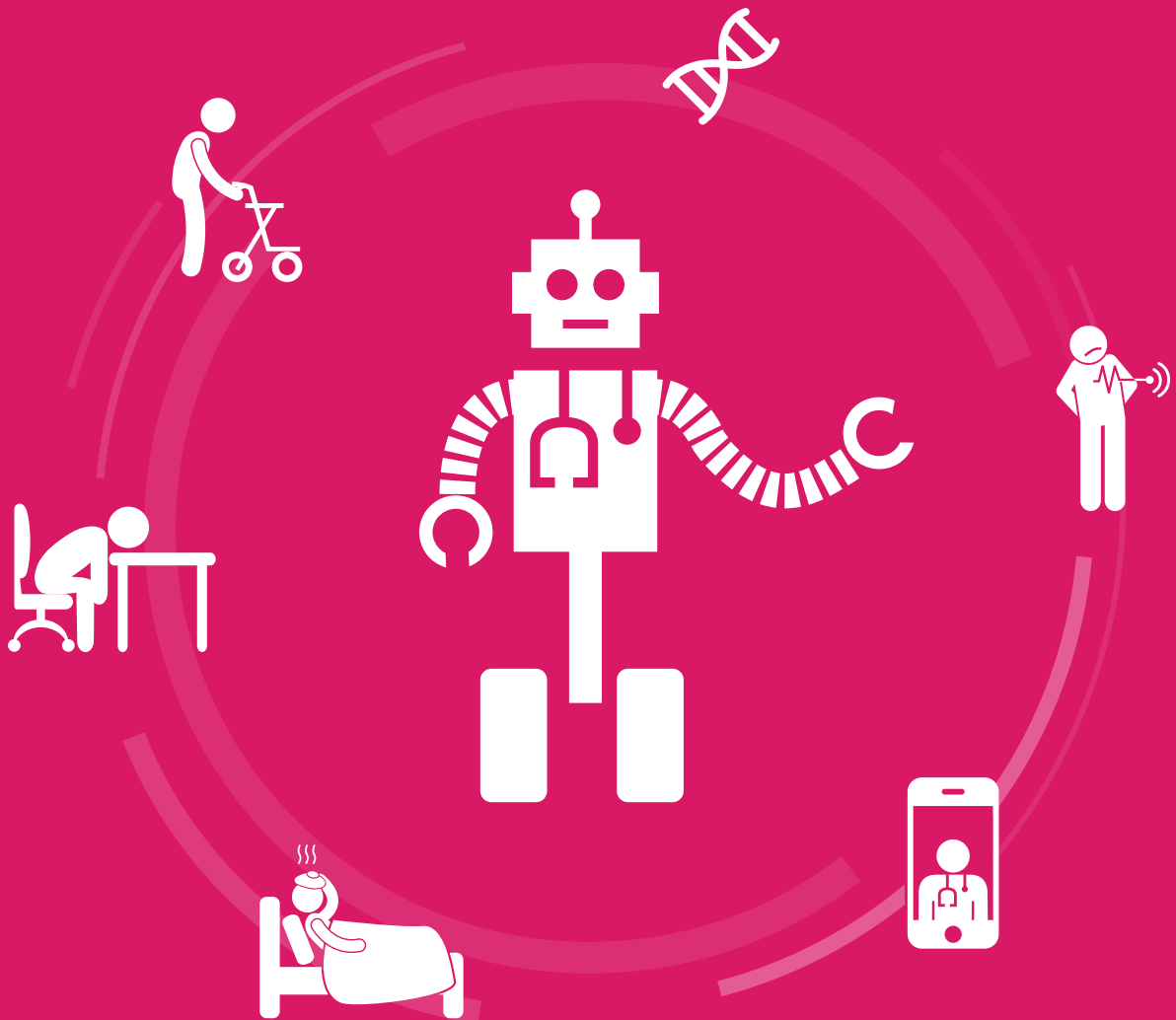


# STADA

## GROUP HEALTH REPORT 2019

18 000 encuestados. Nueve países. Un tema.

### El futuro de tu salud



## 1. Editorial



¿Estarías dispuesto a que un robot te operase de apendicitis? ¿Te imaginas someterte a una prueba genética? ¿Se te pasa por la cabeza tener una cita médica por webcam? ¿Y que un implante biosensorial

controlase tu cuerpo? ¿Sientes curiosidad? Bienvenido al futuro de la medicina.

Entiendo que estas situaciones incomoden a algunas personas. Estoy plenamente convencido de que todavía queda mucho camino por recorrer hasta que la digitalización y las tecnologías de inteligencia artificial puedan aplicarse con garantías en el campo de la medicina. Sin embargo, también soy de los que creen firmemente que estas nuevas tecnologías abrirán la puerta a un sinfín de posibilidades que permitirán mejorar la asistencia sanitaria. Además de todos estos avances, existen otros factores que influirán de manera inmediata en nuestra salud en un futuro, entre ellos el aumento general de las enfermedades, sobre todo las psicológicas; la tendencia a seguir dietas más saludables —vegetarianas o incluso veganas—, una asistencia médica personalizada y un largo etcétera.

Cuesta imaginar algún tema que pueda estar tan presente en el futuro como la salud. En el STADA Group Health Report 2019 hemos adaptado un enfoque mucho más amplio que en años anteriores. Tras encuestar a más de 18 000 personas de nueve países europeos (Bélgica, Francia, Alemania, Italia, Polonia, Rusia, Serbia, España y el Reino Unido), hemos podido reflejar una perspectiva más completa de lo que nos espera en el futuro.

En el marco de un estudio como el que nos ocupa, contar con una participación tan elevada no es lo más habitual. Los resultados ofrecen una imagen fascinante sobre la salud en Europa. Por nuestra parte, en calidad de empresa farmacéutica especializada en el mercado europeo, nos hemos comprometido a actuar como

interlocutor de confianza en lo relativo a asuntos sanitarios. Con el fin de cumplir nuestra palabra, hemos traspasado fronteras y hemos escuchado la opinión de los habitantes de otros ocho países del viejo continente. Hemos preguntado a los europeos qué saben sobre los temas relacionados con la salud del futuro y cuál es su percepción al respecto. ¿A qué tipo de tendencias se muestran abiertos? ¿Frente a cuáles adoptan una actitud escéptica? ¿Cómo varía esta percepción según el país?

Un pequeño adelanto: la mayoría de las personas ve con optimismo el futuro de la salud. Muchas siguen confiando en la medicina convencional. Al mismo tiempo, un significativo sector de la población teme que, durante la era del despertar digital, el deterioro medioambiental y los problemas sociales puedan mermar la calidad de la asistencia médica. Debemos ser capaces de abordar sus preocupaciones y brindarles la información necesaria para disipar sus miedos de cara al futuro. Es por ello por lo que desde aquí hago un llamamiento a todos los actores del sector sanitario para que colaboren en la divulgación de los conocimientos de salud pública. ¿La razón? El STADA Group Health Report 2019 también indica que unos conocimientos médicos limitados generan mayor desconfianza con respecto a la medicina tal y como la entendemos en la actualidad (y que no deja de mejorar). Si trabajamos juntos, podremos superar cualquier reto que se nos plantee y, de esta manera, seremos capaces de dar forma al futuro de nuestra salud.

Espero que el STADA Group Health Report 2019 suscite interesantes debates, en Europa y en todo el mundo.

Saludos cordiales,

Peter Goldschmidt  
CEO de STADA Arzneimittel AG

## 2. Punto de partida, objetivos y metodología



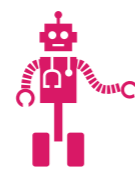
**18 010**

encuestados de entre 18 y 99 años  
de 9 países europeos



**Nov–Dic 2018**

periodo de la encuesta online



**Tema**

El futuro de  
tu salud



**Impulsor**

STADA Arzneimittel AG en  
colaboración con Kantar Health

Esta vez, el STADA Group Health Report celebra un aniversario especial, y es que llevamos cinco años seguidos encuestando al público general sobre el tema de la «salud». Esta ocasión tan especial merecía una novedad: por primera vez en su historia, el STADA Group Health Report analizó las respuestas de 18 000 mujeres y hombres de nueve países europeos diferentes. En las ediciones anteriores, solo la población alemana tuvo la ocasión de participar en nuestras encuestas.

