



International Microbiota Observatory

Observatório Internacional
de Microbiotas

Resultados do estudo por país

Brasil

China

México

Portugal



— **Espanha**

Estados Unidos








França



Métodos

Métodos

Este inquérito internacional foi realizado on-line em **7 países**, de 21 de março a 7 de abril de 2023. Foram inquiridas **6.500 pessoas** nos 7 países, entre amostras representativas da população com idade igual ou superior 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 automatizada do Painel Ipsos assegurou amostras representativas em cada país (sexo, idade, situação profissional e região do país) com base no método das quotas.

Comentários



**TODOS OS
PAÍSES**
(n=6500)

= Resposta média para todos os 7 países.

Foram calculadas diferenças significativas em relação a todos os países



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



Diferenças significativas em relação à média do país - superior

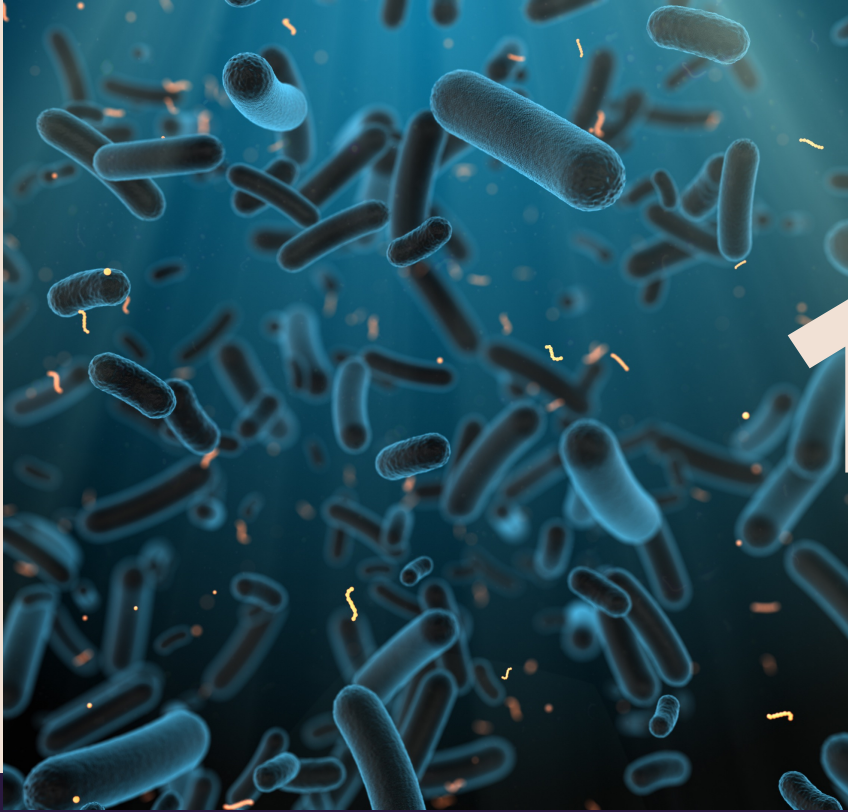


Diferenças significativas em relação à média do país - inferior

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



Todos os resultados são apresentados em %.



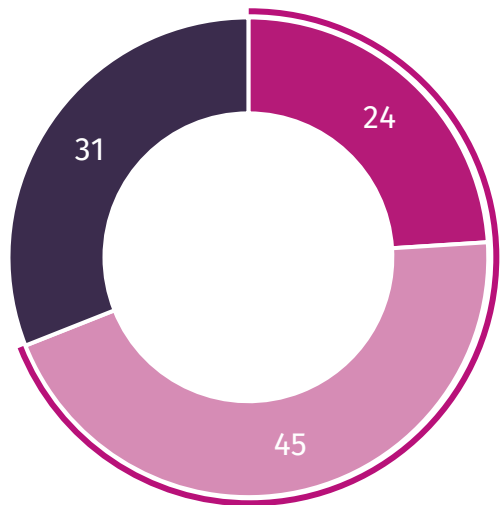
Uma questão de "palavras": uma compreensão muito deficiente dos termos utilizados para falar da microbiota.

Embora 2/3 das pessoas já tenham ouvido falar sobre a microbiota, apenas 1/4 sabe exatamente o que é.



Pergunta 2. Já alguma vez ouviu falar de "microbiota"?

Base: Todos os inquiridos

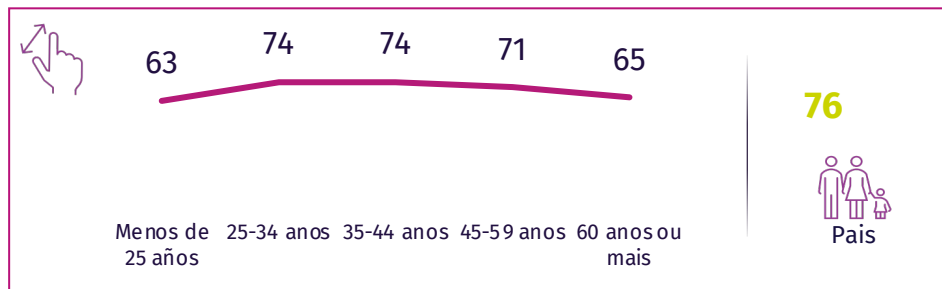


- Sim, e sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é.
- Não, nunca ouvi falar disso

69% já ouviram falar do termo microbiota



64%



- Diferenças significativas em relação ao total - superior
- Diferenças significativas em relação ao total - inferior

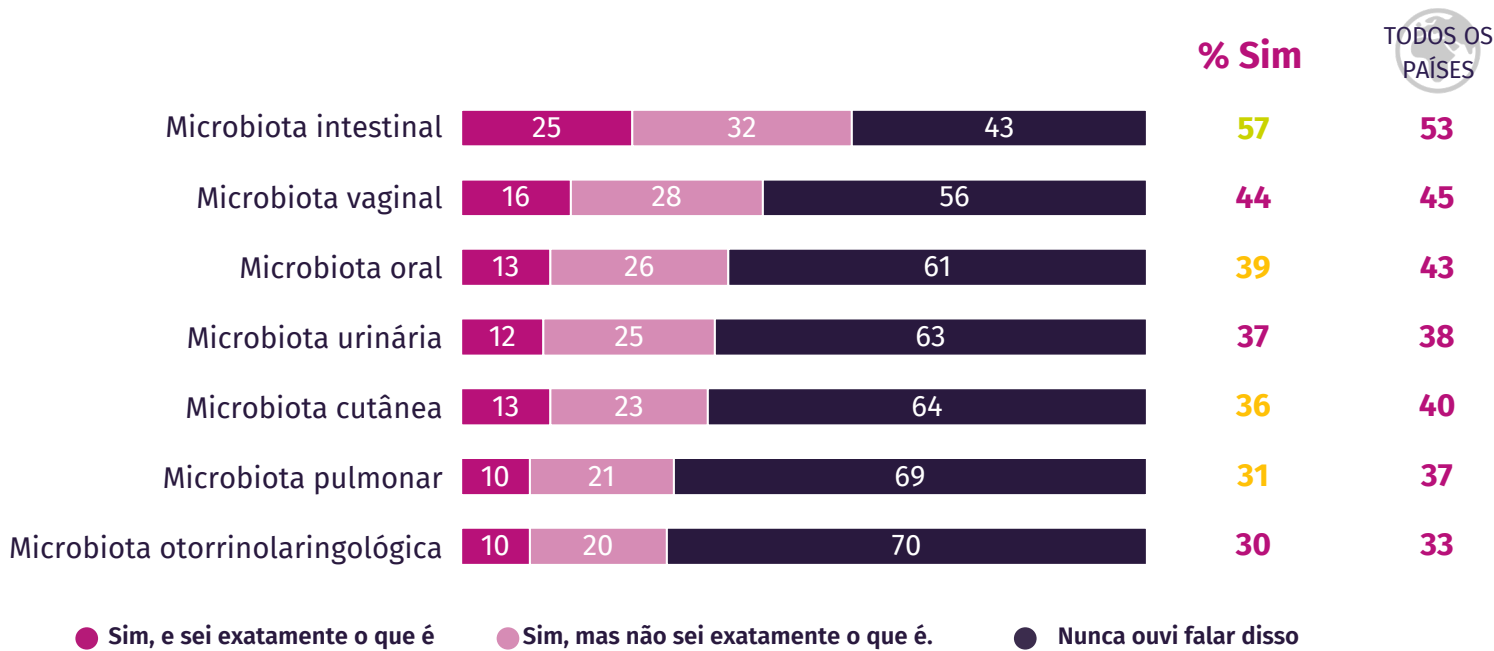


Pouco se sabe exatamente sobre os diferentes tipos de microbiotas, mas os espanhóis parecem saber mais sobre a microbiota intestinal do que os outros países.



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

Base: Todos os inquiridos



● Sim, e sei exatamente o que é

● Sim, mas não sei exatamente o que é.

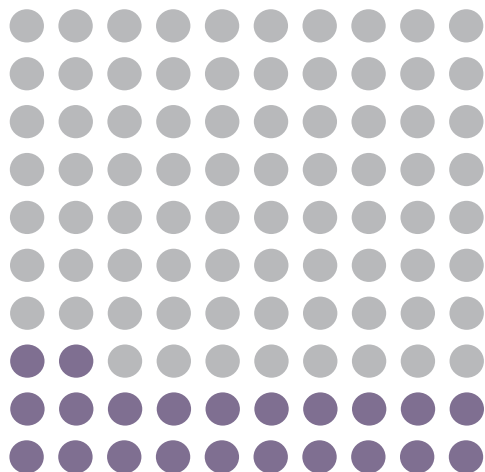
● Nunca ouvi falar disso



Pouco se sabe exatamente sobre a diversidade da microbiota, ainda mais nos inquiridos com mais de 60 anos.



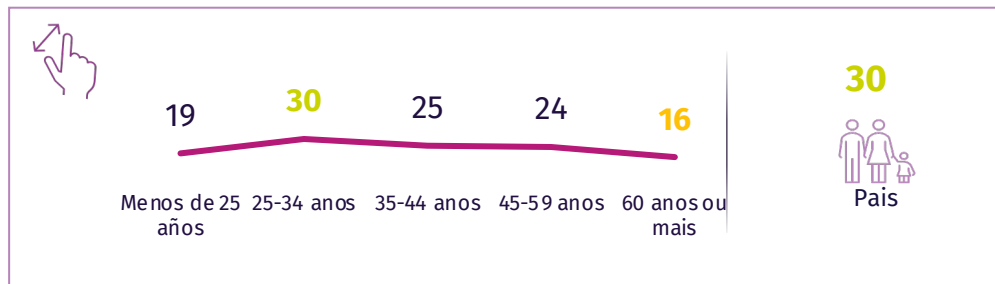
Pergunta 3. E, mais especificamente, já ouviu falar dos seguintes termos?
Base: Todos os inquiridos



22% já ouviram falar de cada uma das microbiotas:
**microbiota intestinal, vaginal, cutânea, pulmonar,
urinária, oral e otorrinolaringológica**

TODOS OS
PAÍSES

26%



Mas apenas **5%** conhecem exatamente todas elas

TODOS OS
PAÍSES

5%

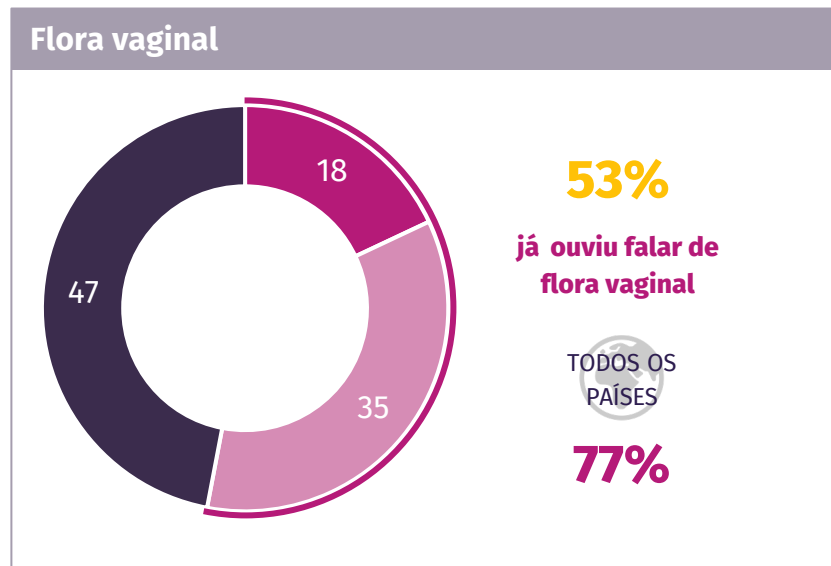
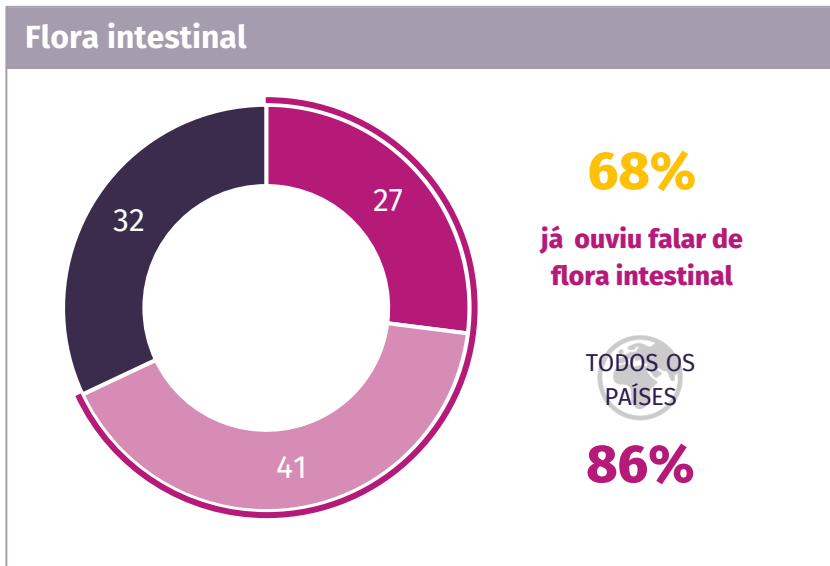


O termo "flora" não parece ser mais conhecido do que "microbiota", e este nível de conhecimento é muito inferior ao existente nos outros países.



