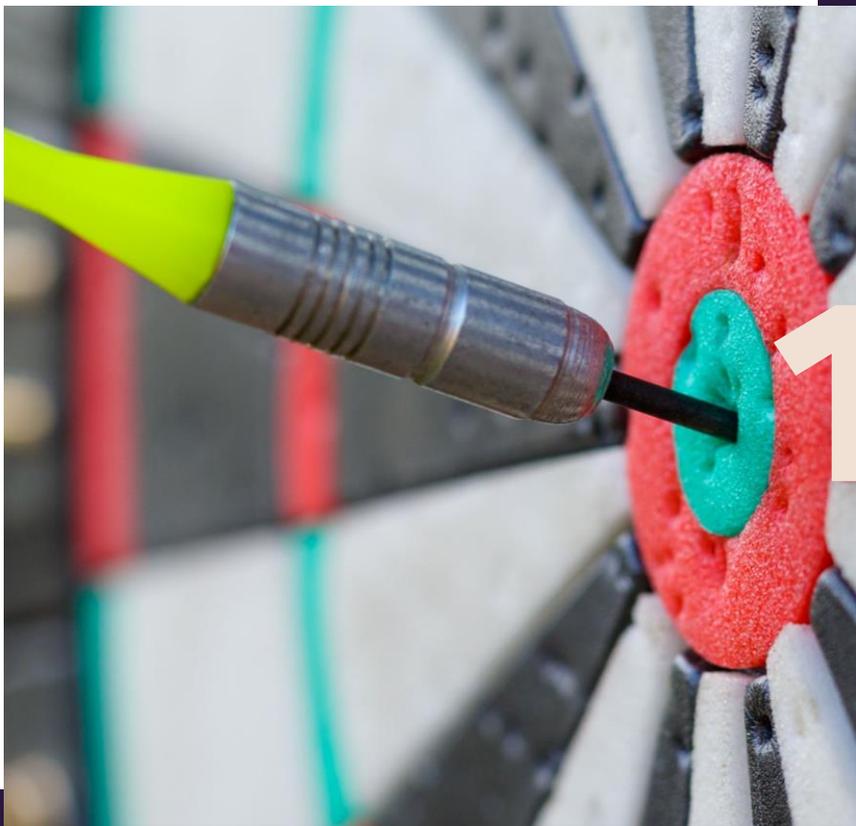




International Microbiota Observatory

PELO BIOCOTEX MICROBIOTA
INSTITUTE E IPSOS



Métodos

Métodos

Este inquérito internacional foi realizado online em **7 países**, de 21 de março até 7 de abril de 2023. **6500 pessoas** foram entrevistadas nos 7 países, em amostras representativas da população com idade superior a 18 anos em cada país:

-  Estados Unidos da América (n=1000)
-  Brasil (n=1000)
-  México (n=1000)
-  França (n=1000)
-  Portugal (n=500)
-  Espanha (n=1000)
-  China (n=1000)

Uma seleção automática do Painel Ipsos assegurou amostras representativas em cada país (sexo, idade, situação laboral e região do país) com base no método de quotas.

Comentários



TODOS OS PAÍSES

(n=6500)

= Resposta média de todos os 7 países



= Foco em resultados detalhados de acordo com diferentes critérios, tais como o sexo ou a idade.

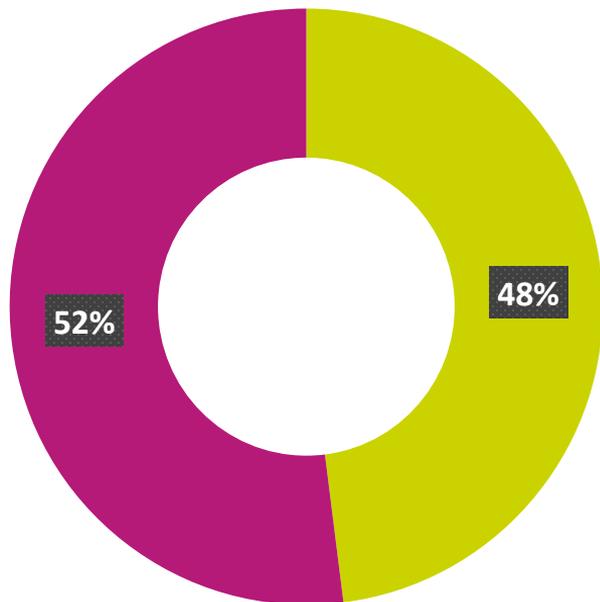
-  Diferenças significativas vs. total - superior
-  Diferenças significativas vs. total - inferior

= Estas indicações mostram resultados que são estatisticamente diferentes (acima ou abaixo) da média de todos os inquiridos.