### Los antecedentes

En los anteriores Health Reports para Alemania, abordamos el tema de la «cultura general sobre la salud». Descubrimos un estrecho vínculo entre el nivel de educación sanitaria y los comportamientos saludables. Asimismo, nos dimos cuenta de que la población alemana, independientemente de su edad, está bastante desinformada con respecto a temas esenciales de salud. Esta afirmación se puede extrapolar a otros países. La cultura general sobre la salud también repercute en la predisposición de las personas a la hora de aceptar las últimas tendencias médicas. Estos datos nos impulsaron a llevar el tema de la «cultura general sanitaria» a otro nivel, lejos del statu quo y con la vista puesta en el futuro. Y no nos bastaba con Alemania; queríamos conocer la situación en toda Europa.

### Objetivos del STADA Group Health Report 2019

Durante los últimos años, hicimos hincapié en los conocimientos o actitudes y la conducta de la población con respecto a la salud. Esta nueva edición aúna ambos factores: el conocimiento y comportamiento actuales, combinados con la mentalidad y las necesidades del mañana, prestando especial atención a los temas relacionados con la salud del futuro. ¿Con qué optimismo miramos hacia el futuro de la salud? ¿Cuáles son nuestras expectativas? ¿Y nuestros miedos? Hemos comparado nueve países europeos con diferentes sistemas sanitarios, infraestructuras médicas únicas y requisitos legales dispares. A pesar de las diferencias, se enfrentan a retos muy parecidos, tanto presentes como futuros: cambios demográficos debido al aumento en la esperanza de vida, el auge de las tecnologías o la cronificación de enfermedades como la obesidad, entre otros.

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2020 habrá más personas mayores de 60 años que niños menores de cinco. En 2050, una quinta parte de la población mundial tendrá 60 años o más. Por otra parte, apenas existen indicadores que señalen que, durante los últimos años de su vida, la salud de estas personas será mejor que la de sus predecesores.<sup>1</sup> En esta situación entran en juego múltiples elementos, desde los factores

de riesgo —como el elevado consumo de alcohol— hasta unos niveles bajos de actividad física, pasando por dietas poco equilibradas. La población europea debe estar especialmente alerta: según la Comisión Europea, nuestro continente tiene la mayor tasa de consumo de alcohol del mundo. Por si esto fuera poco, en la Unión Europea uno de cada cinco adolescentes de 15 años padece sobrepeso u obesidad.<sup>2</sup>

Entretanto, el número de dispositivos y aplicaciones para móviles para mantenerse en forma crece como la espuma.<sup>3</sup> Ahora bien, ¿con qué frecuencia aprovechamos estas nuevas tecnologías para llevar un estilo de vida más sano? Si quieres conocer las respuestas a todas estas acuciantes cuestiones, sigue leyendo nuestro informe. Los resultados permiten establecer una comparación concluyente de los nueve países encuestados; en su conjunto, dibujan una perspectiva esperanzadora para toda Europa y más allá.

### Muestras y metodología

Como en años anteriores, la agencia consultora y de estudio de mercado Kantar Health se encargó de realizar la encuesta. Se llevó a cabo como parte de un estudio online entre los meses de noviembre y diciembre de 2018 en los siguientes países: Bélgica, Francia, Alemania, Italia, Polonia, Rusia, Serbia, España y el Reino Unido. El grupo de muestra lo formaron 18 010 encuestados de entre 18 y 99 años, clasificados de forma equitativa según «género», «región» y «edad». Así, se contactó con unas 2000 personas por país. La encuesta comprendía seis categorías individuales relacionadas con el tema general «El futuro de tu salud»:

1. **Automedicación y biosimilares/medicamentos genéricos**
2. **Medicina individualizada/personalizada**
3. **Enfermedades comunes y nutrición**
4. **Salud mental y trabajo**
5. **Envejecimiento saludable y la salud como símbolo de estatus**
6. **Digitalización y robótica**

Durante el proceso de edición, decidimos fusionar las categorías uno y dos, así como la tres y la cinco. La encuesta contenía 31 preguntas y era prácticamente la misma para todos los países. Tan solo se adaptaron ciertas cuestiones de acuerdo con la legislación vigente en cada país (p. ej., en cuanto a la donación de órganos). Además, cada país tenía la oportunidad de formular tres preguntas adicionales a los participantes.

<sup>1</sup> Organización Mundial de la Salud (OMS). Infografía: Envejecimiento y salud. (<https://www.who.int/ageing/events/world-report-2015-launch/healthy-ageing-infographic.jpg?ua=1>, consultado el 11/2/2019)  
<sup>2</sup> Dirección General de Salud y Seguridad Alimentaria (Comisión Europea). Estado de la salud en la UE. Informe de acompañamiento 2017. Luxemburgo, 2017. P. 18.  
<sup>3</sup> Research2Guidance. 325,000 mobile health apps available in 2017 – Android now the leading mHealth platform. (<https://research2guidance.com/325000-mobile-health-apps-available-in-2017/>, consultado el 15/4/2019)

### 3. Resumen



#### UNA MIRADA AL FUTURO DE LA MEDICINA

- La mayoría de los encuestados (53 por ciento) ve el futuro de la salud con buenos ojos.
- Los factores que aparentemente invitan al optimismo son: un buen sistema sanitario, un entorno social que funciona, y la juventud.
- España se muestra especialmente optimista (62 por ciento).
- Sus vecinos franceses, en cambio, son bastante pesimistas (35 por ciento) con respecto al futuro de la salud. ¿Las razones? El miedo a los problemas sociales y medioambientales, así como a una asistencia sanitaria más deficiente debido a la digitalización.



#### NUTRICIÓN, EJERCICIO Y ENVEJECIMIENTO SANO

- Solo cuatro de cada diez personas se someten a pruebas preventivas de cáncer.
- Para la mayoría de los encuestados, llevar un estilo de vida saludable que incluya realizar una actividad física suficiente y seguir una dieta equilibrada supone una prioridad. El 59 por ciento cocina alimentos frescos a diario; el 54 por ciento afirma comer sano en general.
- El veganismo es un tema que siempre genera debate: cabe destacar que los alemanes (72 por ciento) y los rusos (74 por ciento) son los que más se oponen a este estilo de vida.
- El 53 por ciento de los europeos considera el ejercicio como una parte integral de un estilo de vida saludable.
- A uno de cada seis no le importa ni la salud ni el deporte.
- Las vitaminas y los suplementos alimenticios tienen cada vez una mejor acogida como parte de un estilo de vida sano. Para el 28 por ciento de los europeos, tomar una dosis de este tipo de complementos forma parte de su día a día.
- La mitad de los encuestados ha envidiado en algún momento la salud de otra persona.
- El 55 por ciento tiene miedo a envejecer: Polonia, con el 67 por ciento, se lleva la palma. Una preocupación que no deja dormir: terminar dependiendo de otros.
- El 63 por ciento de los alemanes no dejaría de ser donante de órganos si se le concediera esta condición por defecto. En el Reino Unido, la tasa asciende al 75 por ciento. No obstante, las cifras reales son preocupantes, ya que el porcentaje de donantes se sitúa en el 36 por ciento en Alemania y el 38 por ciento en el Reino Unido.