Pergunta 2A E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos



● Sim, e sei exatamente o que é

● Sim, mas não sei exatamente o que é.

● Não, nunca ouvi falar disso

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior

Copyright Biocodex Microbiota Institute e Ipsos - junho de 2023



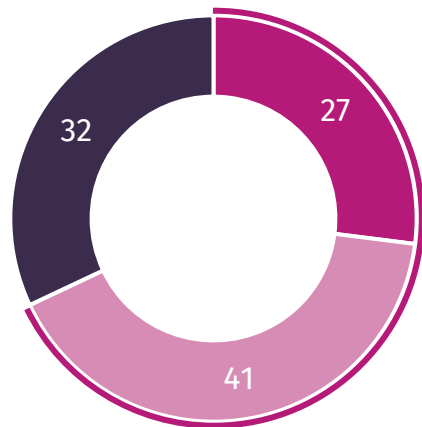
O termo “flora intestinal” é igualmente conhecido em todas as faixas etárias.



Pergunta 2A E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos

Flora intestinal



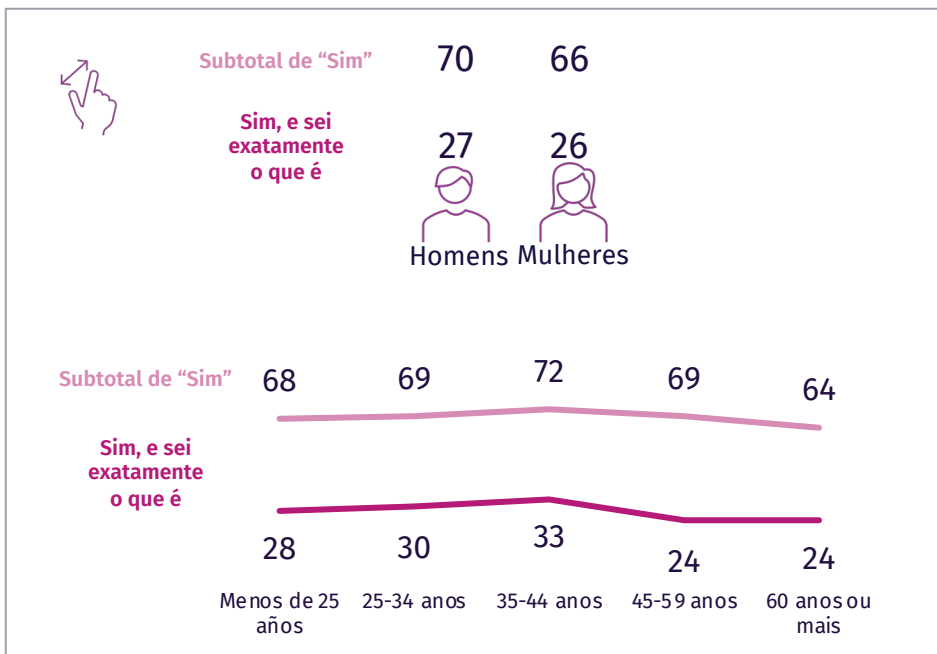
- Sim, e sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso

68%

já ouviu falar de flora intestinal

TODOS OS PAÍSES

86%



● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior

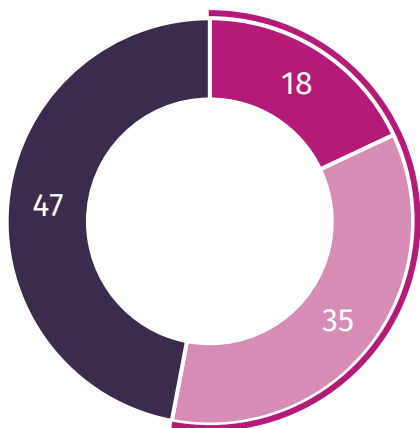


As pessoas com mais de 60 anos são as que menos sabem o que é a flora vaginal, mas os resultados são particularmente preocupantes para as mulheres: apenas 1 em cada 5 mulheres sabe exatamente o que é a flora vaginal.



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

Flora vaginal



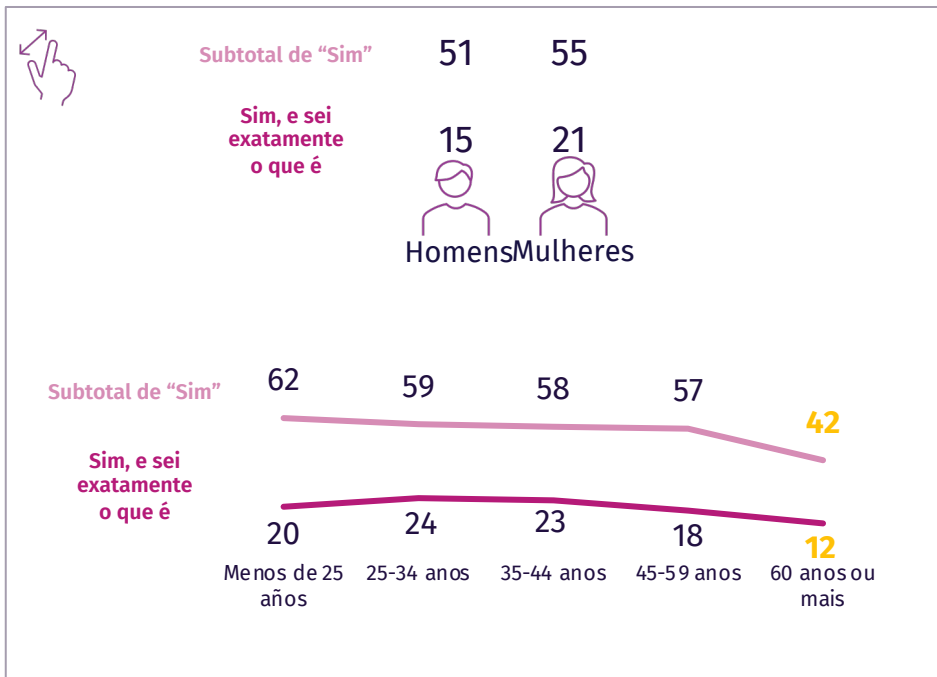
- Sim, e sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso

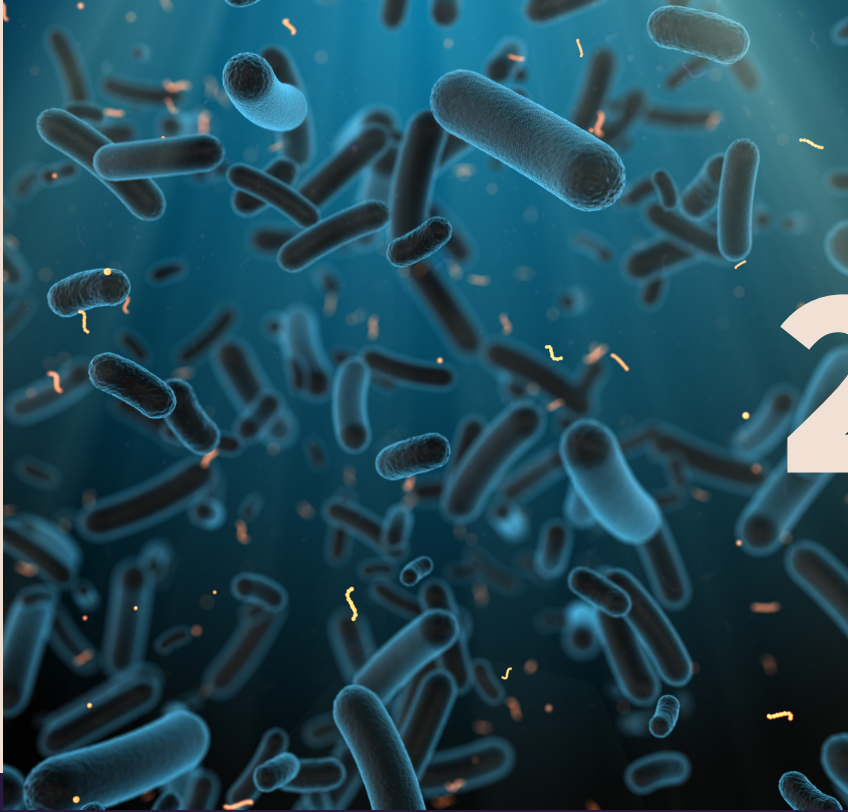
53%

já ouviu falar de flora vaginal

TODOS OS PAÍSES

77%





Embora o conhecimento sobre as causas e consequências de uma microbiota desequilibrada seja escasso, algumas informações essenciais são conhecidas pela maioria das pessoas

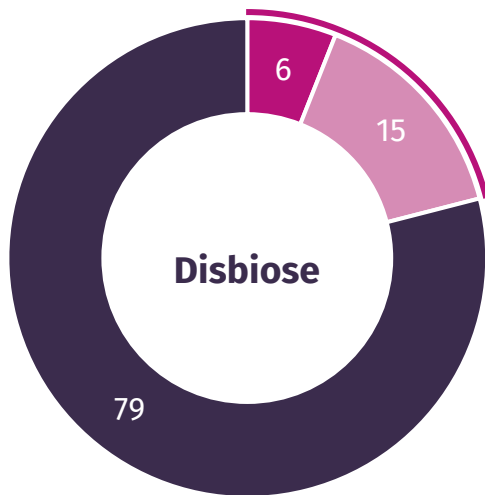


Disbiose está longe de ser um termo vulgar para as pessoas: apenas 1 em cada 5 espanhóis já ouviu falar dele.



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

Base: Todos os inquiridos

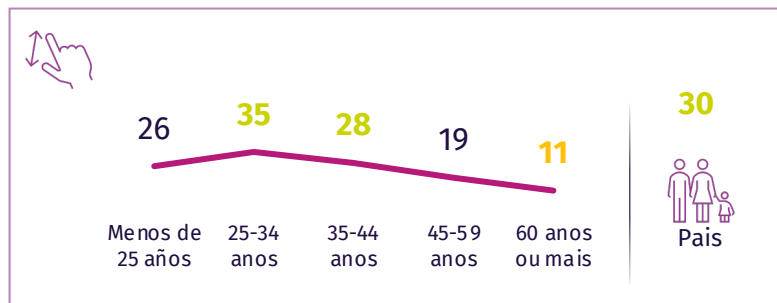


- Sim, e sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Nunca ouvi falar disso

21% já ouviram falar do termo "disbiose"



28%



● Diferenças significativas em relação ao total - superior

● Diferenças significativas em relação ao total - inferior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior

