



# O valor da saúde

O que mudou na pandemia e os desejos dos brasileiros para o futuro

ESPAÇO VIDA

  
Abbott

<b>3</b>	<b>INTRODUÇÃO</b>	
<b>4</b>	<b>O QUE FIZEMOS</b>	
4	A pesquisa qualitativa	
5	A pesquisa quantitativa	
6	A amostra com diabetes e doenças cardiovasculares	
<b>7</b>	<b>PERFIL DOS ENTREVISTADOS</b>	
14	Participantes com doenças crônicas	
<b>18</b>	<b>O CONCEITO DE SAÚDE</b>	
19	Qual a definição de saúde	
22	Como avalia a sua saúde	
<b>23</b>	<b>OS ÚLTIMOS MESES</b>	
24	A saúde financeira	
26	Tarefas domésticas	
27	O bem-estar mental	
27	Dificuldade para dormir	
28	A ansiedade	
29	A questão da depressão	
30	Alterações do apetite	
31	Outros problemas emocionais	
32	Atividade física	
35	Alimentação	
41	A procura por profissionais de saúde	
42	O acesso <i>on-line</i> e presencial	
43	A avaliação do atendimento	
45	A percepção da telemedicina	
<b>47</b>	<b>UM FUTURO MELHOR</b>	
46	O que mais desejam	
55	Disposição para agir	
59	O que esperam da tecnologia e dos exames de diagnóstico	
61	As inovações que esperam ver	

# O VALOR DA SAÚDE: UM OLHAR À FRENTE

**É inegável que,** nos últimos meses, a saúde tornou-se mais valorizada do que nunca. Ao mesmo tempo, foram tantos os aprendizados que, agora, valeria a pena observar: para as pessoas, o que seria levar uma vida saudável? Será que esse conceito continuaria o mesmo de antes ou algo mudou?

Todos, afinal, tiveram a oportunidade de refletir sobre como cuidam de si e de quem está próximo. E, claro, pensaram bastante sobre como querem ser cuidados pelos profissionais e pelas instituições de saúde também.

Esta pesquisa, realizada em duas etapas — uma qualitativa e outra quantitativa — faz um cuidadoso caminho para vislumbrar as transformações que vêm pela frente.

Primeiro, ouviu como as pessoas se sentiram nos últimos meses em relação à saúde e, ainda, que comportamentos e hábitos mudaram para melhor ou para pior, de acordo com a sua percepção. Este é o ponto de partida.

Então, esmiuçou o que de fato os brasileiros entendem por uma vida plena e saudável, que seria aquela que todo mundo quer, hoje, mais do que nunca.

Finalmente, mapeou o que desejam para o futuro. Ou seja, quais transformações dos últimos meses as pessoas gostariam de levar para sempre e o quanto estão, elas próprias, dispostas a ajustar os hábitos para que a sua saúde, depois que tudo isso passar, seja até melhor do que antes.

Portanto, vai das dores e das adaptações exigidas nos tempos recentes, passando pela reflexão sobre o que realmente importa para a conquista da saúde física e mental, quais atitudes pretendem tomar e, por último, as inovações que desejam.

Adiantamos que, desde o começo, já ficam evidentes duas palavras capazes de resumir o que todos mais esperam daqui em diante: **autonomia e facilidade.**

A autonomia no sentido de detectarem e compreenderem os sinais do corpo, evitando problemas sem tanta dependência de um acesso rápido a serviços de saúde. Daí, que o estilo de vida — mostram os números — ganha um peso ainda maior.

Por sua vez, analisando as respostas, a facilidade aparece muito associada à ideia de um ganho de tempo precioso para que, enfim, possam aproveitar a vida plenamente.

# A pesquisa qualitativa

**Para captar o espírito do momento,** reunimos pessoas, buscando entender sua relação recente com a saúde.

Foi a partir desses relatos que elaboramos o questionário da fase quantitativa, conferindo algumas percepções e hipóteses.

## FORAM 8 ENCONTROS ON-LINE

4 grupos reuniram pessoas divididas por faixa etária, que não necessariamente, tinham algum problema de saúde.

entre **26 e 35** anos      entre **36 e 45** anos  
entre **46 e 55** anos      entre **56 e 65** anos

2 grupos juntaram indivíduos que tinham e/ou que cuidavam de alguém com algum **problema cardiovascular.**

na faixa dos **45+** anos

2 grupos de pessoas, divididas por idade, com **diabetes.**

na faixa dos **30** anos      na faixa dos **40** anos

## NO TOTAL

**38** participantes de São Paulo e Recife, das classes B2 e C.



**60%**  
mulheres



**40%**  
homens

# A pesquisa quantitativa

**Aplicamos, depois,** um questionário *on-line* abordando diversos aspectos levantados pelos participantes da fase

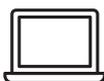
qualitativa: alimentação, sono, atividade física, saúde mental, consultas, exames, receios e sonhos para o futuro, entre outros.

## QUANDO



Entre **14** e **28 de maio** de **2021**.

## QUEM PESQUISAMOS



**Homens e mulheres** acima de **25 anos**, das classes **ABC digital**, o que significa que eram pessoas com acesso regular à internet.

## QUANTOS ENTREVISTADOS

# 2.084

Para garantir a representatividade da população digital brasileira, essa amostra foi desenhada com cotas de **sexo**, **idade**, **classe** e **região de moradia**.

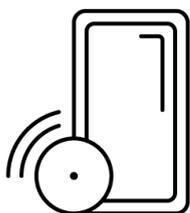


# Ainda sobre a amostra...

## DIABETES E PROBLEMAS CARDIOVASCULARES

Na população geral, claro que encontramos pessoas que tinham diabetes ou doenças cardiovasculares. Faz sentido que tivessem surgido naturalmente: afinal, são problemas muito prevalentes entre os brasileiros.

No entanto, para garantir uma leitura mais precisa e segura desses grupos, foram realizadas 23 entrevistas adicionais. Desse modo, no total de entrevistados, encontramos:



**186**

pessoas com diabetes



**208**

pessoas com doenças cardiovasculares

### CONSIDERAMOS, AQUI, INDIVÍDUOS QUE SOFRERAM...

- que sofreram infarto ou AVC (acidente vascular cerebral)
- com arritmias
- com insuficiência cardíaca.

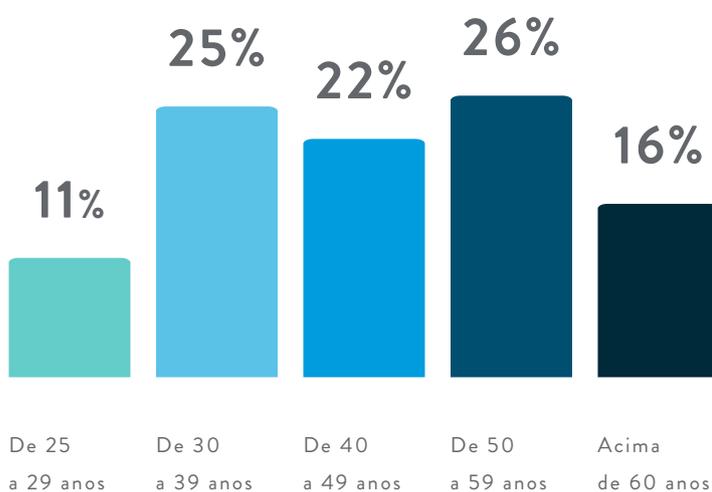
# Perfil dos entrevistados

## SEXO



## IDADE

A média foi de **46 anos**.



