



Comunicado de imprensa

5 de setembro de  
2023

## 1.ª edição do Observatório Internacional de Microbiotas

### O que as mulheres sabem (e não sabem) sobre a sua microbiota vaginal

*Embora a microbiota intestinal continue a ser a mais conhecida, não é a única... A microbiota vaginal também desempenha uma função essencial na nossa saúde. Mas o que sabem as mulheres atualmente sobre a função da microbiota vaginal? O que sabem sobre como devem cuidar da sua microbiota? Qual a função dos profissionais de saúde na informação que é dada aos pacientes? Para responder a estas perguntas, o Instituto Biocodex Microbiota encomendou à Ipsos a realização de um inquérito internacional alargado sobre este assunto: o Observatório Internacional de Microbiotas. Para realizar este inquérito, a Ipsos inquiriu 6500 pessoas em 7 países (França, Portugal, Espanha, EUA, Brasil, México e China). Para cada país, a amostra inquirida foi representativa da população do país com 18 ou mais anos de idade, ao nível de género, idade, profissão, região e zona urbana. No total **foram inquiridas 3433 mulheres**. O inquérito foi realizado pela Internet entre 21 de março e 7 de abril de 2023. Este inquérito exclusivo revela uma falta de compreensão geral do contributo da microbiota vaginal para a saúde. Destaca também o papel essencial dos profissionais de saúde para a educação das pacientes, sobretudo as pacientes idosas, sobre a função da microbiota vaginal e os comportamentos que devem adotar para a preservar o melhor possível.*

## **Microbiota vaginal: um órgão pouco conhecido**

- O nível de conhecimento sobre a microbiota vaginal é bastante baixo: apenas 1 em cada 5 mulheres afirma saber o significado exato do termo "microbiota vaginal" (21% contra 18% nos resultados globais). 53% das mulheres dizem que nunca ouviram falar sobre a microbiota vaginal (contra 55% nos resultados globais).
- Quando inquiridas sobre o termo "flora vaginal", as noções são igualmente superficiais: apenas 1 em cada 2 mulheres sabe o que é exatamente a flora vaginal (49%), uma proporção ligeiramente superior à dos resultados globais (40%).
- Em relação à função e à importância da microbiota para a saúde, a grande maioria das mulheres sabe que a microbiota vaginal funciona como barreira de proteção das mulheres contra microrganismos patogênicos (67%) e que cada mulher tem uma microbiota vaginal diferente de qualquer outra mulher (60%).
- Contudo, apenas 1 em cada 2 mulheres sabe que a microbiota vaginal tem uma função de autolimpeza e que, desde a infância até à menopausa, a microbiota vaginal de uma mulher não permanece a mesma (52%).
- No que se refere aos conhecimentos específicos sobre o parto, a diversidade bacteriana ou o desequilíbrio da microbiota, o nível de conhecimentos desce a pique: apenas 1 em cada 3 mulheres sabe que as bactérias da microbiota vaginal são seguras para a vagina das mulheres (37%) e que a vaginose bacteriana está associada a um desequilíbrio da microbiota vaginal (35%). 1 em cada 3 mulheres sabe também que o parto (vaginal ou por cesariana) tem impacto na microbiota intestinal do recém-nascido (30%). Apenas 27% afirmam saber que a microbiota vaginal está equilibrada quando a sua diversidade bacteriana é baixa.

## **Comportamentos incorretos para proteger a microbiota vaginal**

- Quando lhes foram feitas perguntas destinadas a avaliar os seus conhecimentos sobre os comportamentos corretos que devem adotar para proteger a saúde da sua microbiota vaginal, as inquiridas deram uma pontuação média relativamente baixa de 2,8/5.
- Mais detalhadamente, e exceto no que se refere à utilização de roupa interior de algodão (tendo 85% das mulheres adotado o comportamento correto neste caso), uma proporção moderada de mulheres adotou comportamentos específicos para proteger a saúde da sua microbiota vaginal.
- Quase 1 em cada 2 mulheres afirmam fazer duches vaginais (45%), apesar de serem prejudiciais para a sua microbiota vaginal.
- Apenas 41% dizem tomar probióticos e/ou prebióticos (oral ou vaginalmente).

**As informações facultadas pelos profissionais de saúde ainda são raras, mas são necessárias!**

- Menos de 1 em cada 2 mulheres afirmam que o seu médico lhes explicou como manter uma microbiota vaginal equilibrada (42%, embora apenas 20% tenham recebido esta explicação mais de uma vez) ou a importância de manter o melhor equilíbrio possível da sua microbiota vaginal (40%, mas 18% afirmam ter recebido esta explicação mais de uma vez).
- Finalmente, apenas 1 em cada 3 afirmam que o seu médico alguma vez lhes ensinou o que é a microbiota vaginal e para que serve (35%, e apenas 14% receberam esta explicação várias vezes).
- Ainda é muito raro os médicos darem informações sobre a microbiota, mas as mulheres precisam de as receber! 86% das mulheres inquiridas gostariam de ter mais informações sobre a importância da microbiota vaginal e o respetivo impacto na saúde.

