



International Microbiota Observatory

L'Observatoire International
des Microbiotes

Segunda vaga



Métodos


Métodos





Este inquérito internacional foi realizado online em **11 países**, de 26 de janeiro a 26 de fevereiro de 2024. Foram entrevistadas **7500 pessoas** nos 11 países, em amostras representativas da população com idade igual ou superior a 18 anos em cada país.

*Sete países já tinham sido objeto do inquérito em 2023. Quando possível, indicaremos as alterações de **âmbito constante**:*

-  Estados Unidos da América (n=1000)
-  Brasil (n=500)
-  México (n=1000)
-  França (n=1000)
-  Portugal (n=500)
-  Espanha (n=500)
-  China (n=1000)

Uma seleção automática do Painel Ipsos assegurou amostras representativas em cada país (sexo, idade, situação laboral e região do país) com base no método de quotas.

 *Este ano, foram acrescentados 4 países ao âmbito de aplicação:*

-  Marrocos (n=500)
-  Polónia (n=500)
-  Finlândia (n=500)
-  Vietname (n=500)

Comentários



TODOS OS PAÍSES

(n=7500)



= Resposta média de todos os 11 países.

= Foco em resultados detalhados de acordo com diferentes critérios, tais como o sexo, a idade, a presença de crianças com menos de 3 anos, indivíduos com problemas de saúde.

 Diferenças significativas vs. total - superior

 Diferenças significativas vs. total - inferior

 Alterações significativas desde o primeiro inquérito

= Estas indicações diferenciadas por cores mostram resultados que são estatisticamente diferentes (acima ou abaixo) da média de todos os inquiridos.



Todos os resultados são apresentados em %.

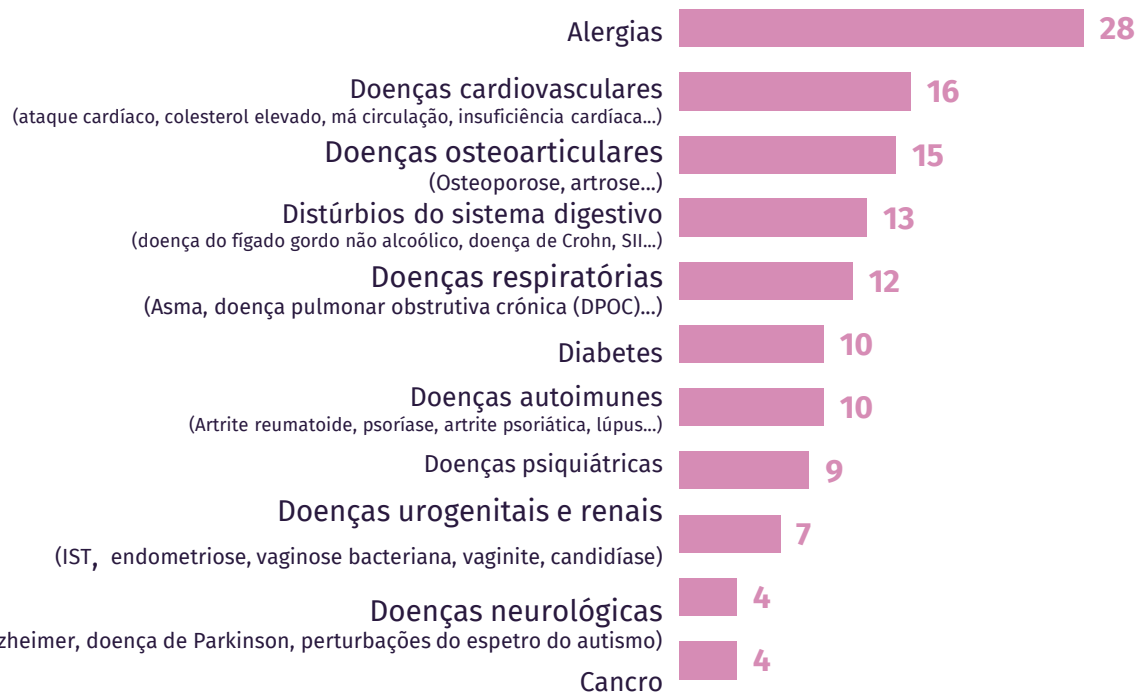


Pessoas atualmente com problemas de saúde

Um foco pormenorizado ao longo do relatório

RS10. Dos seguintes problemas de saúde, indique aqueles de que sofre.

Base: Todos os inquiridos



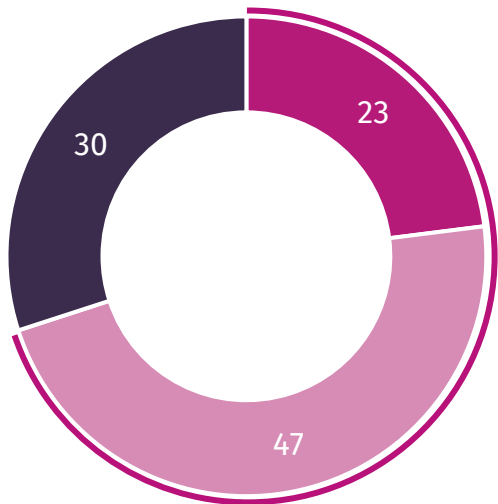


O conhecimento sobre o microbioma está a aumentar, embora o conhecimento exato continue a ser baixo

O conhecimento sobre o microbioma melhorou significativamente este ano: mais de 2/3 das pessoas já ouviram falar do microbioma, mas apenas 1 em cada 5 pessoas sabe exatamente o que é.



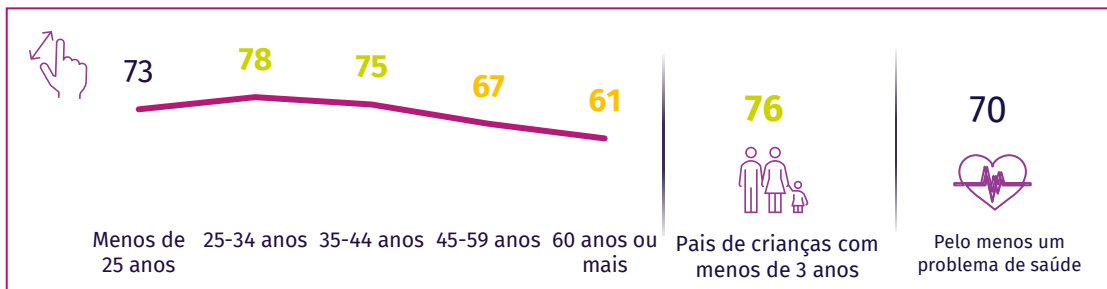
Pergunta 2. Já ouviu falar de "microbioma"?
Base: Todos os inquiridos



- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso

70% já ouviram falar do termo microbioma

Âmbito constante: 71%, +7 pts ↗



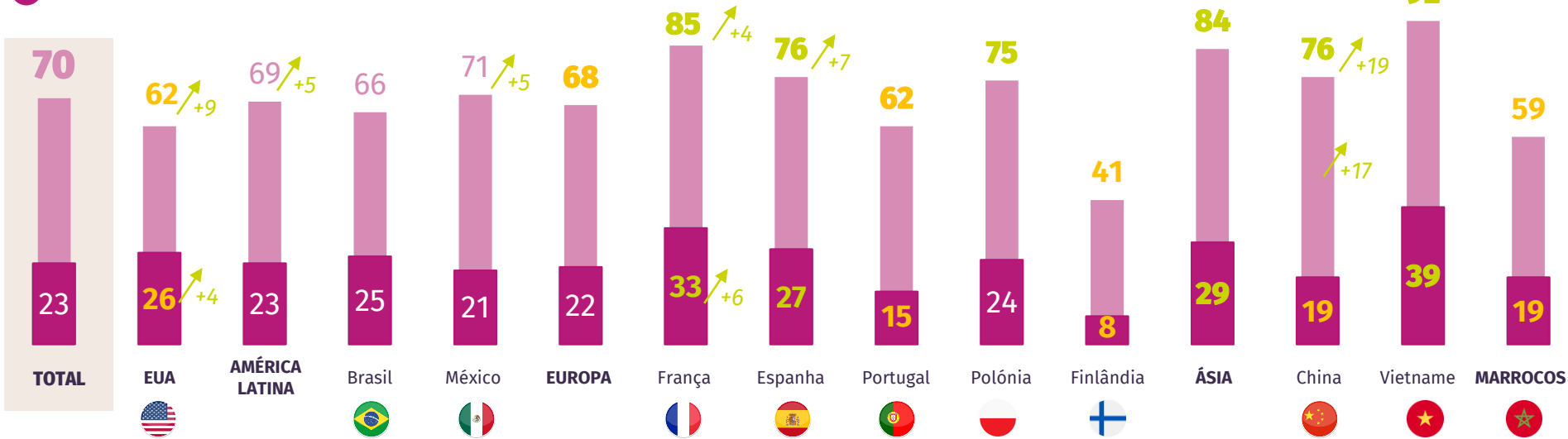
● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

O conhecimento sobre o microbioma é heterogêneo nos vários países. O conhecimento exato continua a ser baixo na maioria dos países, mas é mais elevado no Vietname, em França e em Espanha.

Pergunta 2. Já ouviu falar de "microbioma"?
Base: Todos os inquiridos

% Sim

Sim, sei exatamente o que é





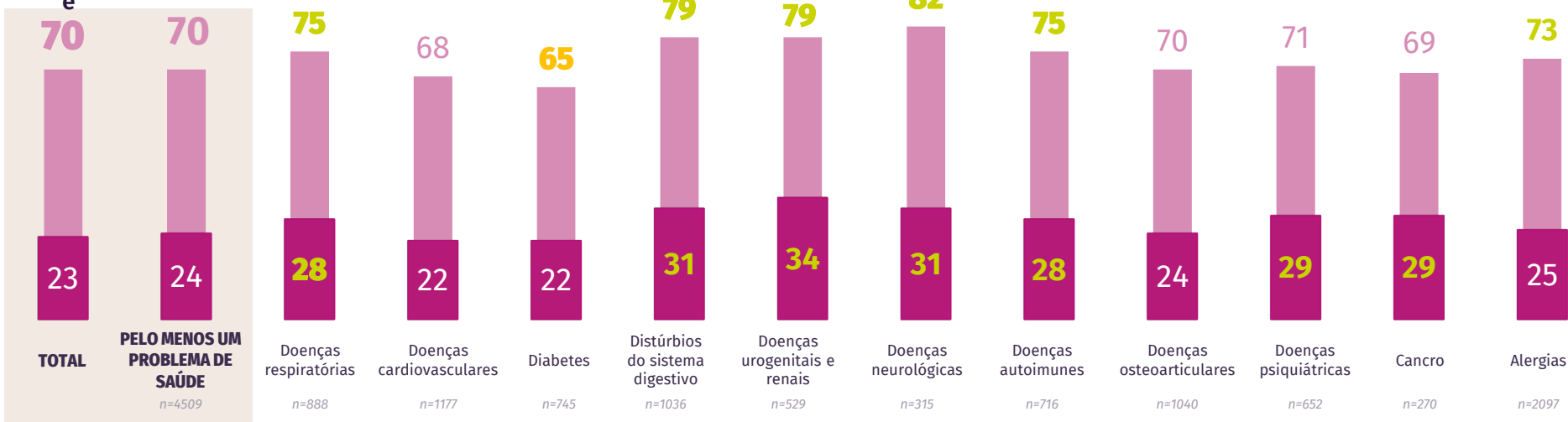
O conhecimento sobre o microbioma é bastante semelhante entre as pessoas com problemas de saúde. Mas as pessoas com doenças digestivas, urogenitais e neurológicas são mais conhecedoras.

Pergunta 2. Já ouviu falar de "microbioma"?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

Sim, sei exatamente o que é



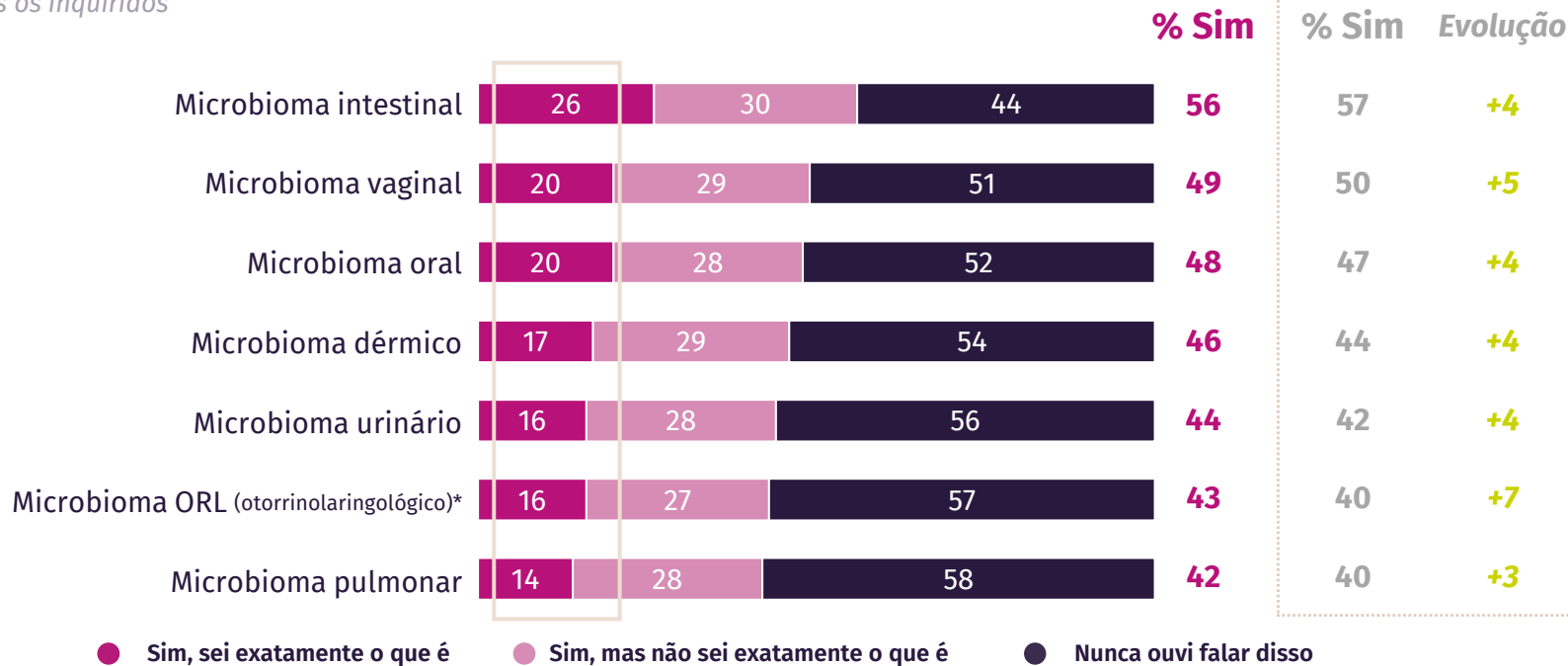
● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Embora seja muito provável que já tenham ouvido falar de cada um dos microbiomas, poucas pessoas sabem exatamente o que são.



Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?
Base: Todos os inquiridos



● Sim, sei exatamente o que é ● Sim, mas não sei exatamente o que é ● Nunca ouvi falar disso

*Este item é apresentado com mais precisão este ano



Mais pormenorizadamente, os asiáticos conhecem melhor cada um dos microbiomas, ao passo que os americanos e os europeus estão atrasados nessa área.

Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

Base: Todos os inquiridos

| % Sim | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|--|-------|-----|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|----------|
| Microbioma intestinal | 56 | 49 | 58 | 54 | 62 | 51 | 70 | 61 | 42 | 45 | 33 | 76 | 65 | 87 | 47 |
| Microbioma vaginal | 49 | 42 | 52 | 52 | 52 | 43 | 58 | 52 | 38 | 41 | 28 | 65 | 53 | 76 | 46 |
| Microbioma oral | 48 | 42 | 48 | 46 | 50 | 40 | 50 | 40 | 36 | 44 | 30 | 73 | 64 | 82 | 44 |
| Microbioma dérmico | 46 | 43 | 45 | 44 | 46 | 38 | 43 | 39 | 35 | 43 | 31 | 69 | 58 | 80 | 45 |
| Microbioma urinário | 44 | 41 | 44 | 41 | 47 | 38 | 44 | 41 | 36 | 43 | 26 | 62 | 46 | 78 | 44 |
| Microbioma ORL (otorrinolaringológico) | 43 | 39 | 43 | 43 | 42 | 35 | 42 | 33 | 32 | 40 | 27 | 63 | 48 | 78 | 45 |
| Microbioma pulmonar | 42 | 38 | 44 | 43 | 44 | 34 | 38 | 36 | 33 | 40 | 26 | 62 | 50 | 75 | 42 |



Os pais que têm entre 25 e 44 anos e têm filhos mais novos têm um melhor conhecimento de cada um dos microbiomas.

Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

| | Total | Menos de 25 anos <i>n</i> =888 | 25-34 anos <i>n</i> =1409 | 35-44 anos <i>n</i> =1402 | 45-59 anos <i>n</i> =1979 | 60 anos ou mais <i>n</i> =1822 | Homens <i>n</i> =3615 | Mulheres <i>n</i> =3885 | Pais de crianças com menos de 3 anos <i>n</i> =591 |
|--|-----------|-----------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|--------------------------|----------------------------|---|
| Microbioma intestinal | 56 | 56 | 67 | 63 | 53 | 46 | 55 | 57 | 65 |
| Microbioma vaginal | 49 | 50 | 60 | 57 | 46 | 38 | 46 | 52 | 60 |
| Microbioma oral | 48 | 50 | 60 | 55 | 44 | 37 | 49 | 47 | 60 |
| Microbioma dérmico | 46 | 50 | 58 | 54 | 43 | 34 | 47 | 46 | 58 |
| Microbioma urinário | 44 | 47 | 56 | 52 | 41 | 33 | 43 | 45 | 54 |
| Microbioma ORL (otorrinolaringológico) | 43 | 45 | 56 | 51 | 39 | 31 | 43 | 42 | 58 |
| Microbioma pulmonar | 42 | 44 | 53 | 50 | 39 | 32 | 43 | 42 | 55 |



Diferenças significativas vs. total - superior



Diferenças significativas vs. total - inferior



As pessoas com problemas de saúde parecem conhecer melhor cada um dos microbiomas, especialmente aquelas que sofrem de doenças do foro digestivo, urogenital e neurológico.

Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

| | Total | PELO MENOS UM PROBLEMA DE SAÚDE n=4509 | Doenças respiratórias n=888 | Doenças cardiovasculares n=1177 | Diabetes n=745 | Distúrbios do sistema digestivo n=1036 | Doenças urogenitais e renais n=529 | Doenças neurológicas n=315 | Doenças autoimunes n=716 | Doenças osteoarticulares n=1040 | Doenças psiquiátricas n=652 | Cancro n=270 | Alergias n=2097 |
|--|-------|---|--------------------------------|------------------------------------|-------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| Microbioma intestinal | 56 | 57 | 64 | 53 | 51 | 66 | 64 | 68 | 63 | 59 | 56 | 56 | 60 |
| Microbioma vaginal | 49 | 50 | 56 | 45 | 44 | 60 | 63 | 65 | 56 | 52 | 53 | 53 | 54 |
| Microbioma oral | 48 | 49 | 57 | 44 | 45 | 59 | 60 | 65 | 55 | 52 | 49 | 54 | 53 |
| Microbioma dérmico | 46 | 47 | 57 | 43 | 45 | 57 | 58 | 67 | 55 | 50 | 50 | 54 | 51 |
| Microbioma urinário | 44 | 46 | 53 | 41 | 43 | 55 | 56 | 59 | 51 | 48 | 45 | 48 | 50 |
| Microbioma ORL (otorrinolaringológico) | 43 | 44 | 52 | 40 | 41 | 54 | 56 | 59 | 51 | 45 | 44 | 49 | 48 |
| Microbioma pulmonar | 42 | 43 | 53 | 40 | 39 | 53 | 54 | 64 | 50 | 46 | 43 | 51 | 47 |



Diferenças significativas vs. total - superior



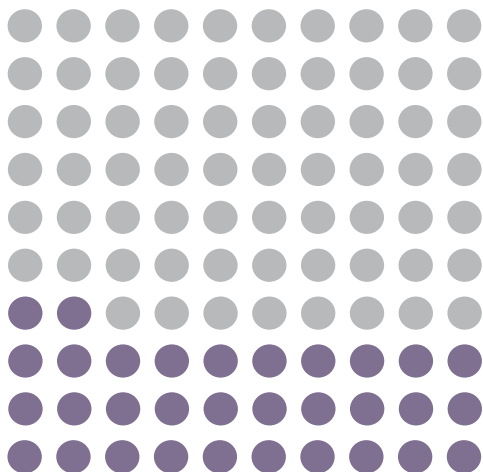
Diferenças significativas vs. total - inferior

No seu todo, quase um terço da população já ouviu falar de cada um dos microbiomas, uma percentagem que aumentou em relação ao ano passado.



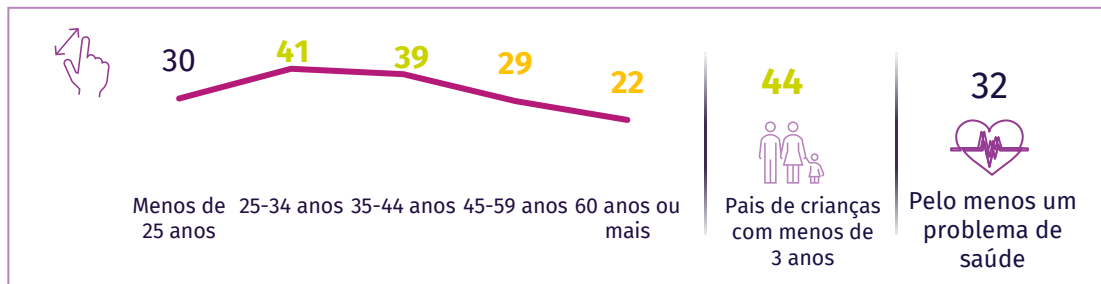
Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

Base: Todos os inquiridos



32% já ouviram falar de cada um dos microbiomas: microbioma intestinal, vaginal, dérmico, pulmonar, urinário, oral e ORL

Âmbito constante: 29%, +3 pts ↗



Mas apenas 8% conhecem precisamente todos eles

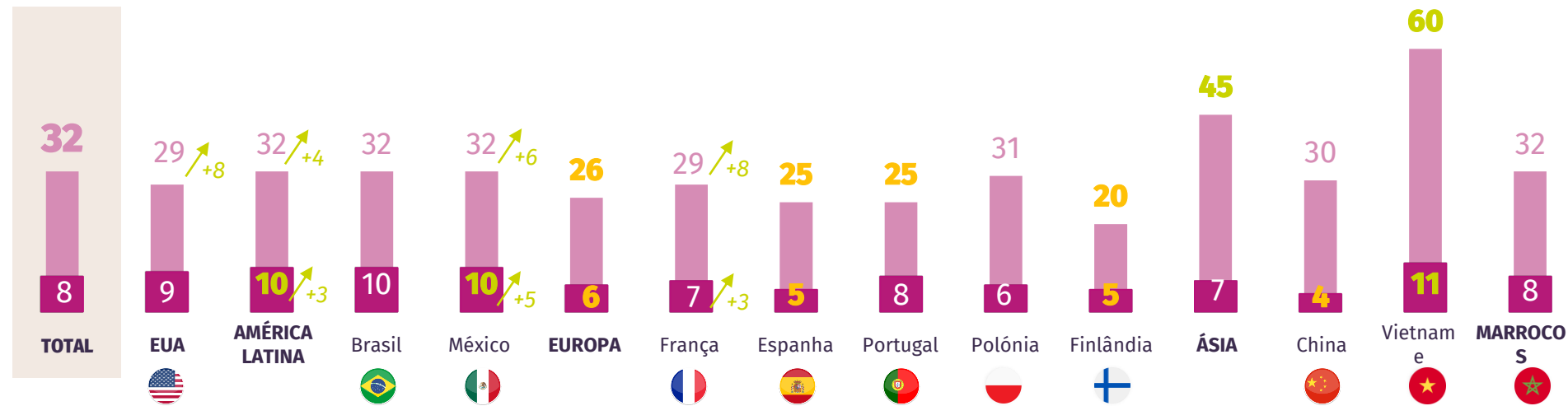
Âmbito constante: 8%, +3 pts ↗

Em quase todos os países, uma minoria já ouviu falar de cada um dos microbiomas. A única exceção é o Vietname, onde 6 em cada 10 pessoas já ouviram falar deles.

Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?
Base: Todos os inquiridos

% já ouviram falar de cada microbioma

% conhece exatamente todos os microbiomas



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



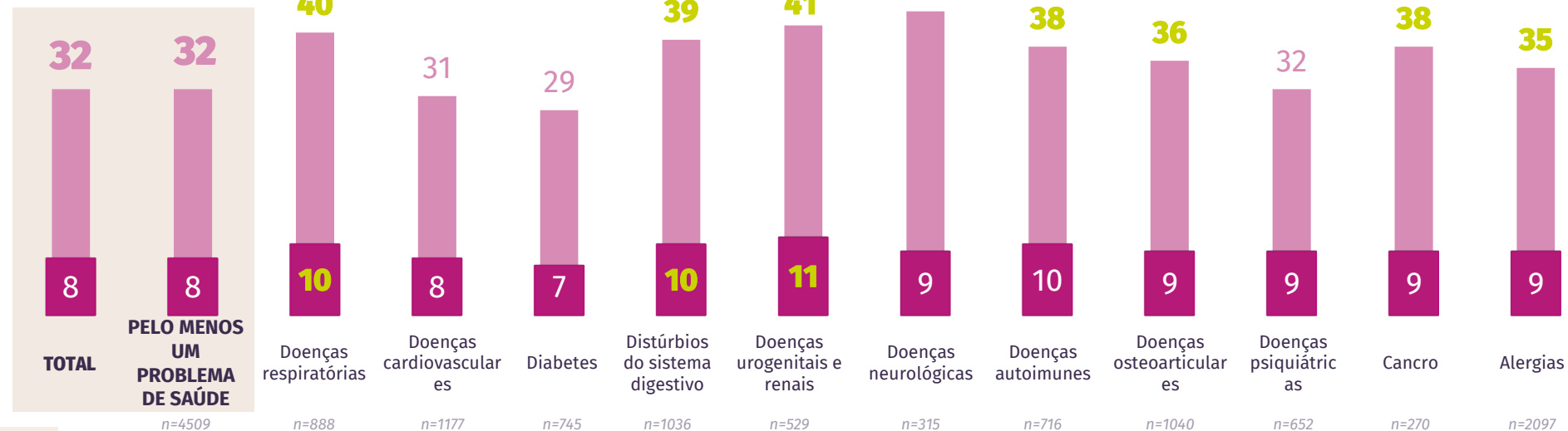
O nível de conhecimento não é melhor entre as pessoas com problemas de saúde, mas, conforme as doenças de que sofrem, a consciencialização é maior.

Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?
Base: Todos os inquiridos



% já ouviram falar de cada microbioma

% conhece exatamente todos os microbiomas



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

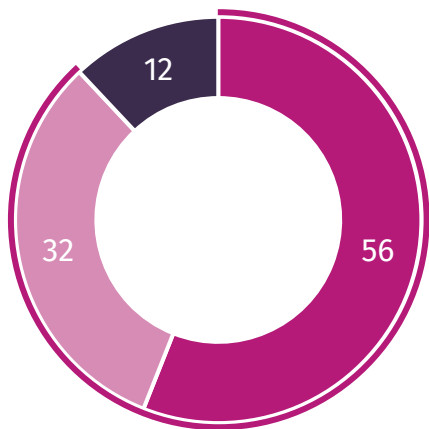
Tal como no ano passado, o termo "flora" é mais popular do que o termo "microbioma".



Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Flora intestinal*



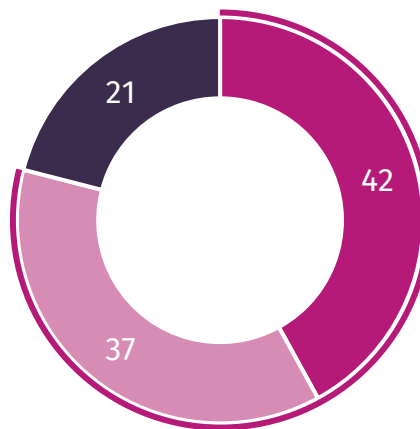
88%

já ouviram falar de flora intestinal

Âmbito constante: **92%, +6 pts**



Flora vaginal



79%

já ouviram falar de flora vaginal

Âmbito constante: **84%, +7 pts**



Sim, sei exatamente o que é



Sim, mas não sei exatamente o que é



Não, nunca ouvi falar disso

*A redação deste ponto foi alterada em relação à do ano passado

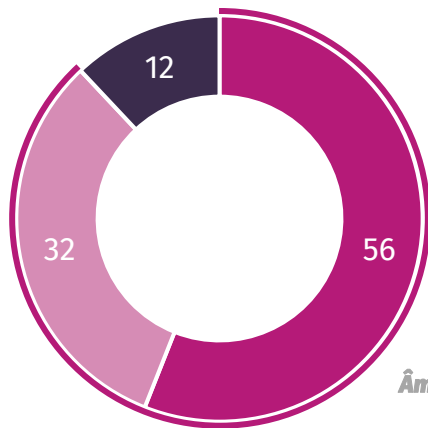
Os homens e os mais jovens são quem tem menos conhecimento da flora intestinal.



Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

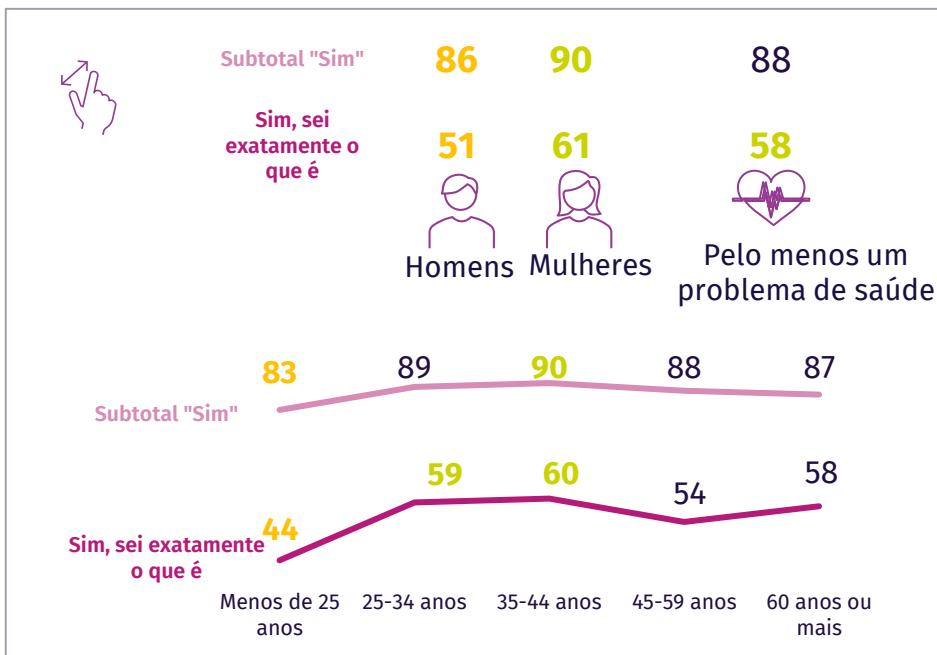
Flora intestinal*



88%
já ouviram falar de
flora intestinal

Âmbito constante: **92%**, +6 pts ↗

- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso



*A redação deste ponto foi alterada em relação à do ano passado



Os americanos, os finlandeses e os marroquinos têm menos conhecimentos sobre a flora intestinal.

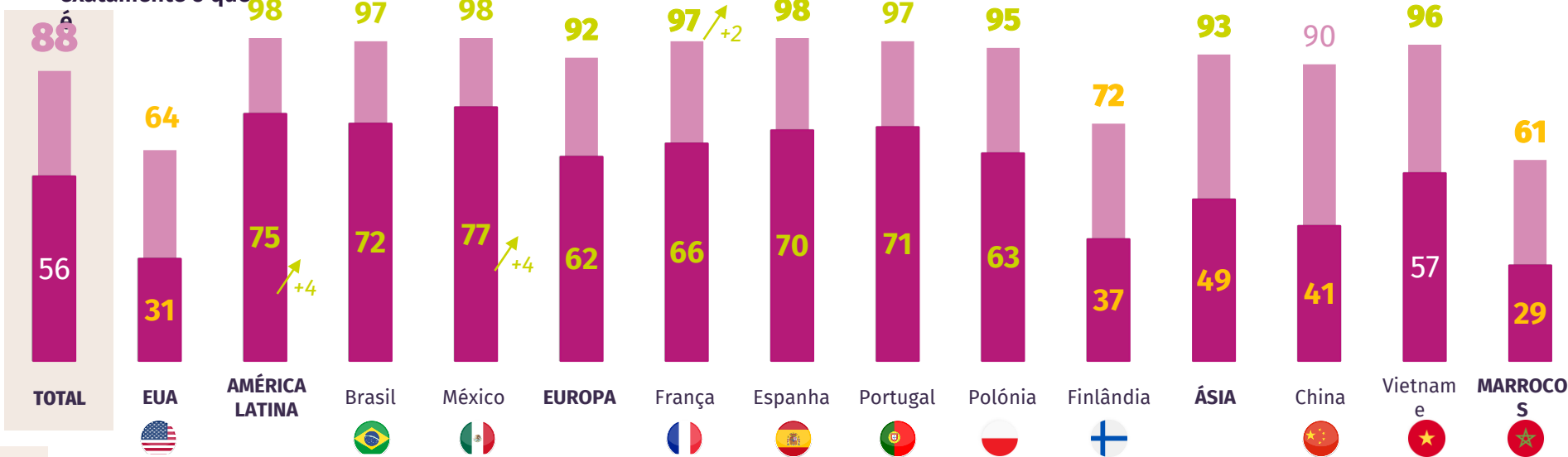
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Flora intestinal*

% Sim

Sim, sei exatamente o que



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

*A redação deste ponto foi alterada em relação à do ano passado



O conhecimento da flora intestinal é bastante semelhante entre pessoas doentes, em comparação com a média.



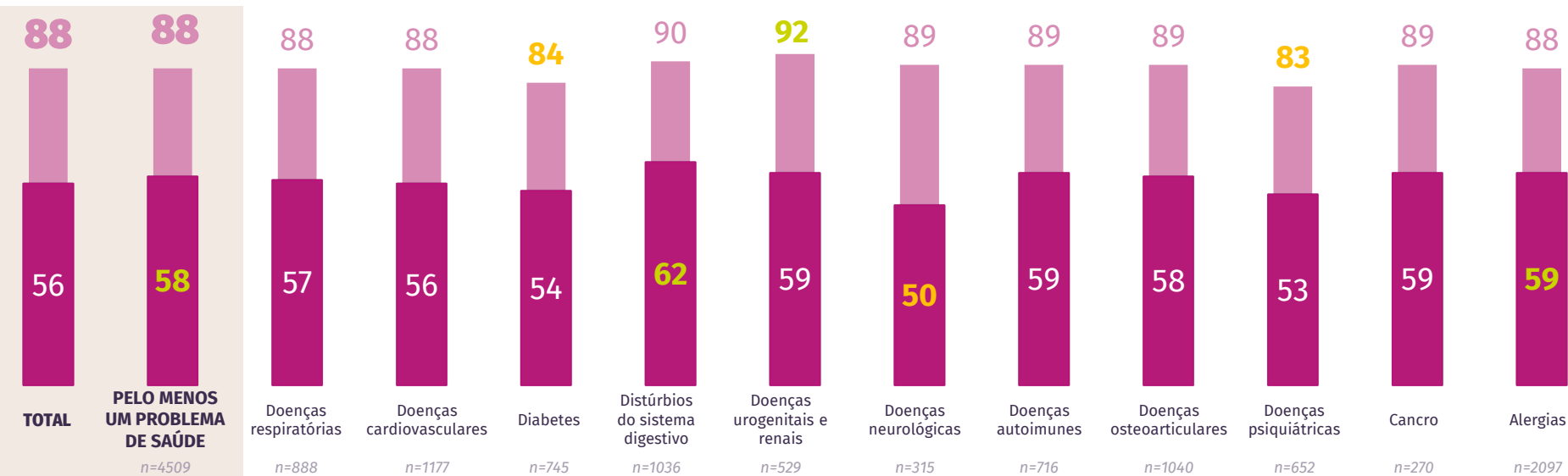
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Flora intestinal*

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

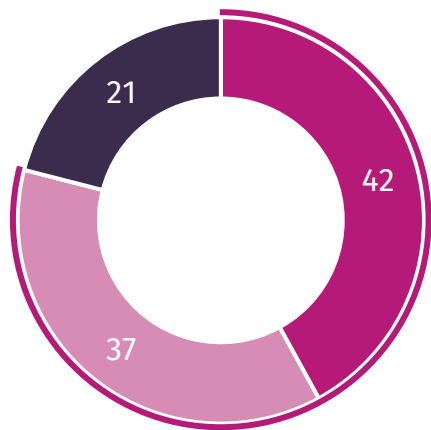
*A redação deste ponto foi alterada em relação à do ano passado

Mais uma vez, os homens e os mais jovens parecem ter menos conhecimento da flora vaginal.



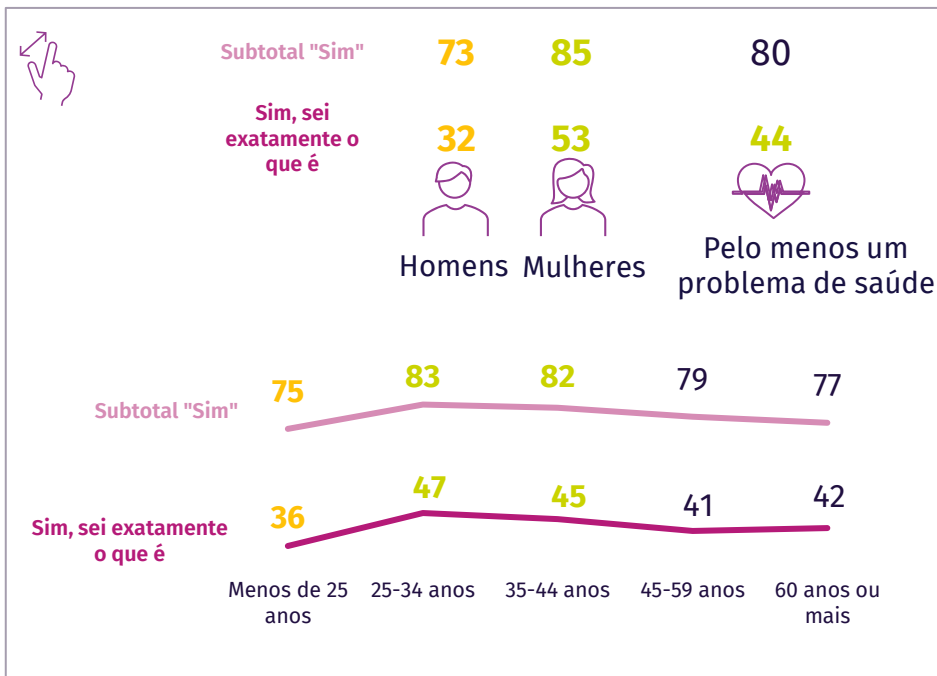
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?
Base: Todos os inquiridos

Flora vaginal



79%
já ouviram falar de
flora vaginal
Âmbito constante: 84%, +7 pts

- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso





O conhecimento da flora vaginal é menor nos EUA, na Finlândia, na China e em Marrocos.

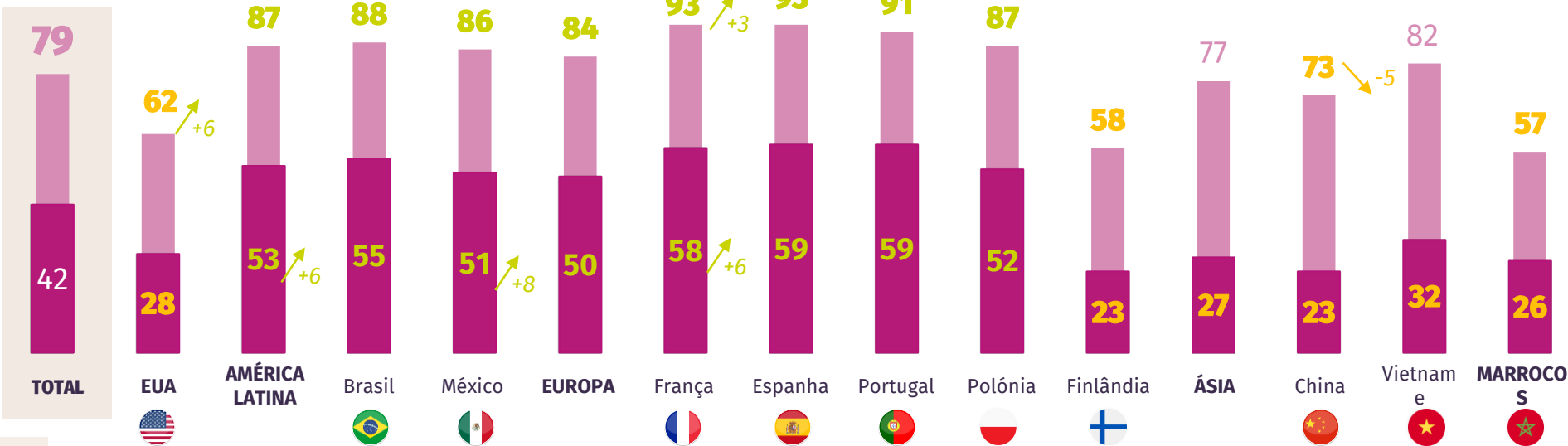
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Flora vaginal

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As pessoas que padecem de problemas de saúde parecem ter um conhecimento mais exato da flora vaginal.

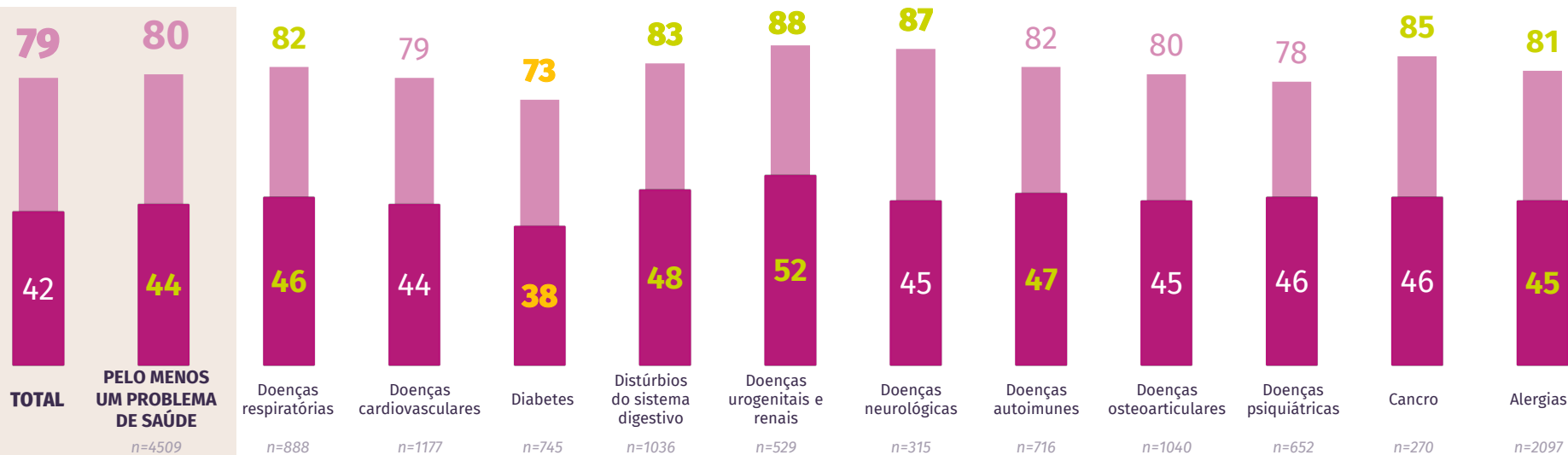
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Flora vaginal

% Sim

Sim, sei exatamente o que é



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



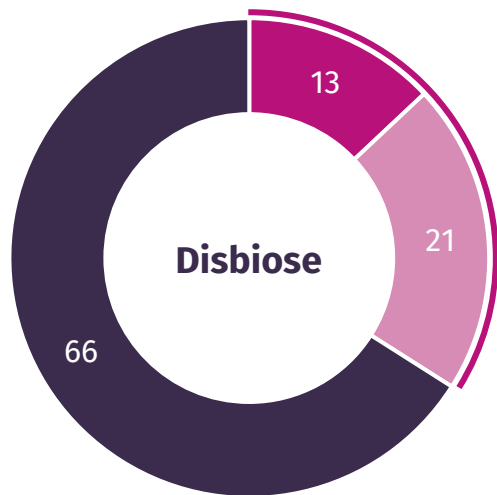
O conhecimento do papel e das funções desempenhadas pelo microbioma está a aumentar, embora ainda haja muito espaço para melhorias.

A disbiose não é um termo popular entre as pessoas, apesar de se ter registado uma melhoria desde o ano passado.



Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

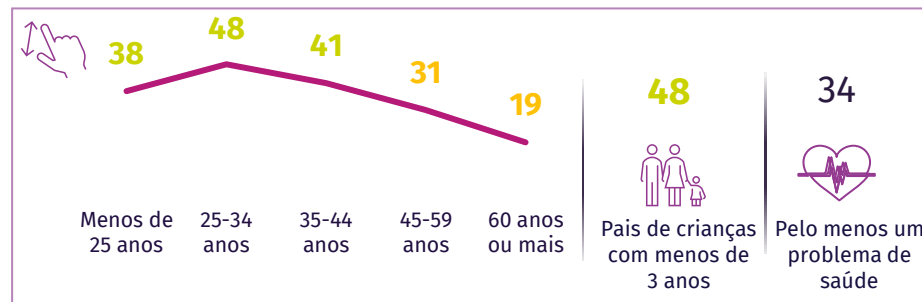
Base: Todos os inquiridos



- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Nunca ouvi falar disso

34% já ouviram falar do termo "disbiose"

Âmbito constante: 31%, +3 pts ↗



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



O conhecimento sobre a disbiose é baixo em todos os países, exceto na Ásia, onde o termo é muito mais conhecido.

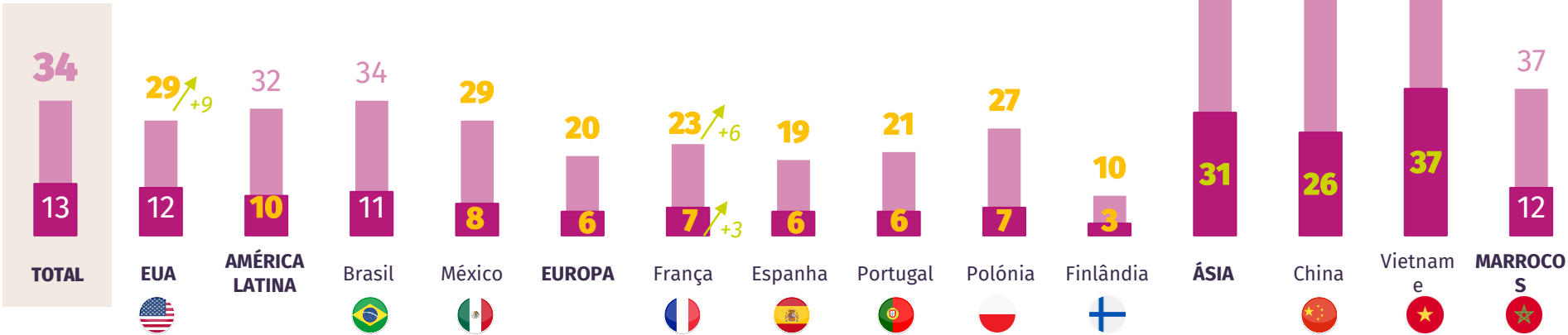
Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

Base: Todos os inquiridos

Noção de disbiose

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



O conhecimento da disbiose é bastante semelhante entre as pessoas com problemas de saúde, com algumas exceções entre as pessoas com doenças do foro digestivo, urogenital e neurológico, que estão melhor informadas acerca dela.

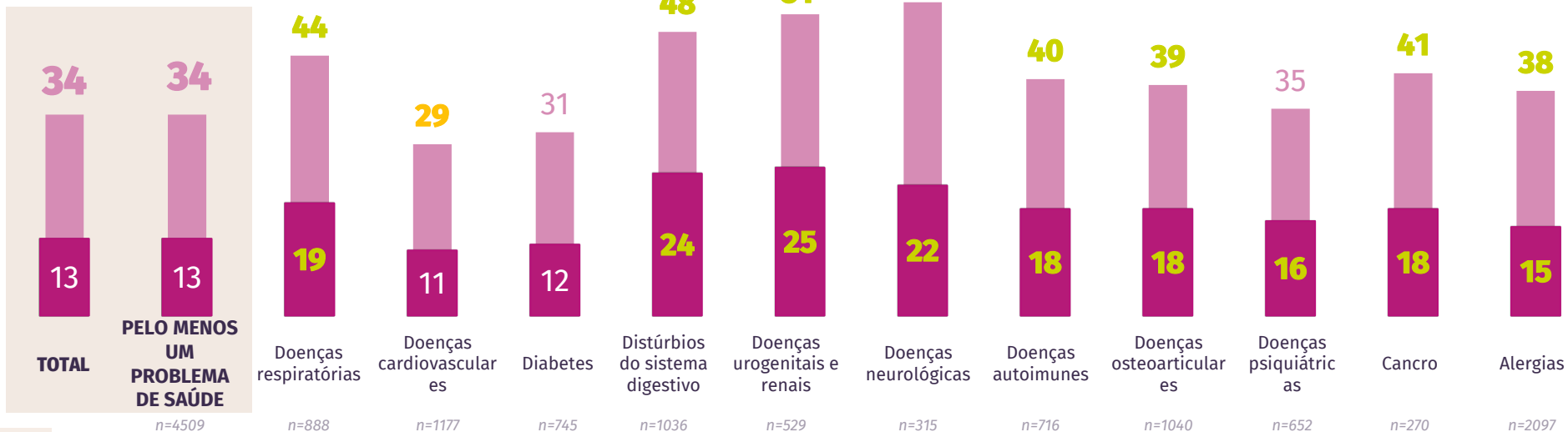
Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?

Base: Todos os inquiridos

Noção de disbiose

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é

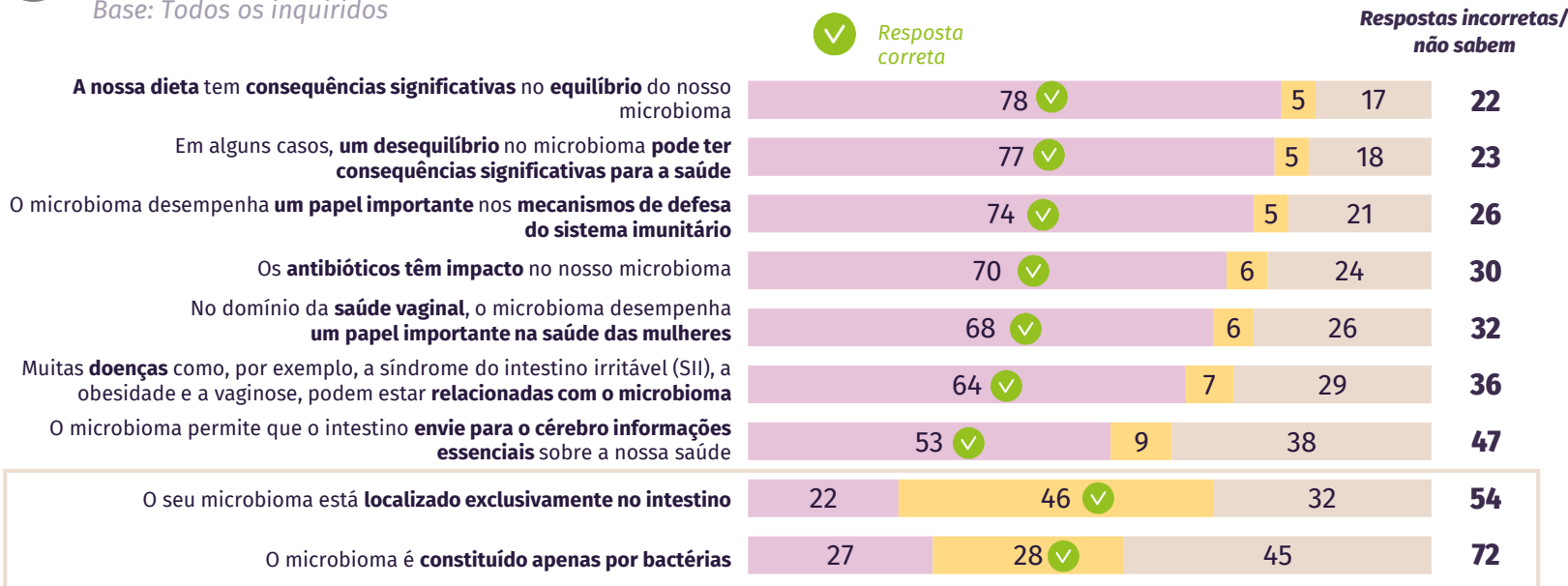


● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

Registam-se alguns avanços no conhecimento que as pessoas têm sobre o microbioma, mas, ainda assim, esse conhecimento continua a ser limitado, especialmente no que diz respeito à sua diversidade e composição.

Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos



| Âmbito constante | % de respostas corretas | Evolução |
|------------------|-------------------------|----------|
| | 76 | +2 |
| | 77 | +2 |
| | 73 | +1 |
| | 67 | +1 |
| | 68 | +2 |
| Item novo | 53 | = |
| | 46 | +1 |
| Item novo | | |

● Verdadeiro ● Falso ● Realmente não sei

O conhecimento sobre o microbioma é muito moderado em todos os países, especialmente nos EUA, em França e em Marrocos.

