



# Come sta?

Come la Svizzera affronta  
la malattia e la salute.

Lo Studio sulla salute di CSS 2024

La tua salute.  
La tua partner.



**Committente**

CSS  
Tribtschenstrasse 21  
6005 Luzern

**Mandatario**

Centro di ricerca Sotomo  
Dolderstrasse 24  
8032 Zürich

**Autori (in ordine alfabetico)**

Lisa Brüngger  
Michael Hermann  
Virginia Wenger

# Lo studio CSS sulla salute fa luce sui rischi attuali e futuri

Cara Lettrice, caro Lettore

Già per la quinta volta dal 2020 le presentiamo il nostro ampio sondaggio sullo stato di salute della popolazione in Svizzera. Grazie a questo studio annuale, ora abbiamo un quadro molto preciso di come si sentono le persone in Svizzera, su dove la situazione è migliorata o peggiorata – e a quali rischi per la salute dovremmo prestare attenzione.

Per il 2024 la risultanza principale è la seguente: meno persone stanno davvero male, ma è diminuito anche il numero di persone che sono realmente in buona salute. Negli ultimi anni, lo stato di salute generale si è stabilizzato a un livello decisamente più basso rispetto a prima della pandemia. Ci preoccupano due sviluppi: ancora oggi più di un terzo di tutti i giovani adulti fra 18 e 35 anni non si sente bene dal punto di vista psichico: è il valore più alto fra tutte le fasce d'età. E mai così tante persone intervistate hanno dichiarato di sentirsi sotto pressione per dover essere costantemente in buona salute e performanti. Non sorprende quindi che quasi il 70% soffra di esaurimento e stanchezza. Salta all'occhio anche l'aumento dei burnout.

Cosa significano queste risultanze per noi come assicurazione malattie? Quali sfide future attendono il sistema sanitario? La nostra serie di studi aiuta ad affrontare discussioni importanti, per esempio sulla tematica della prevenzione, che deve assumere un ruolo più centrale nel nostro sistema sanitario e nel mondo del lavoro. A questo riguardo, constatiamo un crescente bisogno di sostegno da parte della popolazione. Inoltre, quale ruolo deve assumere lo Stato, cosa deve essere lasciato alla responsabilità personale? Il nostro Studio sulla salute fornisce utili risultanze anche per quanto concerne questi temi.

Le auguro una lettura arricchente.



A stylized, handwritten signature in blue ink, consisting of several fluid, overlapping strokes.

Philomena Colatrella  
CEO della CSS

---

<b>1</b>	<b>Studio CSS sulla salute</b>	<b>5</b>
1.1	Su questo studio	5
1.2	I principali risultati in breve	7

---

<b>2</b>	<b>Come sta la Svizzera?</b>	<b>10</b>
2.1	Salute – così così	10
2.2	Miglioramento dello stato mentale	18
2.3	Stress prestazionale	21

---

<b>3</b>	<b>Ricorso alle prestazioni mediche</b>	<b>30</b>
3.1	Visite mediche: a esagerare sono gli altri	30
3.2	Prevenzione e auto-osservazione	35

---

<b>4</b>	<b>Sanità: Richieste e misure</b>	<b>41</b>
4.1	Fiducia nel sistema sanitario	41
4.2	Focus sulla promozione della salute	45
4.3	Misure per ridurre la spesa sanitaria	50

---

<b>5</b>	<b>Digitalizzazione</b>	<b>56</b>
5.1	Autorizzazione all'uso dei dati e fiducia	57
5.2	Opportunità e rischi della digitalizzazione	60

---

<b>6</b>	<b>Raccolta dati e metodologia</b>	<b>63</b>
6.1	Raccolta dati e campionamento	63
6.2	Ponderazione rappresentativa	63

# Studio CSS sulla salute

## 1.1 SU QUESTO STUDIO

Dal 2020, lo Studio della CSS sulla salute indaga su salute e malattia in Svizzera. Per l'edizione di quest'anno abbiamo intervistato la popolazione svizzera per la sesta volta. Lo studio mette in luce alcune tendenze che avevano cominciato a svilupparsi in Svizzera poco prima della pandemia di coronavirus e che proseguono fino ad oggi. La serie di studi non si limita ad analizzare i comportamenti nell'ambito della salute, ma anche il malessere, la malattia, i timori e le preoccupazioni associate.

Come hanno mostrato gli studi degli anni passati, durante e dopo la pandemia si è registrato un progressivo peggioramento delle condizioni di salute psico-fisiche della popolazione svizzera. Per la prima volta, nel 2024 si notano però alcuni segnali di ripresa. È diminuito il numero delle persone in Svizzera che si sentono sempre o parzialmente malate. La percentuale di chi si sente bene mentalmente è di nuovo cresciuta per la prima volta, dopo fasi di drastico peggioramento. Il trend rimane contraddistinto comunque da alti e bassi e non si può definire positivo in assoluto: mai nelle edizioni precedenti erano state così poche le persone intervistate ad affermare di sentirsi molto sane e mai così forte era risultata la pressione ad apparire sempre sani e produttivi. Le pressioni esercitate da una società improntata al rendimento, dove la vita professionale si mescola a quella privata, provocano sempre di più uno stato di stress ed esaurimento.

Le criticità del sistema sanitario e i suoi costi in aumento sono temi di scottante attualità. La popolazione chiede maggiori misure per la prevenzione e la promozione della salute, tali da migliorare la situazione nel lungo termine. Nel contempo, la digitalizzazione del sistema sanitario si sta dimostrando sia ricca di opportunità sia portatrice di notevoli rischi. La fiducia e la protezione dei dati sono gli aspetti più discussi in questo ambito.

Lo studio realizzato dall'Istituto di ricerca Sotomo ha coinvolto 2456 persone intervistate tra il 13 e il 21 giugno 2023. I risultati sono rappresentativi per la popolazione della Svizzera tedesca, francese e italiana, linguisticamente integrata, a partire dai 18 anni.

## 1.2 I PRINCIPALI RISULTATI IN BREVE

### Come sta la Svizzera?

**Salute – così così:** lo stato generale di salute della popolazione svizzera è peggiorato durante la pandemia di coronavirus. Nel 2024 hanno cominciato a vedersi i primi miglioramenti, almeno in taluni ambiti. La percentuale di chi si sente malato era aumentata dal 5% nel 2020, raggiungendo l'11% nel 2022, mentre adesso è scesa di nuovo per la prima volta al 7%. Rimane tuttavia un 35% della popolazione che continua a non sentirsi del tutto in buona salute e appena il 15% dichiara di avere una salute molto buona. Si tratta del valore più basso dall'inizio della serie di studi (→Figura 1).

**Miglioramento dello stato mentale:** la salute mentale della popolazione svizzera mostra alcuni segni di ripresa. Il miglioramento della sfera emotiva è più spiccato soprattutto tra i giovani (→Figura 7). Continua a preoccupare tuttavia lo stato psichico delle giovani donne, che affermano di provare stati emotivi altalenanti o di sentirsi male nel 38% dei casi (→Figura 8).

**Stress prestazionale:** aumenta la pressione a dimostrarsi sempre sani ed efficienti. Nel 2024 il 57% delle persone intervistate ha ammesso di sentire questa pressione, mentre nel 2021 era il 53% (→Figura 10). Sempre più persone si sentono oppresse dall'interferenza del lavoro nel tempo libero. Negli ultimi due anni è aumentato il numero di persone che ne risente, dal 62 al 74% (→Figura 12). Di pari passo è aumentato anche il numero di persone che hanno sofferto di burnout almeno una volta. Appena poco più di due terzi degli intervistati (68%) afferma con certezza di non avere mai sperimentato il burnout. Nel 2022 rappresentavano ancora il 73% (→Figura 14).

## Ricorso alle prestazioni mediche

**Visite mediche – a esagerare sono gli altri:** il 59% delle persone intervistate pensa che le svizzere e gli svizzeri ricorrano troppo facilmente all'aiuto della medicina, eppure soltanto l'1% ammette di farlo. Il 51% crede invece di tirare troppo per le lunghe prima di farsi visitare da un medico. A quanto pare, ognuno pensa che a eccedere siano gli altri (→Figura 19).

**Prevenzione e auto-osservazione:** la popolazione svizzera si sta dimostrando sempre più attenta alla prevenzione sanitaria e lo dimostra la maggiore propensione ad avvalersi delle misure preventive. Queste stanno diventando sempre più popolari, poiché si riconosce il loro valore per mantenere la salute anche a lungo termine. Lo conferma il 44% delle persone intervistate, che dichiara di sottoporsi regolarmente a esami preventivi (→Figura 23), mentre il 55% afferma di prestare attenzione ai segnali del corpo, ai cambiamenti fisici e ai sintomi di una malattia (→Figura 25).

## Richieste e misure in ambito sanitario

**Fiducia nel sistema sanitario:** nel complesso, la popolazione svizzera esprime un giudizio positivo sul sistema sanitario (→Figura 28). In realtà le persone malate (anche lievemente) esprimono una valutazione più positiva sulla sanità e l'accesso alle cure rispetto a chi non ne usufruisce (→Figura 29). Sebbene una netta maggioranza delle persone intervistate dia per certo che l'accesso a medicinali e terapie sia garantito, il 30% delle persone direttamente interessate non ha ottenuto negli ultimi 12 mesi i medicinali necessari, a causa delle difficoltà di approvvigionamento. Questa quota si è però ridotta rispetto all'anno precedente. Per circa l'8% delle persone che hanno avuto bisogno di medicinali, la loro mancata reperibilità ha compromesso il trattamento (→Figura 30).

**Focus sulla promozione della salute:** il numero di persone che chiede più misure è passato dal 34 al 44% rispetto al 2021 (→Figura 31). Una maggiore attenzione alla promozione della salute e alla prevenzione è considerata necessaria se si vuole migliorare la salute della popolazione nel lungo periodo. La



popolazione individua come chiaramente prioritari, gli ambiti del lavoro, dell'informazione e della promozione di comportamenti sani (→Figura 34). Nel complesso, le persone intervistate dimostrano di preferire gli interventi «soft» e gli incentivi ai divieti e agli obblighi (→Figura 35).

**Misure per ridurre la spesa sanitaria:** la riduzione della spesa sanitaria rimane una questione fondamentale. Quasi tutti concordano sulla necessità di ulteriori misure di prevenzione. Il consenso su questo aspetto è il più ampio ed è espresso dal 93% della popolazione. Anche la regolamentazione delle professioni mediche che causano costi inspiegabilmente elevati è avallata con un ampio consenso (90%). Una maggioranza risicata rifiuta tuttavia l'idea che lo Stato dovrebbe farsi carico di una quota maggiore dei costi. I risultati rispecchiano nel complesso la preferenza della popolazione svizzera per gli approcci preventivi e normativi alla riduzione dei costi, mentre le misure restrittive godono di una minore popolarità (→Figura 36).

**Premi modulati sul comportamento:** mentre prima non c'era una maggioranza favorevole all'idea di ridurre i premi per chi si tiene in forma e segue una dieta sana, per la prima volta dalla pandemia del 2020 c'è di nuovo una chiara maggioranza (54%) che si esprime a favore (→Figura 37).

#### Digitalizzazione della sanità

**Autorizzazione all'uso dei dati e fiducia:** il 57% delle persone intervistate è disposta a fornire i propri dati sanitari a un organo indipendente, mentre il 36% è contrario (→Figura 40). La disponibilità a diffondere i propri dati dipende da aspetti cruciali come il controllo sui dati, le finalità perseguite e la trasparenza sul loro utilizzo (→Figura 42).

**Opportunità e rischi della digitalizzazione:** il 73% pensa che la principale opportunità della digitalizzazione consiste nel miglioramento dei contatti e della comunicazione tra personale medico e pazienti (→Figura 43). L'uso improprio dei dati sanitari da parte di terzi è invece la maggiore preoccupazione delle persone intervistate (→Figura 44).

# Come sta la Svizzera?

La salute fisica e mentale della popolazione svizzera si era deteriorata durante e dopo la pandemia, ma nel 2024 si osservano i primi segnali di un miglioramento. Solo poche persone intervistate si definiscono malate o con malesseri. È cresciuto il numero delle svizzere e degli svizzeri che si sente bene a livello psichico. Il trend rimane contraddistinto da alti e bassi e non può essere definito positivo in assoluto: mai nelle edizioni precedenti erano state così poche le persone intervistate ad affermare di sentirsi molto sane e mai così forte era risultata la pressione ad apparire sempre sani e produttivi.

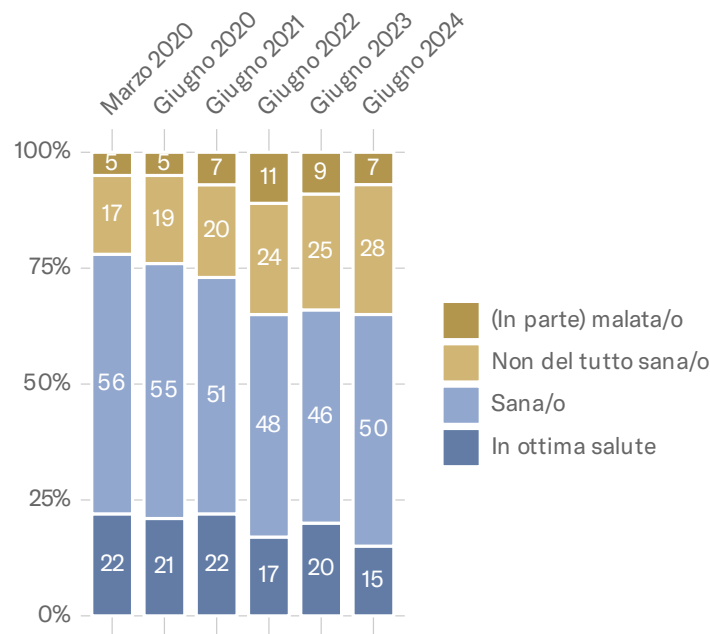
## 2.1 SALUTE - COSÌ COSÌ

Durante la pandemia di coronavirus, lo stato di salute percepito dalla popolazione svizzera era peggiorato significativamente. Da allora, è migliorato solo in taluni ambiti (Figura 1). C'è stata invece un'inversione di tendenza tra le persone che si considerano malate o parzialmente malate. Queste persone rappresentavano il 5% nel 2020 e l'11% nel 2022. Ora sono di nuovo scese al 7%. Si tratta del primo miglioramento evidente dalla fine della pandemia. Oggi ci sono meno svizzere e svizzeri malati rispetto a due anni fa. Esiste tuttavia un senso di malessere diffuso: il 35% delle persone intervistate non si sente perfettamente in buona

salute (o si sente malato). Questa percentuale è rimasta pressoché invariata dal 2022. Soltanto il 15% della popolazione ritiene di godere di ottima salute. Si tratta del valore più basso dall'inizio degli studi nel 2020. Queste cifre ci dicono che in Svizzera si è ridotto il numero di persone che si sentono malate, ma anche quello di chi si sente in perfetta salute. In breve, lo stato di salute della popolazione svizzera è alquanto vario.

### Il proprio stato di salute nel tempo (fig. 1)

«Come valuta il suo stato di salute generale?»

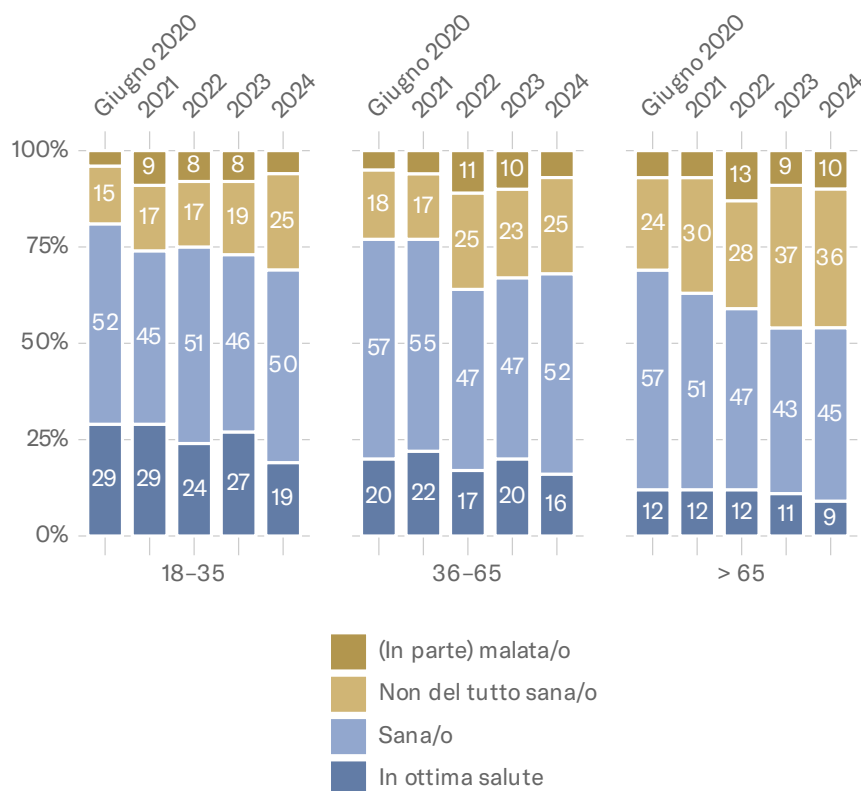


Per la prima volta dalla fine della pandemia si nota un miglioramento: è diminuita la percentuale di persone (parzialmente) malate.

Come mostra il grafico 2, esiste una relazione tra lo stato di salute e l'età delle persone intervistate. Gli intervistati più giovani si considerano perlopiù in migliore salute rispetto alle persone più anziane. Eppure, proprio tra i giovani adulti è calata maggiormente la percentuale di chi si considera molto sano. Nel 2020, il 29% dei giovani tra i 18 e i 35 anni si definiva ancora in questo modo, mentre nel 2024 si sente così solo il 19%. Parallelamente è aumentata la percentuale di chi non si sente perfettamente in buona salute o si considera malato. In questa categoria rientra il 31% dei giovani adulti intervistati, un numero quasi pari a quello registrato fra le persone nella fascia da 36 a 65 anni.

### Il proprio stato di salute in base all'età (fig. 2)

«Come valuta il suo stato di salute generale?»



Con la pandemia è peggiorato soprattutto lo stato di salute delle persone di più di 65 anni. La situazione si è acuita ulteriormente nel 2023 e da allora non ci sono stati segni di miglioramento. Rispetto al 2020, si rileva uno sviluppo preoccupante: allora si considerava (molto) sano il 69% delle persone in età avanzata,

mentre oggi appena il 54%.