**73%** dos entrevistados têm filhos.

Provavelmente porque a população pesquisada tem **25 anos ou mais**.



**52%**

Casados



**30%**

Solteiros



**14%**

Divorciados ou separados



**2%**

Viúvos

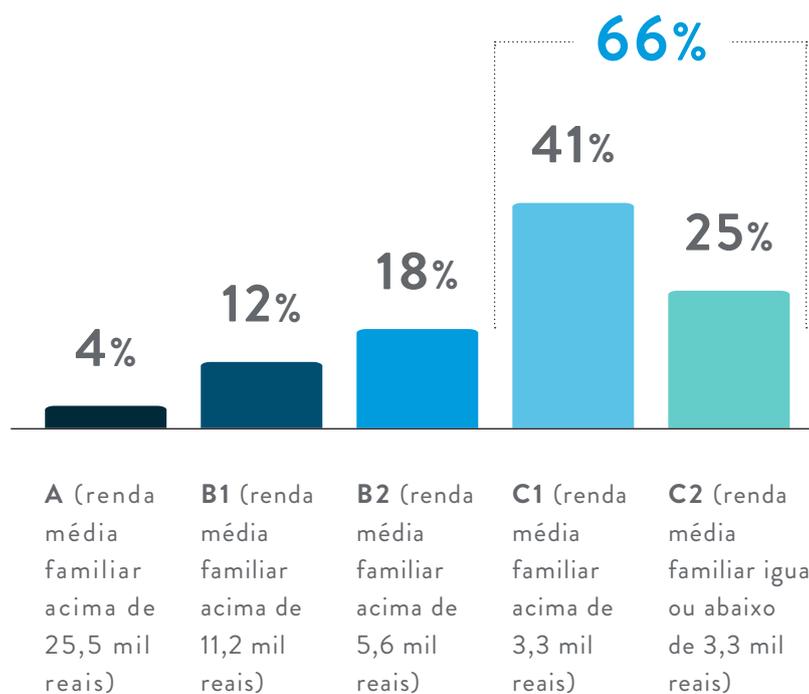


**2%**

Em relações livres ou poliafetivas

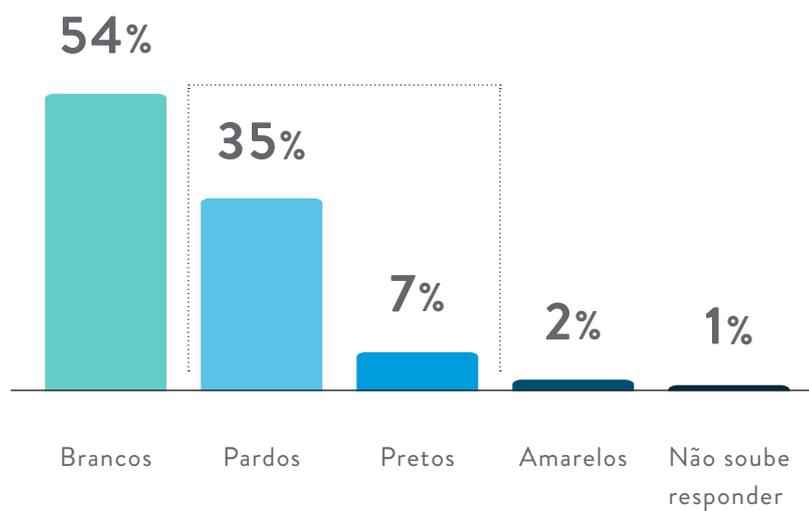
## CLASSE SOCIAL

**2 em 3**  
entrevistados  
estão na  
**classe C.**

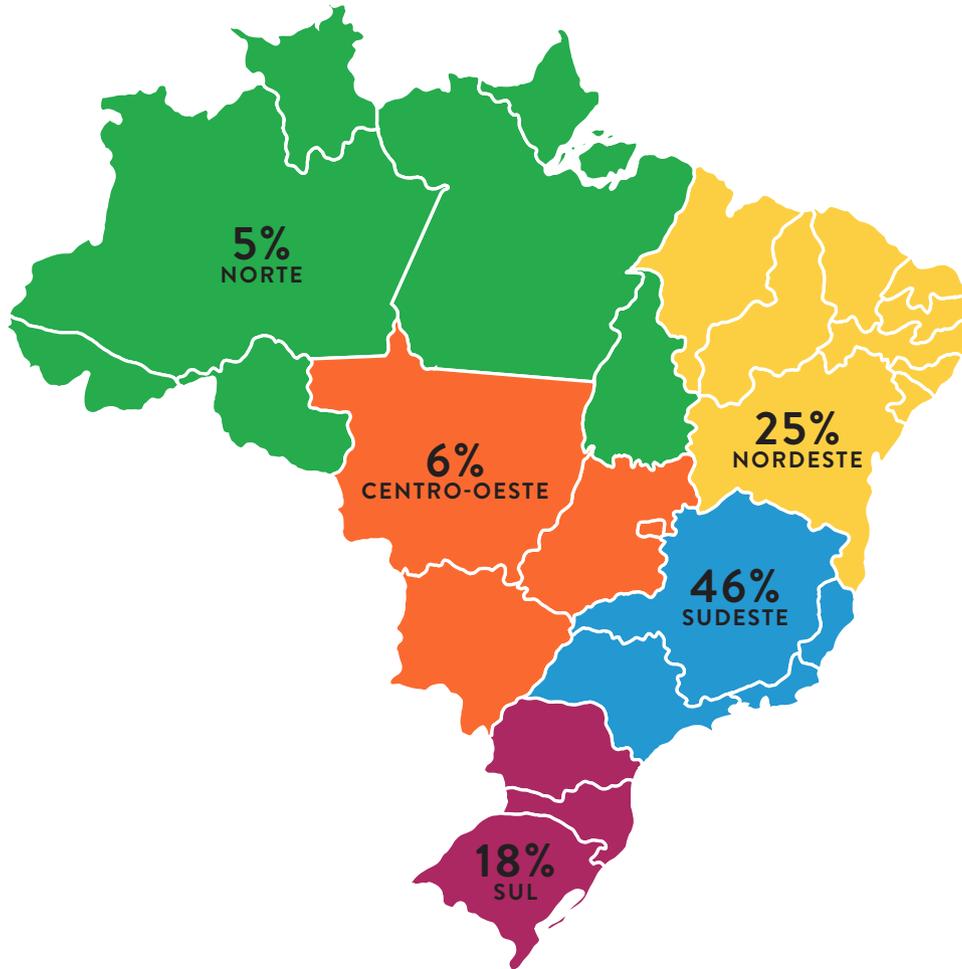


## RAÇA

**42%** dos  
entrevistados  
são pardos  
e pretos.



## ONDE ESTÃO



### NORTE

São os que mais querem soluções para superar a falta de acesso a serviços de saúde e o risco de demora para diagnosticar doenças.

