la an la an.

În general, cât de mulțumit sunteți de sistemul public de sănătate din țara dvs.?



Sănătatea mintală și îmbătrânirea

Capitolul doi

2024

Care este starea mintală a Europei?

În ciuda faptului că sunt mai conectați ca niciodată, majoritatea europenilor se confruntă cu sentimentul de singurătate. Și, deși membrii generației tinere raportează cele mai ridicate niveluri de fericire generală, ei sunt cei care se luptă cel mai mult cu această epidemie de singurătate. Poate că acestea nu sunt cele mai bune condiții pentru îmbătrânire, o perspectivă în legătură cu care europenii par, în general, să aibă două păreri.

Sănătatea mintală și îmbătrânirea

Analiză

52%

dintre europeni se simt singuri
întotdeauna, des sau ocazional



Generația pierdută:

Prețul plătit de generația tânără pentru a fi mereu online

Mai conectați ca niciodată – dar mai singuri? În contextul culturii noastre de a fi mereu conectați, se conduc dezbateri aprinse cu privire la impactul pe care acest angajament de a fi conectați online 24/24 îl are asupra sănătății noastre mintale și fizice. Partea pozitivă: Raportul STADA privind sănătatea 2024 sugerează că sănătatea mintală a europenilor este destul de stabilă în comparație cu datele din anii anteriori.

Dar, în ceea ce privește partea negativă: se conturează o tendință alarmantă – deși raportează niveluri mai ridicate de fericire generală decât alte grupuri, tinerii europeni se confruntă cu mult mai multe probleme legate de sănătatea lor mintală. Motivele sunt multiple și doar parțial autoinduse.

Doi din trei (67) europeni se descriu ca fiind „destul de” sau „foarte fericiți”; un european din patru (26) se situează undeva la mijloc, oscilând între „nici fericiți, nici nefericiți”, iar 7% sunt (foarte) nefericiți – la prima vedere, nu prea îngrijorător. Cu toate acestea, în timp ce țările scandinave ar putea fi considerate cele mai fericite din Europa, după cum reiese din datele colectate recent pentru World Happiness Report (Raportul mondial privind fericirea) 2024[1], Raportul STADA privind sănătatea prezintă o imagine diferită. În timp ce locuitorii din Finlanda (65), Danemarca (67) și Suedia (63) raportează niveluri medii sau chiar ușor sub medie ale fericirii individuale, aceștia sunt devansați de Uzbekistan (87), Olanda (80), Irlanda (77), Franța (74), Regatul Unit și Elveția (73 fiecare). Cu toate acestea, o tendință comună se regăsește în toate concluziile Raportului STADA 2024 privind sănătatea: în general, fericirea scade odată cu vârsta. În rândul europenilor cu vârste cuprinse între 18 și 34 de ani, 72% sunt „destul de” sau „foarte fericiți”, comparativ cu 67% dintre europenii de vârstă mijlocie și 65% dintre persoanele cu vârste de peste 55 de ani.

Dar sunt nivelurile subiective de fericire o premisă pentru o bună sănătate mintală? Fericirea ne face sănătoși?

Scăderea sănătății mintale autoevaluate a europenilor

În timp ce ratingurile de sănătate mintală solidă au crescut cu 10 puncte procentuale, ajungând la 67% între 2022 și 2023, în prezent 65% dintre europeni își apreciază bunăstarea mintală ca fiind „bună” sau „foarte bună”. Țările est-europene par să aibă o relație ambivalentă cu sănătatea mintală: țări precum România (85) și Bulgaria (80) raportează o sănătate mintală bună, în timp ce națiuni precum Ungaria (48) și Republica Cehă (53) raportează o sănătate mintală relativ mai precară. Bărbații (69) își evaluează sănătatea mintală semnificativ mai pozitiv decât femeile (61). În ceea ce privește diferențele între generații, europenii cu vârste de peste 55 de ani conduc cu 70%, urmați de cei cu vârste cuprinse între 35 și 54 de ani (64) și de tinerii europeni (59). Evident, sănătatea mintală nu înseamnă „doar” fericire.