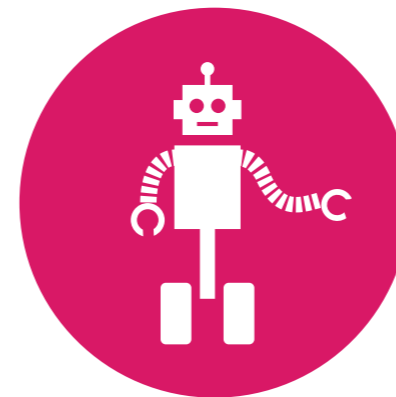
#### AUTOMEDICACIÓN Y MEDICINA PERSONALIZADA

- Dos de cada tres europeos encuestados siguen confiando plenamente en la medicina clásica.
- La mayoría considera los métodos alternativos, como la acupuntura, un complemento de la medicina clásica, no como un sustituto.
- Uno de cada siete europeos ha dejado de creer en la medicina clásica. El país con más desencantados es Serbia.
- El 63 por ciento de los encuestados conoce los medicamentos genéricos. En cambio, solo uno de cada cinco europeos sabe qué son los biosimilares, pese a que estos productos se comercializan en Europa desde el año 2006.
- Los españoles tienen mucha confianza en la medicina clásica, en los médicos y en los farmacéuticos: prefieren ir al médico (38 por ciento) incluso cuando presentan síntomas de enfermedades leves y otorgan una gran importancia a los consejos de su farmacéutico (54 por ciento). Para ellos, internet no es una fuente de información fiable.



#### SALUD MENTAL Y SALUD EN EL TRABAJO

- Más de la mitad de los encuestados (55 por ciento) ha sufrido o ha estado a punto de sufrir desgaste laboral o conocen los síntomas por experiencia propia.
- Siete de cada diez europeos encuestados consideran que las cifras actuales de desgaste en el puesto de trabajo son alarmantes.
- No obstante, el 92 por ciento —es decir, la gran mayoría— ni siquiera conoce la definición exacta (médica) de esta patología. Asimismo, atribuyen síntomas erróneos a la afección. El «desgaste» se entiende, por regla general, como sinónimo de un amplio número de enfermedades y problemas psicológicos.
- Acudir a un psicólogo o psiquiatra ha dejado de ser tabú: el 62 por ciento de los encuestados no juzga esta decisión (excepto Alemania, con solo en 49 por ciento).
- Dado que el número de casos de desgaste laboral es cada vez más elevado, la mayoría de los encuestados cree que el empleador debe fomentar un entorno saludable. Solo uno de cada ocho lo ve con otros ojos. Los alemanes son los más exigentes con sus empleadores.



#### DIGITALIZACIÓN Y ROBÓTICA

- Un máximo de cuatro de cada diez personas se muestran receptivas a la hora de utilizar aplicaciones y dispositivos de salud como, por ejemplo, los pulsómetros. En Francia, Alemania, Bélgica y Serbia existe un mayor recelo. Son varias las razones que justifican este rechazo: falta de aceptación, miedo a un uso inadecuado de los datos. Cuanto más jóvenes son los encuestados, mejor acogida tienen estos productos tecnológicos.
- Las personas de mayor edad tienden a aceptar más los tratamientos a través de webcam que los jóvenes. La principal razón es el ahorro de tiempo.
- La mayoría de los europeos (56 por ciento) se dejaría operar por un robot. Solo en Serbia (45 por ciento) y Alemania (49 por ciento), esta tasa no llega a la mitad.
- Ocho de cada diez participantes se someterían a una prueba genética. No obstante, solo uno de cada cuatro sabe qué se puede averiguar.
- El ejemplo de España muestra la siguiente tendencia: quienes reconocen el valor de las aplicaciones de salud y los dispositivos para mantenerse en forma suelen mostrarse más abiertos a las pruebas genéticas y los biosensores e, incluso, estarían dispuestos a que los operase un robot.

# El futuro de tu salud

 18 010 encuestados\*  Nueve países\*

¿Qué le espera al futuro de la salud? Responder a esta pregunta es una tarea difícil, ya que la situación es bastante incierta. Hablamos de la medicina de alta tecnología, así como de los miedos, las opiniones y los comportamientos de los ciudadanos. Te guiaremos por la senda del futuro: empezaremos con el miedo a envejecer y la tendencia al alza en los casos de desgaste laboral. Después, nos abriremos paso hasta la cirugía asistida por robots.

Un **55%** ya sufrió desgaste laboral o creyó estar muy cerca de padecerlo. Con un 44 %, los **franceses** sienten un menor riesgo..



El **55%** se podría imaginar acudir a la consulta a través de una webcam. Con un 37 %, los **belgas** se muestran más escépticos.



El **62%** se niega a implantarse un biosensor. En **Alemania**, las cifras aumentan hasta el 71 %.



El **64%** de los encuestados sabe qué son los probióticos. En **Rusia** la cifra es aún mayor: 82 %.



El **76%** no sabe qué puede revelar una prueba genética. En **Italia**, la tasa asciende al 83 %, pese a la mayor importancia que han cobrado este tipo de pruebas.



El **64%** confía en la medicina convencional. En el **Reino Unido**, hasta el 76%.

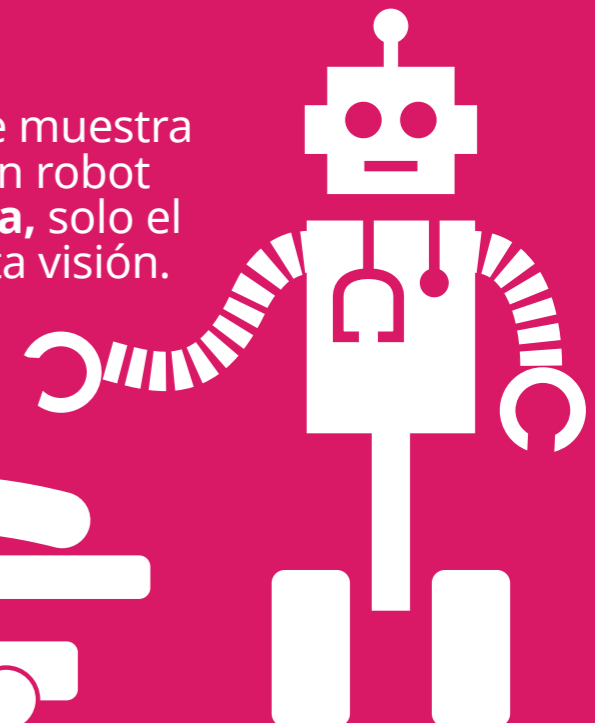


El **53%** de los encuestados ve con optimismo el futuro de la salud en términos generales. En **España**, la tasa alcanza el 63 %.



El **55%** tiene miedo a envejecer; en **Polonia** la tasa alcanza el 67 %.

El **56%** se muestra dispuesto a que un robot lo opere. En **Serbia**, solo el 45% comparte esta visión.



## 4. Análisis y resultados

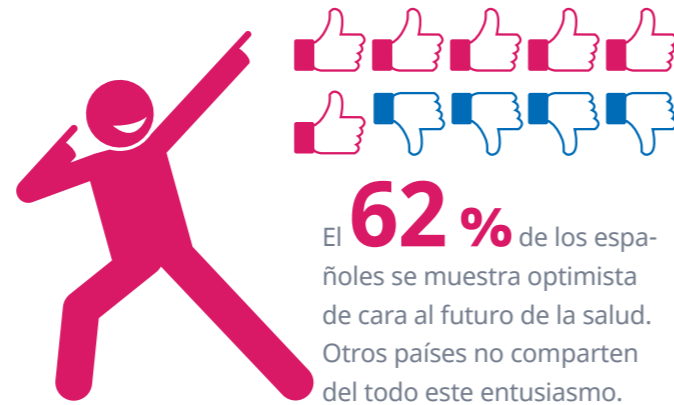
### 4.1 Una mirada al futuro de la medicina

#### El optimismo reina en España

Traemos buenas noticias: más de la mitad de la población europea afronta con optimismo el futuro de la salud. El entusiasmo se respira en el ambiente, sobre todo entre los encuestados de hasta 34 años y quienes viven en ciudades de más de 500 000 habitantes. El 53 por ciento de la gente cree que el progreso científico permitirá curar muchas enfermedades dentro de poco tiempo. Sin embargo, una de cada cuatro personas se muestra preocupada por el futuro de la salud. Un dato interesante: normalmente las mujeres sufren mayor ansiedad por este tema que los hombres. Sus motivos: el 22 de los encuestados tiene miedo de los problemas sociales y medioambientales y el 3 por ciento tiene la sensación de que la digitalización mermará la calidad de la asistencia sanitaria. El 23 por ciento restante supone que apenas se producirán cambios en el sector sanitario.