All results are presented in %.

Sexo



-  Masculino (3067)
-  Feminino (3433)



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

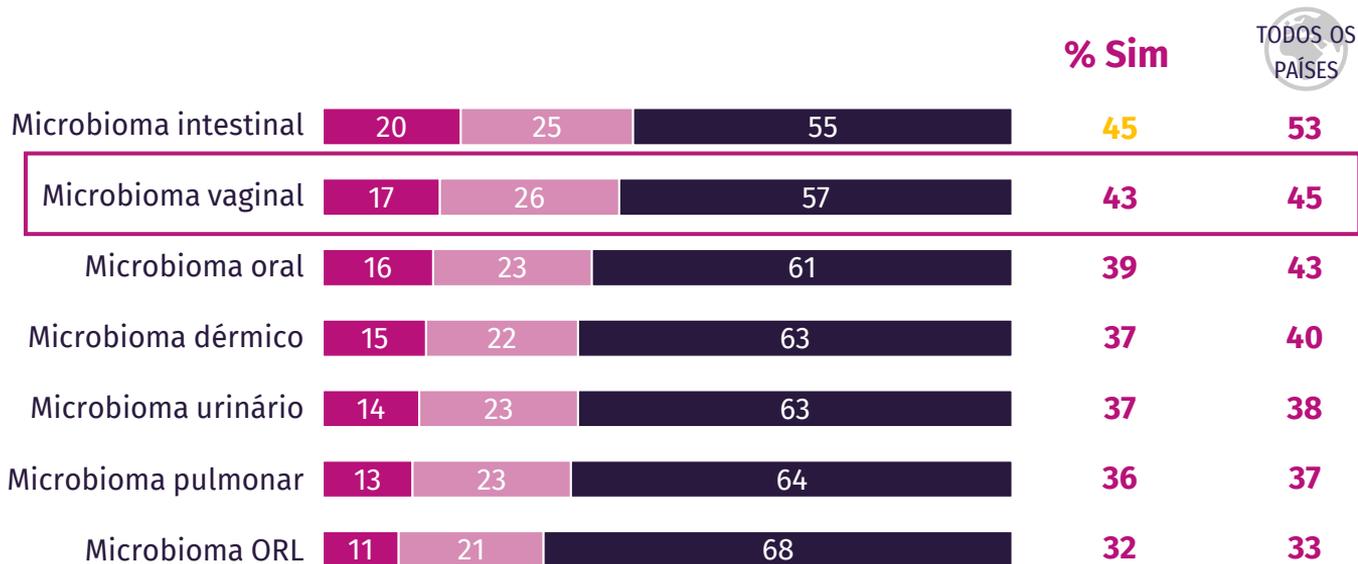


Pouco se sabe precisamente sobre os diferentes tipos de microbiomas. Ao contrário de outros países, menos de metade dos portugueses conhece o microbioma intestinal.



Pergunta 3. E mais especificamente, já ouviu falar dos termos seguintes?

Base: Todos os inquiridos



● Sim, sei exatamente o que é
 ● Sim, mas não sei exatamente o que é
 ● Nunca ouvi falar disso



Detalhadamente, os chineses parecem saber um pouco melhor o microbioma vaginal.



Pergunta 3. E mais especificamente, já ouviu falar dos termos seguintes?

