



International Microbiota Observatory

Observatório Internacional
de Microbiotas

A large, semi-transparent rectangular area on the left side of the slide contains a grayscale microscopic image of various bacterial shapes, including rods and cocci, some with flagella. The image is overlaid on a dark blue background.

Métodos

Métodos

Este inquérito internacional foi realizado online em **7 países**, de 21 de março até 7 de abril de 2023. **6500 pessoas** foram entrevistadas nos 7 países, em amostras representativas da população com idade superior a 18 anos em cada país:

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

Comentários



TODOS OS PAÍSES

(n=6500)

= Resposta média de todos os 7 países.



= Foco em resultados detalhados de acordo com diferentes critérios, tais como o sexo ou a idade.

 Diferenças significativas vs. total - superior

 Diferenças significativas vs. total - inferior

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



Todos os resultados são apresentados em %.

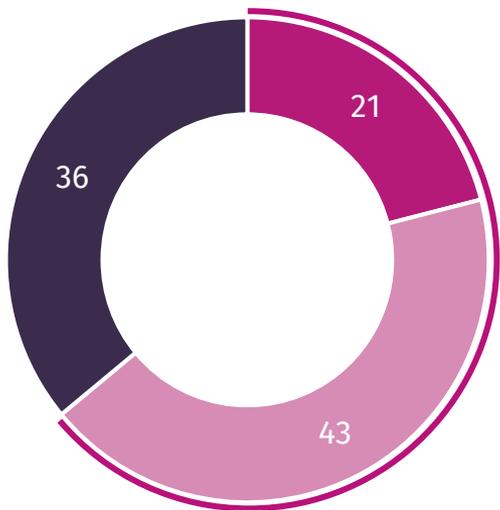


Uma questão de “palavras”: uma insuficiente compreensão dos termos utilizados para falar sobre a microbiota.

Embora 2/3 das pessoas já tenham ouvido falar de microbioma, apenas 1/5 sabem precisamente o que é.

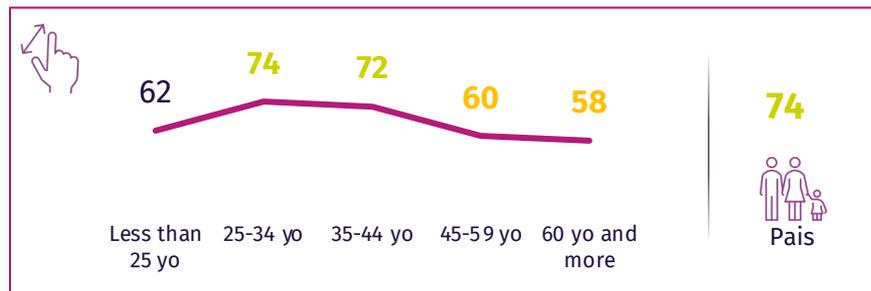


Pergunta 2. Já ouviu falar de “microbioma”?
Base: Todos os inquiridos



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

64% já ouviram falar do termo microbioma



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

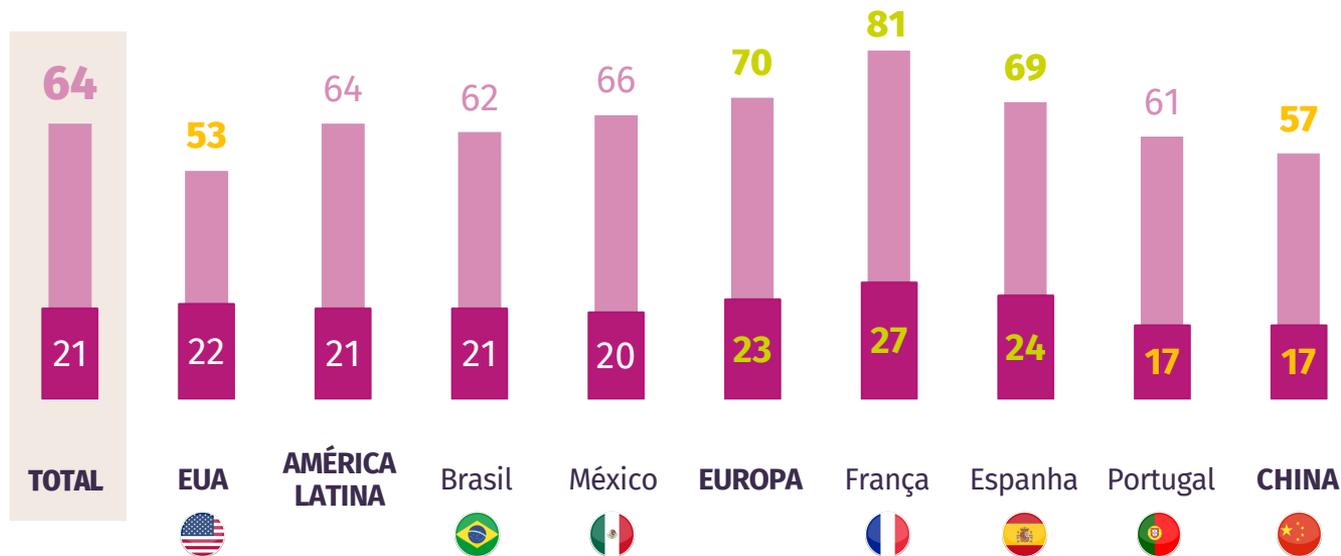
Observa-se uma compreensão heterogênea nos vários países, mas o verdadeiro nível de conhecimentos do termo “microbioma” é baixo em toda a parte.

Pergunta 2. Já ouviu falar de “microbioma”?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é

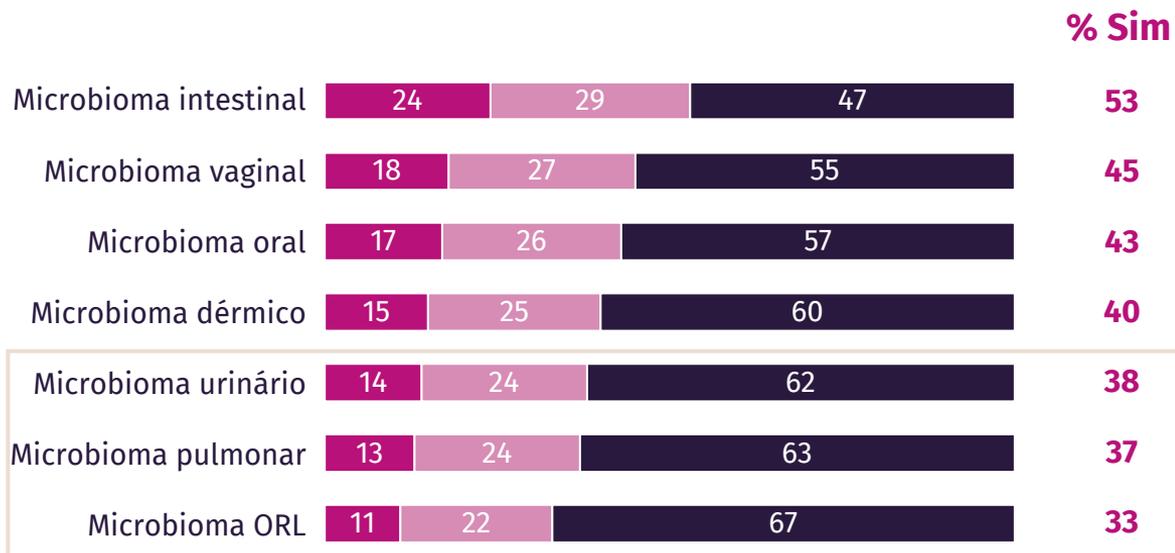


Pouco se sabe precisamente sobre os diferentes tipos de microbiomas. Apenas um terço dos inquiridos têm conhecimentos sobre microbioma urinário, pulmonar e ORL.



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

Base: Todos os inquiridos



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



Detalhadamente, os latinos e os chineses parecem saber mais sobre cada microbioma.

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

Base: Todos os inquiridos

% Sim

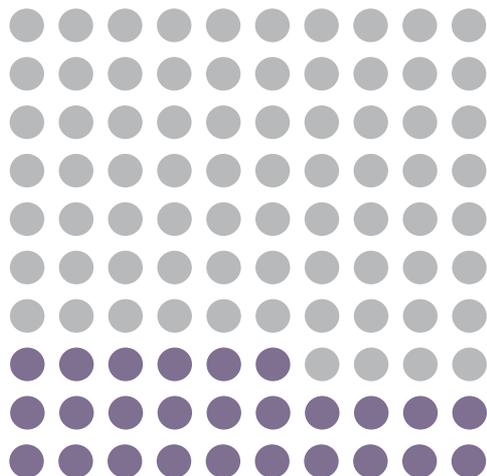
	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
Microbioma intestinal	53	42	54	51	58	55	63	57	45	54
Microbioma vaginal	45	35	47	46	48	45	48	44	43	49
Microbioma oral	43	36	45	42	47	41	43	39	39	52
Microbioma dérmico	40	38	43	41	45	37	37	36	37	48
Microbioma urinário	38	32	42	38	45	37	37	37	37	43
Microbioma pulmonar	37	30	42	42	42	33	32	31	36	45
Microbioma ORL	33	26	34	37	32	31	30	30	32	44

Pouco se sabe precisamente sobre a diversidade do microbioma, o que se observa mais acentuadamente nos inquiridos com mais de 45 anos de idade.

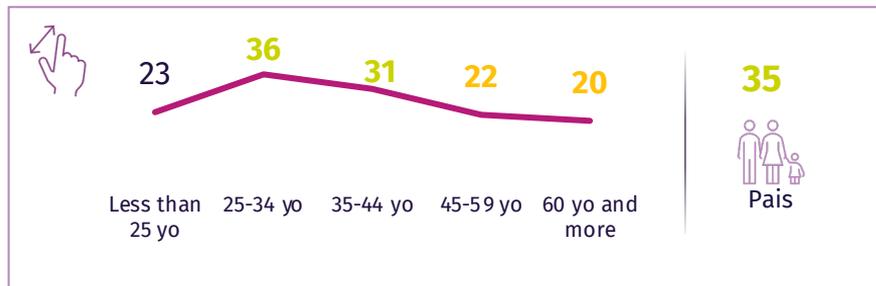


Pergunta 3. E mais especificamente, já ouviu falar dos termos seguintes?

Base: Todos os inquiridos



26% já ouviram falar de cada microbioma:
microbioma intestinal, vaginal, dérmico, pulmonar, urinário, oral
e ORL



Mas apenas **5%** conhecem precisamente todos eles



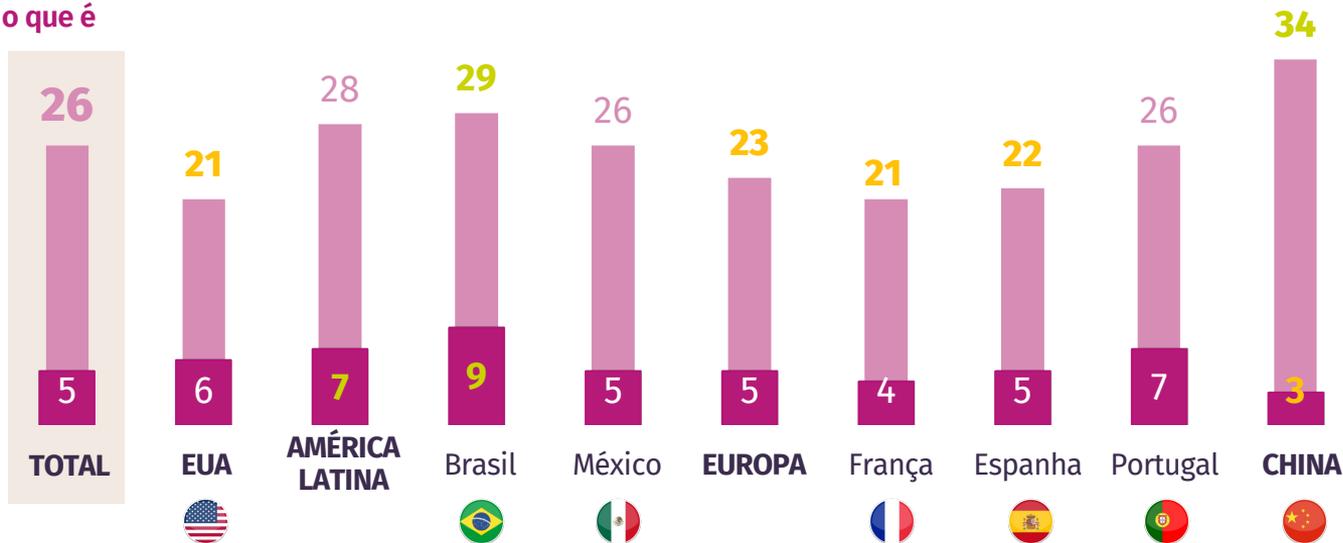
O nível de conhecimento é baixo em todos os países: nos Estados Unidos, assim como em França, no Brasil e na China.

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

Base: Todos os inquiridos

% já ouviram falar de cada microbioma

% Sim, sei exatamente o que é



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Copyright Biocodex Microbiota
Institute et Ipsos - juin 2023

International
Microbiota
Observatory

Ipsos

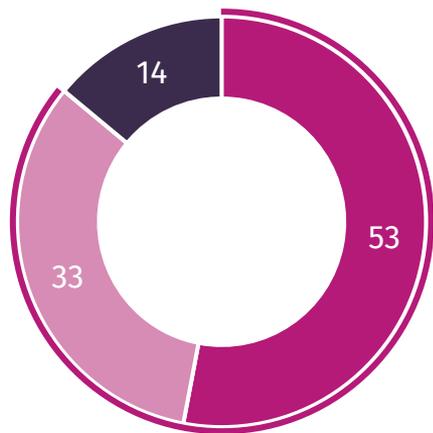
As pessoas parecem conhecer melhor o termo “flora” em vez de microbioma, embora praticamente metade não saiba realmente o que é.

Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

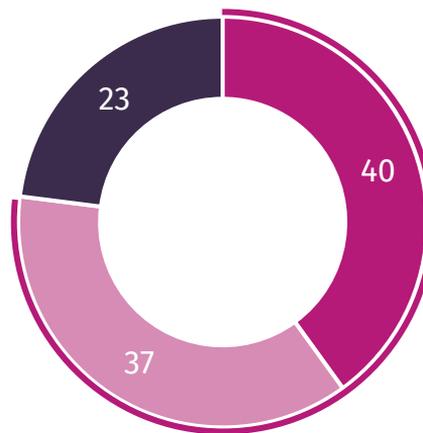


Flora intestinal



86%
já ouviram falar de
flora intestinal

Flora vaginal



77%
já ouviram falar de
flora vaginal



Sim, sei exatamente o que é



Sim, mas não sei exatamente o que é



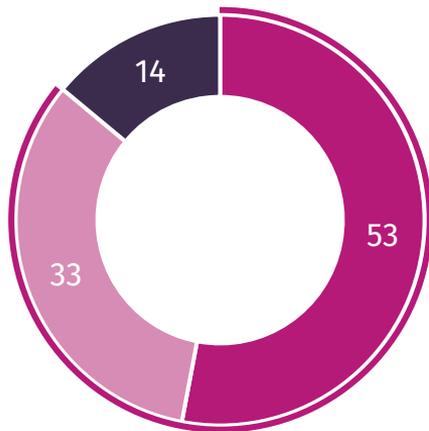
Não, nunca ouvi falar disso

O grupo com 25-44 anos conhece melhor a flora intestinal, mas o termo é conhecido pela maioria das pessoas em quase todos os grupos etários.