### **Diferenças reais em função do perfil das pessoas inquiridas: as mulheres com 60 ou mais anos de idade são as que têm menos conhecimentos**

- Apesar de estarem numa idade em que os problemas de saúde associados ao envelhecimento serão cada vez mais presentes para muitas delas, as mulheres com 60 ou mais anos de idade são as que possuem menos conhecimentos. Apenas 40% destas mulheres sabem o que é a microbiota vaginal (em comparação com 47% de todas as mulheres).
- As mulheres com 60 ou mais anos de idade são as que apresentam menor probabilidade de saber o que é a microbiota vaginal, com uma pontuação média de conhecimento de 3,3/8 (em comparação com 3,6/8 nos resultados globais). Por exemplo, menos de 1 em cada 4 mulheres com 60 ou mais anos de idade (23%) sabem que a microbiota vaginal está equilibrada quando a sua diversidade bacteriana é baixa (em comparação com 27% nos resultados globais).
- No que diz respeito à adoção de comportamentos adequados para manter o equilíbrio da microbiota vaginal, as mulheres com 60 ou mais anos de idade (juntamente com o grupo etário com menos de 25 anos) são as que adotaram os comportamentos menos corretos. Menos de 1 em cada 2 mulheres com 60 ou mais anos de idade utiliza uma solução de limpeza sem sabão (49%, em comparação com 52% nos resultados globais).
- Ao mesmo tempo, o grupo etário com 60 ou mais anos é o que menos aborda este assunto com o seu médico. Apenas 1 em cada 4 mulheres com 60 ou mais anos de idade afirmam que o seu médico lhes ensinou o que é a microbiota vaginal e para que serve (29%, em comparação com 35% nos resultados globais).
- Enquanto 90% do grupo etário dos 35 aos 44 anos afirmaram que gostariam de receber mais informações dos seus profissionais de saúde sobre a importância da microbiota vaginal e o seu impacto na saúde, apenas 79% do grupo etário com 60 ou mais anos gostariam de receber mais informações (em comparação com 86% nos resultados globais).

- Por outro lado, os grupos etários dos 25 aos 34 e dos 35 aos 44 anos têm os níveis mais elevados de conhecimentos sobre o que as pessoas precisam de saber e fazer para preservar a sua microbiota vaginal.
- Por exemplo, o grupo etário dos 35 aos 44 anos está muito mais familiarizado do que os outros com o termo "flora vaginal" (47% sabem exatamente o que é, em comparação com 40% nos resultados globais).
- O grupo etário dos 25 aos 34 é o mais bem informado pelos respetivos médicos. Quase 1 em cada 2 mulheres receberam explicações do seu médico sobre o que é a microbiota vaginal e qual o seu objetivo (48% em comparação com 35% nos resultados globais). Uma grande maioria das mulheres do grupo etário dos 25 aos 34 anos (56% contra 42% nos resultados globais) afirmaram ter recebido do seu médico informações sobre os bons comportamentos a adotar para manter uma microbiota vaginal equilibrada.

O Observatório Internacional de Microbiotas também revelou contrastes consideráveis entre países em termos de conhecimentos, comportamentos e informações fornecidas pelos profissionais de saúde. Todos os resultados estão disponíveis no website do Instituto Biocodex Microbiota: <https://international-microbiota-observatory.com>

### **Sobre o Instituto Biocodex Microbiota**

O Instituto Biocodex Microbiota é um centro de conhecimento internacional que visa promover uma saúde melhor através da divulgação de informações sobre a microbiota humana. Para o fazer, o Instituto dirige-se tanto aos profissionais de saúde como ao público em geral de forma a sensibilizar para o papel central deste órgão pouco conhecido.

[www.biocodexmicrobiotainstitute.com/en](http://www.biocodexmicrobiotainstitute.com/en)



### **Contacto do Instituto Biocodex Microbiota para a comunicação social**

Olivier Valcke, Relações Públicas e Diretor de Publicações

+33 6 43 61 32 58

→ [o.valcke@biocodex.com](mailto:o.valcke@biocodex.com)

**Contacto da Ipsos para a comunicação social**

Etienne Mercier, Diretor da Divisão de Opinião e Saúde - Ipsos

+33 6 23 05 05 17

→ [etienne.mercier@ipsos.com](mailto:etienne.mercier@ipsos.com)