Base: Todos os inquiridos

% Sim

	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
base	n=6500	n=1000	n=2000	n=1000	n=1000	n=2500	n=1000	n=1000	n=500	n=1000
Microbioma intestinal	53	42	54	51	58	55	63	57	45	54
Microbioma vaginal	45	35	47	46	48	45	48	44	43	49
Microbioma oral	43	36	45	42	47	41	43	39	39	52
Microbioma dérmico	40	38	43	41	45	37	37	36	37	48
Microbioma urinário	38	32	42	38	45	37	37	37	37	43
Microbioma pulmonar	37	30	42	42	42	33	32	31	36	45
Microbioma ORL	33	26	34	37	32	31	30	30	32	44

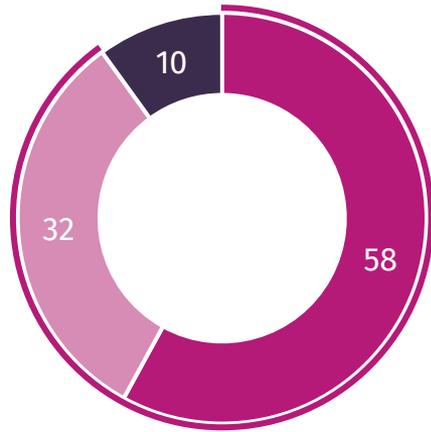


As mulheres também possuem mais conhecimentos sobre a flora vaginal.



Pergunta 2bis. E já ouviu falar destes termos?
Base: Todos os inquiridos

Flora vaginal

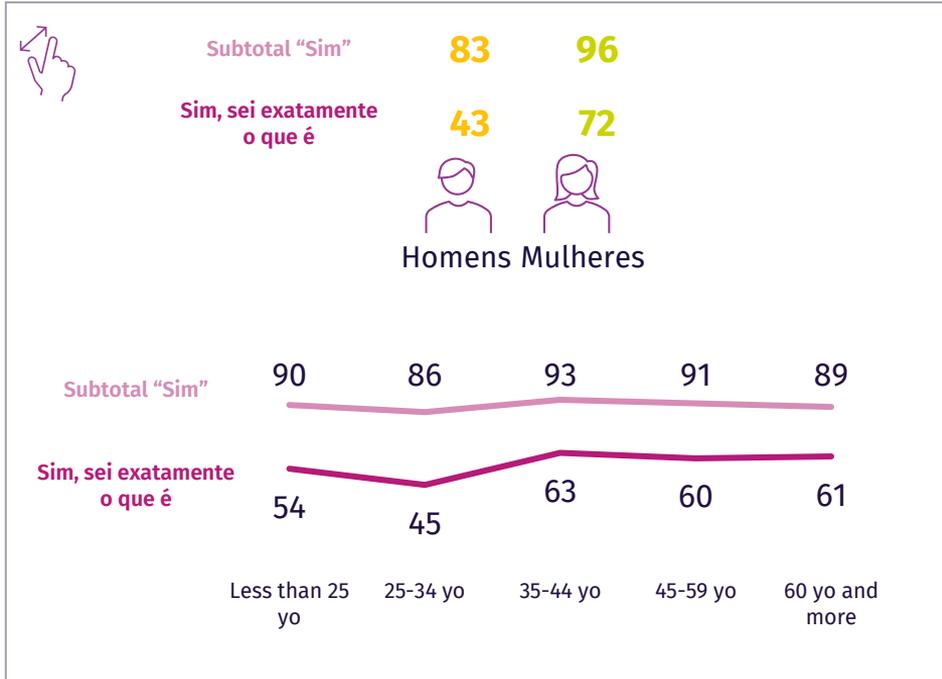


90%
já ouviram falar de
flora vaginal



77%

- Sim, sei exatamente o que é
- Sim, mas não sei exatamente o que é
- Não, nunca ouvi falar disso





Um conhecimento
relativamente **fraco**
da **função** e da
importância da
microbiota