### NORDESTE

Os nordestinos fizeram melhores escolhas alimentares e são

os que mais têm a intenção de manter os hábitos adquiridos recentemente no futuro.

### CENTRO-OESTE

Os que mais pioraram os hábitos alimentares.

### SUL

A ideia de um futuro saudável, entre os sulistas,

está associada a fazer mais exames de diagnóstico e ter mais atividades *on-line*: de *home-office* a consulta por telemedicina.

### SUDESTE

Nesta região, há uma maior preocupação tanto em reconquistar o ânimo como em envelhecer bem. E ela apareceu, inclusive, entre os mais jovens.

# Na hora de ir ao médico

**35,5%** do total da amostra têm **convênio particular**.



**75%**  
dos entrevistados da **classe A**



**55%**  
dos entrevistados da **classe B**



**23%**  
dos entrevistados da **classe C**

## ONDE ENCONTRAMOS MAIS USUÁRIOS DE PLANO PARTICULAR



**42%**  
no Sudeste



**35%**  
no Centro-Oeste



**33%**  
no Sul



**30%**  
no Nordeste



**23%**  
no Norte



## QUEM TEM CONVÊNIO ESTÁ TRABALHANDO?



**53%**  
dos que trabalham com carteira assinada têm plano



**35%**  
dos que trabalham, mas sem carteira assinada



**24%**  
dos que estão sem trabalhar

## 75% usam a rede pública

É um número maior do que os 64% sem plano de saúde. Isso significa que, entre as pessoas com acesso a médicos particulares pelo convênio, muitas também buscam o SUS.

### PACIENTES EXCLUSIVOS DA REDE PRIVADA



### PACIENTES EXCLUSIVOS DA REDE PÚBLICA



# O problema do cigarro



**16%**  
são fumantes

Maior concentração de pessoas **acima de 55 anos**, usuárias exclusivas do SUS, que não fazem atividade física ou que **sofreram de depressão** no último ano.



**25%**  
são ex-fumantes

**13%** dos ex-fumantes pararam com o cigarro no **último ano**.



**59%**  
nunca fumaram

Concentração de **mulheres** e de quem tem **nível de escolaridade alto**.

# A internet no dia a dia

**Muitos sonham com um futuro** em que a tecnologia poderá resolver uma série de questões de saúde. Mas até que ponto podemos confiar que, se tiverem acesso às novidades tecnológicas que tanto desejam, nossos entrevistados estarão dispostos ou saberão usá-las?

Uma maneira de captar se as pessoas têm alguma familiaridade com o uso funcional da internet é perguntar se movimentam sua conta bancária de maneira *on-line*.

**95%** da amostra possui conta bancária.

Destes: **78%** costumam usar o aplicativo do banco.



Na amostra, apenas **69%** dos entrevistados com diabetes têm familiaridade com o uso funcional de internet.



Entre os indivíduos com doenças cardiovasculares, sobe para **80%**.



**54%** movimentam a conta **principalmente on-line**



**24%** movimentam **igualmente on-line** e na agência ou caixa eletrônico



**17%** movimentam a conta principalmente indo à **agência** ou ao **caixa eletrônico**



## NORDESTE E CENTRO-OESTE

Concentração de pessoas da classe C de baixa escolaridade, de moradores do interior e de portadores de diabetes.



# Doenças crônicas

**1 em cada 5 entrevistados**

têm pelo menos uma das doenças crônicas que investigamos mais a fundo na pesquisa.



**10%**

disseram ter **doenças cardiovasculares**



**8%**

afirmaram que têm **diabetes**



**3%**

contaram que estão com **obesidade**

**Praticamente a metade** dos respondentes da pesquisa, ou **51%**, relataram pelo menos um dos seguintes fatores de risco:



**31%**

excesso de peso



**24%**

colesterol alto



**21%**

hipertensão

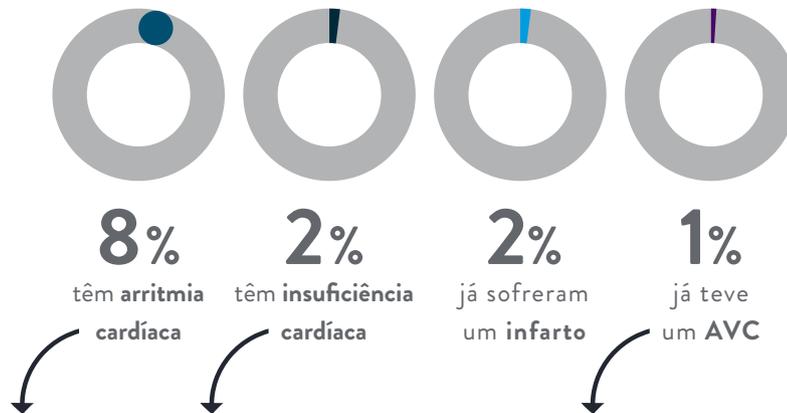
Entre as pessoas com diabetes é o dobro, ou seja, **48%**; entre quem tem obesidade também: **48%**; entre quem tem doença cardiovascular, **41%**.

Entre as pessoas com diabetes, **55%**; entre quem tem doença cardiovascular, **49%**; entre os que disseram ter obesidade, **42%**.

## DOENÇAS CARDIOVASCULARES



**1 em cada 10 entrevistados** relatou pelo menos um dos problemas à direita



Ou até **9%**, se olharmos só para mulheres ou para pessoas de ambos os sexos **acima de 45 anos**.

O número cresce e passa a ser **2,5%** quando focamos em quem tem **mais de 55 anos**.

**2%**, se olharmos só para mulheres ou para pessoas de ambos os sexos **acima de 55 anos**.

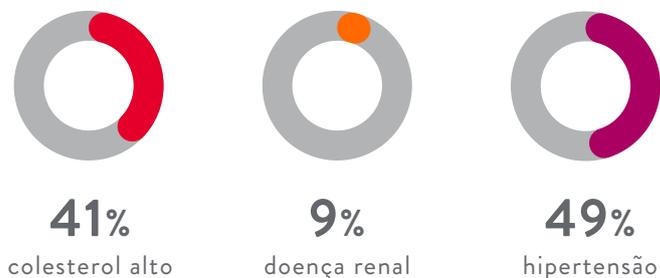
## QUANTO MAIS O TEMPO PASSA, MAIS O CORAÇÃO SOFRE

A incidência de problemas cardiovasculares, conforme a faixa de idade:



### ATENÇÃO!

À direita, a porcentagem de pessoas com fatores de risco, só examinando aquelas que afirmaram já ter alguma doença cardiovascular.



## DIABETES



**8% dos entrevistados**

declaram que têm diabetes. Entre eles...