¿Cómo es la situación en cada país participante en la encuesta? En España, la gente está especialmente entusiasmada: el 62 por ciento de la población muestra confianza en el futuro de la salud. Durante la encuesta, pudimos observar una tendencia general en todos los países: cuanto más jóvenes eran los encuestados, más optimistas se mostraban. El sistema sanitario español —con sus centros regionales de asistencia— está considerado uno de los mejores del mundo. El «derecho a la asistencia médica» está estipulado en la constitución.<sup>1</sup> Los trabajadores cotizan (importes bajos) a la seguridad social. Los optimistas también ganan a los pesimistas en Italia, Rusia, Serbia y el Reino Unido. Los belgas, los alemanes, los polacos y, sobre todo, los franceses, se sitúan al otro lado del espectro y se muestran más escépticos con respecto al futuro de la salud. Más de un tercio de los franceses —país donde impera la desesperanza, sobre todo en zonas rurales— ve la situación de manera «bastante pesimista». El 69 de los franceses que desconfían del futuro de la salud vive en pueblos o pequeñas ciudades de hasta 30 000 habitantes. En cambio, en Europa como conjunto, esta tendencia pesimista solo afecta al 49 por ciento de la población. La edad y el entorno personal desempeñan un papel fundamental: a mayor edad, menor confianza en lo que está por venir. Asimismo, la gente que vive en hogares con varios miembros ve el futuro con mejores ojos que los que hacen solos.

#### España, un país con un optimismo de hierro



| ESP  | ITA  | RUS  | UK   | SRB  | GER  | BEL  | POL  | FRA  |
|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 62 % | 58 % | 57 % | 57 % | 52 % | 49 % | 49 % | 46 % | 44 % |

### 4.2 Automedicación y medicina personalizada

#### Confianza en la medicina clásica, los médicos y los farmacéuticos

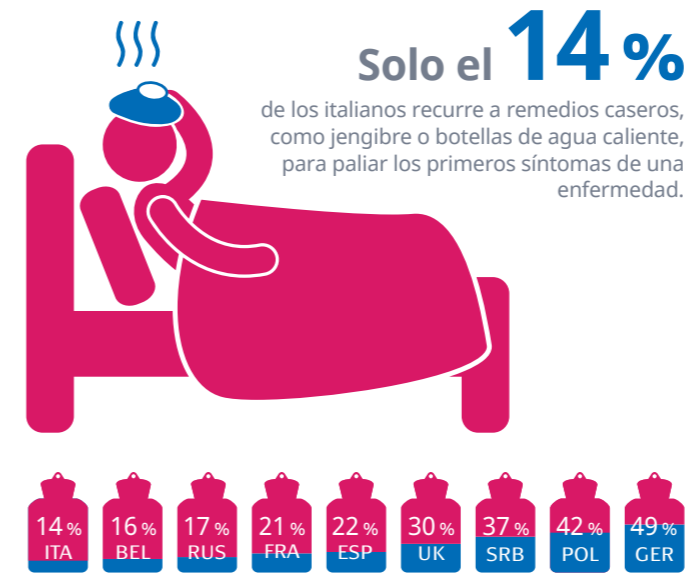
Dos de cada tres europeos encuestados siguen confiando en la medicina clásica; los hombres, más que las mujeres. En España y el Reino Unido (sobre todo entre hombres), esta opinión la comparten tres cuartos de la población. Aparte de la medicina clásica, existen también otras opciones de tratamiento. Una de cada cinco personas confía en alternativas como la homeopatía y la acupuntura, así como en alimentos funcionales como los probióticos, a modo de complemento de la medicina clásica. Las mujeres se muestran más abiertas que los hombres: una de cada cuatro mujeres afirma recurrir a estas opciones, mientras que entre los hombres, solo uno de cada seis lo reconoce. Por otra parte, esto también implica que el 14 por ciento —aproximadamente una de cada siete personas— ha dejado de creer en gran medida o completamente en la medicina. Esta desconfianza está bastante acentuada en Serbia (23 por ciento de los encuestados). Estos resultados se atribuyen en su mayoría a los jóvenes de entre 18 y 34 años.

¿Por qué la gente ha dejado de creer en la medicina clásica? ¿Cómo se puede recuperar la confianza perdida? Una posibilidad podría ser una mayor divulgación de conocimientos. De nuevo, los españoles son un buen ejemplo: junto a los británicos, son los que más fe tienen en la medicina clásica —un 76 % de los participantes de ambos países— y, además, fueron los que más veces acertaron las preguntas sobre conocimientos sanitarios del STADA Group Health Report 2019.

#### Remedios caseros de la abuela

Una de estas preguntas hace referencia a los conocimientos sobre genéricos y probióticos. El 63 por ciento de los europeos sabe lo que es un medicamento genérico, y el 64 por ciento ha oído hablar de los probióticos. No obstante, la situación cambia si nos referimos a los biofármacos o biosimilares, medicamentos de origen biotecnológico para el tratamiento de enfermedades graves como el cáncer o la esclerosis múltiple. En Europa, solo un quinto de la población sabe de lo que estamos hablando. Nueve de cada diez españoles y nueve de cada diez italianos saben qué es un medicamento genérico. En comparación: la mayoría de los polacos (75 por ciento) y de los serbios (71 por ciento) no sabe exactamente qué es un medicamento genérico. Por si se te había olvidado, Serbia es un país con muy poca confianza en la medicina clásica. Por estos motivos, tanto en Polonia (42 por ciento) como en Serbia (37 por ciento), la fracción de la ciudadanía que confía en los remedios caseros de la abuela en cuanto aparecen los primeros síntomas de una enfermedad leve es superior a la media. Recurren

#### ¿Remedios caseros? En Italia, no.



principalmente a té, caldo de pollo, biscotes o una botella de agua caliente. Cabe destacar que las personas mayores de 50 años son quienes más confían en esta «medicina de andar por casa». En comparación: en todos los países europeos encuestados, la tasa se mantiene en un discreto 27 por ciento. Los alemanes están a la cabeza: uno de cada dos recurre a estos remedios caseros. Una correlación peculiar: Alemania, Polonia y Serbia son también tres de los cuatro países con el mayor porcentaje de fumadores.

#### Prescripción médica: ¿sí o no?

Por otra parte, el 38 por ciento de los españoles acude de inmediato al médico cuando presenta leves síntomas de enfermedad; es la cifra más alta de Europa. De media, solo un 15 por ciento de los europeos decide ir primero al médico. En Italia, el 32 por ciento prefiere ir a la farmacia para la consulta inicial, en comparación con el 19 por ciento del resto de Europa. Como podemos observar, los farmacéuticos ganan por poco a los médicos cuando se trata de esclarecer los síntomas leves. En Francia (34 por ciento) y Rusia (49 por ciento), la mayoría de los encuestados afirma saber qué medicación necesita tomar. Esta afirmación es válida para el 27 por ciento de la población europea. Junto con el 27 por ciento que recurre a los remedios caseros, más de la mitad de los europeos confía en sus conocimientos a la hora de combatir los primeros síntomas de una enfermedad. Hecho destacable: únicamente el nueve por ciento de los europeos considera internet una fuente fiable de información para estos casos, y solo el dos por ciento confía en la homeopatía para el tratamiento.