3

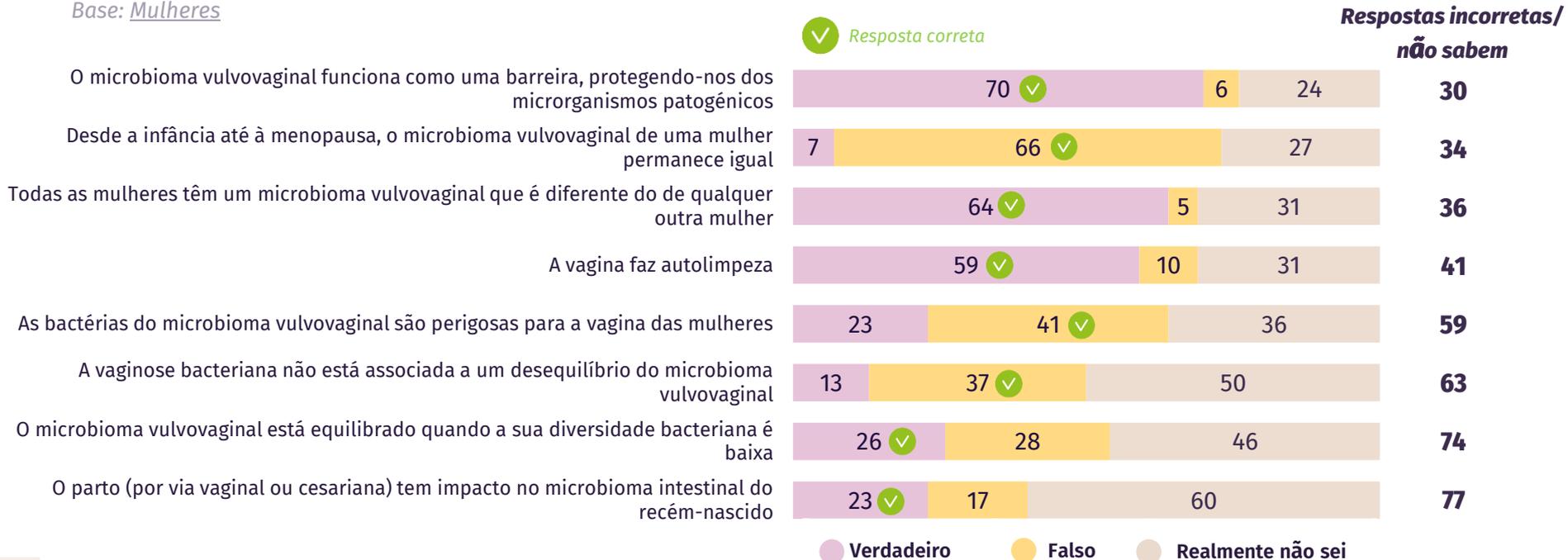


Quando se fala em microbioma vulvovaginal, o conhecimento parece ser limitado.



Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres





As mulheres portuguesas possuem mais conhecimentos do que nos outros países de que o microbioma vulvovaginal evolui durante a vida e que faz autolimpeza.

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

% de respostas corretas

	Total	TODOS OS PAÍSES
O microbioma vulvovaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogénicos	70	67
Desde a infância até à menopausa, o microbioma vulvovaginal de uma mulher permanece igual	66	52
Todas as mulheres têm um microbioma vulvovaginal que é diferente do de qualquer outra mulher	64	60
A vagina faz autolimpeza	59	52
As bactérias do microbioma vulvovaginal são perigosas para a vagina das mulheres	41	37
A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vulvovaginal	37	35
O microbioma vulvovaginal está equilibrado quando a sua diversidade bacteriana é baixa	26	27
O parto (por via vaginal ou cesariana) tem impacto no microbioma intestinal do recém-nascido	23	30



Não são observadas diferenças no conhecimento do microbioma vulvovaginal de acordo com a idade das mulheres.

Pergunta 13. Para cada uma das afirmações seguintes, diga-nos se acha que é VERDADEIRA ou FALSA. Se não souber ao certo qual é a resposta, responda Realmente não sei.

