

**Una vita sana:
desiderio per molti,
realtà solo per il
60% degli Italiani**

Conferenza stampa

STADA Health Report 2025
Focus Italia

Il più completo e rappresentativo studio sulla salute nel settore



Metodo scientifico:
Indagini online
rappresentative in
22 Paesi



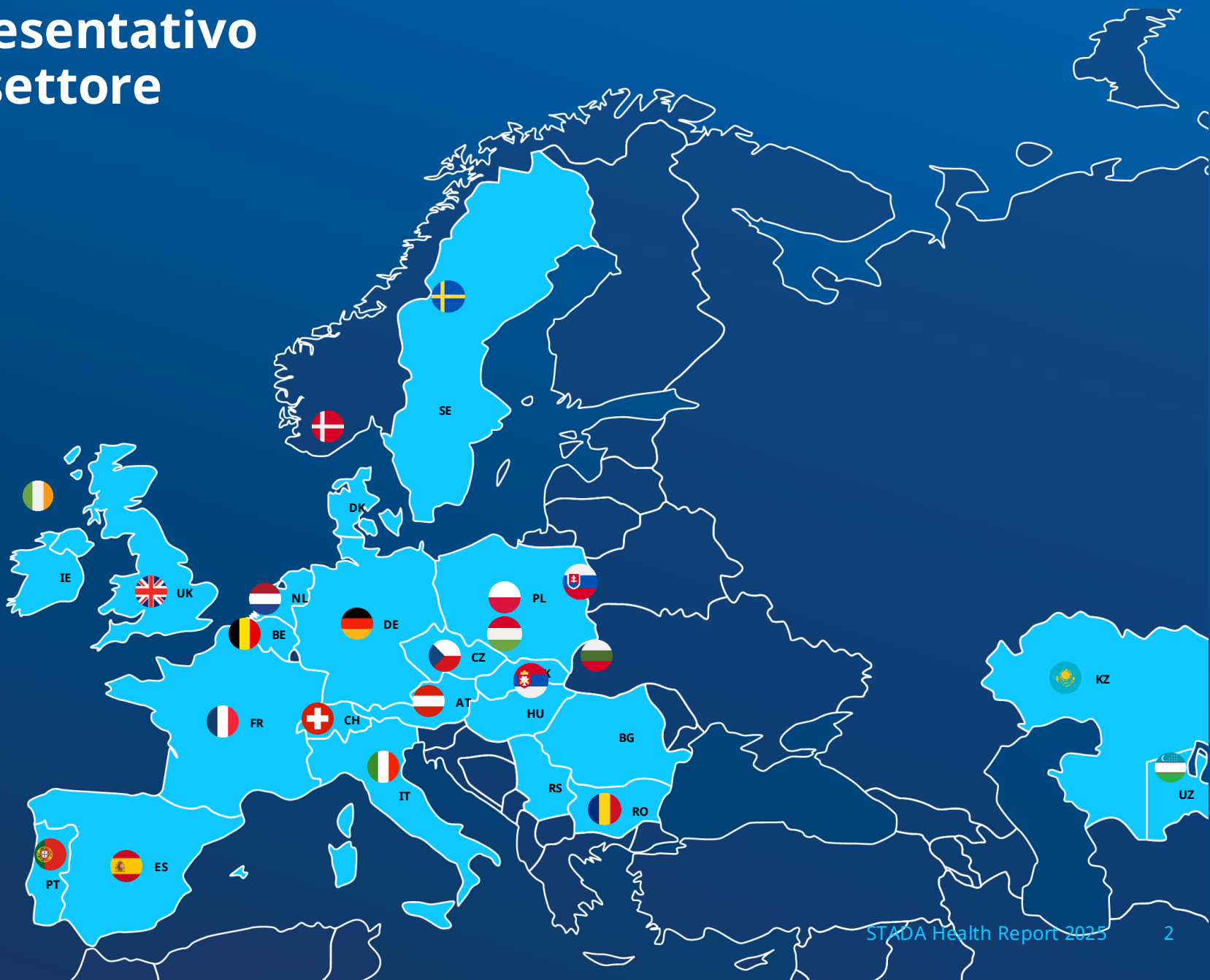
Periodo:
Gennaio - Marzo
2025



27.009
intervistati di età
compresa tra 18-99
anni



2.001
Intervistati di età
compresa tra 18-79
anni



Approfondimento STADA Health Report 2025

1



Ambizione vs. realtà:
solo 3 Italiani su 5
conducono uno stile
di vita sano

2



**Difficoltà economiche e check-up
preventivi: in aumento, ma
ancora troppo bassi**

3



**Stabile la fiducia nel
nostro SSN**

4



**Scarsa salute mentale:
ostacola uno stile di vita
sano, ha un costo per la
società**

01

**Ambizione vs. realtà:
solo 3 Italiani su 5
conducono uno stile
di vita sano**



La consapevolezza sulla salute si è diffusa ormai quasi ovunque

98%

è consapevole dell'importanza di uno stile di vita sano

Solo il 2%

dice "Non mi interessa condurre uno stile di vita sano"

Dalla consapevolezza all'azione: 6 Italiani su 10 conducono uno stile di vita sano

Europa ▼51%

60%

Stile di vita sano



Europa ▲40%

35%

Né sano
né malsano

5%

Europa ▲9%

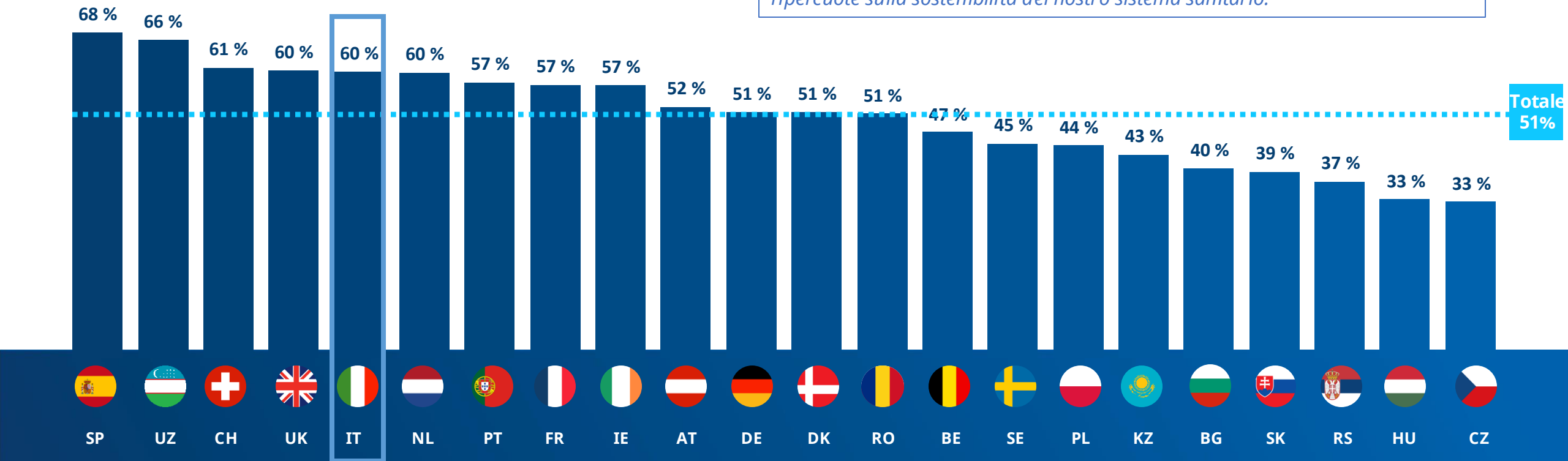
Stile di vita non sano

STADA

Il nostro stile di vita è generalmente sano o molto sano, e ciò influenza la nostra aspettativa di vita media

D: Come giudichi il tuo stile di vita in generale?
R: Sano e molto sano.