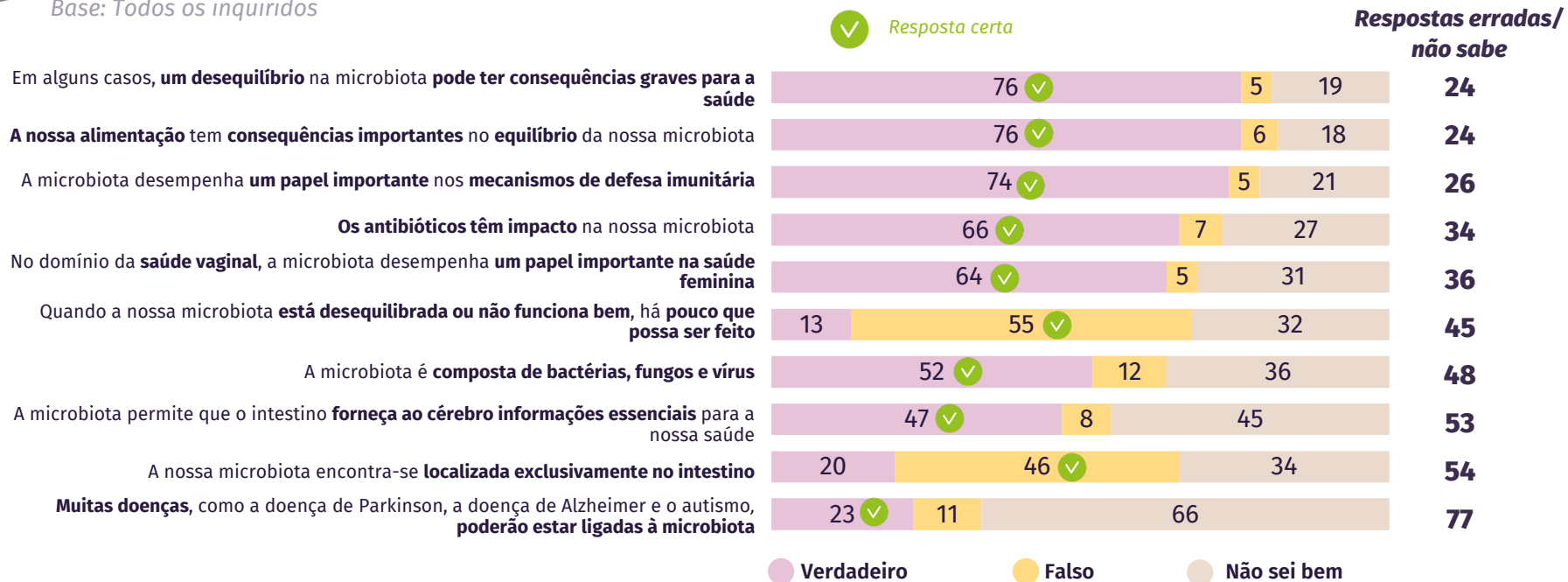


A informação sobre a microbiota é escassa, mas a maioria das pessoas sabe que o seu desequilíbrio é perigoso para a saúde, que a nossa alimentação pode influenciá-la e que ela desempenha um papel essencial no sistema imunitário.



Pergunta 4. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem".

Base: Todos os inquiridos



Definição apresentada aos inquiridos antes desta pergunta: No passado, o termo mais utilizado era "flora", atualmente designada por "microbiota".



Os espanhóis são ligeiramente menos propensos do que os outros a saber que a microbiota permite que o intestino forneça informações essenciais ao cérebro.

Pergunta 4. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem". / Base: Todos os inquiridos

% respostas certas

	Total	TODOS OS PAÍSES
Em alguns casos, um desequilíbrio na microbiota pode ter consequências graves para a saúde.	76	75
A nossa alimentação tem consequências importantes no equilíbrio da nossa microbiota	76	74
A microbiota desempenha um papel importante nos mecanismos de defesa imunitária	74	72
Os antibióticos têm impacto na nossa microbiota	66	66
No domínio da saúde vaginal , a microbiota desempenha um papel importante na saúde feminina	64	66
Quando a nossa microbiota está desequilibrada ou não funciona bem , há pouco que possa ser feito	55	53
A microbiota é composta de bactérias, fungos e vírus	52	54
A microbiota permite que o intestino forneça ao cérebro informações essenciais para a nossa saúde	47	53
A nossa microbiota encontra-se localizada exclusivamente no intestino	46	45
Muitas doenças , como a doença de Parkinson, a doença de Alzheimer e o autismo, poderão estar ligadas à microbiota	23	25



Os pais parecem ter melhor conhecimento sobre a microbiota.



Pergunta 4. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem".

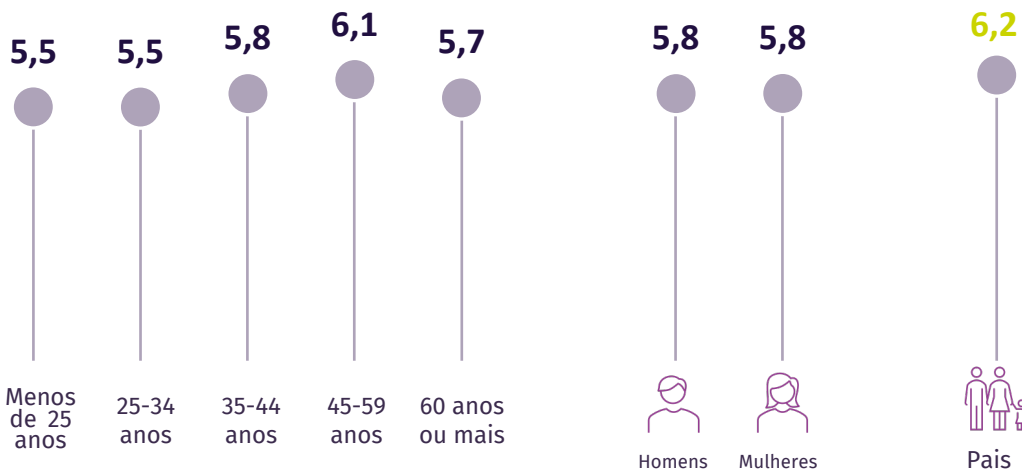
Base: Todos os inquiridos

TODOS OS PAÍSES

5,8

5,8/10

Número de respostas certas em média

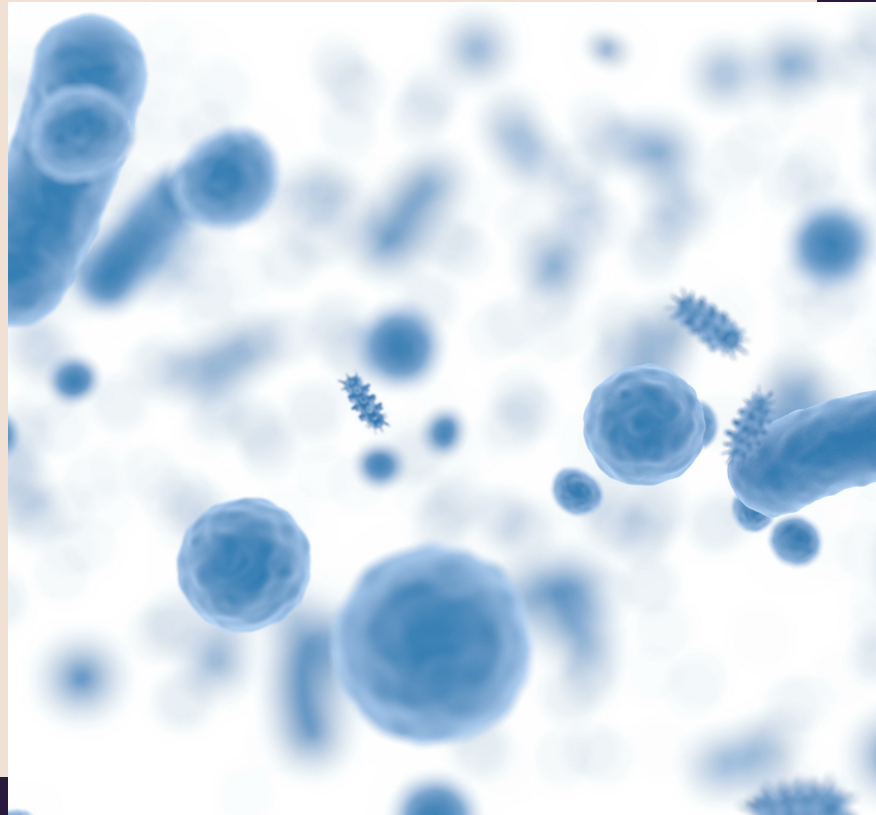


● diferenças significativas em relação ao total - superior

● diferenças significativas em relação ao total - inferior

Copyright Biocodex Microbiota Institute e Ipsos - junho de 2023





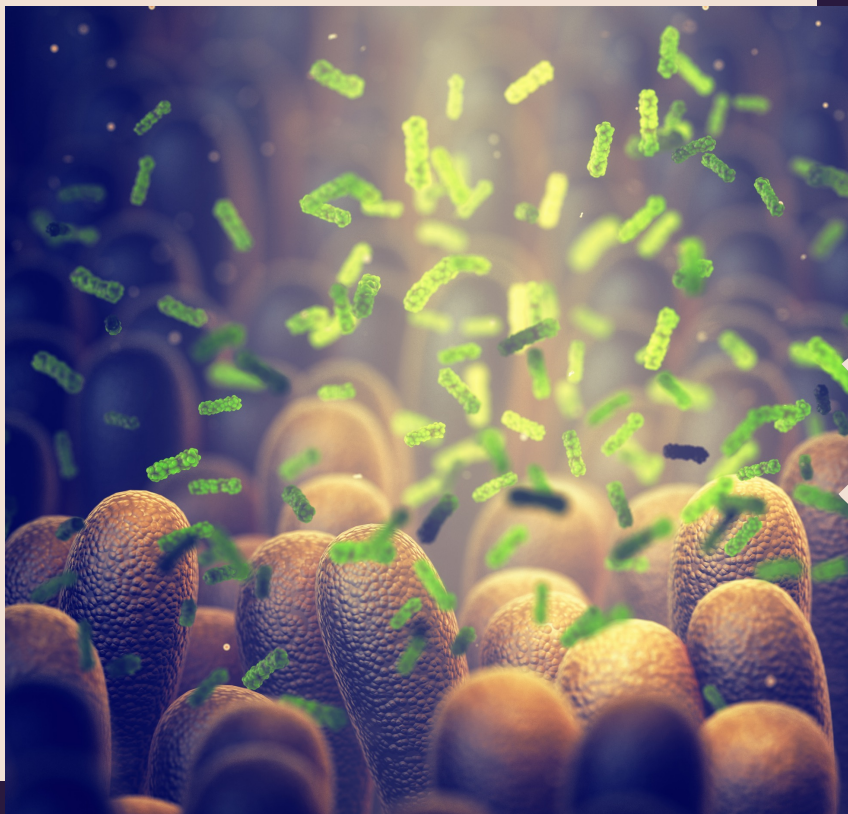
Texto apresentado aos inquiridos:

A microbiota (ou flora microbiana) é um grupo de microrganismos, nomeadamente bactérias, vírus, fungos e archaea, que vivem em simbiose no nosso organismo, principalmente no sistema digestivo, mas também na pele, nos pulmões, nos ouvidos, na boca e na vagina.

A microbiota tem muitas repercussões na nossa saúde porque desempenha funções essenciais como a digestão dos alimentos, a síntese de vitaminas e a estimulação do nosso sistema imunitário.

Uma microbiota equilibrada é também importante na prevenção de certas doenças, como as alergias, a obesidade e as doenças inflamatórias crónicas do intestino.

Estudos recentes sugerem também que a microbiota poderá ter impacto na nossa saúde mental e no nosso comportamento, influenciando o nosso humor, a nossa cognição e a nossa motivação.



3

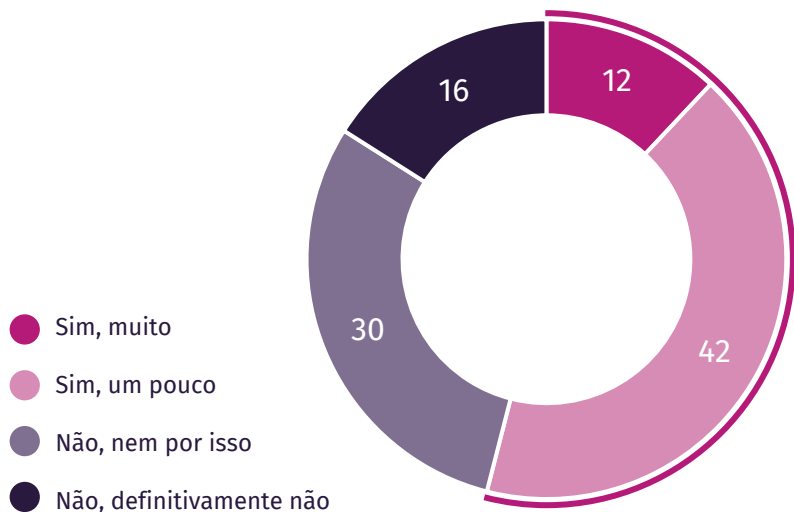
Uma grave falta de conhecimento dos comportamentos e das soluções a implementar para manter uma microbiota equilibrada

Uma pequena maioria adotou comportamentos específicos para manter a sua microbiota equilibrada e a funcionar o melhor possível.



Pergunta 10. E na sua vida diária, adotou comportamentos específicos para manter a sua microbiota mais equilibrada e a funcionar da melhor forma possível?