2 din 3

europeni se descriu ca fiind „destul de” sau „foarte fericiți”

[1] Helliwell, J. F., Layard, R., Sachs, J. D., De Neve, J.-E., Aknin, L. B., & Wang, S. (Eds.). (2024). World Happiness Report 2024. Universitatea din Oxford: Wellbeing Research

Sănătatea mintală și
îmbătrânirea

Soluții posibile

Ce se poate face pentru a reduce singurătatea?

O soluție frecvent
discutată în Europa:

Soluție

46 %

Aproape 1 din 2 europeni solicită
îmbunătățirea echilibrului între viața
profesională și cea privată



Europa într-o pandemie de singurătate?

În 2023, OMS a declarat singurătatea o „problemă globală de sănătate publică”, echivalând posibilele sale implicații asupra sănătății cu fumatul excesiv și subliniind că „izolarea socială nu cunoaște vârstă sau limite”. De fapt, puțin peste jumătate – 52% – dintre europeni declară că se simt aproape întotdeauna, adesea sau ocazional singuri. Și, deși poate părea rezonabil să presupunem că persoanele în vârstă ar putea fi afectate în mod deosebit de sentimentul de singurătate, și tinerii se simt la fel de singuri.

În rândul europenilor cu vârste de peste 55 de ani, 41 la sută dintre aceștia sunt singuri.

declară că se simt singuri, ceea ce este considerabil mai puțin decât aproape 2 din 3 (63) persoane cu vârste cuprinse între 18 și 35 de ani. Majoritatea persoanelor care declară că petrec „mult” (64) sau „destul” (53) timp pe rețelele de socializare sunt mult mai predispuse să experimenteze sentimente de singurătate decât cele care își limitează timpul petrecut pe ecran (43). Persoanele care petrec mult timp pe ecran tind, de asemenea, să experimenteze sentimente mai severe de singurătate (44) decât cele care petrec mai puțin timp online (26) – și probabil că nu este o surpriză faptul că europenii sub 34 de ani sunt mult mai predispuși să petreacă ore îndelungate cu ochii în dispozitive electronice (41) decât persoanele cu vârste cuprinse între 35 și 54 de ani (22) și cele cu vârste de peste 55 de ani (13). În ceea ce privește conștiința de sine în legătură cu această problemă, tinerii europeni mai au un drum lung de parcurs: doar 20% dintre ei își atribuie sentimentul de singurătate timpului petrecut pe rețelele de socializare sau cu jocurile pe calculator. Pentru ei, munca (27) este cel mai presant motiv de singurătate, urmată de munca la distanță (15), îndatoririle legate de îngrijirea copiilor (15), pierderea celor dragi (14) sau relocarea din motive profesionale (14).

La nivel național, persoanele din Polonia (61), Finlanda și Suedia (59 fiecare), Slovacia (58), Italia și Kazahstan (57 fiecare) se simt cel mai singure. În întreaga Europă, munca, timpul liber insuficient (23), pierderea partenerului, a membrilor familiei sau a prietenilor (17) și problemele de sănătate sau de mobilitate (14) sunt citate cel mai frecvent drept cauze ale singurătății. Femeile (57) se simt semnificativ mai singure decât bărbații (46) și sunt de două ori mai predispuse decât bărbații (8) să invoce îndatoririle legate de îngrijirea copiilor (16) ca motiv al sentimentului de singurătate.

Vestea bună: în general, 63% dintre europeni își descriu singurătatea, oricât de frecventă, ca fiind „nu gravă”. În general, persoanele care sunt mulțumite de felul în care arată și care au o sănătate fizică și mintală bună sunt mai puțin predispuse să se simtă singure.

Cu toate acestea, singurătatea are posibile implicații grave pe termen lung: pe lângă consecințele mai evidente precum depresia și anxietatea, aceasta crește, de asemenea, riscul de accident vascular cerebral, boli de inimă, diabet de tip 2, dependență și demență.