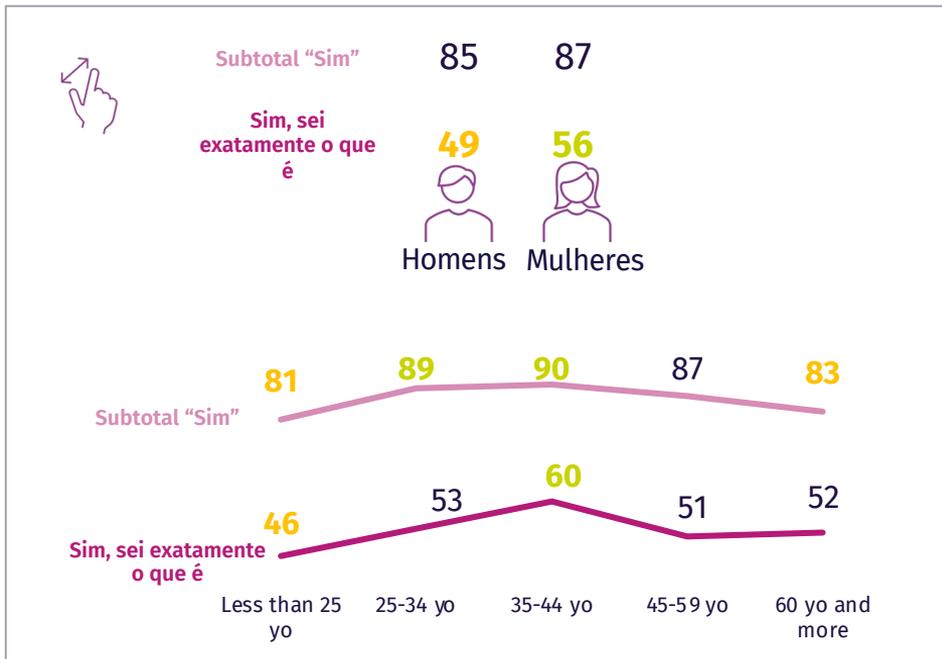
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?
Base: Todos os inquiridos

Flora intestinal



86%
já ouviram falar de
flora intestinal

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

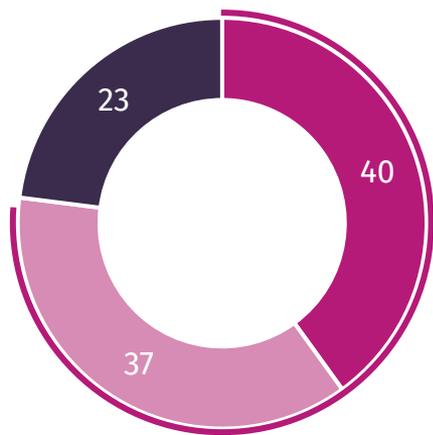


O grupo com 25-44 anos e as mulheres também conhecem melhor a flora vaginal, mas os resultados são preocupantes: quase 1 em 2 mulheres não sabem o que é exatamente a flora vaginal



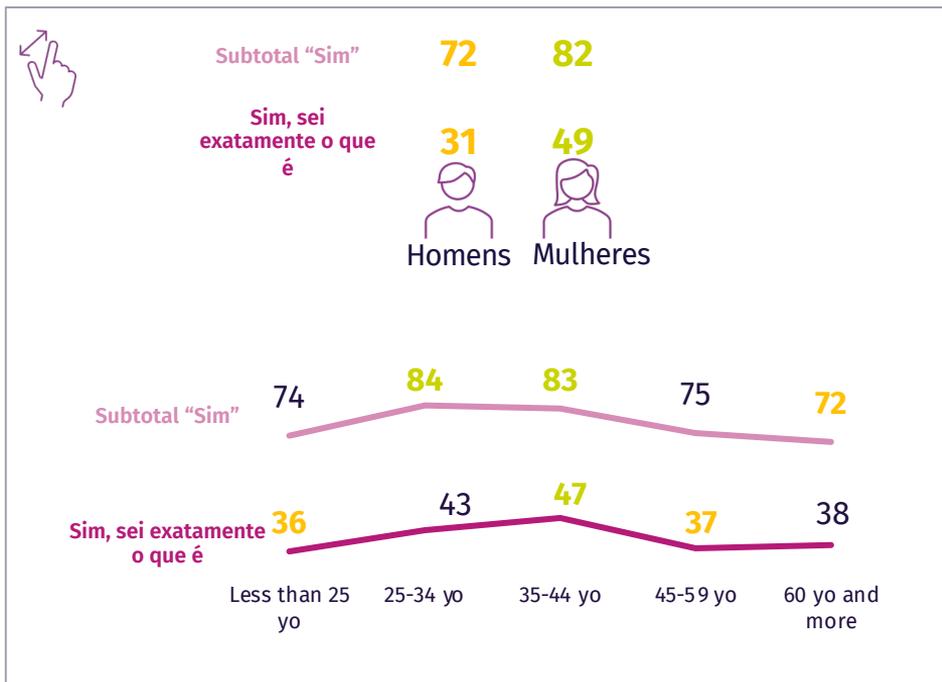
Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?
Base: Todos os inquiridos

Flora vaginal



77%
já ouviram falar de
flora vaginal

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



Mas o conhecimento sobre o que é a flora intestinal e vaginal é muito variável: é superior no Brasil, México, Portugal e França, mas inferior nos EUA, China e Espanha.

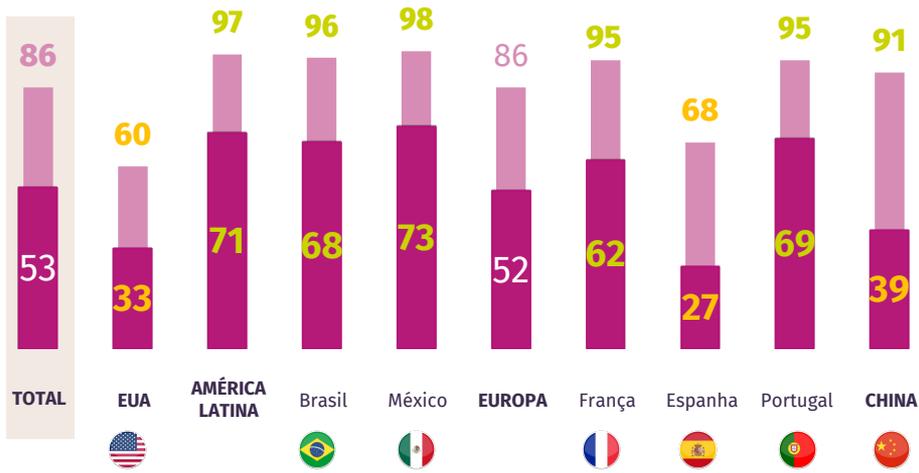


Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

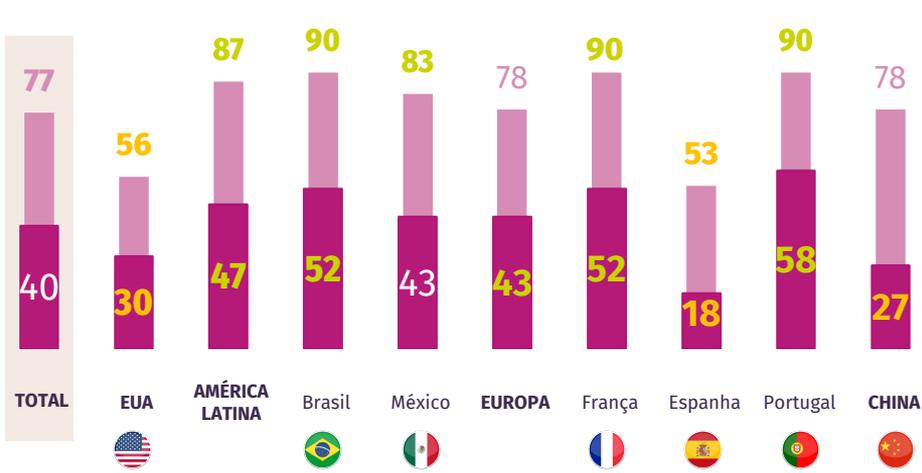
Flora intestinal

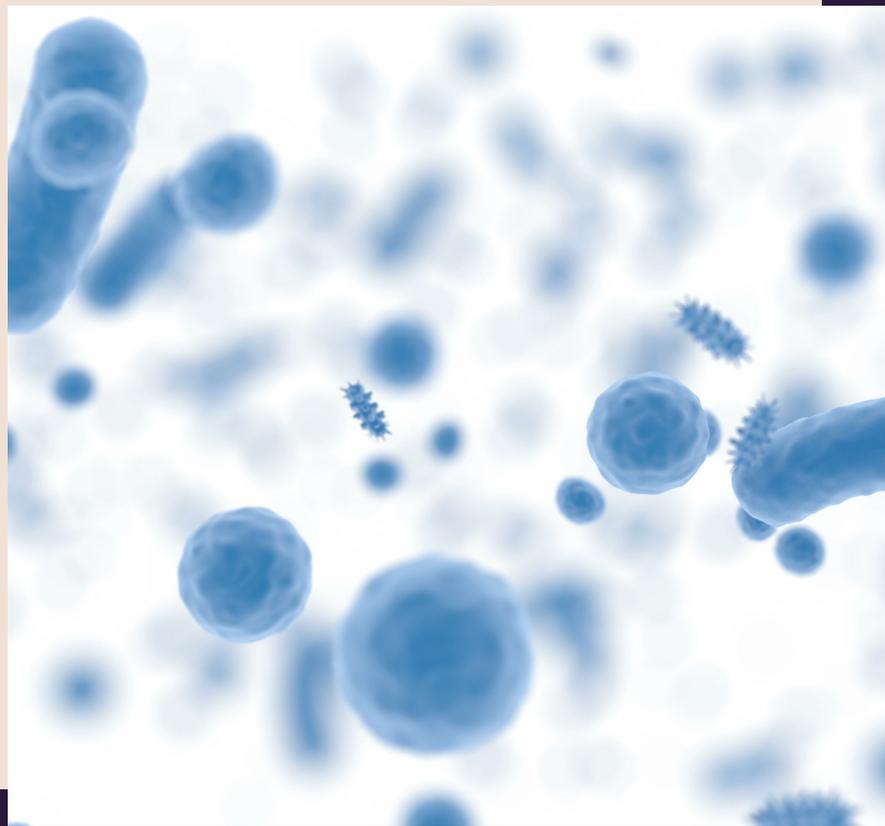
% Sim



Flora vaginal

% Sim





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 equilibrado é igualmente importante para prevenir determinadas doenças, como alergias, obesidade e 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.

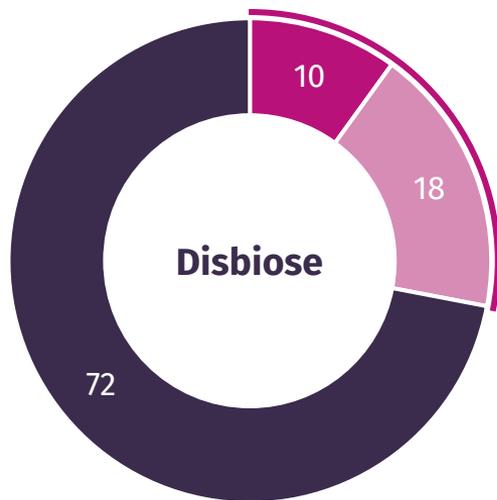


Embora o conhecimento sobre as causas e consequências de um microbioma desequilibrado seja insuficiente, algumas informações essenciais são conhecidas da maioria das pessoas

Disbiose está longe de ser um termo comum para as pessoas.

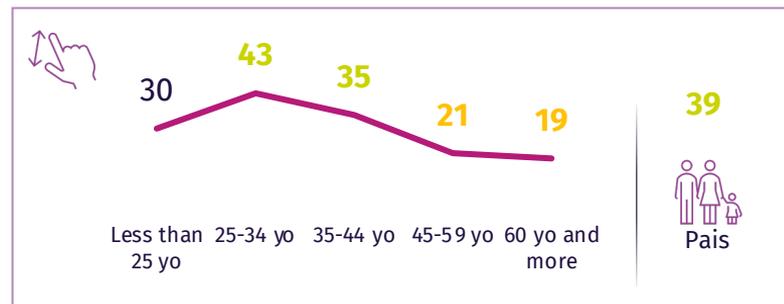


Pergunta 3. E mais especificamente, já ouviu falar dos termos seguintes?
Base: Todos os inquiridos



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

28% já ouviram falar do termo “disbiose”



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



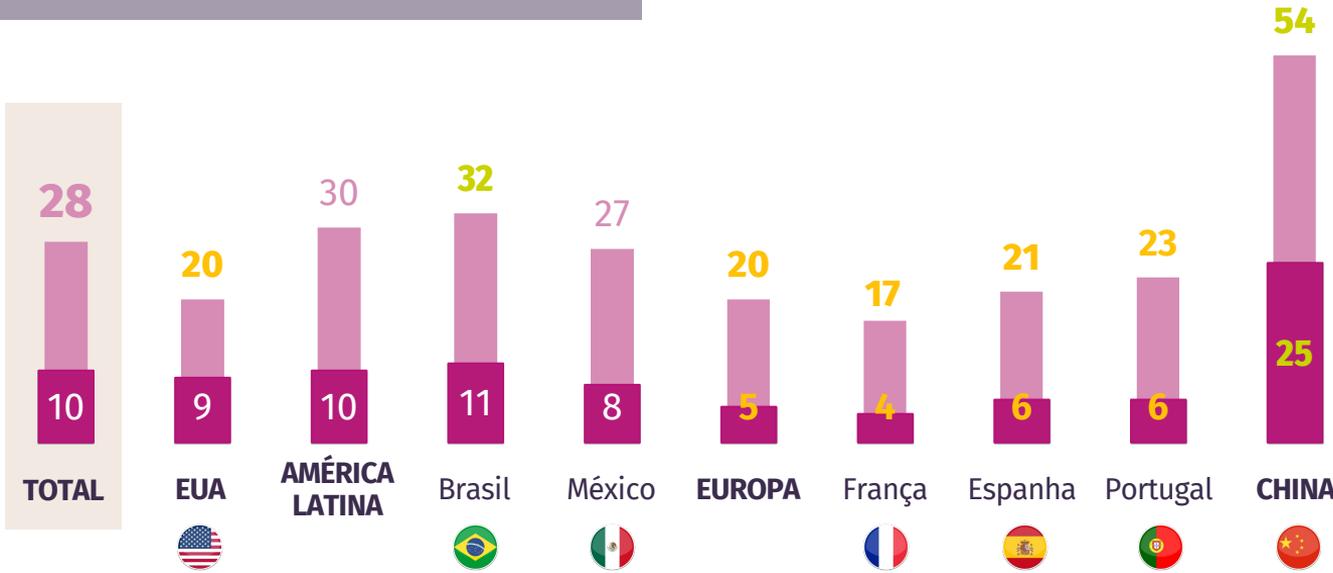
Em todos os países entrevistados, uma grande maioria não sabe precisamente o que significa disbiose.

