

Bolognesi stressati e ansiosi, ma pochi si fanno aiutare

- Quasi un bolognese su due dice di avere molti sbalzi di umore o di essere giù di morale la maggior parte del tempo
- Stress e ansia tra i sintomi più diffusi, con la salute propria e dei propri cari che risulta essere il principale motivo di preoccupazione
- Solo una minoranza si è rivolta a uno psicologo o psicoterapeuta, anche a causa dei costi delle sedute

Bologna, 22 febbraio 2024

Per molti bolognesi, affrontare la vita col sorriso è tutt'altro che scontato: stress, ansia e altre emozioni negative rappresentano la battaglia quotidiana di tanti che abitano sotto le Due Torri, anche se spesso rinunciano a farsi aiutare per via dei costi. A rivelarlo è la nuova ricerca dell'**Osservatorio Sanità di UniSalute¹**, che insieme a Nomisma ha interrogato i bolognesi sui temi legati alla **salute psicologica**.

Guardando all'anno appena trascorso, a Bologna il 45% degli intervistati dichiara di aver faticato a mantenere il buon umore: oltre uno su tre (36%) dice di aver avuto **molti alti e bassi**, e un altro 9% di essere stato prevalentemente **giù di morale**. Meno di uno su tre afferma di essere stato **di buon umore la maggior parte del tempo** (31%) o addirittura di **umore eccellente** (appena l'1%).

Più nel dettaglio, lo **stress** sembra essere lo stato d'animo negativo più diffuso, con il 31% che dice di **sentirsi stressato** "spesso" (26%), o addirittura "regolarmente, quasi ogni giorno" (5%). Altri sintomi comuni sono la sensazione di **essere nervosi e tesi** - percepita dal 24% dei bolognesi - e uno **stato di ansia eccessiva**, che colpisce spesso o regolarmente il 19% del campione.

Dal sondaggio emerge anche quali sono le cause di queste emozioni negative: lo **stato di salute personale e dei propri cari** risulta essere il principale motivo di preoccupazione (24%), seguito dall'**organizzazione familiare** (22%), dalla **difficoltà a trovare un equilibrio tra vita privata e lavoro** (17%) e dalle incertezze legate alla propria **situazione lavorativa** (17%).

Per gestire i momenti difficili dal punto di vista emotivo e psicologico, **le soluzioni "fai-da-te"** - come i rimedi naturali o lo sport - sono le più utilizzate (26%). Alcuni bolognesi chiedono aiuto al **medico di base** (13%) o al **farmacista** (12%), mentre meno di uno su sei (15%) ha

¹ Indagine CAWI condotta dall'istituto di ricerca Nomisma a dicembre 2023 su di un campione di 1.200 persone stratificato per età (18-75 anni), sesso ed area geografica con sovracampionamento nelle province di Milano, Torino, Padova, Bologna, Napoli

UniSalute S.p.A.

optato per il supporto di uno **psicologo** o **psicoterapeuta**, nonostante il 67% affermi che si rivolgerebbe a queste figure in caso di necessità, anche attraverso sedute da remoto e videoconsulti (20% preferirebbe questa modalità).

UniSalute ha indagato allora le ragioni dietro a questo limitato ricorso a degli specialisti: molti intervistati pensano sia meglio **aspettare che il momento difficile passi da solo** (40%), oppure che **il proprio caso non sia abbastanza serio** (27%). Pesano però anche considerazioni economiche: il 35% di chi non è ricorso a uno **psicologo** o **psicoterapeuta**, pur avendo avuto delle difficoltà, dice di non averlo fatto per i **costi troppo onerosi**.

I bolognesi sembrano comunque consapevoli dell'importanza della salute psicologica: indicano lo **stress** come il fattore che più di ogni altro ha il maggiore impatto sul loro attuale stato psico-fisico (43%), e quasi due su tre (64%) ritengono che uno **stato emotivo e mentale equilibrato** sia fondamentale per una buona salute.

UniSalute

UniSalute è la **prima assicurazione sanitaria in Italia per numero di clienti gestiti**. Si prende cura ogni giorno della salute di **oltre 10 milioni di persone**: famiglie, dipendenti di aziende, iscritti ai Fondi sanitari di categoria e alle Casse professionali. È **l'unica Compagnia in Italia che si dedica da oltre 25 anni esclusivamente alla protezione della salute** e offre piani sanitari personalizzati e integrati con un'ampia gamma di servizi per rispondere nel modo più efficace ai diversi bisogni di protezione delle persone nel loro intero ciclo di vita.

Le **soluzioni individuali** UniSalute sono disponibili presso **la rete agenziale del Gruppo Unipol, le banche del Gruppo BPER Banca, la Banca Popolare di Sondrio e sul sito internet della Compagnia**, per garantire sempre la migliore risposta alle esigenze di salute, con competenza, specializzazione e vicinanza.

Per le **polizze collettive**, UniSalute offre un **approccio integrato** studiando con attenzione le caratteristiche del settore e mettendo a punto Piani sanitari personalizzati e flessibili, per rispondere alle esigenze più specifiche del mondo del lavoro.

UniSalute garantisce ai propri assistiti **l'accesso in tempi rapidi alle migliori strutture sanitarie in Italia e all'estero** tra cui ospedali, case di cura, poliambulatori, centri diagnostici e fisioterapici, studi odontoiatrici e di psicoterapia, operatori socio-assistenziali anche a domicilio.

Nel 2016 ha fondato **UniSalute Servizi di cui fa parte il marchio SiSalute**, per la gestione e la commercializzazione di servizi sanitari non assicurativi per rispondere alle nuove esigenze di welfare.

A conferma degli elevati standard nella gestione del servizio per clienti e partner, UniSalute ha ottenuto la Certificazione UNI EN ISO 9001:2015. Fondata dal Gruppo Unipol nel 1995, è l'operatore di riferimento nel mercato della sanità integrativa italiana.

www.unisalute.it



Contatti per la stampa:

Ecomunicare

Daniele Battistelli

daniele.battistelli@ecomunicare.com

340.6129558