Pentru a remedia epidemia de singurătate, aproape 1 din 2 europeni (46) solicită un echilibru mai bun între viața profesională și cea privată, în special în Serbia (59) și Portugalia (58), iar 43% speră la o situație economică mai bună, în special în Serbia (63). Alte sugestii includ îmbunătățirea disponibilității și a accesului la activități de petrecere a timpului liber (35), iar trei din zece (30) consideră că ar trebui să își asume responsabilitatea de a petrece mai puțin timp online. În plus, 28% consideră că ar trebui să existe mai mult sprijin destinat special populației în vârstă, în timp ce 27% doresc un acces mai bun la terapii, a căror nevoie pare deosebit de stringentă în Spania (44), Polonia (41) și Finlanda (40).

Echilibrul inegal între viața profesională și cea privată și lipsa terapiei duc la epuizare: 60% dintre europeni declară că au suferit deja sau cel puțin au experimentat sentimente temporare de epuizare. În 2022, când Raportul privind sănătatea a abordat ultima dată acest subiect, acest lucru se întâmpla la 59% dintre europeni. Acum, persoanele din Danemarca (73), Serbia (72), Irlanda (71) și Kazahstan (68) raportează cel mai frecvent sentimente de epuizare. Poate surprinzător, europenii cei mai familiarizați cu epuizarea sunt cei care lucrează și studiază de cel mai scurt timp: persoanele cu vârste cuprinse între 18 și 34 de ani (69). În plus, cei care petrec multe ore pe rețelele de socializare (68 față de 53 care petrec puțin timp online) sunt mai predispuși la epuizare, precum și femeile (65) în comparație cu bărbații (54).

Îmbătrânirea reprezintă o preocupare majoră – în special pentru persoanele mai tinere

Pe lângă tendința lor generală de a-și exprima îngrijorarea cu privire la starea lor de spirit, tinerii europeni sunt preocupați și de ceea ce le poate aduce viitorul: 46% dintre ei sunt în general îngrijorați de perspectiva îmbătrânirii și de toate aspectele acesteia. >>



La nivel european, 43% dintre persoane declară că își fac griji cu privire la înaintarea în vârstă, în timp ce 44% nu sunt îngrijorate de această idee, iar un procent suplimentar de 13% nu sunt sigure. Persoanele din Polonia (53), Regatul Unit (51) și Irlanda (50) sunt cele mai predispuse să se teamă de îmbătrânire, spre deosebire de cele din Olanda (31), Elveția (32) și Serbia (33).

În ceea ce privește motivele pentru care unele țări nu sunt îngrijorate de îmbătrânire, acceptarea pare să joace un rol decisiv. 79% dintre cei care declară că nu sunt îngrijorați de îmbătrânire o descriu ca pe o „parte naturală a vieții” – ceea ce pare a fi principalul sentiment al celor care nu se îngrijorează de acest aspect în Finlanda (87). O indiferență certă față de lucrurile care nu pot fi schimbate este o consolă pentru 48% dintre cei care nu sunt preocupați de îmbătrânire, în special în Ungaria și Republica Cehă (59). Religia și convingerea că există mai mult în natura umană reprezintă o preocupare majoră pentru persoanele din Portugalia (74) și Spania (73). Alte motive includ dorința de a se pensiona și de a avea timp pentru sine sau pentru a-l petrece cu cei dragi (16), ceea ce persoanele din Austria (33), Germania (27), Suedia (26) și Elveția (24) așteaptă cu nerăbdare. Religia și credința că există mai mult în existența umană decât această viață pământească reprezintă o sursă de consolă pentru 16% dintre europeni,

în special în Austria, Elveția, Irlanda, Slovenia și Ungaria (câte 20 fiecare). Persoanele fericite (40 față de 59 de persoane nefericite), mulțumite de aspectul lor (37 față de 54 de persoane nemulțumite) și cu o sănătate mintală bună (38 față de 58 de persoane cu o sănătate mintală precară) sunt mai puțin preocupate de înaintarea în vârstă.

Scenariul cel mai îngrijorător pentru europeni este declinul fizic potențial legat de vârstă (68), ceea ce deranjează în special locuitorii din Finlanda (79) și Ungaria (77). A doua cea mai presantă îngrijorare o reprezintă bolile precum Parkinson, Alzheimer și demența, care sunt asociate cu apariția târzie – 6 din 10 europeni le consideră îngrijorătoare, în special locuitorii din Portugalia (75). Această îngrijorare este urmată în mod direct de ideea de a putea deveni o povară pentru alții (59), de asemenea o preocupare majoră pentru persoanele din Portugalia (74) și Spania (73). Puțin peste o persoană din două (55) se teme de boli cronice precum cancerul și problemele cardiace, în special în Portugalia (68), Republica Cehă (65) și Serbia și Suedia (63 fiecare).