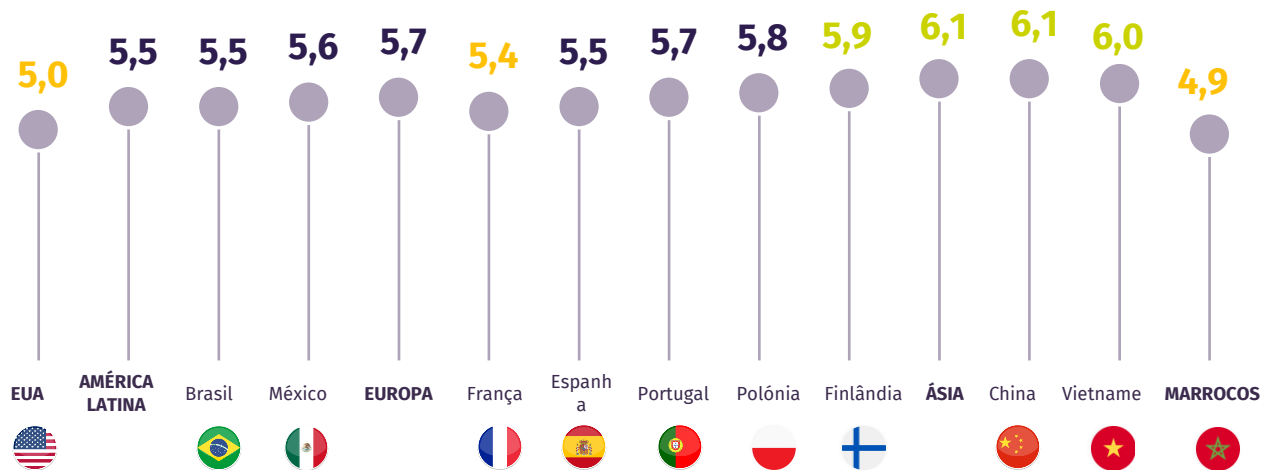


Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos



Número de respostas corretas em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

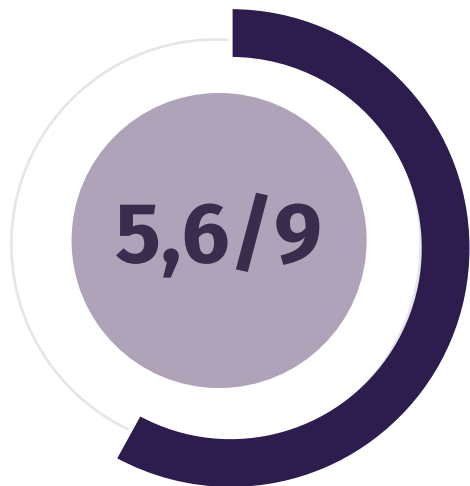


Os mais jovens e os homens têm um conhecimento mais limitado.

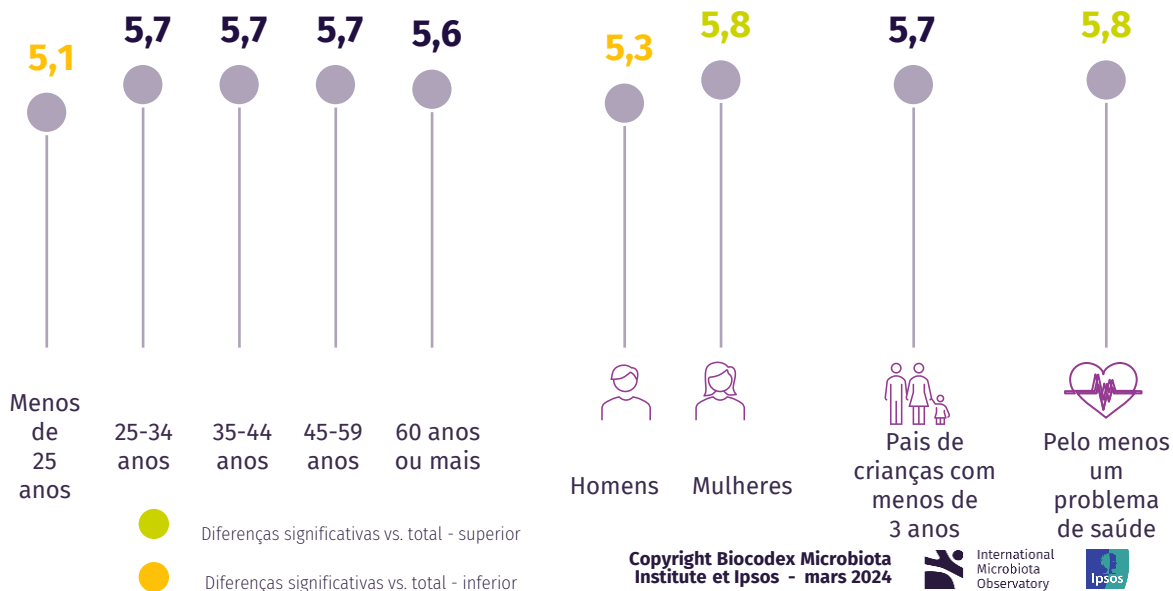


Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos



Número de respostas corretas em média



O conhecimento do microbioma varia de uns países para os outros: é mais elevado na Ásia e mais baixo nos EUA, em França e em Marrocos.

Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos

| % de respostas corretas | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCO S |
|--|-----------|-----------|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| A nossa dieta tem consequências significativas no equilíbrio do nosso microbioma | 78 | 67 | 79 ↗ | 75 | 82 | 80 | 77 | 78 | 82 | 82 | 83 | 78 | 74 | 83 | 73 |
| Em alguns casos, um desequilíbrio no microbioma pode ter consequências significativas para a saúde | 77 | 67 | 79 | 79 | 79 | 78 | 76 | 77 | 81 | 76 | 80 | 80 | 77 ↗ | 82 | 76 |
| O microbioma desempenha um papel importante nos mecanismos de defesa do sistema imunitário | 74 | 65 | 76 | 73 | 78 | 75 | 72 | 75 | 76 | 76 | 76 | 77 | 74 ↗ | 80 | 62 |
| Os antibióticos têm impacto no nosso microbioma | 70 | 64 | 64 | 68 | 60 | 73 | 65 | 69 | 73 | 80 | 77 | 72 | 70 ↗ | 75 | 66 |
| No domínio da saúde vaginal , o microbioma desempenha um papel importante na saúde das mulheres | 68 | 61 | 69 | 68 | 70 | 69 | 65 | 67 | 69 | 75 | 68 | 72 | 73 ↗ | 71 | 61 |
| Muitas doenças como, por exemplo, a síndrome do intestino irritável (SII), a obesidade e a vaginose, podem estar relacionadas com o microbioma | 64 | 59 | 68 | 64 | 73 | 65 | 55 | 63 | 63 | 70 | 72 | 71 | 71 | 70 | 49 |
| O microbioma permite que o intestino envie para o cérebro informações essenciais sobre a nossa saúde | 53 | 49 ↗ | 54 | 58 | 50 | 51 | 55 | 47 | 53 | 47 | 55 | 63 | 62 ↗ | 63 | 45 |
| O seu microbioma está localizado exclusivamente no intestino | 46 | 34 | 38 | 35 | 41 | 48 | 48 | 51 | 47 | 50 | 47 | 58 | 62 | 55 | 33 |
| O microbioma é constituído apenas por bactérias | 28 | 29 | 28 | 29 | 27 | 26 | 24 | 24 | 26 | 24 | 35 | 37 | 50 | 23 | 25 |



O conhecimento sobre o microbioma é maior nas pessoas com problemas de saúde.

Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos

% de respostas corretas

| | Total | PELO MENOS UM PROBLEMA DE SAÚDE n=4509 | Doenças respiratórias n=888 | Doenças cardiovasculares n=1177 | Diabetes n=745 | Distúrbios do sistema digestivo n=1036 | Doenças urogenitais e renais n=529 | Doenças neurológicas n=315 | Doenças autoimunes n=716 | Doenças osteoarticulares n=1040 | Doenças psiquiátricas n=652 | Câncer n=270 | Alergias n=2097 |
|--|-------|---|--------------------------------|------------------------------------|-------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| A nossa dieta tem consequências significativas no equilíbrio do nosso microbioma | 78 | 79 | 78 | 82 | 78 | 83 | 79 | 69 | 82 | 82 | 77 | 78 | 80 |
| Em alguns casos, um desequilíbrio no microbioma pode ter consequências significativas para a saúde | 77 | 80 | 79 | 80 | 77 | 84 | 78 | 77 | 85 | 83 | 79 | 76 | 82 |
| O microbioma desempenha um papel importante nos mecanismos de defesa do sistema imunitário | 74 | 76 | 77 | 78 | 71 | 80 | 79 | 71 | 79 | 79 | 73 | 75 | 77 |
| Os antibióticos têm impacto no nosso microbioma | 70 | 72 | 73 | 74 | 71 | 76 | 74 | 69 | 77 | 74 | 73 | 73 | 73 |
| No domínio da saúde vaginal, o microbioma desempenha um papel importante na saúde das mulheres | 68 | 70 | 72 | 71 | 66 | 75 | 76 | 73 | 73 | 73 | 72 | 72 | 72 |
| Muitas doenças como, por exemplo, a síndrome do intestino irritável (SII), a obesidade e a vaginose, podem estar relacionadas com o microbioma | 64 | 67 | 67 | 68 | 64 | 75 | 69 | 67 | 73 | 71 | 68 | 66 | 68 |
| O microbioma permite que o intestino envie para o cérebro informações essenciais sobre a nossa saúde | 53 | 55 | 59 | 55 | 53 | 64 | 62 | 58 | 62 | 60 | 58 | 56 | 56 |
| O seu microbioma está localizado exclusivamente no intestino | 46 | 48 | 47 | 46 | 39 | 49 | 47 | 46 | 47 | 48 | 48 | 43 | 47 |
| O microbioma é constituído apenas por bactérias | 28 | 29 | 30 | 28 | 26 | 32 | 30 | 34 | 26 | 27 | 33 | 24 | 32 |

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



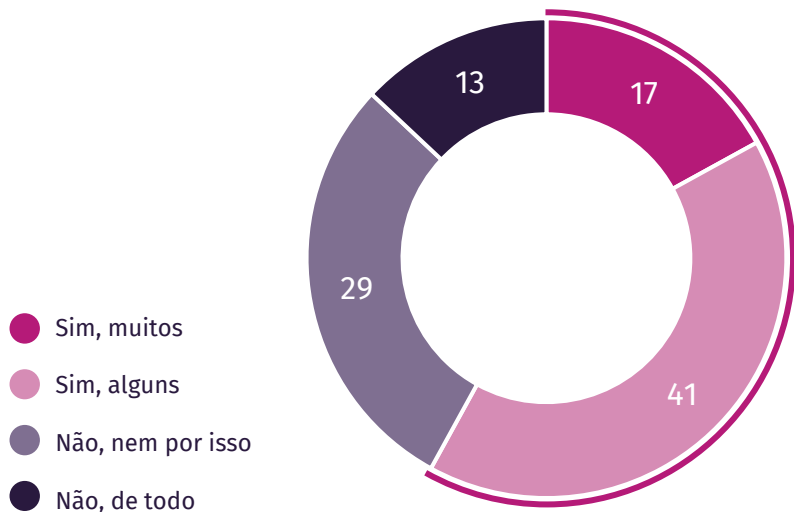
3

Para manter um microbioma equilibrado, é provável que as pessoas tenham de alterar os seus comportamentos...

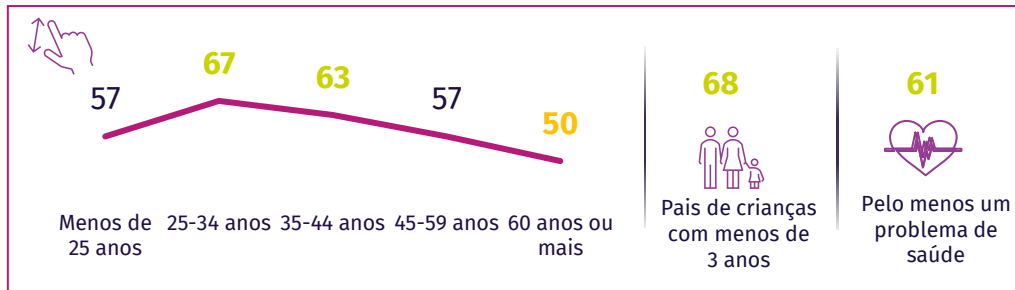
Mais de metade das pessoas alteraram os seus comportamentos para manter o microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível.

Pergunta 10. E, na sua vida quotidiana, alterou os seus comportamentos para manter o seu microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível?

Base: Todos os inquiridos



58% alteraram os seus comportamentos



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

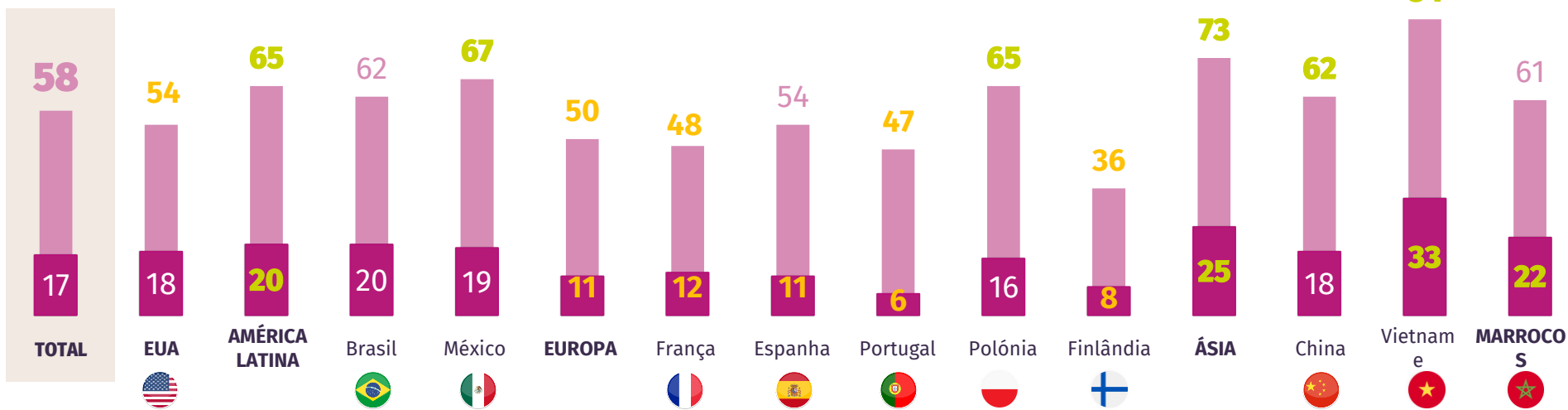
A probabilidade de os mexicanos, polacos e asiáticos terem alterado os seus comportamentos com vista a manter o microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível é superior.

Pergunta 10. E, na sua vida quotidiana, alterou os seus comportamentos para manter o seu microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

● Sim, muitos



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

A probabilidade de as pessoas com problemas de saúde terem alterado os seus comportamentos é também superior

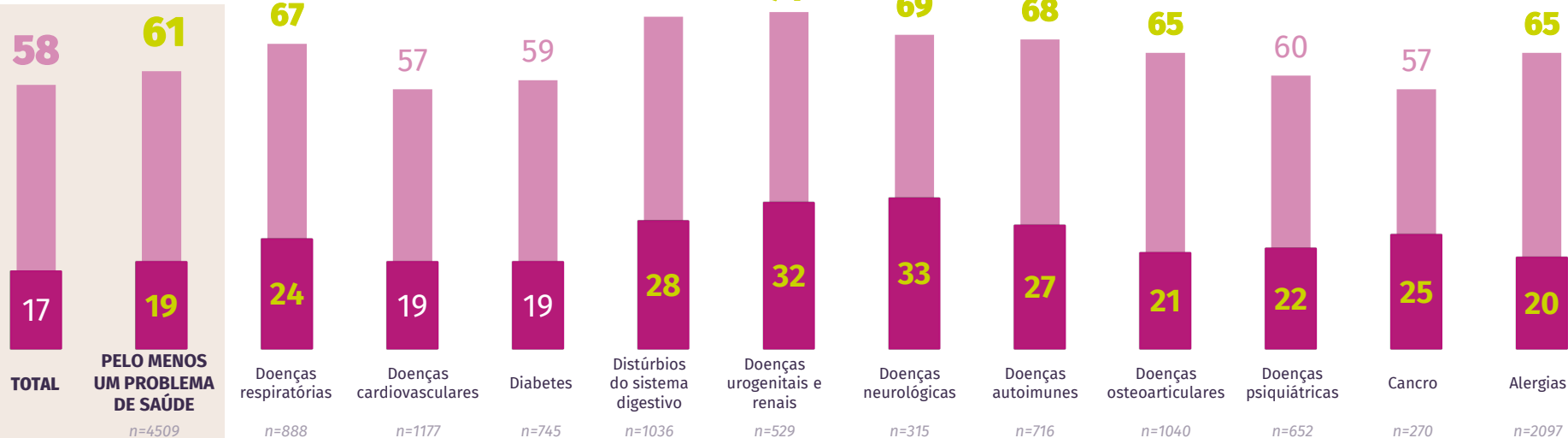


Pergunta 10. E, na sua vida quotidiana, alterou os seus comportamentos para manter o seu microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

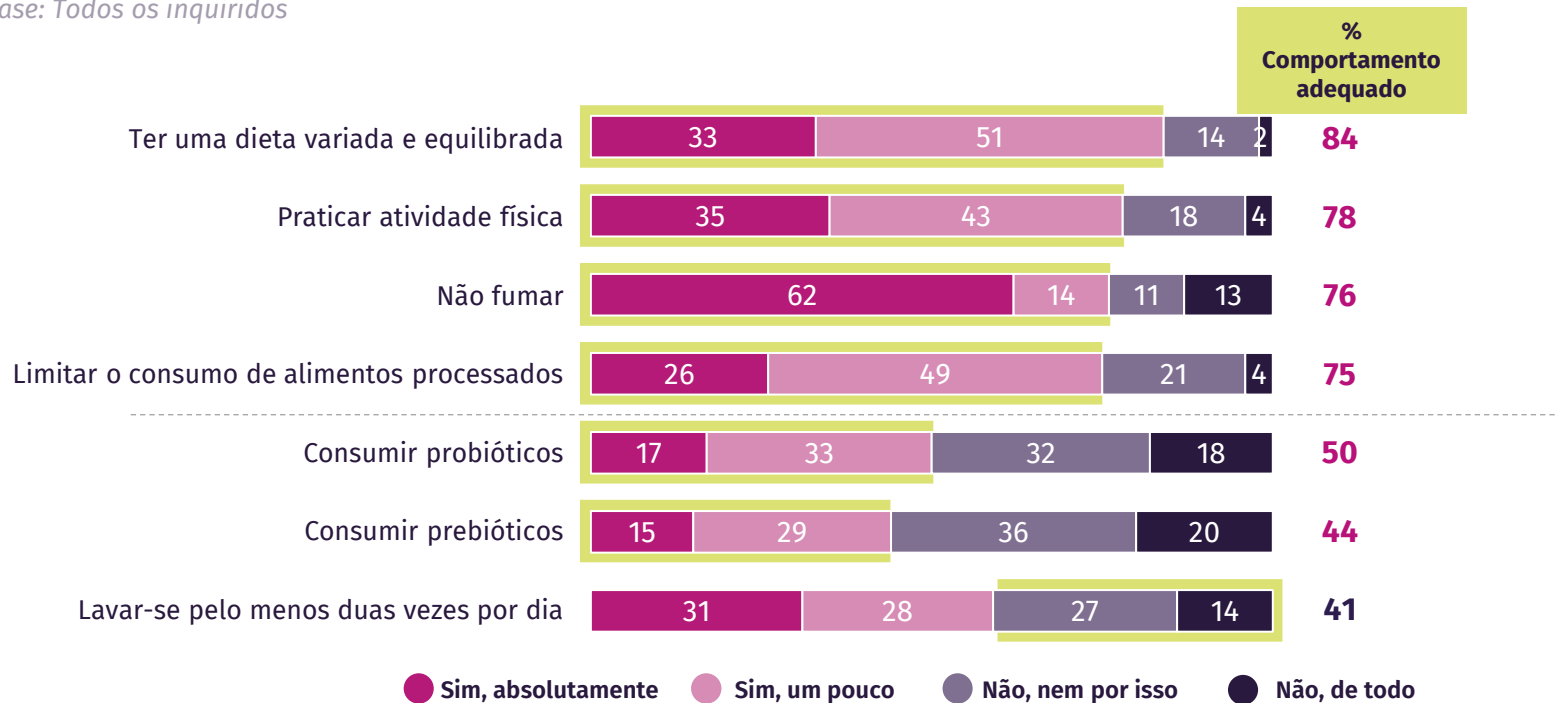
Sim, muitos



Os comportamentos saudáveis "padrão" são, na sua maioria, adotados pelas pessoas. No entanto, os comportamentos relacionados com os probióticos, os prebióticos e a higiene não são devidamente adotados.

Pergunta 11. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Todos os inquiridos



● Sim, absolutamente ● Sim, um pouco ● Não, nem por isso ● Não, de todo

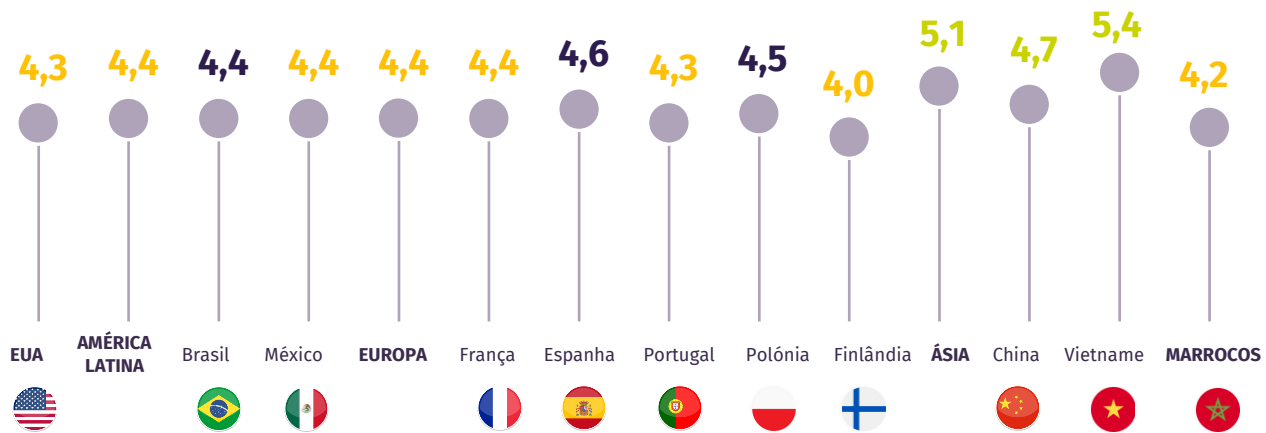
A probabilidade de os asiáticos inquiridos terem adotado comportamentos adequados ao seu microbioma é superior à das pessoas inquiridas noutros países.

Pergunta 11. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Todos os inquiridos



Número de
comportamentos
adequados em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Mais pormenorizadamente, os americanos, os latinos, os polacos e os asiáticos são quem mais adota o comportamento de se lavar várias vezes por dia.

Pergunta 11. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

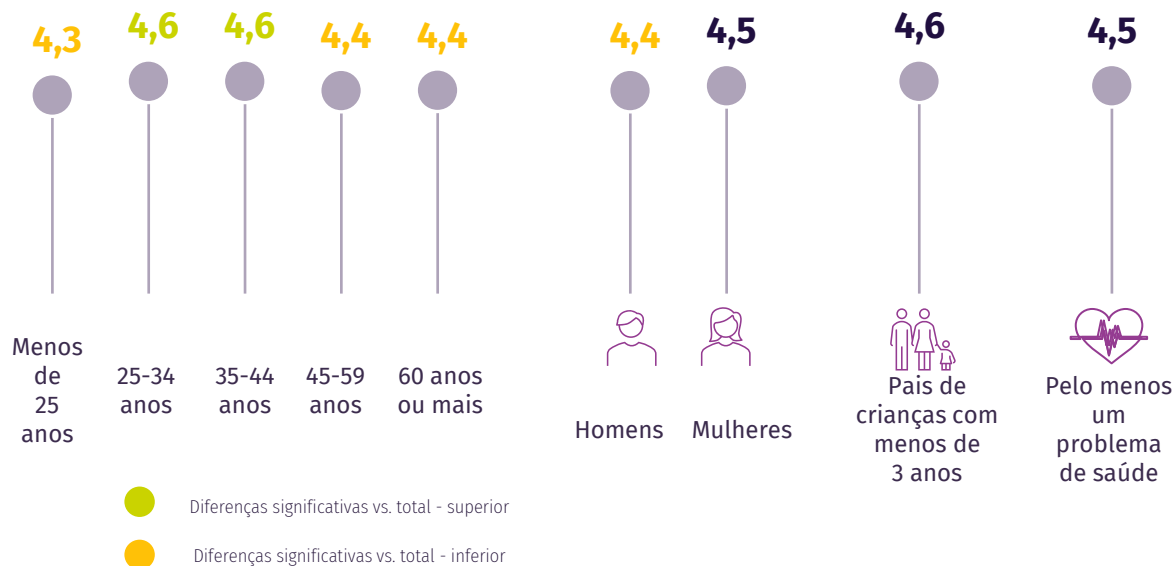
Base: Todos os inquiridos

| % Comportamentos adequados | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-----|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|---------|
| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCS |
| Ter uma dieta variada e equilibrada | 84 | 80 | 81 | 83 | 79 | 85 | 87 | 88 | 82 | 81 | 87 | 86 | 85 | 87 | 84 |
| Praticar atividade física | 78 | 81 | 78 | 73 | 83 | 75 | 70 | 78 | 69 | 77 | 79 | 84 | 78 | 90 | 76 |
| Não fumar | 76 | 73 | 79 | 81 | 78 | 73 | 77 | 75 | 73 | 70 | 69 | 81 | 76 | 85 | 81 |
| Limitar o consumo de alimentos processados | 75 | 70 | 78 | 77 | 79 | 73 | 78 | 76 | 75 | 79 | 60 | 77 | 68 | 85 | 81 |
| Consumir probióticos | 50 | 54 | 61 | 56 | 66 | 40 | 33 | 44 | 36 | 60 | 25 | 74 | 68 | 79 | 30 |
| Consumir prebióticos | 44 | 45 | 53 | 50 | 56 | 31 | 25 | 35 | 24 | 51 | 19 | 74 | 62 | 87 | 27 |
| Lavar-se pelo menos duas vezes por dia | 41* | 26 | 10 | 15 | 4 | 59 | 74 | 68 | 69 | 30 | 57 | 30 | 36 | 23 | 46 |

As pessoas com idades compreendidas entre os 25 e os 44 anos adotaram mais comportamentos positivos para o respetivo microbioma do que a média.

Pergunta 11. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Todos os inquiridos





As pessoas com problemas de saúde são o grupo mais numeroso em termos de consumo de probióticos e prebióticos, mas é também o grupo que tem mais pessoas que declaram que se lavam várias vezes por dia.



NOVO

Pergunta 11. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Todos os inquiridos

% Comportamentos adequados

| | PELO MENOS UM PROBLEMA DE SAÚDE | | Doenças respiratórias n=888 | Doenças cardiovasculares n=1177 | Diabetes n=745 | Distúrbios do sistema digestivo n=1036 | Doenças urogenitais e renais n=529 | Doenças neurológicas n=315 | Doenças autoimunes n=716 | Doenças osteoarticulares n=1040 | Doenças psiquiátricas n=652 | Cancro n=270 | Alergias n=2097 |
|--|---------------------------------|-----------|--------------------------------|------------------------------------|-------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| | Total n=4509 | | | | | | | | | | | | |
| Ter uma dieta variada e equilibrada | 84 | 84 | 86 | 86 | 85 | 86 | 86 | 77 | 88 | 86 | 79 | 83 | 85 |
| Praticar atividade física | 78 | 77 | 78 | 75 | 73 | 78 | 79 | 74 | 78 | 78 | 69 | 75 | 81 |
| Não fumar | 76 | 77 | 76 | 76 | 78 | 80 | 76 | 74 | 81 | 82 | 73 | 75 | 78 |
| Limitar o consumo de alimentos processados | 75 | 76 | 78 | 74 | 77 | 80 | 78 | 70 | 79 | 79 | 70 | 73 | 77 |
| Consumir probióticos | 50 | 52 | 58 | 48 | 51 | 67 | 65 | 62 | 58 | 58 | 50 | 52 | 55 |
| Consumir prebióticos | 44 | 46 | 54 | 43 | 42 | 60 | 61 | 58 | 53 | 52 | 43 | 45 | 49 |
| Lavar-se pelo menos duas vezes por dia | 41 | 39 | 36 | 41 | 39* | 33 | 33 | 34 | 38 | 36 | 46 | 37 | 35 |

*Nota de leitura: Das pessoas com diabetes, 39% não se lavam duas ou mais vezes por dia, um comportamento que é adequado ao respetivo microbioma.