**36%**  
têm o tipo 1



**51%**  
têm o tipo 2



**13%**  
não sabem o tipo

### A PORCENTAGEM DE ENTREVISTADOS COM DIABETES EM CADA CLASSE SOCIAL



**19%**  
Classe A



**10%**  
Classe B



**6%**  
Classe C

### A PORCENTAGEM DE ENTREVISTADOS COM DIABETES, CONFORME O NÍVEL DE ESCOLARIDADE



**9%**  
Superior



**7%**  
Ensino médio



**5%**  
Fundamental

**Mais de 14 milhões de brasileiros**, ou seja, perto de **15%** da população, têm diabetes, de acordo com os dados oficiais do país. Entre os entrevistados, porém, o reconhecimento da doença é menor. O interessante é que a porcentagem de indivíduos que afirmam

ter diabetes aumenta quanto maior é o nível de escolaridade. Ela também cresce quanto mais alta é a classe social. Sinal de que o diagnóstico dessa doença crônica passa não apenas pela educação, mas pela facilidade de acesso à saúde.

**11%** do total de pessoas com diabetes na amostra têm doença renal

**EXCESSO DE PESO**



**31%** estão acima do peso.

A DECLARAÇÃO DE ESTAR COM ALGUNS QUILOS EM EXCESSO É MAIS FREQUENTE ENTRE PESSOAS COM OUTRA DOENÇA CRÔNICA.



**37%**  
entre as pessoas com diabetes



**41%**  
entre os que têm uma doença cardiovascular



**Apenas 3%** afirmam que têm **obesidade**.

**Vejam abaixo**, que mais uma vez, as pessoas que têm outra doença crônica ou comorbidade parecem reconhecer mais a obesidade.

Vale lembrar que, de acordo com o Ministério da Saúde, **55,7%** dos brasileiros estão acima do peso. E **19,8%** dos adultos sofrem de obesidade. A diferença entre a prevalência real e os números da pesquisa, que são muito inferiores, mostra o quanto é necessário reforçar a conscientização de que a obesidade é uma doença crônica.



**4%**  
entre os que têm uma **doença cardiovascular**



**12%**  
entre as **pessoas com diabetes**



**17%**  
entre os que relataram **doença renal**

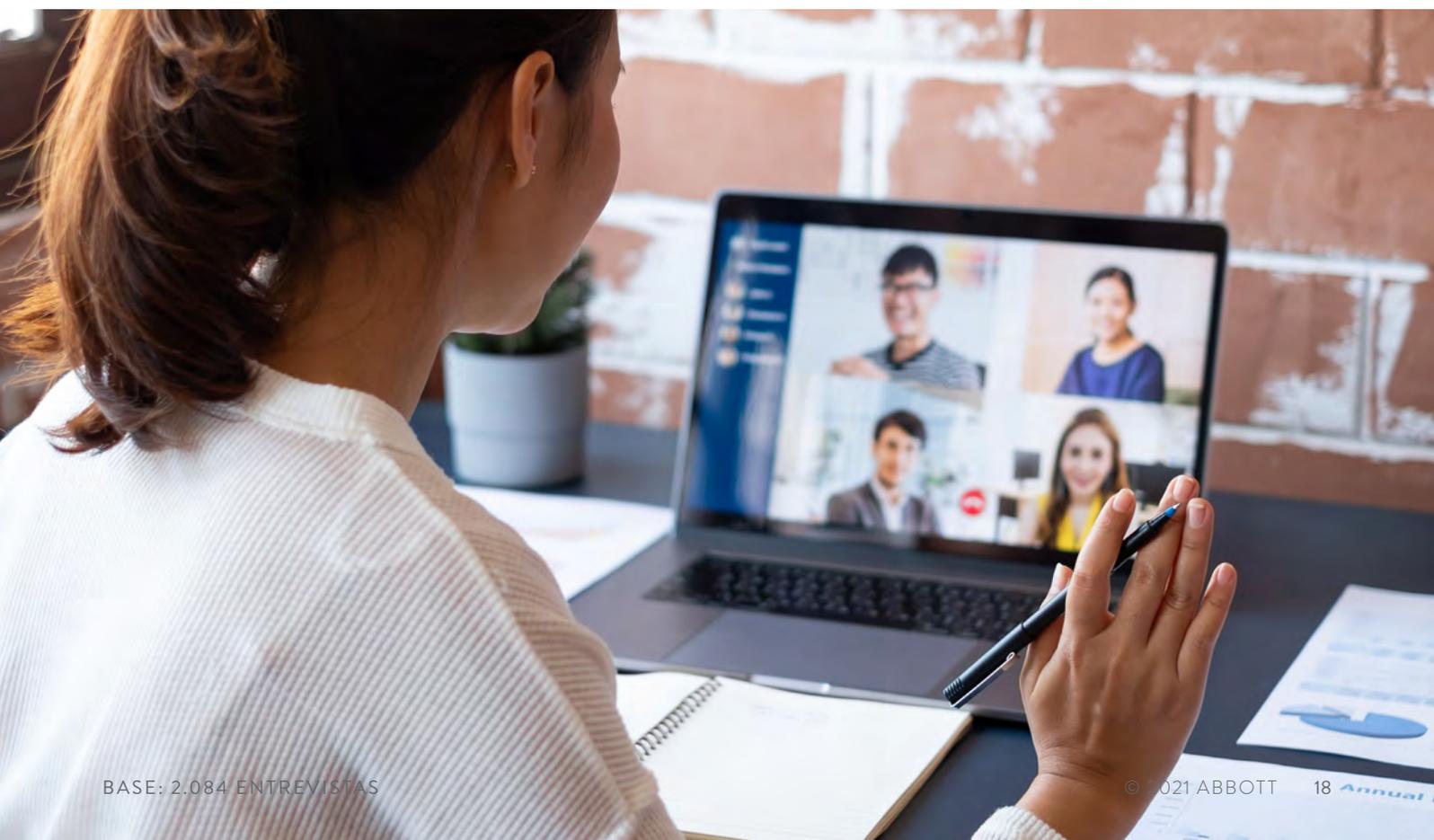
# O conceito de saúde

Nas rodas de conversa da fase qualitativa, já ficou bem claro: **a saúde tornou-se o maior sonho de consumo**, não importando a classe social, se homem ou mulher, nem sequer a idade.

Mas, antes de mais nada, precisávamos entender direito o conceito do que seria “ter saúde”. Afinal, além de amplo, ele poderia ter se transformado após a experiência da pandemia dos últimos meses.