Cele mai mari temeri ale europenilor cu privire la îmbătrânire

Toate datele sunt exprimate în %



Interesant este faptul că declinul aspectului fizic este – chiar dacă doar marginal – mai mult sau aproape la fel de îngrijorător pentru europeni (43) decât pierderea prietenilor și a familiei (42). Doar 1 din 3 europeni sunt îngrijorați că se vor simți singuri la bătrânețe din cauza izolării.

Testele genetice – o privire sensibilă spre viitor?

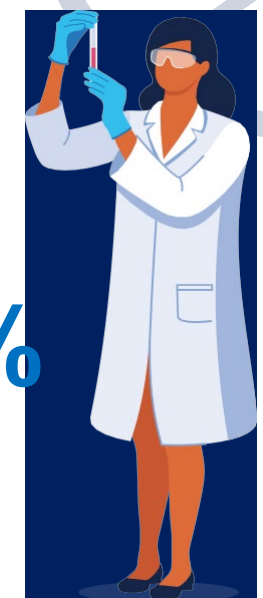
În timp ce unele dintre aceste îngrijorări pot fi justificate, există metode disponibile în prezent care pot ajuta la remediarea sau prevenirea unora dintre scenariile sus-menționate de a deveni realitate. Testele genetice, de exemplu, pot ajuta la detectarea predispozițiilor individuale pentru anumite boli și, datorită intervenției în timp util, la prevenirea sau tratarea acestora înainte de a se manifesta.

În general, 77% dintre europeni s-ar supune unui astfel de test dacă medicul de familie îl recomandă – o scădere cu 4 puncte procentuale față de 2023. Dintre cei care s-ar supune unui test genetic, 16% nu s-ar simți confortabil cu ideea de a le fi examinate informațiile genetice.

Persoanele din Portugalia, care își fac multe griji cu privire la ceea ce s-ar putea întâmpla la bătrânețe, sunt cele mai deschise la testele genetice, 9 din 10 declarând că ar fi de acord cu un astfel de test. Polonezii (84), sârbii și irlandezii (82) au, de asemenea, puține rețineri față de aceste tehnici noi. Aproximativ 1 din 10 europeni se îndoiesc de testele genetice și ar prefera să nu fie conștienți de posibilele probleme de sănătate viitoare (13), scepticismul fiind cel mai mare în Elveția (22) și Olanda (21).

77%

dintre europeni ar face un test genetic dacă medicul de familie le recomandă acest lucru





Capitolul trei

2024

Ce provocări modelează modul în care europenii abordează sănătatea?

În ciuda rapoartelor privind starea bună de sănătate fizică, europenii, în special femeile, se confruntă cu probleme legate de percepția de sine. Cu toate acestea, se observă o schimbare în direcția îmbunătățirii sănătății prin grija personală, inclusiv a activităților fizice, a alimentației sănătoase și a susținerii sănătății mintale, posibil stimulată de nemulțumirea din ce în ce mai mare față de sistemele de sănătate.

Îngrijirea personală și aspectul

Analiză

Un act pe muchie de cuțit:

Europa prinsă între activismul pentru sănătate și nesiguranță

În lumina tensiunilor tot mai mari, europenii își iau în propriile mâini grija pentru sănătatea lor. Cu toate acestea, drumul către bunăstare este presărat cu obstacole: nivelurile ridicate de sănătate fizică raportate coincid cu numărul mare de europeni care se consideră supraponderali. Părți substanțiale ale populației sunt investite sau interesate de produse și proceduri de îmbunătățire a aspectului fizic, subliniind o relație complexă între imaginea corporală și încrederea în sine. Bunăstarea și fericirea fizică și psihică sunt strâns legate între ele și trebuie menținute pe drumul cel bun – femeile sunt în special expuse riscului de a nu fi încadrate în această categorie.