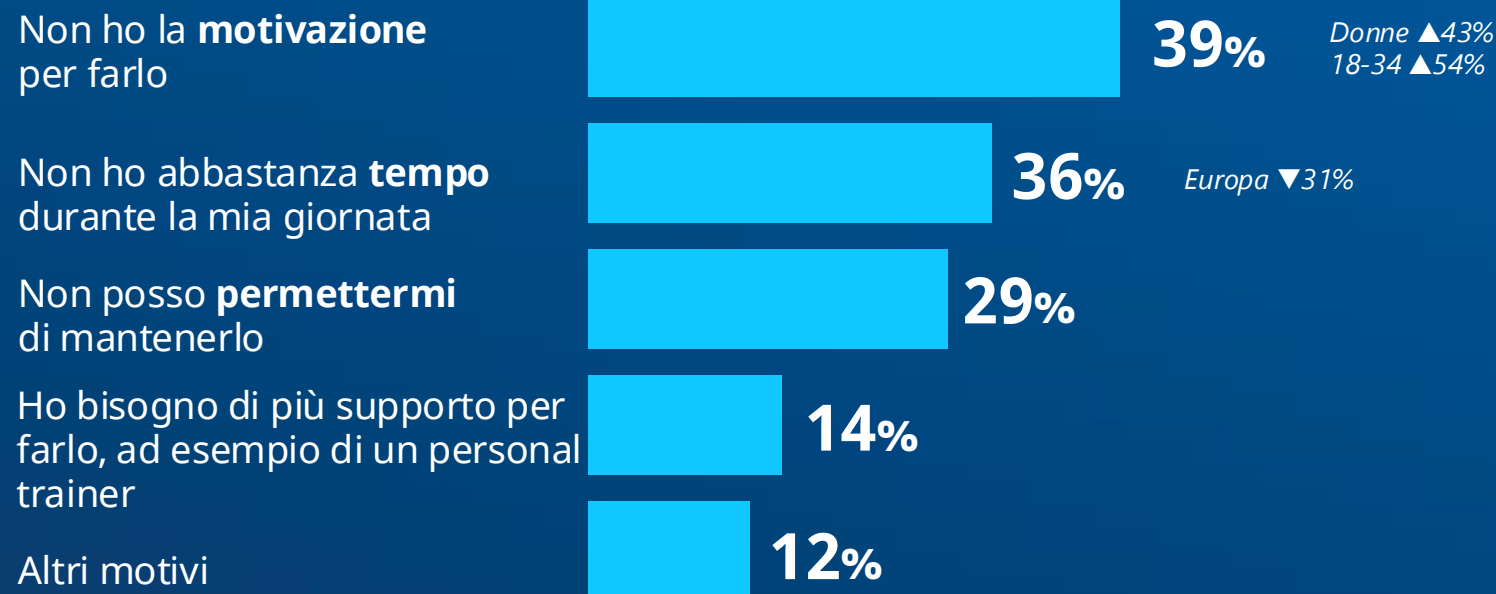
L'importanza di uno stile di vita sano è confermata dai dati Eurostat.
L'Italia ha un'aspettativa di vita media (83,5 anni) tra le più alte dell'Unione Europea. Una stretta correlazione tra stile di vita e aspettativa di vita che si ripercuote sulla sostenibilità del nostro sistema sanitario.





Ostacoli a una vita sana: impedimenti reali o una questione di atteggiamento?

*D: Quali tra i seguenti fattori, se presenti, ti impediscono di mantenere uno stile di vita sano?**



**Solo risposte di persone che dichiarano di non condurre uno stile di vita sano*

**Una vita sana
inizia da noi.
Essere responsabili
è la chiave**

Un grande *gap* tra conoscenza e azione: l'alimentazione sana

D: Credi che mangiare in modo sano possa aiutare a prevenire le malattie?

R: Sì, sicuramente e sì, in una certa misura.

Europa ▼87%

Il **91%**

pensa che un'alimentazione sana possa addirittura prevenire le malattie

STADA

D: Quali misure preventive per la salute adotti regolarmente, se lo fai?

R: Seguo una dieta sana.

Europa ▼57%

Il **64%**

Donne ▲67%
55+ ▲69%

mangia in modo sano

La consapevolezza e la soddisfazione nei confronti di una dieta sana fanno sì che non sentiamo la necessità di ricorrere agli integratori

D: Quali misure preventive per la salute adotti regolarmente, se lo fai?

R: Assumere regolarmente integratori di vitamine e minerali.

