(https://www.aecunderwriting.it/rc-medica.php)
(https://www.aecunderwriting.it/rc-medica.php)
(https://www.aecunderwriting.it/rc-medica.php)

Benessere post Covid: il 63% degli italiani cambia stile di vita

Mi piace 0 Share 0 Posta Share

Lunedì, 8 Settembre, 2025 - 09:18

Autore: Gillespie

Una recente indagine condotta dall'Istituto Key-Stone per l'osservatorio OmniSalus su un campione di 2.985 adulti italiani ha fotografato un cambiamento profondo nelle abitudini di vita post-pandemia. Secondo i principali risultati dello studio, riportati dall'agenzia Radiocor, il 63% degli intervistati ha dichiarato di aver adottato nuovi comportamenti orientati al benessere proprio dopo l'emergenza sanitaria, segno che il Covid-19 ha lasciato un'eredità non solo sanitaria ma anche culturale.

Insomma, scampato il pericolo la salute è entrata con forza nella routine quotidiana: il 65% degli italiani afferma di impegnarsi attivamente nella cura del proprio stato fisico, e la metà della popolazione si sottopone regolarmente a check-up e visite mediche.

"Un segnale positivo che conferma la diffusione di una cultura della prevenzione, ormai parte integrante della vita quotidiana", sottolineano i curatori dello studio. Tuttavia, il dato varia sensibilmente in base all'età: solo il 32% degli under 30 si sottopone a controlli regolari, mentre tra gli over 60 la percentuale sale al 63%.

Anche l'immagine corporea ha assunto un ruolo centrale: oltre il 60% degli italiani attribuisce grande importanza alla cura dell'aspetto fisico, e due giovani su tre sotto i 30 anni mettono in relazione estetica e benessere interiore, una percentuale che scende al 50% tra gli over 60. Il 42% pratica sport o attività fisica, il 41% cura con attenzione l'alimentazione, il 39% si dedica alla cura dei capelli e il 32% segue una routine per la pelle.

Persino il sorriso è diventato una priorità: il 16% ha iniziato a dedicare maggiore attenzione alla cura dei denti. Attenzione anche per il benessere mentale: il 14% degli italiani ha intrapreso percorsi di mindfulness, yoga, meditazione o psicoterapia. *"La pandemia ha accelerato una trasformazione culturale che era già in atto, rendendo il benessere una dimensione quotidiana e trasversale"*, spiegano gli esperti. Un cambiamento che non riguarda solo il corpo, ma anche la mente e l'approccio alla vita, e che potrebbe influenzare in modo duraturo il modo in cui gli italiani si relazionano alla salute e alla prevenzione.

TAG: Benessere (/tag/benessere) Salute (/tag/salute) Covid-19 (/tag/covid-19)

Articoli correlati

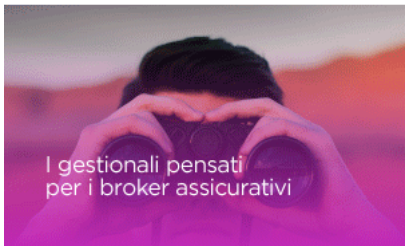
Attualità (/assicurazioni/attualit%C3%A0)
Apre a Pistoia il 70° store di Facile.it (/notizie/apre-pistoia-il-70-store-di-facileit)
Martedì, 9 Settembre, 2025 - 09:03

Appuntamenti (/assicurazioni/appuntamenti), Attualità (/assicurazioni/attualit%C3%A0)
Vittoria for Women Run: Milano corre per la prevenzione oncologica femminile (/notizie/vittoria-women-run-milano-corre-la-prevenzione-oncologica-femminile)
Martedì, 9 Settembre, 2025 - 09:01

Attualità (/assicurazioni/attualit%C3%A0)
La spesa media per gli animali domestici è di 900 euro all'anno e cresce l'interesse per le polizze dedicate (/notizie/la-spesa-media-gli-animali-domestici-%C3%A8-di-900-euro-all%E2%80%99anno-e-cresce-l%E2%80%99interesse-le-polizze)
Martedì, 9 Settembre, 2025 - 08:58

Cerca

NoteUp e Genias HiT



(https://www.asefibrokers.com/simpleads/redirect/165072)

Asefibrokers.com utilizza cookie per migliorare la tua esperienza
Per maggiori informazioni consulta la Privacy e Cookie Policy - Cliccando su un link qualsiasi ne accetti l'uso. No, dammi maggiori informazioni
Accetta tutti i cookie