



International Microbiota Observatory

Międzynarodowe Obserwatorium
Mikrobioty

2. EDYCJA - 2024 R.

Mikrobiota, niezbędna dla zdrowia, ale mało znana na całym świecie

Wiedza na temat mikrobioty pozostaje niska, ale nieznacznie wzrasta



1 osoba na 5

wie dokładnie, co oznacza słowo mikrobiota (23%,
+3 punkty w porównaniu z 2023 r.)

Różnorodność mikrobioty pozostaje słabo
poznana, pomimo pewnej poprawy:



26%

Mikrobiota jelitowa
(+2 punkty w porównaniu
z 2023 r.)



20%

Mikrobiota pochwy
(+3 punkty w porównaniu
z 2023 r.)



20%

Mikrobiota jamy ustnej
(+2 punkty w porównaniu
z 2023 r.)



17%

Mikrobiota skóry
(+1 punkty w porównaniu
z 2023 r.)

Większość ludzi przyjmuje dobre nawyki, aby utrzymać zrównoważoną mikrobiotę



58%

twierdzi, że zmieniło swoje zachowanie, aby
utrzymać zrównoważoną mikrobiotę

84%

stosuje zrównoważoną i zróżnicowaną dietę

78%

jest aktywnych fizycznie

75%

ograniczyło spożycie przetworzonej żywności

Pomimo pewnych złych praktyk



59%

błędnie kontynuuje mycie się kilka razy
dziennie

„Złoty wiek mikrobioty”: rodzice i osoby w wieku 25-44 lat są najbardziej poinformowani i świadomi w porównaniu z osobami starszymi

58%

rodziców z dziećmi w
wieku poniżej 3 lat

55%

osób w wieku
25-34 lat

47%

osób w wieku
35-44 lat

34%

osób w wieku 60
lat i starszych

» Zostali poinformowani przez pracownika
służby zdrowia o roli i funkcji mikrobioty

vs

45%

ogółem

68%

rodziców z dziećmi w
wieku poniżej 3 lat

67%

osób w wieku
25-34 lat

63%

osób w wieku
35-44 lat

50%

osób w wieku 60
lat i starszych

» o twierdzi, że zmieniło swoje zachowanie, aby
utrzymać zrównoważoną mikrobiotę

vs

58%

ogółem

Mikrobiota wyjaśniona przez pracowników służby zdrowia - kluczowa kwestia



3 na 4 osoby

3 na 4 osoby uważają pracowników służby zdrowia za
główne źródło istotnych i wiarygodnych informacji na
temat mikrobioty (78%).

Więcej informacji na temat mikrobioty otrzymanych w tym roku...

45%

zostało poinformowanych przez swoich pracowników służby
zdrowia o tym, czym jest mikrobiota i do czego służy (+6
punktów w porównaniu z 2023 r.).

...które mają pozytywny wpływ na zachowanie:

95%

osób, które otrzymały powtarzające
się informacje od swojego
pracownika służby zdrowia, zmieniło
swoje zachowanie, aby utrzymać
zrównoważoną mikrobiotę

vs

58%

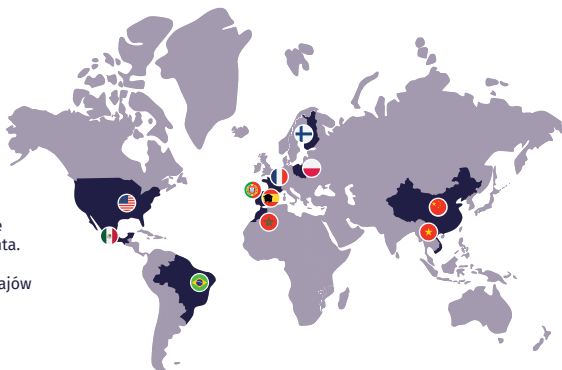
ogółem

Metodologia:

Od 26 stycznia do 26 lutego 2024 r. przeprowadzono
ankietę internetową wśród 7500 osób w 11 krajach:
Stanach Zjednoczonych, Brazylii, Meksyku, Francji,
Portugalii, Hiszpanii, Chinach, Polsce, Finlandii, Maroku i
Wietnamie.

Reprezentatywne próby według krajów zapewnione dzięki metodzie
kwotowej zastosowanej do płci, wieku, regionu i zawodu respondenta.

Zmiany są pokazane na zasadzie podobieństwa, z wyłączeniem 4 krajów
dodanych w tym roku (Polska, Finlandia, Maroko i Wietnam).



11

KRAJE

7 500

RESPONDENTÓW

BIOCODEX
Microbiota Institute