Europa ▲65%

Il **59%**

Donne ▲66%
18-34 ▼52%

assume integratori di vitamine e minerali



Una meta-analisi dimostra che circa la metà degli Europei ha carenza di vitamina D.*

* Cui et al., 2023: Global and regional prevalence of vitamin D deficiency in population-based studies from 2000 to 2022: A pooled analysis of 7.9 million participants; <https://www.frontiersin.org/journals/nutrition/articles/10.3389/fnut.2023.1070808/full>

32%

35-54 ▲36%

per sostenere il sistema immunitario

31%

Europa ▼27%

per aumentare energia e vitalità

20%

Donne ▲24%

per colmare i vuoti nell'alimentazione

19%

Donne ▲25%
55+ ▼13%

per la pelle, i capelli e la bellezza

02

Difficoltà economiche e check-up preventivi: in aumento, ma ancora troppo bassi

STADA



Nonostante una maggiore consapevolezza dell'importanza dei check-up, 1 Italiano su 3 non si sottopone a nessun controllo

D: Pensando ai check-up sanitari preventivi (ad esempio, esami per il cancro della pelle, del seno o dei testicoli) disponibili....

Il 77% delle donne con un'età superiore a 35 anni partecipa ad alcuni o a tutti i check-up sanitari disponibili.

Le "campionesse del check-up" italiane sono addirittura più giovani rispetto alla media europea (donne di età superiore a 55 anni). Ciò è probabilmente dovuto a una maggiore consapevolezza nei confronti del cancro al seno, all'utero, alle ovaie e del papillomavirus.

57%

partecipa ad alcuni o a tutti i check-up sanitari disponibili

partecipa ad alcuni o a tutti i check-up sanitari disponibili

68%

43%

non si sottopone a nessun check-up sanitario

non si sottopone a nessun check-up sanitario

32%

Uomini ▲38%

*Donne ▲74%
18-34 ▼61%*

2023

2025

La mancanza di accesso ci porta a ricorrere a opzioni private più costose

*D: Perché non ti sottoponi a tutti i check-up sanitari preventivi disponibili?**