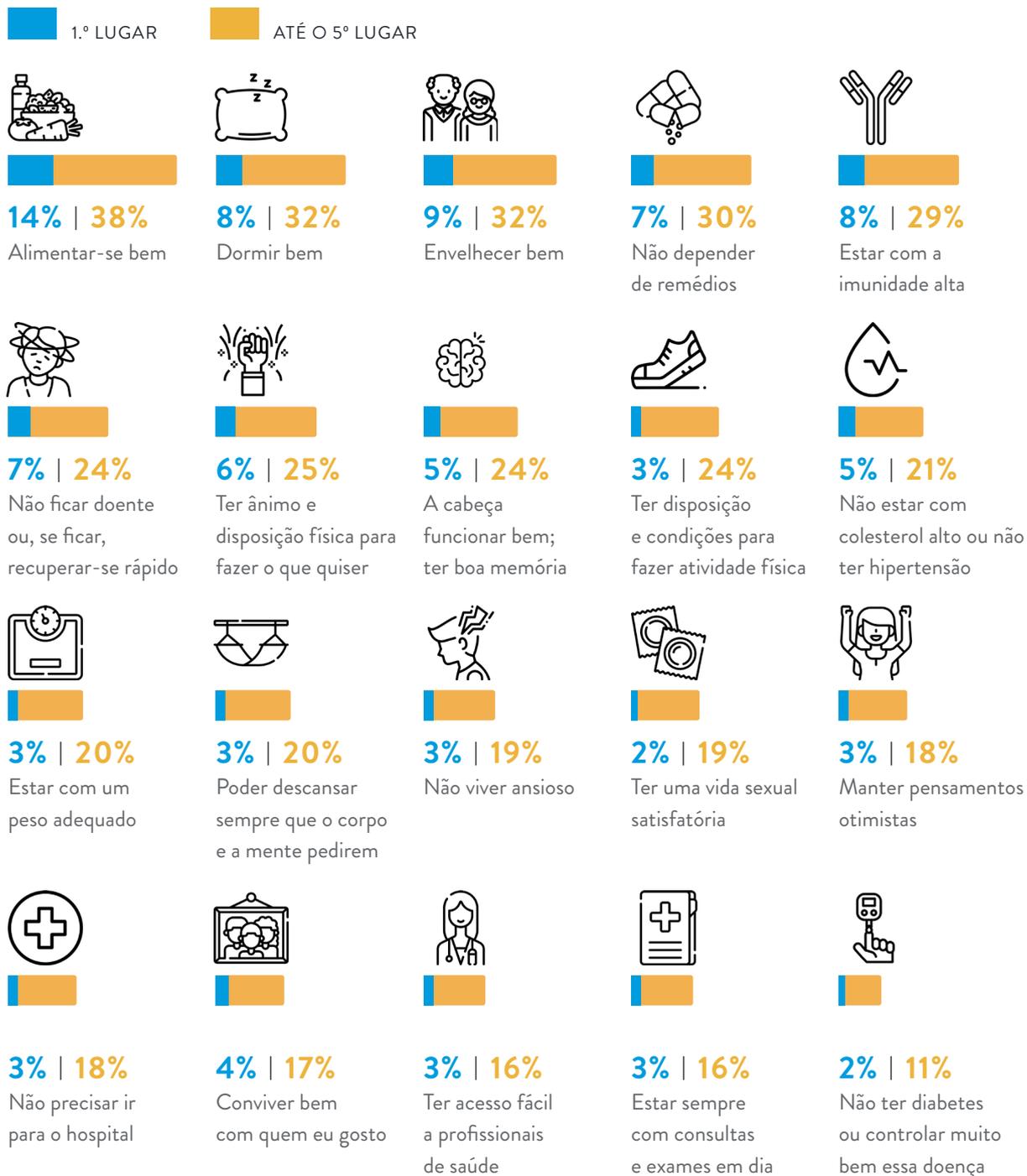
Com frequência, nossos 38 participantes dos encontros da fase qualitativa exibiram os seus comportamentos saudáveis na hora de interagir com os outros, como uma parte importante de sua própria identidade.

A partir da escuta atenta desses relatos, geramos uma lista de **20 aspectos** e pedimos que os **2.084** entrevistados da fase quantitativa **apontassem cinco deles** que resumiriam o significado de saúde, colocando-os em ordem de importância, do primeiro ao quinto lugar.



## 1. QUAL A SUA DEFINIÇÃO DE SAÚDE?

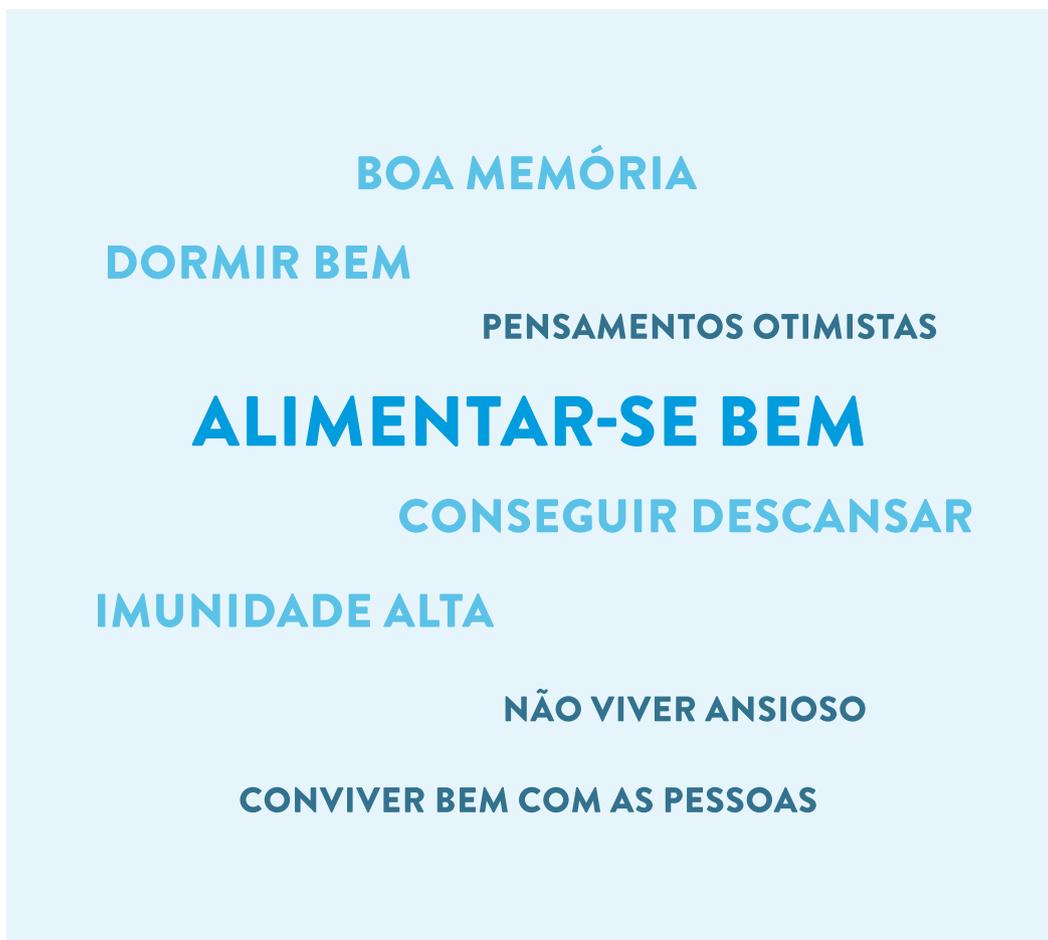
A porcentagem de pessoas, do total de entrevistados, que apontaram cada um dos aspectos em primeiro lugar, como se fosse o mais importante de todos. E, ainda, a porcentagem dos que incluíram o mesmo aspecto entre as cinco principais definições de saúde.



# Saúde é estilo de vida

Na **análise** das respostas, a pesquisa quantitativa apontou que, mesmo sem ter consciência, as pessoas tendiam a juntar determinadas afirmações entre as cinco primeiras colocadas para definir saúde.

A interpretação disso é que há dois olhares principais quando pensam nesse assunto.



Interessante que a **imunidade alta** encontra-se aqui, ao lado de expressões relacionadas ao estilo de vida. Pode indicar a crença de que bons hábitos alimentares e uma mente mais equilibrada reforçariam as defesas do corpo.