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

Noção de disbiose

% Sim

● Sim, sei exatamente o que é

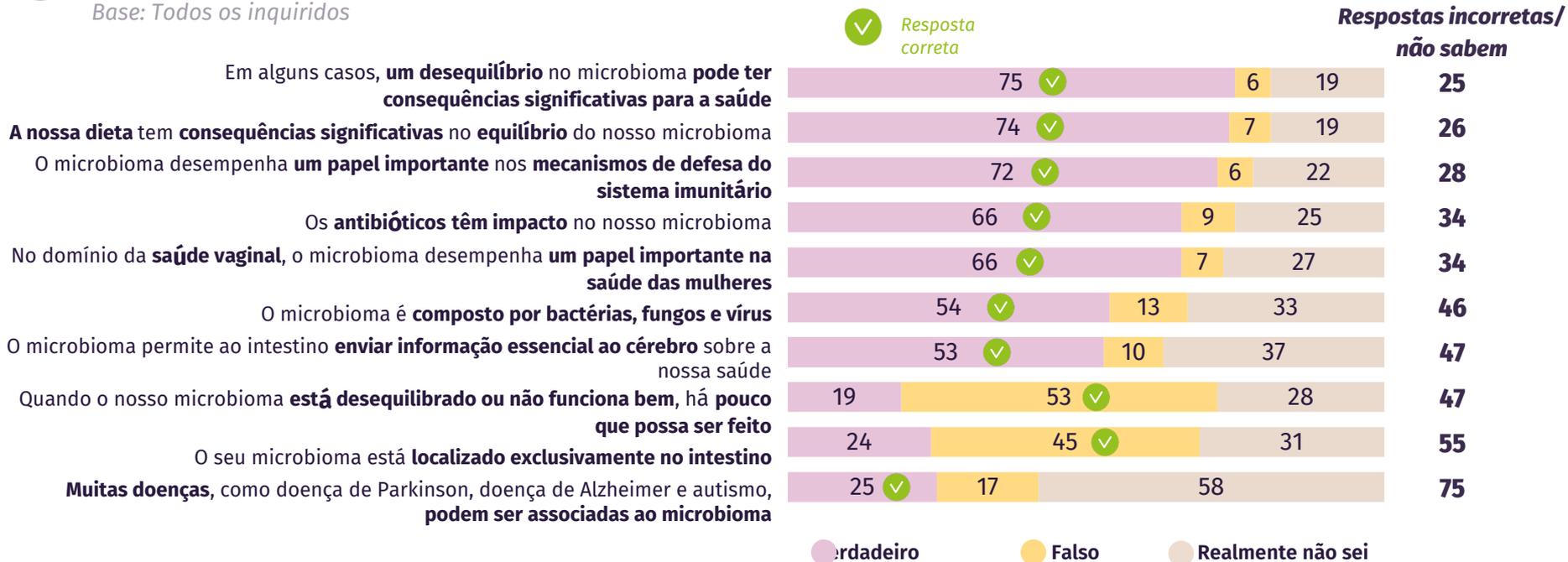


Há falta de informação sobre o microbioma, mas a maioria das pessoas sabe que desempenha um papel essencial no sistema imunitário e que o seu desequilíbrio é perigoso para a saúde.



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 facto, as pessoas têm um conhecimento muito reduzido sobre a função do microbioma, especialmente nos EUA.

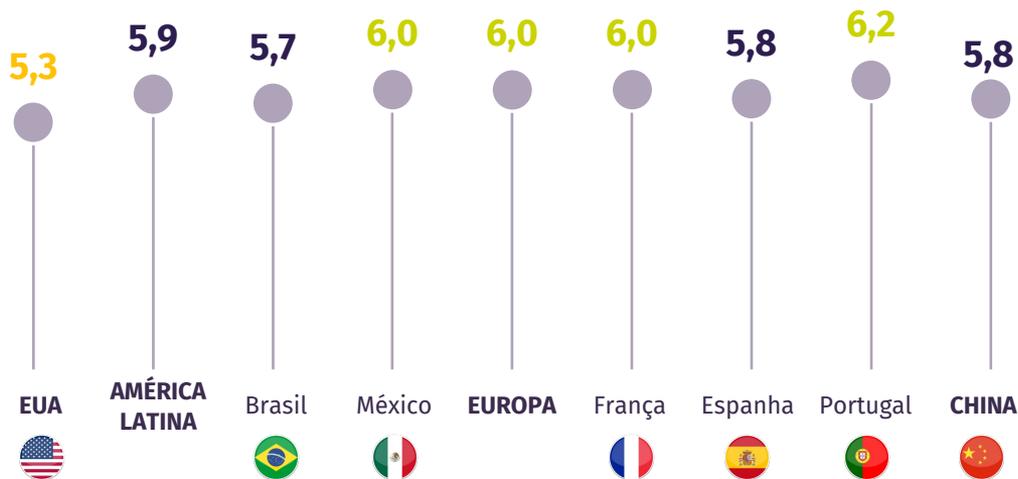


Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos



Número de respostas corretas em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



Os indivíduos com 25-44 anos, as mulheres e os pais dispõem de um melhor conhecimento do microbioma.

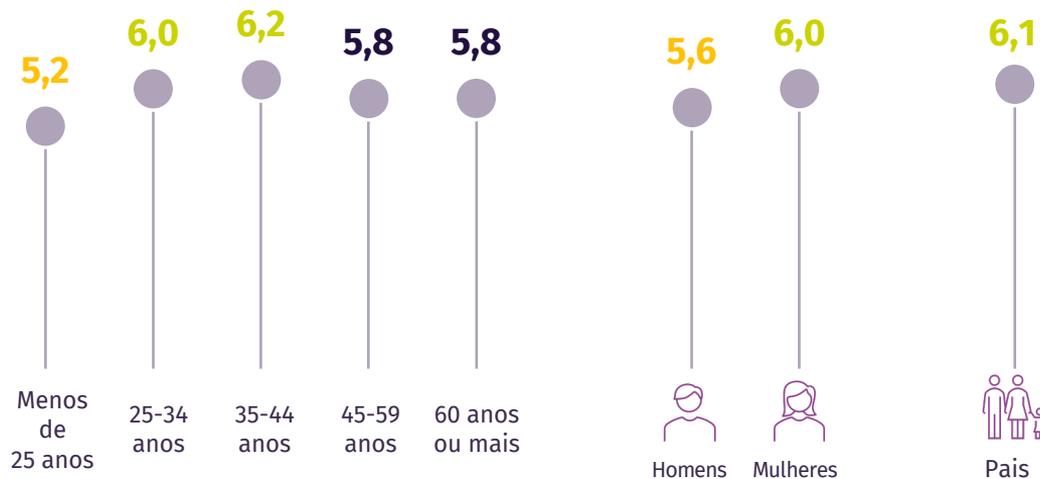


Pergunta 4. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Todos os inquiridos



Número de respostas corretas em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



O conhecimento do microbioma é diverso: os chineses e os americanos têm um menor conhecimento sobre a função do microbioma, enquanto outros sabem menos sobre as suas ligações às doenças.

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	CHINA
Em alguns casos, um desequilíbrio no microbioma pode ter consequências significativas para a saúde	75	66	78	76	81	79	75	76	85	70
A nossa dieta tem consequências significativas no equilíbrio do nosso microbioma	74	64	76	72	81	78	76	76	83	66
O microbioma desempenha um papel importante nos mecanismos de defesa do sistema imunitário	72	64	74	70	78	75	73	74	76	68
Os antibióticos têm impacto no nosso microbioma	66	65	64	68	61	68	65	66	72	64
No domínio da saúde vaginal, o microbioma desempenha um papel importante na saúde das mulheres	66	57	69	68	70	67	64	64	73	65
O microbioma é composto por bactérias, fungos e vírus	54	50	55	54	57	54	56	52	53	54
O microbioma permite ao intestino enviar informação essencial ao cérebro sobre a nossa saúde	53	46	54	57	52	52	54	47	56	62
Quando o nosso microbioma está desequilibrado ou não funciona bem, há pouco que possa ser feito	53	52	52	50	55	59	62	55	59	37
O seu microbioma está localizado exclusivamente no intestino	45	36	40	37	45	49	51	46	49	51
Muitas doenças, como doença de Parkinson, doença de Alzheimer e autismo, podem ser associadas ao microbioma	25	25	22	20	24	20	19	23	17	44



3

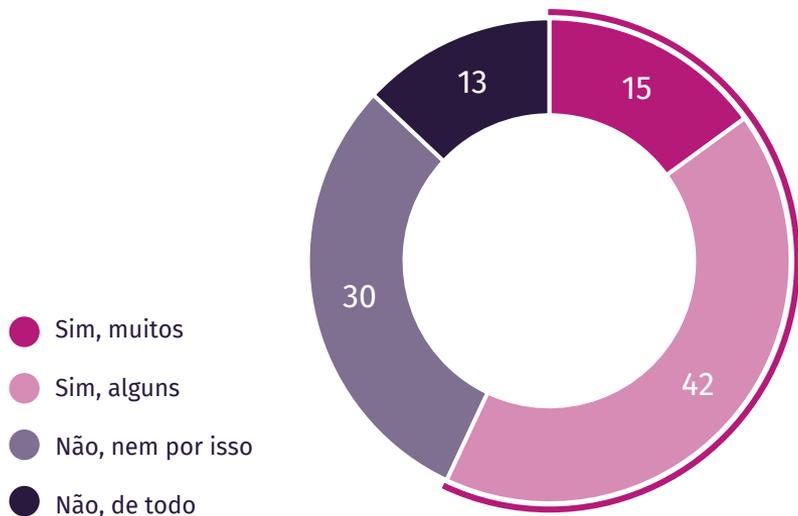
**Uma grande falta de
informação dos
comportamentos e
soluções a serem
implementados para
manter um microbioma
equilibrado**

Uma pequena maioria adotou comportamentos específicos para manter o microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível.

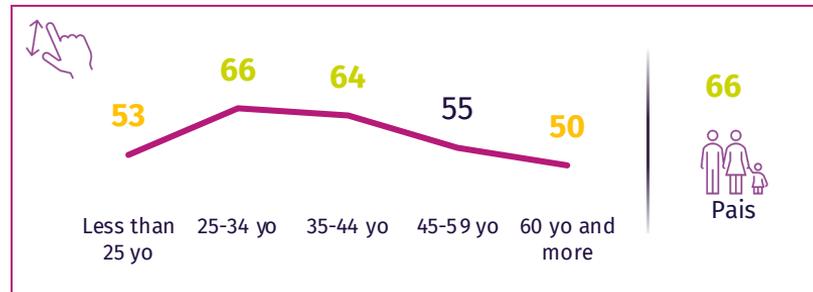


Pergunta 10. E na sua vida diária, adotou comportamentos específicos para manter o seu microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível?

Base: Todos os inquiridos



57% já adotaram comportamentos específicos



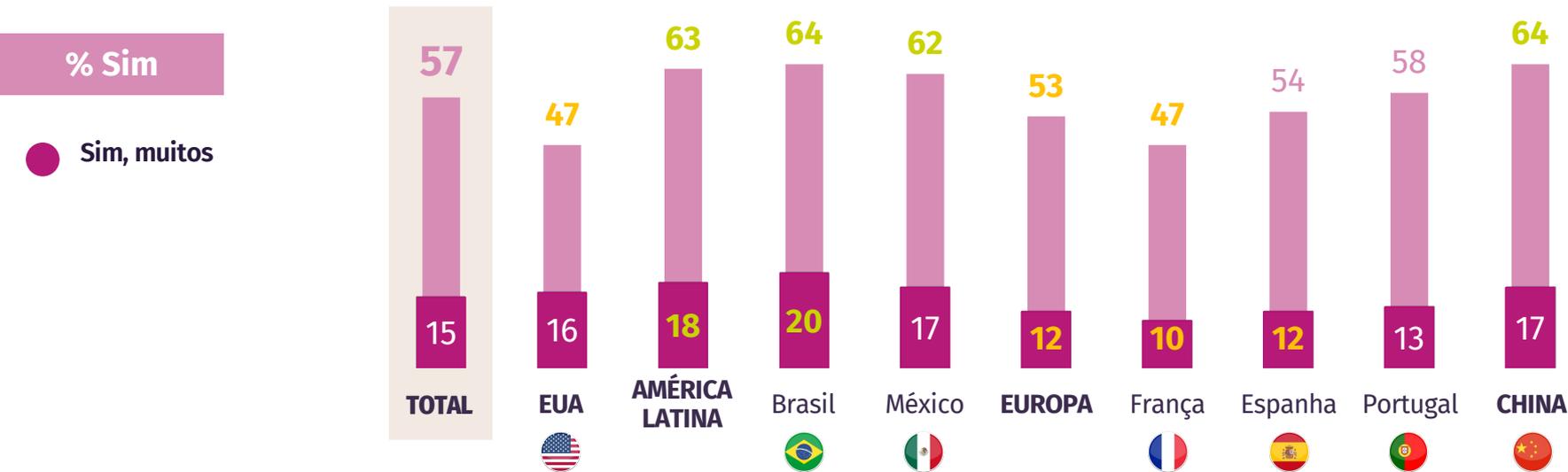
● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



Os americanos e os franceses são os que apresentam menos probabilidade de terem adotado comportamentos específicos.

Pergunta 10. E na sua vida diária, adotou comportamentos específicos para manter o seu microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível?

Base: Todos os inquiridos

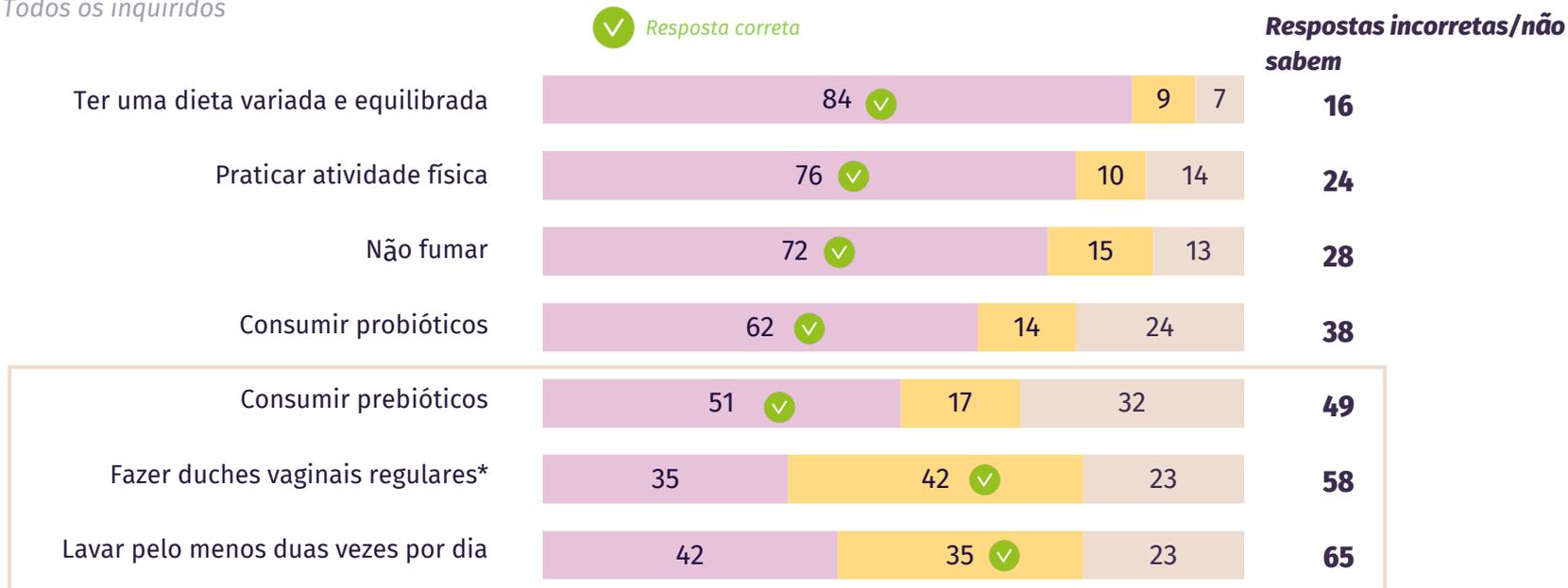


À exceção dos comportamentos saudáveis “padrão”, aqueles relacionados com a higiene e os prebióticos não estão bem identificados.



Pergunta 11. Com base nos seus conhecimentos, entre os seguintes comportamentos, quais são aqueles que têm um efeito positivo no equilíbrio e no correto funcionamento do seu microbioma?

Base: Todos os inquiridos



* Tema perguntado apenas às mulheres (n=3433)

● Verdadeiro ● Falso ● Realmente não sei



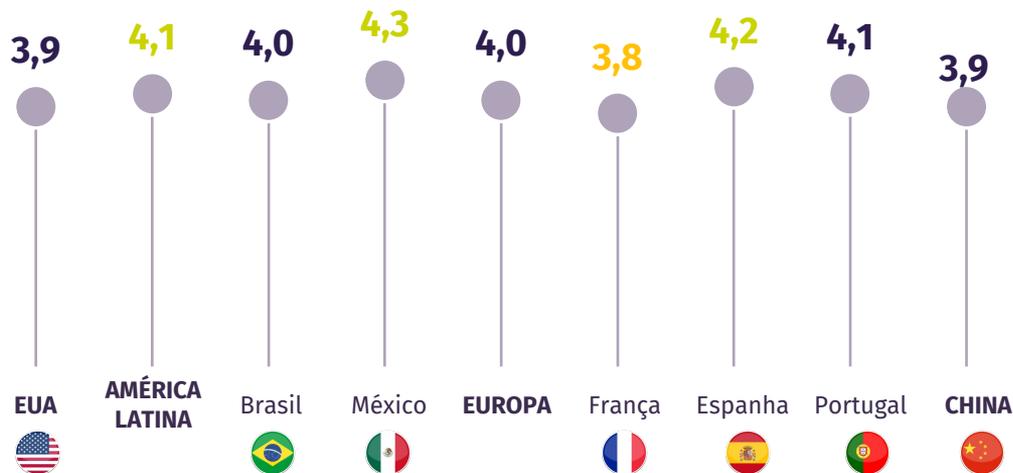
Todos os países demonstram conhecimentos muito limitados sobre os comportamentos que produzem efeitos positivos no microbioma, sendo ainda mais grave em França.