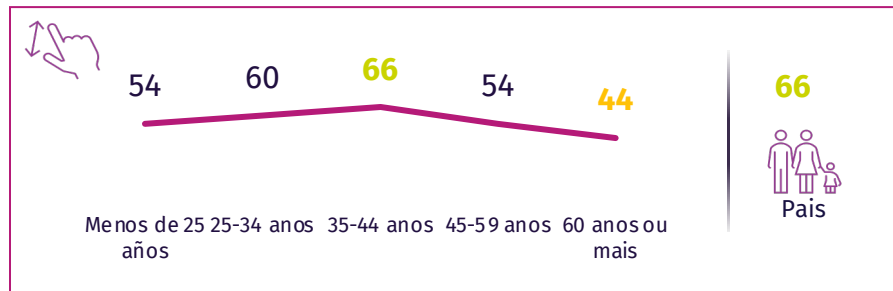
Base: Todos os inquiridos



54% já adotaram
comportamentos específicos

TODOS OS
PAÍSES

57%



Diferenças significativas em relação ao total - superior



Diferenças significativas em relação ao total - inferior

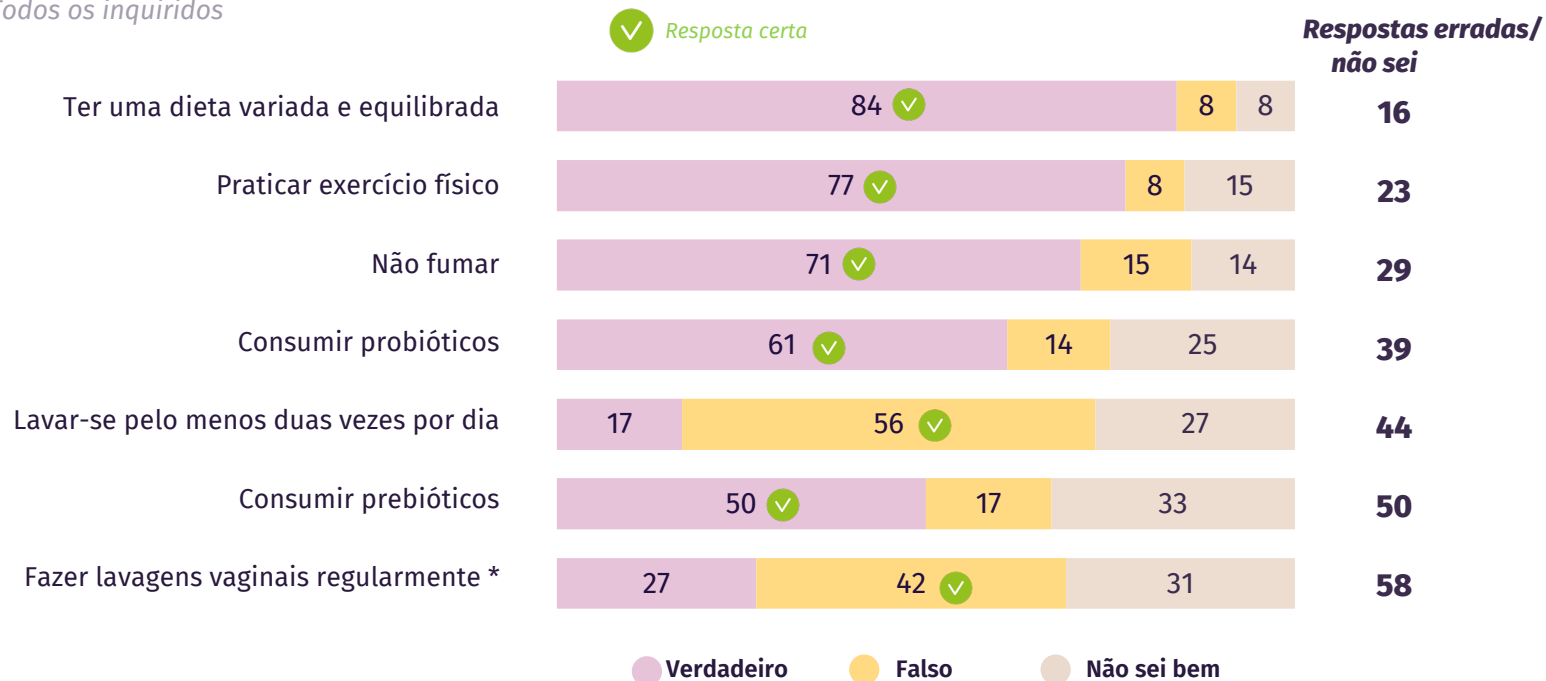


Excetuando os comportamentos saudáveis "normais", os comportamentos relacionados com a higiene e os prebióticos não são bem identificados.



Pergunta 11. Com base naquilo que sabe, de entre os seguintes comportamentos, quais são os que têm um efeito positivo no equilíbrio e no bom funcionamento da sua microbiota?

Base: Todos os inquiridos



* tópico perguntado apenas às mulheres (n=516)



Um aspeto positivo é que mais espanhóis parecem estar conscientes de que lavarem-se duas vezes por dia pode ser prejudicial para o equilíbrio da sua microbiota.

Pergunta 11. Com base naquilo que sabe, de entre os seguintes comportamentos, quais são os que têm um efeito positivo no equilíbrio e no funcionamento adequado da sua microbiota?

Base: Todos os inquiridos

% respostas certas

	Total	TODOS OS PAÍSES
Ter uma dieta variada e equilibrada	84	84
Praticar exercício físico	77	76
Não fumar	71	72
Consumir probióticos	61	62
Lavar-se pelo menos duas vezes por dia	56	35
Consumir prebióticos	50	51
Fazer lavagens vaginais regularmente *	42	42

* tópico perguntado apenas às mulheres (n=516)

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior



As mulheres parecem destacar-se positivamente em comparação com os homens.



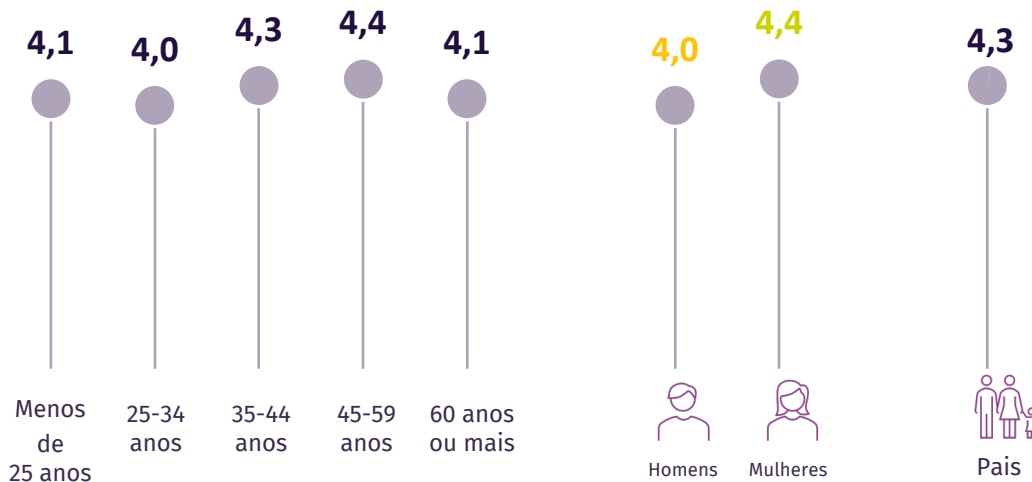
Pergunta 11. Com base naquilo que sabe, de entre os seguintes comportamentos, quais são os que têm um efeito positivo no equilíbrio e no funcionamento adequado da sua microbiota? Base: Todos os inquiridos

TODOS OS
PAÍSES

4,0

4,2/7

Número de respostas
certas em média



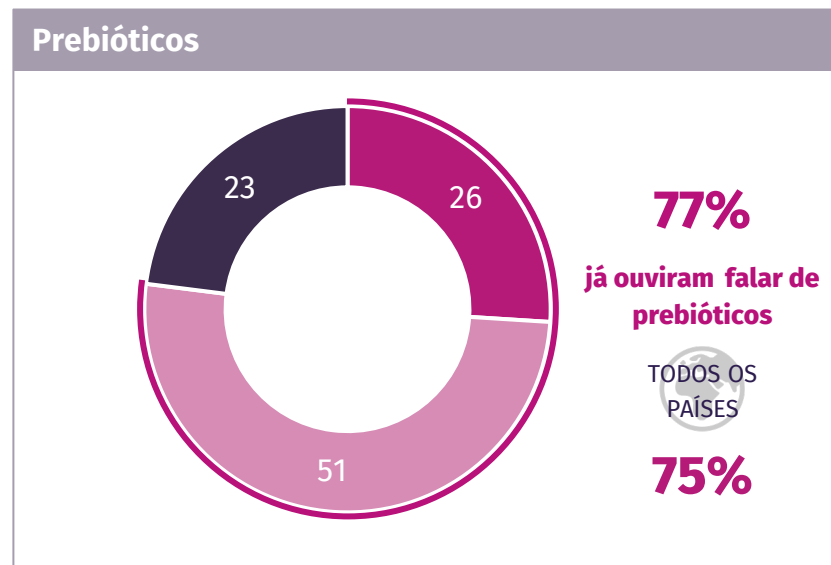
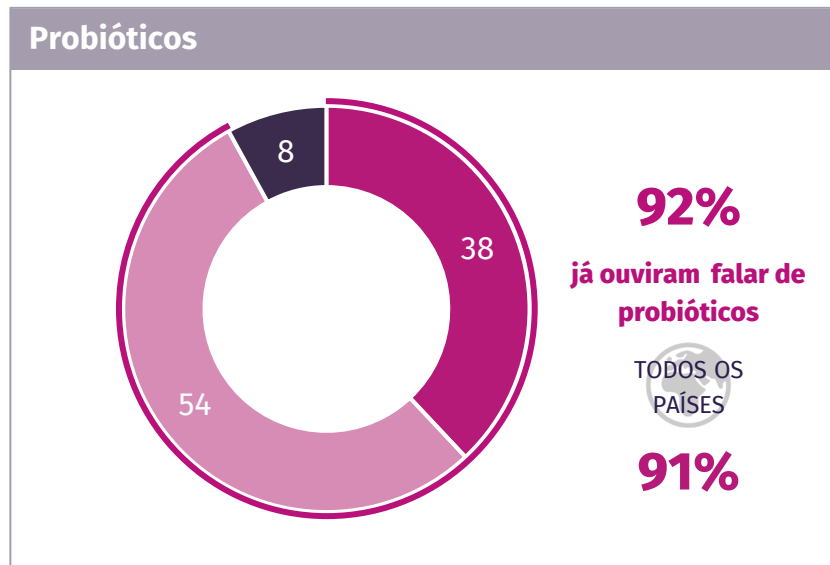
- Diferenças significativas em relação ao total - superior
- Diferenças significativas em relação ao total - inferior

Os probióticos parecem mais familiares às pessoas do que os prebióticos, mas a maioria delas faz pouca ou nenhuma ideia do que são exatamente.



Pergunta 2A E já ouviu falar destes termos?

Base: Todos os inquiridos



● Sim, e sei exatamente o que é ● Sim, mas não sei exatamente o que é. ● Não, nunca ouvi falar disso

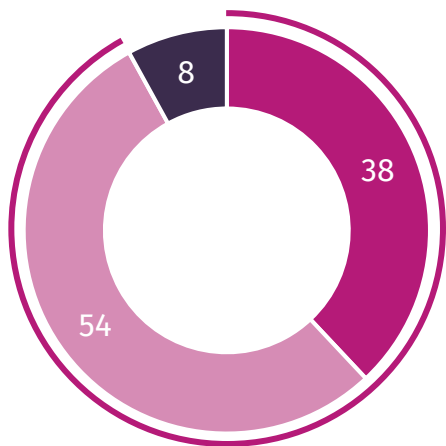


Mais uma vez, o termo “probióticos” parece ser conhecido igualmente por todas as faixas etárias.



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

Probióticos



92%

Já ouviram falar de probióticos

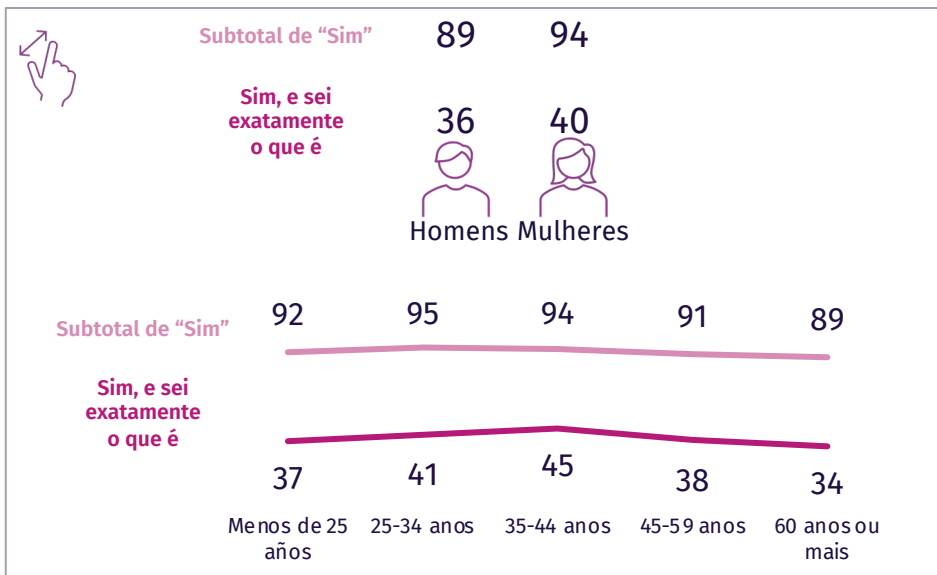


91%

● Sim, e sei exatamente o que é

● Sim, mas não sei exatamente o que é

● Não, nunca ouvi falar disso

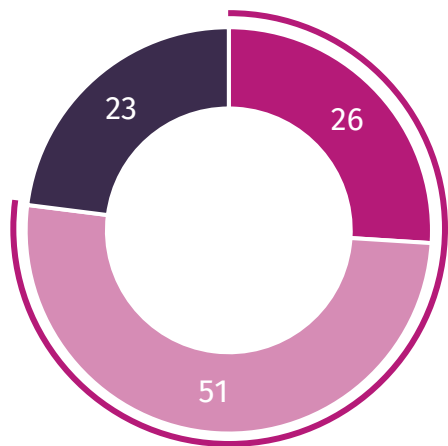


As pessoas com idades compreendidas entre os 35 e os 44 anos parecem saber mais exatamente o que são os prebióticos.