# Saúde é não ficar doente

ACESSO A MÉDICOS

PESO ADEQUADO

NÃO PARAR NO HOSPITAL

EXAMES EM DIA

**NÃO DEPENDER DE REMÉDIOS**

**RECUPERAR-SE LIGEIRO**

**ENVELHECER BEM**

NÃO TER COLESTEROL ALTO

CONTROLAR O DIABETES

NÃO SER HIPERTENSO

Vale notar que envelhecer bem é algo que foi mais lembrado por quem associou saúde a não ter fatores de risco, fazer exames e não ir para o hospital.

Pessoas com **doenças cardiovasculares** associam mais a ideia de saúde a **dormir bem**, ter **ânimo**, conseguir descansar quando sentir necessidade e praticar **atividade física**.

Em pessoas com **obesidade** predomina o pensamento de que ter saúde é não apresentar **colesterol alto**,

nem **hipertensão**, assim como ter um **peso adequado**.

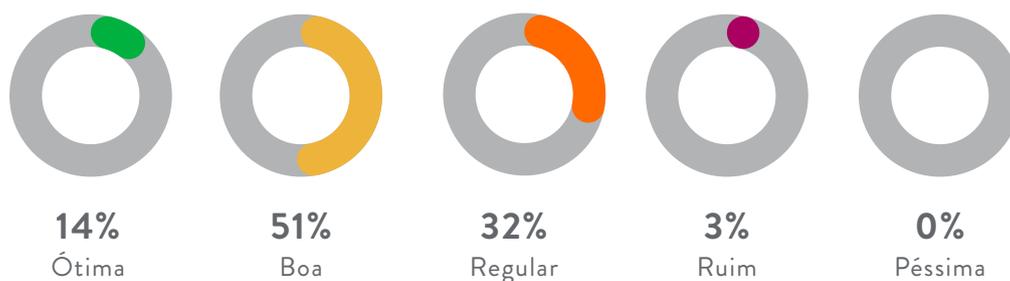
Já os indivíduos com **diabetes** relacionam mais a saúde à **acesso a médicos** e a **bons serviços**, ao **otimismo** e à **boa memória**. Mas, acima de tudo, à **alimentação equilibrada**.

## 2. COMO AVALIA A SUA SAÚDE?

**65%** acham que ela está **boa** ou **ótima**.

Apesar de tempos tão desafiadores, a maioria dos entrevistados fez uma autoavaliação positiva da saúde. O que paradoxalmente pode ser explicado pelas experiências recentes.

Isso já tinha ficado evidente na pesquisa qualitativa: para muitos, ter passado pelos últimos meses sem qualquer doença que considerassem grave ou fatal seria a prova de que estariam, sim, muito bem.



**35%**

fizeram uma avaliação mais **negativa**



Aqui, há mais pessoas entre **25 e 39 anos**, principalmente **mulheres**. Também há maior concentração de indivíduos **sem convênio médico**.

# Os últimos meses

**Após entender o que é ter saúde**, a pesquisa buscou saber o que mudou para melhor ou para pior no período recente, em termos de hábitos, necessidades e cuidados. Para, na sequência, compreender quais dessas mudanças as pessoas querem levar adiante ou mudar no futuro.



### 3. COMO ESTÁ A SAÚDE FINANCEIRA?

Ela anda abalada e isso pode ter um tremendo impacto no bem-estar físico e mental, especialmente na classe C.

**1/3** dos entrevistados estão mais **vulneráveis economicamente**.



**22%**  
estão  
desempregados



**4%**  
na classe A



**11%**  
na classe B



**30%**  
na classe C



**9%**  
são trabalhadores  
informais,  
sem carteira assinada



**6%**  
da classe A



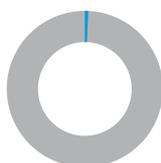
**10%**  
da classe B



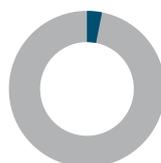
**9%**  
da classe C



**3%** viraram  
empreendedores,  
mas não porque  
queriam e, sim,  
por necessidade



**0,7%**  
na classe A



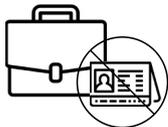
**3%**  
na classe B



**2%**  
na classe C

## OS ÚLTIMOS MESES

Entre os **54%** que estão trabalhando:



Além dos **9%** com trabalho informal, temos...



**31%**  
contratados com carteira assinada



**14%**  
trabalhando **por conta própria**, sendo **11%** porque queriam mesmo ser autônomos

BASE: 2.084 ENTREVISTAS

Mais da metade dos que trabalham ainda estão em **home-office**.



**21%**  
só estão trabalhando de casa



**36%**  
trabalham em casa e na empresa



**43%**,  
exclusivamente na empresa

## FICAR EM CASA É PARA QUEM PODE

Só **18%** da **classe C** está em *home-office* exclusivo e **32%** trabalham parcialmente de casa.

Na **classe B**, **25%** e **39%**, respectivamente.

Já na **classe A**, **25%** e **49%**.  
Ou seja, **3 em cada 4 pessoas**.

Adiante, veremos que, no desejo de um dia a dia mais fácil e com tempo para si, pessoas de **todas as classes sociais** sonham em trabalhar mais de casa.

BASE: 1.233 ENTREVISTAS

## PARA COMPLETAR A AMOSTRA:



**12%**  
são aposentados



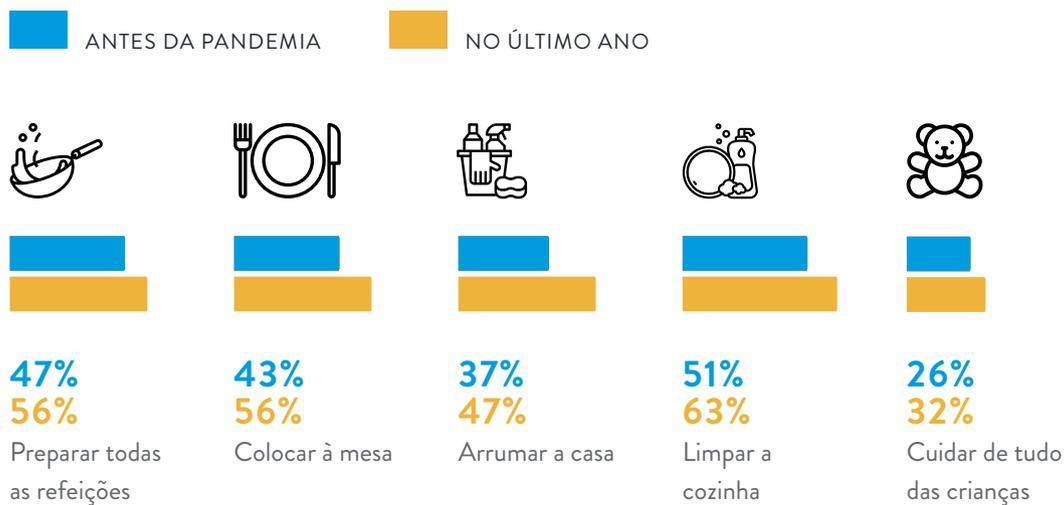
**9%**  
são donas de casa



**2%**  
apenas estudam

#### 4. VOCÊ TAMBÉM SE DEDICA A TAREFAS DOMÉSTICAS?

O aumento nítido de obrigações em casa também pode colaborar para o cansaço.