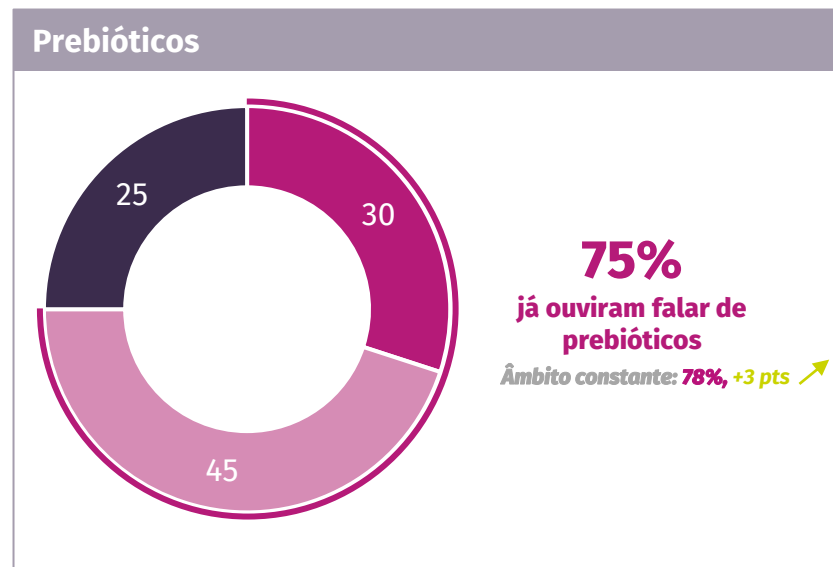
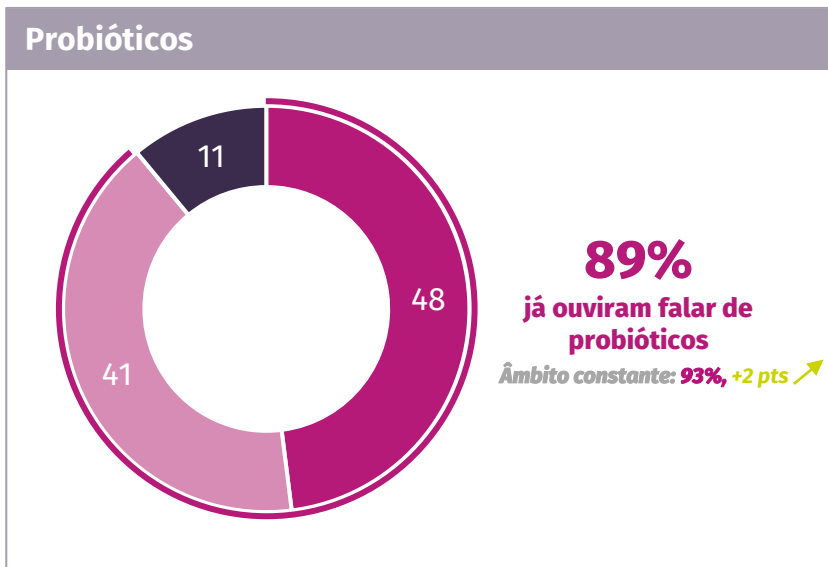
- Diferenças significativas vs. total - superior
- Diferenças significativas vs. total - inferior

Este ano, o conhecimento sobre probióticos e prebióticos está a progredir, mas uma parte importante ainda não sabe exatamente o que são, especialmente no que diz respeito aos prebióticos.



Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos



Sim, sei exatamente o que é



Sim, mas não sei exatamente o que é



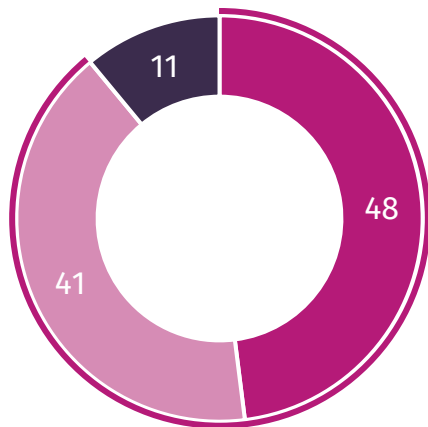
Não, nunca ouvi falar disso

Mais uma vez, são as mulheres, as pessoas com idades compreendidas entre os 25 e os 44 anos e as pessoas que têm um problema de saúde que estão mais sensibilizadas para os probióticos.



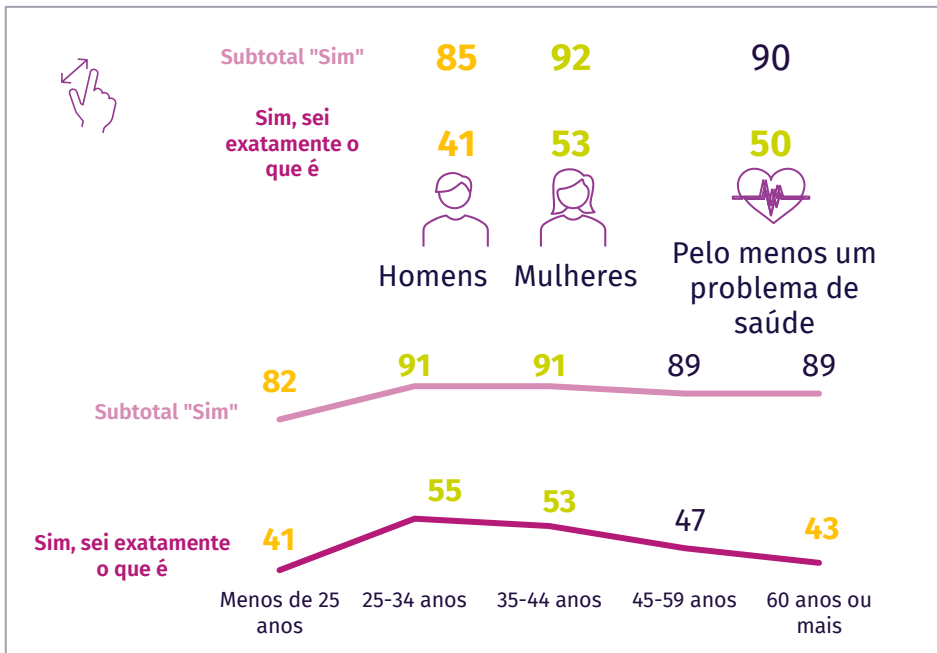
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?
Base: Todos os inquiridos

Probióticos



89%
já ouviram falar de probióticos
Âmbito constante: 93%, +2 pts ↗

- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso





O conhecimento dos probióticos é elevado em todos os países, exceto na Finlândia e em Marrocos.

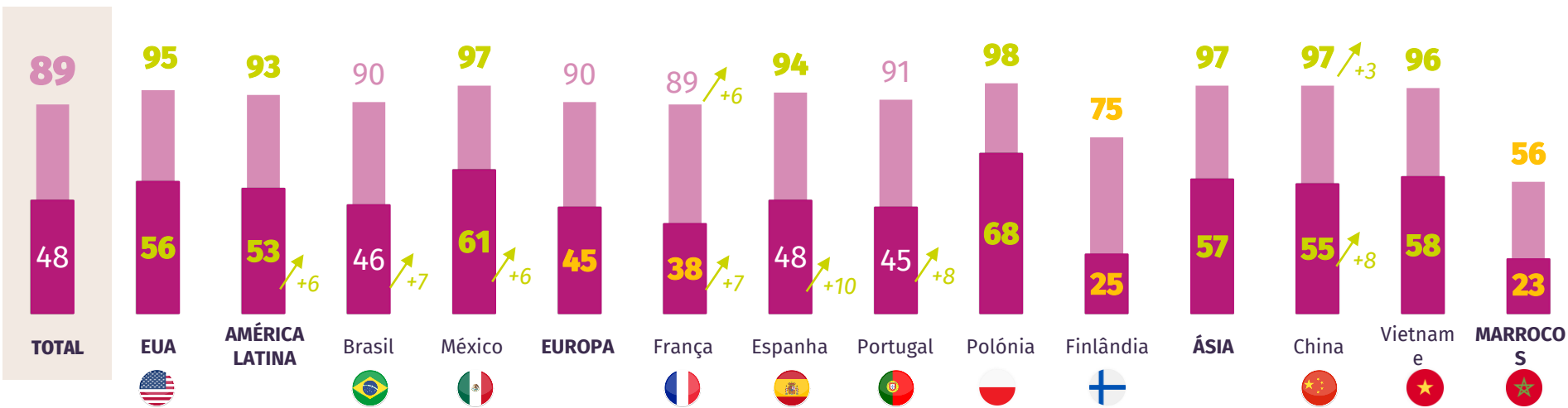
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Probióticos

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é





O conhecimento dos probióticos é bastante mais elevado entre as pessoas que padecem de um problema de saúde.

Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

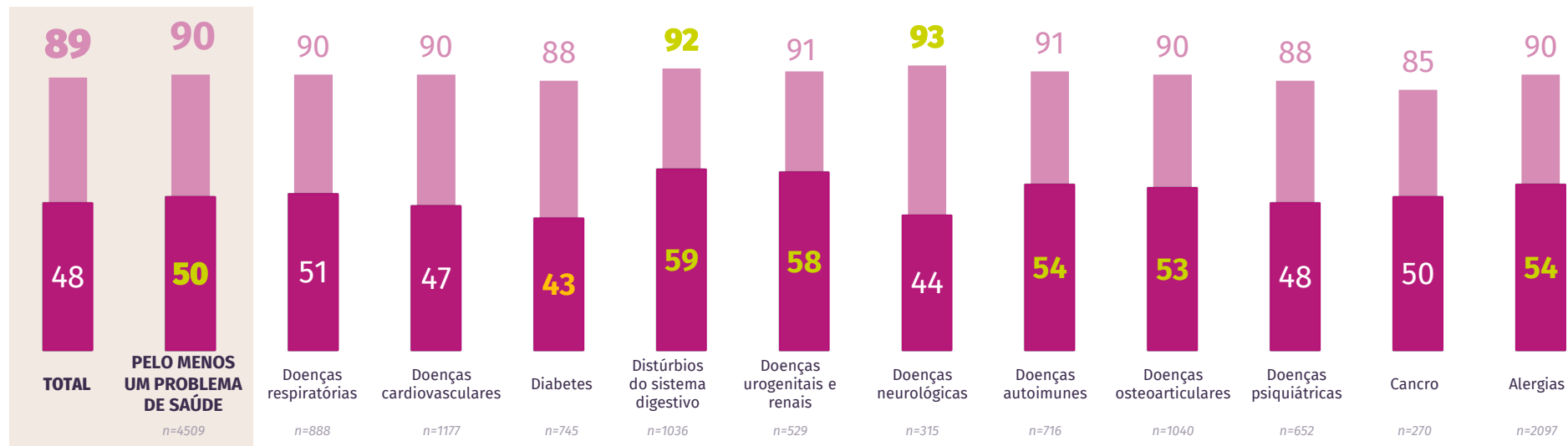
Base: Todos os inquiridos



Probióticos

% Sim

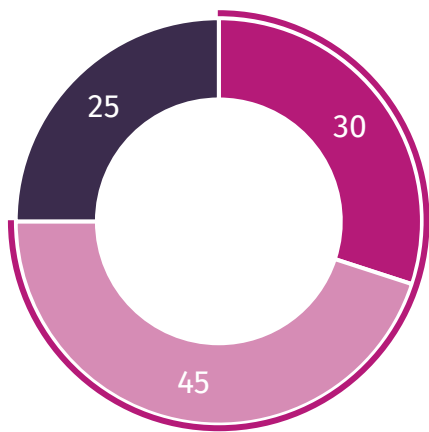
● Sim, sei exatamente o que é



As mulheres, as pessoas com idades compreendidas entre os 25 e os 44 anos e as pessoas que padecem de um problema de saúde têm mais conhecimento dos probióticos.

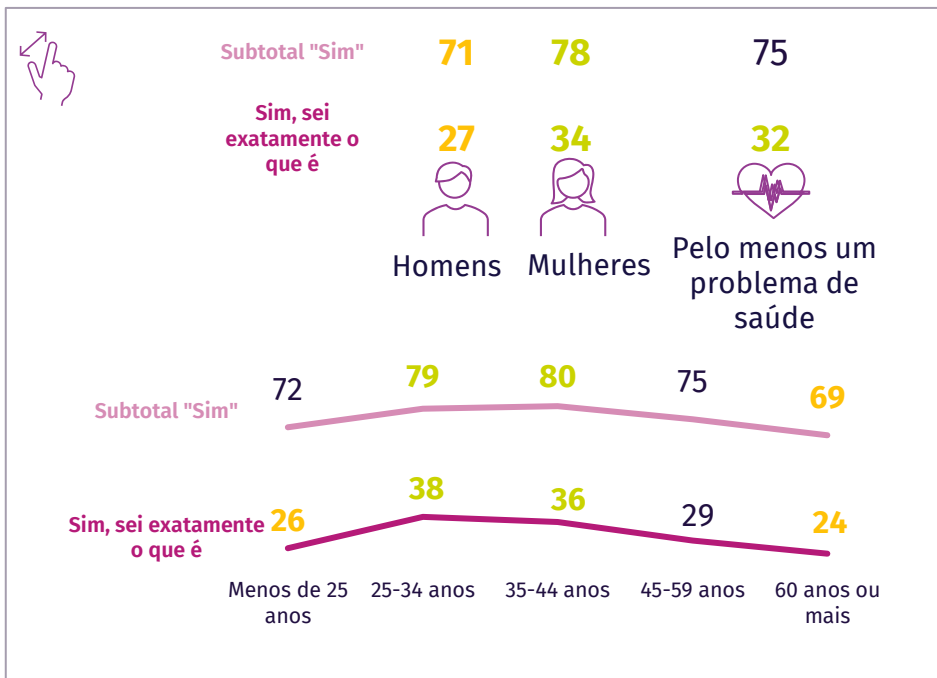
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?
Base: Todos os inquiridos

Prebióticos



75%
já ouviram falar de
prebióticos
Âmbito constante: **78%, +3 pts** ↗

- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso





O conhecimento dos prebióticos varia de país para país. Os franceses, os portugueses, os finlandeses e os marroquinos têm um conhecimento limitado dos prebióticos.

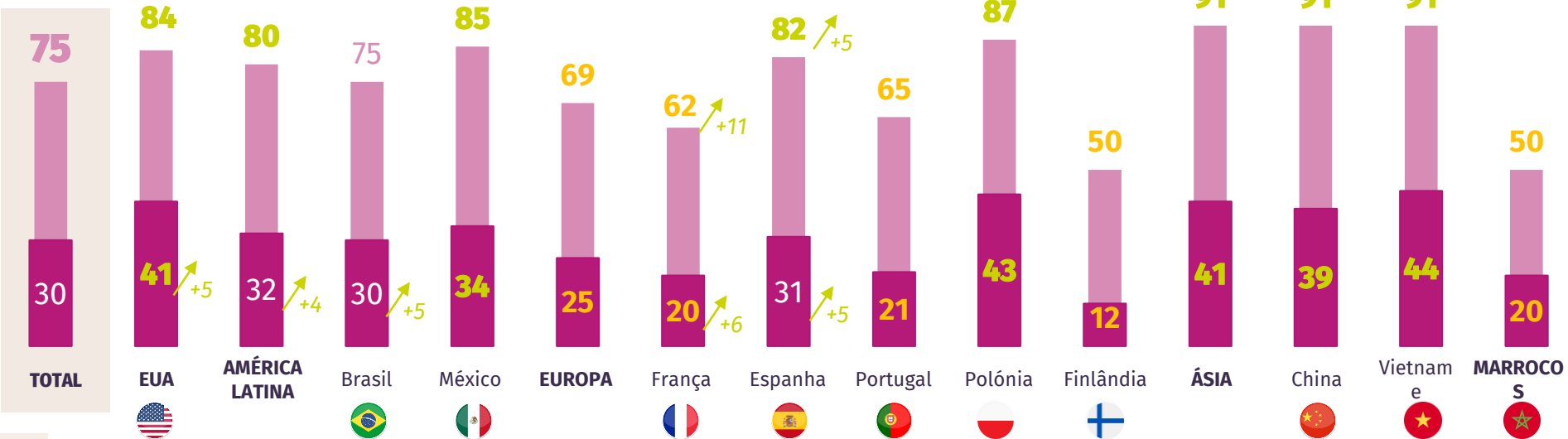
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Prebióticos

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



O conhecimento dos prebióticos é bastante superior nas pessoas com problemas de saúde.

Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

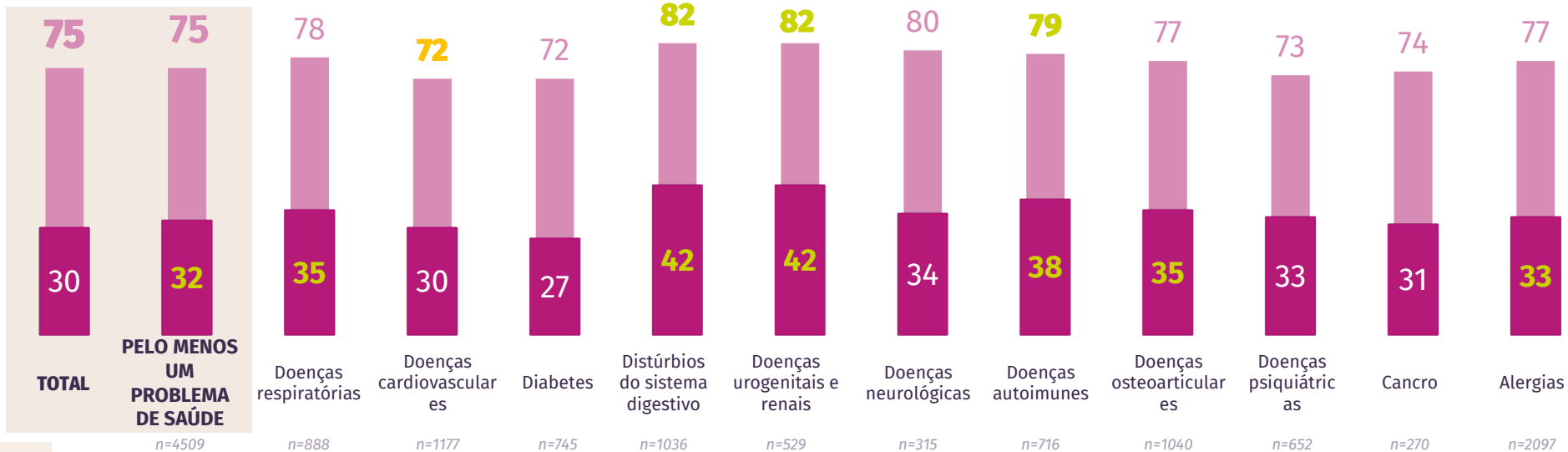
Base: Todos os inquiridos



Prebióticos

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é





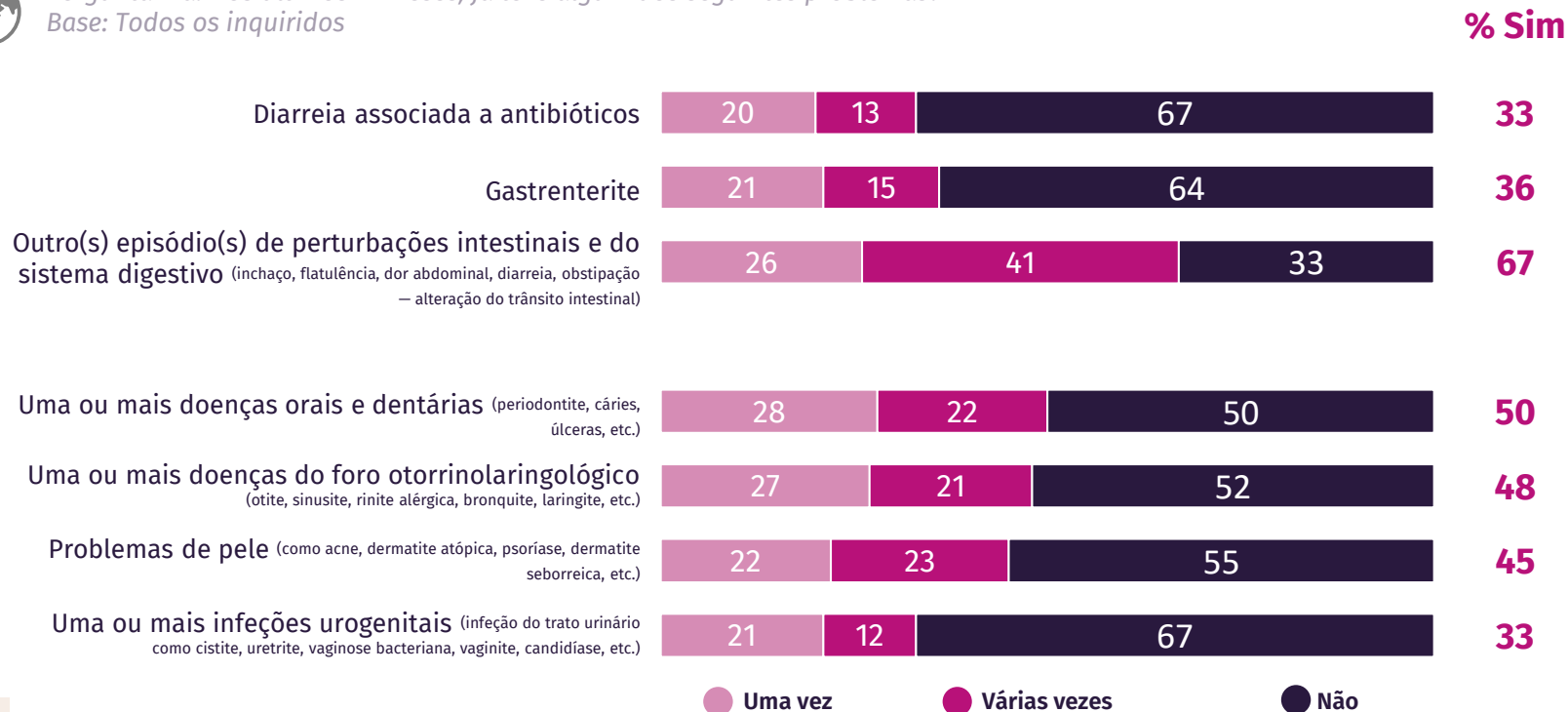
Quando confrontadas com um problema de saúde relacionado com o microbioma, algumas pessoas relacionam, de facto, o problema com o seu microbioma

Nos últimos 12 meses, 1 em cada 3 pessoas teve diarreia associada a antibióticos ou gastroenterite, e 2 em cada 3 tiveram outros episódios de perturbações intestinais e do sistema digestivo.



Pergunta 11a. Nos últimos 12 meses, já teve algum dos seguintes problemas?

Base: Todos os inquiridos



Os problemas são sentidos pelos países de forma heterogénea.

Pergunta 11a. Nos últimos 12 meses, já teve algum dos seguintes problemas?

Base: Todos os inquiridos

| % Sim | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|--|-----------------------------------|-----------|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | Diarreia associada a antibióticos | 33 | 30 | 38 | 38 | 38 | 21 | 21 | 25 | 22 | 25 | 12 | 48 | 39 | 55 |
| Gastrenterite | 36 | 31 | 36 | 31 | 41 | 28 | 29 | 39 | 22 | 41 | 8 | 52 | 55 | 48 | 54 |
| Outro(s) episódio(s) de perturbações intestinais e do sistema digestivo (inchaço, flatulência, dor abdominal, diarreia, obstipação — alteração do trânsito intestinal) | 67 | 57 | 72 | 69 | 75 | 64 | 62 | 64 | 63 | 65 | 64 | 71 | 64 | 77 | 74 |
| Uma ou mais doenças orais e dentárias (periodontite, cáries, úlceras, etc.) | 50 | 36 | 51 | 48 | 54 | 42 | 42 | 44 | 37 | 45 | 43 | 66 | 61 | 72 | 71 |
| Uma ou mais doenças do foro otorrinolaringológico (otite, sinusite, rinite alérgica, bronquite, laringite, etc.) | 48 | 39 | 50 | 53 | 47 | 43 | 38 | 39 | 42 | 51 | 44 | 57 | 50 | 64 | 62 |
| Problemas de pele (como acne, dermatite atópica, psoríase, dermatite seborreica, etc.) | 45 | 42 | 48 | 51 | 45 | 38 | 34 | 43 | 31 | 42 | 38 | 60 | 51 | 69 | 52 |
| Uma ou mais infeções urogenitais (infeção do trato urinário como cistite, uretrite, vaginose bacteriana, vaginite, candidíase, etc.) | 33 | 32 | 36 | 33 | 39 | 26 | 25 | 29 | 24 | 35 | 17 | 45 | 45 | 45 | 34 |





E, naturalmente, as pessoas com problemas de saúde referem mais problemas do que a média.

Pergunta 11a. Nos últimos 12 meses, já teve algum dos seguintes problemas?