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

Prebióticos



77%

Já ouviram falar de prebióticos

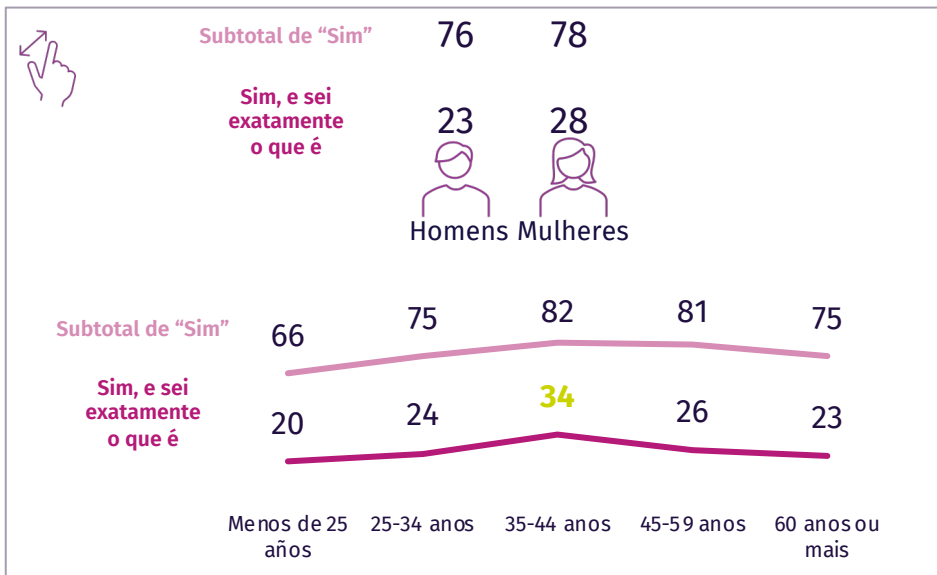
TODOS OS PAÍSES

75%

● Sim, e sei exatamente o que é

● Sim, mas não sei exatamente o que é

● Não, nunca ouvi falar disso



Menos de 25 años 25-34 anos 35-44 anos 45-59 anos 60 anos ou mais



Muitas pessoas afirmem ter problemas de saúde que podem estar relacionados com desequilíbrios da microbiota

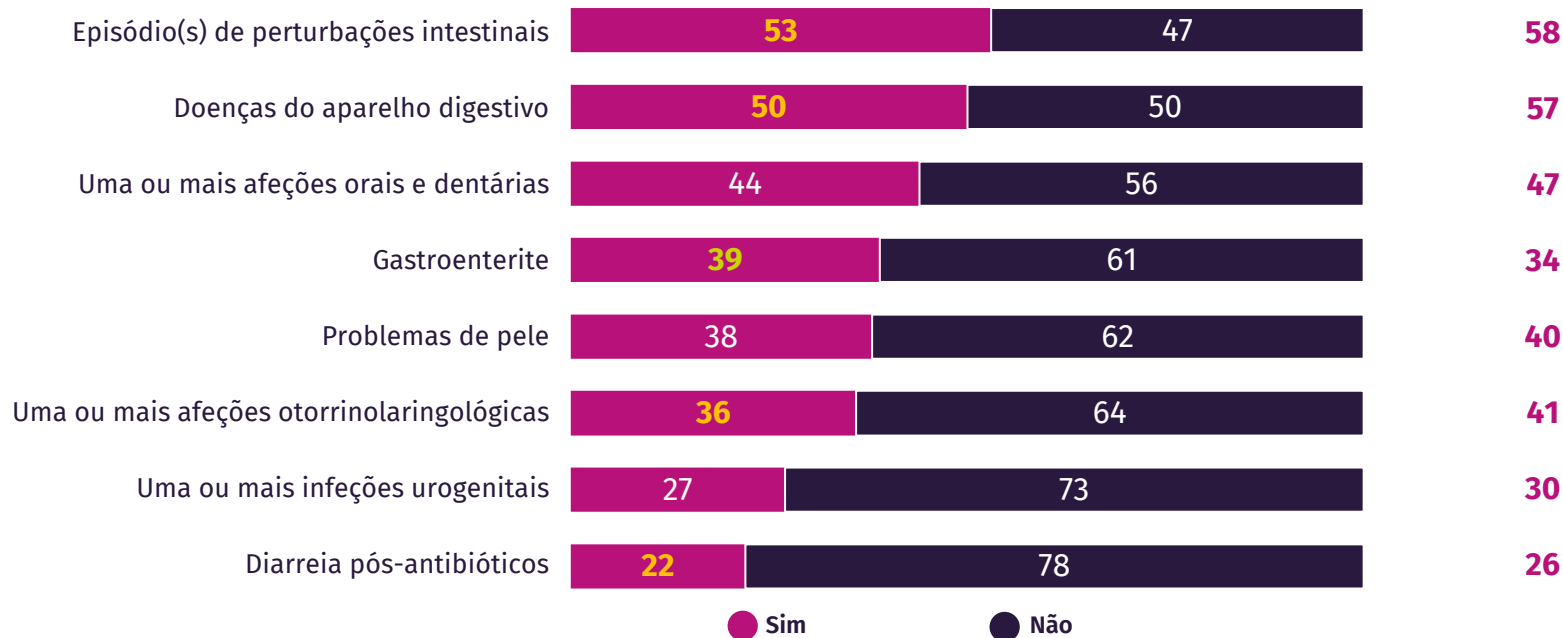


Os espanhóis parecem ter tido um pouco menos problemas de saúde do que os de outros países, embora mais de metade deles tenha sofrido episódios de problemas intestinais ou digestivos.



Pergunta 11a. Nos últimos 5 anos, alguma vez teve os problemas seguintes?
Base: Todos os inquiridos

TODOS OS PAÍSES



● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior

Copyright Biocodex Microbiota Institute e Ipsos - junho de 2023



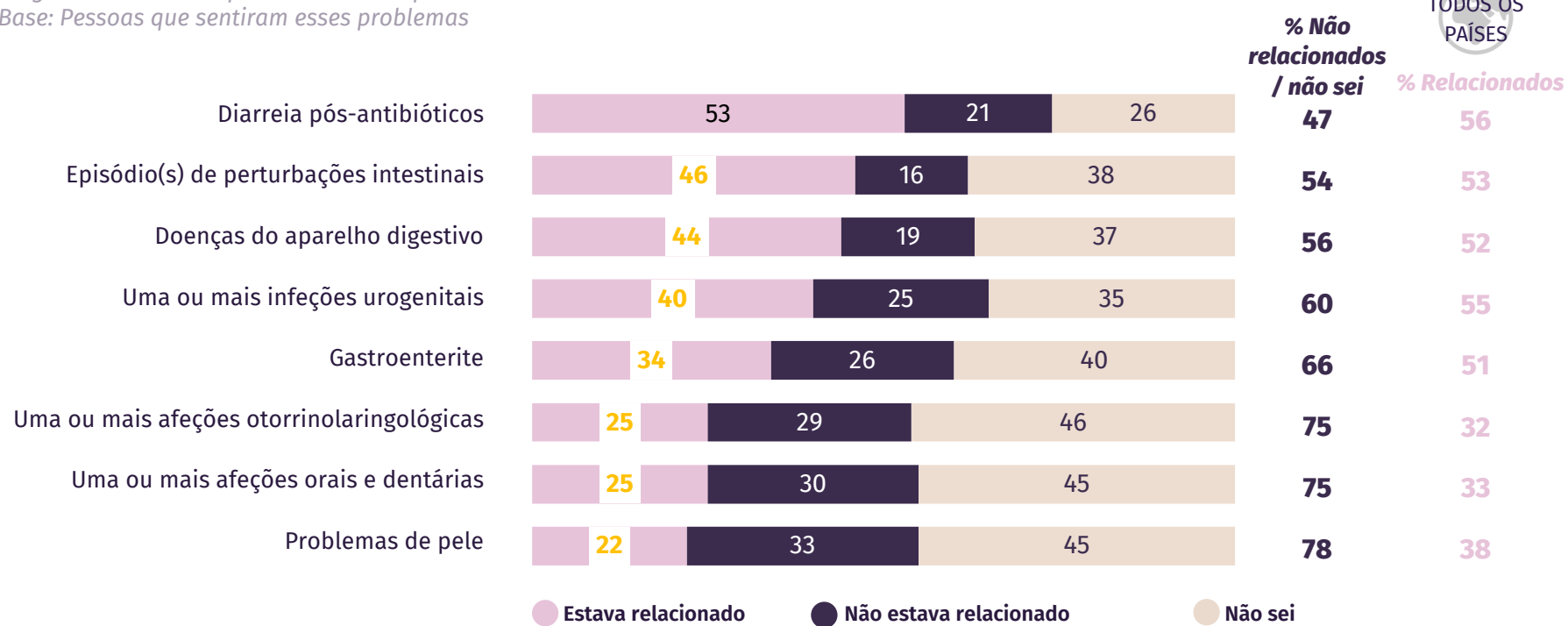


Também é menos provável que associem os problemas de saúde que tiveram à sua microbiota.



Pergunta 11b. E acha que esse ou esses problemas estão relacionados com a sua microbiota?

Base: Pessoas que sentiram esses problemas



● Estava relacionado

● Não estava relacionado

● Não sei



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

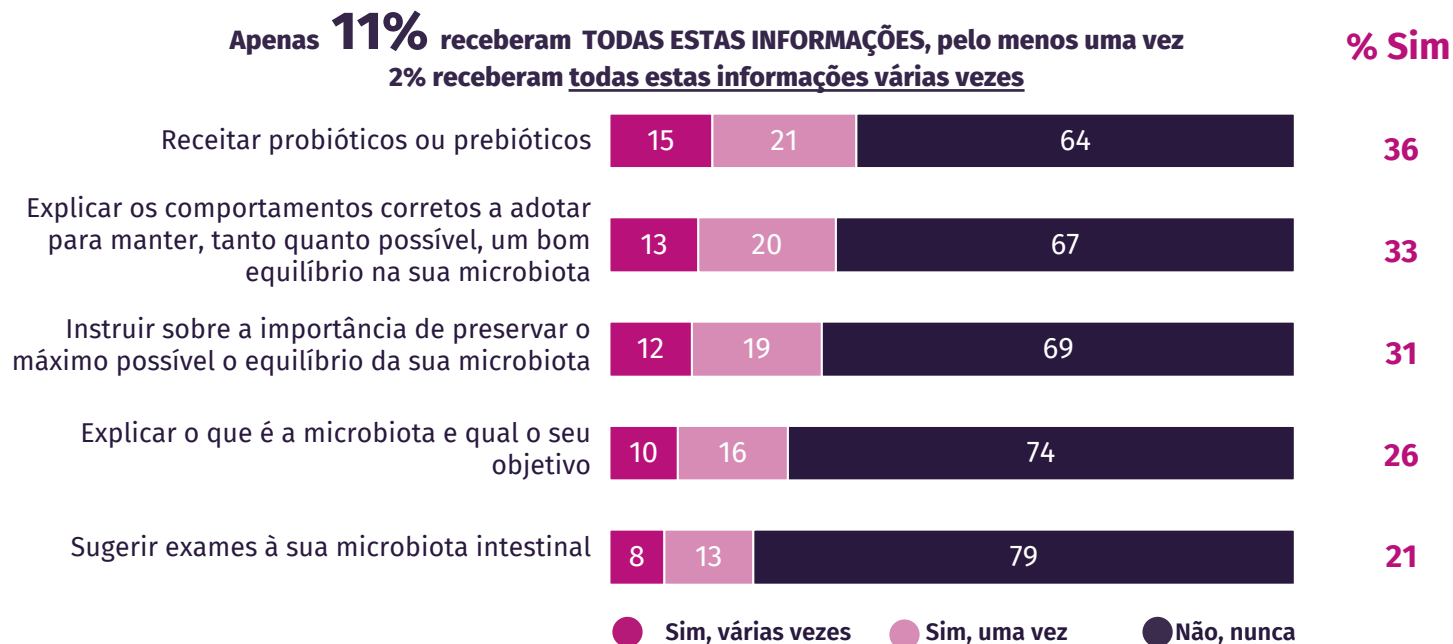


No que diz respeito à microbiota, uma percentagem muito baixa de profissionais de saúde toma medidas com os seus pacientes.



Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou realizou alguma das seguintes ações?

Base: Todos os inquiridos





Em comparação com os outros países, os espanhóis recebem muito poucas prescrições e conselhos sobre a sua microbiota por parte dos seus profissionais de saúde.

Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou realizou alguma das seguintes ações?
Base: Todos os inquiridos

% Sim	Total	TODOS OS PAÍSES
% Receberam TODAS ESTAS INFORMAÇÕES, pelo menos uma vez	11	19
% Receberam TODAS ESTAS INFORMAÇÕES, <u>várias vezes</u>	2	4
Receitar probióticos ou prebióticos	36	46
Explicar os comportamentos corretos a adotar para manter, tanto quanto possível, um bom equilíbrio na sua microbiota	33	44
Instruir sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio da sua microbiota	31	42
Explicar o que é a microbiota e qual o seu objetivo	26	37
Sugerir exames à sua microbiota intestinal	21	30

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior



É preocupante o facto de as pessoas com mais de 60 anos serem as que menos informações receberam dos seus profissionais de saúde.

Pergunta 5. Algum dos profissionais de saúde que consultou realizou alguma das seguintes ações? Base: Todos os inquiridos

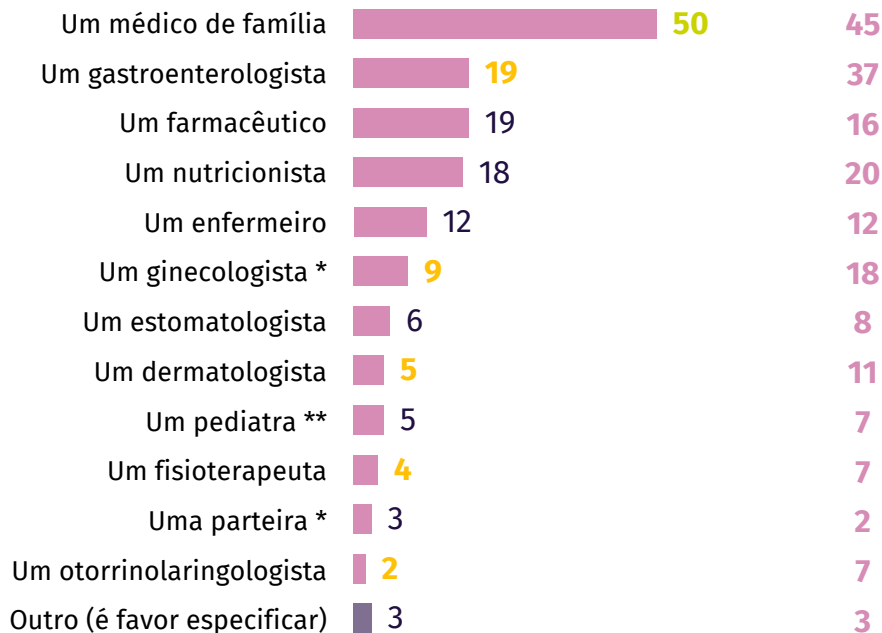
% Sim	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos e mais	Homens	Mulheres	Pais
	base n=1000	n=67	n=148	n=191	n=284	n=310	n=484	n=516	n=333
Receitar probióticos ou prebióticos	36	49	53	44	32	23	32	39	47
Explicar os comportamentos corretos a adotar para manter, tanto quanto possível, um bom equilíbrio na sua microbiota	33	44	47	45	29	21	35	32	48
Instruir sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio da sua microbiota	31	36	41	42	29	20	33	29	44
Explicar o que é a microbiota e qual o seu objetivo	26	32	39	36	23	17	27	25	39
Sugerir exames à sua microbiota intestinal	21	29	27	26	21	12	22	19	33



Os médicos de família foram os principais profissionais de saúde a fornecerem informações sobre a microbiota. Os gastroenterologistas e os farmacêuticos surgem em seguida, mas em menor grau.

Pergunta 6. E quais foram os profissionais de saúde que forneceram essas explicações?
Base: Pessoas que receberam explicações dos profissionais de saúde (n=477)

TODOS OS PAÍSES



* Tópico apresentado às mulheres

** Tópico apresentado aos pais

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

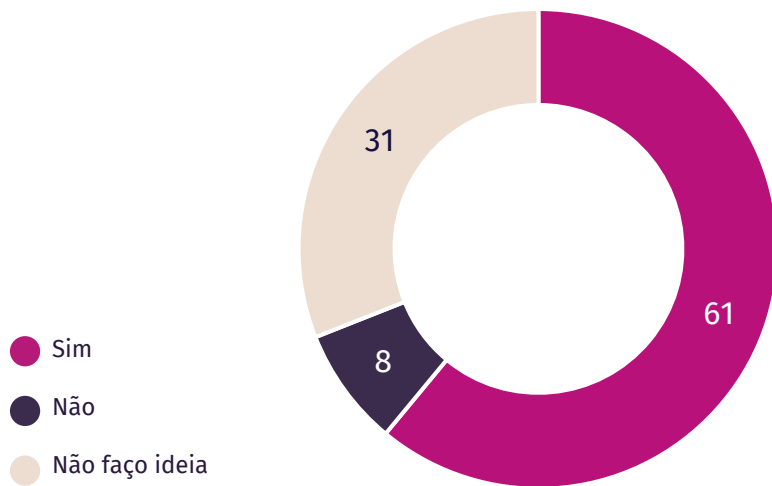
● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior

6 em cada 10 inquiridos pensam que seria útil analisar a sua microbiota intestinal.



Pergunta 5A No seu caso, acha que seria útil analisar a sua microbiota intestinal?

Base: Todos os inquiridos

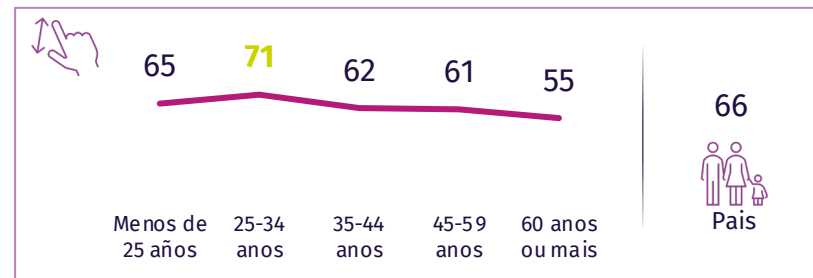


- Sim
- Não
- Não faço ideia

61% acham que é útil analisar a sua microbiota intestinal

TODOS OS PAÍSES

63%



● Diferenças significativas em relação ao total - superior

● Diferenças significativas em relação ao total - inferior



Durante a terapia com antibióticos, poucos receberam conselhos e informações para proteger a sua microbiota.



Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe receitou antibióticos, fez o seguinte?

Base: Todos os inquiridos

TODOS OS PAÍSES

% Sim

Apenas **18%** receberam **TODAS ESTAS INFORMAÇÕES** dos seus profissionais de saúde

Informá-lo sobre quaisquer perturbações digestivas associadas à toma de antibióticos



Dar-lhe conselhos sobre como limitar ao máximo as consequências negativas da toma de antibióticos na sua microbiota



Dizer-lhe que a toma de antibióticos pode ter consequências negativas para o equilíbrio da sua microbiota



● Sim

● Não

● Não aplicável



Mais uma vez, as pessoas com mais de 60 anos receberam menos informações e conselhos quando lhes foram receitados antibióticos.



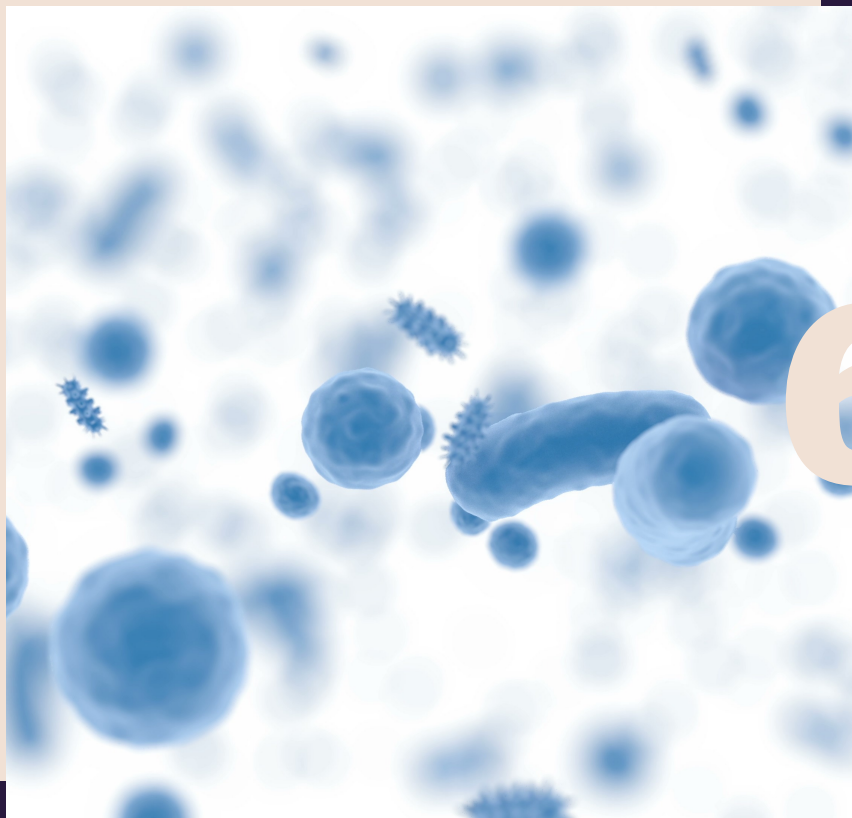
Pergunta 7. Da última vez que um médico lhe receitou antibióticos, fez o seguinte? / Base: Todos os inquiridos

% Sim

	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos e mais	Pais
	base n=1000	n=67	n=148	n=191	n=284	n=310	n=333
% RECEBERAM TODAS ESTAS INFORMAÇÕES DOS SEUS PROFISSIONAIS DE SAÚDE	18	16	21	18	22	13	25
Informá-lo sobre quaisquer perturbações digestivas associadas à toma de antibióticos	36	43	41	38	41	28	43
Dar-lhe conselhos sobre como limitar ao máximo as consequências negativas da toma de antibióticos na sua microbiota	27	35	36	29	28	20	36
Dizer-lhe que a toma de antibióticos pode ter consequências negativas para o equilíbrio da sua microbiota	26	36	32	29	28	18	37

● diferenças significativas em relação ao total - superior

● diferenças significativas em relação ao total - inferior



Foco na microbiota vulvovaginal

Nas próximas perguntas, analisaremos a microbiota vulvovaginal, também conhecida por flora vaginal ou microbiota vaginal.

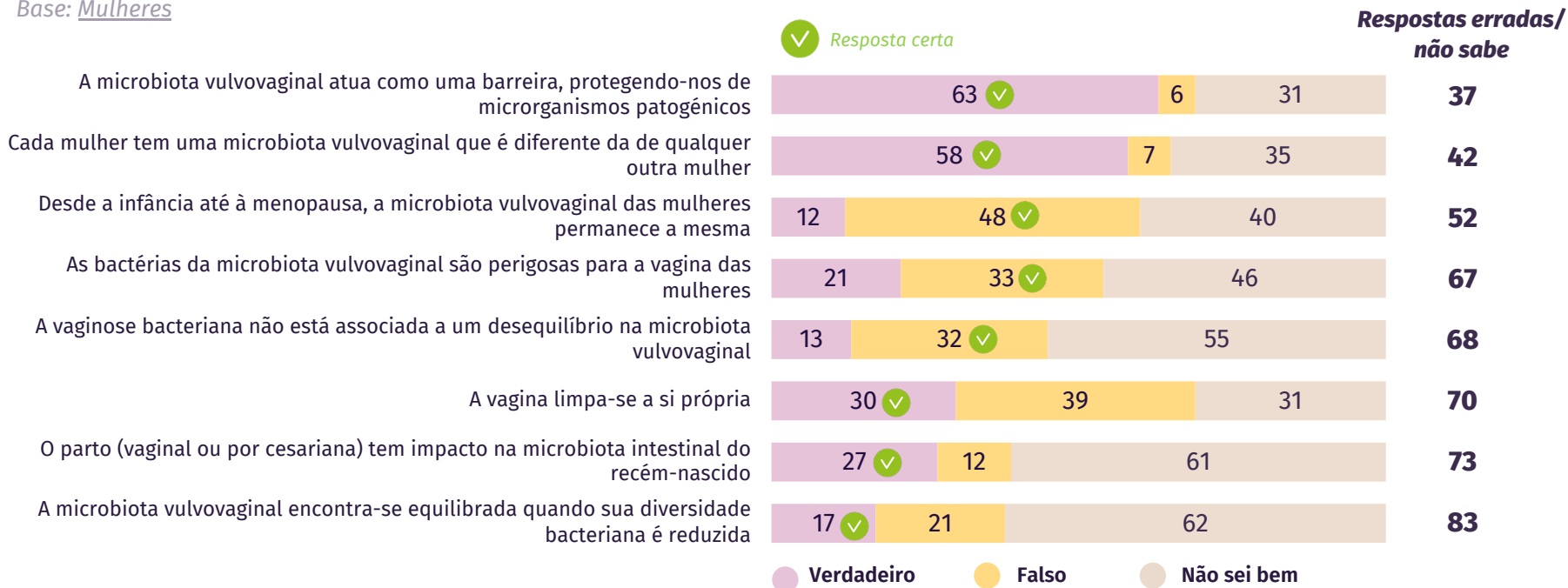


Quando nos focamos na microbiota vulvovaginal, os conhecimentos parecem limitados.



