**RICERCA IPSOS IN OCCASIONE DELL GIORNATA MONDIALE DELLA SALUTE MENTALE**

**IN AUMENTO IL NUMERO DI ITALIANI CHE PENSA AL PROPRIO BENESSERE MENTALE**

* *Per la prima volta la salute mentale supera il cancro e diventa il secondo problema di salute percepito a livello internazionale, subito dopo il Covid-19*
* *Oltre un italiano su due dichiara di pensare spesso al proprio benessere mentale, in aumento di 4 punti rispetto al 2021*
* *L’80% degli italiani afferma che la salute mentale e fisica sono ugualmente importanti, ma è il 40% a percepire che il sistema sanitario le attribuisca la stessa importanza*
* *In generale, i problemi di salute mentale sono avvertiti maggiormente dai più giovani, dalle donne e dalle famiglie a basso reddito*
* *Gli effetti dello stress sono i problemi di salute mentale segnalati più frequentemente*

*\*\*\**

**Milano, 10 ottobre 2022**. In occasione del *World Mental Health Day 2022*, Ipsos presenta i risultati di uno studio internazionale sulle opinioni dei cittadini riguardo la propria salute mentale e fisica e le percezioni in merito all'importanza attribuita dal sistema sanitario del proprio Paese.

Pensando ai principali problemi di salute che le persone intervistate in 34 Paesi devono affrontare oggi, il **36%** degli intervistati nomina la **salute mentale**, in aumento di 5 punti rispetto al 2021 (31%), superando per la prima volta il **cancro (34%)** e diventando il secondo problema di salute percepito a livello internazionale, subito dopo il **Covid-19 (47%).**

**SALUTE MENTALE E FISICA, QUANTO CI PENSANO GLI ITALIANI?**

Il **55%** degli italiani dichiara di pensare spesso al proprio **benessere mentale**, in aumento di 4 punti rispetto al 2021 e leggermente sotto la media internazionale pari al 58%. Guardando, invece, al **benessere fisico** si registrano percentuali più alti: il **77%** degli italiani afferma di pensarci spesso, in aumento di 5 punti rispetto allo scorso anno e sopra la media internazionale pari al 70%.

In generale, i dati Ipsos mostrano come si tenda a pensare al proprio benessere fisico più frequentemente rispetto al benessere mentale, tuttavia, si registrano alcune differenze di genere e generazionali:

* le donne tendono a pensare alla propria salute mentale più degli uomini (**62% delle donne vs. 53% degli uomini**);
* allo stesso modo, pensare al proprio benessere mentale è presente maggiormente tra gli **under35 (65%)** rispetto agli **over50 (48%)**.

**LE OPINIONI E LE PERCEZIONI DEI CITTADINI SULL’IMPORTANZA ATTRIBUITA ALLA SALUTE MENTALE E FISICA**

In media, a livello internazionale, quasi 8 persone su 10 (76%) considerano **salute mentale e fisica** ugualmente importanti quando si tratta della propria salute personale.

In **Italia**, **l’80%** degli intervistati sostiene che **salute mentale e fisica** hanno la medesima importanza, infatti, soltanto il **13%** ritiene che la salute mentale abbia un’importanza maggiore rispetto a quella fisica e il **6%**, invece, che la salute fisica sia più importante di quella mentale.

L'opinione pubblica italiana ritiene che il **benessere mentale e fisico siano ugualmente importanti**, ma il **sistema sanitario** riflette questa visione e fornisce un egual trattamento?

Esplorando le percezioni degli italiani, la risposta è no: il **40%** ritiene che salute mentale e fisica siano trattate allo stesso modo. Il **9%** ritiene che alla salute mentale sia data priorità, mentre il **41%** sostiene che il sistema sanitario si concentri maggiormente sulla salute fisica.

Questi dati indicano una discrepanza quando si tratta di come le persone **percepiscono la propria salute** e **di come viene trattata dal sistema sanitario del proprio Paese**: a livello internazionale, soltanto il 7% degli intervistati afferma che la propria salute fisica sia più importante di quella mentale, ma il 41% pensa che sia trattata con maggiore importanza.

**L’IMPATTO DELLO STRESS SULLA NOSTRA SALUTE MENTALE**

In ultima analisi la ricerca Ipsos ha indagato quali sono le esperienze vissute dagli intervistati nel corso dell’ultimo anno.

Gli effetti dello **stress** sono i problemi di **salute mentale** segnalati più frequentemente a livello internazionale, con il **63%** che dichiara di essersi sentito (almeno una volta) stressato al punto da aver condizionato la propria vita quotidiana.

Inoltre, il **59%** afferma che lo stress ha avuto un forte impatto al punto da avere la sensazione di non essere in grado di affrontare le situazioni, di sentirsi triste o di non avere alcuna speranza (**52%**) oppure di non riuscire neanche a lavorare per un certo periodo di tempo (**39%**). Infine, un quarto (**25%**) dichiara di aver pensato al suicidio o all'autolesionismo una volta nell'ultimo anno.

Contatti stampa, ad Mirabilia:

Roberta Guarragi – [guarragi@admirabilia.it](mailto:guarragi@admirabilia.it) M: +39 3482887674

Fulvia Concetti – [concetti@admirabilia.it](mailto:concetti@admirabilia.it) M: +39 3485457226