Pergunta 11. Com base nos seus conhecimentos, entre os seguintes comportamentos, quais são aqueles que têm um efeito positivo no equilíbrio e no correto funcionamento do seu microbioma? Base: Todos os inquiridos



Número de respostas corretas em média



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



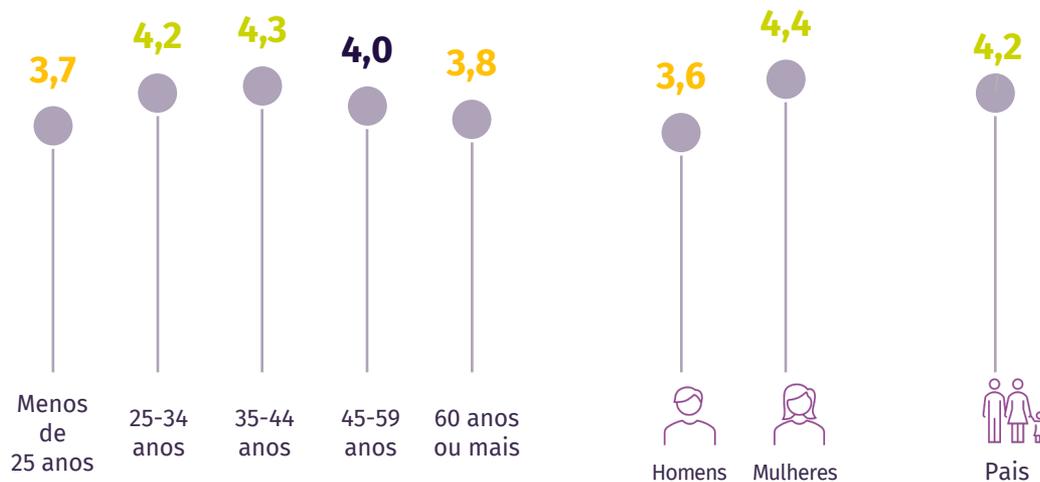
Uma vez mais, alguns perfis parecem destacar-se positivamente: 25-44 anos, mulheres e pais.



Pergunta 11. Com base nos seus conhecimentos, entre os seguintes comportamentos, quais são aqueles que têm um efeito positivo no equilíbrio e no correto funcionamento do seu microbioma? Base: Todos os inquiridos



Número de respostas corretas em média



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



Os americanos e os chineses foram os povos que menos associaram a dieta, a atividade física e o tabagismo ao microbioma.

Pergunta 11. Com base nos seus conhecimentos, entre os seguintes comportamentos, quais são aqueles que têm um efeito positivo no equilíbrio e no correto funcionamento do seu microbioma? Base: Todos os inquiridos

% de respostas corretas	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
Ter uma dieta variada e equilibrada	84	77	90	90	90	86	85	84	89	72
Praticar atividade física	76	69	83	83	83	77	73	77	81	62
Não fumar	72	66	74	77	71	75	73	71	81	62
Consumir probióticos	62	65	70	61	80	53	45	61	51	71
Consumir prebióticos	51	56	59	50	70	39	31	50	36	67
Fazer duches vaginais regulares	42	55	39	33	44	45	55	42	39	23
Lavar pelo menos duas vezes por dia	35	25	17	22	12	49	40	56	50	43

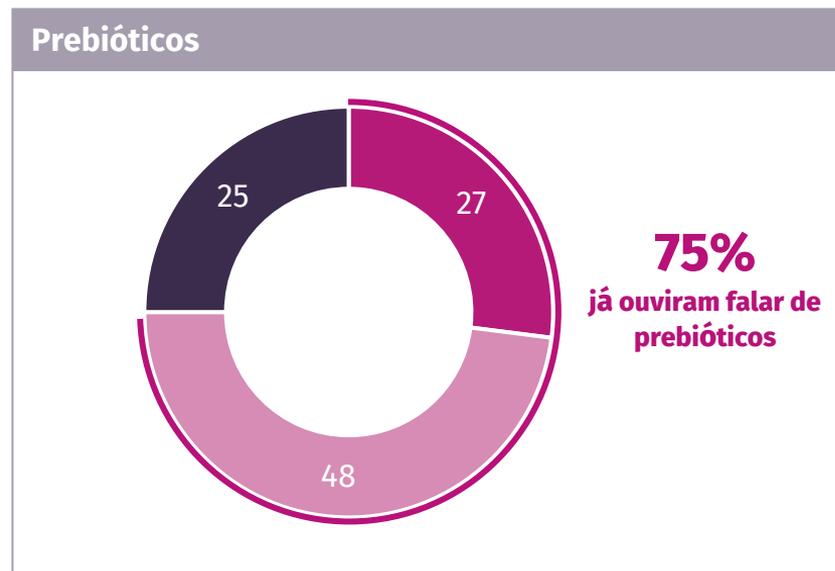
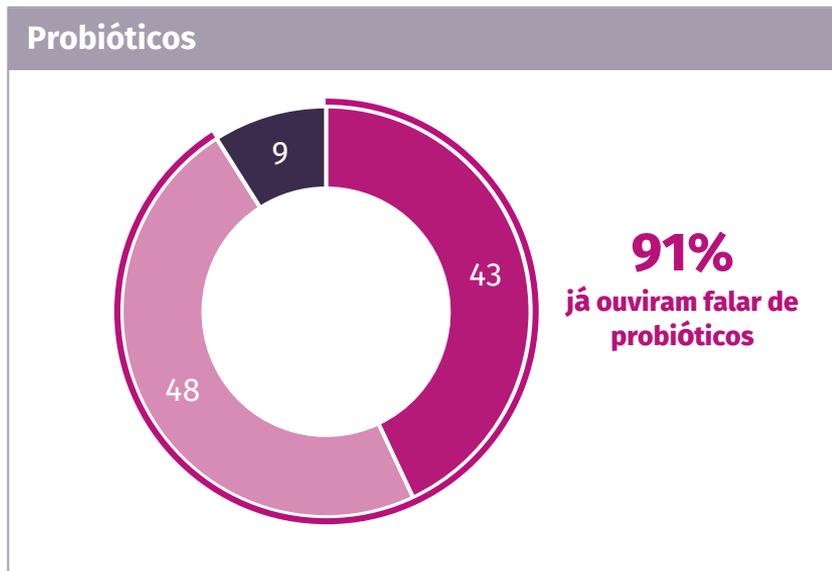
● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

Os probióticos parecem ser mais familiares às pessoas em comparação com os prebióticos, mas a maioria não tem noção, ou uma noção insuficiente, do que são exatamente probióticos e 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

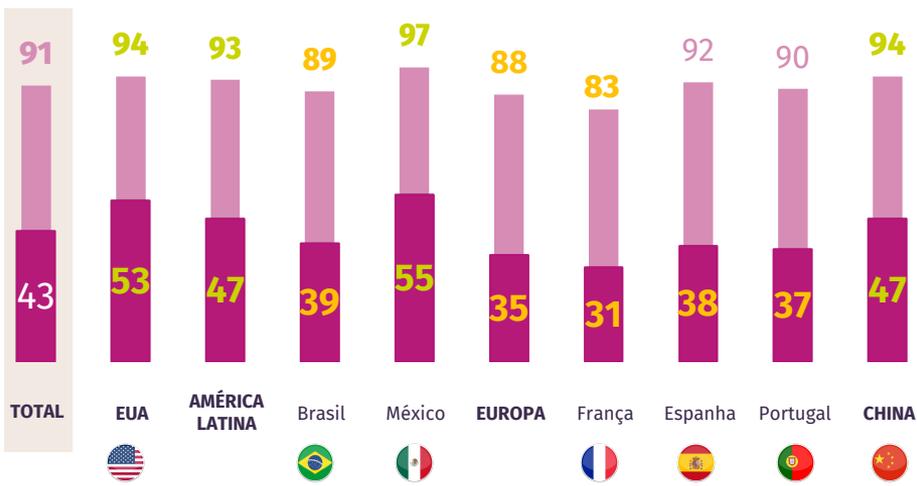


Os americanos, os mexicanos e particularmente os chineses compreendem melhor o que são probióticos e prebióticos.

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

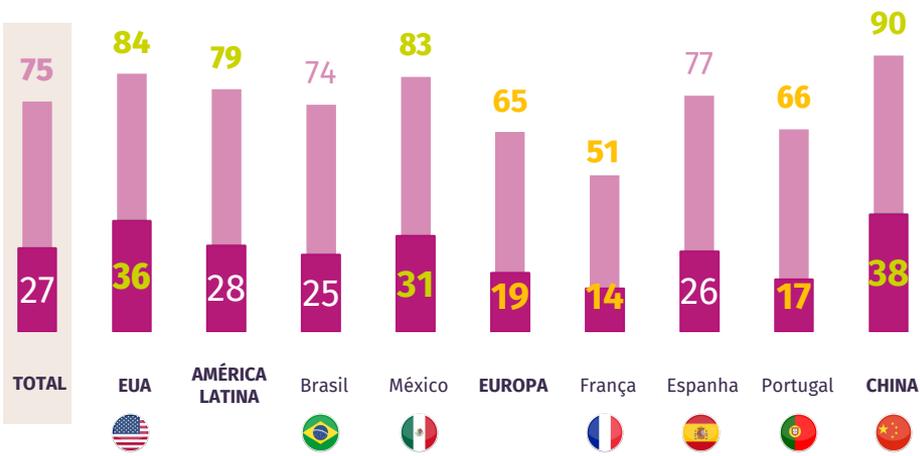
Probióticos

% Sim



Prebióticos

% Sim

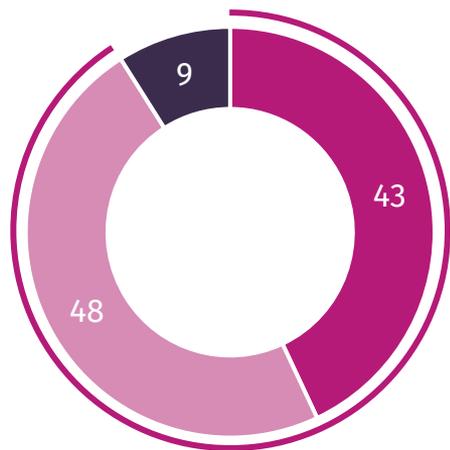


As mulheres e os indivíduos com 25-44 anos possuem mais conhecimentos sobre probióticos



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

Probióticos

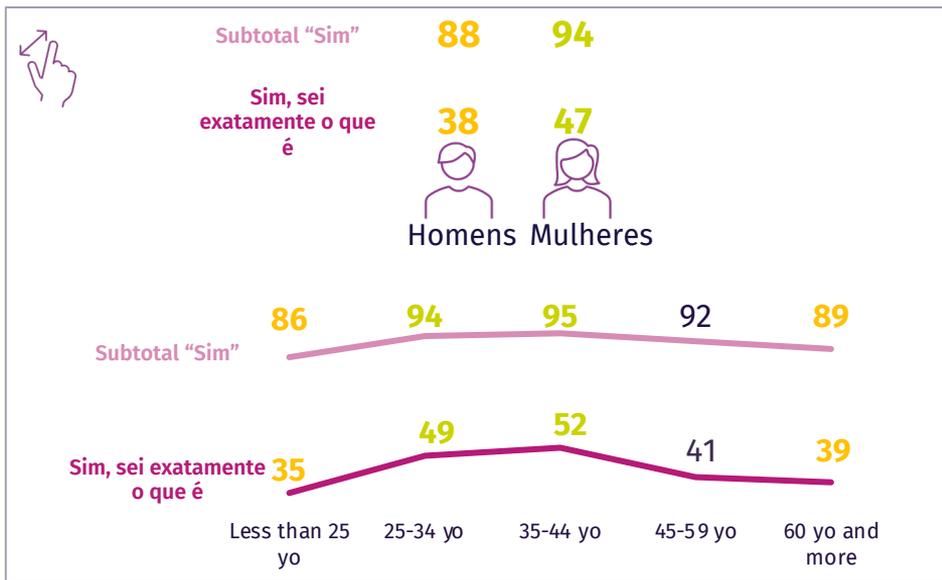


91%
já ouviram falar de probióticos

● Sim, sei exatamente o que é

● Sim, mas não sei exatamente o que é

● Não, nunca ouvi falar disso

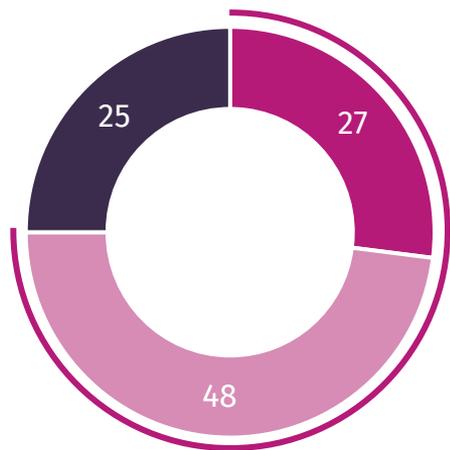


As mulheres e os indivíduos com 25-44 anos possuem mais conhecimentos sobre prebióticos.

Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Prebióticos

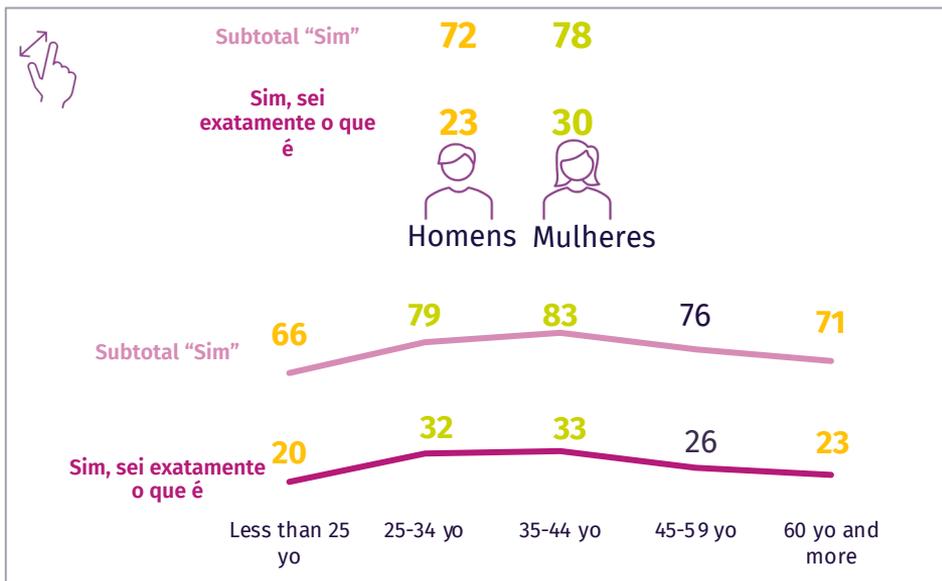


75%
já ouviram falar de prebióticos

● Sim, sei exatamente o que é

● Sim, mas não sei exatamente o que é

● Não, nunca ouvi falar disso





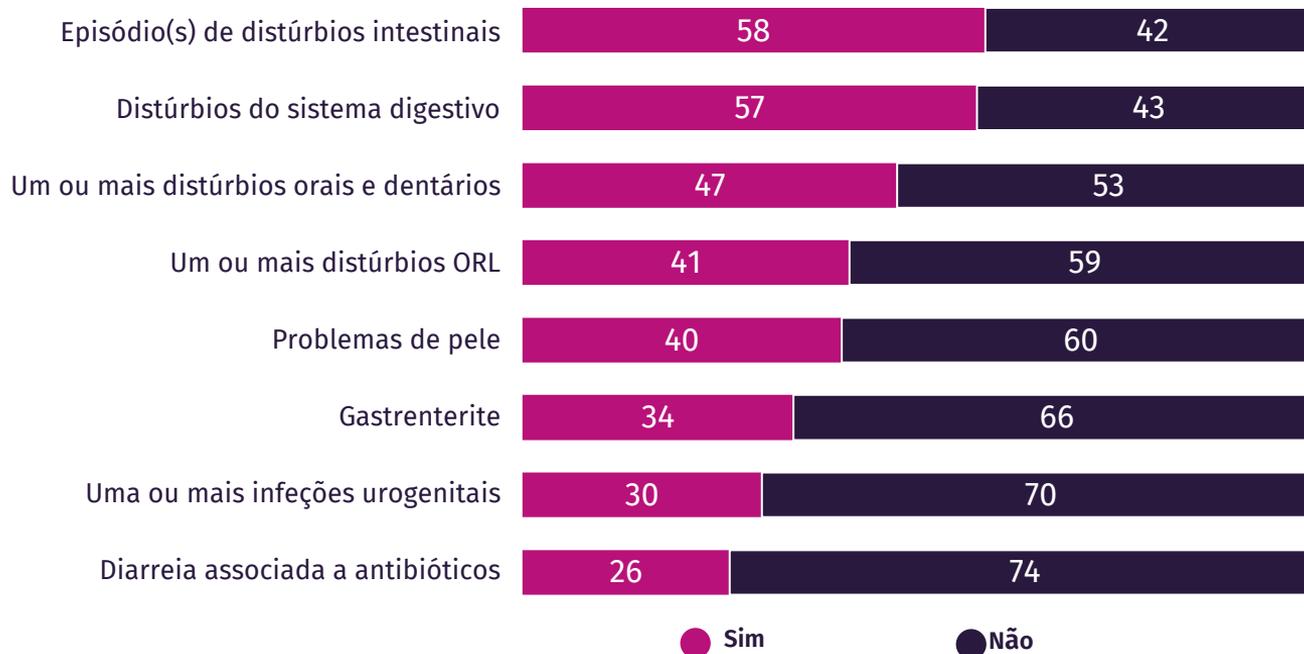
Embora muitas pessoas afirmem ter problemas relacionados com o bem-estar que podem estar associados a desequilíbrios da microbiota

Nos últimos 5 anos, 1 em 2 pessoas viveram episódios de distúrbios intestinais, distúrbios digestivos e problemas dentários, 1 em 3 gastreenterite e infeções urogenitais e 1 em 4 diarreia associada a antibióticos



Pergunta 11a. Nos últimos 5 anos, já teve algum dos seguintes problemas?

Base: Todos os inquiridos

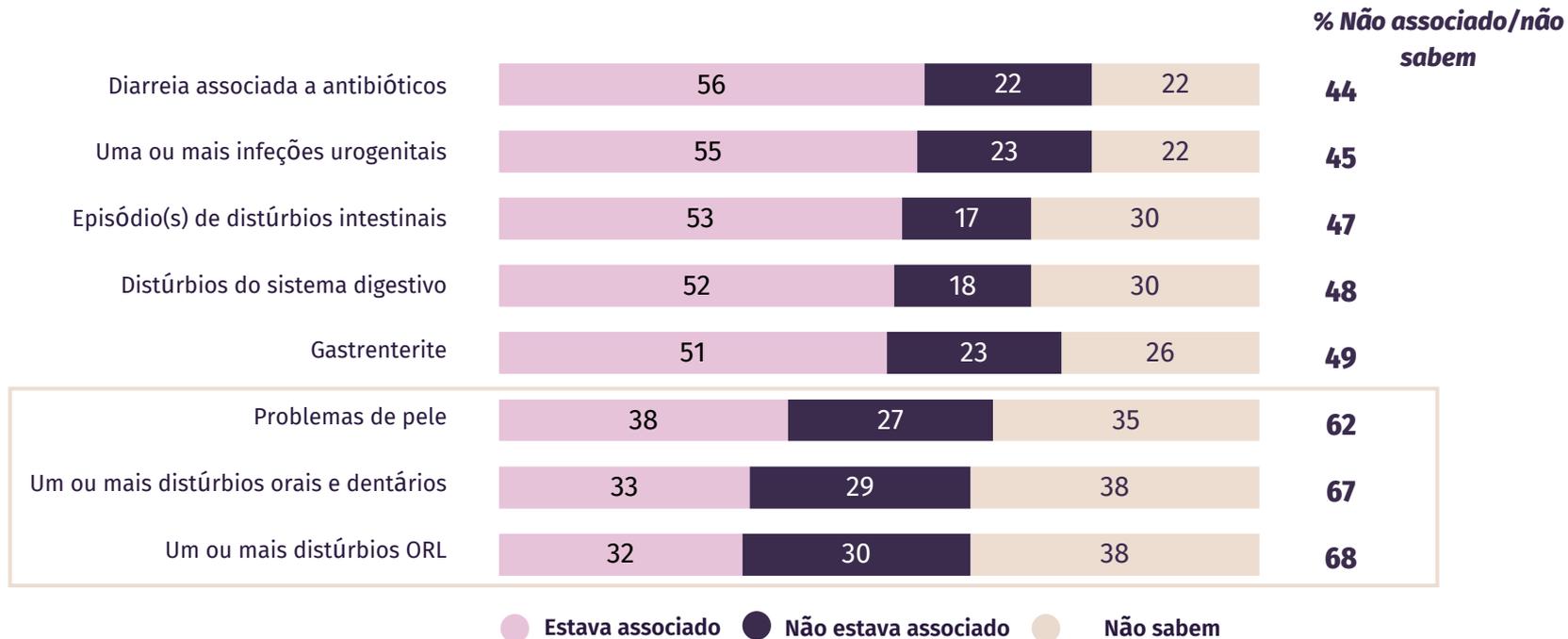


Muitas pessoas acreditam que os problemas de saúde que vivenciaram estão associados ao seu microbioma: diarreia associada a antibióticos, infecções urogenitais, episódios de distúrbios intestinais, distúrbios do sistema digestivo ou gastroenterite



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

Base: Pessoas que vivenciaram estes problemas





Os latinos e os chineses associam mais os seus problemas de saúde ao seu microbioma: também são os que vivenciaram estes problemas mais frequentemente.



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	CHINA
Diarreia associada a antibióticos	56	55	65	64	66	52	51	53	51	52
Uma ou mais infeções urogenitais	55	58	61	60	62	44	43	40	49	64
Episódio(s) de distúrbios intestinais	53	45	64	59	69	43	36	46	47	62
Distúrbios do sistema digestivo	52	44	61	56	65	43	39	44	47	63
Gastrenterite	51	53	67	64	69	34	28	34	41	61
Problemas de pele	38	36	44	41	48	26	25	22	31	53
Um ou mais distúrbios orais e dentários	33	36	38	34	42	20	16	25	19	54
Um ou mais distúrbios ORL	32	30	41	40	44	19	16	25	18	51

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



Os indivíduos com 25-34 e 35-44 anos associam mais os seus problemas de saúde ao microbioma.



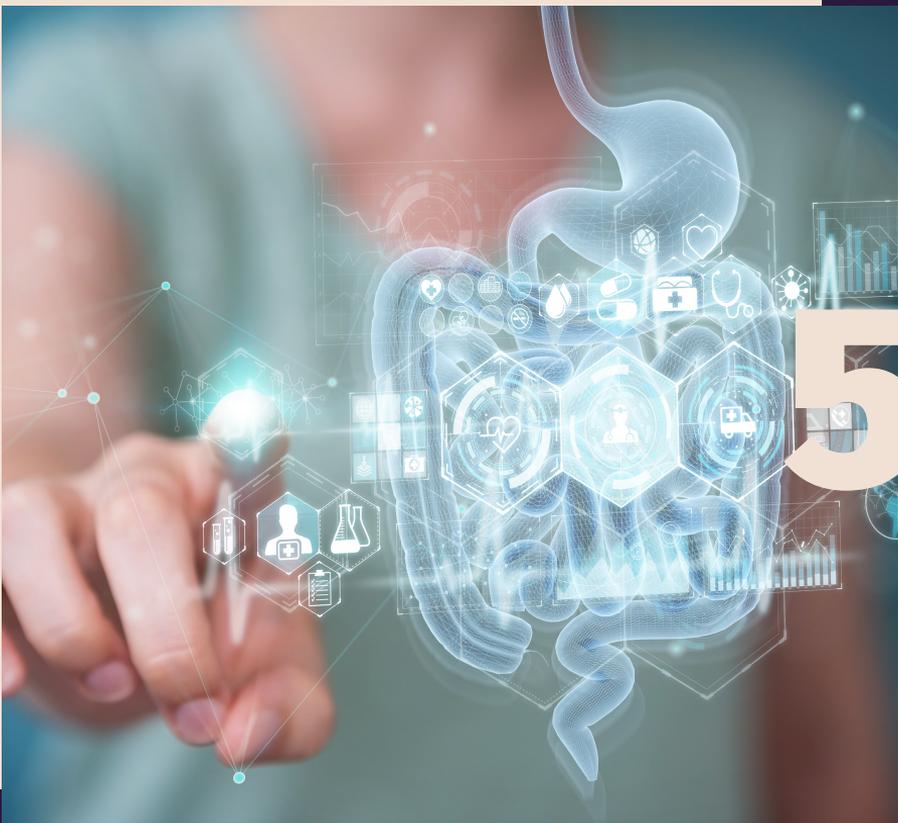
Pergunta 11b. E acha que este ou estes problemas estão associados ao seu microbioma?

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
Diarreia associada a antibióticos	56	48	63	59	55	54
Uma ou mais infeções urogenitais	55	48	64	64	48	47
Episódio(s) de distúrbios intestinais	53	50	60	60	48	47
Distúrbios do sistema digestivo	52	50	60	59	48	47
Gastrenterite	51	44	58	55	50	44
Problemas de pele	38	36	43	41	37	30
Um ou mais distúrbios orais e dentários	33	34	40	37	31	25
Um ou mais distúrbios ORL	32	31	46	33	30	23

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



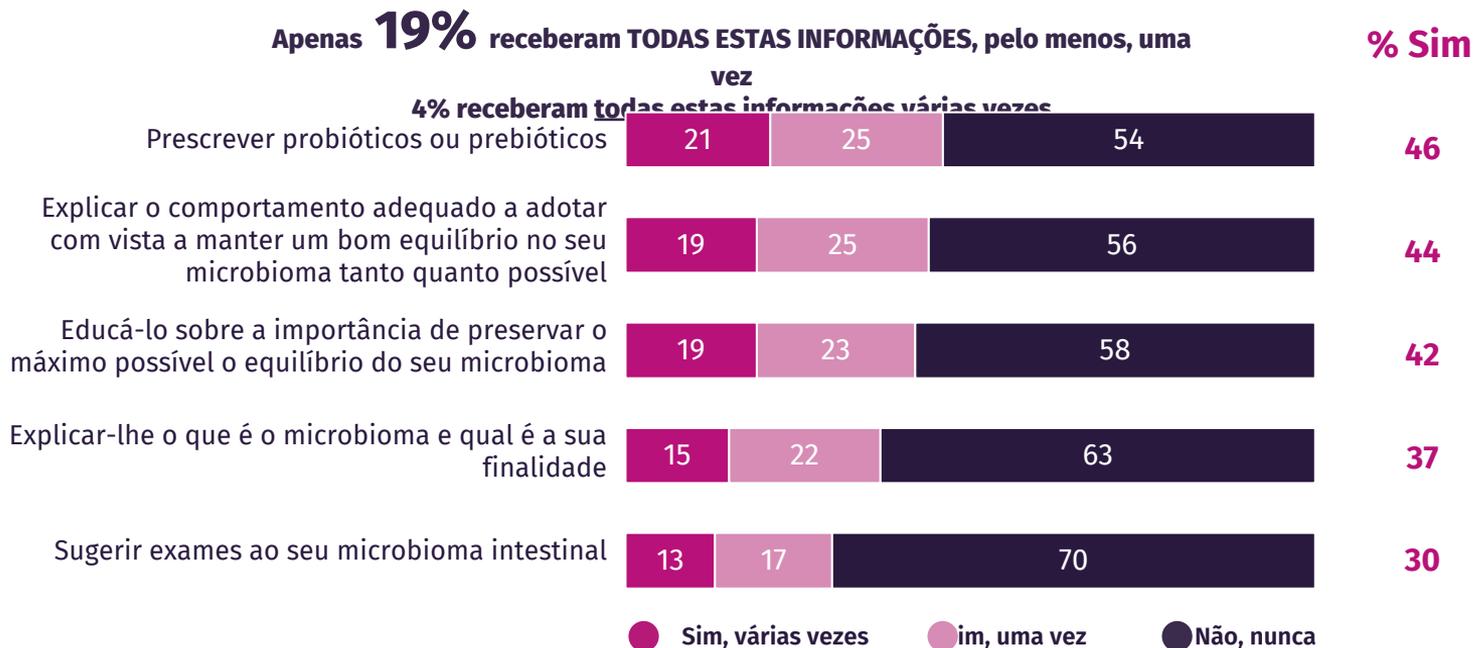
Os profissionais de saúde são essenciais para ensinar os doentes a tornarem-se atores da saúde da sua própria microbiota

No que diz respeito à microbiota, muitos profissionais de saúde adotam medidas a favor dos seus doentes: prescrevem probióticos e prebióticos, mas também dão conselhos sobre como preservar o equilíbrio do microbioma.



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

Base: Todos os inquiridos





Foco nos indivíduos mais informados

Indivíduos que receberam todas as informações, várias vezes, pelos profissionais de saúde



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 “microbioma”	55% vs. 21%
“Conhecimento” subtotal	85% vs. 64%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	82% vs. 53%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	70% vs. 26%
Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	7,5/10 vs. 5,8/10
Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	76% vs. 43%
Sabem exatamente o que são prebióticos	66% vs. 27%
Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	95% vs. 57%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	4,8/7 vs. 4/7

Aprendizagens fundamentais

Os indivíduos que receberam todas estas informações repetidamente possuem um conhecimento mais aprofundado sobre a microbiota, tanto em termos de diversidade como da sua função, e até mesmo sobre as consequências de uma microbiota desequilibrada.

Em matéria de comportamento, são muito melhores a identificar os comportamentos que favorecem o correto funcionamento da microbiota e geralmente aplicam-nos a si próprios.

Este é um sinal de que as informações foram transmitidas e funcionam quando são recebidas várias vezes. Esta população “mais informada” recebeu informações de vários profissionais de saúde, não apenas do médico de clínica geral.

O nível de prescrição de probióticos e prebióticos, assim como o nível de informação e aconselhamento prestado pelos profissionais de saúde variam fortemente de país para país.