È troppo costoso



Donne ▲30%
55+ ▼24%
Europa ▼16%

Non so quali check-up posso e devo fare



Non posso sottopormi a tutti i check-up per mancanza di accesso/disponibilità



Sento di non averne bisogno



Uomini ▲22%
Europa ▲28%

Non riesco mai a trovare il tempo



55+ ▼10%

Per paura di ricevere una diagnosi negativa



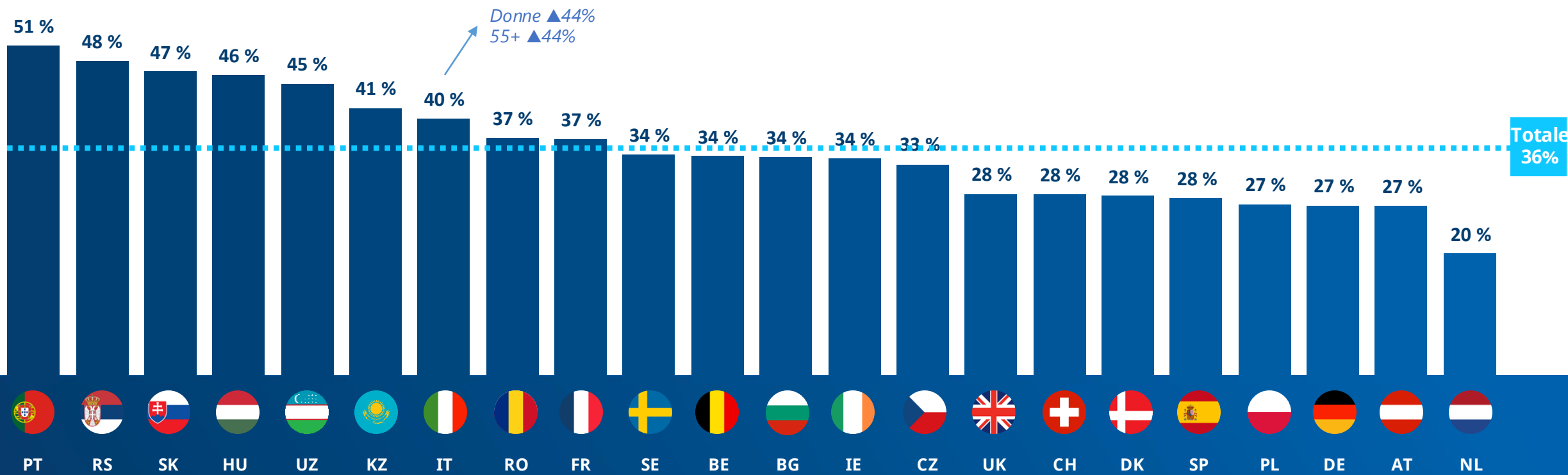
Mi mette a disagio



**Solo risposte di persone che non si sottopongono a check-up*

Oltre 1 Italiano su 3 ha difficoltà economiche

R: Devo prestare molta attenzione al denaro/Faccio davvero fatica a tenere sotto controllo le mie finanze.



03

**Stabile la fiducia
nel nostro SSN**



Sebbene al di sotto della media europea, la soddisfazione degli Italiani nei confronti del sistema sanitario pubblico rimane stabile

D: Nel complesso, quanto ti ritieni soddisfatto/a del sistema sanitario pubblico del tuo Paese?

Europa ▲56%

Il **48%**

è soddisfatto del proprio sistema sanitario nazionale

2024

Europa ▲58%

Il **48%**