Base: Todos os inquiridos

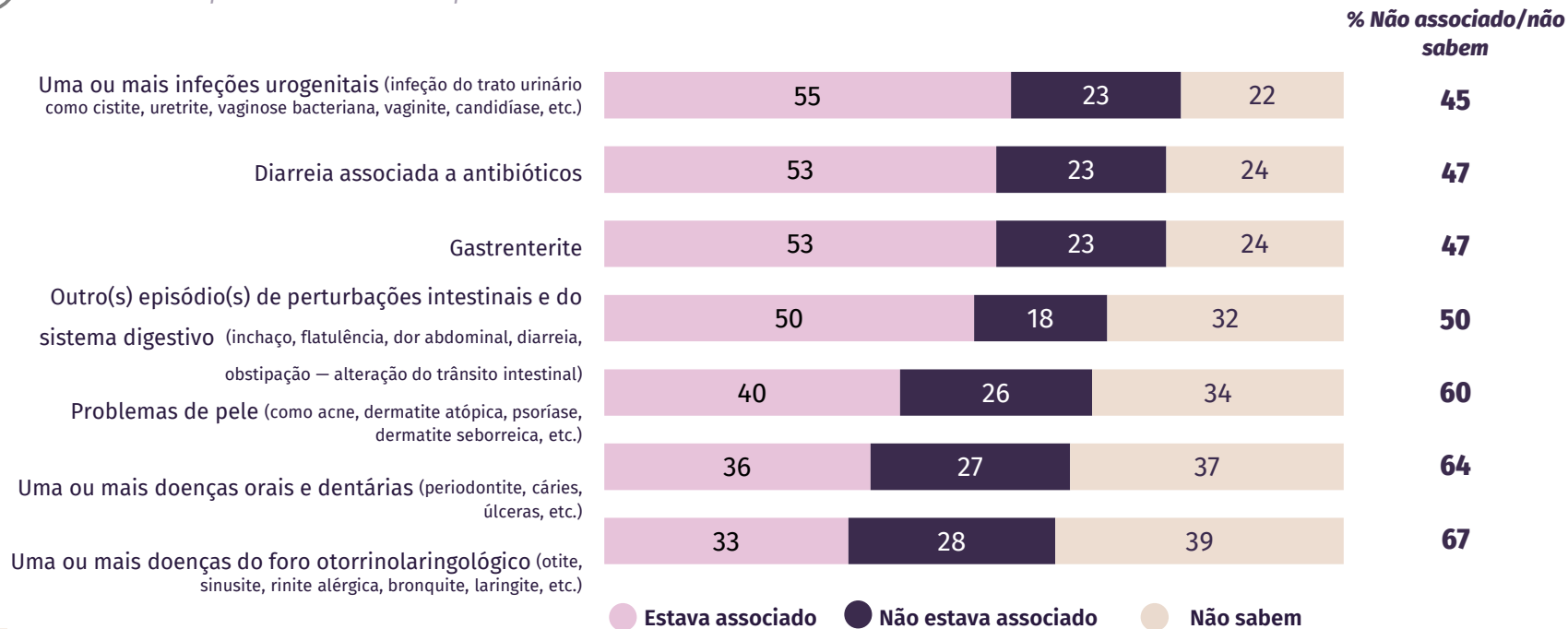
| % Sim | Total | Pelo menos um problema de saúde | Doenças respiratórias | Doenças cardiovasculares | Diabetes | Distúrbios do sistema digestivo | Doenças urogenitais e renais | Doenças neurológicas | Doenças autoimunes | Doenças osteoarticulares | Doenças psiquiátricas | Câncer | Alergias |
|--|-----------|---------------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------|---------------------------------|------------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|-----------|-----------|
| | n=4509 | n=4509 | n=888 | n=1177 | n=745 | n=1036 | n=529 | n=315 | n=716 | n=1040 | n=652 | n=270 | n=2097 |
| Diarreia associada a antibióticos | 33 | 38 | 51 | 35 | 40 | 55 | 56 | 56 | 47 | 43 | 44 | 46 | 41 |
| Gastreenterite | 36 | 42 | 51 | 42 | 39 | 64 | 59 | 62 | 51 | 48 | 48 | 46 | 44 |
| Outro(s) episódio(s) de perturbações intestinais e do sistema digestivo (inchaço, flatulência, dor abdominal, diarreia, obstipação — alteração do trânsito intestinal) | 67 | 74 | 79 | 75 | 68 | 91 | 85 | 81 | 80 | 77 | 84 | 75 | 77 |
| Uma ou mais doenças orais e dentárias (periodontite, cáries, úlceras, etc.) | 50 | 56 | 63 | 57 | 55 | 69 | 72 | 70 | 64 | 62 | 62 | 59 | 58 |
| Uma ou mais doenças do foro otorrinolaringológico (otite, sinusite, rinite alérgica, bronquite, laringite, etc.) | 48 | 57 | 74 | 53 | 52 | 69 | 71 | 65 | 67 | 60 | 61 | 62 | 66 |
| Problemas de pele (como acne, dermatite atópica, psoríase, dermatite seborreica, etc.) | 45 | 52 | 61 | 46 | 47 | 65 | 71 | 76 | 67 | 53 | 65 | 52 | 60 |
| Uma ou mais infeções urogenitais (infeção do trato urinário como cistite, uretrite, vaginose bacteriana, vaginite, candidíase, etc.) | 33 | 38 | 46 | 38 | 40 | 52 | 78 | 60 | 47 | 44 | 46 | 45 | 41 |

Entre as pessoas afetadas por estas doenças, a maioria pensa que a doença está relacionada com o seu microbioma, especialmente quando se trata de problemas digestivos.



Pergunta 11b. E acha que este ou estes problemas estão associados ao seu microbioma?

Base: Pessoas que vivenciaram estes problemas



Os europeus parecem ter menos probabilidade de associar os seus problemas ao microbioma do que as pessoas de outros países, como o México, a China e o Vietname, nos quais esta ligação é mais identificada.

Pergunta 11b. E acha que este ou estes problemas estão associados ao seu microbioma?

Base: Pessoas que vivenciaram estes problemas

| % associado | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCO S |
|--|-------|-----|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|-----------|
| Uma ou mais infeções urogenitais (infeção do trato urinário como cistite, uretrite, vaginose bacteriana, vaginite, candidíase, etc.) | 55 | 53 | 61 | 56 | 66 | 47 | 42 | 39 | 51 | 55 | 45 | 66 | 64 | 68 | 49 |
| Diarreia associada a antibióticos | 53 | 55 | 60 | 57 | 63 | 47 | 42 | 40 | 45 | 58 | 55 | 61 | 61 | 60 | 42 |
| Gastrenterite | 53 | 49 | 63 | 51 | 72 | 40 | 28 | 40 | 40 | 44 | 57 | 70 | 72 | 68 | 42 |
| Outro(s) episódio(s) de perturbações intestinais e do sistema digestivo (inchaço, flatulência, dor abdominal, diarreia, obstipação – alteração do trânsito intestinal) | 50 | 44 | 61 | 51 | 71 | 40 | 36 | 40 | 38 | 43 | 41 | 71 | 74 | 68 | 40 |
| Problemas de pele (como acne, dermatite atópica, psoríase, dermatite seborreica, etc.) | 40 | 38 | 45 | 36 | 56 | 27 | 24 | 25 | 31 | 34 | 19 | 58 | 55 | 60 | 35 |
| Uma ou mais doenças orais e dentárias (periodontite, cáries, úlceras, etc.) | 36 | 40 | 40 | 35 | 45 | 23 | 21 | 23 | 21 | 32 | 20 | 57 | 56 | 57 | 27 |
| Uma ou mais doenças do foro otorrinolaringológico (otite, sinusite, rinite alérgica, bronquite, laringite, etc.) | 33 | 36 | 40 | 34 | 48 | 20 | 21 | 19 | 12 | 32 | 14 | 54 | 50 | 56 | 26 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



O grupo etário dos 25-44 anos tem mais probabilidades de relacionar os problemas que tem com o respetivo microbioma.



Pergunta 11b. E acha que este ou estes problemas estão associados ao seu microbioma?

Base: Pessoas que vivenciaram estes problemas

| % associado | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais |
|--|-----------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|
| Uma ou mais infeções urogenitais (infeção do trato urinário como cistite, uretrite, vaginose bacteriana, vaginite, candidíase, etc.) | 55 | 50 | 60 | 60 | 57 | 45 |
| Diarreia associada a antibióticos | 53 | 40 | 56 | 56 | 56 | 52 |
| Gastrenterite | 53 | 48 | 52 | 56 | 56 | 49 |
| Outro(s) episódio(s) de perturbações intestinais e do sistema digestivo (inchaço, flatulência, dor abdominal, diarreia, obstipação – alteração do trânsito intestinal) | 50 | 45 | 55 | 54 | 51 | 45 |
| Problemas de pele (como acne, dermatite atópica, psoríase, dermatite seborreica, etc.) | 40 | 35 | 43 | 45 | 42 | 28 |
| Uma ou mais doenças orais e dentárias (periodontite, cáries, úlceras, etc.) | 36 | 35 | 42 | 38 | 35 | 30 |
| Uma ou mais doenças do foro otorrinolaringológico (otite, sinusite, rinite alérgica, bronquite, laringite, etc.) | 33 | 35 | 37 | 38 | 32 | 24 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



As pessoas com problemas de saúde têm também mais probabilidades de relacionar esses problemas com o respetivo microbioma.

Pergunta 11b. E acha que este ou estes problemas estão associados ao seu microbioma?

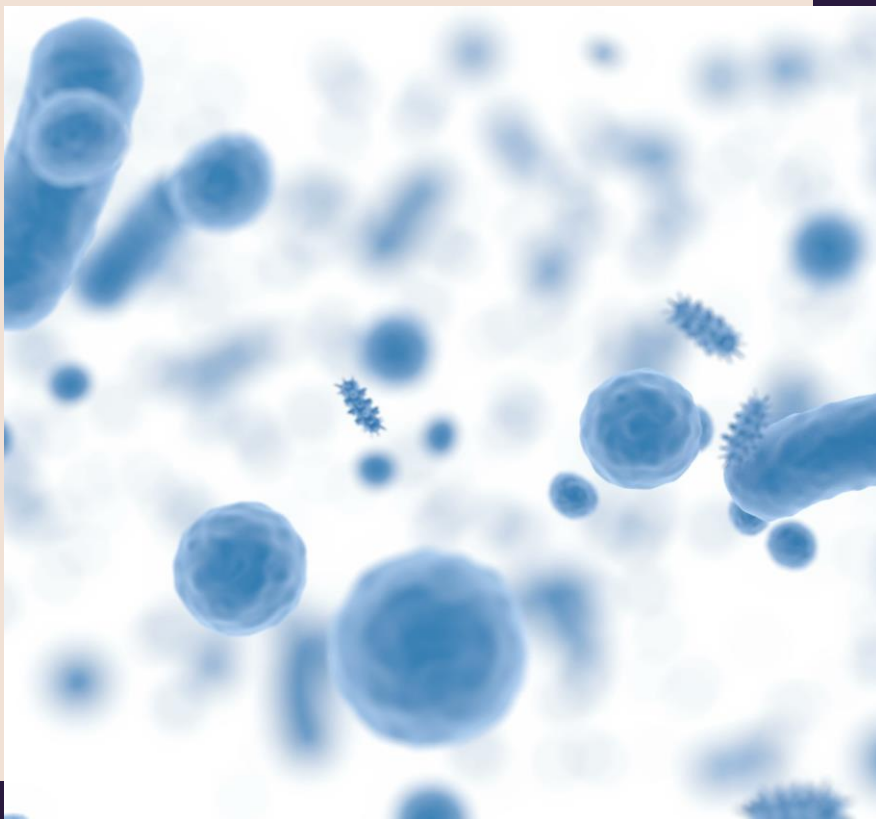
Base: Pessoas que vivenciaram estes problemas

| % associado | Pelo menos um problema de saúde | | Doenças respiratórias | Doenças cardiovasculares | Diabetes | Distúrbios do sistema digestivo | Doenças urogenitais e renais | Doenças neurológicas | Doenças autoimunes | Doenças osteoarticulares | Doenças psiquiátricas | Câncer | Alergias |
|--|---------------------------------|----|-----------------------|--------------------------|----------|---------------------------------|------------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|--------|----------|
| | Total | | | | | | | | | | | | |
| Uma ou mais infeções urogenitais (infeção do trato urinário como cistite, uretrite, vaginose bacteriana, vaginite, candidíase, etc.) | 55 | 57 | 62 | 59 | 54 | 65 | 64 | 67 | 62 | 63 | 61 | 56 | 61 |
| Diarreia associada a antibióticos | 53 | 55 | 59 | 57 | 54 | 64 | 59 | 52 | 59 | 59 | 52 | 52 | 57 |
| Gastreenterite | 53 | 56 | 58 | 56 | 55 | 65 | 56 | 51 | 61 | 58 | 50 | 56 | 58 |
| Outro(s) episódio(s) de perturbações intestinais e do sistema digestivo (inchaço, flatulência, dor abdominal, diarreia, obstipação — alteração do trânsito intestinal) | 50 | 53 | 53 | 49 | 48 | 64 | 60 | 52 | 59 | 57 | 50 | 45 | 55 |
| Problemas de pele (como acne, dermatite atópica, psoríase, dermatite seborreica, etc.) | 40 | 42 | 46 | 42 | 43 | 51 | 51 | 41 | 45 | 46 | 40 | 42 | 44 |
| Uma ou mais doenças orais e dentárias (periodontite, cáries, úlceras, etc.) | 36 | 38 | 42 | 36 | 36 | 45 | 50 | 46 | 47 | 46 | 40 | 39 | 40 |
| Uma ou mais doenças do foro otorrinolaringológico (otite, sinusite, rinite alérgica, bronquite, laringite, etc.) | 33 | 35 | 40 | 35 | 37 | 43 | 49 | 51 | 41 | 41 | 37 | 41 | 36 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



Os profissionais de saúde têm um papel mais importante a desempenhar, uma vez que são a principal e mais fiável fonte de informações sobre o microbioma.



Texto apresentado aos inquiridos:

O microbioma (ou flora microbiana) é um grupo de microrganismos, tais como bactérias, vírus, fungos e arqueobactérias, que vivem em simbiose no nosso corpo, principalmente no nosso aparelho digestivo, mas também na pele, pulmões, ouvidos, boca e vagina. O microbioma tem muitas consequências para a nossa saúde, uma vez que cumpre funções essenciais, como a digestão dos alimentos, a síntese de vitaminas e a estimulação do nosso sistema imunitário.

Um microbioma desequilibrado pode estar envolvido em certas doenças como as alergias, a obesidade e as doenças inflamatórias intestinais crónicas.

Estudos recentes também sugerem que o microbioma pode ter impacto na nossa saúde mental e comportamento, influenciando o nosso humor, cognição e motivação.

Uma em cada 5 pessoas descobre o microbioma quando responde ao inquérito. De resto, as principais fontes são os profissionais de saúde, a escola e os programas de televisão sobre saúde.



Pergunta 1V2. Ouvia falar do microbioma pela primeira vez...

Base: Todos os inquiridos



Subtotais:

(*) Órgãos de comunicação social sobre medicina: **22%**

(*) No contexto dos cuidados de saúde: **20%**

(*) No contexto profissional: **7%**

(**) ST Televisão: **23%**

(**) ST *Online*: **14%**

(**) ST Imprensa: **8%**

Em França e na China, as pessoas ouviram falar do microbioma pela primeira vez em programas de saúde na televisão, ao passo que no Vietname ouviram falar dele na escola.

Pergunta 1V2. Ouviu falar do microbioma pela primeira vez...

Base: Todos os inquiridos

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|---|-------|-----|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|----------|
| Ao responder a este questionário | 21 | 22 | 22 | 23 | 21 | 24 | 9 | 13 | 31 | 26 | 42 | 8 | 11 | 5 | 30 |
| Através de um profissional de saúde | 11 | 12 | 16 | 15 | 17 | 10 | 14 | 12 | 11 | 8 | 5 | 8 | 9 | 8 | 5 |
| Na escola/durante a formação académica | 11 | 7 | 14 | 17 | 10 | 10 | 5 | 8 | 12 | 10 | 14 | 12 | 6 | 17 | 10 |
| Na televisão, em programas sobre saúde | 9 | 7 | 9 | 10 | 7 | 9 | 18 | 9 | 7 | 5 | 5 | 11 | 14 | 10 | 6 |
| Através da família, de amigos, de conhecidos | 5 | 5 | 5 | 4 | 5 | 6 | 8 | 9 | 7 | 5 | 2 | 5 | 6 | 4 | 3 |
| Nas redes sociais (influenciadores...) | 5 | 4 | 5 | 5 | 5 | 3 | 3 | 4 | 2 | 5 | 3 | 8 | 10 | 5 | 11 |
| Na televisão durante o noticiário | 4 | 2 | 3 | 4 | 3 | 4 | 8 | 5 | 2 | 2 | 0 | 8 | 9 | 7 | 2 |
| Médico de medicina do trabalho/enfermeiro do local de trabalho | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 7 | 2 | 4 | 1 | 8 | 6 | 10 | 5 |
| Num blogue, num artigo online | 4 | 5 | 4 | 3 | 5 | 3 | 3 | 3 | 2 | 6 | 2 | 4 | 4 | 3 | 5 |
| Através de publicidade (televisão, imprensa, publicidade na rua...) | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 4 | 7 | 3 | 5 | 1 | 5 | 4 | 5 | 2 |
| Na imprensa especializada (revistas sobre bem-estar, saúde) | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 5 | 3 | 6 | 5 | 7 | 3 |
| Num folheto/brochura no consultório do profissional de saúde | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 4 | 5 | 3 | 1 |
| Num podcast sobre ciência | 2 | 3 | 2 | 1 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 2 | 1 |
| Na imprensa nacional (imprensa generalista) | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 1 |
| Na rádio | 2 | 1 | 1 | 0 | 1 | 2 | 5 | 2 | 1 | 1 | 0 | 2 | 2 | 2 | 3 |
| Através de colegas | 1 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 |
| Na imprensa diária regional | 1 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | 1 | 1 | 2 | 0 |
| Durante uma atividade desportiva | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Outro | 8 | 13 | 6 | 7 | 5 | 11 | 9 | 10 | 10 | 9 | 15 | 2 | 1 | 3 | 9 |



Diferenças significativas vs. total - superior



Diferenças significativas vs. total - inferior



Primeira fonte por país

Os inquiridos com menos de 25 anos ouviram falar do microbioma pela primeira vez na escola ou durante a formação académica.

Pergunta 1V2. Ouvia falar do microbioma pela primeira vez...

Base: Todos os inquiridos

NOVO



| | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Homens | Mulheres | Pais de crianças com menos de 3 anos |
|---|-----------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|----------|----------|--------------------------------------|
| | | n=888 | n=1409 | n=1402 | n=1979 | n=1822 | n=3615 | n=3885 | n=591 |
| Ao responder a este questionário | 21 | 15 | 14 | 17 | 22 | 30 | 22 | 20 | 17 |
| Através de um profissional de saúde | 11 | 7 | 11 | 11 | 12 | 11 | 9 | 12 | 13 |
| Na escola/durante a formação académica | 11 | 25 | 14 | 10 | 8 | 4 | 9 | 12 | 12 |
| Na televisão, em programas sobre saúde | 9 | 5 | 8 | 9 | 10 | 10 | 10 | 8 | 7 |
| Através da família, de conhecidos | 5 | 6 | 4 | 5 | 6 | 5 | 5 | 6 | 5 |
| Nas redes sociais (influenciadores...) | 5 | 7 | 9 | 6 | 4 | 2 | 5 | 6 | 9 |
| Na televisão durante o noticiário | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 3 | 2 |
| Médico de medicina do trabalho/enfermeiro do local de trabalho | 4 | 4 | 4 | 4 | 5 | 3 | 4 | 4 | 5 |
| Num blogue, num artigo online | 4 | 4 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| Através de publicidade (televisão, imprensa, publicidade na rua...) | 4 | 5 | 5 | 3 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 |
| Na imprensa especializada (revistas sobre bem-estar, saúde) | 4 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 4 | 3 | 4 |
| Num folheto/brochura no consultório do profissional de saúde | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 |
| Num podcast sobre ciência | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 |
| Na imprensa nacional (imprensa generalista) | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 1 |
| Na rádio | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 |
| Através de colegas | 1 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 1 | 1 | 2 |
| Na imprensa diária regional | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Durante uma atividade desportiva | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 |
| Outro | 8 | 8 | 6 | 8 | 9 | 10 | 8 | 8 | 7 |

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

● Primeira fonte por perfil

■ E as pessoas com problemas de saúde ouviram falar do microbioma pela primeira vez através do inquérito.

Pergunta 1V2. Ouvia falar do microbioma pela primeira vez...

Base: Todos os inquiridos



NOVO



| | Total | Pelo menos um problema de saúde n=4509 | Doenças respiratórias n=888 | Doenças cardiovasculares n=1177 | Diabetes n=745 | Distúrbios do sistema digestivo n=1036 | Doenças urogenitais e renais n=529 | Doenças neurológicas n=315 | Doenças autoimunes n=716 | Doenças osteoarticulares n=1040 | Doenças psiquiátricas n=652 | Cancro n=270 | Alergias n=2097 |
|---|-----------|---|--------------------------------|------------------------------------|-------------------|---|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|------------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| Ao responder a este questionário | 21 | 22 | 17 | 27 | 25 | 17 | 17 | 15 | 21 | 24 | 23 | 20 | 20 |
| Através de um profissional de saúde | 11 | 11 | 12 | 10 | 13 | 15 | 12 | 7 | 10 | 11 | 11 | 15 | 11 |
| Na escola/durante a formação académica | 11 | 11 | 11 | 7 | 6 | 11 | 7 | 9 | 11 | 8 | 12 | 6 | 13 |
| Na televisão, em programas sobre saúde | 9 | 8 | 8 | 9 | 9 | 7 | 7 | 5 | 9 | 9 | 5 | 10 | 7 |
| Através da família, de amigos, de conhecidos | 5 | 5 | 5 | 4 | 6 | 5 | 8 | 8 | 4 | 6 | 5 | 6 | 6 |
| Nas redes sociais (influenciadores...) | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 8 | 7 | 9 | 5 | 5 | 6 | 3 | 5 |
| Na televisão durante o noticiário | 4 | 4 | 6 | 3 | 4 | 4 | 4 | 5 | 5 | 3 | 5 | 4 | 4 |
| Médico de medicina do trabalho/enfermeiro do local de trabalho | 4 | 5 | 6 | 4 | 4 | 6 | 6 | 5 | 5 | 6 | 4 | 6 | 5 |
| Num blogue, num artigo <i>online</i> | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 |
| Através de publicidade (televisão, imprensa, publicidade na rua...) | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 5 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| Na imprensa especializada (revistas sobre bem-estar, saúde) | 4 | 4 | 5 | 4 | 5 | 3 | 4 | 3 | 5 | 4 | 2 | 5 | 4 |
| Num folheto/brochura no consultório do profissional de saúde | 2 | 3 | 5 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 |
| Num podcast sobre ciência | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 5 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Na imprensa nacional (imprensa generalista) | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 |
| Na rádio | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 |
| Através de colegas | 1 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 1 |
| Na imprensa diária regional | 1 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 | 2 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 |
| Durante uma atividade desportiva | 0 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1 | 2 | 1 | 0 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| Outro | 8 | 8 | 7 | 9 | 9 | 6 | 5 | 7 | 7 | 8 | 9 | 6 | 8 |



Diferenças significativas vs. total - superior



Diferenças significativas vs. total - inferior



Primeira fonte por problema de saúde

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - mars 2024



Os profissionais de saúde destacam-se como fonte de informação mais fiável sobre o microbioma.



Pergunta 2V2. Em quem teria mais confiança para obter informações relevantes e fiáveis sobre o microbioma?

Selecione as fontes em que mais confia: 1.ª, 2.ª, 3.ª

Base: Todos os inquiridos



Os profissionais de saúde são a fonte de informação em que as pessoas confiam mais em todos os países.

Pergunta 2V2. Em quem teria mais confiança para obter informações relevantes e fiáveis sobre o microbioma?

Selecione as fontes em que mais confia: 1.ª, 2.ª, 3.ª

Base: Todos os inquiridos

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|--|-----------|-----------|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| Um profissional de saúde (médicos, médicos de medicina do trabalho, farmacêuticos, enfermeiros...) | 94 | 92 | 95 | 94 | 95 | 95 | 92 | 95 | 98 | 92 | 97 | 90 | 90 | 90 | 95 |
| Professores, professores durante a formação académica | 68 | 64 | 73 | 71 | 75 | 65 | 57 | 70 | 67 | 65 | 65 | 69 | 74 | 65 | 74 |
| Família, amigos, conhecidos | 45 | 51 | 40 | 36 | 44 | 48 | 53 | 46 | 51 | 57 | 32 | 49 | 50 | 47 | 32 |
| Jornalistas | 23 | 23 | 28 | 36 | 20 | 23 | 33 | 23 | 24 | 15 | 20 | 16 | 20 | 13 | 25 |
| O treinador, durante uma atividade desportiva | 22 | 12 | 22 | 23 | 21 | 23 | 17 | 32 | 29 | 24 | 12 | 20 | 19 | 21 | 30 |
| Colegas (não profissionais de saúde) | 20 | 21 | 21 | 14 | 27 | 18 | 17 | 14 | 11 | 29 | 18 | 26 | 22 | 29 | 12 |
| Influenciadores | 11 | 15 | 8 | 9 | 6 | 6 | 7 | 4 | 6 | 6 | 9 | 22 | 19 | 26 | 15 |
| Outro | 18 | 22 | 14 | 16 | 11 | 23 | 24 | 17 | 15 | 12 | 46 | 8 | 7 | 10 | 17 |

E, em todas as categorias etárias, os profissionais de saúde continuam a ser a fonte de informação mais fiável.

Pergunta 2V2. Em quem teria mais confiança para obter informações relevantes e fiáveis sobre o microbioma?
 Seleccione as fontes em que mais confia: 1.ª, 2.ª, 3.ª

Base: Todos os inquiridos

| | Total | Menos de 25 anos n=888 | 25-34 anos n=1409 | 35-44 anos n=1402 | 45-59 anos n=1979 | 60 anos ou mais n=1822 | Homens n=3615 | Mulheres n=3885 | Pais de crianças com menos de 3 anos n=591 |
|--|-----------|---------------------------|----------------------|----------------------|----------------------|---------------------------|------------------|--------------------|---|
| Um profissional de saúde (médicos, médicos de medicina do trabalho, farmacêuticos, enfermeiros...) | 94 | 88 | 90 | 92 | 96 | 97 | 92 | 95 | 92 |
| Professores, professores durante a formação académica | 68 | 78 | 70 | 68 | 66 | 64 | 69 | 67 | 70 |
| Família, amigos, conhecidos | 45 | 39 | 43 | 43 | 46 | 51 | 44 | 46 | 44 |
| Jornalistas | 23 | 27 | 22 | 25 | 24 | 20 | 24 | 22 | 23 |
| O treinador, durante uma atividade desportiva | 22 | 27 | 26 | 23 | 19 | 19 | 22 | 22 | 25 |
| Colegas (não profissionais de saúde) | 20 | 14 | 20 | 22 | 20 | 19 | 20 | 19 | 20 |
| Influenciadores | 11 | 14 | 16 | 12 | 10 | 6 | 12 | 10 | 15 |
| Outro | 18 | 14 | 13 | 15 | 18 | 25 | 17 | 19 | 12 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



Os profissionais de saúde são também a principal fonte de informação das pessoas que têm problemas de saúde.



Pergunta 2V2. Em quem teria mais confiança para obter informações relevantes e fiáveis sobre o microbioma?

Selecione as fontes em que mais confia: 1.ª, 2.ª, 3.ª

Base: Todos os inquiridos

| | Total | Pelo menos um problema de saúde | Doenças respiratórias | Doenças cardiovasculares | Diabetes | Distúrbios do sistema digestivo | Doenças urogenitais e renais | Doenças neurológicas | Doenças autoimunes | Doenças osteoarticulares | Doenças psiquiátricas | Câncer | Alergias |
|--|-----------|---------------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------|---------------------------------|------------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|-----------|----------|
| | n=4509 | n=888 | n=1177 | n=745 | n=1036 | n=529 | n=315 | n=716 | n=1040 | n=652 | n=270 | n=2097 | |
| Um profissional de saúde (médicos, médicos de medicina do trabalho, farmacêuticos, enfermeiros...) | 94 | 94 | 92 | 94 | 93 | 92 | 86 | 83 | 92 | 94 | 92 | 90 | 94 |
| Professores, professores durante a formação académica | 68 | 68 | 66 | 65 | 61 | 68 | 66 | 65 | 67 | 66 | 69 | 63 | 69 |
| Família, amigos, conhecidos | 45 | 45 | 44 | 48 | 52 | 44 | 44 | 39 | 43 | 47 | 38 | 48 | 43 |
| Jornalistas | 23 | 23 | 24 | 22 | 23 | 23 | 24 | 27 | 23 | 21 | 27 | 22 | 23 |
| O treinador, durante uma atividade desportiva | 22 | 21 | 22 | 21 | 21 | 23 | 24 | 24 | 22 | 18 | 25 | 24 | 21 |
| Colegas (não profissionais de saúde) | 20 | 20 | 23 | 21 | 21 | 21 | 26 | 28 | 24 | 22 | 17 | 28 | 21 |
| Influenciadores | 11 | 12 | 11 | 10 | 10 | 15 | 20 | 21 | 11 | 14 | 13 | 9 | 11 |
| Outro | 18 | 18 | 18 | 20 | 21 | 15 | 11 | 13 | 19 | 18 | 19 | 16 | 17 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

Este ano, as pessoas receberam mais informações dos profissionais de saúde. No entanto, menos de um terço recebeu todas informações que se seguem.

Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou adotou alguma das medidas seguintes?

Base: Todos os inquiridos

Apenas **30%** receberam **TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM**, pelo menos, uma vez
9% receberam **todas as informações que se seguem várias vezes**

Âmbito constante: **30%, +6 pts** ↗
8%, +2 pts ↗

% Sim

Âmbito constante

% Sim Evolução

Prescrever probióticos ou prebióticos



50

49

+3

Explicar o comportamento adequado a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma tanto quanto possível



48

49

+5

Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma



48

48

+6

Explicar-lhe o que é o microbioma e qual é o seu papel e a sua função*



45

43

+6

● Sim, várias vezes ● Sim, uma vez ● Não, nunca



Foco nos indivíduos mais informados: entre estes, a sensibilização e os conhecimentos sobre o microbioma, bem como os comportamentos adequados, são muito mais elevados em comparação com a média.



Indivíduos que receberam todas as informações, várias vezes, dos profissionais de saúde (n=680)

Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou adotou alguma das medidas seguintes?

| Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade | |
|---|---------------------------|
| Sabem exatamente o que é o "microbioma" | 53% contra 23%* |
| Subtotal "Conhecimento" | 83% contra 70% |
| Subtotal Conhecimento do microbioma intestinal | 77% contra 56% |
| Subtotal Conhecimento de todo o microbioma | 64% contra 32% |
| Nível de conhecimento sobre a microbiota | |
| Média de respostas corretas | 7,0/9 contra 5,6/9 |
| Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada | |
| Sabem exatamente o que são probióticos | 79% contra 48% |
| Sabem exatamente o que são prebióticos | 65% contra 30% |
| Alteraram comportamentos para manter uma microbiota equilibrada | |
| Alteraram os comportamentos | 95% contra 58% |

**Nota de leitura:* dos indivíduos que receberam várias vezes toda a informação sobre o microbioma de profissionais de saúde, 53% sabem exatamente o que é o microbioma, contra 23% de todos os inquiridos.



Os europeus têm recebido menos informação sobre o microbioma por parte dos profissionais de saúde do que noutros países.

Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou adotou alguma das medidas seguintes?

Base: Todos os inquiridos

| % Sim | Total | AMÉRICA LATINA | | Brasil | México | EUROPA | | | | | Ásia | China | Vietname | MARROCOS | |
|---|-------|----------------|------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|----------|----|
| | | EUA | | | | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | | | | | |
| Prescrever probióticos ou prebióticos | 50 | 44 ↗ | 63 | 54 | 72 | 39 ↗ | 36 | 40 | 31 | 68 | 18 | 71 | 62 ↘ | 80 | 42 |
| Explicar o comportamento adequado a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma tanto quanto possível | 48 | 45 ↗ | 61 ↗ | 54 ↗ | 67 ↗ | 36 ↗ | 39 | 40 ↗ | 38 | 42 | 20 | 64 | 54 ↘ | 75 | 55 |
| Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma | 48 | 43 ↗ | 59 ↗ | 55 ↗ | 64 ↗ | 36 ↗ | 39 | 40 ↗ | 37 | 43 | 22 | 66 | 58 ↘ | 73 | 56 |
| Explicar-lhe o que é o microbioma e qual é o seu papel e a sua função | 45 | 43 ↗ | 54 ↗ | 51 | 57 | 32 ↗ | 36 | 35 ↗ | 31 | 39 | 19 | 64 | 51 ↘ | 77 | 52 |



As pessoas com menos de 45 anos e os pais de crianças com menos de 3 anos receberam mais informações dos profissionais de saúde.



Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou adotou alguma das medidas seguintes?

Base: Todos os inquiridos

| | % Sim | | | | | | | | | |
|---|-------------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|--------|----------|--------------------------------------|--|
| | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Homens | Mulheres | Pais de crianças com menos de 3 anos | |
| | base n=7500 | n=888 | n=1409 | n=1402 | n=1979 | n=1822 | n=3615 | n=3885 | n=591 | |
| Prescrever probióticos ou prebióticos | 50 | 54 | 61 | 57 | 48 | 37 | 47 | 53 | 65 | |
| Explicar o comportamento adequado a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma tanto quanto possível | 48 | 54 | 60 | 52 | 46 | 37 | 48 | 49 | 62 | |
| Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma | 48 | 53 | 60 | 51 | 46 | 37 | 47 | 49 | 61 | |
| Explicar-lhe o que é o microbioma e qual é o seu papel e a sua função | 45 | 49 | 55 | 47 | 43 | 34 | 44 | 45 | 58 | |





As pessoas com problemas de saúde receberam mais informações dos profissionais de saúde do que a média.

Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou adotou alguma das medidas seguintes?

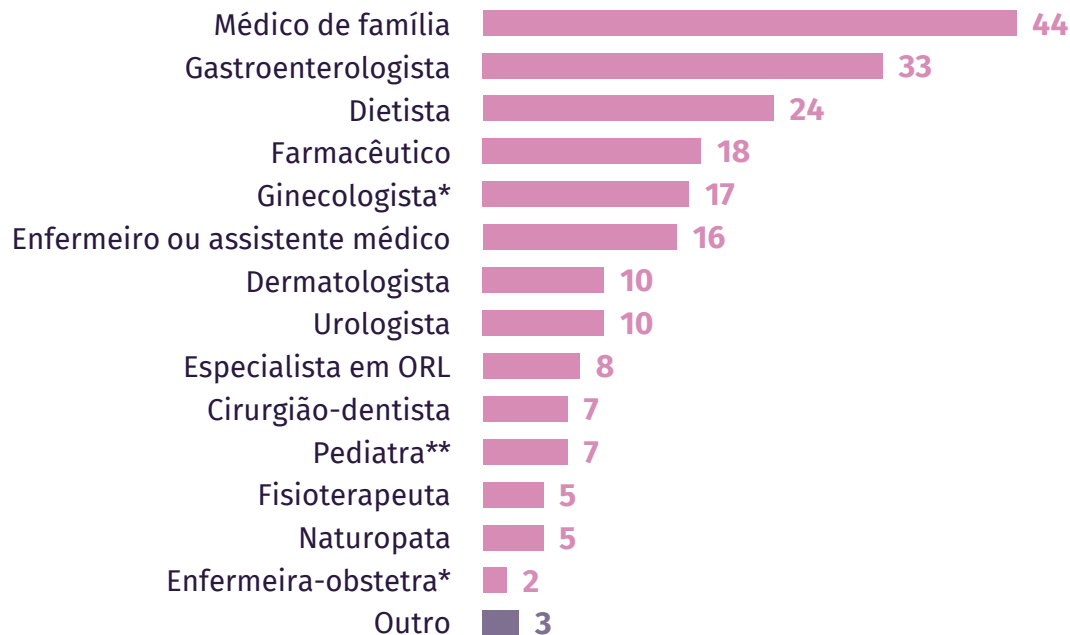
Base: Todos os inquiridos

| | Total | Pelo menos um problema de saúde | Doenças respiratórias | Doenças cardiovasculares | Diabetes | Distúrbios do sistema digestivo | Doenças urogenitais e renais | Doenças neurológicas | Doenças autoimunes | Doenças osteoarticulares | Doenças psiquiátricas | Cancro | Alergias |
|---|--------|---------------------------------|-----------------------|--------------------------|----------|---------------------------------|------------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|--------|----------|
| | n=4509 | n=888 | n=1177 | n=745 | n=1036 | n=529 | n=315 | n=716 | n=1040 | n=652 | n=270 | n=2097 | |
| Prescrever probióticos ou prebióticos | 50 | 53 | 59 | 48 | 47 | 70 | 71 | 63 | 59 | 57 | 52 | 52 | 57 |
| Explicar o comportamento adequado a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma tanto quanto possível | 48 | 51 | 58 | 46 | 49 | 65 | 67 | 67 | 59 | 54 | 49 | 58 | 55 |
| Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma | 48 | 51 | 59 | 46 | 50 | 66 | 70 | 67 | 59 | 53 | 50 | 59 | 55 |
| Explicar-lhe o que é o microbioma e qual é o seu papel e a sua função | 45 | 48 | 55 | 43 | 46 | 61 | 64 | 61 | 55 | 50 | 48 | 54 | 52 |

Os médicos de família, os gastroenterologistas e os dietistas são as 3 principais fontes de informação sobre o microbioma.



Pergunta 6. E que profissionais de saúde prestaram estes esclarecimentos?
Base: pessoas que receberam informações dos profissionais de saúde (n=4904)



*Apresentado apenas a mulheres

**Apresentado apenas aos pais

Na Ásia e em Marrocos, o gastroenterologista é o principal veículo de informações sobre o microbioma. Na Finlândia, são os enfermeiros.

Pergunta 6. E que profissionais de saúde prestaram estes esclarecimentos?

Base: Pessoas que receberam algumas informações dos profissionais de saúde (n=4904)

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietnam e | MARROCO S |
|---------------------------------|-----------|-----------|----------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| base | n=4904 | n=554 | n=1199 | n=352 | n=847 | n=1559 | n=512 | n=265 | n=254 | n=372 | n=156 | n=1238 | n=777 | n=461 | n=354 |
| Médico de família | 44 | 49 | 58 | 49 | 65 | 58 | 60 | 59 | 59 | 74 | 11 | 15 | 10 | 18 | 26 |
| Gastroenterologista | 33 | 29 | 37 | 36 | 39 | 17 | 22 | 15 | 25 | 9 | 13 | 54 | 60 | 50 | 43 |
| Dietista | 24 | 18 | 32 | 36 | 29 | 13 | 9 | 18 | 18 | 8 | 15 | 32 | 26 | 37 | 35 |
| Farmacêutico | 18 | 20 | 13 | 19 | 7 | 19 | 25 | 22 | 19 | 17 | 14 | 17 | 15 | 19 | 29 |
| Ginecologista | 17 | 15 | 20 | 28 | 14 | 15 | 14 | 14 | 21 | 13 | 17 | 15 | 16 | 13 | 19 |
| Enfermeiro ou assistente médico | 16 | 24 | 14 | 19 | 10 | 15 | 7 | 14 | 22 | 9 | 35 | 18 | 16 | 19 | 12 |
| Dermatologista | 10 | 12 | 9 | 12 | 6 | 7 | 6 | 5 | 4 | 8 | 9 | 16 | 18 | 14 | 15 |
| Urologista | 10 | 11 | 8 | 11 | 5 | 7 | 8 | 7 | 7 | 7 | 6 | 16 | 16 | 16 | 13 |
| Especialista em ORL | 8 | 11 | 6 | 8 | 5 | 5 | 4 | 5 | 3 | 3 | 8 | 13 | 8 | 17 | 11 |
| Cirurgião-dentista | 7 | 8 | 5 | 7 | 4 | 5 | 5 | 4 | 6 | 5 | 8 | 10 | 11 | 8 | 12 |
| Pediatra | 7 | 8 | 10 | 11 | 9 | 5 | 2 | 5 | 4 | 8 | 5 | 9 | 8 | 10 | 6 |
| Fisioterapeuta | 5 | 11 | 4 | 6 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 1 | 6 | 7 | 5 | 4 |
| Naturopata | 5 | 7 | 3 | 4 | 2 | 4 | 5 | 4 | 7 | 3 | 3 | 5 | 12 | 0* | 9 |
| Enfermeira-obstetra | 2 | 2 | 1 | 1 | 1 | 2 | 5 | 3 | 0 | 2 | 1 | 2 | 1 | 2 | 2 |
| Outro | 3 | 4 | 4 | 5 | 3 | 5 | 3 | 3 | 4 | 5 | 14 | 1 | 1 | 1 | 3 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior ● Primeira fonte por país

*Este item não foi apresentado no Vietname

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - mars 2024

International Microbiota Observatory

Ipsos

No caso dos pais, receberam informações de muitas fontes, mas a fonte n.º 1 é o gastroenterologista.

Pergunta 6. E que profissionais de saúde prestaram estes esclarecimentos?

Base: Pessoas que receberam algumas informações dos profissionais de saúde (n=4904)



| | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Homens | Mulheres | Pais de crianças com menos de 3 anos |
|---------------------------------|--------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|--------|----------|--------------------------------------|
| base | n=4904 | n=675 | n=1085 | n=985 | n=1249 | n=910 | n=2293 | n=2611 | n=474 |
| Médico de família | 44 | 36 | 38 | 44 | 44 | 55 | 45 | 43 | 39 |
| Gastroenterologista | 33 | 26 | 35 | 34 | 38 | 31 | 37 | 31 | 41 |
| Dietista | 24 | 27 | 24 | 24 | 25 | 22 | 28 | 21 | 26 |
| Farmacêutico | 18 | 20 | 21 | 18 | 17 | 17 | 21 | 17 | 22 |
| Ginecologista | 17 | 17 | 22 | 18 | 14 | 13 | 0* | 31 | 23 |
| Enfermeiro ou assistente médico | 16 | 17 | 17 | 14 | 14 | 17 | 17 | 15 | 16 |
| Dermatologista | 10 | 12 | 13 | 10 | 10 | 7 | 12 | 9 | 11 |
| Urologista | 10 | 10 | 11 | 9 | 11 | 10 | 13 | 8 | 9 |
| Especialista em ORL | 8 | 10 | 10 | 9 | 8 | 4 | 10 | 7 | 14 |
| Cirurgião-dentista | 7 | 7 | 9 | 6 | 6 | 8 | 10 | 5 | 9 |
| Pediatra | 7 | 6 | 11 | 12 | 7 | 1 | 6 | 9 | 19 |
| Fisioterapeuta | 5 | 5 | 7 | 6 | 4 | 3 | 6 | 4 | 7 |
| Naturopata | 5 | 6 | 6 | 5 | 5 | 3 | 6 | 4 | 5 |
| Enfermeira-obstetra | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 0* | 3 | 2 |
| Outro | 3 | 2 | 2 | 4 | 5 | 4 | 3 | 4 | 2 |

As pessoas com problemas de saúde têm mais probabilidades de receber informações sobre o microbioma de especialistas, especialmente de gastroenterologistas.

Pergunta 6. E que profissionais de saúde prestaram estes esclarecimentos?

Base: Pessoas que receberam algumas informações (n=4904)



| | Total | Pelo menos um problema de saúde n=3132 | Doenças respiratórias n=643 | Doenças cardiovasculares n=734 | Diabetes n=469 | Distúrbios do sistema digestivo n=868 | Doenças urogenitais e renais n=456 | Doenças neurológicas n=255 | Doenças autoimunes n=539 | Doenças osteoarticulares n=741 | Doenças psiquiátricas n=444 | Câncer n=191 | Alergias n=1553 |
|---------------------------------|-------|---|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| Médico de família | 44 | 42 | 38 | 47 | 46 | 37 | 35 | 33 | 39 | 36 | 41 | 42 | 41 |
| Gastroenterologista | 33 | 36 | 39 | 34 | 33 | 47 | 35 | 33 | 39 | 42 | 34 | 31 | 35 |
| Dietista | 24 | 25 | 26 | 24 | 26 | 29 | 23 | 21 | 27 | 27 | 26 | 22 | 27 |
| Farmacêutico | 18 | 19 | 18 | 19 | 22 | 18 | 18 | 20 | 20 | 19 | 23 | 23 | 19 |
| Ginecologista | 17 | 17 | 18 | 14 | 14 | 17 | 25 | 13 | 15 | 19 | 18 | 14 | 19 |
| Enfermeiro ou assistente médico | 16 | 17 | 20 | 20 | 19 | 16 | 18 | 22 | 19 | 21 | 18 | 23 | 17 |
| Dermatologista | 10 | 12 | 16 | 14 | 15 | 14 | 16 | 14 | 16 | 14 | 14 | 17 | 13 |
| Urologista | 10 | 11 | 11 | 12 | 15 | 13 | 17 | 11 | 14 | 13 | 11 | 16 | 12 |
| Especialista em ORL | 8 | 9 | 14 | 10 | 8 | 9 | 11 | 15 | 11 | 10 | 12 | 12 | 9 |
| Cirurgião-dentista | 7 | 8 | 10 | 9 | 9 | 7 | 8 | 8 | 11 | 8 | 9 | 12 | 8 |
| Pediatra | 7 | 8 | 8 | 6 | 7 | 8 | 12 | 8 | 8 | 7 | 6 | 10 | 9 |
| Fisioterapeuta | 5 | 5 | 7 | 6 | 8 | 6 | 9 | 9 | 5 | 5 | 6 | 9 | 5 |
| Naturopata | 5 | 5 | 7 | 6 | 6 | 6 | 10 | 9 | 6 | 6 | 8 | 10 | 5 |
| Enfermeira-obstetra | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 |
| Outro | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

● Primeira fonte por problema de saúde

Este ano, uma vez mais, apenas uma minoria das pessoas recebeu informações sobre o microbioma após a prescrição de antibióticos, embora se registre uma ligeira melhoria em relação ao ano passado.



Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe prescreveu antibióticos, fez-lhe alguma das seguintes recomendações?
Base: Todos os inquiridos

Apenas 27% receberam **TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM** dos respectivos profissionais de saúde
Âmbito constante: 24%, +4 pts

Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos



Deu-lhe conselhos sobre como limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma



Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma



● Sim ● Não ● Não aplicável

| Âmbito constante | |
|------------------|----------|
| % Sim | Evolução |
| 43 | +2 |
| 37 | +3 |
| 36 | +3 |

Esta falta de informação é ainda maior na Europa e nos EUA.

Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe prescreveu antibióticos, fez-lhe alguma das seguintes recomendações?
Base: Todos os inquiridos

% Sim

% RECEBERAM TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM DOS RESPECTIVOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos

Deu-lhe conselhos sobre como limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma

Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|---|-------|------|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|----------|
| % RECEBERAM TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM DOS RESPECTIVOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE | 27 | 22 ↗ | 27 ↗ | 23 | 32 ↗ | 22 | 21 ↗ | 21 ↗ | 19 | 32 | 18 | 39 | 29 | 49 | 25 |
| Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos | 46 | 38 ↗ | 48 ↗ | 43 | 52 ↗ | 42 | 45 ↗ | 40 | 39 | 45 | 44 | 57 | 47 ↘ | 67 | 51 |
| Deu-lhe conselhos sobre como limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma | 39 | 35 ↗ | 42 ↗ | 36 | 48 ↗ | 32 | 31 | 33 ↗ | 30 | 43 | 25 | 56 | 48 ↘ | 63 | 42 |
| Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma | 39 | 34 ↗ | 39 ↗ | 33 | 45 ↗ | 34 | 31 ↗ | 32 ↗ | 30 | 47 | 30 | 55 | 45 | 65 | 39 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



As pessoas com idades compreendidas entre os 25 e os 34 anos e os pais com crianças pequenas receberam mais informações e conselhos quando lhes foram prescritos antibióticos.



Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe prescreveu antibióticos, fez-lhe alguma das seguintes recomendações?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

| | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Pais de crianças com menos de 3 anos |
|---|-----------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|--------------------------------------|
| base | n=7500 | n=888 | n=1409 | n=1402 | n=1979 | n=1822 | n=591 |
| % RECEBERAM TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM DOS RESPECTIVOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE | 27 | 21 | 30 | 29 | 27 | 24 | 32 |
| Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos | 46 | 43 | 51 | 47 | 47 | 44 | 50 |
| Deu-lhe conselhos sobre como limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma | 39 | 40 | 46 | 42 | 38 | 35 | 48 |
| Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma | 39 | 37 | 48 | 42 | 38 | 34 | 48 |



Diferenças significativas vs. total - superior



Diferenças significativas vs. total - inferior

As pessoas com problemas de saúde receberam mais informações e conselhos quando lhes foram prescritos antibióticos.

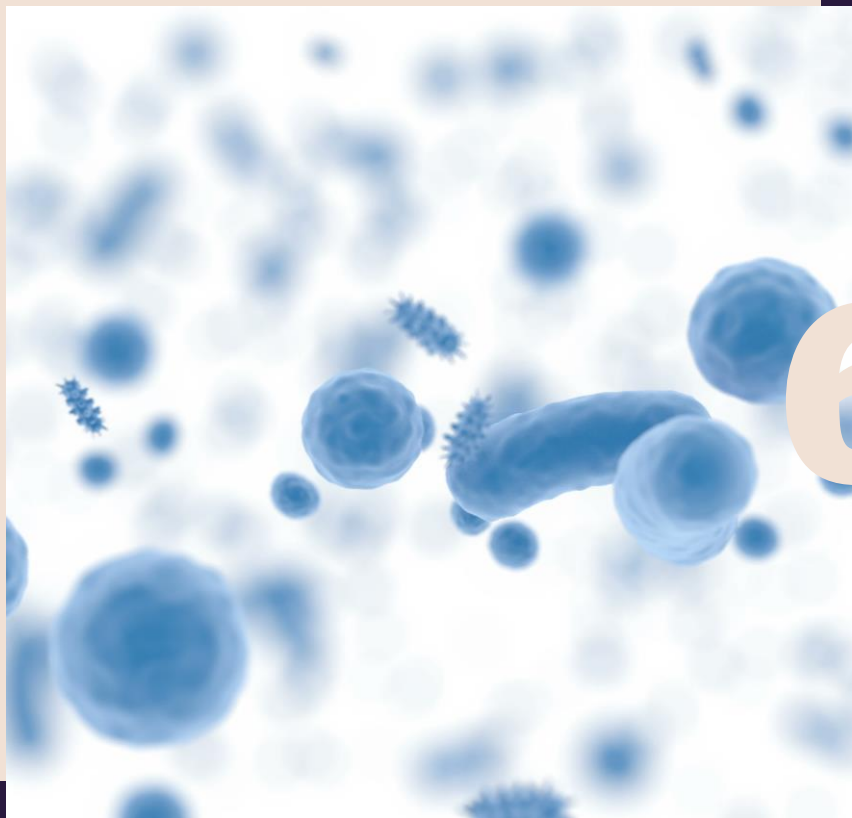


Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe prescreveu antibióticos, fez-lhe alguma das seguintes recomendações?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

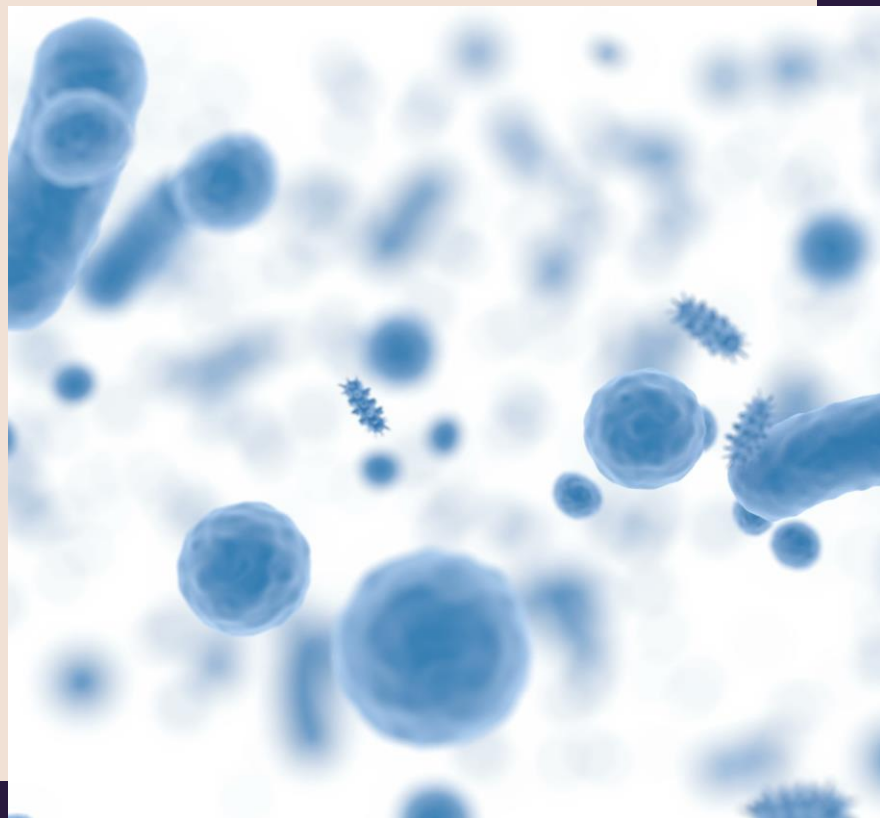
| | Total | Pelo menos um problema de saúde | Doenças respiratórias | Doenças cardiovasculares | Diabetes | Distúrbios do sistema digestivo | Doenças urogenitais e renais | Doenças neurológicas | Doenças autoimunes | Doenças osteoarticulares | Doenças psiquiátricas | Cancro | Alergias |
|---|-----------|---------------------------------|-----------------------|--------------------------|-----------|---------------------------------|------------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|-----------|-----------|
| | n=4509 | n=888 | n=1177 | n=745 | n=1036 | n=529 | n=315 | n=716 | n=1040 | n=652 | n=270 | n=2097 | |
| % RECEBERAM TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM DOS RESPETIVOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE | 27 | 28 | 34 | 27 | 30 | 38 | 41 | 30 | 36 | 32 | 26 | 32 | 30 |
| Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos | 46 | 50 | 58 | 50 | 50 | 59 | 63 | 52 | 57 | 52 | 48 | 60 | 53 |
| Deu-lhe conselhos sobre como limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma | 39 | 41 | 49 | 41 | 43 | 52 | 56 | 53 | 47 | 46 | 41 | 47 | 45 |
| Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma | 39 | 41 | 49 | 41 | 42 | 51 | 58 | 47 | 50 | 45 | 38 | 47 | 44 |



6

Foco no microbioma vaginal

Nas perguntas seguintes, iremos discutir o microbioma vaginal, também conhecido como flora vaginal.



Texto apresentado aos inquiridos:

Nas perguntas seguintes, iremos discutir o microbioma vaginal, também conhecido como flora vaginal. Leia antes de responder às perguntas seguintes.

Muitas pessoas dizem "vagina", mas normalmente estão a referir-se à vulva. A vulva é a parte exterior e visível dos seus órgãos genitais — os lábios, o clítoris, a abertura vaginal e a abertura da uretra (o orifício por onde sai a urina). A vagina é o interior — o tubo elástico que liga a vulva ao colo do útero e ao útero. A vagina permite as relações sexuais e o parto. É também através dela que sai o fluxo menstrual.

Em comparação com o ano passado, o conhecimento das mulheres sobre o microbioma vaginal está a melhorar.



