

46% dos portugueses considera fazer pouco para manter ou melhorar o seu estado de saúde

Dados revelados pelo estudo “A Saúde dos Portugueses: um BI em nome próprio”, coordenado pela Return On Ideas, com o acompanhamento da Professora Doutora Maria do Céu Machado.

Lisboa, 04 de maio de 2021 – Foi hoje lançado o estudo “A Saúde dos Portugueses: um BI em nome próprio”, retrato sociológico sobre a saúde em Portugal, realizado no âmbito dos 25 anos da Médias, marca do Grupo Ageas Portugal, com coordenação da Return On Ideas e o acompanhamento da Professora Doutora Maria do Céu Machado, Presidente do Conselho Disciplinar da Ordem dos Médicos, Professora Catedrática Jubilada da Faculdade de Medicina da Universidade de Lisboa e ex-Presidente do Infarmed.

No estudo “A Saúde dos Portugueses: um BI em nome próprio”, são explorados cinco indicadores de saúde, dois dos quais foram hoje apresentados: a “**Saúde que se tem**”, onde os inquiridos fazem uma avaliação da sua saúde numa escala de 1 a 10, e a “**Potência Saúde**”, que avalia em que medida as pessoas estão a empenhar-se para manter ou melhorar o seu estado de saúde.

Os resultados, agora divulgados, referem que 52% dos portugueses inquiridos, com mais de 18 anos, avaliam como “bom” ou “muito bom” o seu estado de saúde, 31% consideram o seu estado de saúde “razoável”, enquanto 17% dos inquiridos avalia como “mau” ou “muito mau”. Relativamente, ao indicador “Potência Saúde” os resultados indicam que, numa escala entre 0,5 a 10, a média é de 6,03. 46% dos portugueses inquiridos estão abaixo deste valor médio, o que significa que, uma parte importante da população considera ter uma atitude “pró-saúde” aquém do desejável, adotando poucos comportamentos que melhoram ou potenciam o seu estado de saúde. 41% dos inquiridos afirmam fazer um “esforço razoável” para a melhoria do seu estado de saúde, 21% um “esforço elevado” e 27% um esforço “baixo” ou “muito baixo”. O estudo revela ainda que 55% dos inquiridos não acreditam que podem melhorar o seu estado de saúde.

De acordo com o estudo, a biografia e a história individual, têm uma elevada influência nos comportamentos em matéria de saúde. A adoção de comportamentos de saúde é também influenciada pelo autoconceito e pela autoconfiança, ou seja, pela ideia que cada um tem sobre si, sobre aquilo que gostaria de ser e pela confiança que deposita na sua capacidade de enfrentar com êxito os desafios.

O estudo também revela que as mulheres atribuem pior pontuação à sua saúde do que os homens (7.1 vs. 7.4) e que uma em cada cinco mulheres diz considerar-se “pouco ou muito pouco saudável”. Apesar de as mulheres referirem que “têm menos saúde”, são mais cuidadosas e dizem ter mais comportamentos “pró-saúde” do que os homens (6,10 vs. 5,96), estando mais propícias à adoção de comportamentos que melhorem a sua saúde: dizem que visitam o médico de forma rotineira, que têm mais cuidados com a alimentação e dizem consumir menos álcool ou tabaco.

No que respeita à Covid-19, o estudo conclui que 69% dos portugueses inquiridos afirmam que a pandemia não teve impacto na sua saúde. Mas, para os doentes com doença grave, a perspetiva é outra. 30% referem que a pandemia prejudicou a sua saúde, nomeadamente por “piorar o acompanhamento médico de doenças ou problemas”.

A saúde mental é outro dos temas abordados no estudo, sendo que, na amostra, 7% dos inquiridos tem uma doença mental diagnosticada. O estudo levanta a hipótese de que o número de pessoas que sofre com uma doença mental possa ser superior. Nota-se nas entrevistas do qualitativo, uma tentativa de fuga deste rótulo. Já no quantitativo, 66% dos inquiridos a quem foi diagnosticada doença mental admite ainda “sentir discriminação da sociedade”.