A tenor de los resultados, parece que mucha gente cree saber lo que necesita para encontrarse mejor, pero ¿están los europeos de acuerdo con que se suprima la obligación de presentar receta para medicamentos como la píldora anticonceptiva o las pastillas contra la disfunción eréctil? Sí y no: la mitad de los encuestados prefiere que se siga presentando receta. En Italia, la tasa asciende al 63 por ciento, mientras que en Polonia desciende al 39 por ciento y en Bélgica, a un 41 por ciento. La situación en Rusia es bastante distinta: a pesar de que sobre el papel existe la obligación de presentar receta médica, se puede obtener este tipo de medicamentos sin prescripción. Al 72 por ciento de los rusos le parece bien que esto sea así: consideran innecesaria la obligación de presentar receta y creen que no hace falta decirle a la gente lo que tiene que hacer.

#### Consulta a tu farmacéutico... ¿O a Google?

Volvamos a los españoles: su infinita confianza en la medicina también se ve reflejada en la compra de nuevos medicamentos. Los españoles consultan a su farmacéutico sobre los

El **63** %

de los encuestados sabe qué es un medicamento genérico.

El **81** %

de los europeos no sabe qué son los biosimilares.

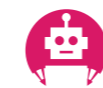
El **50** %

quiere que se suprima la prescripción médica.

efectos y los riesgos con mayor frecuencia que la media (54 por ciento). Únicamente les superan en Italia, donde la tasa asciende al 58 por ciento. En España, parece que tener un vínculo personal con el farmacéutico resulta clave. La razón es muy sencilla: en este país, los dueños de los locales son quienes llevan el negocio.<sup>2</sup> En toda Europa, al menos un 39 por ciento de la población muestra interés por los consejos de su farmacéutico. A lo largo del continente, solo un 18 por ciento consulta a «Doctor Google» sobre nuevos medicamentos. En España, Bélgica y Francia, las opciones de que alguien recurra a internet para disipar sus dudas son más reducidas, mientras que en Rusia es más probable que se hagan este tipo de consultas en la red.\* Es posible que esa confianza en internet obedezca a razones pragmáticas, ya que estamos hablando del país con la mayor superficie del mundo. Cuando la consulta médica o la farmacia más cercana está a muchos kilómetros de distancia, la web suele ser la única fuente de información.

#### El médico, tu mejor consejero

Los encuestados españoles nos cuentan de primera mano qué esperan que haga su médico: el 64 por ciento —un poco menos de dos tercios de la población— quiere que «el médico pueda explicar de forma precisa y comprensible de qué dolencia se trata y qué hacer para mitigarla». En resumen, para los españoles, ser competente e ir directamente al grano son dos factores clave para valorar a sus médicos. En comparación: en Alemania es casi igual de importante que el médico se tome en serio las preocupaciones de sus pacientes. Los alemanes y los británicos —sobre todo los mayores de 35— sienten la necesidad de informar sobre sus miedos e inquietudes de manera más frecuente que la media: aquí nace la figura del «médico consejero».



#### 4.3 Digitalización y robótica

##### Medicina de alta tecnología con el Doctor Robot, pruebas genéticas y biosensores

De media, cuatro de cada diez personas muestran interés por aplicaciones y dispositivos de salud como, por ejemplo, los pulsómetros. Estos asistentes tecnológicos tienen un amplio número de adeptos en España, Italia y Rusia. Los franceses, los alemanes, los belgas y los serbios solo los usan de vez en cuando. En su opinión, suponen una pérdida de tiempo y dinero. Asimismo, a los franceses y los alemanes les preocupa el posible uso indebido de sus datos: el 29 por ciento piensa así en Francia; en Alemania, es el 26 por ciento. En comparación: el valor medio de todos los europeos encuestados se sitúa en el 20 por ciento. En general: estos productos digitales tienen una mejor acogida cuanto más jóvenes son los encuestados. Los rusos sirven de ejemplo: si llevas un podómetro en la muñeca, estás listo para dar el siguiente paso. El 69 de los habitantes de este país estaría dispuesto —independientemente de su edad— a que su médico les tratase a través de una webcam

\*Dado que la encuesta se llevó a cabo de forma online, el porcentaje real para Rusia debería ser ligeramente inferior.

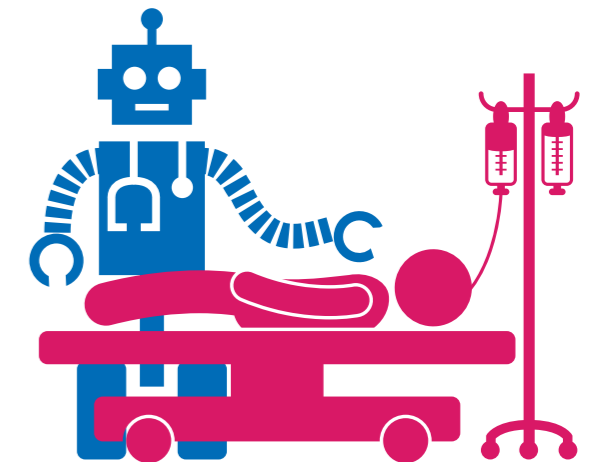
o de internet. Si nos basamos en la edad de los encuestados, nos encontramos con una sorpresa: en Europa, las personas mayores de 50 años están más dispuestas que los encuestados de menor edad a que se les examine a través de una webcam. Los motivos son el ahorro de tiempo y la comodidad. Al 54 por ciento de los europeos no le importaría que le trataran a través de una webcam. Si bien es cierto que los alemanes (49 por ciento) y los franceses (51 por ciento) muestran un mayor recelo frente a esta práctica; aunque a la zaga se encuentra Bélgica, donde solo un 37 por ciento diría que sí a un tratamiento a través de webcam.

#### «Doctor Robot, ¡a quirófano!»

Algunas personas se echarían las manos a la cabeza si las tuviera que operar un robot. Sin embargo, una ligera mayoría (56 por ciento) se imagina en tal situación, sobre todo en Italia y España.

#### ¿Me va a operar Dr. Robot? ¡Estupendo!

Los hombres tienen más posibilidades de someterse a una operación realizada por un robot que las mujeres.



El **63** % de los hombres se mostrarían dispuestos a que un robot los operase.



El **49** % de las mujeres se mostrarían dispuestas a que un robot las operase.

**Dato sorpresa: la predisposición a someterse a una operación realizada por un robot aumenta con la edad.**



El **50** % de los jóvenes entre 18 y 34 años.



El **55** % de las personas de entre 35 y 49 años.



El **61** % de los mayores de 50 años.

Los hombres tienen una actitud más abierta: el 63 por ciento confiaría en «Dr. Robot», mientras que solo el 49 por ciento de las mujeres se sentiría cómoda ante esta propuesta. Además: aquellos que sobrepasan los 50 (61 por ciento) se muestran mucho más abiertos a someterse a este tipo de operación que la población menor de 35 (50 por ciento).

En general, la gente considera esta práctica muy arriesgada, sobre todo los serbios (solo el 45 por ciento la ve con buenos ojos) y, de nuevo, los alemanes (49 por ciento). Estos datos no deberían chocarnos, ya que los alemanes también dudan de otras nuevas tecnologías médicas: solo el 66 por ciento de los alemanes (81 por ciento de todos los encuestados) se sometería a una prueba genética. Únicamente el 29 por ciento autorizaría la implantación de un biosensor bajo la piel. En Europa en general, un 38 por ciento estaría de acuerdo. España lidera ambos rankings, ya que nueve de cada diez no dudarían en realizarse una prueba genética y tampoco tendrían problema en llevar un biosensor bajo la piel. En todos los países, son los hombres quienes estarían más dispuestos a implantarse un biosensor.

Hecho destacable: la mayoría de la gente está dispuesta a someterse a formas modernas de tratamiento —como las pruebas genéticas— sin cuestionarlas más allá. En este caso, la afirmación es válida para todos los países: el 81 por ciento no se mostraría reticente a la hora de examinar sus genes. Sin embargo, solo el 24 por ciento sabe qué se puede averiguar mediante una prueba de este tipo. Los franceses, con un 30 por ciento, son los que más al corriente están.