è soddisfatto del proprio sistema sanitario nazionale

2025

Dal punto di vista di equità percepita del nostro sistema sanitario, siamo ben al di sotto della media europea

D: Diresti che il sistema sanitario del tuo Paese è "equo", ovvero che tutti hanno uguale accesso alle cure e ai servizi medici?

Europa ▲51%

Il **43%**

ritiene il sistema sanitario italiano equo

D: Credi che il tuo sistema sanitario si prenderà cura di te se ti ammalerai gravemente?

Europa ▲58%

Il **55%**

ha fiducia nel sistema



Prevale una forte fiducia nei confronti dei medici di famiglia e farmacisti

R: *Mi fido completamente/Mi fido abbastanza*



Su 22 Paesi intervistati, siamo al 5° posto in termini di fiducia nei confronti delle farmacie fisiche

D: Perché utilizzare una farmacia fisica?

Donne ▲41%

39%

Posso **ricevere consigli** su come assumere i farmaci e sui possibili effetti collaterali

Europa ▼28%

33%

Conosco e mi **fido** delle persone che ci lavorano

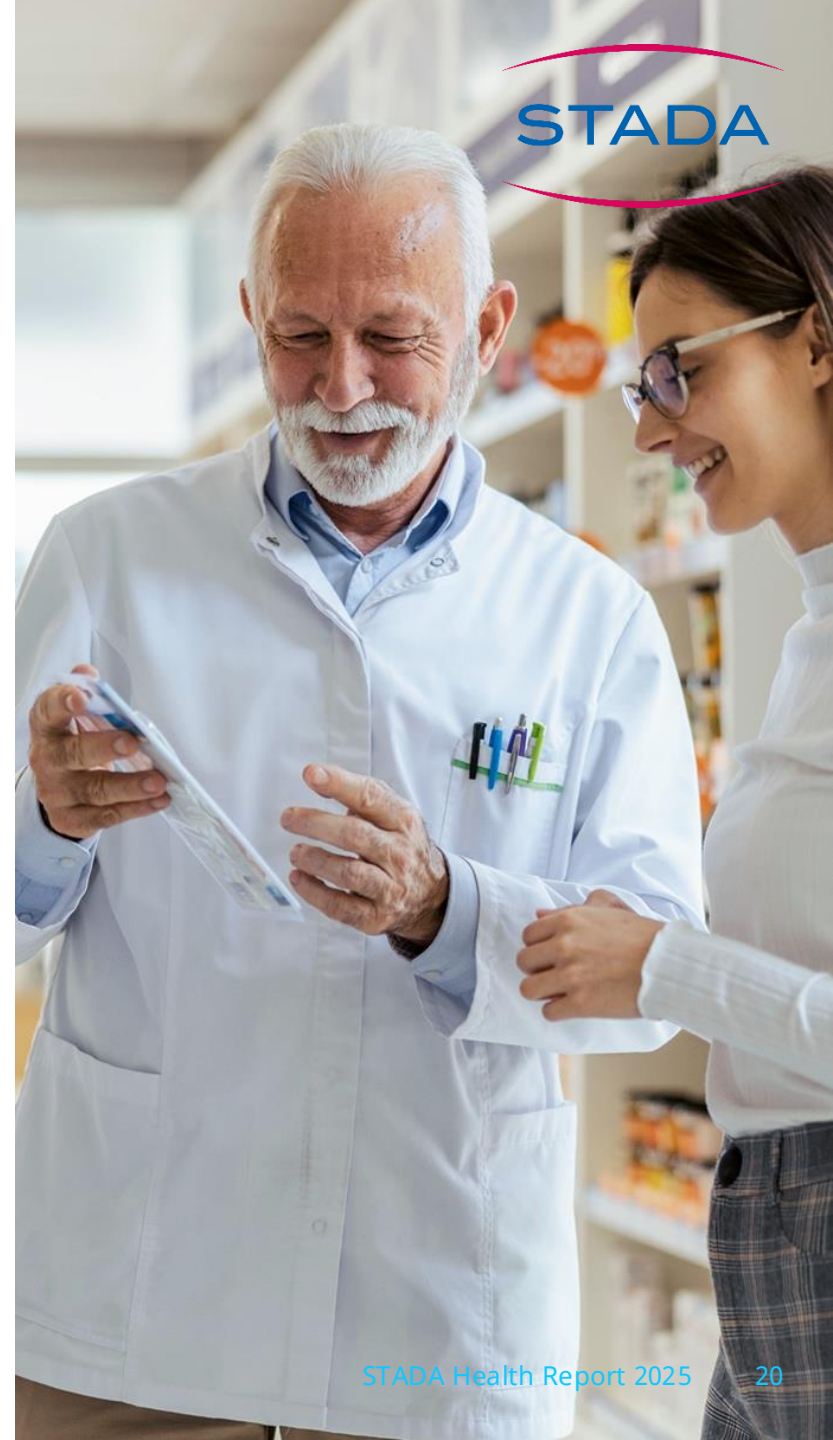
Altri motivi importanti:

38%: ho bisogno di qualcosa **immediatamente**.

31%: la farmacia è un punto di riferimento unico, posso prendere qualsiasi cosa per le mie esigenze di salute mentre sono lì.



STADA



Anche se l'IA non è ancora stata pienamente adottata, l'apertura nei confronti della tecnologia sta crescendo

D: Prenderesti in considerazione l'idea di chiedere un consulto all'IA (Intelligenza Artificiale) invece di rivolgerti a un medico?

Uomini ▲46%
55+ ▼37%

Il **43%**

dice che prenderebbe già in considerazione l'idea di chiedere un consulto all'IA

Donne ▲35%

Il **31%**

dice che potrebbe prenderla in considerazione in futuro

Donne ▲51%

Il **48%**

crede che le consultazioni mediche/psicologiche richiedano un'interazione personale

Un migliore accesso e una maggiore convenienza stanno favorendo un'apertura verso l'IA nell'ambito dell'assistenza sanitaria

*D: Perché dovresti prendere in considerazione l'idea di chiedere un consulto all'IA (intelligenza artificiale)?**

Donne ▲50%

46%

Accessibilità/disponibilità
(l'IA è sempre online)

42%

Convenienza
(risparmio di tempo)

34%

Oggettività
(l'IA potrebbe essere più neutrale)

23%

Costo-efficacia
(più economico)

16%

Anonimato
(condivisione di informazioni sensibili)

**Solo risposte di persone che prenderebbero in considerazione la consultazione dell'IA*

Mentre l'IA sta ridefinendo ciò che è possibile in sanità, il fattore umano dell'assistenza sanitaria rimane una componente fondamentale - un valore che dobbiamo continuare a preservare

04

**Scarsa salute
mentale: ostacola
uno stile di vita
sano, ha un costo
per la società**



Europa ▲36%
Uomini ▼25%
18-34 ▼35%

30%

degli Italiani affronta
apertamente problemi
di salute mentale, ma

Donne ▲12%
55+ ▼5%

solo l'**8%**

riceve il sostegno di un
terapeuta



Una scarsa salute mentale impedisce di avere abitudini sane



Con una buona salute mentale
Con una scarsa salute mentale

Europa ▲40%



ignora i check-up sanitari

adotta regolarmente misure preventive

Europa ▼61%



fa regolare esercizio fisico

segue una dieta sana

Una scarsa salute mentale comporta crescenti costi economici

D: Per quali dei seguenti motivi hai detto di essere malato/a al lavoro/a scuola/all'università negli ultimi 12 mesi?