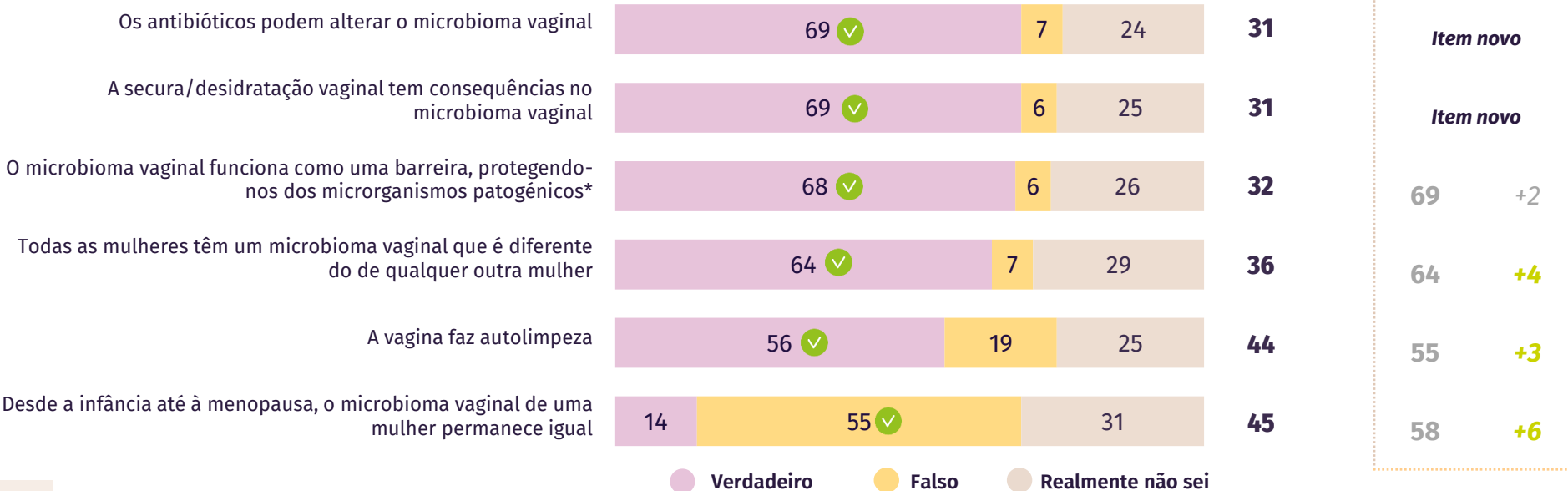
Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

✓ Resposta correta

Respostas incorretas/
não sabem

Âmbito constante
% de respostas corretas
Evolução



● Verdadeiro ● Falso ● Realmente não sei

*Para este item, foi dada a seguinte definição: um organismo patogénico é um organismo capaz de causar doenças num hospedeiro (pessoa).

No entanto, a maioria das mulheres ainda desconhece alguns aspetos do microbioma vaginal.



Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

✓ Resposta correta

Respostas incorretas/
não sabem

| Âmbito constante | % de respostas corretas | Evolução |
|------------------|-------------------------|----------|
| Item novo | | |
| | 43 | +8 |
| Item novo | | |
| Item novo | | |
| | 29 | +2 |
| Item novo | | |

O tabagismo não tem consequências para o microbioma vaginal



45

A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vaginal



56

O microbioma intestinal influencia o microbioma vaginal



57

O parto (por via vaginal ou por cesariana) pode ter impacto no microbioma intestinal do recém-nascido



60

O microbioma vaginal está equilibrado quando a respetiva diversidade bacteriana é baixa



70

As pílulas com estroprogestativos podem proteger o microbioma vaginal



78

● Verdadeiro ● Falso ● Realmente não sei



As mulheres finlandesas e chinesas têm um melhor conhecimento do microbioma vaginal.

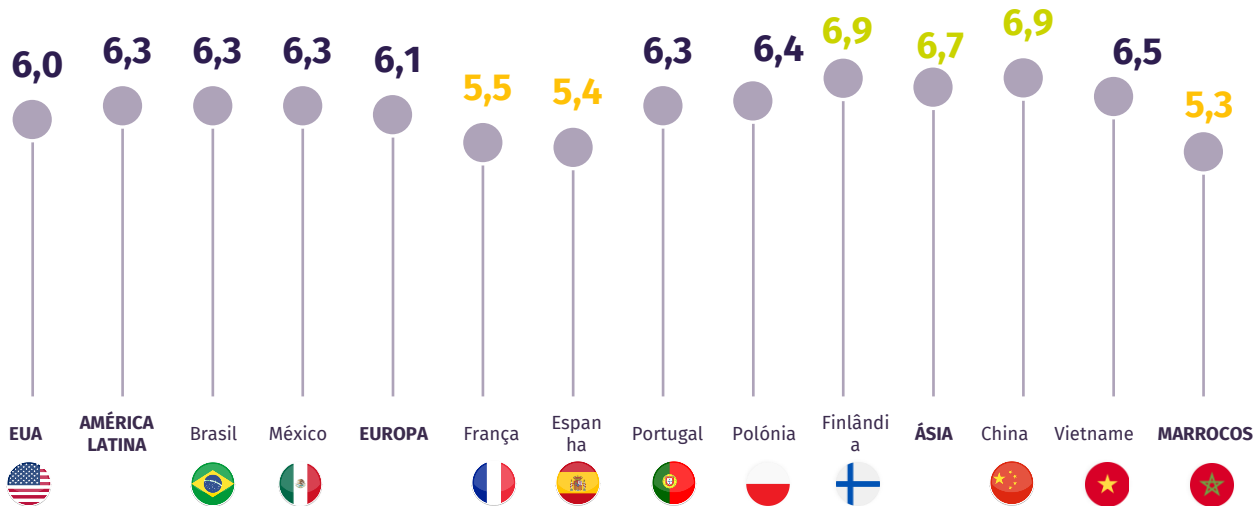


Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres



Número de respostas corretas em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

O conhecimento do microbioma vaginal varia de país para país.

(1/2)

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

% de respostas corretas

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCO S |
|---|--------|-------|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|-------|-------|----------|-----------|
| base | n=3885 | n=517 | n=837 | n=274 | n=563 | n=1586 | n=534 | n=266 | n=268 | n=264 | n=254 | n=723 | n=497 | n=226 | n=222 |
| Os antibióticos podem alterar o microbioma vaginal | 69 | 71 ↗ | 68 | 70 | 66 | 75 | 64 | 71 | 76 | 78 | 87 | 65 | 62 | 67 | 53 |
| A secura/desidratação vaginal tem consequências no microbioma vaginal | 69 | 59 | 67 | 66 | 69 | 71 | 60 | 62 | 75 | 79 | 79 | 71 | 65 | 76 | 67 |
| O microbioma vaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogénicos* | 68 | 60 ↗ | 72 | 69 | 75 | 66 | 62 | 70 | 72 | 74 | 49 | 76 | 76 | 76 | 64 |
| Todas as mulheres têm um microbioma vaginal que é diferente do de qualquer outra mulher | 64 | 66 | 68 | 64 | 72 | 65 | 63 | 61 | 71 | 62 | 70 | 59 | 52 | 66 | 52 |
| A vagina faz autolimpeza | 56 | 61 | 49 | 51 | 49 | 53 | 63 | 35 | 57 | 49 | 61 | 60 | 71 | 51 | 71 |
| Desde a infância até à menopausa, o microbioma vaginal de uma mulher permanece igual | 55 | 54 | 55 ↗ | 60 ↗ | 51 | 59 | 56 | 52 | 71 | 52 | 66 | 55 | 65 ↗ | 46 | 37 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

O conhecimento do microbioma vaginal varia de país para país.

(2/2)

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

% de respostas corretas

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCO S |
|---|-----------|-------|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|-------|-----------|-----------|-----------|
| base | n=3885 | n=517 | n=837 | n=274 | n=563 | n=1586 | n=534 | n=266 | n=268 | n=264 | n=254 | n=723 | n=497 | n=226 | n=222 |
| O tabagismo não tem consequências para o microbioma vaginal | 55 | 51 | 54 | 58 | 51 | 56 | 54 | 53 | 59 | 53 | 62 | 54 | 62 | 47 | 55 |
| A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vaginal | 44 | 43 ↗ | 44 ↗ | 50 ↗ | 39 ↗ | 43 | 26 | 35 | 48 ↗ | 48 | 60 | 50 | 60 ↗ | 40 | 40 |
| O microbioma intestinal influencia o microbioma vaginal | 43 | 45 | 47 | 48 | 46 | 41 | 36 | 34 | 36 | 51 | 52 | 47 | 52 | 43 | 29 |
| O parto (por via vaginal ou por cesariana) pode ter impacto no microbioma intestinal do recém-nascido | 40 | 41 | 41 | 41 | 41 | 38 | 29 | 31 | 31 | 43 | 56 | 51 | 51 | 52 | 30 |
| O microbioma vaginal está equilibrado quando a respetiva diversidade bacteriana é baixa | 30 | 24 | 36 | 34 | 37 | 20 | 21 ↗ | 20 | 15 ↘ | 25 | 16 | 57 | 53 | 61 | 20 |
| As pílulas com estroprogestativos podem proteger o microbioma vaginal | 22 | 24 | 27 | 21 | 33 | 22 | 17 | 14 | 21 | 30 | 27 | 24 | 26 | 23 | 14 |



Diferenças significativas vs. total - superior



Diferenças significativas vs. total - inferior

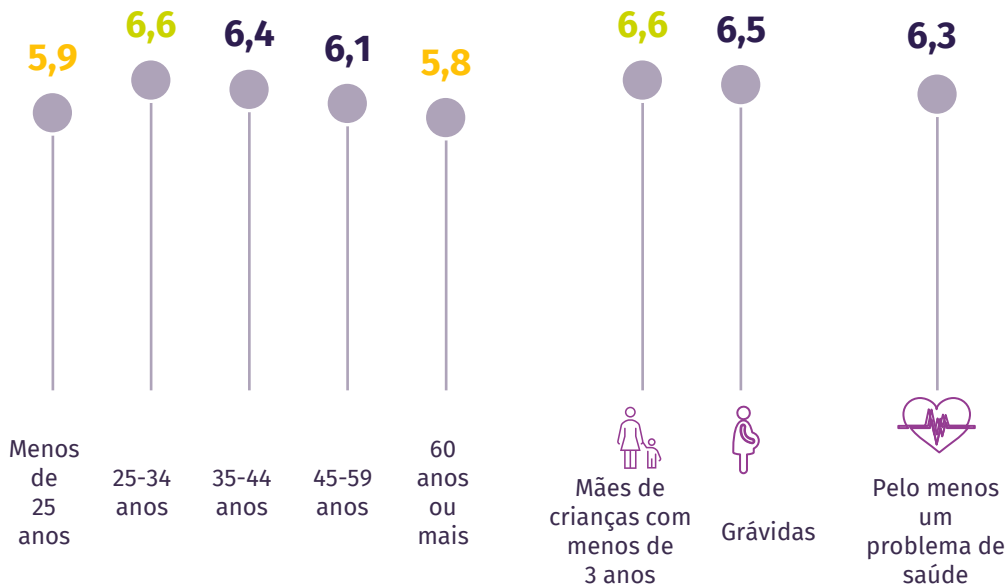


As mulheres com idades compreendidas entre os 25 e os 34 anos e as mães de crianças com menos de 3 anos sabem mais sobre o microbioma vaginal.



Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres mais jovens e as mulheres mais velhas parecem saber menos sobre o microbioma vaginal. (1/2)

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

% de respostas corretas

| | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Mães de crianças com menos de 3 anos | Grávidas |
|---|-----------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|--------------------------------------|----------|
| base | n=3885 | n=494 | n=825 | n=738 | n=1013 | n=815 | n=377 | n=75 |
| Os antibióticos podem alterar o microbioma vaginal | 69 | 57 | 68 | 74 | 73 | 71 | 70 | 65 |
| A secura/desidratação vaginal tem consequências no microbioma vaginal | 69 | 65 | 71 | 68 | 70 | 68 | 68 | 64 |
| O microbioma vaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogênicos* | 68 | 65 | 69 | 68 | 70 | 67 | 71 | 57 |
| Todas as mulheres têm um microbioma vaginal que é diferente do de qualquer outra mulher | 64 | 61 | 69 | 67 | 63 | 58 | 67 | 67 |
| A vagina faz autolimpeza | 56 | 59 | 61 | 59 | 53 | 49 | 60 | 58 |
| Desde a infância até à menopausa, o microbioma vaginal de uma mulher permanece igual | 55 | 53 | 55 | 55 | 56 | 57 | 55 | 45 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres mais jovens e as mulheres mais velhas parecem saber menos sobre o microbioma vaginal. (2/2)

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

| % de respostas corretas | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Mães de crianças com menos de 3 anos | |
|---|-----------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|--------------------------------------|-----------|
| | | | | | | | Grávidas | |
| base | n=3885 | n=494 | n=825 | n=738 | n=1013 | n=815 | n=377 | n=75 |
| O tabagismo não tem consequências para o microbioma vaginal | 55 | 58 | 60 | 57 | 50 | 52 | 54 | 57 |
| A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vaginal | 44 | 47 | 48 | 46 | 44 | 39 | 47 | 46 |
| O microbioma intestinal influencia o microbioma vaginal | 43 | 38 | 47 | 46 | 42 | 40 | 47 | 58 |
| O parto (por via vaginal ou por cesariana) pode ter impacto no microbioma intestinal do recém-nascido | 40 | 32 | 49 | 45 | 39 | 34 | 52 | 58 |
| O microbioma vaginal está equilibrado quando a respetiva diversidade bacteriana é baixa | 30 | 29 | 37 | 30 | 28 | 25 | 38 | 48 |
| As pílulas com estroprogestativos podem proteger o microbioma vaginal | 22 | 22 | 25 | 23 | 21 | 21 | 28 | 27 |

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

As mulheres com problemas de saúde têm um melhor conhecimento sobre o microbioma vaginal.



Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

| % de respostas corretas | Pelo menos um problema de saúde | | Doenças respiratórias | Doenças cardiovasculares | Diabetes | Distúrbios do sistema digestivo | Doenças urogenitais e renais | Doenças neurológicas | Doenças autoimunes | Doenças osteoarticulares | Doenças psiquiátricas | Cancro | Alergias |
|---|---------------------------------|-----------|-----------------------|--------------------------|-----------|---------------------------------|------------------------------|----------------------|--------------------|--------------------------|-----------------------|--------|-----------|
| | Total | n=2355 | | | | | | | | | | | |
| | n=3885 | n=2355 | n=453 | n=530 | n=300 | n=555 | n=310 | n=143 | n=360 | n=587 | n=376 | n=114 | n=1182 |
| Os antibióticos podem alterar o microbioma vaginal | 69 | 71 | 70 | 73 | 66 | 75 | 77 | 66 | 73 | 72 | 74 | 65 | 73 |
| A secura/desidratação vaginal tem consequências no microbioma vaginal | 69 | 71 | 73 | 71 | 67 | 76 | 74 | 63 | 75 | 70 | 71 | 61 | 73 |
| O microbioma vaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogênicos* | 68 | 69 | 68 | 71 | 66 | 74 | 78 | 67 | 70 | 74 | 69 | 67 | 71 |
| Todas as mulheres têm um microbioma vaginal que é diferente do de qualquer outra mulher | 64 | 65 | 68 | 64 | 59 | 67 | 65 | 64 | 70 | 65 | 72 | 58 | 67 |
| A vagina faz autolimpeza | 56 | 56 | 52 | 50 | 48 | 61 | 60 | 50 | 59 | 56 | 60 | 47 | 57 |
| Desde a infância até à menopausa, o microbioma vaginal de uma mulher permanece igual | 55 | 57 | 54 | 59 | 47 | 56 | 61 | 52 | 60 | 54 | 60 | 50 | 57 |



Mesmo que haja falta de conhecimentos sobre vários tópicos.

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

% de respostas corretas

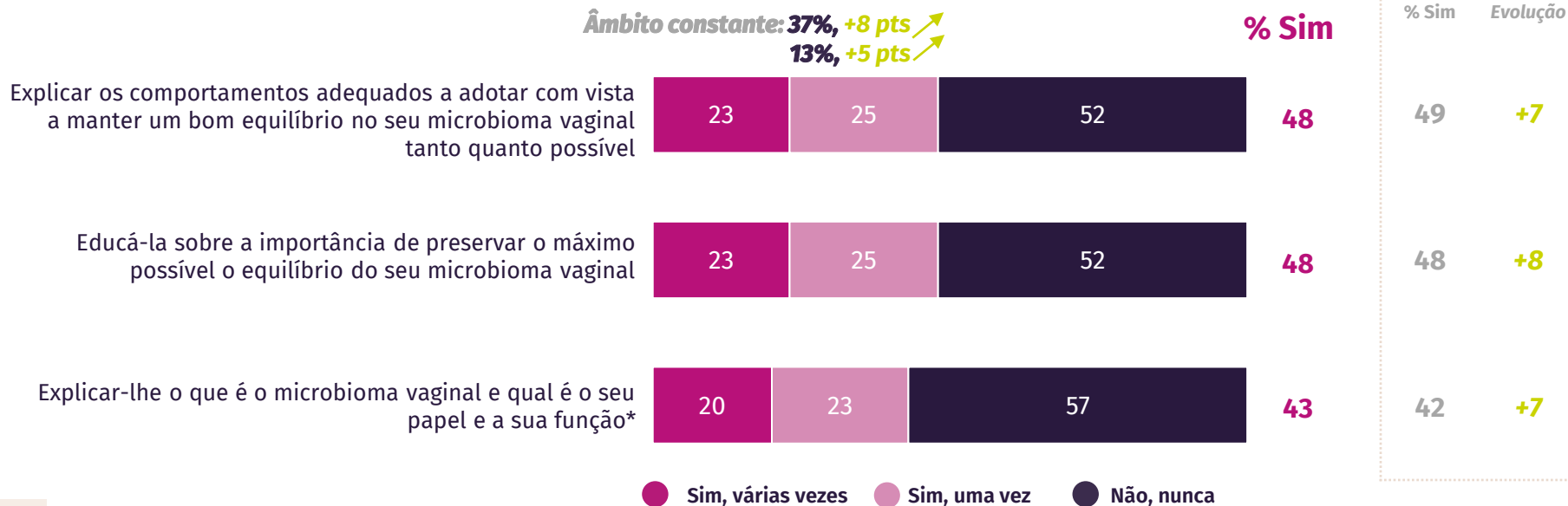
| | Pelo menos um problema de saúde | | Doenças respiratórias n=453 | Doenças cardiovasculares n=530 | Diabetes n=300 | Distúrbios do sistema digestivo n=555 | Doenças urogenitais e renais n=310 | Doenças neurológicas n=143 | Doenças autoimunes n=360 | Doenças osteoarticulares n=587 | Doenças psiquiátricas n=376 | Cancro n=114 | Alergias n=1182 |
|---|---------------------------------|-----------|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| | Total n=3885 | n=2355 | | | | | | | | | | | |
| O tabagismo não tem consequências para o microbioma vaginal | 55 | 56 | 53 | 56 | 48 | 56 | 60 | 56 | 56 | 53 | 61 | 51 | 58 |
| A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vaginal | 44 | 46 | 40 | 43 | 41 | 50 | 58 | 43 | 43 | 45 | 49 | 29 | 48 |
| O microbioma intestinal influencia o microbioma vaginal | 43 | 43 | 44 | 42 | 41 | 46 | 50 | 53 | 48 | 46 | 45 | 42 | 44 |
| O parto (por via vaginal ou por cesariana) pode ter impacto no microbioma intestinal do recém-nascido | 40 | 41 | 40 | 40 | 40 | 49 | 48 | 46 | 44 | 39 | 42 | 41 | 42 |
| O microbioma vaginal está equilibrado quando a respetiva diversidade bacteriana é baixa | 30 | 29 | 36 | 27 | 33 | 35 | 40 | 37 | 29 | 33 | 25 | 33 | 30 |
| As pílulas com estroprogestativos podem proteger o microbioma vaginal | 22 | 23 | 22 | 24 | 27 | 29 | 26 | 29 | 24 | 21 | 21 | 23 | 24 |

As mulheres receberam mais conselhos e informações sobre o microbioma vaginal por parte dos seus profissionais de saúde do que no ano passado, mas ainda representam uma minoria.



Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?
Base: Mulheres

37% receberam **TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM**, pelo menos, uma vez
14% receberam **todas as informações que se seguem várias vezes**



*A redação deste ponto foi alterada em relação à do ano passado



Na América Latina e na Ásia, mais mulheres receberam informações ou conselhos dos seus profissionais de saúde sobre o microbioma vaginal.

Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?

Base: Mulheres

% Sim

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCO S |
|--|-----------|-------|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|-------|-------|----------|-----------|
| Base | n=3885 | n=517 | n=837 | n=274 | n=563 | n=1586 | n=534 | n=266 | n=268 | n=264 | n=254 | n=723 | n=497 | n=226 | n=222 |
| % Receberam TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM, pelo menos, uma vez | 37 | 33 ↗ | 47 ↗ | 50 ↗ | 44 | 27 | 22 | 28 ↗ | 36 ↗ | 29 | 18 | 55 | 47 ↘ | 62 | 38 |
| Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vaginal tanto quanto possível | 48 | 39 ↗ | 63 ↗ | 68 ↗ | 58 | 36 | 32 | 37 ↗ | 48 ↗ | 36 | 28 | 66 | 62 ↘ | 70 | 54 |
| Educá-la sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vaginal | 48 | 39 ↗ | 60 ↗ | 64 ↗ | 56 | 36 | 32 | 36 ↗ | 49 ↗ | 36 | 29 | 66 | 61 ↘ | 71 | 53 |
| Explicar-lhe o que é o microbioma vaginal e qual é o seu papel e a sua função | 43 | 37 ↗ | 51 ↗ | 54 ↗ | 49 | 31 | 28 | 32 ↗ | 39 | 35 | 22 | 65 | 56 ↘ | 73 | 45 |

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres com mais de 45 anos receberam menos informação do seu profissional de saúde sobre o microbioma vaginal.



Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?

Base: Mulheres

% Sim

| | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Grávidas |
|--|-----------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|-----------|
| base | n=3885 | n=494 | n=825 | n=738 | n=1013 | n=815 | n=75 |
| % Receberam TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM pelo menos uma vez | 37 | 36 | 47 | 41 | 35 | 27 | 61 |
| Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vaginal tanto quanto possível | 48 | 48 | 62 | 53 | 45 | 35 | 77 |
| Educá-la sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vaginal | 48 | 49 | 60 | 52 | 44 | 35 | 77 |
| Explicar-lhe o que é o microbioma vaginal e qual é o seu papel e a sua função | 43 | 45 | 54 | 45 | 39 | 32 | 67 |



Diferenças significativas vs. total - superior



Diferenças significativas vs. total - inferior

As mulheres com problemas de saúde receberam mais informação do seu profissional de saúde sobre o microbioma vaginal.



Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?

Base: Mulheres

% Sim

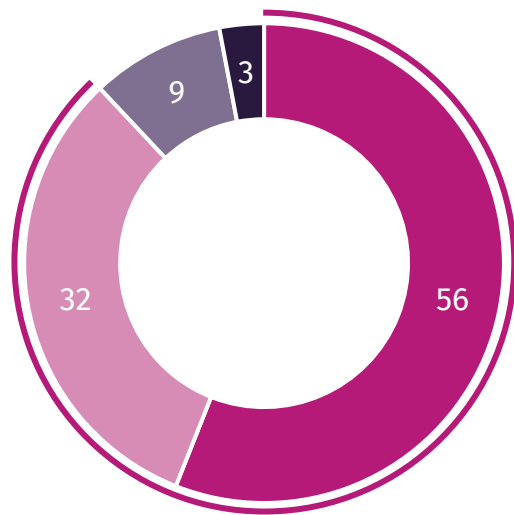
| | Total n=3885 | Pelo menos um problema de saúde n=2355 | Doenças respiratórias n=453 | Doenças cardiovasculares n=530 | Diabetes n=300 | Distúrbios do sistema digestivo n=555 | Doenças urogenitais e renais n=310 | Doenças neurológicas n=143 | Doenças autoimunes n=360 | Doenças osteoarticulares n=587 | Doenças psiquiátricas n=376 | Cancro n=114 | Alergias n=1182 |
|--|-----------------|---|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| % Receberam TODAS AS INFORMAÇÕES QUE SE SEGUEM pelo menos uma vez | 37 | 38 | 44 | 38 | 38 | 44 | 54 | 46 | 43 | 41 | 33 | 48 | 41 |
| Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vaginal tanto quanto possível | 48 | 50 | 55 | 47 | 50 | 55 | 66 | 61 | 52 | 52 | 46 | 54 | 53 |
| Educá-la sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vaginal | 48 | 50 | 54 | 47 | 48 | 55 | 67 | 55 | 51 | 50 | 47 | 56 | 52 |
| Explicar-lhe o que é o microbioma vaginal e qual é o seu papel e a sua função | 43 | 44 | 51 | 43 | 45 | 51 | 61 | 54 | 48 | 46 | 38 | 52 | 45 |

A grande maioria das mulheres gostaria de ter mais informações sobre a importância do microbioma vaginal e o respetivo impacto na saúde, mais ainda do que no ano passado.



Pergunta 15. E gostaria que o profissional de saúde que monitoriza a sua saúde ginecológica falasse mais consigo sobre a importância do seu microbioma vaginal e o respetivo impacto na sua saúde?

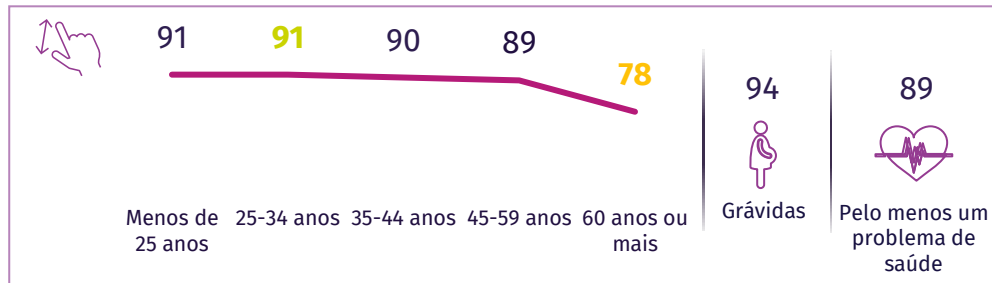
Base: Mulheres



- Sim, absolutamente
- Sim, um pouco
- Não, nem por isso
- Não, de todo

88% gostariam de ter mais informações sobre a importância do microbioma vaginal e o respetivo impacto na saúde

Âmbito constante: **88%, +2 pts** ↗



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

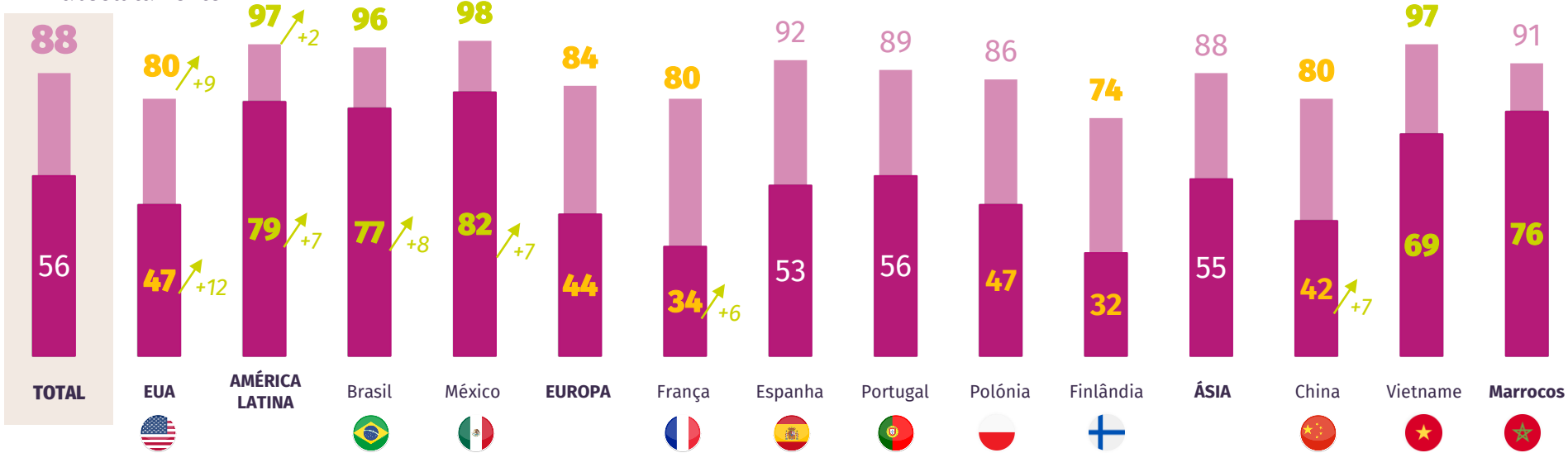
A probabilidade de as mulheres latinas e as mulheres vietnamitas pedirem informações adicionais sobre o seu microbioma vaginal é superior.