Pergunta 13. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem".

Base: Mulheres





As mulheres espanholas têm menos conhecimento do que nos outros países de que a vagina se limpa a si própria e de que a sua microbiota está equilibrada quando a diversidade bacteriana é baixa.

Pergunta 13. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem".

Base: Mulheres

% respostas certas

	Total	TODOS OS PAÍSES
A microbiota vulvovaginal atua como uma barreira, protegendo-nos de microrganismos patogénicos	63	67
Cada mulher tem uma microbiota vulvovaginal que é diferente da de qualquer outra mulher	58	60
Desde a infância até à menopausa, a microbiota vulvovaginal das mulheres permanece a mesma	48	52
As bactérias da microbiota vulvovaginal são perigosas para a vagina das mulheres	33	37
A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio na microbiota vulvovaginal	32	35
A vagina limpa-se a si própria	30	52
O parto (vaginal ou por cesariana) tem impacto na microbiota intestinal do recém-nascido	27	30
A microbiota vulvovaginal encontra-se equilibrada quando a sua diversidade bacteriana é reduzida	17	27

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior



Enquanto as mães parecem ter melhor conhecimento sobre a microbiota vulvovaginal, as mulheres com mais de 60 anos são uma vez mais as menos informadas.



Pergunta 13. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem".

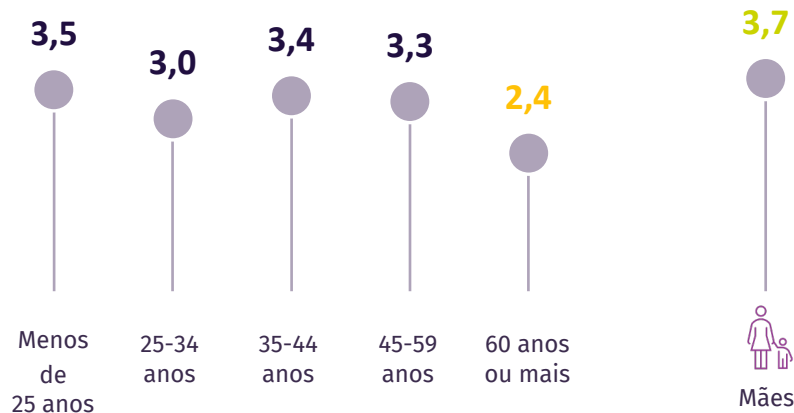
Base: Mulheres

TODOS OS
PAÍSES

3,6

3,1/8

Número de respostas certas em média



- diferenças significativas em relação ao total - superior
- diferenças significativas em relação ao total - inferior



As mulheres com mais de 60 anos são as que sabem menos sobre a microbiota vulvovaginal.

Pergunta 13. Para cada uma das seguintes afirmações, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não tiver a certeza da sua resposta, responda "Não sei bem".

Base: Mulheres

% respostas certas	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos e mais
	base n=516	n=48	n=102	n=104	n=145	n=117
A microbiota vulvovaginal atua como uma barreira, protegendo-nos de microrganismos patogénicos	63	66	56	70	70	54
Cada mulher tem uma microbiota vulvovaginal que é diferente da de qualquer outra mulher	58	63	55	63	62	49
Desde a infância até à menopausa, a microbiota vulvovaginal das mulheres permanece a mesma	48	41	40	48	60	42
As bactérias da microbiota vulvovaginal são perigosas para a vagina das mulheres	33	40	37	36	30	27
A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio na microbiota vulvovaginal	32	43	31	34	36	21
A vagina limpa-se a si própria	30	43	32	34	28	21
O parto (vaginal ou por cesariana) tem impacto na microbiota intestinal do recém-nascido	27	28	29	34	29	16
A microbiota vulvovaginal encontra-se equilibrada quando sua diversidade bacteriana é reduzida	17	22	19	21	18	10



Diferenças significativas em relação ao total - superior



Diferenças significativas em relação ao total - inferior

Copyright Biocodex Microbiota Institute e Ipsos - junho de 2023

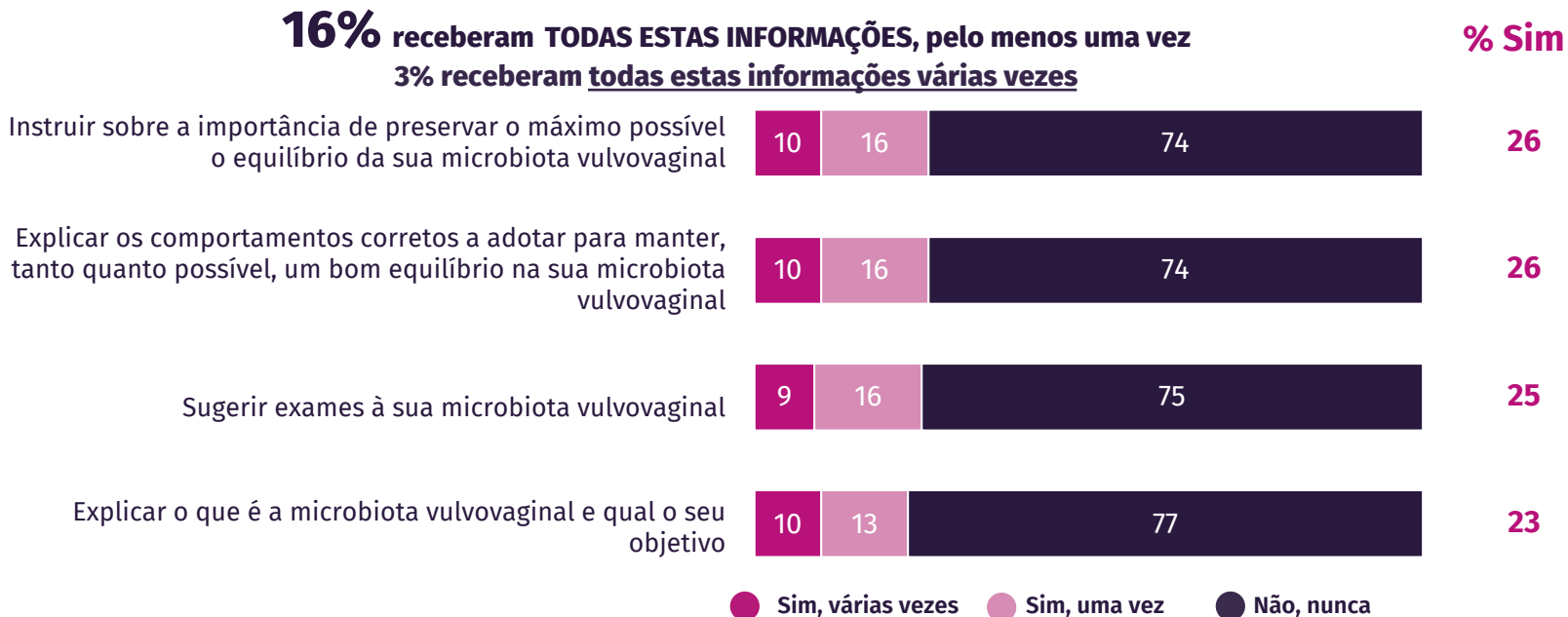




Muito poucas mulheres receberam qualquer informação ou conselho dos seus profissionais de saúde sobre a microbiota.



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





As mulheres espanholas receberam significativamente menos informações dos seus profissionais de saúde do que as mulheres dos outros países.

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

Base: Mulheres

% Sim

	Total	TODOS OS PAÍSES
% receberam TODAS ESTAS INFORMAÇÕES, pelo menos uma vez	16	22
Instruir sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio da sua microbiota vulvovaginal	26	40
Explicar os comportamentos corretos a adotar para manter, tanto quanto possível, um bom equilíbrio na sua microbiota vulvovaginal	26	42
Sugerir exames à sua microbiota vulvovaginal	25	31
Explicar o que é a microbiota vulvovaginal e qual o seu objetivo	23	35

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior

● Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior



As pessoas com mais de 60 anos são também as que recebem menos informações e conselhos dos seus profissionais de saúde.



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

Base: Mulheres

	% Sim					
	Total base n=516	Menos de 25 anos n=48	25-34 anos n=102	35-44 anos n=104	45-59 anos n=145	60 anos e mais n=117
% receberam TODAS AS INFORMAÇÕES, pelo menos uma vez	16	18	21	22	14	6
Instruir sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio da sua microbiota vulvovaginal	26	35	36	27	25	14
Explicar os comportamentos corretos a adotar para manter, tanto quanto possível, um bom equilíbrio na sua microbiota vulvovaginal	26	36	36	27	24	14
Sugerir exames à sua microbiota vulvovaginal	25	30	33	30	23	12
Explicar o que é a microbiota vulvovaginal e qual o seu objetivo	23	27	32	27	22	12



Diferenças significativas em relação ao total - superior



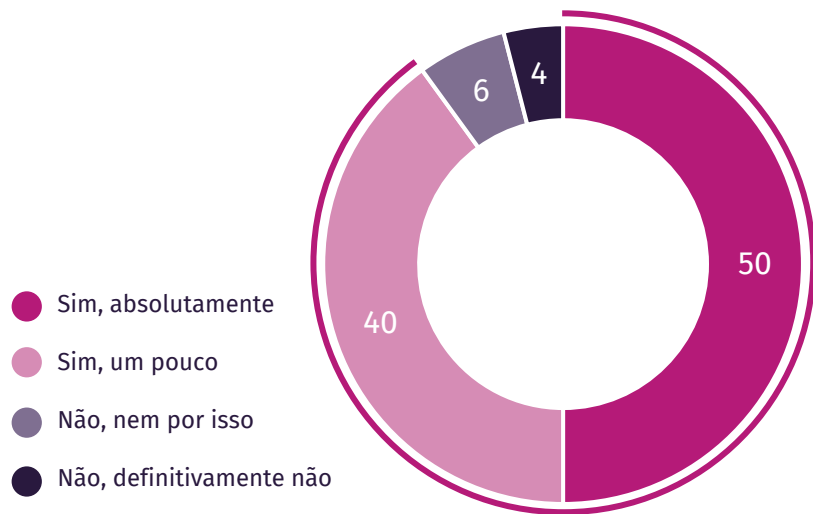
Diferenças significativas em relação ao total - inferior

A maioria das mulheres gostaria de ter mais informações sobre a importância da microbiota vulvovaginal e o seu impacto na saúde.



Pergunta 15. E gostaria que o profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica lhe dissesse mais sobre a importância da sua microbiota vulvovaginal e o respetivo impacto na sua saúde?