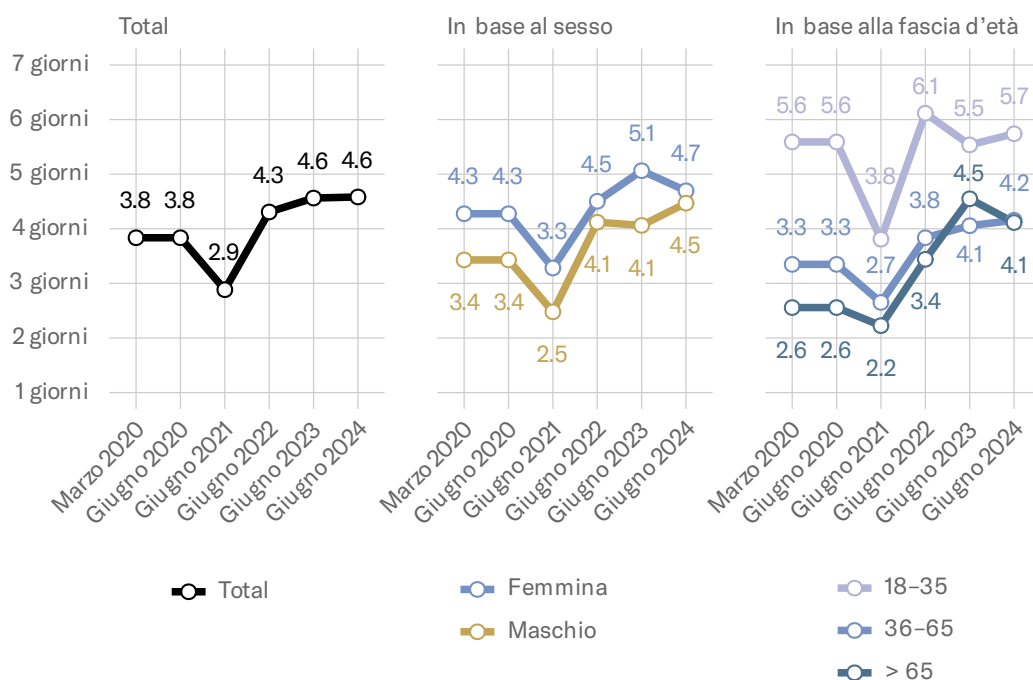
## Soltanto il 15 per cento della popolazione ritiene di godere di ottima salute, il valore più basso dall'inizio degli studi.

I giorni di malattia che le persone intervistate sono riuscite a ricordare si sono stabilizzati su un valore alto (Figura 3). Se erano in media 3,8 giorni all'anno prima e all'inizio della pandemia, adesso si attestano sui 4,6 giorni. Colpisce in particolare il dato più elevato relativo ai giovani adulti nella fascia da 18 a 35 anni, che indicano una media di 5,7 giorni di malattia all'anno. In questa fascia d'età il valore è ritornato ai livelli pre-pandemia.

Tra gli over 65, la morbilità è invece in netto aumento: se prima della pandemia ricordavano in media solo 2,6 giorni di malattia all'anno, adesso si è giunti a 4,1 giorni. Una crescita si osserva anche nella fascia da 36 a 65 anni, in cui i giorni di malattia sono aumentati di un giorno rispetto al periodo pre-pandemia. Nel complesso, i giorni di malattia di cui ci si ricorda non sono diminuiti. Il virus è diventato endemico e ha contribuito all'aumento di quasi il 20% dei giorni medi di malattia. Nel calcolo dei giorni di malattia non rientrano soltanto i giorni di assenza dal lavoro, bensì tutti i giorni in cui le persone intervistate ricordano di essere state malate.

### Frequenza delle malattie, in base al sesso e all'età (fig. 3)

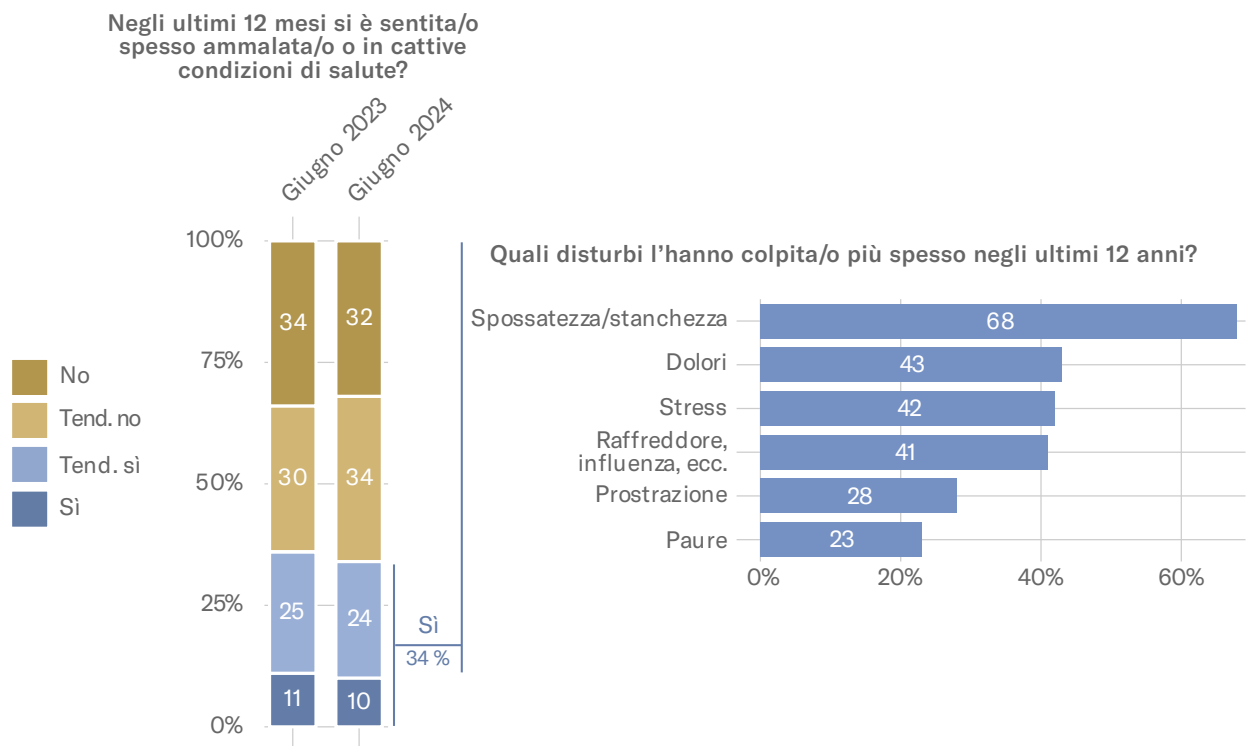
«Se pensa agli ultimi 12 mesi: quanti giorni è stata/o malata/o?»



In sintonia con lo stato di salute ancora precario della popolazione svizzera, oltre un terzo delle persone intervistate ha dichiarato di essersi sentito spesso malato o con una salute cagionevole nell'ultimo anno, confermando in sostanza il valore dell'anno precedente (Figura 4). È inoltre impressionante l'elevata percentuale di persone che soffre di esaurimento e stanchezza (68%). Tra le persone con la salute più fragile, il 43% afferma di soffrire di dolori, mentre il 42% menziona lo stress come causa principale del proprio malessere. Altri disturbi frequenti sono i raffreddori periodici o l'influenza, che colpiscono il 41% di chi si ammala, nonché uno stato di depressione (28%) e di ansia (23%).

### Tipo di malessere (fig. 4)

«Negli ultimi 12 mesi si è sentita/o spesso ammalata/o o in cattive condizioni di salute?»; se la risposta è «Sì» o «Piuttosto sì»: «Quali disturbi l'hanno colpita più spesso negli ultimi 12 mesi?»



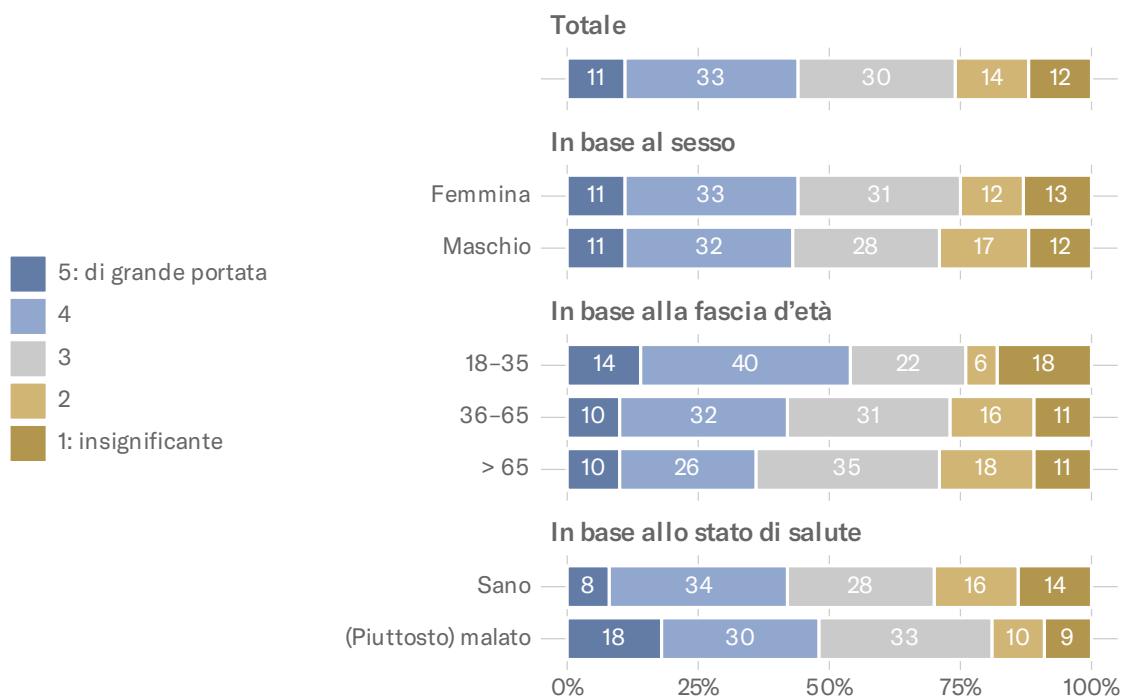
I dati dimostrano che molte persone non si sentono del tutto sane per cause che non sono riconducibili esclusivamente alla maggiore diffusione delle malattie infettive. L'esaurimento sembra essere piuttosto la caratteristica che accomuna le persone con disturbi.

Un potenziale problema di salute collegato al cambiamento climatico riguarda il maggiore numero di giornate calde, che mettono a dura prova l'apparato circolatorio e l'organismo. È di particolare interesse capire se e in quale misura l'aumento dei giorni di canicola è percepito come un rischio e quanto ne risentono le persone intervistate. Molte di loro (44%) vedono l'aumento di questi giorni come un pericolo, mentre secondo il 26% si tratta di un fenomeno poco significativo (Figura 5). Si osserva in particolare che la fascia d'età più giovane dai 18 ai 35 anni considera in media la canicola più pericolosa; ciò sembra indicare una maggiore sensibilità verso il cambiamento climatico in questa generazione. È interessante che due terzi delle persone di oltre 65 anni,

in teoria più vulnerabili agli effetti del calore sulla salute, sembrano non preoccuparsi eccessivamente dell'aumento dei giorni caratterizzati da temperature molto alte. A quanto pare, in questo gruppo non è ancora molto diffusa la consapevolezza dei rischi che il calore pone alla salute.

#### Aumento dei giorni di canicola (fig. 5)

«Per la società, quale pensa sia la portata dei seguenti rischi per la salute?»; «Aumento delle giornate di canicola»



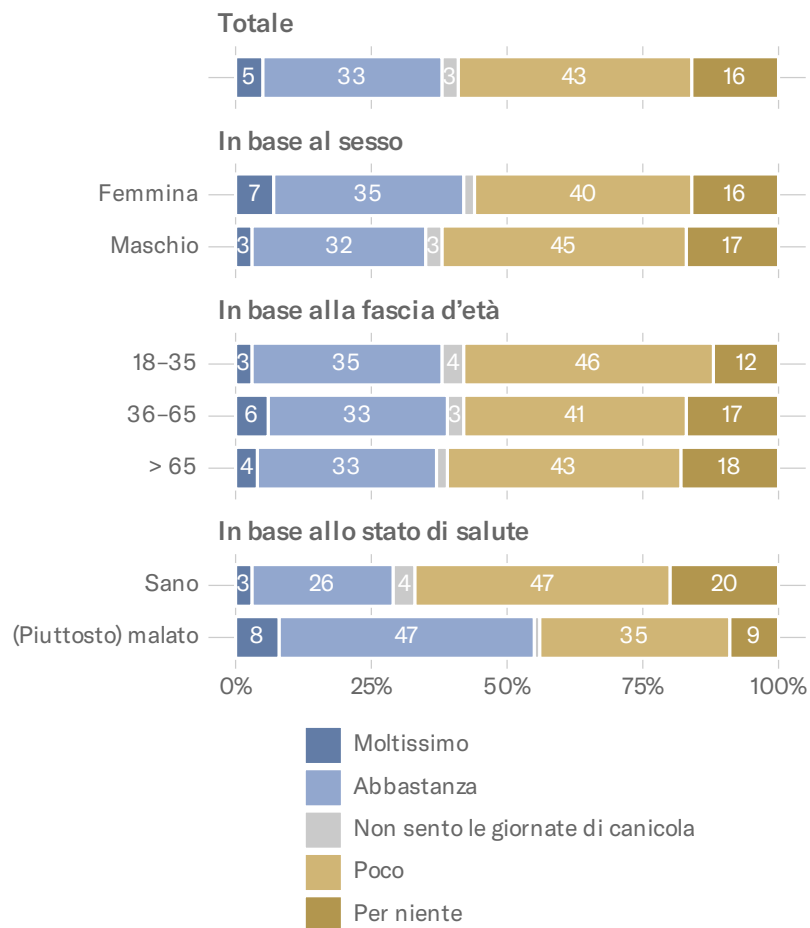
Il 38% delle persone intervistate risente del calore crescente. Contrariamente a quanto ci si potrebbe aspettare, le persone più anziane non sembrano essere più colpite da questo aumento dei giorni di canicola rispetto ai più giovani (Figura 6). Una maggiore vulnerabilità allo stress da calore si osserva soprattutto nelle persone con problemi di salute pregressi.



# Le persone più anziane non risentono dell'aumento dei giorni tropicali più dei giovani.

## Esposizione ai giorni di canicola (fig. 6)

«Quanto le pesa l'aumento dei giorni di canicola?»

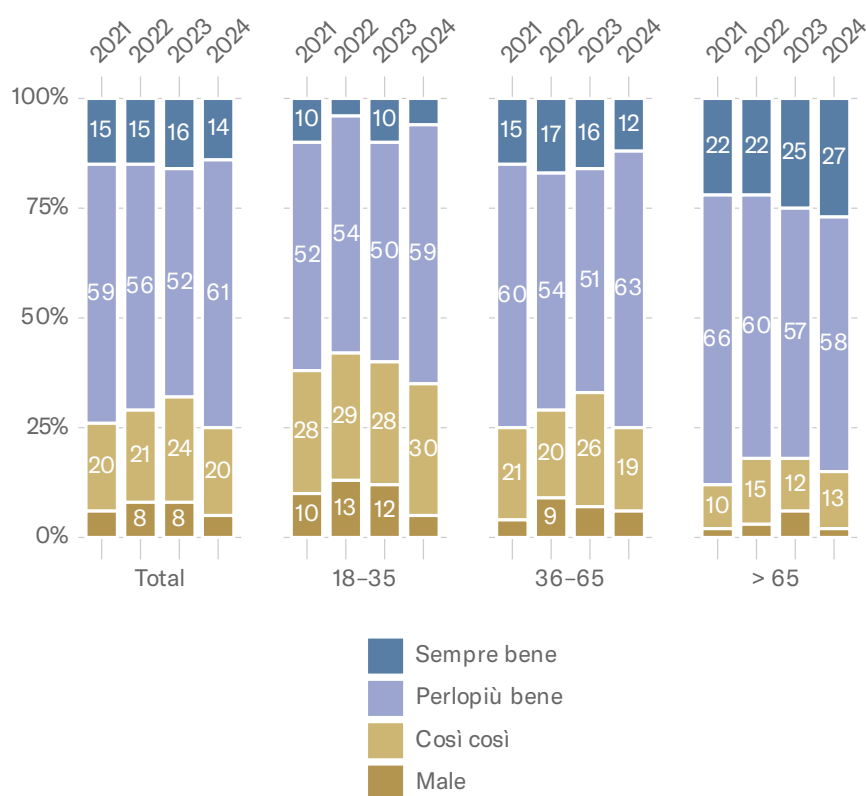


## 2.2 MIGLIORAMENTO DELLO STATO MENTALE

I risultati relativi allo stato psico-emotivo della popolazione svizzera puntano nella direzione di una svolta positiva, almeno per il momento (Figura 7). La percentuale di persone che si sentono prevalentemente bene era diminuita in maniera progressiva tra il 2021 e il 2023. Adesso si osserva tuttavia una netta ripresa: il 14% delle persone intervistate nel 2024 ha affermato di sentirsi bene sempre e il 61% di sentirsi prevalentemente bene. Il totale delle persone che godono di uno stato di benessere mentale è passato dal 68 al 75% nell'arco di un anno. Allo stesso tempo è diminuito il numero di chi si sente meno bene e che rappresenta il 25%, all'incirca come nel 2021.

### Benessere personale, in base all'anno e all'età (fig. 7)

«Come si sente emotivamente risp. psicologicamente?»