Salute mentale buona
Salute mentale scarsa

21% **26%**

Quando mi sentivo
generalmente poco bene

13% **25%**

Quando mi sentivo
sotto stress

6% **21%**

Quando non sentivo di avere
motivazione per andare al lavoro/a
scuola/all'università

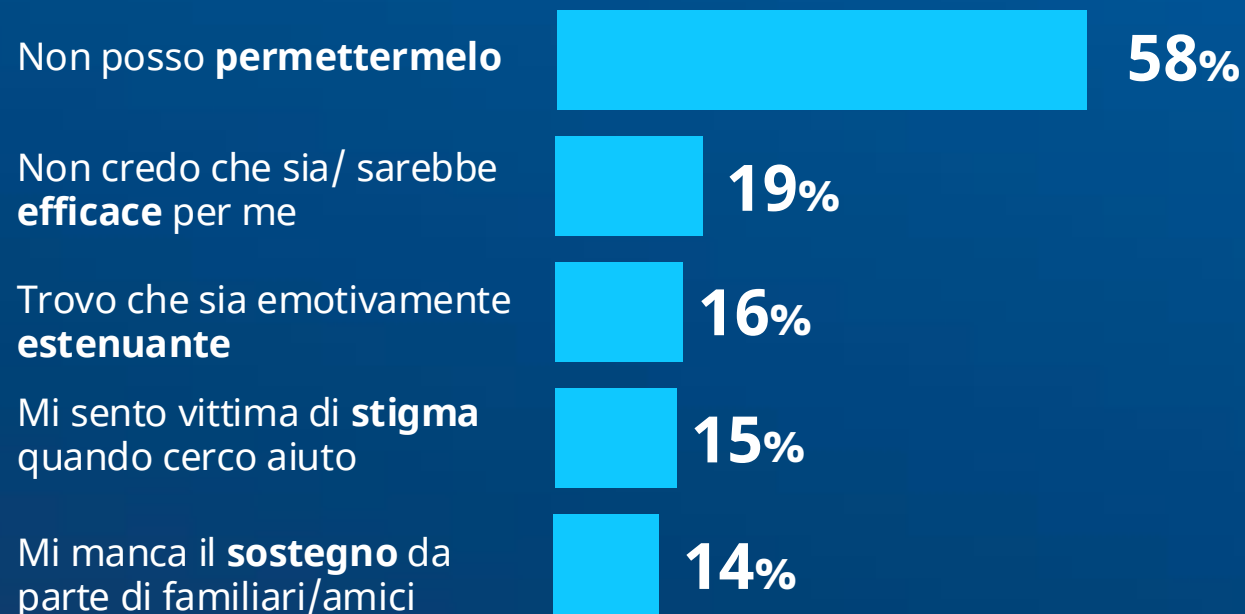


Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS Europa), in molti Paesi occidentali i disturbi mentali sono la principale causa di disabilità, responsabili del 30-40% delle assenze croniche per malattia e con un costo pari a circa il 3% del PIL.



Un aiuto è troppo costoso, soprattutto per gli Italiani con problemi di salute mentale

*D: Quali sono, se presenti, i motivi per cui non cerchi un sostegno per mantenere o migliorare la tua salute mentale?**



*Solo risposte di persone con scarsa salute mentale

Pressione finanziaria, solitudine e stress lavorativo sono i principali fattori che determinano i problemi di salute mentale degli Italiani

D: Che cosa credi che contribuisca maggiormente ai problemi di salute mentale delle persone?

23%

Preoccupazioni economiche

55+ ▲28%

23%

Isolamento sociale/solitudine

55+ ▼15%

22%

Stress da lavoro

Meno di 1 Italiano su 5 ritiene che la salute mentale e fisica ricevano la stessa attenzione

D: Ritieni che la salute mentale e fisica ricevano la stessa attenzione nel sistema sanitario del tuo Paese?

Europa ▲21%
Uomini ▲19%

17%

Sì, la salute mentale e fisica ricevono la stessa attenzione



Grazie!