Base: Mulheres

% de respostas corretas	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos ou mais
	base n=244	n=28	n=26	n=48	n=60	n=82
O microbioma vulvovaginal funciona como uma barreira, protegendo-nos dos microrganismos patogênicos	70	53	67	67	69	80
Desde a infância até à menopausa, o microbioma vulvovaginal de uma mulher permanece igual	66	55	53	68	72	66
Todas as mulheres têm um microbioma vulvovaginal que é diferente do de qualquer outra mulher	64	62	67	70	58	67
A vagina faz autolimpeza	59	70	65	51	64	56
As bactérias do microbioma vulvovaginal são perigosas para a vagina das mulheres	41	38	43	42	44	37
A vaginose bacteriana não está associada a um desequilíbrio do microbioma vulvovaginal	37	32	32	33	48	35
O microbioma vulvovaginal está equilibrado quando a sua diversidade bacteriana é baixa	26	31	25	23	24	29
O parto (por via vaginal ou cesariana) tem impacto no microbioma intestinal do recém-nascido	23	23	37	26	20	19

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



A informação
facultada pelos
médicos ainda é
demasiado **rara**



Muito poucas mulheres receberam informações ou conselhos dos seus profissionais de saúde sobre o microbioma.



Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?
Base: Mulheres

15% receberam **TODAS ESTAS INFORMAÇÕES**, pelo menos, uma vez
4% receberam **todas estas informações várias vezes**

% Sim

Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vulvovaginal tanto quanto possível



42

Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vulvovaginal



37

Explicar-lhe o que é o microbioma vulvovaginal e qual é a sua finalidade



28

Sugerir exames ao seu microbioma vulvovaginal



23

● Sim, várias vezes ● Sim, uma vez ● Não, nunca



É menos provável que as mulheres portuguesas tenham recebido informações e conselhos dos seus profissionais de saúde, em comparação com as outras mulheres.

Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?
Base: Mulheres

% Sim

	Total	TODOS OS PAÍSES
% Receberam TODAS ESTAS INFORMAÇÕES, pelo menos, uma vez	15	22
Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vulvovaginal tanto quanto possível	42	42
Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vulvovaginal	37	40
Explicar-lhe o que é o microbioma vulvovaginal e qual é a sua finalidade	28	35
Sugerir exames ao seu microbioma vulvovaginal	23	31





Uma vez mais, não foram observadas diferenças de acordo com a idade das mulheres.



Pergunta 14. O profissional de saúde que acompanha a sua saúde ginecológica falou consigo sobre o seguinte?

Base: Mulheres

% Sim

	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos ou mais
<i>base</i>	<i>n=244</i>	<i>n=28</i>	<i>n=26</i>	<i>n=48</i>	<i>n=60</i>	<i>n=82</i>
% Receberam TODAS AS INFORMAÇÕES, pelo menos, uma vez	15	20	19	12	14	14
Explicar os comportamentos adequados a adotar com vista a manter um bom equilíbrio no seu microbioma vulvovaginal tanto quanto possível	42	43	47	36	41	43
Educá-lo sobre a importância de preservar o máximo possível o equilíbrio do seu microbioma vulvovaginal	37	52	46	36	28	36
Explicar-lhe o que é o microbioma vulvovaginal e qual é a sua finalidade	28	28	30	23	29	29
Sugerir exames ao seu microbioma vulvovaginal	23	23	29	24	23	20

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

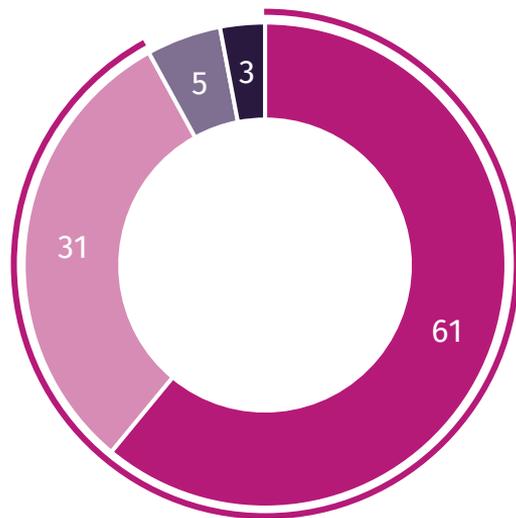


Mais de 9 em cada 10 mulheres gostaria de ter mais informações sobre a importância do microbioma vulvovaginal e o respetivo impacto na saúde.