### Los alemanes, escépticos ante las pruebas genéticas



| GER | UK  | BEL | FRA | SRB | ITA | RUS | POL | ESP |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 66% | 78% | 78% | 79% | 82% | 84% | 84% | 88% | 90% |



### 4.4 Salud mental y salud en trabajo

#### Las enfermedades más comunes del futuro

¿El desgaste laboral es una enfermedad frecuente? El 55 por ciento admite haber padecido esta dolencia (14 por ciento), haber estado a punto de sufrirla (15 por ciento) o conocer los síntomas en base a su propia experiencia (26 por ciento). Los rusos (72 por ciento), los serbios (66 por ciento) y los polacos (62 por ciento) dieron estas respuestas con especial frecuencia. Tan solo en España, Italia, Alemania (49 por ciento para cada país) y Francia (44 por ciento), el número de afectados no sobrepasa el 50 por ciento. Además, el 7 por ciento de los

#### Los ciudadanos de Europa del Este son especialmente propensos a sufrir desgaste laboral.



La mayoría de la población de Rusia, Serbia y Polonia ya ha sufrido desgaste laboral o ha estado a punto de hacerlo. En otros países, las cifras no son tan extremas.

| RUS | SRB | POL | BEL | UK  | ESP | ITA | GER | FRA |
|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 72% | 66% | 62% | 52% | 50% | 49% | 49% | 49% | 44% |

encuestados descartó por completo la posibilidad de sufrir desgaste laboral en algún momento de su vida.

Cada vez hay más casos de desgaste laboral, lo que para casi el 70 por ciento de los encuestados supone una situación alarmante. Para el 41 por ciento, esta tendencia pone de manifiesto que algo no va bien en el mundo laboral. Este tema preocupa en especial a los serbios (57 por ciento) y a los franceses (54 por ciento). De media, el 27 por ciento cree que el creciente número de casos de desgaste se debe a la falta de formación y de prevención en materia de esta patología. De hecho, mucha gente ignora qué es el desgaste laboral: al preguntar sobre los síntomas habituales de la fase inicial, solo el 8 por ciento es capaz de citar los indicios correctos —«falta de motivación» e «insomnio»— sin caer en falsos mitos como «disfunción eréctil» o

«tinnitus». El 54 por ciento de los europeos cree erróneamente que el desgaste está relacionado con la pérdida total de la capacidad de sentir alegría y felicidad. Estos datos nos llevan a pensar que la percepción general sobre esta enfermedad dista bastante del diagnóstico médico. También se puede dar el caso contrario: mucha gente parece englobar todo lo relacionado con una «sobrecarga psicológica en el trabajo y sus consecuencias» bajo la definición de «desgaste laboral». Por tanto, el término médico «desgaste» no tiene por qué corresponderse con la idea que la población tiene de esta enfermedad.

#### Ir al psicólogo ya no tiene nada de malo, salvo en Alemania

Cuando en la década de los setenta se acuñó el término «desgaste laboral» por primera vez, los trastornos mentales estaban mucho más estigmatizados que ahora.<sup>3</sup> Solo el 12 por ciento sigue creyendo que el desgaste laboral es una moda pasajera. Además, cada vez más personas tienen el valor de hablar abiertamente de los síntomas psicológicos. Acudir a un psicólogo o psiquiatra ha dejado de ser tabú: El 62 por ciento —una amplia mayoría— afirma que «no hay nada de lo que avergonzarse». Otro 11 por ciento declara haber recurrido a un psicólogo o psiquiatra alguna vez. En Alemania, una de cada cinco personas ha contado con el apoyo de estos profesionales de la salud mental. No obstante, hay un dato que no termina de encajarnos: los alemanes son los europeos que más miedo tienen a la estigmatización por acudir a terapia (10 por ciento). A otro 5 por ciento le preocupa que lo tachen de «loco» después de una visita. En Europa en general, estas tasas se sitúan en índices muy bajos (entre un 6 y un 4 por ciento). Por esta razón, los alemanes son proclives a actuar según la máxima «ve siempre y cuando nadie se entere». La situación es bastante diferente en Serbia, donde la gente se siente menos cohibida. El 82 por ciento no ve nada malo en hablar sobre posibles tratamientos psicológicos o psiquiátricos. No obstante, tan solo el 4 por ciento puede hablar desde su propia experiencia.

#### Más compromiso de los empleadores

La opinión de los europeos es prácticamente unánime: las cifras actuales de desgaste laboral son alarmantes y nadie debe avergonzarse si sufre una enfermedad mental. La mayoría de los encuestados opina que el empleador tiene la responsabilidad de fomentar un ambiente saludable. Tan solo el 13 por ciento desecha esta afirmación. ¿Qué es lo que más demandan los trabajadores?: un equipamiento de oficina ergonómico, con sillas de oficina que no perjudiquen la espalda (43 por ciento), una compensación justa por las horas extras con el fin de prevenir el estrés (41 por ciento) y un médico de la empresa que tenga la empatía suficiente para tratar los problemas de salud (40 por ciento). En contraposición, tan

solo el 29 por ciento pediría que en su puesto de trabajo haya fruta y agua mineral gratis. Parece ser que la mayor parte de las empresas ya ofrece esto por norma general. Los alemanes son quienes más esperan de su empleador: el 61 por ciento exige contar con un mobiliario de oficina ergonómico y el 55 por ciento quiere que se remuneren las horas extras de forma justa.

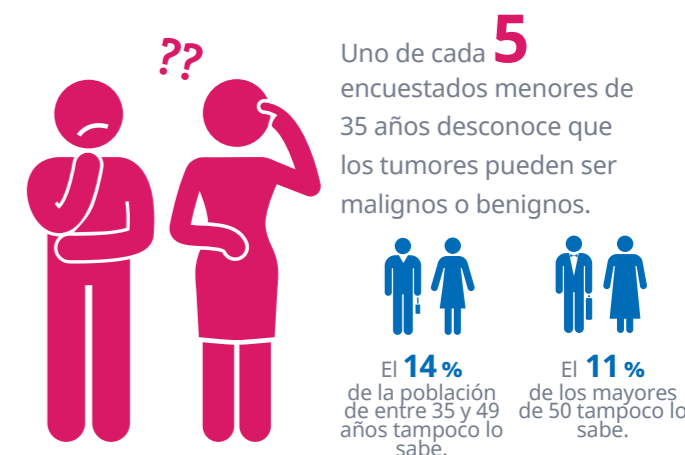


### 4.5 Nutrición, ejercicio y envejecimiento sano

#### La juventud eterna y el miedo a envejecer

Casi todo el mundo ha oído hablar de tumores, bien por experiencia propia o a través de alguien de su entorno más cercano. Los tumores malignos son cancerígenos. Según la Unión Europea, uno de cada tres europeos desarrollará cáncer en algún momento de su vida.<sup>4</sup> A pesar de todo, existe mucha desinformación al respecto. Solo un tercio de los encuestados sabe que «un tumor puede ser maligno o benigno» y que «un tumor es una masa de tejido corporal que se forma debido a un crecimiento anormal de células». Los países con más lagunas de conocimiento son Bélgica (solo un 27 por ciento respondió correctamente), Italia y Francia (28 por ciento cada uno). Los británicos son los que más al tanto están de esta enfermedad: un 41 por ciento puede describir con precisión qué es un tumor. Con unos niveles de desconocimiento tan elevados, no es de extrañar que poca gente quiera someterse a pruebas preventivas de detección de cáncer: solo el 39 por

#### Los jóvenes saben muy poco sobre el cáncer.



Uno de cada diez jóvenes menores de 35 años cree que un tumor es un virus infeccioso.



El **49%**

de los encuestados ha envidiado la salud, el estado físico o el cuerpo de otra persona.