Através desta análise à população portuguesa, foram definidos sete segmentos, consoante o nível de potenciação da saúde: “Desistentes” (9%), pessoas que são desligadas das questões que envolvem o seu corpo e o bem-estar físico e psicológico; “Distantes” (14%), as que apresentam um descontrolo emocional elevado e falta de força de vontade; “Equilibristas” (18%), as que têm uma gestão contínua no equilíbrio de uma vida de somas e subtrações; “Esforçados q.b” (14%) consideram que ter um estilo de vida saudável é algo que os define, mas não existe um esforço contínuo; “Empenhados” (31%), cujo estilo de vida saudável os define; “Potenciadores movidos pelo sonho” (8%), que têm intenção de

potenciar a sua saúde, energia e produtividade; e os “Potenciadores reféns da saúde” (6%), que fazem da sua saúde e bem-estar um objetivo central.

As conclusões do estudo “A Saúde dos Portugueses: um BI em nome próprio” foram debatidas, hoje, num encontro virtual que contou com um painel de especialistas da área de saúde e economia, constituído pela Professora Doutora Maria do Céu Machado, pelo Professor Doutor Adalberto Campos Fernandes, Médico e Ex-Ministro da Saúde, e pelo Professor Dr. Augusto Mateus, Economista, Professor, Ex-Secretário de Estado da Indústria e Ex-Ministro da Economia.

Mais informações em www.saudes.pt

Sobre o Estudo

“A SAÚDE DOS PORTUGUESES – UM BI EM NOME PRÓPRIO” é o primeiro estudo do projeto Saúdes.

Foi seguida uma metodologia quali-quantitativa: num primeiro momento, com recurso a 22 entrevistas individuais aprofundadas (4 das quais a profissionais de saúde), observou-se o impacto que a vivência pessoal tem na saúde; a metodologia quantitativa que se seguiu, com entrevistas a 1.209 portugueses, numa amostra representativa da população portuguesa, permitiu mapear e aprofundar a realidade encontrada.

O trabalho de campo decorreu em out/nov 2020 (qualitativo) e, posteriormente, janeiro de 2021 (quantitativo).

SOBRE A RETURN ON IDEAS

Fundada em 2008, a Return on Ideas (ROI) é uma empresa de consultoria e de criação de conhecimento que apoia empresas e organizações públicas a actuar de forma mais centrada nos seus consumidores e clientes. A Return on Ideas fundou e lidera desde 2010 o laboratório C-The Consumer Intelligence Lab, juntando grandes marcas e empresas de referência em Portugal na manutenção, em continuidade, do poder do conhecimento sobre a realidade que as rodeia.

Mais informação sobre a ROI em: www.roi.pt; www.clab.com.pt

SOBRE A MÉDIS

Desde o lançamento em 1996, que a Médias, marca do Grupo Ageas Portugal, se afirmou como uma referência no sistema de saúde em Portugal, criando um verdadeiro Serviço Pessoal de Saúde®.

A Médís faz 25 anos e quer que a celebração deste aniversário seja útil e relevante para a sociedade, por isso lança um projeto de reflexão e conhecimento intitulado por “Saúdes”. O projeto Saúdes pretende ser independente e de cariz mais sociológico, ou seja, é complementar aos inúmeros estudos – focados na perspetiva clínica e/ou estatística - que já existem no domínio da saúde. O objetivo deste projeto é abrir novas portas e pontos de vista, que enriqueçam e alarguem a discussão pública em torno da saúde dos Portugueses.

O projeto Saúdes terá por isso continuidade no futuro. Para além de outros estudos que possam vir a acontecer, lançamos já neste 1º estudo do projeto 5 indicadores de saúde - acesso, uso, literacia, posicionamento e potência - que nos permitem mapear, agora e de futuro, a relação pessoal que temos com a saúde.

Para mais informações: consulte o website do projeto em www.saúdes.pt ou website da Médís em www.medis.pt/. Pode ainda acompanhar-nos através da página de LinkedIn, www.linkedin.com/company/seguromedis/, Instagram, www.instagram.com/seguromedis/ ou Facebook, www.facebook.com/SeguroMedis

Para mais informações:

Isabel Camarate Campos – icampos@atrevia.com | 914 027 468
Sara Vinagre | svinagre@atrevia.com | 962 779 594
Luís Neves Franco | luis.nevesfranco@ageas.pt | 911 098 743
Rui Rijo | rui.rijo@ageas.pt | 926 756 900