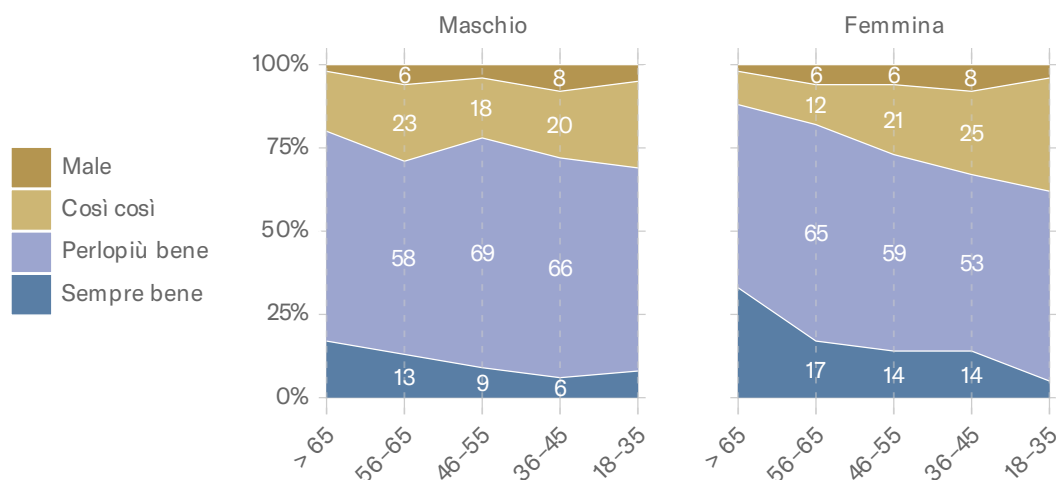
# Tre quarti delle persone intervistate dichiara di sentirsi bene – un aumento significativo.

Un cambiamento positivo si osserva in tutte le fasce d'età. Il trend è positivo soprattutto tra i giovani adulti, che negli ultimi tempi erano stati oggetto di particolare attenzione. Nel 2022 il 42% di loro si trovava in uno stato mentale peggiore o più variabile. Questo stato riguarda ora solo il 34% delle persone appartenenti a questo gruppo, con un'incidenza ancora superiore alle altre fasce d'età ma indicativa forse del superamento della fase peggiore della tanto discussa «crisi psicologica» nei giovani adulti. Il benessere psichico è aumentato anche nella fascia tra i 36 e i 65 anni, in cui le persone che si sentono bene mentalmente sono passate dai due terzi al 75% circa nell'arco di un anno. Gli over 65 continuano a dimostrarsi i più stabili quanto a benessere mentale: l'85% di loro ritiene di godere nel complesso di una buona condizione psichica.

Per quanto la salute mentale della popolazione svizzera nel suo complesso e anche nella fascia d'età compresa tra i 18 e i 35 anni sia migliorata rispetto agli anni precedenti, continua a destare preoccupazione la condizione delle giovani donne. Il 38% delle donne sotto i 36 anni dichiara di avere una salute mentale mediocre o cattiva, contro il 31% dei loro coetanei maschi (Figura 8). Il benessere emotivo migliora con l'avanzare dell'età e raggiunge il culmine dopo i 65 anni: l'88% delle donne più mature si sente bene sempre o la maggior parte del tempo. A titolo di confronto, si sente allo stesso modo solo l'80% degli uomini di questa fascia d'età.

**Benessere personale in base all'età e al sesso (fig. 8)**

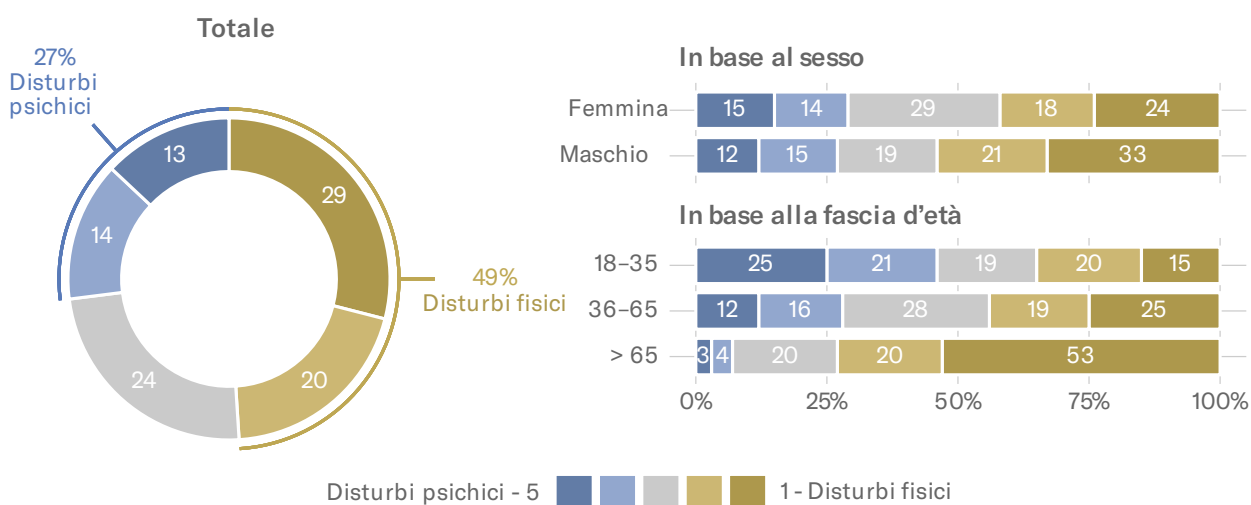
«Come si sente emotivamente risp. psicologicamente?»



Le interazioni reciproche tra salute fisica e mentale sono complesse. Tuttavia quando si domanda se sono i disturbi fisici o quelli mentali a pensare di più, la risposta è chiara: circa la metà delle persone intervistate ritiene che la propria vita quotidiana risenta principalmente dei disturbi fisici, mentre il 27% percepisce i disturbi psicologici come più opprimenti. (Figura 9).

**Tipo di disturbo nel quotidiano (fig. 9)**

«Nel quotidiano si sente piuttosto oppressa/o da disturbi fisici o psichici?»



Per gli altri, i due tipi di disturbi incidono in egual misura. An-

che se in primo piano vengono posti in genere i disturbi fisici, è rimarchevole che la metà della popolazione soffra per i problemi psicologici almeno quanto per quelli fisici.

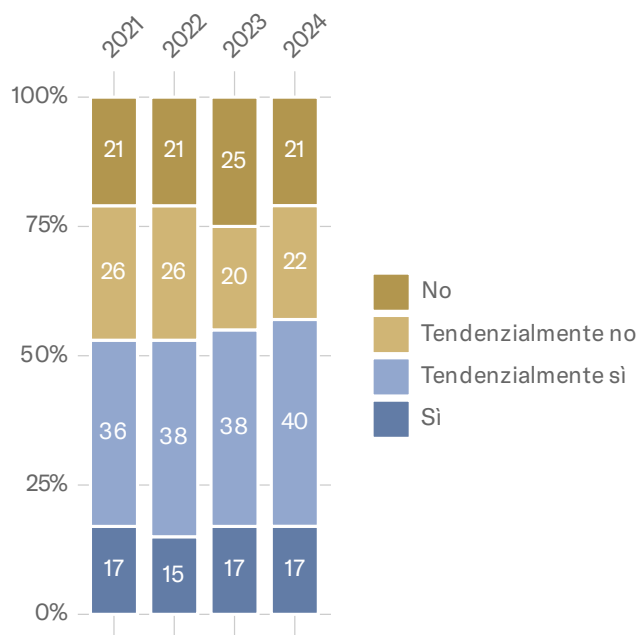
L'importanza relativa attribuita a questi due aspetti varia a seconda del sesso: il 54% degli uomini afferma di risentire maggiormente dei disturbi fisici, contro il 42% delle donne. Le differenze in base all'età sono ancora più marcate: quasi tre quarti degli over 65 si sentono più oppressi dai disturbi fisici che da quelli mentali, mentre lo stesso vale solo per un terzo circa dei giovani tra i 18 e i 35 anni. In generale, le limitazioni fisiche aumentano con l'età. Non sorprende quindi che aumenti il loro influsso sulla percezione soggettiva dello stato di salute. Forse questo spiega anche perché il disagio psichico sia percepito come meno importante in età avanzata. Chi non è sano nel corpo, in genere è anche più esposto a uno stato di malessere psichico. Tuttavia, la sofferenza fisica viene spesso percepita come più grave.

### 2.3 STRESS PRESTAZIONALE

Nel complesso, rispetto all'anno scorso è comunque cresciuta la porzione di persone intervistate che si sente meglio mentalmente. Cresce tuttavia il numero delle persone che dichiarano di percepire la pressione esterna a essere sempre sani ed efficienti. Questa pressione percepita è aumentata costantemente dal 2022. Nel 2021 e 2022, il 53% delle persone intervistate affermava di sentirsi sottoposta a una pressione di questo tipo. Nel 2024 la percentuale è pari al 57% (Figura 10). Questo e altri sviluppi analoghi che saranno illustrati nei paragrafi successivi possono essere sintomatici di un aumento delle richieste poste da una società competitiva oppure di una maggiore suscettibilità verso questo tipo di pressioni. Oppure può trattarsi di una combinazione di entrambi gli aspetti.

## Pressione a essere sani ed efficienti nel tempo (fig. 10)

«Si sente sotto pressione per essere sempre in buona salute ed efficiente?»

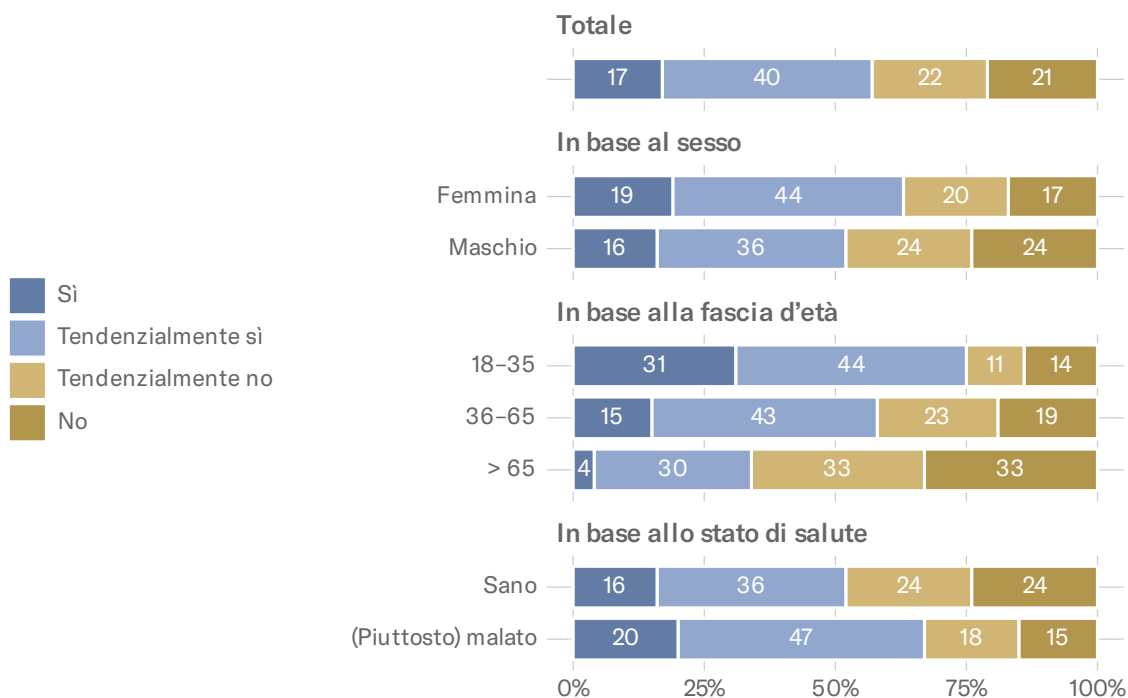


Per quanto riguarda la percezione di essere spinti ad apparire sempre sani ed efficienti si notano differenze significative in base al sesso e all'età. Ne risentono infatti di più le donne (63%) che gli uomini (52%). La pressione percepita è particolarmente forte nella fascia d'età dai 18 ai 35 anni: in questo gruppo il 75% dichiara di sentirsi obbligato a dimostrarsi sempre sano ed efficiente. Nella fascia dei 65 anni e oltre, che non partecipa più alla vita lavorativa, questa sensazione è meno diffusa. Nondimeno circa un terzo delle persone in età avanzata sente comunque la pressione a essere sana ed efficiente. Curiosamente sono proprio le persone affette da problemi di salute, più che le persone in buona salute, a percepirla maggiormente. Ciò denota una scarsa sensibilizzazione della società.

# Aumenta ulteriormente la pressione a dimostrarsi sempre sani e produttivi.

## Pressione a essere sani ed efficienti (fig. 11)

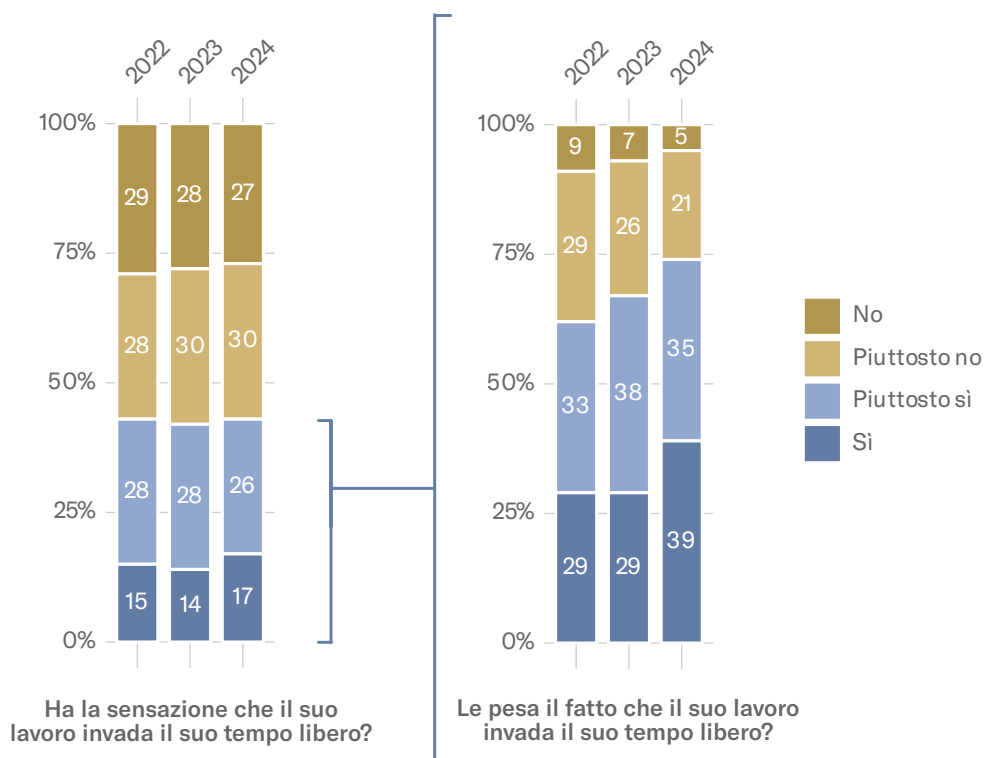
«Si sente sotto pressione per essere sempre in buona salute ed efficiente?»



Relativamente stabile, al 43%, è la quota di lavoratrici e lavoratori che lamenta l'interferenza del lavoro nel tempo libero. Si osserva che questa invasione di campo pesa ora a sempre più persone. La percentuale di chi lo considera un fattore di stress è aumentata dal 62 al 74% negli ultimi due anni. La difficoltà a tenere lavoro e tempo libero separati si trasforma per sempre più persone in uno stress mentale. Questo sviluppo andrebbe analizzato con più attenzione poiché potrebbe avere ripercussioni sulla capacità lavorativa.

## Work-life balance nel tempo (fig. 12)

«Ha la sensazione che il suo lavoro invada il suo tempo libero?»; «Le pesa il fatto che il suo lavoro invada il suo tempo libero?»

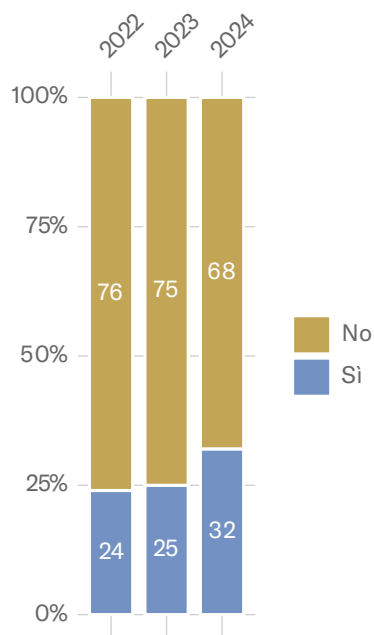


L'aumento dello stress mentale percepito a causa del lavoro è riscontrabile anche nel grafico 13. Attualmente il 32% delle persone intervistate afferma di essersi assentato dal lavoro a causa di problemi psicologici, con un aumento significativo rispetto al 24% di due anni fa. Questo incremento importante e rapido non solo indica una crescente consapevolezza dei problemi di salute mentale tra la popolazione, ma anche un possibile aumento del disagio mentale sul posto di lavoro.



### Assenze legate alla salute mentale nel tempo (fig. 13)

«Le è capitato di rimanere assente dal lavoro o dalla formazione perché non stava bene psicologicamente?»



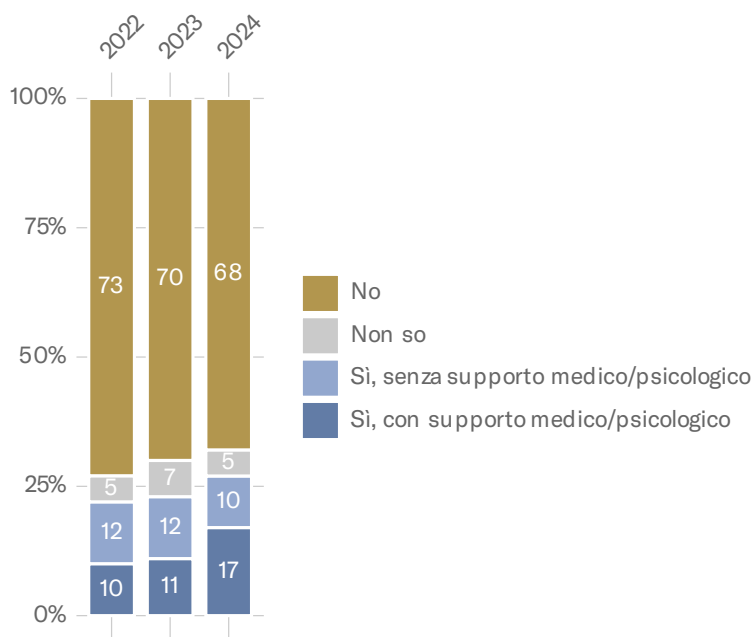
## Sono aumentate le persone che hanno sofferto di burnout almeno una volta.