Pergunta 15. E gostaria que o profissional de saúde que monitoriza a sua saúde ginecológica falasse mais consigo sobre a importância do seu microbioma vulvovaginal e o respetivo impacto na sua saúde?

Base: Mulheres

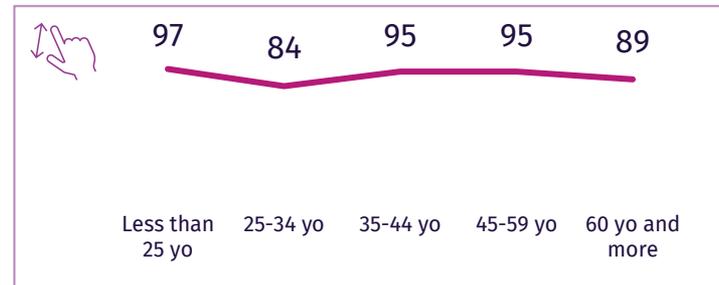


- Sim, absolutamente
- Sim, um pouco
- Não, nem por isso
- Não, de todo

92% gostariam de ter mais informações sobre a importância do microbioma vulvovaginal e o respetivo impacto na saúde



86%



● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior



Uma proporção
moderada de mulheres
adotou
5 comportamentos
para **proteger** a sua
microbiota **vaginal**.

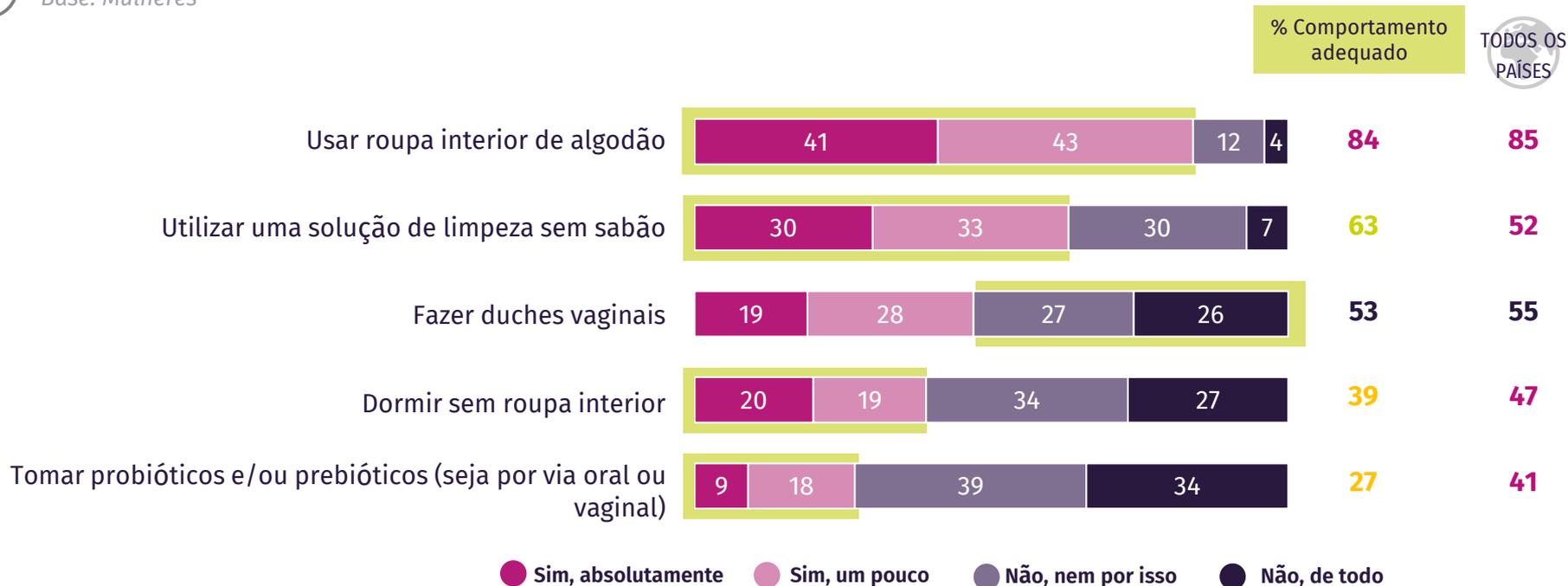


Detalhadamente, uma proporção moderada de mulheres adotou comportamentos específicos para proteger a saúde do seu microbioma vulvovaginal. Apenas 1/4 toma probióticos e/ou prebióticos.



