Salute, italiani pigri e preoccupati per il futuro: la ricerca Danacol

danacol-66c5cd70

Consapevoli e informati, timorosi di ammalarsi in futuro, dubbiosi su cosa sia corretto fare, poco costanti nella prevenzione, non mantengono le promesse, sono pigri, hanno bisogno di un aiuto, si fidano solo del medico di famiglia. Un **ritratto generazionale** molto ampio (20-70 anni) di cui non andare del tutto fieri. In un percorso di avvicinamento a settembre, il mese del cuore, e in allineamento al progetto Viaggio al Cuore del Problema, **Danacol** ha commissionato a TNS Italia una **ricerca approfondita sull'atteggiamento degli italiani nei confronti del benessere e della salute cardiovascolare** con l'obiettivo di offrire un reale supporto nel percorso di prevenzione che ognuno di noi dovrebbe avere.

La metà degli italiani ha **paura del futuro**. Il totale campione a cui è stato posto questo quesito si è spaccato a metà (timorosi 46% vs 54%). Una preoccupazione che si fa sentire maggiormente nelle donne (49%) ma trova riscontro anche nei più giovani (33%): un giovane su tre non si sente infatti sereno a riguardo. Una paura che nasce soprattutto dal grado di conoscenza e consapevolezza in termini di salute, cardiovascolare nello specifico. Gli anni di lavoro di sensibilizzazione da parte delle istituzioni e di brand come Danacol hanno avuto i loro effetti. Otto italiani su dieci hanno un **buon grado di consapevolezza riguardo ai principali fattori di rischio cardio-vascolare** e citano, infatti, **fumo, pressione alta, alto livello di colesterolo, sovrappeso e vita sedentaria** tra i principali fattori di rischio per la salute del cuore.

Di questa popolazione ben informata, la quasi totalità (96%) non solo riconosce il **ruolo fondamentale della prevenzione** a ogni età e identifica anche in una corretta alimentazione la miglior forma di prevenzione (93%), ma concorda anche con il concetto che la salute passi dall'alimentazione (96%). D'altronde, persistono molti timori e perplessità. Quattro italiani su dieci temono di non avere i soldi necessari per curarsi, percentuale che pesa maggiormente tra i 20-34enni (44%) e cresce sensibilmente al Sud (48%), dove la consapevolezza dell'importanza della prevenzione è nettamente

superiore (67%). Tre italiani su dieci temono di essere malconsigliati e il 28% della fascia più giovane del campione indica tra i motivi di preoccupazione la mancanza di informazione oppure di tempo.

Infine, dai risultati si riscontra come l'atteggiamento purtroppo diffuso di **'far finta di nulla' fin tanto che il problema non si manifesta** sia adottato anche nella prevenzione. Seppure l'86% degli italiani ritiene fondamentale fare dei controlli periodici, solo il 40% dichiara di effettuarli veramente, percentuale che sale al 49% negli over 55. Un italiano su due, il 55% degli intervistati tende a far finta che un problema non esista fino a quando non si manifesta e il 44% cerca di ridurre esami e controlli al minimo perché 'generano ansia'.

Questo mix di elevata consapevolezza e scarsa propensione a svolgere analisi e visite di controllo fa sì che la maggioranza degli italiani abbia il sospetto di non fare abbastanza. E ancora, una prevenzione quasi 'home made' fatta di **tanti 'buoni propositi', spesso non mantenuti**, fa nascere spontaneo il dubbio se si stia facendo la cosa giusta. Un italiano su tre (31%) si pone spesso questa domanda e la percentuale sale al 39% nei più giovani (20-30 anni), mentre otto italiani su dieci (84%) dichiarano di domandarselo almeno qualche volta. Sono tante infatti le promesse non mantenute! Tra i buoni propositi spicca "fare più movimento" (42%), per i giovani 'fare attività sportiva' (33%) e 'dormire di più' (24%), mentre gli over 55 'tenere sotto controllo il livello del colesterolo' (26%) e della 'pressione' (28%). Purtroppo alla fine solo il 3% del campione mantiene tutte le promesse fatte. E tra i motivi dell'insuccesso, spicca la pigrizia indicata dal 39% e la scarsa perseveranza. E di questo personale insuccesso non si è particolarmente fieri e un po' ci si vergogna soprattutto nei confronti di chi ci è vicino. Un italiano su tre dichiara inoltre di aver mentito almeno una volta al proprio medico, e un italiano su due di avere mentito ai suoi familiari.

Il ruolo dei familiari nella gestione eventuale di malattie e nel supporto **nell'adozione di stili di vita più salutari** è stato attentamente affrontato in questa ricerca. Il supporter ideale è 'una questione di cuore' a seconda se per sé stessi o per un familiare. Quanto contano gli affetti, l'emotività e la passione nel percorso verso il benessere per adottare uno stile di vita più sano? Moltissimo: il 67% degli intervistati indica come necessità numero uno 'un compagno di avventura lungo il percorso', seguita da un "maggior supporto delle persone che mi stanno vicino" (61%), tutte percentuali superiori a quelle che fanno riferimento all'assistenza di un consulente esperto (58%), un coach (48%) o un assistente (43%). Il dato più curioso è che "la compagnia di una persona cara" è considerata utile dal 58% se è per sé stessi, ma solo dal 38% se rivolta ad un familiare a cui si destinano volentieri il supporter virtuale e l'infermiere robot.

Infine, in termini di fiducia e affidabilità, dalla ricerca emerge che il **medico di famiglia** è, ancora prima dei medici specialisti, la figura di riferimento quando si tratta di prendere decisioni riguardanti la salute. È a lui (30%) che ci si affida in caso di problemi, seguono la/il partner (17%), la mamma (9%) – che tra gli under 35 è una figura influente tanto quanto il medico di famiglia – e Internet (3%).

“I risultati di questa ricerca riflettono l’importanza universalmente riconosciuta dagli italiani di una corretta alimentazione quale must per poter stare bene e in salute. In questo contesto, Danacol rappresenta il prodotto perfetto per accompagnare il consumatore in un percorso di prevenzione grazie alle sue caratteristiche di bevanda a base di latte scremato fermentato addizionato di steroli vegetali”, spiega **Valeria Surico, Connection Marketing Manager di Danone**; “Inoltre i risultati di questa ricerca si allineano e danno valore al progetto 'Viaggio al Cuore del Problema' con cui Danacol si pone l’obiettivo di accompagnare i consumatori in un percorso finalizzato a migliorare la salute del cuore insieme alla collaborazione del Policlinico Universitario Agostino Gemelli di Roma”.

“Con questa indagine abbiamo riscontrato un atteggiamento degli italiani nei confronti della salute e della prevenzione cardiovascolare che rispecchia la ricerca costante di equilibrio in uno stato di incertezza in cui viviamo. Da un lato l’evoluzione e diffusione di informazioni dal web ci permette di essere aggiornati, l’informazione ormai è accessibile a tutti e la consapevolezza di cosa si deve fare è un dato assodato”, aggiunge **Federico Capeci, CEO di TNS Italia**; “D’altro canto la ricerca di un benessere a 360 gradi e l’incertezza del futuro incombe nelle scelte quotidiane e, per superare le sfide, si tende a far finta di nulla. In questo quadro, pieno di contraddizioni, emerge un identikit di un italiano dubbioso, pieno di buoni propositi che per pigrizia non porta a termine e che convive con questo dubbio su quale sia la cosa giusta”.