Di pari passo sono aumentate anche le persone che hanno sofferto di burnout almeno una volta. Il 17% afferma di avere già avuto un episodio di burnout per cui è stata richiesta un'assistenza medico-psicologica. Un altro 10% ha avuto un burnout ma non ha cercato o ricevuto alcuna assistenza.<sup>1</sup> Appena poco più di due terzi degli intervistati (68%) afferma con certezza di non avere mai sperimentato il burnout. Nel 2022 costituivano ancora il 73%.

<sup>1</sup>Nel 2024 sono state lievemente modificate le categorie di risposta: da diagnosticato/non diagnosticato a con/senza assistenza medico-psicologica.

**Esperienza di un burnout nel tempo (fig. 14)**

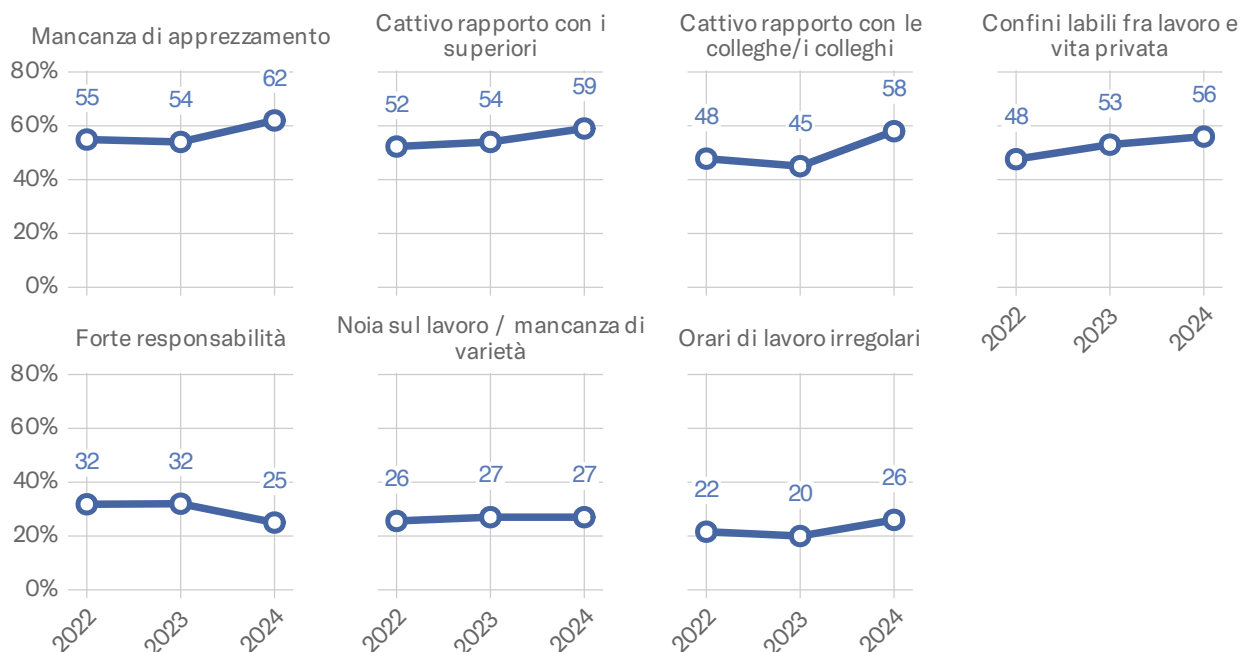
«Ha mai avuto un burnout (cioè uno stato prolungato di esaurimento totale) o ne è colpito attualmente?»



Tra i fattori chiave di rischio di burnout sono stati menzionati in particolare le tensioni nei rapporti interpersonali, come la mancanza di apprezzamento e i conflitti con i superiori o i colleghi, nonché i confini sempre più labili tra vita professionale e privata. Questi risultati dimostrano che le sfide sul posto di lavoro vanno ben oltre lo stress fisico e hanno conseguenze anche sulla salute mentale dei lavoratori.

## Fattori di rischio per il burnout nel tempo (fig. 15)

«Quali sono a suo parere le condizioni di lavoro che potrebbero più facilmente portare a un burnout nel suo caso?»



La crescente ansia prestazionale, l'aumento delle tensioni sul posto di lavoro e i confini sempre più labili tra lavoro e tempo libero hanno avuto negli ultimi anni l'effetto di aumentare sensibilmente lo stress mentale sul lavoro. Allo stesso tempo, è cresciuta la percentuale di chi ha nascosto una malattia almeno una volta, per paura di non trovare comprensione sul lavoro. Questo aumento riguarda quasi esclusivamente il mondo del lavoro. Il 35% delle persone intervistate ha nascosto una malattia sul lavoro perché temeva di essere penalizzato.

## Occultamento per timore di mancanza di comprensione, nel tempo (fig. 16)

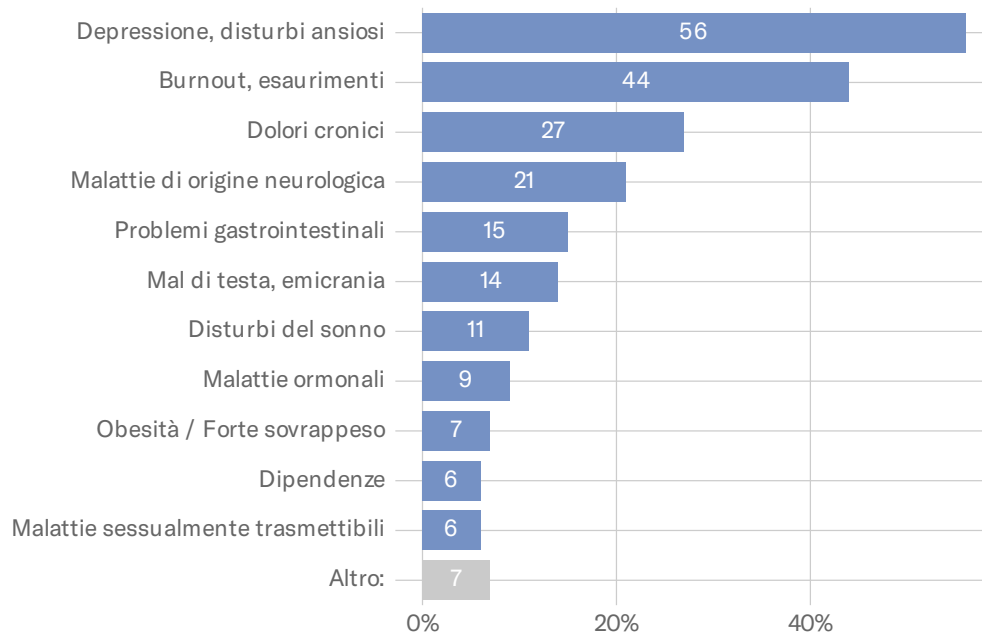
«Le è già capitato di non parlare di una malattia perché temeva di imbattersi in una mancanza di comprensione?»



Se una persona nasconde una malattia per timore di essere giudicata, significa in genere che la malattia è di natura mentale. La maggior parte delle volte si tratta di depressione e disturbi d'ansia (56%), seguiti da burnout ed esaurimento (44%). Per quanto concerne le malattie fisiche, il dolore cronico è il più citato con il 27%, seguito dalle malattie neurologiche (21%). In generale, si nota anche qui che vengono sottaciute le malattie che potrebbero trasmettere ai superiori l'impressione di una perdita di efficienza. Sentirsi obbligati a dimostrarsi efficienti e in salute può innescare una spirale negativa: quando il disagio mentale non viene affrontato apertamente, non è possibile adottare misure di sostegno tempestive per migliorare la situazione.

**Cosa avete tenuto nascosto (fig. 17)**

«Di quale/i malattia/e si è trattato?»



# Ricorso alle prestazioni mediche

La popolazione svizzera si sta dimostrando sempre più attenta alla prevenzione per la salute e lo dimostra la maggiore propensione ad avvalersi delle misure di prevenzione. Queste stanno diventando sempre più popolari, poiché si riconosce il loro valore per mantenere la salute nel tempo. Nonostante questa propensione alla prevenzione, molte persone pensano che si effettuino troppe visite mediche, sempre a causa «degli altri».

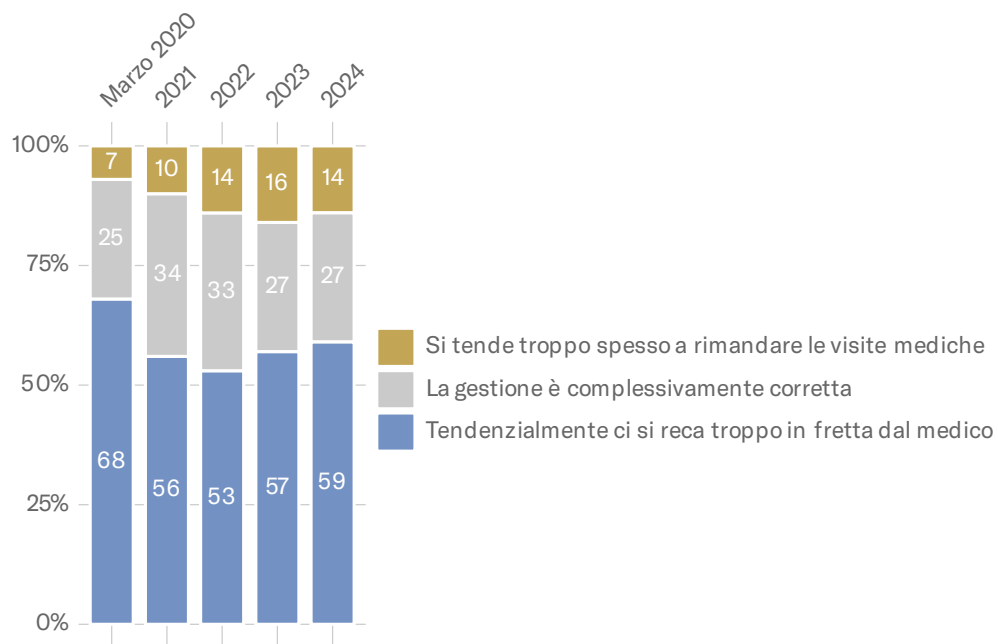
## 3.1 VISITE MEDICHE: A ESAGERARE SONO GLI ALTRI

Sono in molti a pensare che la popolazione svizzera si rivolge ai medici troppo spesso o troppo precipitosamente: questa opinione è condivisa dal 59% delle persone intervistate. All'opposto soltanto il 14% crede che le svizzere e gli svizzeri si rechino troppo poco dal medico. Questa visione critica e parziale non ha subito sostanziali variazioni da quando è cominciata la serie di studi. In realtà prima della pandemia era ancora più diffusa l'idea che le altre persone si rivolgono con troppa facilità al medico. Nel 2020 era di questa opinione ben il 68% delle persone intervistate. Du-

rante l'esperienza della pandemia questo atteggiamento critico si è stemperato temporaneamente e nel 2022 soltanto il 53% pensava ancora che molti corressero troppo rapidamente allo studio medico. L'attuale discussione sul forte aumento dei premi delle casse malati ha riportato di nuovo l'attenzione su chi si reca dal medico con troppa leggerezza e che è quindi considerato colpevole di fare «lievitare i costi». Come si vede nel grafico 18, questa opinione non è altrettanto ampiamente condivisa come lo era prima della pandemia. Adesso il 59% delle persone intervistate pensa che ci si rivolga troppo facilmente al medico, mentre prima era il 68%. È evidente che la pandemia ha cambiato qualcosa. Le persone sono più attente alle questioni relative alla salute. Nonostante gli elevati costi sanitari, le visite mediche sono giudicate in modo meno critico di quanto non accadesse prima della pandemia.

#### Atteggiamento verso le visite mediche (fig. 18)

«Come valuta in generale il comportamento della popolazione svizzera in relazione alle visite mediche?»



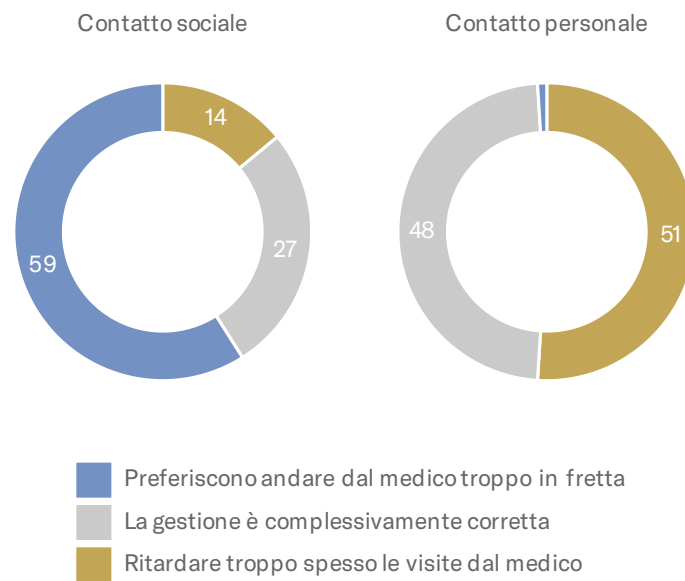
È risaputo che le persone tendono a sopravvalutare il proprio comportamento rispetto alla media. Nel caso delle visite mediche, il metro di misura applicato a sé non si discosta di poco da quello applicato agli altri, ma è proprio diametralmente opposto (Figura 19). Mentre, come menzionato sopra, il 59% delle perso-

ne intervistate pensa che le svizzere e gli svizzeri ricorrano troppo facilmente all'aiuto della medicina, soltanto l'1% ammette di fare lo stesso. Il 51% degli intervistati crede invece di tirare troppo per le lunghe prima di farsi visitare in uno studio medico. A quanto pare, a eccedere sono soltanto gli altri.

Dopotutto la metà delle persone intervistate pensa che gli altri siano troppo frettolosi nell'accedere alle cure mediche. La convinzione ampiamente diffusa che siano «gli altri» a fare un uso improprio dell'assistenza sanitaria interferisce con la capacità di sviluppare un'immagine realistica del proprio comportamento in questo ambito e quindi di modificarlo.

#### Atteggiamento verso le visite mediche, percezione propria e altrui (fig. 19)

«Come valuta in generale il comportamento della popolazione svizzera in relazione alle visite mediche?»; «Come valuta il suo comportamento personale in relazione alle visite mediche?»



All'incirca la metà delle persone intervistate afferma di avere la tendenza a posticipare le visite mediche necessarie. Ma quali sono i principali motivi di questo comportamento? Come mostra il grafico 20, si tende spesso a ignorare i sintomi. Il 38% delle persone intervistate afferma di rinviare talvolta la visita dal medico perché non prende sufficientemente sul serio i propri disturbi. All'incirca un terzo della popolazione adulta svizzera pospone le visite per motivi finanziari. Altri motivi sono un'avversio-

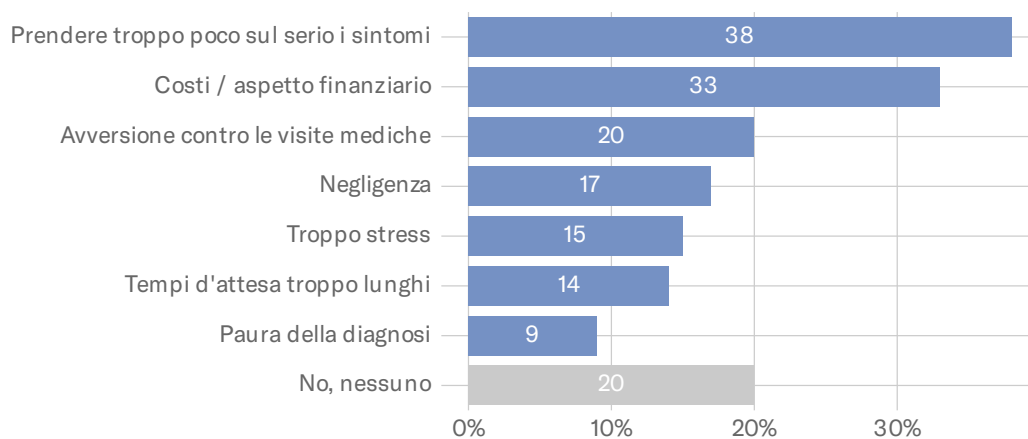


ne generale verso le visite mediche (20%) oppure la tendenza a trascurarsi (17%).

# Il 59 per cento pensa che le svizzere e gli svizzeri si precipitino troppo presto dal medico, ma solo l'uno per cento ammette di comportarsi così.

## Motivi per il rinvio (fig. 20)

«Ci sono motivi che potrebbero portarla a rinviare una visita medica?»

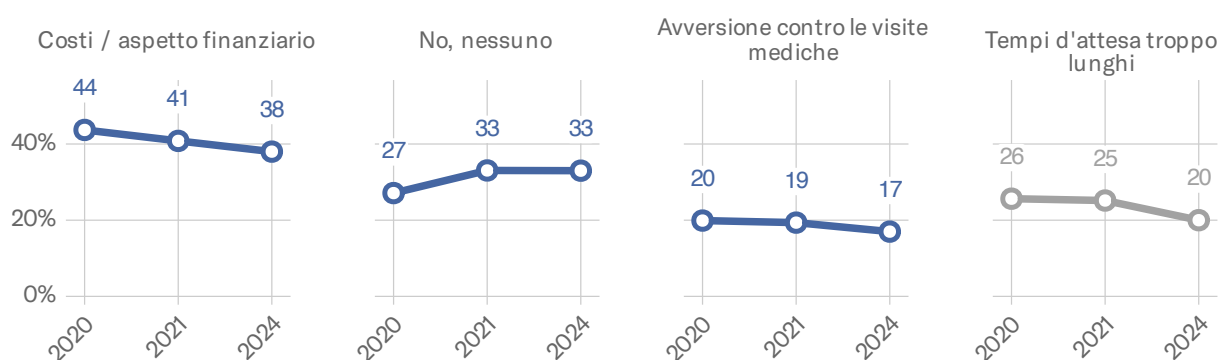


Rispetto al 2020, è aumentata la percentuale di persone che teme di dover rinviare una visita medica per motivi finanziari. Non si sono registrati incrementi dal 2021, nonostante l'aumento dei costi di sussistenza. È invece calato lievemente il numero di coloro che affermano di prendere troppo poco sul serio i sintomi, probabilmente perché la pandemia ha innalzato il livello di attenzione.

I risultati mostrano che, benché siano molti a pensare che la popolazione tenda a recarsi troppo spesso dal medico, la percezione di sé è piuttosto quella di avere la tendenza a rinviare troppo la richiesta di assistenza medica. Non sembra quindi imminente un cambiamento di atteggiamento da questo punto di vista. È più probabile che saranno i costi a influenzare sensibilmente questo comportamento.