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

Base: Todos os inquiridos



% Sim	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
Prescrever probióticos ou prebióticos	46	37	60	49	71	32	27	36	32	71
Explicar o comportamento adequado a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma tanto quanto possível	44	31	56	49	63	31	25	33	35	69
Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma	42	29	52	48	56	31	27	31	36	69
Explicar-lhe o que é o microbioma e qual é a sua finalidade	37	28	45	40	50	25	23	26	26	63
Sugerir exames ao seu microbioma intestinal	30	21	36	33	39	19	14	21	22	64



Os indivíduos com menos de 45 anos e os pais foram os que receberam mais informações dos seus profissionais de saúde: os idosos recebem menos prescrições e conselhos do que os outros

Pergunta 3: Algum dos profissionais de saúde que consultou adotou alguma das medidas seguintes? Base: Todos os inquiridos

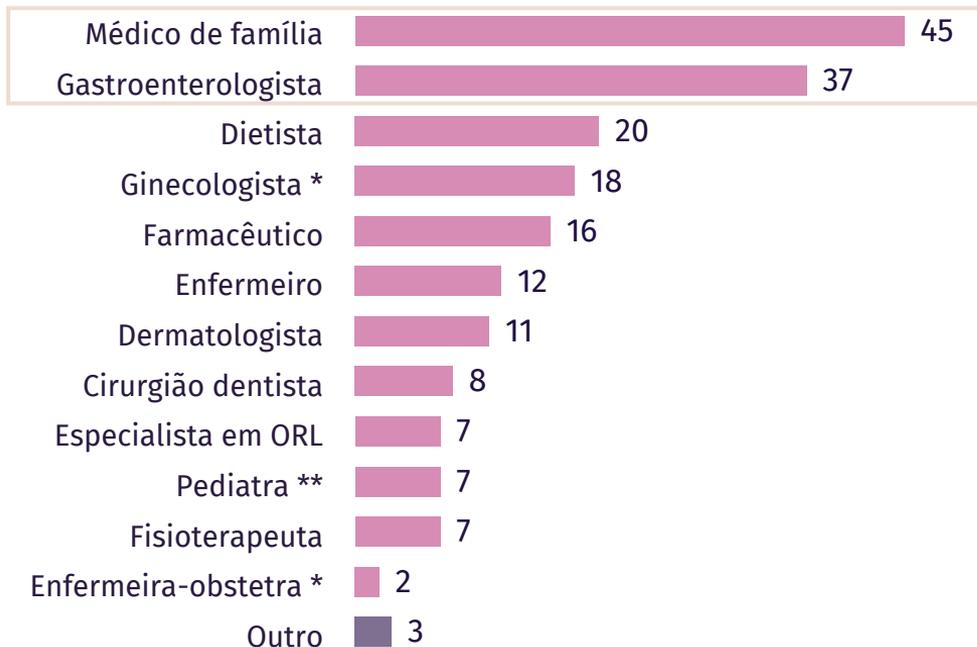
% Sim	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos ou mais	Homens	Mulheres	Pais
	base n=6500	n=719	n=1201	n=1194	n=1643	n=1743	n=3067	n=3433	n=2643
Prescrever probióticos ou prebióticos	46	54	63	54	41	32	43	48	59
Explicar o comportamento adequado a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma tanto quanto possível	44	48	58	52	39	32	44	43	57
Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma	42	44	55	50	40	32	43	42	55
Explicar-lhe o que é o microbioma e qual é a sua finalidade	37	39	50	43	34	26	38	36	48
Sugerir exames ao seu microbioma intestinal	30	32	42	33	27	24	33	28	41

Os médicos de família e os gastroenterologistas são os profissionais de saúde que mais transmitiram informações sobre o microbioma.



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

Base: Indivíduos que receberam esclarecimentos dos profissionais de saúde (n=3958)



* Base: para mulheres (n=3433)

** Base: para pais (n=1974)



Exceto no Brasil e na China, onde outros profissionais de saúde transmitem informações sobre o microbioma.

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

Base: Indivíduos que receberam esclarecimentos dos profissionais de saúde (n=3958)

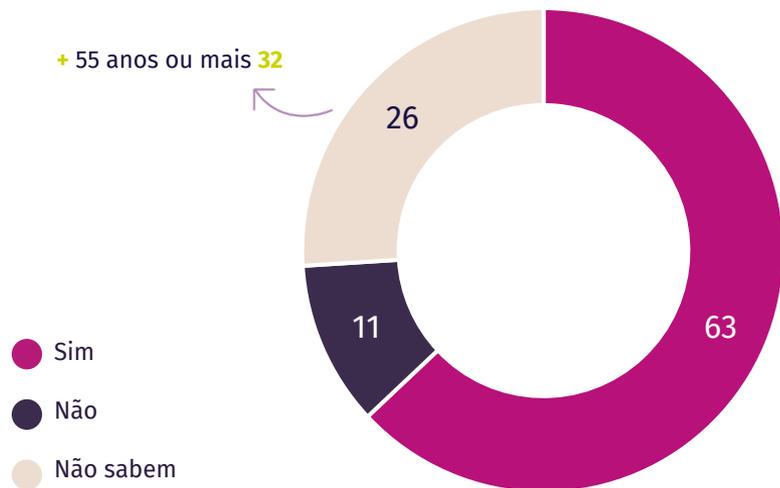
	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
base	n=3958	n=433	n=1503	n=668	n=835	n=1139	n=402	n=477	n=260	n=883
Médico de família	45	46	50	38	60	57	56	50	64	14
Gastroenterologista	37	29	41	42	40	19	17	19	22	63
Dietista	20	18	21	35	11	13	8	18	13	31
Ginecologista	18	11	21	28	15	14	13	9	21	23
Farmacêutico	16	19	11	13	9	18	24	19	12	19
Enfermeiro	12	17	12	16	8	10	7	12	11	12
Dermatologista	11	12	9	14	6	6	7	5	7	22
Cirurgião dentista	8	9	6	8	4	6	6	6	6	14
Especialista em ORL	7	8	8	11	5	3	4	2	4	13
Pediatra	7	10	8	9	8	4	4	5	3	7
Fisioterapeuta	7	10	3	5	2	3	3	4	1	17
Enfermeira-obstetra	2	2	1	1	0	3	6	3	1	2
Outro	3	5	4	5	3	4	5	3	3	1

● Diferenças significativas vs. total - superior

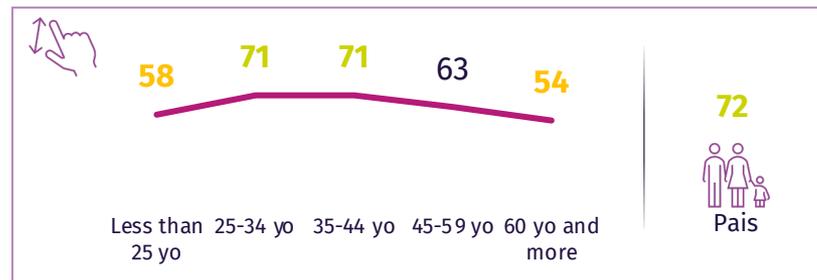
● Diferenças significativas vs. total - inferior

A vasta maioria das pessoas gostariam de fazer exames ao seu microbioma intestinal, 2/3 acham que seria útil e 1/4 simplesmente não sabem.

Pergunta 5bis. No seu caso, acha que é útil fazer exames ao seu microbioma intestinal?
Base: Todos os inquiridos



63% acham que é útil fazer exames ao microbioma intestinal



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

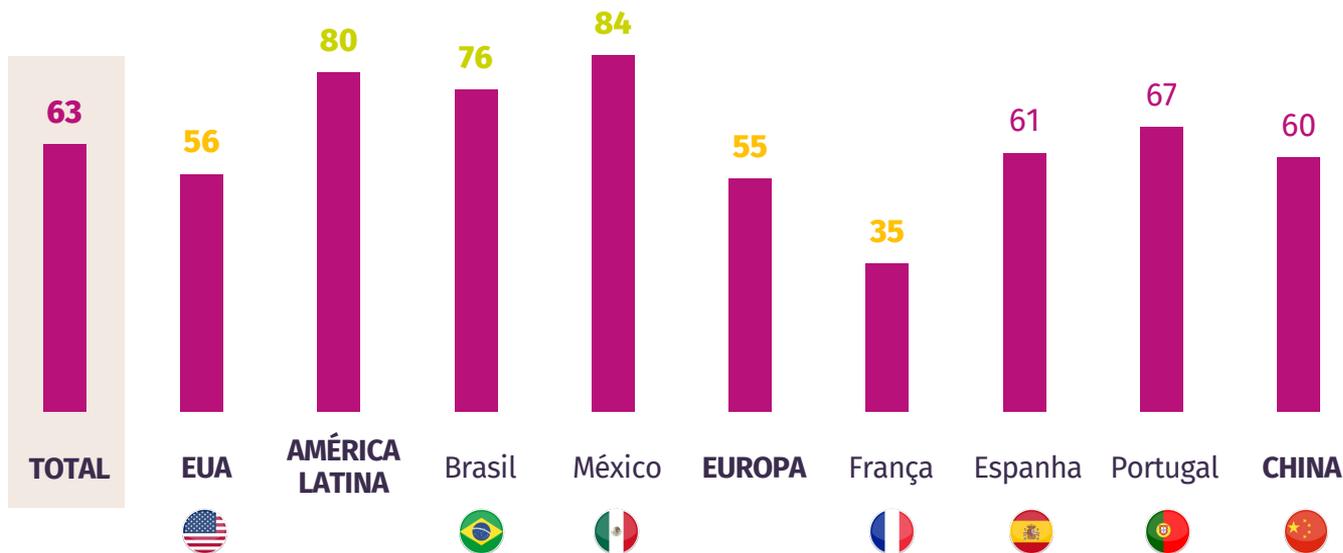


Os países onde as pessoas demonstram mais interesse em fazer exames ao seu microbioma intestinal são também aqueles onde as pessoas mais frequentemente estabelecem a relação entre os seus problemas de saúde e o risco de desequilíbrio do microbioma: México e Brasil, muito à frente de França

Pesquisa sobre o interesse em fazer exames ao seu microbioma intestinal

Base: Todos os inquiridos

% Sim



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Copyright Biocodex Microbiota
Institute et Ipsos - juin 2023

International
Microbiota
Observatory

Ipsos

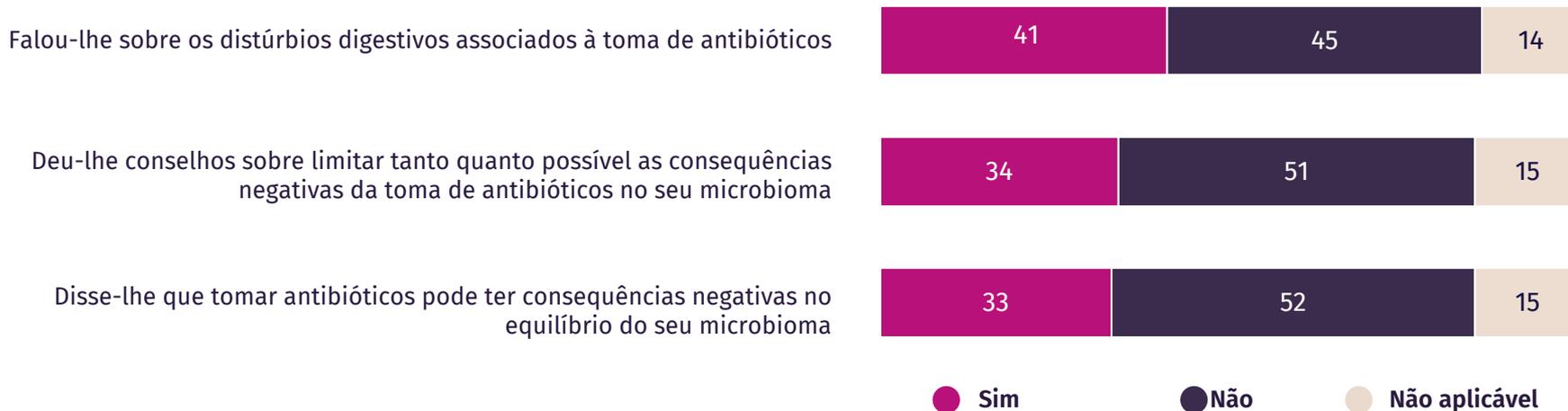
Durante tratamentos com antibióticos, poucos receberam informações e conselhos para proteger o seu microbioma.



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

Base: Todos os inquiridos

Apenas **20%** receberam **TODAS ESTAS INFORMAÇÕES** dos seus profissionais de saúde



Os mexicanos e os chineses provavelmente receberam mais conselhos e informações dos seus profissionais de saúde.

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

Base: Todos os inquiridos

% Sim	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
% RECEBERAM TODAS ESTAS INFORMAÇÕES DOS SEUS PROFISSIONAIS DE SAÚDE	20	15	24	21	27	17	16	18	18	28
Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos	41	30	43	40	47	38	38	36	41	51
Deu-lhe conselhos sobre limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma	34	26	37	32	41	28	27	27	30	53
Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma	33	25	35	32	38	26	24	26	27	54

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



Os indivíduos com 25-44 anos e os pais receberam mais informações e conselhos quando lhes foram prescritos antibióticos.



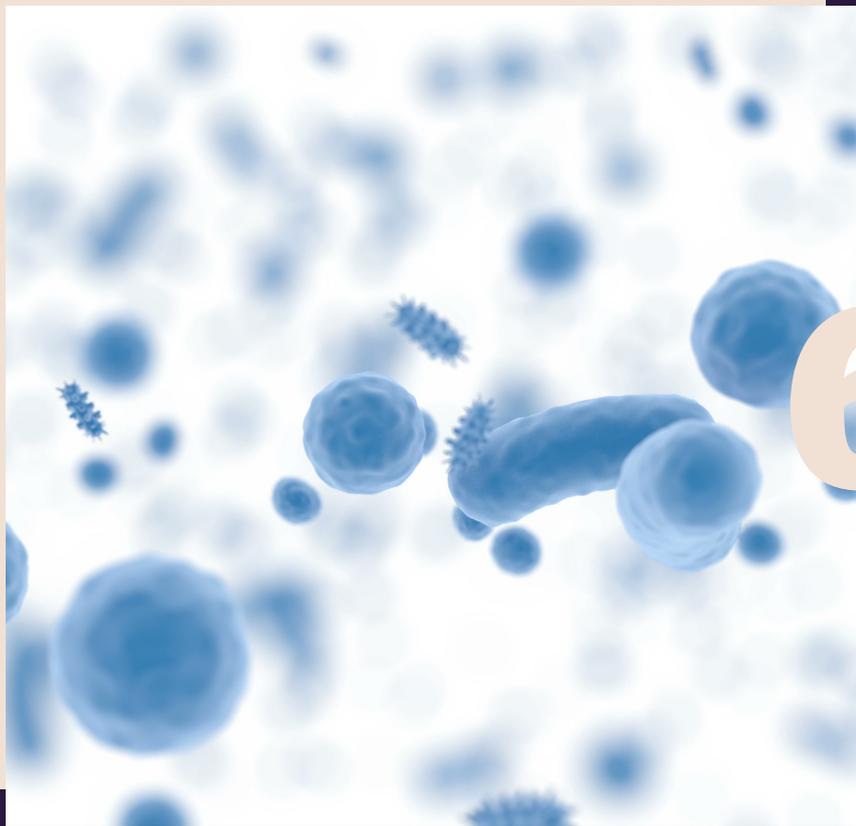
Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe prescreveu antibióticos, fez alguma das ações seguintes? / Base: Todos os inquiridos

% Sim

	Total base n=6500	Menos de 25 anos n=719	25-34 anos n=1201	35-44 anos n=1194	45-59 anos n=1643	60 anos ou mais n=1743	Pais n=2643
% RECEBERAM TODAS ESTAS INFORMAÇÕES DOS SEUS PROFISSIONAIS DE SAÚDE	20	17	27	27	17	15	28
Falou-lhe sobre os distúrbios digestivos associados à toma de antibióticos	41	40	47	47	37	36	48
Deu-lhe conselhos sobre limitar tanto quanto possível as consequências negativas da toma de antibióticos no seu microbioma	34	34	46	39	30	27	43
Disse-lhe que tomar antibióticos pode ter consequências negativas no equilíbrio do seu microbioma	33	31	42	37	30	27	41