Puțin peste jumătate dintre europeni (54) se declară sănătoși din punct de vedere fizic. Cetățenii din Uzbekistan (71), Austria (68), România (67) și Elveția (66) consideră că sunt într-o stare deosebit de bună. Puțin peste o treime dintre europeni (35) își descriu sănătatea fizică ca fiind „bună”, iar 11% ca fiind „slabă” – în special în Suedia și Ungaria (22 fiecare) și în Republica Cehă (18). Se pare că există o legătură clară între sănătatea fizică și mintală percepută și fericirea generală, deoarece cei care raportează o sănătate mintală precară și niveluri de fericire sub medie își evaluează sănătatea fizică mult mai slab decât cei cu o sănătate mintală bună (70 vs. 17) și niveluri mai ridicate de fericire (68 vs 17).

Majoritatea europenilor raportează un IMC „nesănătos”

Deși controversat, indicii de masă corporală (IMC), care calculează un scor numeric prin raportarea greutății corporale a unei persoane la înălțimea acesteia, este încă utilizat pe scară largă ca un instrument comun de evaluare a procentului de grăsime corporală. În comparație cu mica majoritate a europenilor care se consideră sănătoși, doar 40% au un IMC sănătos. Persoanele din Uzbekistan (52), Italia (48) și Franța (46) sunt deosebit de susceptibile de a se încadra în acest interval. Femeile (45) sunt mai predispuse să raporteze un IMC sănătos decât bărbații (34). Puțin peste o treime (35) dintre europeni ar fi considerați supraponderali în funcție de IMC, iar un procent suplimentar de 17% se încadrează în categoria „obezi”, cu un IMC de 31 și peste.

1 din 5 europeni este nemulțumit de aspectul său fizic

Luând în considerare sănătatea fizică și IMC, aproximativ o treime dintre europeni (29) nu sunt nici mulțumiți, nici nemulțumiți de felul în care arată, în timp ce doar aproximativ jumătate dintre europeni (49) sunt mulțumiți de aspectul lor fizic. Persoanele din Uzbekistan (78) și Olanda (67) sunt cei mai încrezători în aspectul lor fizic.

Majoritatea celor care se simt bine cu privire la aspectul lor fizic declară că pur și simplu se acceptă așa cum sunt (63). Alții fie consideră că au fost binecuvântați cu un aspect frumos (23), fie sunt mândri de fizicul lor (23). 16% declară că validarea externă sub formă de complimente îi ajută să se simtă bine în pielea lor, iar 15% declară că au muncit din greu pentru corpul lor. Peste 1 din 4 europeni (28) subliniază, de asemenea, că satisfacția față de aspectul lor fizic a crescut odată cu vârsta.

Excesul de greutate și comparația cu sine conduc la nefericire

Aproximativ 1 din 5 europeni (21) se declară nemulțumiți de corpul lor. În România (35), Kazahstan și Irlanda (câte 31), cetățenii sunt cel mai puțin mulțumiți de felul în care arată. Același lucru se aplică femeilor (46) în comparație cu bărbații (53). Cele mai frecvente motive pentru care cetățenii nu au încredere în aspectul lor sunt excesul de greutate (49) și faptul că alte persoane sunt mai atrăgătoare decât ei (23). Se pare că există un dezechilibru general între bărbați și femei în ceea ce privește percepția de sine și satisfacția: în ciuda faptului că au raportat un IMC mai sănătos decât bărbații în medie, femeile (55) sunt mult mai predispuse decât bărbații (40) să citeze sentimentul de exces ponderal ca motiv de nemulțumire corporală. Femeile cu vârste cuprinse între 18 și 34 de ani sunt deosebit de dure cu ele însele, 51% dintre ele crezând că sunt supraponderale și 38% comparându-se în mod regulat cu alții, de exemplu pe rețelele sociale. Comparativ, doar 28% dintre bărbații din acest grup de vârstă își fac griji cu privire la greutatea lor și 21% se simt presați de modul în care alții se prezintă online.