### Motivi per il rinvio nel tempo (fig. 21)

«Ci sono motivi che potrebbero portarla a rinviare una visita medica?»



La discussione sui costi della sanità non riguarda solo la frequenza delle visite mediche, ma anche la consuetudine delle persone a recarsi direttamente al pronto soccorso invece che dal medico di famiglia (Figura 22). Sebbene la maggior parte delle persone intervistate neghi di agire in questo modo, il 21% ammette di recarsi al pronto soccorso anche per questioni non urgenti.

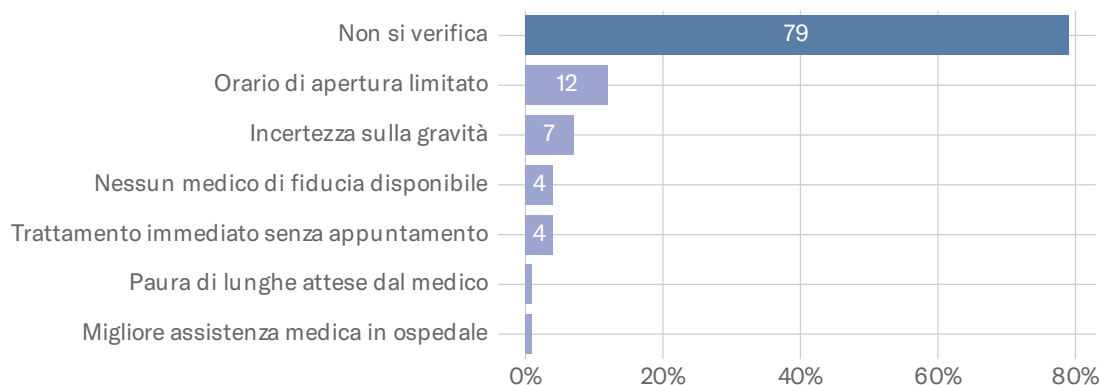
Il motivo più frequente per cui agiscono così è legato all'orario di apertura limitato degli studi medici (12%). Un altro 7% si reca al pronto soccorso perché non sa valutare la gravità del proprio problema di salute. Poche altre cause vengono addotte. Nello specifico, i lunghi tempi di attesa negli studi medici non sembrano essere un fattore determinante.

Questa tendenza a recarsi al pronto soccorso anche in casi non urgenti indica che le persone si aspettano di avere accesso alle cure 24 ore su 24. Questa prassi può causare tuttavia un inutile sovraccarico nel pronto soccorso e contribuisce ulteriormente

all'aumento della spesa sanitaria.

### Motivi per l'accesso al pronto soccorso (fig. 22)

«In casi non gravi, quali sono i motivi che potrebbero spingerla a recarsi direttamente al pronto soccorso invece di rivolgersi a uno studio medico o ad altri servizi medici?»



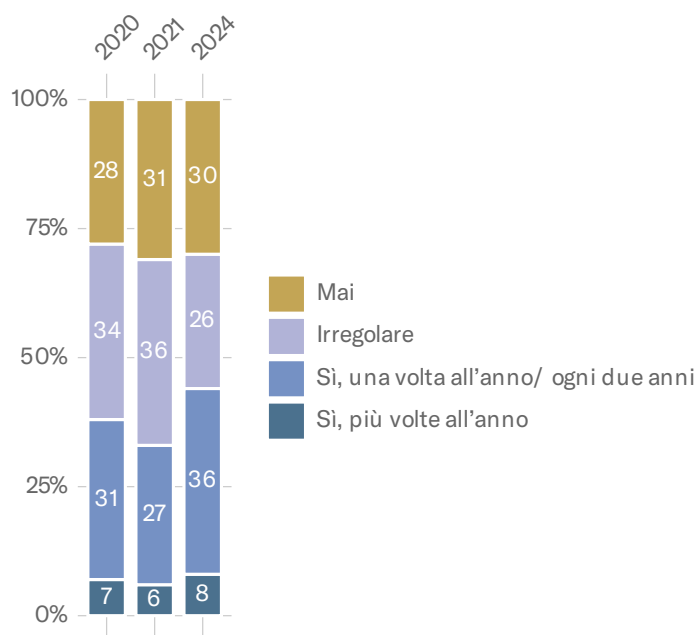
**Il 21 per cento delle persone intervistate si reca al pronto soccorso anche in casi non urgenti.**

## 3.2 PREVENZIONE E AUTO-OSSERVAZIONE

Se da una parte lo zelo eccessivo nelle visite mediche può appesantire il sistema sanitario, dall'altra parte i controlli preventivi possono contribuire nel lungo periodo a sgravarlo. Il 44% delle persone intervistate afferma di sottoporsi periodicamente a esami di prevenzione mentre il 30% non lo fa mai. Rispetto ai precedenti sondaggi del 2020 e 2021, si rileva un lieve aumento delle persone che effettuano regolarmente controlli preventivi.

### Controlli preventivi nel tempo (fig. 23)

«Lei si reca dal medico per controlli preventivi della salute? (in aggiunta al controllo ginecologico preventivo)»

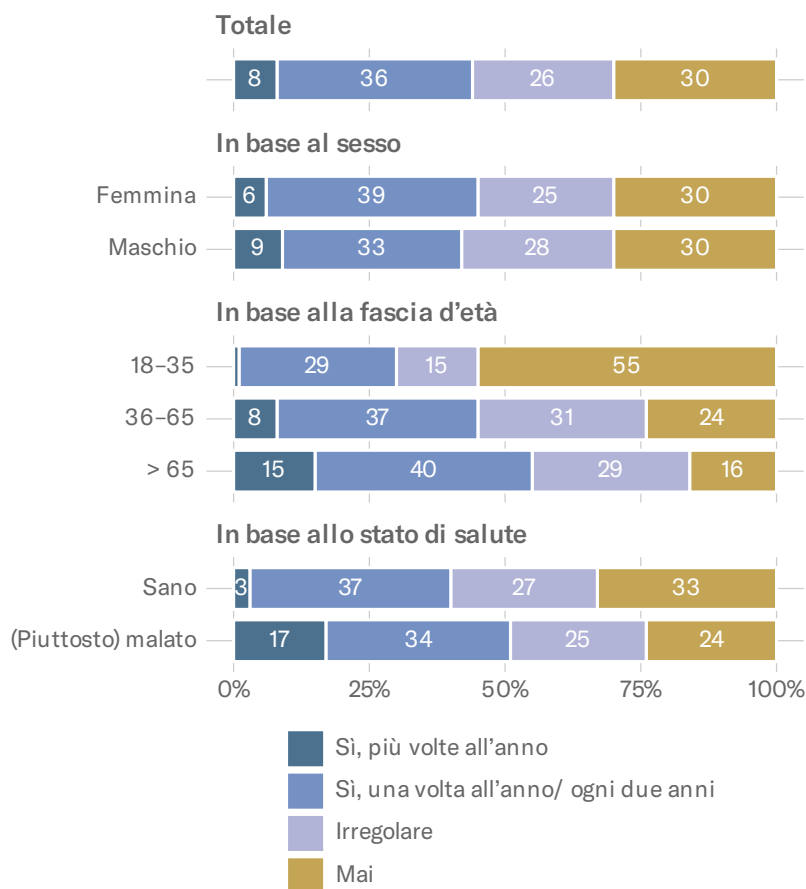


Non si registrano differenze in base al sesso. Come ci si poteva aspettare, la frequenza dei controlli preventivi è strettamente legata all'età. Spicca il dato relativo alle persone che non effettuano controlli preventivi regolari nella fascia d'età tra i 35 e i 65 anni e che sono oltre la metà. Anche tra chi ha più di 65 anni, soltanto il 55% effettua un check up preventivo almeno ad anni alterni.

**Il 44 per cento delle persone intervistate si sottopone a controlli preventivi periodici.**

### Controlli preventivi dal medico (fig. 24)

«Lei si reca dal medico per controlli preventivi della salute?»



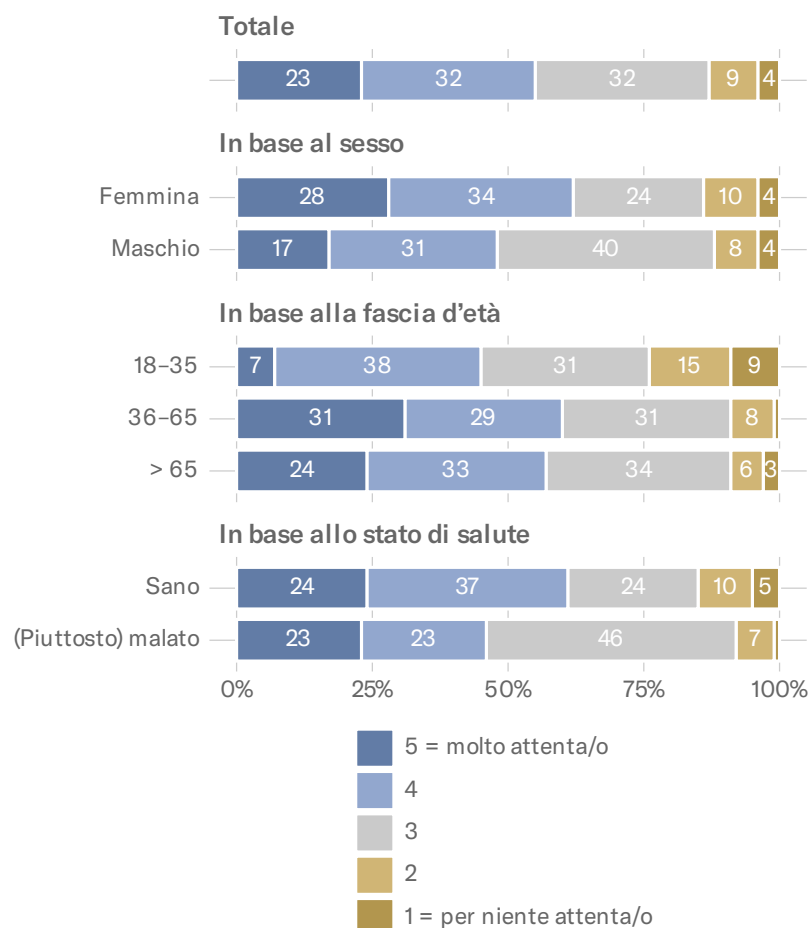
Il riconoscimento tempestivo di potenziali malattie dipende, oltre che dai controlli preventivi periodici, anche dell'auto-osservazione del proprio corpo. Il 55% delle persone intervistate afferma di essere attento al proprio corpo, ai cambiamenti fisici e ai sintomi di malattia. Il 13% invece non vi presta attenzione. Le donne (62%) sono nettamente più attente degli uomini (48%), a dimostrazione della loro maggiore sensibilità verso il proprio corpo e il proprio benessere.

È interessante notare che l'attenzione verso i sintomi e le alterazioni fisiche è maggiore nella fascia d'età intermedia. Le persone più giovani ascoltano meno i segnali del corpo, mentre le persone più anziane tendono forse a essere fataliste per quanto concerne la salute. Quindi le persone che si considerano tendenzialmente malate prestano meno attenzione ai sintomi fisici delle persone

che si sentono in salute. Anche in questo caso potrebbe entrare in gioco un certo fatalismo, come pure il fatto che è più piacevole ascoltare un corpo (ancora) sano che uno malato.

### Auto-osservazione fisica (fig. 25)

«Quanto è attenta/o al suo corpo, ai cambiamenti fisici e ai sintomi di malattie?»

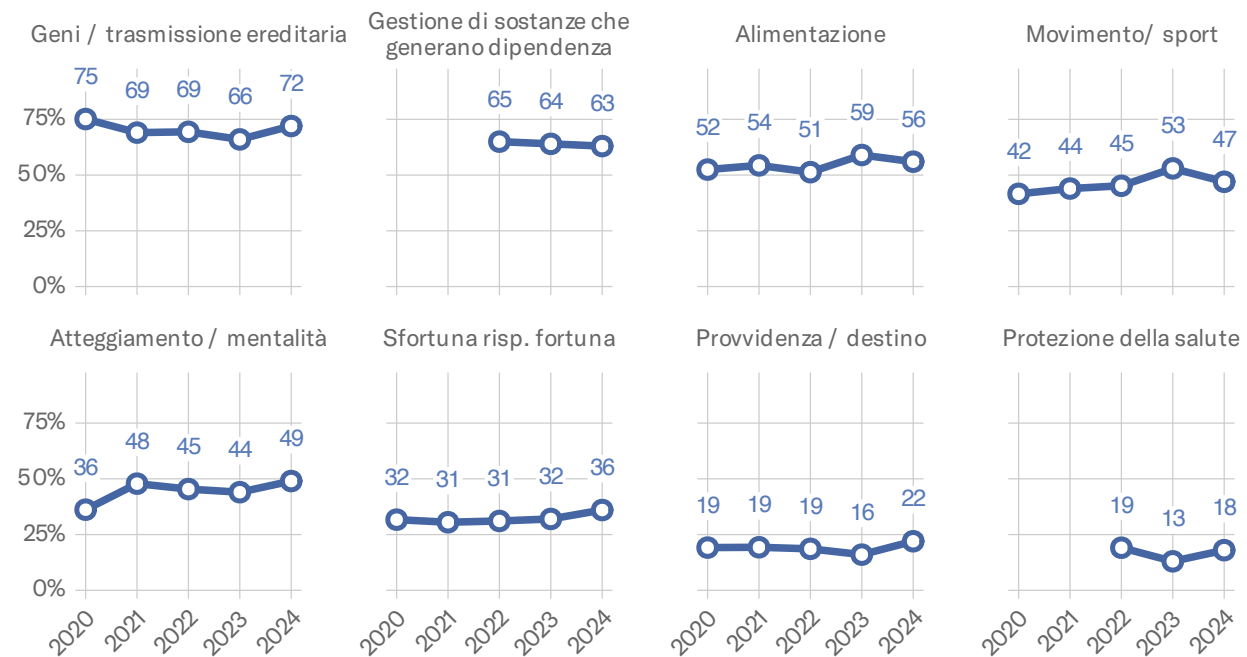


L'auto-osservazione del proprio corpo è strettamente legata al giudizio sui fattori che influenzano la salute, poiché il modo in cui le persone percepiscono e giudicano i cambiamenti fisici e i sintomi dipende spesso dalle loro convinzioni riguardo ai rischi per la salute e alle misure di prevenzione. Nel complesso, le persone intervistate mettono in prima posizione i fattori genetici. Per il 72%, i geni sono un fattore importante nello sviluppo o meno di una malattia grave. (Figura 26). L'importanza del comportamento è tuttavia citata con altrettanta frequenza. Su questo fronte, l'aspetto più importante è l'uso di sostanze che creano di-

pendenza, come tabacco e alcol, considerato determinante dal 63% delle persone intervistate. La dieta è considerata un fattore significativo dal 56%, seguita dall'esercizio fisico e dallo sport, considerati importanti dal 47% delle persone intervistate. È interessante notare che l'alimentazione è citata più spesso dell'esercizio fisico e dello sport, sebbene entrambi i fattori siano solitamente menzionati insieme nell'ambito della prevenzione per la salute. Come nel caso delle sostanze che creano dipendenza, l'alimentazione è esplicitamente associata a comportamenti dannosi, mentre il movimento fisico è in genere menzionato per il suo effetto positivo.

### Importanti fattori scatenanti delle malattie nel tempo (fig. 26)

«Quali sono, secondo lei, i fattori più importanti per l'eventualità che una persona si ammali gravemente?»

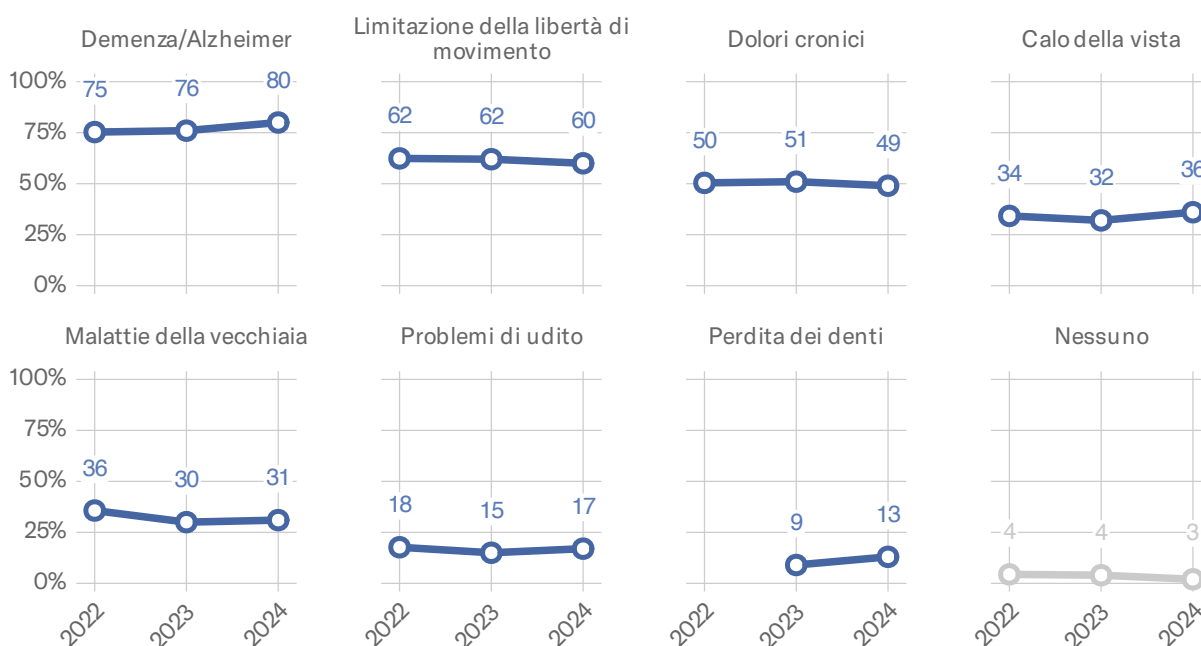


Sorprende la grande importanza attribuita al fattore dell'atteggiamento/della mentalità. È uno dei pochi fattori a cui tendenzialmente è stata ascritta un'importanza crescente dall'inizio degli studi nel 2020. Oggi il 49% delle persone intervistate attribuisce un'importanza particolare all'attitudine mentale nello sviluppo delle malattie. Ciò è in linea con la crescente sensibilità verso i fattori mentali della salute e la maggiore consapevolezza delle interazioni psicosomatiche.