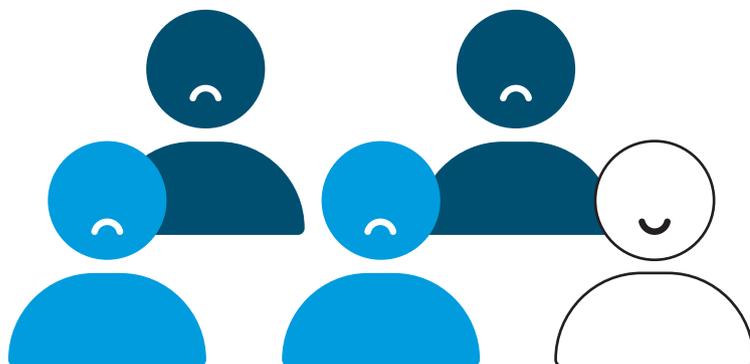


BASE: 2.000 ENTREVISTAS



## 5. E COMO FICA O BEM-ESTAR MENTAL?

Junte as incertezas, o esforço para se adaptar a uma realidade diferente e o excesso de tarefas no dia a dia e temos:



**4 em cada 5** relatam que, de alguma maneira, a mente andou sofrendo.

## 6. VOCÊ TEM DIFICULDADE PARA DORMIR?



A insônia foi queixa de **51%**.

Ela foi mais frequente entre os indivíduos com doenças crônicas



PARA ELES, A DIFILCULDADE FOI MAIOR



**69%**  
das pessoas  
com **doenças**  
**cardiovasculares**



**57%**  
das pessoas  
com diabetes



**55%**  
dos obesos

QUEM TEVE  
INSÔNIA?



**58%**  
das  
mulheres



**42%**  
dos  
homens

PORCENTAGEM DE INSONES (POR FAIXA DE IDADE)



**56%**  
25 a 34 anos



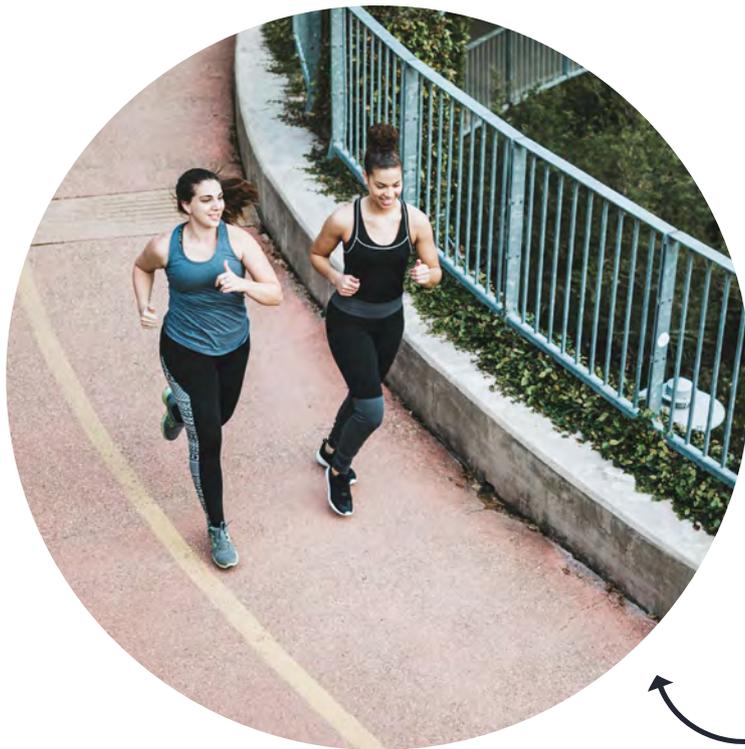
**53%**  
35 a 44 anos



**54%**  
45 a 54 anos



**46%**  
55 ou mais



“Antes, eu caminhava muito e acho que a cabeça ia bem. Aí veio uma ruptura e agora é uma briga interna contra a ansiedade”

Participante da pesquisa qualitativa, **mulher**, entre **25 e 34 anos**. Nos grupos, pessoas com sintomas de ansiedade são aquelas que mais associam uma saúde melhor no futuro com a possibilidade de praticar atividade física, principalmente ao ar livre.

## 7. A ANSIEDADE



**42%**  
**dos entrevistados**  
relataram crises  
de ansiedade  
nos meses anteriores.



Pessoas com **doenças cardiovasculares** parecem ter sofrido mais: entre elas, **60%** tiveram essas crises.



QUEM FICOU ANSIOSO?



**52,5%**  
das  
mulheres



**32%**  
dos  
homens

PESSOAS COM CRISES DE ANSIEDADE (POR FAIXA DE IDADE)



**56%**  
25 a 34 anos



**45%**  
35 a 44 anos



**41%**  
45 a 54 anos



**34%**  
55 ou mais

## 8. A QUESTÃO DA DEPRESSÃO



**19% das pessoas**  
se sentiram deprimidas.

A porcentagem é bem maior  
entre quem tem doença crônica.



**36%**  
das pessoas  
com **doenças**  
cardiovasculares



**31%**  
das pessoas  
com diabetes



**32%**  
dos obesos

QUEM SENTIU?



**23%**  
das  
mulheres



**15%**  
dos  
homens

QUANTOS FICARAM DEPRIMIDOS (POR FAIXA DE IDADE)