VMS este o investiție-cheie pentru mulți europeni în vederea sprijinirii aspectului fizic

Având în vedere că aproape jumătate din populația europeană se simte nemulțumită de aspectul său fizic și se confruntă cu nesiguranțe semnificative legate de imaginea corporală, ce valoare are aspectul lor fizic pentru europeni în adevăratul sens al cuvântului? În prezent, principalele investiții legate de aspect sunt vitaminele și suplimentele minerale (VMS), pentru care 37% și, respectiv, 18% dintre europeni cheltuiesc o parte sau o sumă considerabilă de bani. Produsele de îngrijire generală a sănătății sunt a doua cea mai frecvent menționată cheltuială, 54% dintre aceștia achiziționându-le pentru a-și îmbunătăți aspectul. Produsele cosmetice, cum ar fi fardurile, cremele hidratante și altele asemănătoare, sunt achiziționate de 52% dintre europeni, inclusiv de 71% dintre femei. Abonamentele la sală sau la sport, împreună cu echipamentul necesar, sunt aproape la fel de probabil să facă parte din bilanțul cheltuielilor de sănătate ale bărbaților (29) și femeilor (26) din Europa.

1 din 5 europeni – nemulțumit de corpul său

Diferența de gen în ceea ce privește deschiderea față de modificarea corporală

În timp ce doar 2% dintre europeni cheltuiesc în prezent bani pe chirurgia plastică, o proporție semnificativă dintre aceștia a avut cel puțin ideea de a face eforturi mai mari și mai invazive pentru a-și îmbunătăți aspectul fizic.

Comparând cele 8 procente dintre europeni care s-au supus unei operații estetice dentare, care este cea mai căutată procedură estetică de pe continent, cu 58% care ar lua în considerare această procedură dacă ar fi gratuită, devine clar că doar costul este un puternic factor inhibitor. 38% dintre europeni ar lua în considerare și epilarea cu laser, un interes manifestat în special de Slovenia (48). Puțin mai puțin de 1 din 4 europeni (23) ar putea accepta să se supună unei operații de reducere a greutateii sau unei operații estetice generale, aceasta din urmă fiind preferată de austrieci (37), acestea fiind soluțiile la care sunt cel mai deschiși.

În timp ce mai mulți bărbați ar lua în considerare o transplant de păr (23 față de 16), femeile conduc în ceea ce privește toate celelalte tipuri de proceduri estetice: 61% dintre femei și-ar face operații estetice dentare (față de 55% bărbați), 52% ar lua în considerare epilarea cu laser (față de 24% bărbați), 30% sunt deschise la chirurgia plastică (față de 15% bărbați). În plus, 29% dintre femei ar lua în considerare o intervenție chirurgicală de reducere a greutateii (față de 17% bărbați) și 28% s-ar supune unei intervenții cu Botox sau și-ar pune plombe (față de 10% bărbați).

Se pare că, în ciuda tuturor eforturilor de a depăși idealurile de frumusețe nerealiste, presiunea asupra femeilor de a adera la anumite standarde de frumusețe și aspect, fie că este autoimpusă sau externă, rămâne semnificativă.

Autoaprecierea învinge presiunea socială ca catalizator corectiv

Cu toate acestea, motivațiile pentru procedurile estetice sunt determinate în principal de interese individuale, nu de dorința de a-i liniști pe ceilalți: 45% dintre europeni afirmă că s-ar supune unei proceduri pentru a se simți mai bine în pielea lor, iar 41% sunt convingeți că astfel de intervenții le-ar putea îmbunătăți încrederea în sine. Alți 28% ar urma un tratament pentru a inversa efectele îmbătrânirii, în timp ce 25% sunt convingeți că acest lucru i-ar ajuta să se simtă mai „ei înșiși”. Doar 10% ar suferi modificări corporale pentru a fi mai acceptați social și 8% pentru a-și face partenerul fericit.

Atitudinile generale cu privire la aspectul fizic, încrederea în sine și impactul social sunt contradictorii.