In età avanzata sono indicate come patologie più invalidanti (Figura 27) la demenza e l'Alzheimer. Queste sono temute dall'80% delle persone, con una tendenza in crescita. Ha perso invece lievemente terreno la paura per le limitazioni motorie, che spaventano il 60% delle persone intervistate, seguite dal dolore cronico, che preoccupa il 49% del campione. Anche il deterioramento della vista e le malattie senili come il diabete o l'incontinenza sono motivo di preoccupazione rispettivamente per il 36% e il 31%. Meno presenti ma comunque rilevanti sono i problemi all'udito, che preoccupano il 17%, nonché la perdita dei denti, menzionata dal 13% delle persone intervistate. Soltanto il 2% dichiara di non nutrire timori particolari in relazione ai problemi di salute legati all'età.

#### Timore per i problemi di salute legati all'età (fig. 27)

«Quali danni alla salute che si presentano maggiormente in età avanzata teme in modo particolare?»





# Richieste e misure

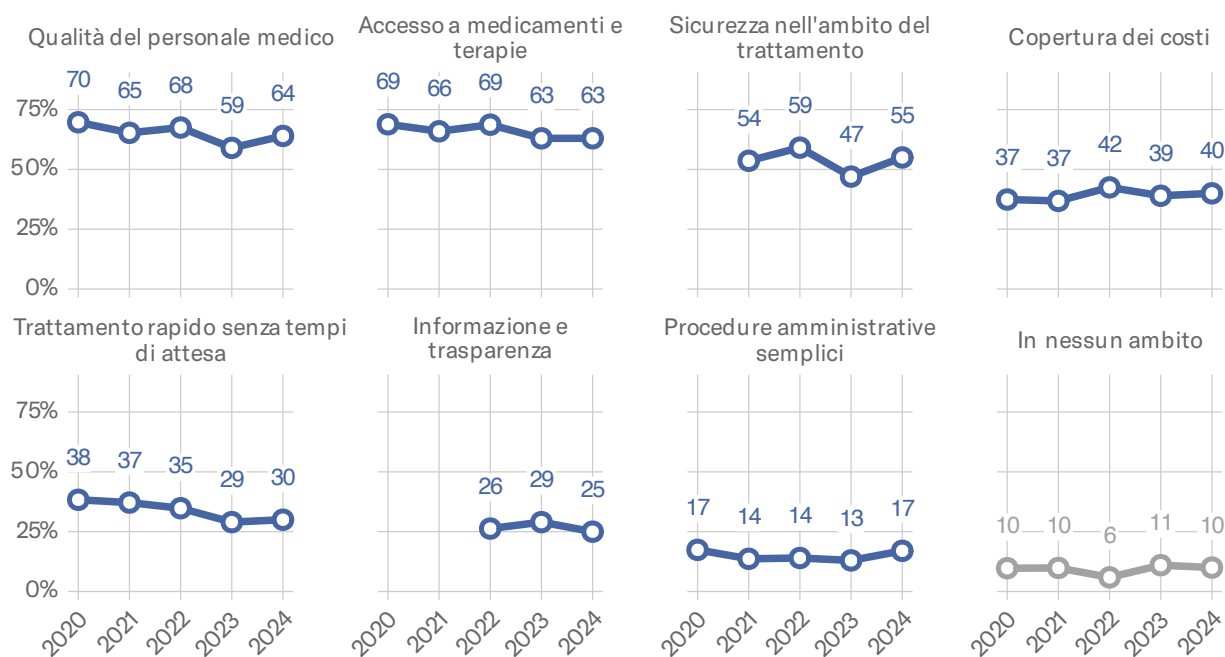
La popolazione svizzera ripone fiducia nel sistema sanitario, ma ha anche le idee chiare su come andrebbe ulteriormente sviluppato. Un ruolo importante deve essere svolto dalla promozione di uno stile di vita sano. Si richiedono più misure di promozione della salute, soprattutto sul posto di lavoro. Nel complesso, si privilegiano interventi non invasivi e gli incentivi piuttosto che i divieti rigorosi. Per ridurre i costi, le persone intervistate pensano che bisognerebbe puntare sugli approcci preventivi e normativi, mentre le misure restrittive incontrano poco consenso. Nella ricerca di soluzioni sostenibili, è importante per le persone intervistate che non vada persa la qualità elevata dei servizi.

## 4.1 FIDUCIA NEL SISTEMA SANITARIO

Nel complesso, la popolazione svizzera esprime un giudizio positivo sul sistema sanitario (Figura 28). Viene riposta molta fiducia nella competenza del personale medico, ma alcuni ambiti non sono esenti da critiche. Solo il 40% delle persone intervistate ha fiducia nella copertura totale dei costi in caso di malattia. È stata espressa poca fiducia anche nei tempi di attesa brevi (30%), nella trasparenza (25%) e nelle procedure amministrative (17%).

## Fiducia negli ambiti del sistema sanitario nel tempo (fig. 28)

«In quali ambiti, in caso di malattia, ha piena fiducia nel sistema sanitario svizzero?»

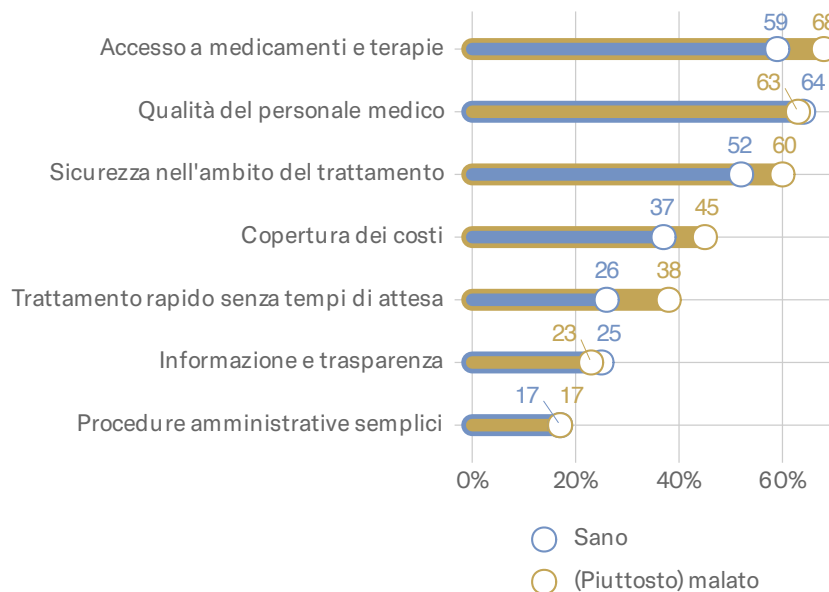


Nel corso del tempo, è calata soprattutto la fiducia nella rapidità dei trattamenti senza tempi di attesa: dal 38% nel 2020 al 30% nel 2024. Anche per l'accesso ai medicinali e alle terapie, come pure per la qualità del personale medico, si rileva un trend lievemente in discesa. Queste variazioni sono emblematiche delle sfide che il sistema sanitario deve affrontare, soprattutto in tempi di crisi globale e di crescenti ritardi nella catena di approvvigionamento.

Sono interessanti le differenze nel grado di fiducia tra le persone in buona salute e quelle (piuttosto) malate (Figura 29). Le persone con problemi di salute, che hanno quindi a che fare più spesso con il sistema sanitario, mostrano un livello di fiducia più elevato in diversi ambiti. Il 68% delle persone intervistate con salute più cagionevole ha fiducia di poter accedere a medicinali e terapie, contro il 59% di quelle in buona salute. Anche la certezza delle cure è maggiore nel gruppo delle persone (piuttosto) malate, con il 60% rispetto al 52% di quelle in buona salute. Chi ha contatti frequenti con il sistema sanitario sviluppa evidentemente una maggiore fiducia nella sua efficienza e qualità.

## Fiducia negli ambiti del sistema sanitario in base allo stato di salute (fig. 29)

«In quali ambiti, in caso di malattia, ha piena fiducia nel sistema sanitario svizzero?»



## Chi ha contatti frequenti con il sistema sanitario sviluppa una maggiore fiducia nella sua efficienza e qualità.

Sebbene una netta maggioranza delle persone intervistate confidi nel fatto che l'accesso a medicinali e terapie sia garantito, il grafico 30 mostra che il 30% delle persone intervistate non ha ottenuto i medicinali necessari negli ultimi 12 mesi a causa delle difficoltà di approvvigionamento. Un dato ancora più grave è che nell'8% di questi casi ciò ha compromesso il trattamento, poiché non erano disponibili alternative equivalenti.

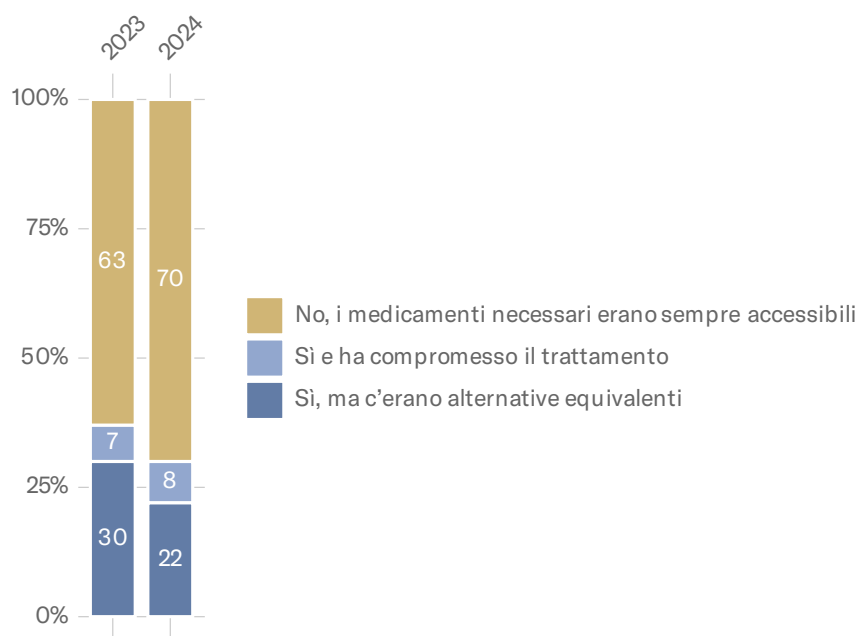
Da gennaio 2023, l'approvvigionamento economico del Paese ha classificato come problematica la situazione relativa all'approv-

vigionamento di farmaci essenziali<sup>2</sup>. Le cause principali sono la penuria di antibiotici a livello mondiale e le strozzature nella produzione. La lunga e ampia scia di contagi ha fatto crescere la domanda al punto che l'offerta non è più riuscita a coprire del tutto il fabbisogno.

Ma non mancano le buone notizie: adesso il 70% dei pazienti afferma di riuscire ad avere sempre accesso ai medicinali necessari e questo è un netto miglioramento rispetto al 63% del 2023. A quanto pare stanno dando i primi risultati i provvedimenti adottati, come la raccomandazione a favore della vendita sfusa dei medicinali e la creazione di un Centro di notifica per il rilevamento precoce dei problemi alle forniture. La situazione rimane comunque tesa. Servono ancora provvedimenti a medio e lungo termine che consentano di migliorare in maniera duratura l'approvvigionamento dei medicinali in Svizzera e di consolidare la forte fiducia che la popolazione ripone nel sistema sanitario.

#### Forniture di medicinali nel tempo (fig. 30)

«Negli ultimi 12 mesi non ha ricevuto un medicamento che le occorreva a causa di difficoltà nella fornitura?»; solo alle persone che ne hanno avuto bisogno



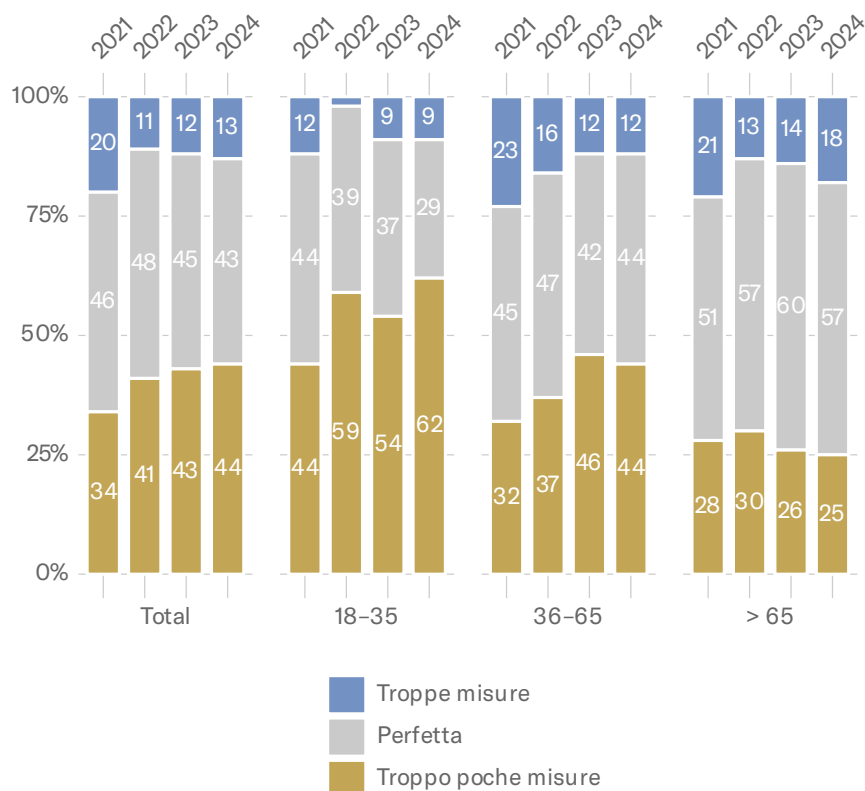
<sup>2</sup>Ufficio federale per l'approvvigionamento economico del Paese (UFAE), 07/2024

## 4.2 FOCUS SULLA PROMOZIONE DELLA SALUTE

Promuovere la salute significa adottare misure volte ad aumentare e rafforzare il potenziale di salute della popolazione. Solo il 13% delle svizzere e degli svizzeri pensa che in Svizzera si esageri con la promozione della salute (Figura 31).

### Promozione della salute in Svizzera, raffronto temporale (fig. 31)

«Come valuta la portata delle misure di promozione della salute in Svizzera?»



Il 43% è soddisfatto del livello attuale, mentre il 44% delle persone intervistate è dell'opinione che la Svizzera avrebbe bisogno di più provvedimenti volti a promuovere la salute. La percentuale di chi chiede più misure in tal senso è aumentata dal 34% del 2021 al 44% attuale. Si rileva in particolare la richiesta diffusa di più misure da parte dei più giovani (18-35 anni), che per il 62% considerano tali misure attualmente carenti. Ciò dimostra che la prevenzione e la promozione della salute sono particolarmente importanti per la popolazione giovane, che vuole così ridurre al

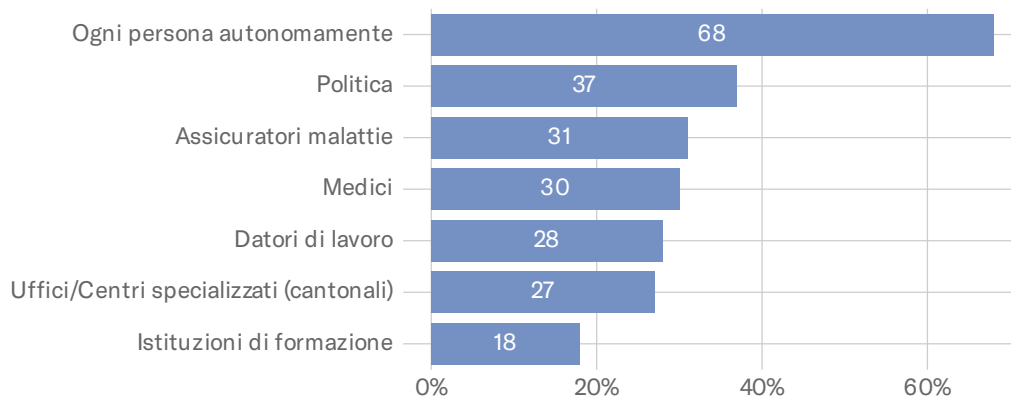
minimo i rischi per la salute a lungo termine. All'opposto, la maggioranza delle persone intervistate over 65 ritiene sufficienti le misure attuali.

## Il 44 per cento si dichiara favorevole a più misure di promozione della salute.

Quando è in gioco la promozione della salute, le persone in Svizzera non si aspettano semplicemente un maggiore sostegno dall'esterno. La responsabilità personale è uno degli aspetti più menzionati. Secondo il 68%, la singola persona ha la responsabilità di promuovere la propria salute e di adottare misure di prevenzione (Figura 32). Secondo l'opinione delle persone intervistate, la responsabilità è ripartita tra i seguenti ambiti: la politica (37%) e le casse malati (31%), seguite dai medici (30%). Anche gli organismi specializzati (27%) e i datori di lavoro (28%) sono considerati importanti, mentre gli istituti di formazione (18%) svolgono un ruolo meno centrale. Questa ripartizione delle competenze rispecchia la forte consapevolezza di una responsabilità personale verso la salute, ma anche le aspettative nei confronti di soggetti politici e istituzionali che devono realizzare misure complete di promozione della salute.

### Responsabili della promozione della salute (fig. 32)

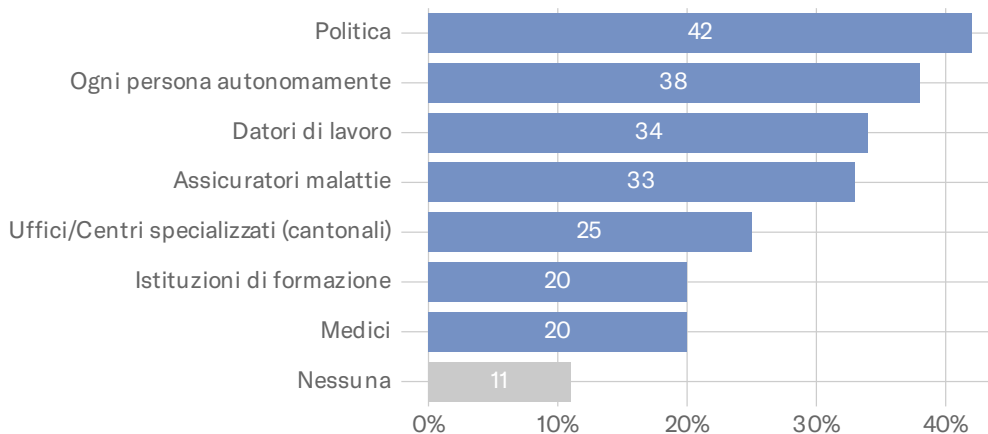
«Secondo lei, quali persone o istituzioni sono principalmente responsabili per la promozione della salute e la prevenzione?»