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



6

Foco no microbioma vulvovaginal

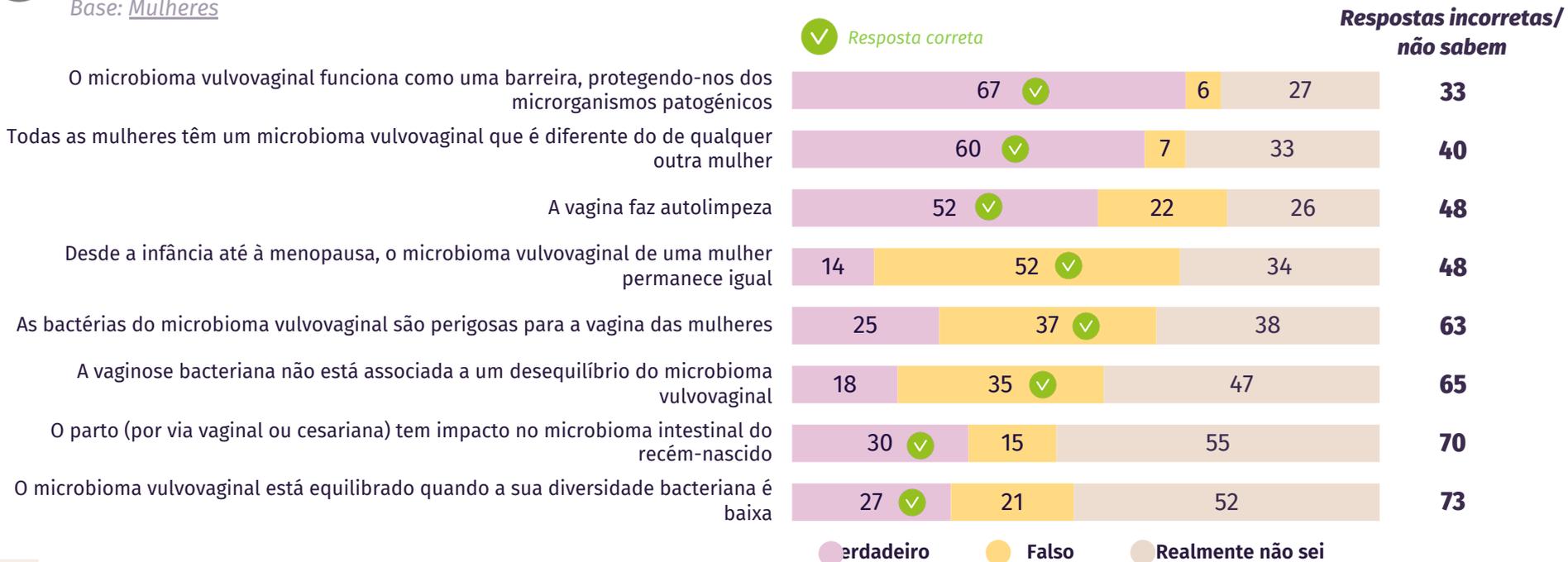
Nas perguntas seguintes, iremos discutir o microbioma vulvovaginal, também conhecido como flora vaginal ou microbioma vaginal.

Quando se fala em microbioma vulvovaginal, o conhecimento parece ser mais limitado.



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





Em todos os países, as mulheres não sabem muito sobre microbioma vulvovaginal.

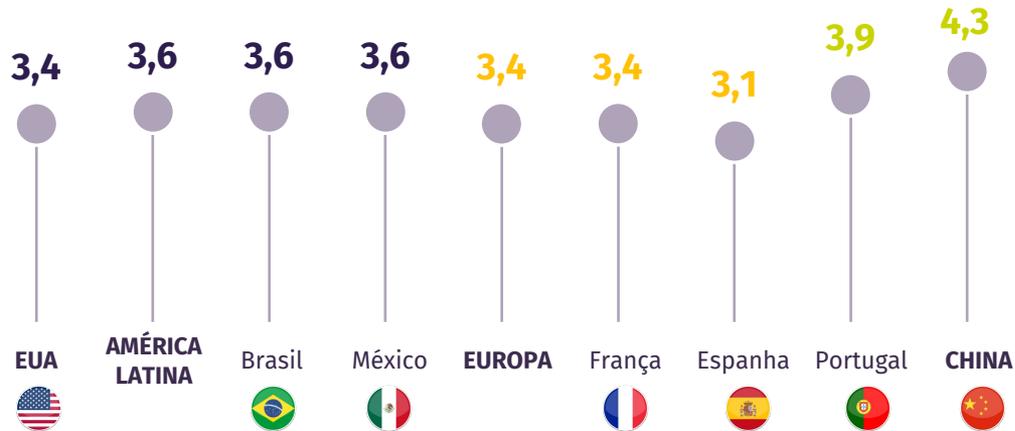


Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres



Número de respostas corretas em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



O conhecimento sobre microbioma vulvovaginal contrasta entre os países e nos diversos tópicos: é um pouco mais aprofundado na China

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	CHINA
base	n=3433	n=547	n=1129	n=572	n=557	n=1283	n=523	n=516	n=244	n=474
O microbioma vulvovaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogênicos	67	53	71	69	74	66	63	63	70	74
Todas as mulheres têm um microbioma vulvovaginal que é diferente do de qualquer outra mulher	60	55	64	58	69	60	59	58	64	56
Desde a infância até à menopausa, o microbioma vulvovaginal de uma mulher permanece igual	52	53	48	49	47	55	52	48	66	50
A vagina faz autolimpeza	52	59	46	46	46	50	59	30	59	66
As bactérias do microbioma vulvovaginal são perigosas para a vagina das mulheres	37	34	38	39	36	38	39	33	41	36
A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vulvovaginal	35	36	32	35	30	31	24	32	37	48
O parto (por via vaginal ou cesariana) tem impacto no microbioma intestinal do recém-nascido	30	28	32	34	30	25	24	27	23	48
O microbioma vulvovaginal está equilibrado quando a sua diversidade bacteriana é baixa	27	19	34	33	34	19	15	17	26	47



As mulheres com 25-44 anos e as mães possuem mais conhecimentos sobre microbioma vulvovaginal, mas o seu nível de conhecimentos permanece baixo.

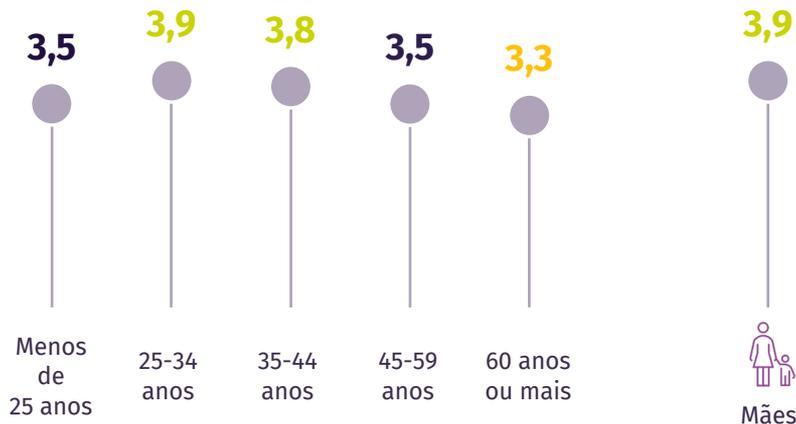


Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres



Número de respostas corretas em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres com mais de 60 anos são as que têm menos conhecimentos sobre o microbioma vulvovaginal.

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
	base n=3433	n=406	n=763	n=736	n=785	n=743
O microbioma vulvovaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogênicos	67	61	70	73	65	64
Todas as mulheres têm um microbioma vulvovaginal que é diferente do de qualquer outra mulher	60	56	63	62	59	58
Desde a infância até à menopausa, o microbioma vulvovaginal de uma mulher permanece igual	52	46	51	53	57	50
A vagina faz autolimpeza	52	55	60	54	48	47
As bactérias do microbioma vulvovaginal são perigosas para a vagina das mulheres	37	39	37	40	36	33
A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vulvovaginal	35	37	37	38	34	29
O parto (por via vaginal ou cesariana) tem impacto no microbioma intestinal do recém-nascido	30	28	41	34	27	23
O microbioma vulvovaginal está equilibrado quando a sua diversidade bacteriana é baixa	27	25	34	29	25	23

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Muito poucas mulheres receberam informações ou conselhos dos seus profissionais de saúde sobre o microbioma.



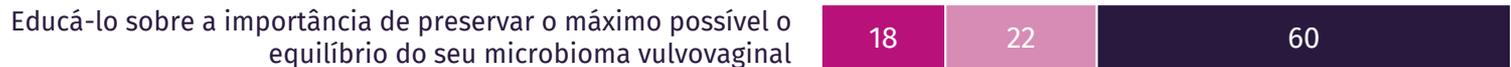
Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?
Base: Mulheres

22% receberam TODAS ESTAS INFORMAÇÕES, pelo menos, uma vez

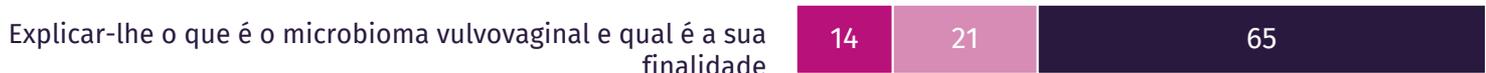
% Sim



42



40



35



31

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



Exceto na China e na América Latina, onde a maioria das mulheres recebeu informações sobre o microbioma vulvovaginal.

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	CHINA
	base n=3433	n=547	n=1129	n=572	n=557	n=1283	n=523	n=516	n=244	n=474
% Receberam TODAS ESTAS INFORMAÇÕES, pelo menos, uma vez	22	11	28	25	31	14	12	16	15	48
Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vulvovaginal tanto quanto possível	42	23	52	51	54	32	27	26	42	75
Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vulvovaginal	40	21	51	50	51	30	28	26	37	72
Explicar-lhe o que é o microbioma vulvovaginal e qual é a sua finalidade	35	19	43	40	45	25	23	23	28	71
Sugerir exames ao seu microbioma vulvovaginal	31	14	35	31	40	22	17	25	23	69

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres com mais de 45 anos receberam pouca informação dos seus profissionais de saúde sobre o microbioma vulvovaginal.



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

Base: Mulheres

% Sim

	Total base n=3433	Menos de 25 anos n=406	25-34 anos n=763	35-44 anos n=736	45-59 anos n=785	60 anos ou mais n=743
% Receberam TODAS AS INFORMAÇÕES, pelo menos, uma vez	22	23	34	26	16	15
Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vulvovaginal tanto quanto possível	42	45	56	47	34	34
Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vulvovaginal	40	45	53	46	31	32
Explicar-lhe o que é o microbioma vulvovaginal e qual é a sua finalidade	35	36	48	37	28	29
Sugerir exames ao seu microbioma vulvovaginal	31	33	42	35	24	24

● Diferenças significativas vs. total - superior

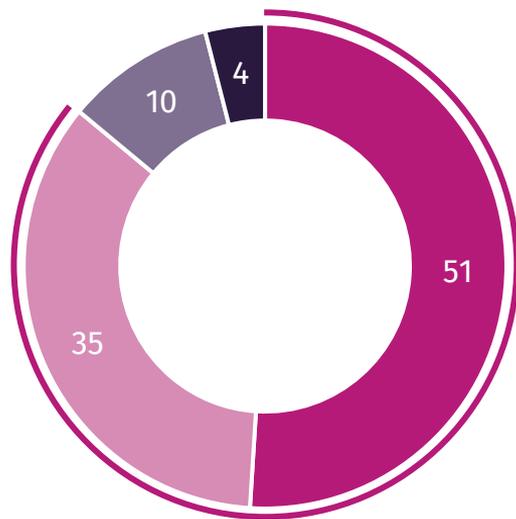
● Diferenças significativas vs. total - inferior

A maioria das mulheres gostaria de ter mais informações sobre a importância do microbioma vulvovaginal e o respetivo impacto na saúde.

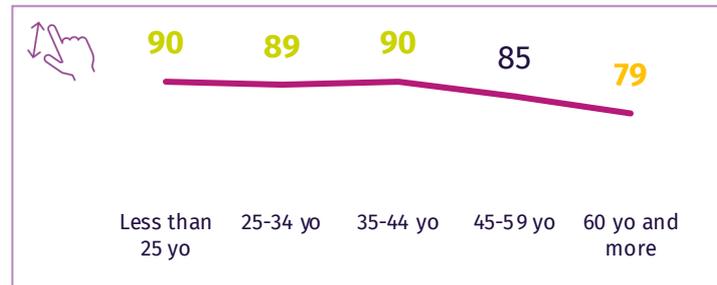


Pergunta 15. E gostaria que o profissional de saúde que monitoriza a sua saúde ginecológica falasse mais consigo sobre a importância do seu microbioma vulvovaginal e o respetivo impacto na sua saúde?

Base: Mulheres



86% gostariam de ter mais informações sobre a importância do microbioma vulvovaginal e o respetivo impacto na saúde



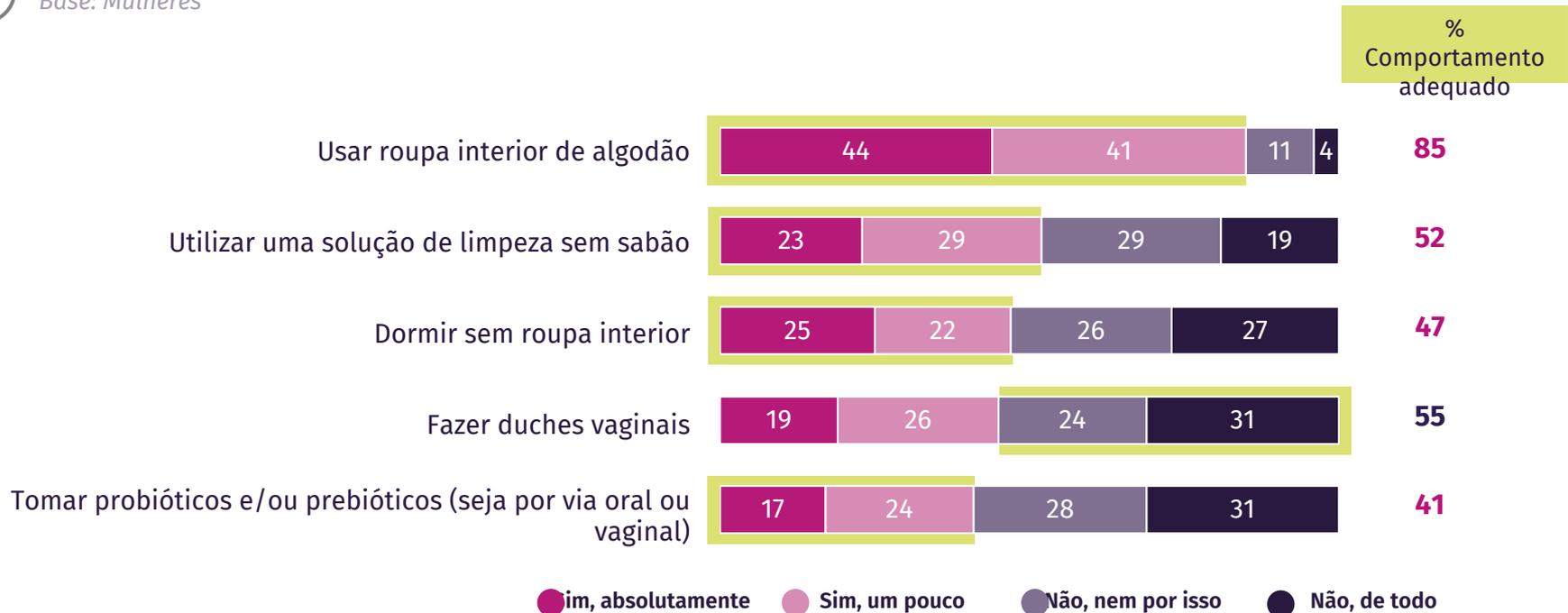
● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Detalhadamente, e exceto a roupa interior de algodão, uma proporção moderada de mulheres adotou comportamentos específicos para proteger a saúde do seu microbioma vulvovaginal.

Adotou ou não regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres





Menos de 3 comportamentos foram adotados pelas mulheres para preservar o seu microbioma vulvovaginal.

