



Observatório Internacional de Microbiotas - 2.ª Edição - 2024
Inquérito realizado junto de 7500 pessoas em 11 países

Apenas uma em cada cinco mulheres afirma saber exatamente o que é a "microbiota vaginal"

A microbiota vaginal é essencial para a saúde da mulher. Mas qual é o grau de conhecimento que as mulheres têm sobre a microbiota vaginal? Que comportamentos adotam para a preservar? Que informações lhes são transmitidas pelos seus profissionais de saúde? Como é que o conhecimento e as atitudes em relação à microbiota vaginal evoluíram em relação ao ano passado?

*Pelo **segundo ano consecutivo**, o Biocodex Microbiota Institute confiou à Ipsos a realização de um grande inquérito internacional acerca da microbiota: o **Observatório Internacional de Microbiotas**. O inquérito foi realizado pela Ipsos junto de **7500 pessoas**, em **11 países** (França, Espanha, Portugal, Polónia, Finlândia, Marrocos, Estados Unidos, Brasil, México, China e Vietname). Em cada país, a amostra interrogada é **representativa da população do país com idade superior a 18 anos** em termos de sexo, idade, profissão e região. O inquérito foi realizado através da Internet, de 26 de janeiro a 26 de fevereiro de 2024.*

A segunda vaga deste estudo realça mais uma vez a falta de conhecimento das mulheres sobre a microbiota vaginal, que continua a ser largamente desconhecida. No entanto, sublinha também que os conhecimentos e os comportamentos melhoraram este ano, graças a uma maior sensibilização por parte dos profissionais de saúde. Esta campanha de sensibilização deverá agora ser reforçada e alargada a todas as mulheres, em particular às mais velhas.

1. A microbiota vaginal ainda é pouco conhecida, apesar de o seu conhecimento ter progredido timidamente este ano

- Este ano, mais uma vez, **apenas uma mulher em cada cinco afirma saber exatamente o que é a "microbiota vaginal"** (22%, +2 pontos em relação a 2023, em comparação com 20% de homens e mulheres combinados). A notoriedade do termo aumentou em relação ao ano passado, mas continua a ser baixa: quase metade das mulheres continua a nunca ter ouvido falar do termo (48%, -5 pontos em relação a 2023, em comparação com 51% de homens e mulheres combinados).
- **As mulheres estão mais familiarizadas com o termo "flora vaginal", mesmo que o conhecimento do termo seja superficial:** apenas uma em cada duas mulheres sabe exatamente o que é (53%, em comparação com 42% de homens e mulheres combinados).
- **Algum bom conhecimento de certas características da microbiota vaginal:** perto de 7 em cada 10 mulheres sabem que os antibióticos podem alterar a microbiota vaginal (69%) e que a secura/desidratação vaginal tem consequências para a microbiota vaginal (69%).
- **É um conhecimento ainda demasiado baixo, mas que melhorou em relação ao ano passado:** 55% das mulheres sabem que, desde a infância até à menopausa, a microbiota vaginal da mulher não fica igual (+6 pontos em relação a 2023) e 44% sabem que a vaginose bacteriana está associada a um desequilíbrio da microbiota vaginal (+8 pontos em relação a 2023).
- **No entanto, o conhecimento sobre muitos aspetos da microbiota vaginal permanece muito limitado:** apenas 1 em cada 2 mulheres sabe que o tabagismo tem impacto na microbiota vaginal (55%) e 3 em cada 10 mulheres sabem que a microbiota vaginal está equilibrada quando a sua diversidade bacteriana é baixa (30%; +2 pontos em relação a 2023)

2. Este ano, cada vez mais mulheres adotam comportamentos destinados a preservar a microbiota vaginal, ainda que persistam algumas más práticas

- **A adoção de comportamentos para proteger a microbiota vaginal varia:** embora uma elevada proporção de mulheres use roupa interior de algodão (86%, +2 pontos em relação a 2023), outros comportamentos benéficos são adotados em menor escala. Quase 2 em cada 3 mulheres evitam a automedicação (63%) e 3 em cada 5 utilizam uma solução de limpeza sem sabão (61%, +3 pontos em relação a 2023).
- **Alguns comportamentos prejudiciais à microbiota vaginal continuam enraizados nos comportamentos:** apesar de uma redução em relação ao ano passado, ainda são mais de 2 em cada 5 as mulheres que fazem duches vaginais (42%, -3 pontos em

relação a 2023), e 53% as que dormem com a roupa interior vestida (+1 ponto em relação a 2023).

3. **Maior sensibilização dos profissionais de saúde, que deve ser reforçada para responder às necessidades das mulheres**

- **A sensibilização feita pelos profissionais de saúde sobre a microbiota vaginal progrediu este ano:** foi explicado a 43% das mulheres o que é a microbiota vaginal (+7 pontos em relação a 2023). Quase metade das mulheres foi sensibilizada para a importância de preservar o máximo possível a sua microbiota vaginal (+8 pontos em relação a 2023). Uma percentagem semelhante de mulheres afirma que um profissional de saúde já lhes explicou os comportamentos corretos que devem adotar para preservar o mais possível a microbiota vaginal (48%, +7 pontos em relação a 2023). **Embora este progresso seja significativo, diz apenas respeito a uma minoria de mulheres, o que revela que existe espaço para melhorias na informação fornecida pelos profissionais de saúde sobre a microbiota vaginal.**
- **Tanto mais que há uma procura generalizada deste tipo de sensibilização por parte das mulheres.** Das mulheres inquiridas, 88% gostariam de estar mais informadas sobre a importância da microbiota vaginal e o seu impacto na saúde (+2 pontos em relação a 2023).