77% dintre europeni sunt de acord că societatea și mass-media pun un accent prea mare pe aspectul fizic, în timp ce 71% consideră că societatea mai are încă mult de lucru în momentul în care vine vorba de acceptarea diferitelor tipuri de frumusețe. De asemenea, 59% sunt de acord că statutul unei persoane este determinat de aspectul său fizic, iar 56% solicită reglementări mai stricte și mai multă transparență cu privire la filtrele utilizate pe rețelele sociale. 54% dintre respondenți au declarat chiar că sunt de părere că chirurgia plastică ar trebui să fie rezervată cazurilor extreme, mai degrabă decât urmării unui anumit tip de frumusețe. Chiar dacă europenii văd dincolo de prejudecățile societale legate de frumusețe, 36% sunt siguri că sănătatea lor mintală s-ar îmbunătăți semnificativ dacă ar fi mai mulțumiți de aspectul lor.

Îngrijirea personală și aspectul

Soluții posibile

Ce se poate face pentru a-i ajuta pe europeni să ducă o viață mai sănătoasă?

Europenii iau deja măsuri pentru a-și îmbunătăți bunăstarea. Primele trei solicitări de sprijin suplimentar includ sfaturi privind reducerea consumului de zahăr și grăsimi, o zi liberă lunară la serviciu sau la școală pentru îngrijire personală și reduceri la asigurarea de sănătate.

Soluția 1

81%

exerciții fizice regulate



Europenii se ocupă personal de sănătatea lor

Având în vedere nemulțumirea față de sistemele de sănătate, problemele de sănătate mintală și încrederea scăzută în sine, europenii se simt totuși motivați să se implice și să își ia sănătatea în propriile mâini. În prezent, 89% dintre europeni se implică în activități care le susțin bunăstarea generală. Exercițiul fizic este cel mai popular obicei, 1 din 2 europeni făcând mișcare în mod regulat. Cei mai activi europeni se găsesc în Finlanda (66), Spania (62) și Italia (60). Deși pare evident că majoritatea celor care fac sport o fac pentru a se simți mai bine din punct de vedere fizic (87), îmbunătățirea sănătății mintale este, de asemenea, un factor puternic de motivare pentru 60% dintre aceștia – și mai mult pentru femei (63) decât pentru bărbați (57).

Raportul STADA 2023 privind sănătatea a evidențiat deja lipsa asistenței medicale preventive în Europa și, având în vedere că doar 33% dintre europeni consideră că astfel de consultații fac parte din rutina lor de sănătate personală, acest lucru este valabil și în prezent. Cetățenii din Republica Cehă (56), Germania și Slovacia (48 fiecare) sunt cei mai predispuși să se prezinte la controale preventive.

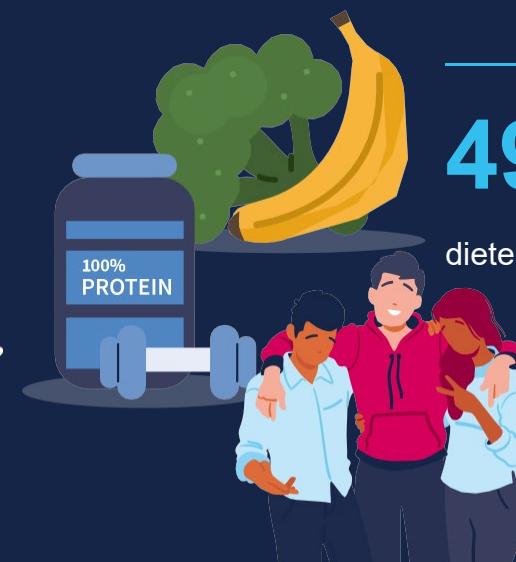
Alimentația sănătoasă, apreciată pentru beneficiile fizice și psihice

Al doilea cel mai popular obicei este să urmeze o dietă sănătoasă, ceea ce 49% dintre europeni declară că fac. Alături de Italia (67), Olanda și Spania (68 fiecare) declară sunt adepții nutriției echilibrate. Iar beneficiile sunt clare: 83% declară că mănâncă o dietă sănătoasă pentru a se simți mai bine fizic, iar 50 la sută declară că mâncarea bună este bună chiar și pentru sănătatea lor mintală. Vitaminele și suplimentele nutritive sunt luate de 32% dintre europeni și cele mai populare în Republica Cehă (51), Slovacia (50) și Polonia (44).