Pergunta 15. E gostaria que o profissional de saúde que monitoriza a sua saúde ginecológica falasse mais consigo sobre a importância do seu microbioma vaginal e o respetivo impacto na sua saúde?

Base: Mulheres

% Sim

Sim, absolutamente



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Copyright Biocodex Microbiota Institute et Ipsos - mars 2024

International Microbiota Observatory

Ipsos

As mulheres com problemas de saúde também gostariam de ter mais informações sobre o seu microbioma vaginal.

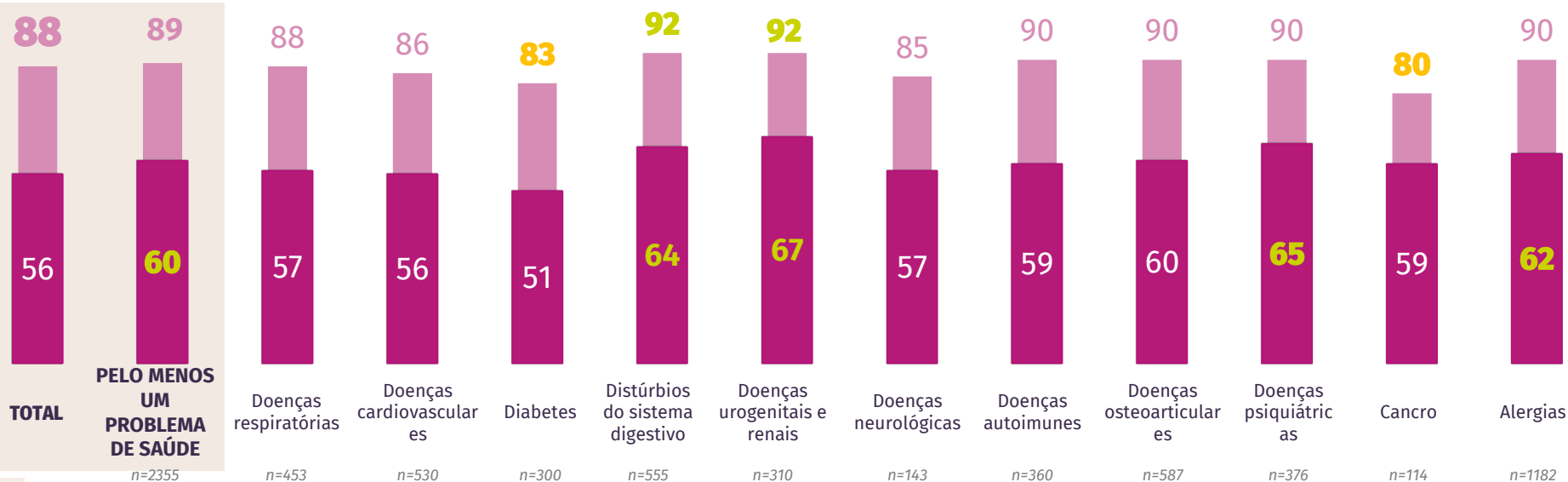


Pergunta 15. E gostaria que o profissional de saúde que monitoriza a sua saúde ginecológica falasse mais consigo sobre a importância do seu microbioma vaginal e o respetivo impacto na sua saúde?

Base: Mulheres

% Sim

● Sim, absolutamente



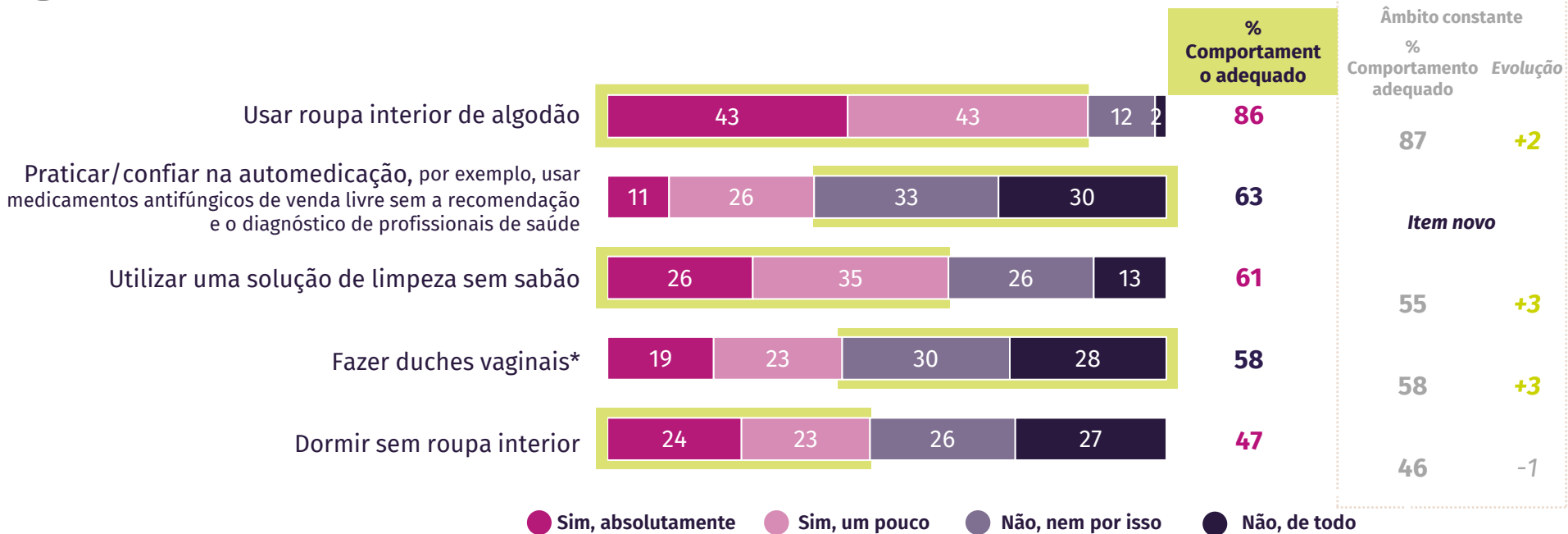
● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

A probabilidade de as mulheres adotarem comportamentos específicos para proteger o seu microbioma vaginal este ano é superior, apesar de uma parte significativa das mulheres continuar a fazer duches vaginais.



Pergunta 16. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres



*Para este item, foi fornecida a seguinte definição: o duche vaginal consiste em lavar ou limpar o interior da vagina com água ou uma mistura de fluidos para eliminar odores e "limpar" a vagina. Não confundir o duche vaginal (a vagina é o interior) com a lavagem vulvar (a vulva é o exterior).

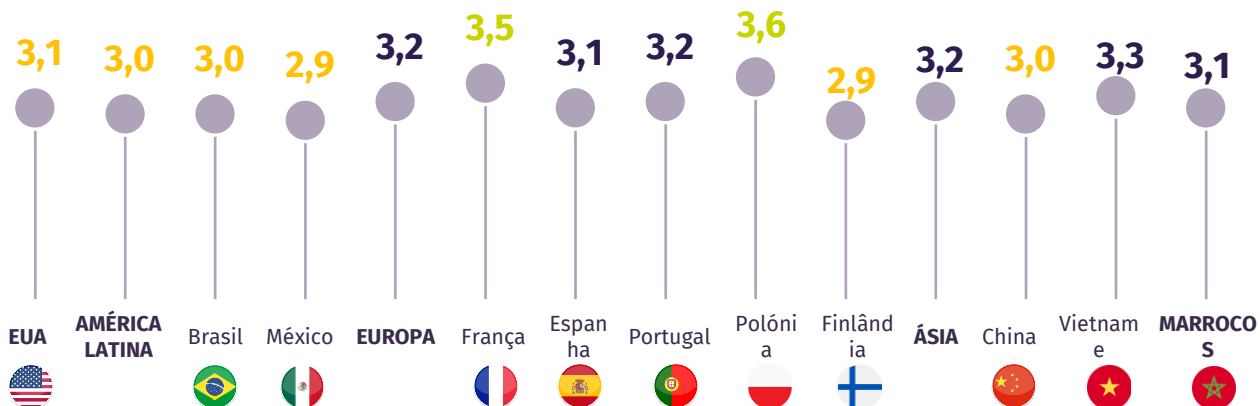


As mulheres francesas e polacas adotaram mais comportamentos adequados do que as mulheres de outros países.



Pergunta 16. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres



Número de comportamentos adequados adotados em média

Diferenças significativas vs. total - superior

Diferenças significativas vs. total - inferior

Os duches vaginais são populares entre as mulheres na China, na Finlândia e no Brasil.

Pergunta 16. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres

| % Comportamento adequado | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|--|-------------|-------|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|-------|-------|----------|----------|
| | base n=3885 | n=517 | n=837 | n=274 | n=563 | n=1586 | n=534 | n=266 | n=268 | n=264 | n=254 | n=723 | n=497 | n=226 | n=222 |
| Usar roupa interior de algodão | 86 | 87 ↗ | 89 | 88 | 90 | 84 | 83 | 86 | 85 | 91 | 76 | 89 | 89 | 90 | 84 |
| Praticar/confiar na automedicação, por exemplo, usar medicamentos antifúngicos de venda livre sem a recomendação e o diagnóstico de profissionais de saúde | 63* | 60 | 58 | 57 | 58 | 71 | 71 | 76 | 75 | 62 | 73 | 50 | 59 | 42 | 56 |
| Utilizar uma solução de limpeza sem sabão | 61 | 44 ↗ | 51 | 51 | 52 | 61 | 62 | 51 | 59 | 74 | 58 | 73 | 67 | 78 | 71 |
| Fazer duches vaginais | 58 | 74 ↘ | 52 | 46 | 59 | 63 | 71 | 64 | 66 ↗ | 78 | 35 | 47 | 28 ↗ | 66 | 54 |
| Dormir sem roupa interior | 47 | 47 | 47 | 58 | 36 | 45 | 60 ↗ | 31 | 32 | 51 | 51 | 58 | 60 ↘ | 57 | 40 |

*Nota de leitura: 63% das mulheres não praticam nem recorrem à automedicação, um comportamento adequado ao seu microbioma vaginal.

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres mais velhas têm mais probabilidade de adotar comportamentos adequados ao seu microbioma vaginal.

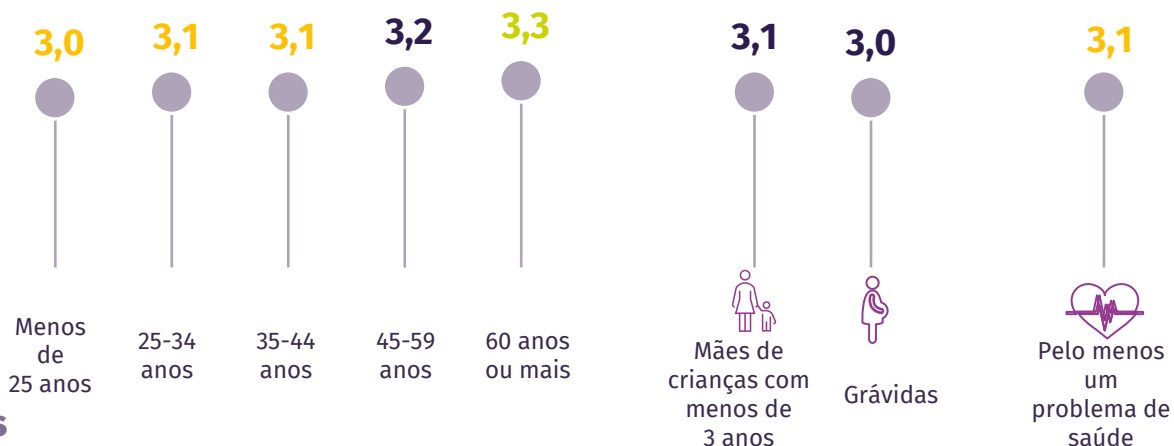


Pergunta 16. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres



Número de comportamentos adequados adotados em média



Diferenças significativas vs. total - superior

Diferenças significativas vs. total - inferior

Mas tudo depende dos comportamentos: as mulheres mais velhas têm menos probabilidade de recorrer à automedicação e de fazer duches vaginais do que o grupo dos 25-34 anos.

Pergunta 16. Na sua vida quotidiana, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres

| % Comportamento adequado | Total | Menos de 25 anos | 25-34 anos | 35-44 anos | 45-59 anos | 60 anos ou mais | Mães de crianças com menos de 3 anos | Grávidas |
|--|----------------|------------------|------------|------------|------------|-----------------|--------------------------------------|-----------|
| | base n=3885 | n=494 | n=825 | n=738 | n=1013 | n=815 | n=377 | n=75 |
| Usar roupa interior de algodão | 86 | 83 | 85 | 86 | 89 | 86 | 88 | 83 |
| Praticar/recorrer a automedicação, por exemplo, usar medicamentos antifúngicos de venda livre sem a recomendação e o diagnóstico de profissionais de saúde | 63 | 61 | 56 | 56 | 64 | 76 | 49 | 45 |
| Utilizar uma solução de limpeza sem sabão | 61 | 58 | 67 | 61 | 59 | 56 | 71 | 75 |
| Fazer duches vaginais | 58* | 55 | 51 | 57 | 60 | 67 | 50 | 38 |
| Dormir sem roupa interior | 47 | 46 | 54 | 47 | 47 | 43 | 54 | 62 |

*Nota de leitura: 58% das mulheres não fazem duches vaginais, um comportamento adequado ao respetivo microbioma vaginal.

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

As mulheres com problemas de saúde parecem ter comportamentos semelhantes aos da média.



Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?

Base: Mulheres

% Comportamento adequado

| | Total n=3885 | Pelo menos um problema de saúde n=2355 | Doenças respiratórias n=453 | Doenças cardiovasculares n=530 | Diabetes n=300 | Distúrbios do sistema digestivo n=555 | Doenças urogenitais e renais n=310 | Doenças neurológicas n=143 | Doenças autoimunes n=360 | Doenças osteoarticulares n=587 | Doenças psiquiátricas n=376 | Cancro n=114 | Alergias n=1182 |
|--|-----------------|---|--------------------------------|-----------------------------------|-------------------|--|---------------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------|--------------------------------|-----------------|--------------------|
| Usar roupa interior de algodão | 86 | 86 | 89 | 89 | 88 | 87 | 86 | 71 | 89 | 88 | 81 | 91 | 85 |
| Praticar/recorrer a automedicação, por exemplo, usar medicamentos antifúngicos de venda livre sem a recomendação e o diagnóstico de profissionais de saúde | 63* | 61 | 59 | 64 | 60 | 50* | 45 | 47 | 56 | 59 | 58 | 59 | 61 |
| Utilizar uma solução de limpeza sem sabão | 61 | 61 | 64 | 57 | 60 | 62 | 67 | 61 | 61 | 64 | 57 | 60 | 60 |
| Fazer duchas vaginais* | 58 | 57 | 55 | 63 | 56 | 54 | 50 | 51 | 53 | 58 | 62 | 60 | 56 |
| Dormir sem roupa interior | 47 | 47 | 49 | 46 | 53 | 48 | 60 | 53 | 47 | 47 | 48 | 51 | 45 |

*Nota de leitura: 50% das mulheres com distúrbios do sistema digestivo não praticam nem recorrem à automedicação, um comportamento adequado ao respetivo microbioma vaginal.

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

A large, light-colored illustration of a microbiome, showing various shapes and structures representing different types of microorganisms, set against a dark blue background.

Anexos

Diferenças entre países.

RS10. Dos seguintes problemas de saúde, indique aqueles de que sofre.
Base: Todos os inquiridos

| | Total | EUA | AMÉRICA LATINA | Brasil | México | EUROPA | França | Espanha | Portugal | Polónia | Finlândia | ÁSIA | China | Vietname | MARROCOS |
|---|-------|-----|----------------|--------|--------|--------|--------|---------|----------|---------|-----------|------|-------|----------|----------|
| Alergias | 28 | 36 | 36 | 39 | 33 | 23 | 6 | 26 | 30 | 23 | 29 | 29 | 24 | 34 | 33 |
| Doenças cardiovasculares (ataque cardíaco, colesterol elevado, má circulação, insuficiência cardíaca...) | 16 | 22 | 15 | 13 | 16 | 18 | 11 | 20 | 20 | 19 | 21 | 14 | 14 | 14 | 7 |
| Doenças osteoarticulares (Osteoporose, artrose...) | 15 | 19 | 8 | 11 | 6 | 13 | 7 | 14 | 16 | 13 | 12 | 25 | 19 | 30 | 16 |
| Distúrbios do sistema digestivo (doença do fígado gordo não alcoólico, doença de Crohn, SII...) | 13 | 12 | 12 | 8 | 16 | 10 | 8 | 11 | 8 | 9 | 12 | 23 | 22 | 24 | 15 |
| Doenças respiratórias (Asma, doença pulmonar obstrutiva crónica (DPOC...)) | 12 | 17 | 9 | 11 | 8 | 12 | 10 | 10 | 13 | 11 | 14 | 16 | 12 | 20 | 10 |
| Diabetes | 10 | 14 | 9 | 9 | 10 | 11 | 8 | 8 | 10 | 12 | 14 | 9 | 12 | 6 | 8 |
| Doenças autoimunes (Artrite reumatoide, psoríase, artrite psoriática, lúpus...) | 10 | 13 | 7 | 7 | 6 | 9 | 8 | 11 | 7 | 11 | 8 | 12 | 9 | 14 | 14 |
| Doenças psiquiátricas | 9 | 15 | 9 | 12 | 6 | 8 | 4 | 7 | 9 | 10 | 10 | 5 | 4 | 5 | 16 |
| Doenças urogenitais e renais (IST, endometriose, vaginose bacteriana, vaginite, candidíase) | 7 | 9 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 5 | 4 | 7 | 4 | 11 | 11 | 11 | 9 |
| Doenças neurológicas (doença de Alzheimer, doença de Parkinson, perturbações do espetro do autismo) | 4 | 6 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 5 | 6 | 6 | 6 | 5 |
| Cancro | 4 | 5 | 2 | 2 | 2 | 5 | 4 | 6 | 5 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 |

A large, light-colored illustration of a microbiome, showing various shapes representing different types of bacteria and fungi, set against a dark blue background.

Resultados principais por país

Visão geral dos resultados dos países



EUA



Brasil



México



França



Espanha



Portugal



Polónia



Finlândia



China



Vietname



Marrocos

Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-----|-------|-------|-------|-----|-----|-----|-------|-----|-----|
| Sabem exatamente o que é o "microbioma" | 26% ↗ | 25% | 21% | 33% ↗ | 27% | 15% | 24% | 8% | 19% | 39% | 19% |
| Subtotal "Conhecimento" | 62% ↗ | 66% | 71% ↗ | 85% ↗ | 76% ↗ | 62% | 75% | 41% | 76% ↗ | 92% | 59% |
| Subtotal Conhecimento do microbioma intestinal | 49% ↗ | 54% | 62% | 70% ↗ | 61% | 42% | 45% | 33% | 65% ↗ | 87% | 47% |
| Subtotal Conhecimento de todo o microbioma | 29% ↗ | 32% | 32% ↗ | 29% ↗ | 25% | 25% | 31% | 20% | 30% | 60% | 32% |

Nível de conhecimento sobre a microbiota

| | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| Média de respostas corretas | 5,0/9 | 5,5/9 | 5,6/9 | 5,4/9 | 5,5/9 | 5,7/9 | 5,8/9 | 5,9/9 | 6,1/9 | 6,0/9 | 4,9/9 |
|-----------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-----|-----|-------|-----|-----|
| Sabem exatamente o que são probióticos | 56% | 46% ↗ | 61% ↗ | 38% ↗ | 48% ↗ | 45% ↗ | 68% | 25% | 55% ↗ | 58% | 23% |
| Sabem exatamente o que são prebióticos | 41% ↗ | 30% ↗ | 34% | 20% ↗ | 31% ↗ | 21% | 43% | 12% | 39% | 44% | 20% |

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada

| | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| Alteraram os comportamentos | 54% | 62% | 67% | 48% | 54% | 47% | 65% | 36% | 62% | 84% | 61% |
|-----------------------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde

| | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-----|-----|-------|-------|-----|-----|-----|-------|-----|-----|
| Já ouviu falar do microbioma junto de um profissional de saúde | 12% | 15% | 17% | 14% | 12% | 11% | 8% | 5% | 9% | 8% | 5% |
| Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez | 57% ↗ | 68% | 84% | 51% ↗ | 53% ↗ | 50% | 74% | 32% | 75% ↘ | 92% | 68% |

A large, semi-transparent image of a microbiological culture, showing various bacterial and fungal structures in shades of gray, serving as a background for the slide.

Qualidade Ipsos

VISÃO GERAL DO INQUÉRITO

Inquérito CAWI – Painel online



AMOSTRA

- **Alvo:** homens/mulheres com mais de 18 anos em cada país
- **Seleção de inquiridos:** seleção de participantes através de quotas
- **Representatividade da amostra:** critérios e fontes: sexo, idade, estado ativo/inativo, regiões



RECOLHA DE DADOS

- **Datas do trabalho de campo:** 26 de janeiro — 26 de fevereiro de 2024
- **Amostra alcançada:** 7500 entrevistas (1000 em França, no México, nos EUA e na China, 500 noutros países)
- **Recolha de dados:** online
- **Programa de fidelização com sistema de recompensa baseado em pontos para membros do painel**
- **Métodos de controlo de qualidade das respostas:** monitorização do comportamento das respostas dos participantes (identificação de respostas que são demasiado rápidas ou descuidadas, por exemplo, assinaladas numa linha reta ou em zigzague)
- **Verificação do IP e consistência dos dados demográficos.**



TRATAMENTO DE DADOS

- Amostra ponderada
- Método utilizado: Método de Ponderação RIM
- Critérios de ponderação: critérios e fontes: sexo, idade, estado ativo/inativo, regiões

MATERIAL DO INQUÉRITO O QUESTIONÁRIO



Questionnaire

FIABILIDADE DOS RESULTADOS: AUTORREALIZAÇÃO DOS INQUÉRITOS ONLINE IIS

Para garantir a fiabilidade global de um inquérito, devem ser levados em consideração todos os componentes de erro possíveis. É por esse motivo que a Ipsos impõe controlos e procedimentos rigorosos em cada fase do processo do inquérito.

UPSTREAM DA RECOLHA DE DADOS

- **Amostra:** estrutura e representatividade
- **Questionário:** o questionário é formulado de acordo com um processo de edição com 12 normas obrigatórias. É revisto e aprovado ao nível superior e, em seguida, enviado ao cliente para validação final. A programação (ou guião do questionário) **é testada por, pelo menos, 2 pessoas, sendo depois validada.**
- **Recolha de dados:** os entrevistadores são formados em técnicas de inquérito através de um módulo de formação dedicado antes de qualquer participação em inquéritos. Além disso, recebem ou participam em sessões detalhadas no início de cada inquérito.

DURANTE A RECOLHA DE DADOS

- **Amostragem:** a Ipsos impõe regras de funcionamento muito rigorosas ao seu quadro de seleção, de modo a maximizar a natureza aleatória da seleção da amostra: seleção aleatória a partir de listas telefónicas, método de quotas, etc.

- **Monitorização do trabalho de campo:** a recolha é monitorizada e verificada (ligação exclusiva, validação de IP, penetração da monitorização do comportamento dos membros do painel, duração da entrevista, consistência das respostas, taxa de participação, número de lembretes, etc.)

DOWNSTREAM DA RECOLHA DE DADOS

- Os resultados são analisados de acordo com os métodos de análise estatística (intervalo de confiança vs. dimensão da amostra, testes de significância). Os primeiros resultados são sistematicamente verificados em relação aos resultados brutos da recolha de dados. A consistência dos resultados é igualmente verificada (sobretudo os resultados observados vs. fontes de comparação em nossa posse).
- Nos casos em que a ponderação da amostra é utilizada (método de calibração por margens), a verificação é feita pelas equipas de processamento (DP) e, em seguida, a validação é feita pelas equipas do inquérito.

VISÃO GERAL DO INQUÉRITO

Organização (Inquérito CAWI - Painel online)



ATIVIDADES REALIZADAS OU COORDENADAS PELAS EQUIPAS IPSOS EM FRANÇA

- Conceção e metodologia
- Validação dos guiões
- Coordenação e validação da tradução
- Coordenação da recolha de dados
- Tratamento de dados
- Validação das análises estatísticas
- Criação do relatório do inquérito
- Apresentação oral



ATIVIDADES REALIZADAS PELAS EQUIPAS DE ESPECIALISTAS LOCAIS IPSOS

- Tradução
- Elaboração de guiões
- Amostragem (painel IIS)
- Envio de e-mails
- Recolha de dados
- Mapeamento de dados

SOBRE A IPSOS

A Ipsos é a terceira maior empresa de prospeção de mercados do mundo, estando presente em 90 mercados e empregando mais de 18.000 pessoas.

Os nossos profissionais de investigação, analistas e cientistas desenvolveram capacidades multiespecializadas únicas que oferecem percepções importantes das ações, opiniões e motivações dos cidadãos, consumidores, pacientes, clientes ou funcionários. As nossas 75 soluções empresariais baseiam-se em dados primários provenientes dos nossos inquéritos, da monitorização das redes sociais e de técnicas qualitativas ou de observação.

"Game Changers", o nosso slogan, resume a nossa ambição de ajudar os nossos 5000 clientes a navegar mais facilmente no nosso mundo em profunda mudança.

Fundada em França em 1975, a Ipsos está cotada na Euronext Paris desde 1 de julho de 1999. A empresa faz parte do SBF 120 e do Mid-60 Index e é elegível para o Deferred Settlement Service (SRD).

Código ISIN FR0000073298, Reuters ISOS.PA, Bloomberg
IPS:FP
www.ipsos.com

GAME CHANGERS

No nosso mundo em rápida mudança, a necessidade de informação fiável para tomar decisões seguras nunca foi tão grande.

Na Ipsos, acreditamos que os nossos clientes precisam de mais do que um fornecedor de dados, precisam de um parceiro que possa produzir informações exatas e relevantes e transformá-las em verdade acionável.

É por este motivo que os nossos especialistas apaixonadamente curiosos não só fornecem as medições mais precisas, mas também as moldam para proporcionar uma verdadeira compreensão da sociedade, dos mercados e das pessoas.

Para o efeito, utilizamos o melhor da ciência, tecnologia e know-how e aplicamos os princípios de segurança, simplicidade, rapidez e substância em tudo o que fazemos.

Para que os nossos clientes possam agir de forma mais rápida, inteligente e ousada. Afinal de contas, o sucesso resume-se a uma simples verdade:

As melhores ações resultam das melhores certezas.