El **55%**

de los europeos tiene miedo a envejecer.

El **61%**

de los europeos no se somete con regularidad a pruebas preventivas de detección de cáncer de mama, de piel, de colon o de próstata.

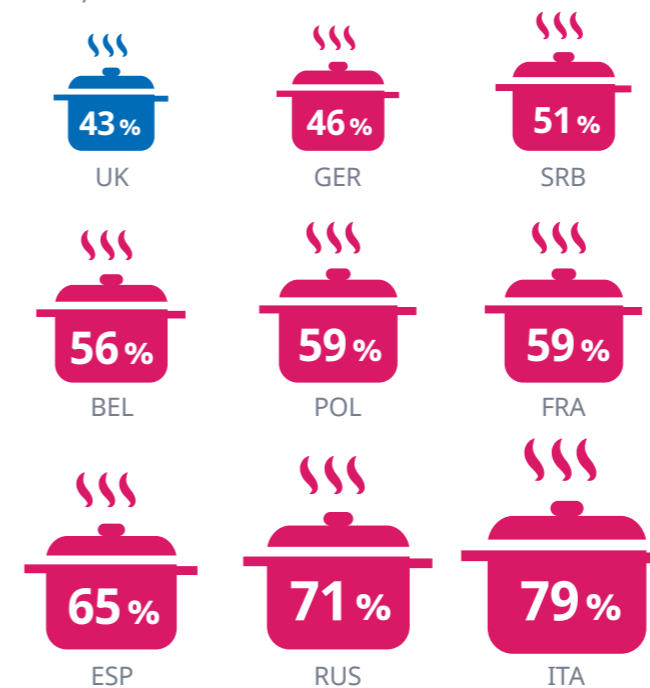
ciento acude a pruebas para la detección de cáncer de mama, de piel, de colon y de próstata. Los alemanes son más propensos a concertar una cita médica de este tipo (49 por ciento), mientras que los serbios (27 por ciento) y los rusos (19 por ciento) se posicionan al otro extremo del espectro. Tal vez no sea de extrañar que estos países, junto con Polonia, sean los que menos se fíen de la medicina convencional. En Europa, son sobre todo los hombres y los menores de 35 años quienes menos se preocupan por la prevención del cáncer. De ellos, el seis por ciento no ve necesario someterse a este tipo de procedimientos preventivos porque considera que su estilo de vida es «bastante saludable». Para nuestra sorpresa, el 41 por ciento de los no fumadores se toma en serio las pruebas de detección de cáncer, en comparación con el 36 por ciento de los fumadores habituales u ocasionales.

#### Eres lo que comes

La nutrición constituye una parte esencial de una vida sana. El 59 por ciento de los europeos se prepara platos frescos a diario. Sin embargo, una de cada diez personas cocina menos de tres veces por semana. En Reino Unido, el 16 por ciento

#### La cocina, el punto débil de los británicos.

Solo el 43 % de los británicos cocina alimentos frescos casi a diario, situación inimaginable en Italia, donde casi se dobla esta cifra.



admite cocinar como mucho dos veces por semana (si es que se acuerdan de dónde están las sartenes y las ollas). Ver lo que la gente come puede arrojar importantes pistas sobre su estilo de vida. El 54 por ciento de los europeos afirma seguir una dieta «saludable». Francia, Italia (61 por ciento cada uno) y España (62 por ciento) son los países donde más del 60 por ciento de la población está convencida de que su alimentación es variada. Todo esto suena muy bien, pero claro, ¿qué entendemos por «comer sano»? Los estilos y las escuelas de cocina varían mucho de un sitio a otro. En los últimos años hemos asistido al auge del veganismo: quienes siguen esta dieta al pie de la letra consumen únicamente productos vegetales. El 1 por ciento de nuestros encuestados era vegano, dato que coincide con las estimaciones oficiales.<sup>5</sup> Otro 4 por ciento afirmó ser vegetariano. El veganismo, tema que siempre genera debate, también provocó opiniones dispares en el STADA Group Health Report 2019: el 38 por ciento de los encuestados respeta el estilo de vida vegano o lo practica. España, con un 48 por ciento, resultó ser el bastión del veganismo. En cambio, un 61 por ciento tiene sus dudas: «la falta de nutrientes» es un argumento válido para un 32 por ciento de los participantes que tienen sentimientos encontrados con respecto al veganismo. Otro 19 por ciento cree que el veganismo es una «locura» y el 10 por ciento opina que es «una moda pasajera». El mayor número de detractores vive en Rusia (74 por ciento) y Alemania (72 por ciento).

#### Un poco de ejercicio al año no hace daño

Además de seguir una dieta adecuada, practicar ejercicio constituye una pieza clave de una vida sana. El 53 por ciento de los europeos considera una prioridad estar en forma. Seguir una dieta equilibrada y realizar suficiente ejercicio físico son los pilares fundamentales para quienes desean llevar un estilo de vida saludable. Por lógica, las personas más sedentarias no suelen reparar en lo que comen. Uno de cada seis europeos no se preocupa por su estado de forma ni su alimentación. Los británicos y los belgas se llevan la palma: uno de cada cinco habitantes no se ha visto contagiado por la «locura» de las dietas sanas y el deporte.

Durante los últimos años, las vitaminas y los suplementos alimenticios se han colado en las estanterías de quienes buscan mantenerse en forma. Para el 28 por ciento de los europeos, tomar una dosis de vitaminas forma parte de su dieta. Polonia lleva la delantera a sus vecinos europeos: cuatro de cada diez personas consumen este tipo de productos con frecuencia.

¿Por qué los polacos?

1) De todos los países encuestados, en Polonia es donde más miedo existe a envejecer: el 67 por ciento teme hacerse

mayor, lo que choca con la media europea (55 por ciento). Lo que más les preocupa es tener que depender de otros. Además, sienten especial miedo frente al deterioro físico.

2) Los polacos quieren estar más en forma y tener un mejor aspecto que el resto de sus compatriotas. La envidia reina en este país: el 66 por ciento afirma haber sentido celos del estado físico y la apariencia de alguien de su alrededor.

Pero no os creáis que el resto de países no sea ajeno a la envidia: Una de cada dos personas ha sentido celos de la salud, el estado físico o el cuerpo de otro. Las mujeres (53 por ciento) suelen ser más envidiosas que los hombres (42 por ciento). Los serbios (32 por ciento) y los franceses (36 por ciento) se muestran más indiferentes ante estas expresiones de vanidad. Esta preocupación disminuye con la edad.

### El statu quo, en tela de juicio

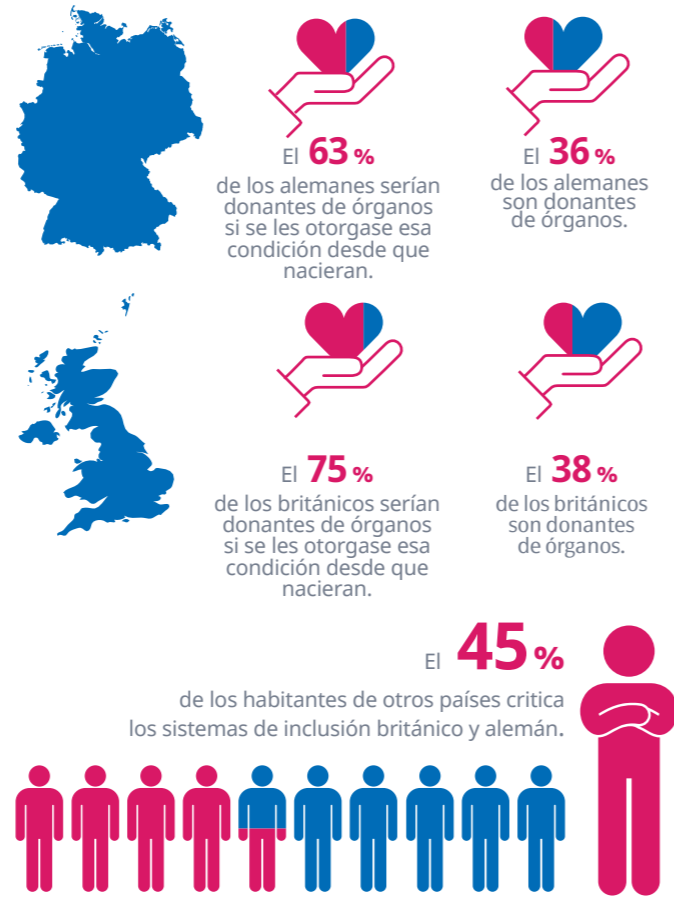
Quienes reflexionan sobre el envejecimiento y la muerte en algún deberán enfrentarse al tema de la donación de órganos. Cada país tiene su propia legislación y, entre los nueve países participantes en esta encuesta, podemos identificar dos sistemas principales:

- Alemania y el Reino Unido: La donación de órganos está permitida solo si la persona fallecida ha aceptado expresamente ser donante de órganos (sistema de inclusión).
- Bélgica, Francia, Italia, Polonia, Rusia, Serbia y España: por norma general, la donación de órganos está permitida, salvo si la persona fallecida ha declinado expresamente ser donante de órganos (sistema de exclusión). En Italia, los familiares más cercanos también pueden oponerse si el fallecido no expresó su punto de vista al respecto.

En términos generales, la predisposición a donar órganos es más elevada en aquellos países donde los ciudadanos son donantes por defecto, en contraste con los países que promueven un sistema de inclusión. El 63 por ciento de los alemanes afirma que serían donantes registrados si se les concediese dicho estado por defecto; en Reino Unido, la tasa alcanza un impactante 75 por ciento. Tan solo el 37 por ciento de los alemanes comentó que, si por defecto fuesen donantes de órganos, decidirían dejar de serlo por deseo propio; en el Reino Unido, solo el 25 por ciento comparte esta opinión. Las preocupaciones que afectan a estas personas son el hecho de ser declarados fallecidos de forma prematura, el rechazo a que delincuentes reciban sus órganos o sentir recelo por motivos religiosos. Sin embargo, las cifras actuales muestran una tendencia opuesta: de acuerdo con el Centro Federal de Educación para la Salud, el 64 por ciento de los alemanes no posee una tarjeta de donante de órganos.<sup>6</sup> En el Reino Unido, el 62 por ciento de la población no aparece en el registro de donantes.<sup>7</sup> En el resto de países donde está vigente el sistema de exclusión, tan solo el 5 por ciento ejercería su derecho a rechazar ser

donante. Una pequeña fracción de los encuestados tiene sus dudas acerca del sistema de inclusión vigente en Alemania y el Reino Unido. ¿Por qué? El 22 por ciento piensa que este sistema genera una escasez innecesaria de órganos que podrían estar disponibles. Otro 24 por ciento ve la donación de órganos como una «obligación».

### Alemanes y británicos, dispuestos a ser donantes de órganos.



En Alemania y el Reino Unido, si quieres ser donante de órganos, debes solicitarlo. En los otros siete países, eres donante de órganos automáticamente y debes oponerte formalmente a ello si quieres que te saquen de la lista.

1 Handelsblatt. Auch anderswo ein Spielfeld für Ideologen. Düsseldorf, 2017. (Edición: 23/6/2017). (<https://www.handelsblatt.com/politik/deutschland/gesundheitsysteme-weltweit-spanien-hoehere-beitrag-e-fuer-arbeitgeber/19579606-4.html?ticket=ST-3357109-BoUXFSplUfTRAYdcwDJ-ap4>, consultado el 11/2/2019)

2 Deutsche Apotheker Zeitung. Das spanische Gesundheitssystem. Stuttgart, 2010. (Edición: 29/7/2010). (<https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2010/daz-30-2010/das-spanische-gesundheits-system>, consultado el 12/2/2019)

3 InformedHealth.org. Depression: What is burnout? Colonia, 2012. [Actualizado en 2017]. (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279286/>, consultado el 12/2/2019).

4 Rat der Europäischen Union. Beschäftigung, Sozialpolitik, Gesundheit und Verbraucherschutz. Luxemburgo, 2008. ([https://www.consilium.europa.eu/uedocs/cms\\_Data/docs/pressData/de/lsa/101752.pdf#page=21](https://www.consilium.europa.eu/uedocs/cms_Data/docs/pressData/de/lsa/101752.pdf#page=21), consultado el 13/2/2019)

5 Veganwelt. FAQ. (<http://www.veganwelt.de/inhalt/vegan/faq.html>, consultado el 13/2/2019)

6 Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Info-Blatt: Wissen, Einstellung und Verhalten der Allgemeinbevölkerung (14 bis 75 Jahre) zur Organ- und Gewebespende. Colonia, 2018. ([https://www.organspende-info.de/sites/all/files/files/Infoblatt%20Organspende\\_180528\\_Final.pdf](https://www.organspende-info.de/sites/all/files/files/Infoblatt%20Organspende_180528_Final.pdf), consultado el 19/2/2019)

7 Jones CP, Papadopoulos C, Randhawa G. Who's opting-in? A demographic analysis of the U.K. NHS Organ Donor Register. Reino Unido, 2019. (<https://journals.plos.org/plosone/article?id=10.1371/journal.pone.0209161>, consultado el 18/2/2019)

# El desgaste provoca impotencia y los tumores se contagian...

Las lagunas de conocimiento más curiosas del STADA Group Health Report 2019

EL **19%** de los encuestados piensa que los biosimilares son fármacos con etiqueta «bio»

Uno de cada diez jóvenes de entre 18 y 34 años cree que una prueba genética le permitirá averiguar con exactitud cuándo morirá.

EL **6%** de los europeos considera que los tumores son virus contagiosos.

EL **15%** de los hombres opina que la disfunción eréctil es un síntoma clásico de desgaste laboral.

EL **11%** de los encuestados cree que el desgaste está acompañado de una visión deficiente.

EL **8%** cree que el desgaste profesional provoca tinnitus.

#### **Autor**

STADA Arzneimittel AG  
Stadastraße 2-18  
61118 Bad Vilbel (Alemania)  
Teléfono: +49 (0) 61 01/6 03-0  
Fax: +49 (0) 61 01/6 03-259  
Correo electrónico: info@stada.de  
Página web: www.stada.de o www.stada.com

#### **Editor**

STADA Arzneimittel AG

#### **Responsable en virtud de la ley de prensa**

Frank Staud

#### **Gestión del proyecto y edición**

STADA Arzneimittel AG, Bad Vilbel  
Estudio de mercado: Kantar Health GmbH, empresa consultora y de investigación de mercado líder a nivel mundial en el sector de la salud  
Maquetación/diseño: komm.passion GmbH  
Impresión: grass und partner, Wuppertal (Alemania)

**Fuente de las imágenes:** iStock.com/Leremy; iStock.com/bubaone; iStock.com/bgblue

#### **Copyright**

© 2019 por STADA Arzneimittel AG

Acceso a la información más actual sobre STADA Group en [www.stada.de](http://www.stada.de) o [www.stada.com](http://www.stada.com).

#### **Aviso legal**

La distribución, total o parcial, solo está permitida si se cita la fuente y los derechos de autor.

Esta publicación está protegida por derechos de autor. Se prohíbe expresamente cualquier copia, a menos que se obtenga permiso por escrito de STADA Arzneimittel AG. La copia para un uso estrictamente privado es la única excepción.

#### **Se pueden solicitar copias de muestra a:**

STADA Arzneimittel AG  
Departamento de comunicación  
Teléfono: +49 (0) 61 01/6 03-165  
Fax: +49 (0) 61 01/6 03-215  
Correo electrónico: press@stada.de

**STADA Arzneimittel AG**  
**Stadastraße 2-18, 61118 Bad Vilbel (Alemania)**