Soluția 2

49%

diete echilibrate



Soluția 3

31%

legături sociale

Conexiunile sociale construiesc reziliența mintală

Timpul regulat petrecut cu prietenii este un stimulent major al dispoziției pentru 1 din 3 europeni (31), dintre care 79% declară că activitățile comune le îmbunătățesc în mod semnificativ bunăstarea mintală. În general, femeile au mai multe șanse să se angajeze în activități care vizează în mod expres bunăstarea mintală (42) decât bărbații (36), să caute activități care reduc stresul, cum ar fi meditația (21 față de 15) mai des și să acorde mai multă importanță timpului petrecut cu familia și prietenii (34 față de 28 bărbați).

Se impun acțiuni specifice pentru a sprijini alegerile sănătoase

Deși este laudabil faptul că europenii investesc timp, bani și efort pentru a avea grijă de ei înșiși, sprijinul suplimentar din surse externe ar putea ajuta la completarea puzzle-ului către o sănătate mai bună în viitor. Pentru a-și îmbunătăți în continuare bunăstarea, 68% dintre europeni au considerat „Primirea de sfaturi despre cum să își îmbunătățească dieta pentru a reduce aportul de zaharuri și grăsimi etc.” printre primele trei sugestii pentru măsuri externe, ceea ce înseamnă că consumatorii ar trebui să facă mai ușor alegeri sănătoase de la început. O zi liberă de la serviciu sau de la școală în fiecare lună pentru îngrijire personală ar fi mult apreciată de 61% dintre respondenți. Puțin peste jumătate dintre europeni (51) ar dori să li se ofere reduceri la asigurările de sănătate, iar un număr egal ar aprecia această reducere pentru alte activități legate de bunăstare, cum ar fi abonamentul la sală.

Programele de bonusuri sau stimulentele de la companiile de asigurări de sănătate, care există deja în unele cazuri, sunt printre primele trei măsuri cele mai importante în ochii celor 43% dintre respondenți.

Autor

STADA Arzneimittel AG
Stadastraße 2–18
61118 Bad Vilbel
Telefon: +49 (0) 61 01/6 03-0 E-
mail: info@stada.de
Website: www.stada.com

Editor

STADA Arzneimittel AG

Responsabil în conformitate cu legea presei
Frank Staud

Management de proiect și editare

STADA Arzneimittel AG, Bad Vilbel
Cercetare de piață: Human8
Aspect/design: komm.passion GmbH
Tipărire: Pinsker Druck und Medien GmbH

Sursa imaginilor

© Guido Mieth – gettyimages.de; © N Felix/peopleimages.com – stock.adobe.com;
© Jacob Lund – stock.adobe.com; © Liubov Levytska – stock.adobe.com;
© Hector – stock.adobe.com; © Rawpixel.com – stock.adobe.com;
© Comeback Images – stock.adobe.com; © ViDi Studio – stock.adobe.com;
© Joshua Resnick – stock.adobe.com; © Brastock Images – stock.adobe.com;
© Andrei Minsk – shutterstock.com; © Rvector – shutterstock.com;
© Nadya_Art – shutterstock.com; © Buravleva stock – shutterstock.com;
© Irina Strelnikova – shutterstock.com; © The img – shutterstock.com;
© bsd studio – shutterstock.com; © Auroracreative Std – shutterstock.com;
© Lemono – shutterstock.com;

Drepturi de autor

© 2024 by STADA Arzneimittel AG
Informații actuale despre Grupul STADA pot fi găsite pe internet accesând www.stada.com.

Notificare legală

Distribuirea – totală sau parțială – este permisă numai dacă se citează sursa și drepturile de autor.

Această publicație este protejată de drepturi de autor. Orice copiere este interzisă în mod expres, cu excepția cazului în care se obține permisiunea scrisă de la STADA Arzneimittel AG. Copierea pentru uz exclusiv privat este o excepție de la această cerință.

Copiile pot fi solicitate de la:

STADA Arzneimittel AG
Relații cu presa
Telefon: +49 (0) 61 01/6 03-597 E-
mail: press@stada.de

STADA Arzneimittel AG
Stadastraße 2–18, 61118 Bad Vilbel