4. **A idade é um fator determinante da microbiota vaginal: as pessoas com idade igual ou superior a 60 anos estão menos sensibilizadas, ao contrário das pessoas com 25-34 anos e das mães jovens**

- **Este ano, mais uma vez, as mulheres com idade igual ou superior a 60 anos são as menos informadas e as menos sensibilizadas em relação à microbiota vaginal, apesar de estarem mais expostas a problemas de saúde.**
- Apenas 41% das mulheres com idade igual ou superior a 60 anos sabem o que é a microbiota vaginal, em comparação com 52% do conjunto das mulheres.
- Também não conhecem o papel e as funções da microbiota vaginal: menos de metade das mulheres com idade igual ou superior a 60 anos (49%) sabe que a vagina faz a sua autolimpeza (em comparação com 56% do conjunto das mulheres) e apenas 39% sabem que a vaginose bacteriana está associada a um desequilíbrio da microbiota vaginal (em comparação com 44% do conjunto das mulheres).
- Apesar destas lacunas, as mulheres com idade igual ou superior a 60 anos destacam-se pela adoção de alguns comportamentos destinados a manter o equilíbrio da microbiota vaginal. 3 em cada 4 mulheres evitam a automedicação (76%, em comparação com 63% do conjunto das mulheres) e 67% evitam os duches



vaginais (em comparação com 58% do conjunto das mulheres). No entanto, é menor o número de mulheres que utilizam uma solução de limpeza sem sabão (56%, em comparação com 61% do conjunto das mulheres) e que dormem sem roupa interior (43%, em comparação com 47% do conjunto das mulheres).

- População com um nível de sensibilização mais baixo por parte dos profissionais de saúde: apenas um terço das mulheres com idade igual ou superior a 60 anos recebeu informações de um profissional de saúde sobre a microbiota vaginal (32%, em comparação com 43% do conjunto das mulheres).
- **As mulheres com idades compreendidas entre os 25 e os 34 anos e as mães de crianças com menos de 3 anos parecem estar mais informadas e sensibilizadas para a microbiota vaginal.**
- 62% das mulheres entre os 25 e os 34 anos e 60% das mães de crianças com menos de 3 anos sabem o que é a microbiota vaginal (em comparação com 52% do conjunto das mulheres).
- Melhor compreensão da microbiota vaginal: 69% das mulheres entre os 25 e os 34 anos e 67% das mães sabem que cada mulher tem a sua própria microbiota vaginal (em comparação com 64% do conjunto das mulheres). São também mais aquelas que sabem que a vagina faz a sua autolimpeza: 61% das mulheres entre os 25 e os 34 anos e 60% das mães estão cientes desse facto (em comparação com 56% do conjunto das mulheres).
- São também mais aquelas que adotaram comportamentos que são benéficos para a microbiota vaginal: 2 em cada 3 usam uma solução de limpeza sem sabão (67% das mulheres entre os 25 e os 34 anos e 71% das mães de crianças com menos de 3 anos, em comparação com 61% do conjunto das mulheres), e 54% dormem sem roupa interior (em comparação com 47% do conjunto das mulheres).
- 54% das mulheres entre os 25 e os 34 anos e 55% das mães de crianças com menos de 3 anos receberam informações de um profissional de saúde sobre o que é a microbiota vaginal (em comparação com 43% do conjunto das mulheres).

O Observatório Internacional de Microbiotas revelou também contrastes notáveis entre países em termos de conhecimentos, comportamentos e informações fornecidas pelos profissionais de saúde. Todos os resultados estão disponíveis no site do Biocodex Microbiota Institute:

<https://www.biocodexmicrobiotainstitute.com/pt/observatorio-internacional-microbiotas>



Sobre o Biocodex Microbiota Institute

O Biocodex Microbiota Institute é um cruzamento internacional de conhecimento dedicado às microbiotas humanas. Disponível em 7 idiomas, o Instituto dirige-se aos profissionais de saúde e ao grande público para os sensibilizar sobre o papel crucial desempenhado por este órgão na nossa saúde. A missão principal do Biocodex Microbiota Institute é de natureza educativa: promover a importância da microbiota para todos.

www.biocodexmicrobiotainstitute.com/en

Contacto de imprensa do Biocodex Microbiota Institute:

Olivier Valcke, Relações públicas e responsável pelo editorial
+33 6 43 61 32 58
o.valcke@biocodex.com

Contacto de imprensa da Ipsos:

Etienne Mercier, Diretor do polo de opinião e saúde – Ipsos
+33 6 23 05 05 17
Etienne.Mercier@ipsos.com