Ma quando si tratta di indicare chi tra questi soggetti e istituzioni dovrebbe adoperarsi di più per la promozione della salute, il quadro cambia leggermente (Figura 33).

### Aspettative nell'ambito della promozione della salute (fig. 33)

«Ci sono persone o istituzioni che desidera prendano più misure per la promozione della salute e la prevenzione?»



Il 42% pone al primo posto la politica, ancora prima della responsabilità personale (38%). Questo sembra indicare che se ogni singola persona ha l'obbligo di contribuire a migliorare la situazione attuale, ancora di più dovrebbe fare lo Stato, che dovrebbe assumere il ruolo principale nel migliorare la promozione della salute, in quanto si ritiene che solo lo Stato sia in grado di crea-

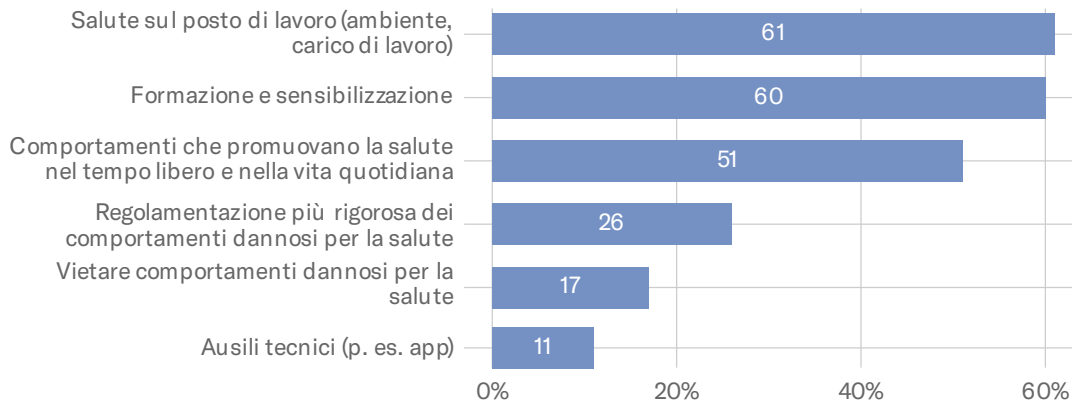
re le condizioni quadro necessarie affinché la popolazione possa condurre uno stile di vita sano. Salta all'occhio la menzione frequente dei datori di lavoro, con il 34%. Questi sono importanti perché il lavoro e il luogo in cui si svolge hanno un ruolo significativo in relazione allo stress mentale a cui è esposta la popolazione. Un terzo delle persone intervistate è anche dell'opinione che gli assicuratori malattie dovrebbero assumere una maggiore responsabilità per quanto concerne la promozione della salute e la prevenzione. Ciò dovrebbe dipendere dal fatto che spesso sono percepiti dalla popolazione come attori centrali del sistema sanitario e che, nonostante le limitazioni della legge, possono influire sulla promozione della salute tramite misure indirette come campagne di informazione o il sostegno di programmi di prevenzione. È possibile che le persone intervistate si attendano anche che gli assicuratori malattie utilizzino sempre di più la loro posizione per promuovere a livello politico migliori condizioni quadro per uno stile di vita sano.

I risultati del sondaggio mostrano che la responsabilità per le misure di promozione della salute è ampiamente distribuita tra singolo individuo, Stato o politica e datori di lavoro. Il grafico 34 mostra quali aspetti sono prioritari. Ancora una volta è evidente l'importanza particolare attribuita al lavoro e al posto di lavoro. Al primo posto si colloca con il 61% la salute sul posto di lavoro, seguita dall'attività di formazione e informazione con il 60%. La maggioranza delle persone intervistate considera importanti anche i comportamenti che promuovono la salute nella vita di tutti i giorni. L'imposizione di divieti e regole severe sembra rivestire un ruolo meno centrale. Un'importanza minore è riconosciuta agli ausili tecnologici come le app per la salute.



### Priorità nella promozione della salute (fig. 34)

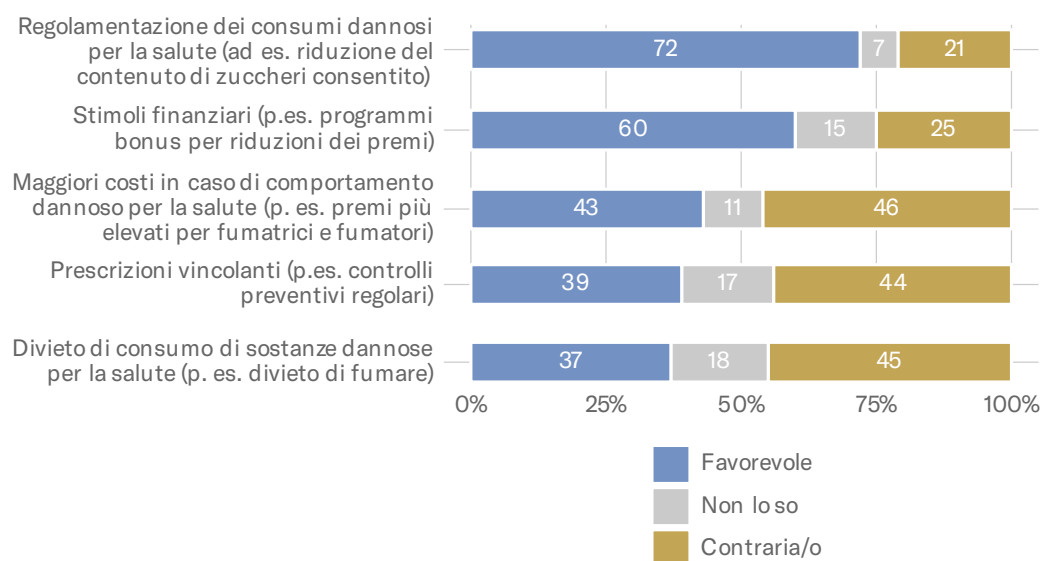
«Su cosa si dovrebbe porre l'accento per la promozione della salute e la prevenzione in Svizzera?»



La popolazione individua come chiaramente prioritario gli ambiti del lavoro, dell'informazione e della promozione di comportamenti sani. Ma quali misure riscuotono in buona sostanza il favore della popolazione? Lo si può vedere nel grafico 35. Sebbene l'aspetto normativo non sembri prioritario alla popolazione, prevale un consenso diffuso a favore della regolamentazione del consumo di prodotti dannosi per la salute, ad esempio per ridurre il contenuto di zucchero negli alimenti. Il 72% delle persone intervistate si è dichiarata favorevole a questa misura. Anche gli incentivi finanziari, come ad esempio i programmi bonus per la riduzione dei premi, riscuotono un ampio consenso del 60%. Un aumento dei costi e le norme che impongono obblighi in relazione ai comportamenti dannosi per la salute sono invece visti con scetticismo e ottengono il parere contrario rispettivamente del 46% e del 44% delle persone intervistate. È interessante osservare che dinanzi a certe misure le persone intervistate sono incerte e dichiarano per una buona parte di non avere un parere chiaro in merito. Ad esempio, il 45% delle persone intervistate è contro la proposta di vietare i prodotti dannosi per la salute, ma un altro 18% non si sente in grado di esprimere un parere su questo tema. Nel complesso, le persone intervistate dimostrano di preferire gli interventi «soft» e gli incentivi nell'ambito della promozione della salute, piuttosto che i divieti e le imposizioni.

### Misure per la promozione della salute (fig. 35)

«Quali misure per la promozione della salute e la prevenzione dovrebbero essere adottate in Svizzera?»



**Il 72 per cento delle persone intervistate è favorevole a una regolamentazione del consumo di prodotti dannosi per la salute.**

### 4.3 MISURE PER RIDURRE LA SPESA SANITARIA

Di recente la questione dei costi sanitari è ritornata al centro dell'attenzione, soprattutto a causa del forte aumento dei premi delle casse malati. Abbiamo chiesto ai partecipanti al sondaggio a quali approcci sarebbero favorevoli per contenere la crescita dei

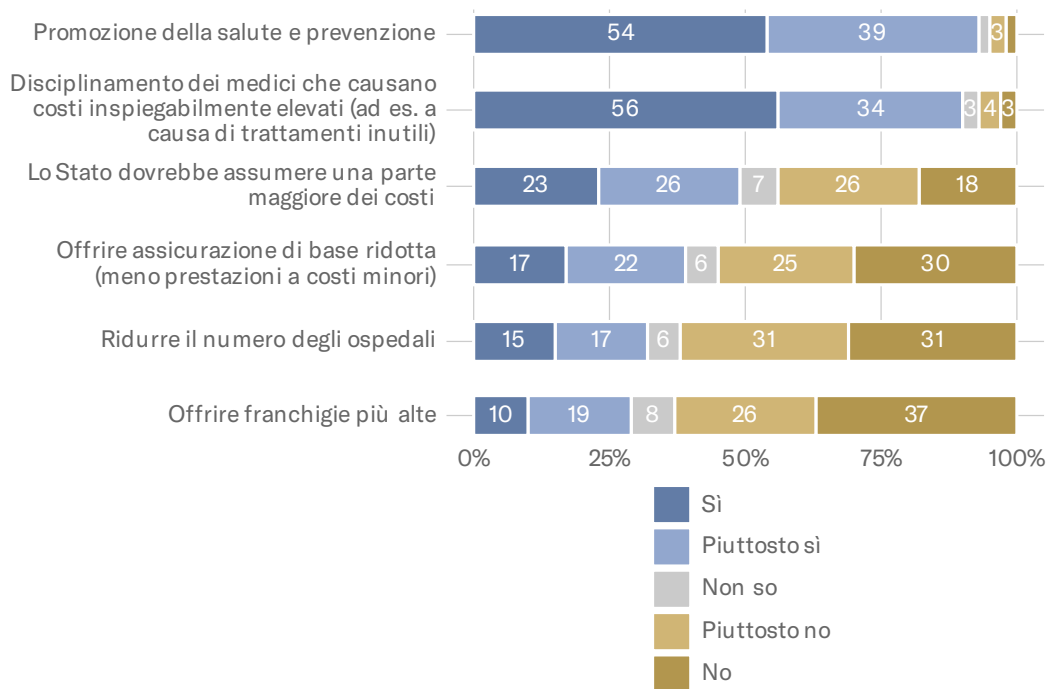
costi nel sistema sanitario. Quasi tutti concordano sulla necessità di ulteriori misure di prevenzione. Il consenso su questo aspetto è il più ampio ed è condiviso dal 93% della popolazione. Anche la regolamentazione delle professioni mediche che causano costi inspiegabilmente elevati è avallata con un ampio consenso (90%). Una maggioranza risicata rifiuta tuttavia l'idea che lo Stato dovrebbe farsi carico di una quota maggiore dei costi. Questo atteggiamento è stato confermato dalle votazioni di giugno, in cui l'«iniziativa per premi meno onerosi» è stata respinta con il 55,5% dei voti. L'iniziativa mirava ad alleggerire l'onere dei premi della cassa malati pagato dalle economie domestiche, anche se questo avrebbe comportato l'assunzione di una quota maggiore di costi da parte della Confederazione. È particolarmente netto il rifiuto di un'assicurazione di base ridotta e di franchigie più alte, su cui hanno espresso un parere contrario il 55 e il 63% delle persone intervistate. Anche la riduzione del numero di ospedali non riscuote un consenso maggioritario. Questa opzione sarà probabilmente affrontata in maniera più approfondita nel dibattito pubblico, anche perché sta crescendo il numero di ospedali in difficoltà economiche che devono essere salvati tramite stanziamenti pubblici<sup>3</sup>. I risultati mostrano nel complesso una preferenza della popolazione svizzera per gli approcci preventivi e regolamentari alla riduzione dei costi, mentre le misure restrittive godono di una minore popolarità.

---

<sup>3</sup>Tagesanzeiger, 30.03.2024

**Misure per ridurre la spesa sanitaria (fig. 36)**

«È favorevole alle seguenti misure per la riduzione dei costi della salute in Svizzera?»



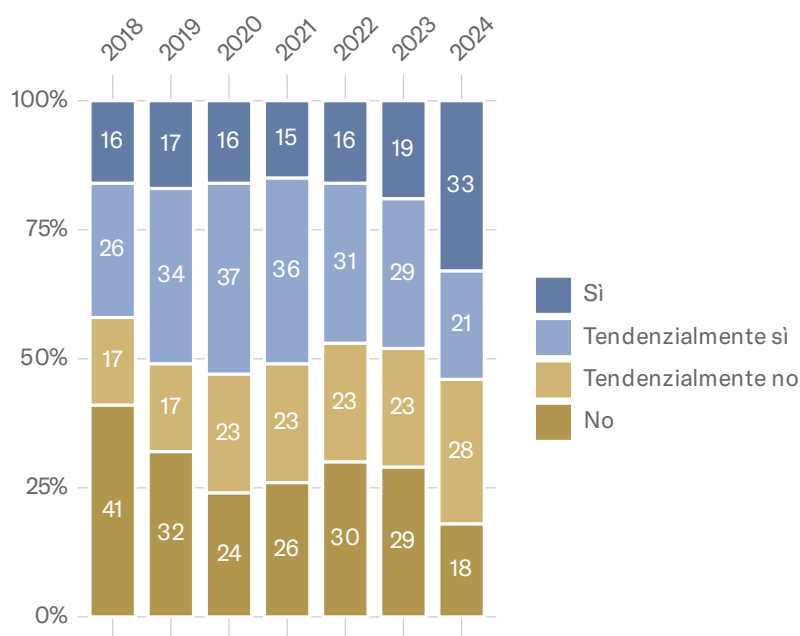
## Misure restrittive come la riduzione del numero di ospedali e l'innalzamento delle franchigie raccolgono pochi consensi.

I premi modulati sul comportamento potrebbero incentivare la popolazione ad adottare pratiche più sane nella vita di tutti i giorni. La figura 37 mostra la reazione della popolazione svizzera alla proposta di ridurre i premi della cassa malati per le persone che si tengono in forma e seguono una dieta sana.

In merito alla differenziazione dei premi della cassa malati esistono opinioni molto diverse, che riflettono la discussione attuale sulla responsabilità personale e sulla solidarietà nel sistema sanitario. Una maggioranza, anche se non ampia, del 54% è favorevole a vedere premiato un comportamento attento alla salute. Nel tempo questo consenso è tendenzialmente aumentato. Si tratta di un aumento lieve, forse collegato all'aumento costante dei premi della cassa malati che grava pesantemente su molte economie domestiche.

#### Premi della cassa malati e stile di vita sano (fig. 37)

«Concorda con la seguente affermazione? Le persone che si mantengono in forma e che si nutrono in modo sano dovrebbero pagare meno premi.» (Dati fino al 2023 dall'indagine Sotomo «Monitor Datengesellschaft und Solidarität 2023»)



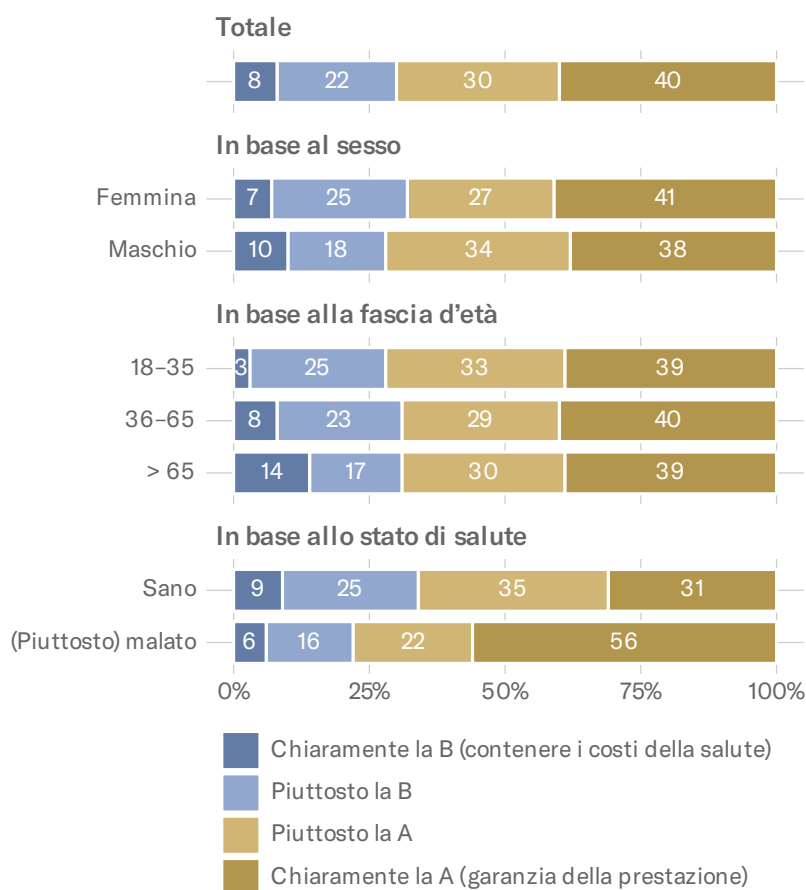
## Oltre la metà è favorevole a premiare un comportamento attento alla salute.

Dinanzi all'aumento dei costi per la salute, l'equilibrio tra il con-

tenimento dei costi e la garanzia di un'assistenza medica di alta qualità rimane un tema d'attualità in Svizzera. Il grafico 38 mostra le priorità della popolazione svizzera tra la garanzia di un'assistenza medica di alta qualità e il contenimento dei costi della salute. Il 70% delle persone intervistate è favorevole a garantire l'assistenza medica. Questa maggioranza netta conferma l'elevata importanza attribuita dalla popolazione svizzera alla qualità e all'accessibilità delle prestazioni sanitarie.

### Preferenza per livello di servizio e costi (fig. 38)

«Con quale di queste affermazioni è più d'accordo? (A) Deve essere garantito che tutte le pazienti e tutti i pazienti ricevano anche in futuro in modo tempestivo prestazioni mediche di alto livello qualitativo. (B) I costi della salute sono troppo alti e non possono continuare a crescere. Per contenere gli oneri finanziari, si devono limitare anche le prestazioni.»