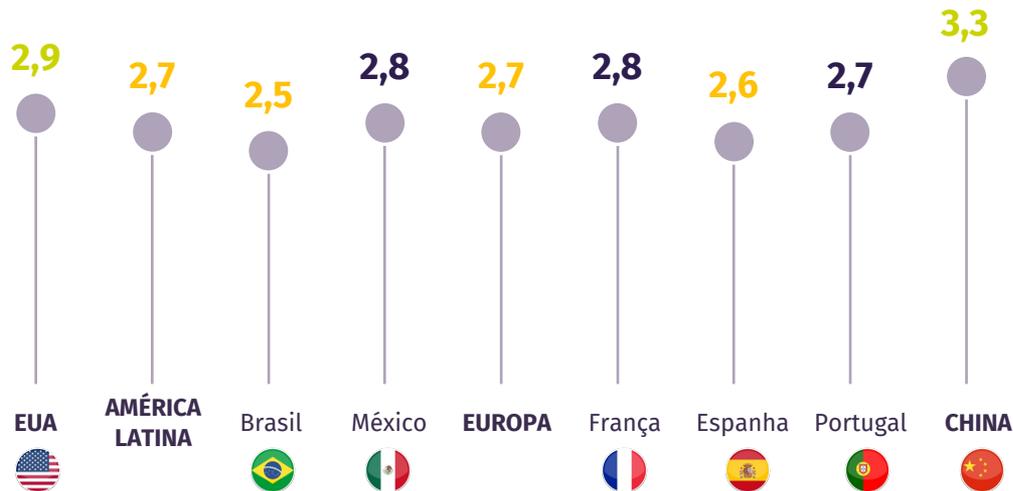


Pergunta 16. Na sua vida diária, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres



Número de comportamentos adequados adotados em média



● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres chinesas adotam os comportamentos mais adequados, mas muitas mulheres fazem duches vaginais.

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

Base: Mulheres

% Comportamento adequado	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
	base n=3433	n=547	n=1129	n=572	n=557	n=1283	n=523	n=516	n=244	n=474
Usar roupa interior de algodão	85	82	88	84	92	82	80	83	84	89
Utilizar uma solução de limpeza sem sabão	52	34	48	44	52	57	56	50	63	63
Dormir sem roupa interior	47	45	43	52	35	41	51	33	39	76
Fazer duches vaginais	55	85	48	40	56	62	69	64	53	19
Tomar probióticos e/ou prebióticos (seja por via oral ou vaginal)	41	41	39	32	47	29	28	33	27	79

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

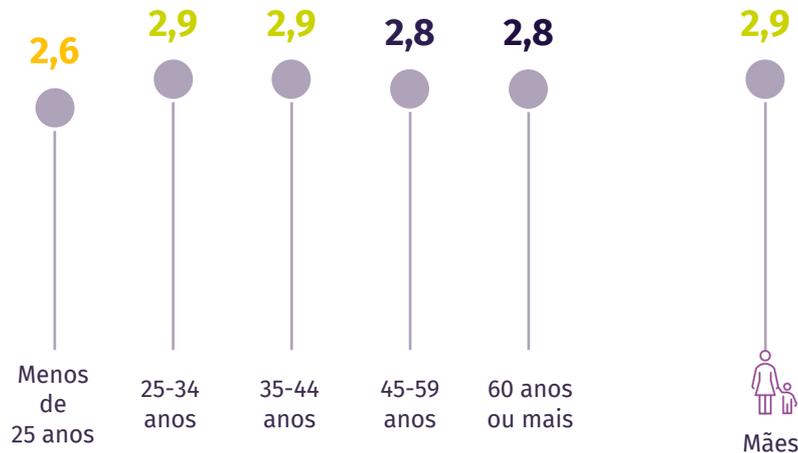


É mais provável que as mulheres com 25-44 anos adotem comportamentos adequados em relação ao seu microbioma vulvovaginal.



Pergunta 16. Na sua vida diária, 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 comportamentos benéficos para o microbioma vulvovaginal contrastam de acordo com a idade das mulheres.



Pergunta 16. Na sua vida diária, 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
	base n=3433	n=406	n=763	n=736	n=785	n=743
Usar roupa interior de algodão	85	82	84	89	85	84
Utilizar uma solução de limpeza sem sabão	52	50	55	54	51	49
Dormir sem roupa interior	47	49	55	46	43	43
Fazer duches vaginais	55	53	53	50	37	36
Tomar probióticos e/ou prebióticos (seja por via oral ou vaginal)	41	33	47	45	37	38

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior

Copyright Biocodex Microbiota
Institute et Ipsos - juin 2023

International
Microbiota
Observatory

Ipsos

A large, light gray rectangular area on the left side of the slide contains a complex, abstract pattern of white and light gray shapes. These shapes resemble stylized, interconnected branches or a dense network of microbial structures, possibly representing a microbiome or a complex data network. The pattern is dense and fills the entire area.

Resultados principais por país

Visão geral dos resultados dos países



EUA



Brasil



México



França



Espanha



Portugal



China

Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade

Sabem exatamente o que é “microbioma”	22%	21%	20%	27%	24%	17%	17%
“Conhecimento” subtotal	53%	62%	66%	81%	69%	61%	57%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	42%	51%	58%	63%	57%	45%	54%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	21%	29%	26%	21%	22%	26%	34%

Nível de conhecimento sobre a microbiota

Média de respostas corretas	5,3/10	5,7/10	6,0/10	6,0/10	5,8/10	6,2/10	5,8/10
-----------------------------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------

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

Sabem exatamente o que são probióticos	53%	39%	55%	31%	38%	37%	47%
Sabem exatamente o que são prebióticos	36%	25%	31%	14%	26%	17%	38%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada

Adotaram comportamentos específicos	47%	64%	62%	47%	54%	58%	64%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	3,9/7	4,0/7	4,3/7	3,8/7	4,2/7	4,1/7	3,9/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde

Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	46%	64%	83%	40%	47%	51%	88%
--	-----	-----	-----	-----	-----	-----	-----

Aprendizagens com os resultados dos EUA



Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	22%
“Conhecimento” subtotal	53%
“Conhecimento” subtotal do microbioma intestinal	42%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	21%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	5,3/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	53%
Sabem exatamente o que são prebióticos	36%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	41%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	3,9/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	46%

Aprendizagens fundamentais

Os americanos admitem ter um conhecimento escasso do microbioma e da sua diversidade. O mais conhecido é o microbioma intestinal, mas muitos nunca ouviram falar disso.

Em termos de conhecimento, pouco se sabe sobre a função do microbioma e as consequências na saúde.

Embora os americanos saibam um pouco mais sobre probióticos e prebióticos em comparação com outros países, poucos adotaram comportamentos específicos para manter o seu microbioma equilibrado.

Menos de metade recebeu informação do seu profissional de saúde sobre o microbioma, mesmo nos casos em que foram prescritos antibióticos. É essencial que os médicos de clínica geral transmitam mais informações para promover a consciencialização e incentivar o comportamento adequado.

Aprendizagens com os resultados do Brasil



Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	21%
“Conhecimento” subtotal	62%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	51%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	29%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	5,7/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	39%
Sabem exatamente o que são prebióticos	25%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	64%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	4,0/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	64%

Aprendizagens fundamentais

Embora um pouco mais brasileiros tenham ouvido falar de várias microbiotas (29%), a palavra “microbioma” não é de todo conhecida para eles, já a palavra “flora” é muito mais utilizada.

No entanto, mesmo depois de definir o microbioma, o nível de conhecimentos em relação à função e ao funcionamento do microbioma continua a ser bastante modesto.

Além disso, os brasileiros têm um conhecimento limitado sobre probióticos e prebióticos.

Embora declarem que adotaram comportamentos para manter a microbiota equilibrada, não conseguem identificar devidamente os comportamentos certos a implementar.

As informações que receberam dos profissionais de saúde ainda não são suficientes para eles. É essencial fornecer informação para uma melhor compreensão sobre o microbioma utilizando designações “adequadas” e ajudar as pessoas a saber o que fazer em termos de comportamentos.

Aprendizagens com os resultados do México



Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	20%
“Conhecimento” subtotal	66%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	58%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	26%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	6,0/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	55%
Sabem exatamente o que são prebióticos	31%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	62%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	4,3/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	83%

Aprendizagens fundamentais

Os mexicanos possuem conhecimentos razoáveis sobre a microbiota em comparação com outros países. De facto, o termo “flora” parece ser mais conhecido e, uma vez mais, o seu conhecimento incide principalmente na microbiota intestinal.

Em termos de conhecimento, têm mais noção da importância e da função da microbiota e dos probióticos e prebióticos.

Os mexicanos são mais suscetíveis de identificar os comportamentos adequados para manter o microbioma equilibrado – aliás, declararam adotar os mesmos na sua vida quotidiana.

Mais de 8 em 10 receberam informações dos seus profissionais de saúde: as mensagens foram transmitidas. Há ainda espaço para melhorias em termos de conhecimento da diversidade do microbioma, tendo em conta as designações utilizadas.

Aprendizagens com os resultados de França



Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	27%
“Conhecimento” subtotal	81%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	63%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	21%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	6,0/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	31%
Sabem exatamente o que são prebióticos	14%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	41%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	3,8/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	40%

Aprendizagens fundamentais

Embora a designação “microbioma” pareça ser bastante conhecida em França, o termo “flora” é definitivamente a palavra mais popular. Mesmo entre os franceses que indicaram ter noção da designação “microbioma”, a verdade é que desconhecem a diversidade da microbiota.

Ao testar a população francesa com alguns pressupostos em torno da definição e função do microbioma, as suas respostas são bastante boas em comparação com outros países.

Uma minoria recebeu conselhos e informações dos seus profissionais de saúde. É essencial que tanto os médicos de clínica geral como os farmacêuticos transmitam mais informações aos franceses para promover a consciencialização e a ajudar a identificar os comportamentos adequados.

Por conseguinte, este baixo nível de informação pode explicar o conhecimento limitado que os franceses possuem sobre prebióticos e probióticos. Aliás, a maioria dos franceses acredita, portanto, que os probióticos e os prebióticos não podem ter um efeito positivo no seu microbioma.

Aprendizagens com os resultados de Espanha



Espanha

Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	24%
“Conhecimento” subtotal	69%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	57%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	22%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	5,8/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	38%
Sabem exatamente o que são prebióticos	26%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	54%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	4,2/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	47%

Aprendizagens fundamentais

Os espanhóis revelam pouco conhecimento sobre o microbioma e a diversidade do microbioma. Este conhecimento é essencialmente orientado para o microbioma intestinal. “Flora intestinal” seria um termo mais familiar para eles.

Em termos de conhecimento, têm um conhecimento muito reduzido sobre a composição, o funcionamento, a função da microbiota e as consequências quando a mesma está desequilibrada.

Fazendo uma comparação com os franceses e os portugueses, os espanhóis são mais numerosos quanto à noção de probióticos e prebióticos. Mas esta noção continua bastante modesta. Já ouviram falar sobre isso, mas não sabem precisamente do que se trata.

No entanto, são ligeiramente melhores a identificar os comportamentos a adotar, embora não os apliquem necessariamente.

Em termos de fontes de informação, menos de metade recebeu informações dos seus profissionais de saúde.

Aprendizagens com os resultados de Portugal



Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	17%
“Conhecimento” subtotal	61%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	45%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	26%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	6,2/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	37%
Sabem exatamente o que são prebióticos	17%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	58%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	4,1/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	51%

A designação “microbioma” não é de todo conhecida em Portugal, o termo “flora” é definitivamente uma palavra mais popular, especialmente a que está relacionada com o intestino.

Por outro lado, assim que leram a definição a explicar que flora é a palavra anteriormente utilizada para microbioma, demonstram alguns conhecimentos mais aprofundados em comparação com outros países. É mais provável que conheçam a função e as consequências de uma microbiota desequilibrada.

Também é mais provável que saibam que podem ser tomadas determinadas medidas para manter uma microbiota equilibrada, no entanto, não são muito bons a identificar os comportamentos que ajudam o microbioma.

Além disso, as soluções, como os probióticos ou os prebióticos, não surgem como algo bastante comum para os portugueses: a maioria ouviu falar dos mesmos, mas apenas uma minoria sabe precisamente o que significam e implicam.

No entanto, esta falta de conhecimento está também relacionada com a escassa informação que receberam dos seus profissionais de saúde: apenas metade recebeu estas informações do seu médico.

Aprendizagens com os resultados da China



China

Conhecimento sobre microbioma e respetiva diversidade	
Sabem exatamente o que é “microbioma”	17%
“Conhecimento” subtotal	57%
Conhecimento subtotal do microbioma intestinal	54%
Conhecimento subtotal de todo o microbioma	34%

Nível de conhecimento sobre a microbiota	
Média de respostas corretas	5,8/10

Nível de conhecimento sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabem exatamente o que são probióticos	47%
Sabem exatamente o que são prebióticos	38%

Adoção e identificação dos comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotaram comportamentos específicos	64%
Número de comportamentos identificados para preservar a microbiota	3,9/7

Nível de informação fornecida pelos profissionais de saúde	
Receberam, no mínimo, uma parte da informação, pelo menos, uma vez	88%

Aprendizagens fundamentais

Embora a maioria tenha ouvido falar de “microbioma”, apenas 17% sabem exatamente o que é. Muito poucos têm noção de que existem vários microbiomas.

Embora os chineses sejam mais suscetíveis de ver a ligação entre os problemas de saúde vivenciados e o seu próprio microbioma, o seu conhecimento é bastante modesto quanto à função e às consequências de um microbioma desequilibrado.

No entanto, mais chineses adotaram comportamentos específicos para manter o microbioma equilibrado e a funcionar da melhor maneira possível. Mas, atualmente, não estão em melhor posição do que os outros países na identificação dos comportamentos adequados.

Na China, existe um nível mais elevado de informação dos profissionais de saúde e uma diversidade de profissionais de saúde que transmitiram a informação. Este melhor nível de informação pode explicar o conhecimento que os chineses possuem sobre prebióticos e probióticos.

A large, light gray rectangular area on the left side of the page contains a dense, abstract pattern of various bacterial and fungal shapes, including rods, cocci, and branching structures, set against a white background.

ANEXOS

Fiabilidade dos resultados

Folha de cálculo

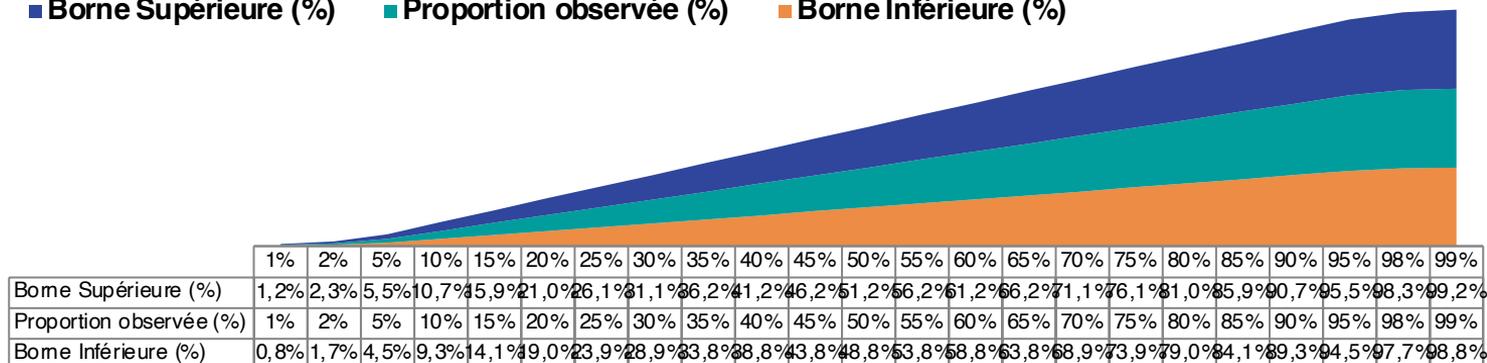
- **No caso deste estudo:**

- Intervalo de confiança: **95%**
- Dimensão da amostra **6500**

- **As proporções observadas estão entre:**

limite superior (%), proporção observada (%), limite inferior (%)

■ **Borne Supérieure (%)** ■ **Proportion observée (%)** ■ **Borne Inférieure (%)**



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:** 21 de março – 10 de abril de 2023
- **Amostra alcançada:** 6500 entrevistas (100 em cada país, exceto em Portugal n=500)
- **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
- Conceção da apresentação dos resultados
- Análises de 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.