Pergunta 16. Na sua vida diária, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres



● Diferenças significativas vs. Todos os países - superior

● Diferenças significativas vs. Todos os países - inferior



É menos provável que as mulheres com 35-44 anos adotem comportamentos adequados em relação ao seu microbioma vulvovaginal.



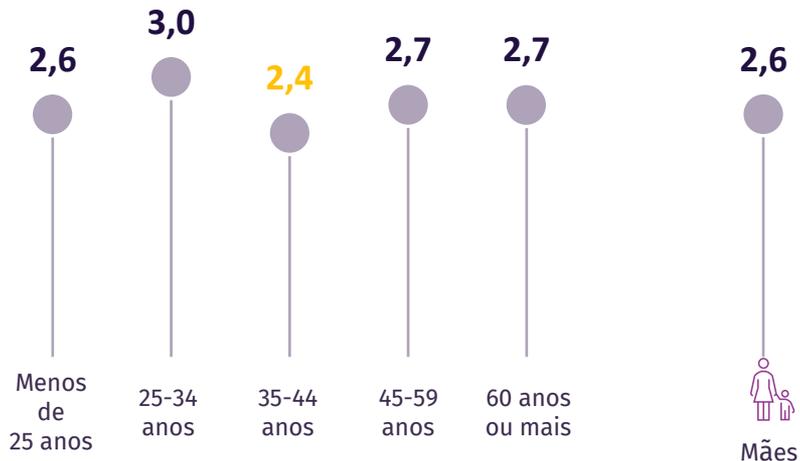
Pergunta 16. Na sua vida diária, adota regularmente os seguintes comportamentos?
Base: Mulheres



TODOS OS PAÍSES

2,8

2,7/5



Número de comportamentos adequados adotados em média

- Diferenças significativas vs. total - superior
- Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres com 35-44 anos de idade dormem menos sem roupa interior e tomam menos probióticos e/ou prebióticos.



Pergunta 16. Na sua vida diária, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres

% Comportamento adequado	Total	Menos de 25 anos	25-34 anos	35-44 anos	45-59 anos	60 anos ou mais
	base n=244	n=28	n=26	n=48	n=60	n=82
Usar roupa interior de algodão	84	78	90	88	83	81
Utilizar uma solução de limpeza sem sabão	63	70	64	63	66	59
Fazer duches vaginais	53	34	44	58	61	52
Dormir sem roupa interior	39	59	54	20	32	44
Tomar probióticos e/ou prebióticos (seja por via oral ou vaginal)	27	15	45	12	24	36

● Diferenças significativas vs. total - superior

● Diferenças significativas vs. total - inferior



As mulheres chinesas adotam os comportamentos mais adequados, mas muitas delas fazem duches vaginais.

Pergunta 16. Na sua vida diária, adota regularmente os seguintes comportamentos?

Base: Mulheres (3433 pessoas)



Mulheres

% Comportamento adequado	Total	EUA	AMÉRICA LATINA	Brasil	México	EUROPA	França	Espanha	Portugal	CHINA
	base n=3433	n=547	n=1129	n=572	n=557	n=1283	n=523	n=516	n=244	n=474
Usar roupa interior de algodão	85	82	88	84	92	82	80	83	84	89
Utilizar uma solução de limpeza sem sabão	52	34	48	44	52	57	56	50	63	63
Dormir sem roupa interior	47	45	43	52	35	41	51	33	39	76
Fazer duches vaginais	55	85	48	40	56	62	69	64	53	19
Tomar probióticos e/ou prebióticos (seja por via oral ou vaginal)	41	41	39	32	47	29	28	33	27	79

● Diferenças significativas vs. total - superior ● Diferenças significativas vs. total - inferior

Obrigado!
Biocodex Microbiota Institute