La priorità riconosciuta alla garanzia di un'assistenza medica di alta qualità trova riscontro anche nei più recenti sviluppi della politica. La bocciatura dell'iniziativa per un freno ai costi in occasione della votazione di giugno 2024 è stata infatti dettata anche dal timore di una medicina a due classi. I risultati dimostrano

che, nonostante la necessità urgente di contenere i costi, la popolazione svizzera non è disposta ad accettare una qualità minore delle cure sanitarie.

Con l'avanzare dell'età aumenta la percentuale di chi si dichiara favorevole al contenimento dei costi sanitari. Nella fascia oltre i 65 anni, è favorevole il 14%. Ciò potrebbe essere dovuto al fatto che le persone anziane necessitano spesso di prestazioni sanitarie più intensive e costose. Sono quindi più direttamente interessate dall'aumento dei costi e vedono la necessità di un loro contenimento al fine di ridurre l'onere finanziario del sistema sanitario che, in ultima analisi, ricade anche su di loro.

# Digitalizzazione

Nel sistema sanitario la digitalizzazione si trova a un interessante punto di svolta. Se da un lato promette processi più efficienti e opzioni di trattamento innovative, dall'altro lato la protezione e la sicurezza dei dati rimangono temi di scottante attualità. La fiducia delle persone nella gestione dei dati sanitari sensibili è ambivalente e questo influisce sulla loro disponibilità a condividere tali dati. Nonostante queste criticità, la digitalizzazione è considerata un elemento chiave per l'ammodernamento della sanità che richiede un esercizio di equilibrio tra progresso e sicurezza.

La digitalizzazione della sanità è uno sviluppo importante del XXI secolo, che offre un potenziale enorme e trascende il semplice ammodernamento tecnologico. Le possibilità sono numerose e molto promettenti, come una migliore integrazione dei dati medici, l'accesso facilitato alle informazioni sanitarie e perfino una medicina personalizzata.

Al momento la discussione sulla digitalizzazione della sanità in Svizzera è contraddistinta da diversi elementi. Da una parte, la pandemia di coronavirus ha evidenziato la necessità di soluzioni digitali efficienti per la salute, con un conseguente aumento dell'interesse e degli investimenti in questo ambito. Dall'altra parte, prosegue la discussione sulla protezione dei dati personali e sulle implicazioni etiche della trasformazione digitale. Le iniziative politiche e leggi come la nuova Legge sulla protezione dei dati (LPD), entrata in vigore nel settembre 2023, tengono conto di queste preoccupazioni e mirano a rafforzare la protezione



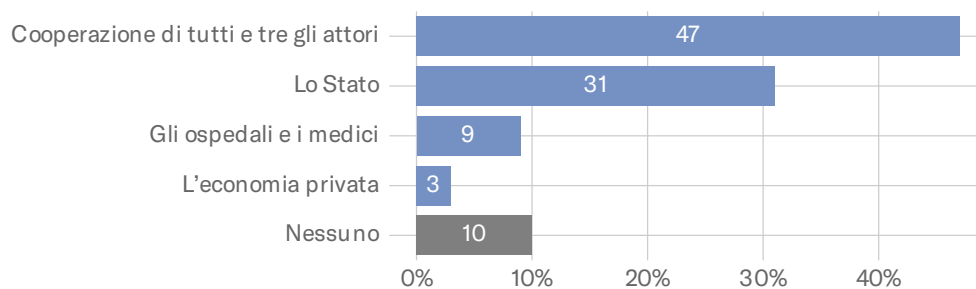
dei dati per incrementare la fiducia della popolazione nelle soluzioni sanitarie digitali. L'equilibrio tra innovazione e sicurezza rimane una sfida cruciale che deve essere affrontata sia dalla politica che dal settore sanitario. I seguenti risultati del sondaggio offrono un'idea di quale sia l'opinione della popolazione svizzera in merito alla digitalizzazione della sanità.

## 5.1 AUTORIZZAZIONE ALL'USO DEI DATI E FIDUCIA

Chi dovrebbe promuovere la digitalizzazione nella sanità? Come mostra il grafico 39, la maggioranza delle persone intervistate pensa che in Svizzera la digitalizzazione della sanità dovrebbe essere realizzata tramite una collaborazione tra Stato, economia privata e sistema sanitario. Il 47% delle persone intervistate è favorevole a uno sforzo collettivo di questo tipo. Il 31% vede lo Stato come attore principale. Solo una minoranza delle persone intervistate pensa che la digitalizzazione dovrebbe essere portata avanti solo dall'economia privata (3%) o da ospedali e personale medico (9%).

### Responsabilità per la digitalizzazione (fig. 39)

«Chi dovrebbe a suo parere promuovere maggiormente la digitalizzazione nella sanità?»

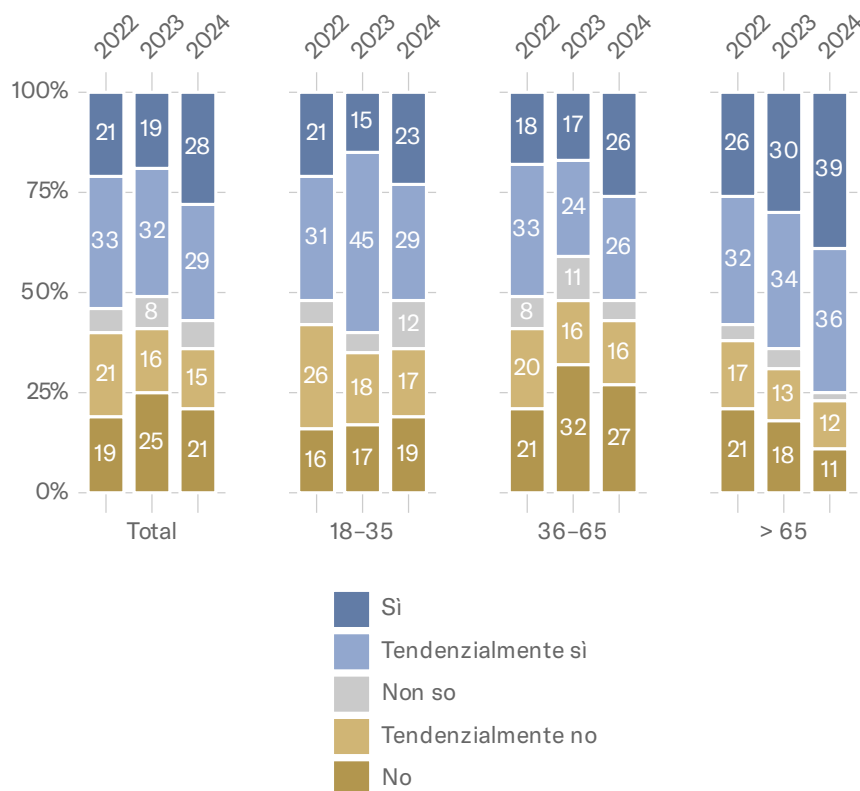


Il grafico 40 mostra la propensione della popolazione svizzera a mettere i propri dati sanitari a disposizione di un organo indipendente. I risultati riflettono atteggiamenti contrapposti: se una maggioranza composta dal 57% delle persone intervistate è disposta a condividere i propri dati, c'è sempre un 36% che si

dichiara contrario.

### Disponibilità alla condivisione dei dati, raffronto temporale (fig. 40)

«Sarebbe disposta/o in generale a mettere i suoi dati sanitari a disposizione di un organo indipendente?»



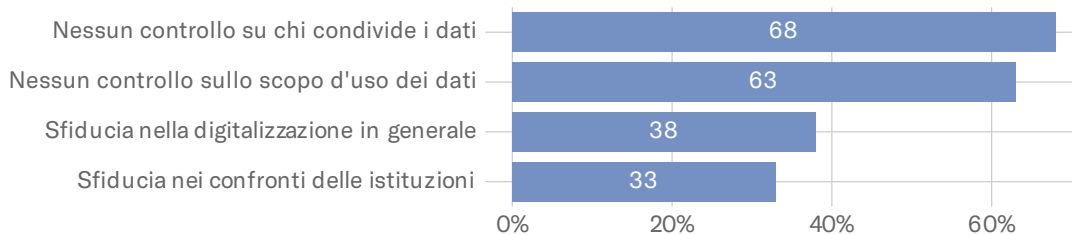
L'età costituisce in questo caso un fattore discriminante. Tre quarti degli over 65 sono disposti a condividere i propri dati sanitari, mentre le persone nella fascia d'età più giovane, da 18 a 35 anni, sono più riluttanti e il 52% acconsentirebbe. Nonostante la crescente propensione a diffondere i propri dati, il tema rimane sensibile e la popolazione soppesa attentamente i vantaggi di una migliore assistenza medica contro i rischi di un potenziale uso improprio dei dati.

# Le persone più anziane sono sempre più inclini a condividere i propri dati sanitari.

Il grafico 41 mostra i motivi per cui le persone intervistate esitano a rendere accessibili i propri dati sanitari. La loro riluttanza è dettata nel 68% dei casi dalla sensazione di non poter controllare con quali soggetti tali dati vengono condivisi. Un altro timore importante, che accomuna il 63% delle persone intervistate, è quello di non avere alcun controllo su come tali dati saranno utilizzati. La diffidenza verso la digitalizzazione in genere è un motivo citato dal 38% delle persone intervistate, mentre un altro 33% adduce come ragione principale la propria sfiducia nei confronti delle istituzioni.

## Motivazioni contro la condivisione dei dati sanitari (fig. 41)

«Perché non desidera rendere noti i suoi dati riguardanti la salute?»; «Sarebbe disposta/o in generale a mettere i suoi dati sanitari a disposizione di un organo indipendente?» Risposte «No», «Piuttosto no»

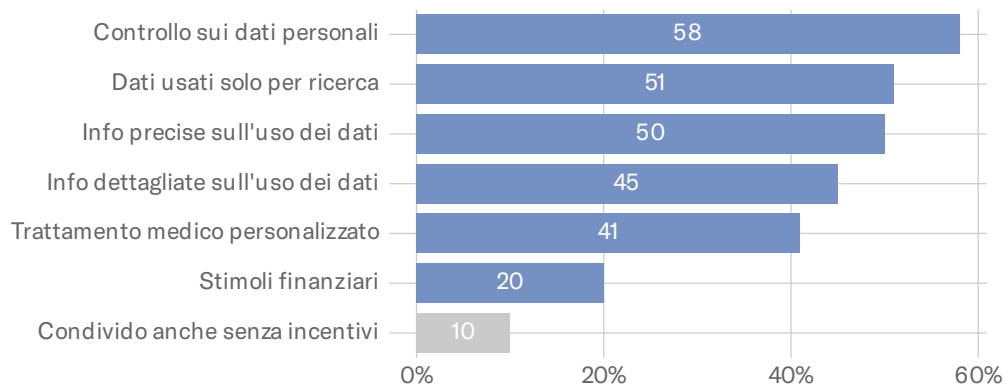


Quali fattori potrebbero essere decisivi per convincere le svizzere e gli svizzeri a condividere i propri dati sanitari? Al primo posto, con il 58%, c'è il controllo sui propri dati personali, seguito dalla garanzia che tali dati saranno utilizzati esclusivamente per finalità di ricerca (51%) e che saranno fornite informazioni esatte sulle modalità di utilizzo (50%). La prospettiva di cure mediche personalizzate e ottimizzate costituisce l'incentivo principa-

le per il 41% delle persone intervistate. Gli incentivi di natura finanziaria, come gli sconti sui premi della cassa malati, rivestono un ruolo più secondario con il 20%. È interessante notare che soltanto il 10% delle persone intervistate sarebbe disposto a fornire i propri dati sanitari anche in assenza di incentivi specifici. La popolazione svizzera attribuisce quindi molta importanza soprattutto alla trasparenza e alla sicurezza, quando si tratta di rendere noti i propri dati sanitari. Il controllo sui dati personali e un loro utilizzo chiaramente vincolato alle finalità di ricerca sono aspetti centrali che potrebbero rafforzare la fiducia delle persone nelle soluzioni digitali per la salute.

#### Elementi decisionali a favore della condivisione dei dati sanitari (fig. 42)

«Quali fattori sono per lei decisivi per far sì che condivida i suoi dati riguardanti la salute?»



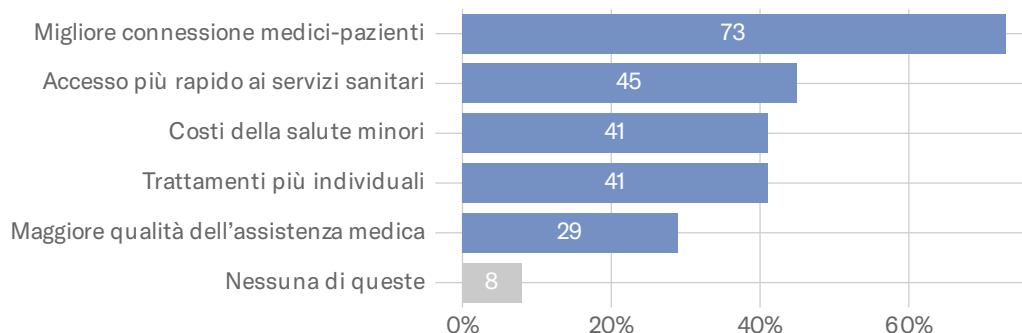
## 5.2 OPPORTUNITÀ E RISCHI DELLA DIGITALIZZAZIONE

Il 73% e quindi la maggioranza delle persone intervistate vede la più grande opportunità della digitalizzazione nel miglioramento dei contatti e della comunicazione tra personale medico e pazienti. Un altro vantaggio significativo per il 45% delle persone riguarda l'accesso più rapido e semplice ai servizi sanitari. La riduzione dei costi per la sanità e la possibilità di cure più precise e personalizzate occupano una posizione di rilievo tra le aspettative, con il 41% ciascuna. Solo il 29% delle persone intervi-

state attribuisce molta importanza alla migliore qualità dell'assistenza medica che la digitalizzazione può garantire. L'8% non considera pertinente nessuna delle opportunità elencate.

#### Opportunità offerte dalla digitalizzazione del sistema sanitario (fig. 43)

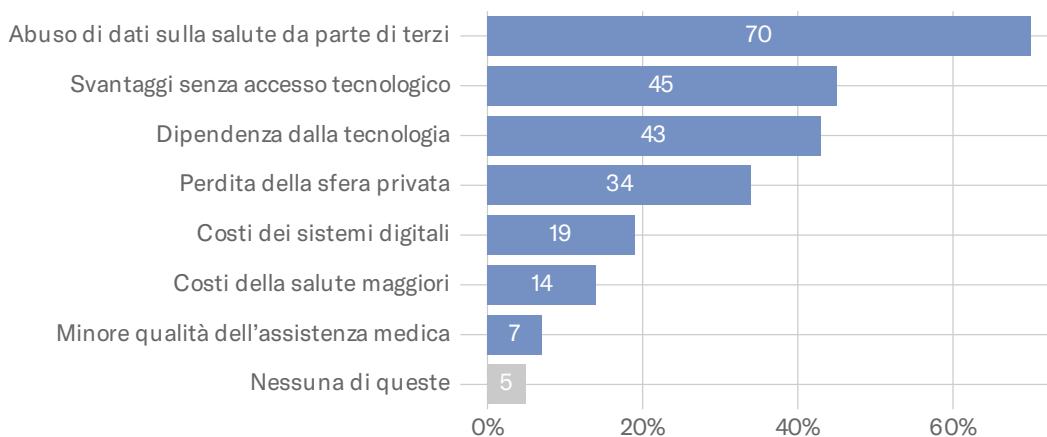
«Dove vede le principali opportunità nel cambiamento digitale del sistema sanitario?»



Per quanto concerne i rischi, il 70% teme principalmente l'uso improprio dei dati sanitari da parte di terzi, mentre il 45% pensa che le persone prive di un accesso alle tecnologie digitali potrebbero essere svantaggiate (Figura 44).

#### Rischi principali (fig. 44)

«E in cosa vede principalmente dei rischi?»



Altri pericoli significativi sono la compromissione della sfera privata (34%), come pure la dipendenza dalla tecnologia e il rischio di possibili guasti (43%). Altre preoccupazioni sono state espres-

se per i costi associati all'implementazione e alla manutenzione dei sistemi digitali (19%), il rischio di un aumento della spesa sanitaria (14%) e la qualità inferiore delle cure mediche (7%). Soltanto il 5% delle persone intervistate non considera pertinente alcuno dei rischi elencati.

## La preoccupazione maggiore per il 70 per cento delle persone intervistate è il rischio di un uso improprio dei dati sanitari.

Sulla disponibilità a condividere i dati sanitari in Svizzera interviene quindi una molteplicità di fattori che esprimono l'equilibrio delicato esistente tra fiducia e controllo. Un aspetto fondamentale è rappresentato dal controllo sui dati personali, dalla trasparenza nell'utilizzo dei dati e dal loro impiego per finalità ben precise. La digitalizzazione futura del sistema sanitario dipenderà quindi in misura determinante dalla capacità di rafforzare questa fiducia attraverso la creazione di condizioni quadro chiare, sicure e trasparenti. La sfida decisiva consisterà nel riuscire a percorrere la linea sottile tra progresso tecnologico e protezione della sfera privata.

# Raccolta dati e metodologia

## 6.1 RACCOLTA DATI E CAMPIONAMENTO

I dati sono stati raccolti dal 13 al 21 giugno 2024. La popolazione intervistata è costituita da persone residenti nella Svizzera tedesca, francese e italiana, linguisticamente integrate. Il sondaggio si è svolto online sul panel online di Sotomo. Per la valutazione sono stati utilizzati i dati, opportunamente puliti e controllati, di 2456 persone.

## 6.2 PONDERAZIONE RAPPRESENTATIVA

Dato che i partecipanti sono stati reclutati su base volontaria (opt-in), la composizione del campione non è rappresentativa della popolazione svizzera. Le distorsioni nel campione sono state controbilanciate mediante metodi di ponderazione statistica. Tra i criteri di ponderazione rientrano sesso, età, istruzione, orientamento politico e quote di proprietà. Le distribuzioni marginali di queste caratteristiche sono state prese in considerazione separatamente per le regioni linguistiche della Svizzera. Questo procedimento garantisce un'elevata rappresentatività sociodemografica del campione. Per il presente campione complessivo l'intervallo di confidenza al 95% (per una quota del 50%) ammonta a +/-2 punti percentuali.

**SOTCMO**