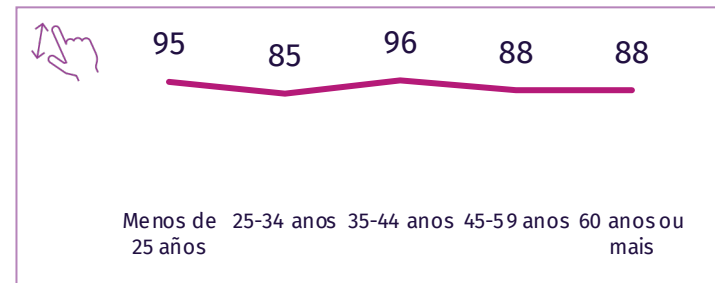
Base: Mulheres



90% gostariam de ter mais informações sobre a importância da sua microbiota vulvovaginal e o respetivo impacto na sua saúde

TODOS OS PAÍSES

86%



● Diferenças significativas em relação ao total - superior

● Diferenças significativas em relação ao total - inferior

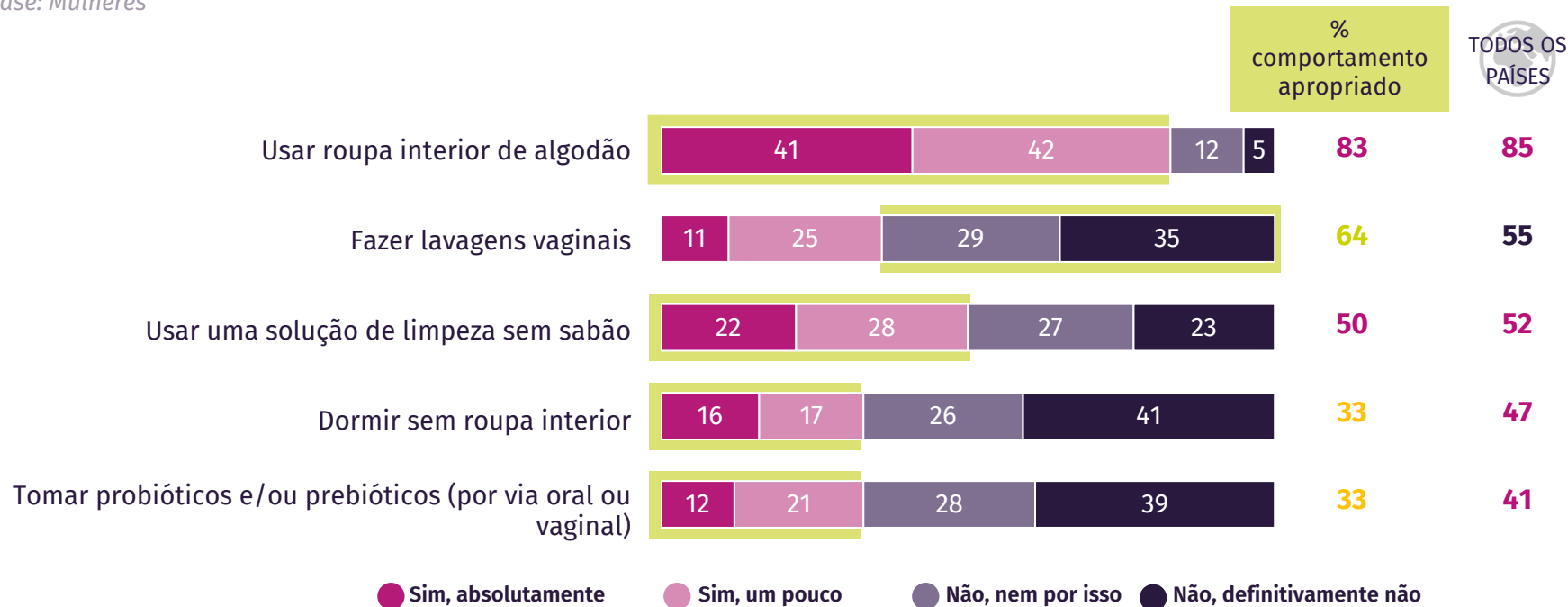


Pormenorizadamente, e com exceção da roupa interior de algodão, uma proporção moderada de mulheres adotou comportamentos específicos para proteger a saúde da sua microbiota vulvovaginal.



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

Base: Mulheres



Diferenças significativas em relação à Todos os países - superior



Diferenças significativas em relação à Todos os países - inferior



As mães são mais propensas a adotar comportamentos apropriados para a sua microbiota vulvovaginal.



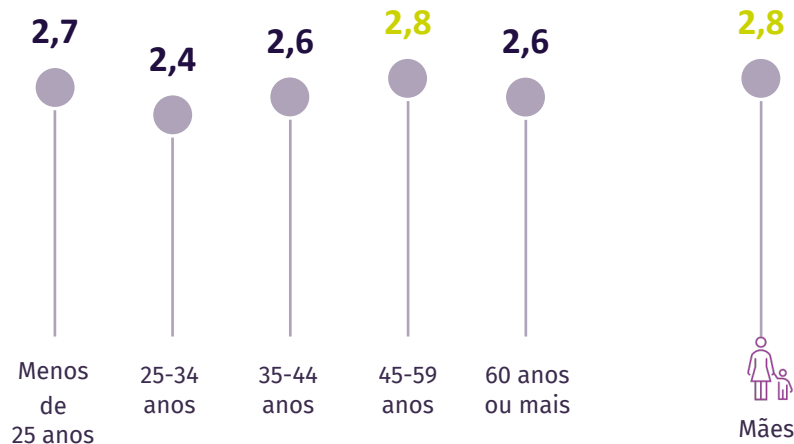
Pergunta 16. Na sua vida diária, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres

TODOS OS
PAÍSES

2,8

2,6/5



Número de comportamentos apropriados adotados em média

- Diferenças significativas em relação ao total - superior
- Diferenças significativas em relação ao total - inferior



Mas, em detalhe, não há diferenças reais relativamente a comportamentos entre os grupos etários

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

Base: Mulheres



% comportamento apropriado	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos e mais
	base n=516	n=48	n=102	n=104	n=145	n=117
Usar roupa interior de algodão	83	89	71	85	86	84
Fazer lavagens vaginais	64	69	63	52	65	71
Usar uma solução de limpeza sem sabão	50	51	41	55	55	45
Dormir sem roupa interior	33	30	34	29	36	32
Tomar probióticos e/ou prebióticos (por via oral ou vaginal)	33	29	33	40	34	27

● diferenças significativas em relação ao total - superior

● diferenças significativas em relação ao total - inferior

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.

Principais resultados

Conclusões sobre os resultados de Espanha



Espanha

Consciência da microbiota e da sua diversidade	
Sabe exatamente o que é a “microbiota”	24%
Subtotal “Ao corrente”	69%
Subtotal “Ao corrente da microbiota intestinal”	57%
Subtotal “Ao corrente de toda a microbiota”	22%
Nível de conhecimentos sobre a microbiota	
Média de respostas certas	5,8/10
Nível de conhecimentos sobre as soluções que podem manter a microbiota equilibrada	
Sabe exatamente o que são probióticos	38%
Sabe exatamente o que são prebióticos	26%
Identificação e adoção de comportamentos adequados para manter uma microbiota equilibrada	
Adotou comportamentos específicos	54%
Número de comportamentos identificados para a manutenção da microbiota	4,2/7
Nível de informações fornecidas pelos profissionais de saúde	
Recebeu pelo menos uma das informações pelo menos uma vez	47%

Principais aprendizados

Os espanhóis têm pouco conhecimento sobre a microbiota e a diversidade da microbiota. Este conhecimento é essencialmente orientado para a microbiota intestinal. “Flora intestinal” será um termo mais familiar para eles.

Em termos de conhecimentos, eles têm um conhecimento muito limitado da composição, do funcionamento e do papel da microbiota, e das consequências de quando ela está desequilibrada.

Em comparação com os franceses e os portugueses, os espanhóis são mais numerosos a conhecer os probióticos e os prebióticos. Mas esse conhecimento permanece muito moderado. Já ouviram falar disso, mas não sabem exatamente o que é.

No entanto, eles são um pouco melhores em identificar os comportamentos a serem adotados, sem necessariamente os aplicarem.

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



ANEXOS

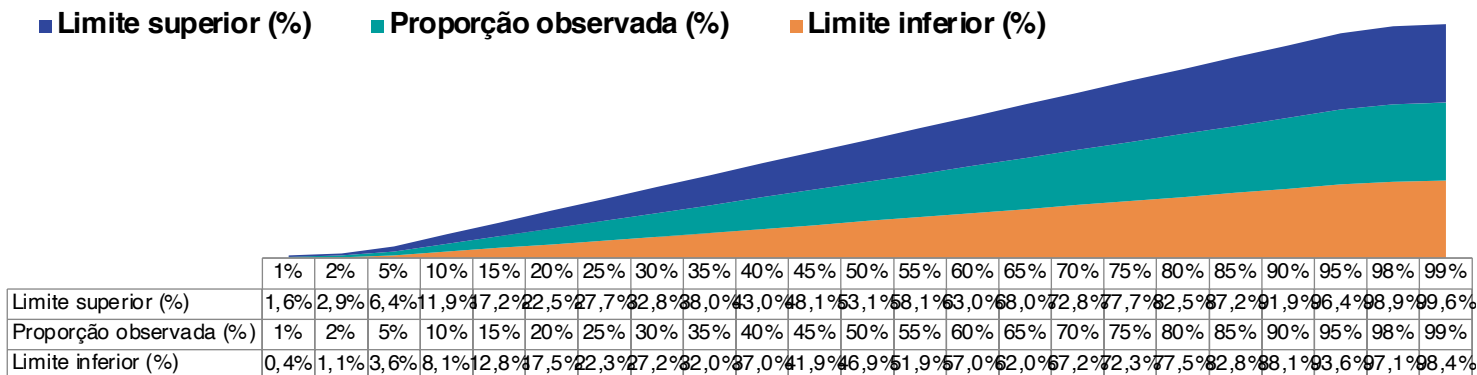
FIABILIDADE DOS RESULTADOS

Folha de cálculo

No caso do presente estudo:

- Intervalo de confiança: **95%**
- Dimensão da amostra: **1000**

As proporções observadas situam-se entre:



SÍNTESE DO INQUÉRITO

Inquérito CAWI - Painel on-line



AMOSTRA

- Público-alvo: Masculino/feminino com 18 anos e acima em cada país
- **Seleção dos inquiridos:** seleção dos participantes mediante utilização 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 a 10 de abril de 2023
- **Amostra obtida:** 6500 entrevistas (1000 para cada país exceto - Portugal n=500)
- **Recolha de dados:** on-line
- **Programa de fidelidade com sistema de prémios baseado em pontos para os membros do painel**
- **Métodos de controlo de qualidade da resposta:** controlo do comportamento de resposta dos participantes (identificação de respostas demasiado rápidas ou descuidadas, por exemplo, assinaladas em linha reta ou em ziguezague)
- **Verificação do endereço IP e consistência dos dados demográficos.**



TRATAMENTO DOS DADOS

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

MATERIAL DO INQUÉRITO QUESTIONÁRIO



Questionnaire

FIABILIDADE DOS RESULTADOS: INQUÉRITOS ON-LINE DE AUTOPREENCHIMENTO IIS

Para se garantir a fiabilidade global de um inquérito, devem ser tidas em conta todas as componentes de erro possíveis. É por isso que a Ipsos impõe controlos e procedimentos rigorosos em cada fase do processo de inquérito.

ANTES DA RECOLHA DE DADOS

- **Amostra:** estrutura e representatividade
- **Questionário:** o questionário é elaborado de acordo com um processo de redação com 12 normas obrigatórias. É revisto e aprovado a um nível superior e depois enviado ao cliente para validação final. A programação (ou guião do questionário) **é testada por, pelo menos, duas pessoas e validada.**
- **Recolha de dados:** os entrevistadores recebem formação em técnicas de inquérito através de um módulo de formação específico antes de participarem num inquérito. Além disso, recebem ou assistem a uma sessão de informação pormenorizada no início de cada inquérito.

DURANTE A RECOLHA DE DADOS

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

- **Acompanhamento do trabalho de campo:** a recolha é acompanhada e verificada (ligação exclusiva, validação do endereço IP, controlo do comportamento dos membros do painel, teste de penetração, duração da entrevista, coerência das respostas, taxa de participação, número de avisos, etc.).

APÓS A RECOLHA DE DADOS

- Os resultados são analisados de acordo com os métodos de análise estatística (intervalo de confiança versus tamanho da amostra, testes de significância). Os primeiros resultados são sistematicamente confrontados com os resultados brutos da recolha de dados. A coerência dos resultados é igualmente verificada (nomeadamente os resultados observados em relação às fontes de comparação na nossa posse).
- Nos casos em que é utilizada a ponderação da amostra (método de calibração marginal), esta é verificada pelas equipas de processamento (DP) e depois validada pelas equipas de inquérito.

SÍNTESE DO INQUÉRITO

Organização (Inquérito CAWI - Painel on- line)



ATIVIDADES REALIZADAS OU COORDENADAS PELAS EQUIPAS DA IPSOS EM FRANÇA

- Conceção e metodologia
- Validação do scripting
- Coordenação e validação da tradução
- Coordenação da recolha de dados
- Tratamento dos dados
- Validação das análises estatísticas
- Elaboração do relatório do inquérito
- Conceção da apresentação de resultados
- Análises da apresentação oral



ATIVIDADES REALIZADAS PELAS EQUIPAS LOCAIS DE ESPECIALISTAS DA IPSOS

- Tradução
- Scripting
- Amostragem (painel IIS)
- E-mailing
- Recolha de dados
- Mapa de dados

SOBRE A IPSOS

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

Os nossos profissionais de investigação, analistas e cientistas desenvolveram capacidades multiespecialista únicas que proporcionam uma poderosa visão das ações, opiniões e motivações dos cidadãos, consumidores, pacientes, clientes ou colaboradores. 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 ajudarmos os nossos 5.000 clientes a navegarem 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 índice Mid-60 e é elegível para o Serviço de Liquidação Diferida (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 informação precisa e relevante e transformá-la em verdade acionável.

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

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

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

Age-se melhor quando se tem a certeza.