**23%**  
25 a 34 anos



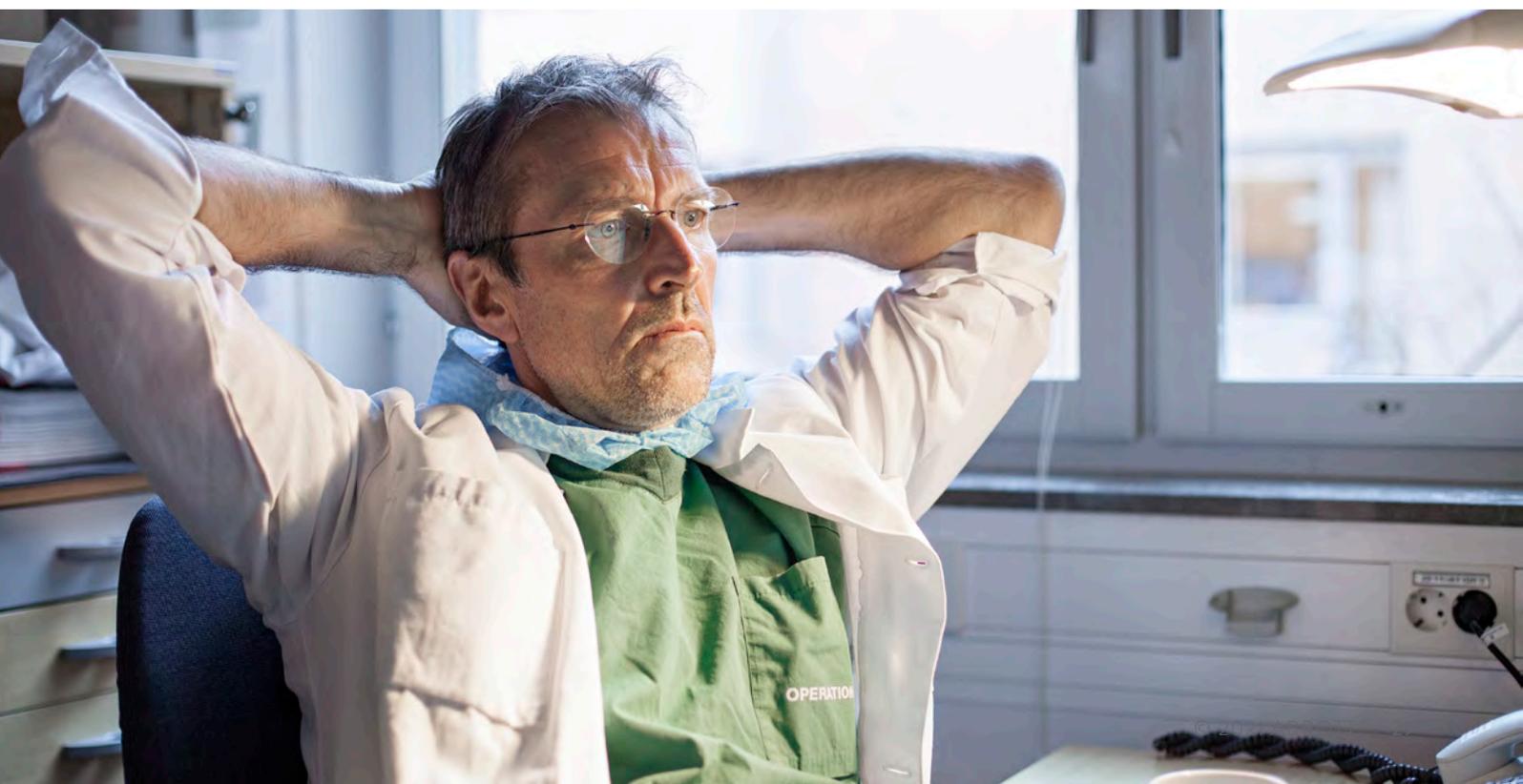
**19%**  
35 a 44 anos



**18%**  
45 a 54 anos



**18%**  
55 ou mais



## 9. ALTERAÇÕES DO APETITE



O apetite aumentou para **38%**.



61% dos indivíduos com obesidade contaram que sentiram mais desejo por comida do que antes.



QUEM SENTIU O APETITE AUMENTAR?



**45%**  
das  
mulheres



**31%**  
dos  
homens

O AUMENTO DO APETITE (POR FAIXA DE IDADE)



**53%**  
25 a 34 anos



**41%**  
35 a 44 anos



**38%**  
45 a 54 anos



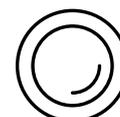
**26%**  
55 ou mais



**17% notaram**  
perda de apetite.



23% das pessoas com **obesidade** sentiram a mesma coisa.



QUEM SENTIU?



**20%**  
das  
mulheres



**14%**  
dos  
homens

A DIMINUIÇÃO DO APETITE (POR FAIXA DE IDADE)



**24%**  
25 a 34 anos



**20%**  
35 a 44 anos



**16%**  
45 a 54 anos



**12%**  
55 ou mais

## 10. OUTROS PROBLEMAS EMOCIONAIS



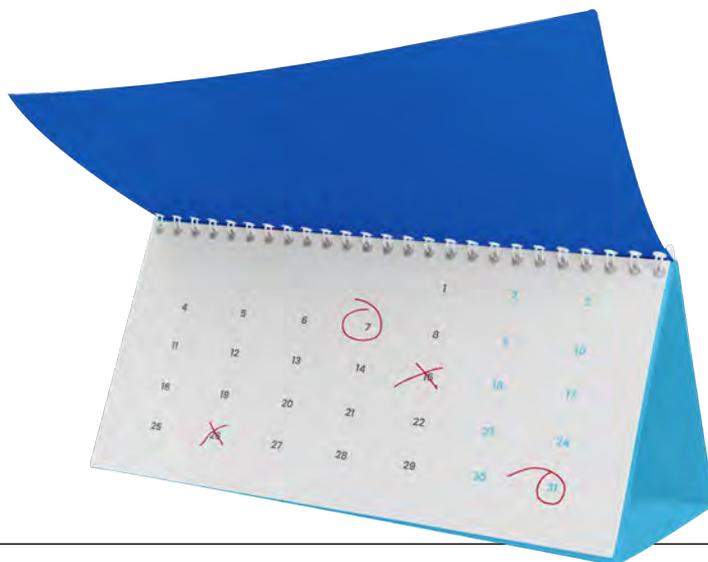
11%

Embora seja um mal-estar físico, vale notar que **1 em cada 5 pessoas** conta que sua pressão subiu nos últimos meses. Isso aconteceu com **35%** dos entrevistados **acima de 55 anos** e com **36%** daquelas pessoas que já declaravam ter **hipertensão**.

Ao ver todas as queixas, fica claro que a faixa etária mais impactada é a mais jovem, entre 25 e 34 anos.

### 11. VOCÊ FEZ ATIVIDADE FÍSICA REGULARMENTE?

**70%** disseram que sim. Mas, olhando a frequência, talvez não tenham feito o suficiente.



### 12. COM QUAL FREQUÊNCIA SE EXERCITA?

**3 vezes por semana**, em média.



**14%**  
Todos os dias



**17%**  
5 ou 6 dias por semana



**27%**  
3 ou 4 dias por semana



**22%**  
1 ou 2 dias por semana



**20%**  
3 ou 4 dias por semana



**42%** provavelmente se exercitaram menos do que a recomendação da Organização Mundial da Saúde, que é de 300 minutos semanais de atividade física moderada ou 150 minutos de atividade intensa por semana.

### 13. COM QUEM VOCÊ ANDA PRATICANDO ATIVIDADE FÍSICA?



83%

sozinho



17%

acompanhado

### 14. ONDE MAIS GOSTA DE FAZER ATIVIDADE FÍSICA

“A gente descobriu que não precisa ficar preso às academias. Existem parques e até praças com equipamentos de exercício comunitários. Existem, ainda, aulas *on-line* com *personal trainer* de ginástica, dança... No futuro, até por ser mais fácil e acessível, acho que vamos fazer mais atividade física ao ar livre.”

Participante da etapa qualitativa, entre 26 e 35 anos.

A descoberta de uma certa autonomia para a prática regular de exercícios foi comum entre as pessoas que continuaram ativas fisicamente. No entanto, esses mesmos indivíduos relataram um aumento no desafio da regularidade: sem data, nem hora marcada para treinar, com uma frequência maior do que antes deixaram o exercício para depois.



31%

Em casa



25%

Na rua



17%

Na academia



18%

Em parques ou praças



4%

Na praia



1%

No clube



4%

Em outros lugares

## 15. QUEM FICOU PARADO

**30%** contaram que não fizeram atividade física regularmente nos últimos tempos.



## 16. POR QUE PAROU, PAROU POR QUÊ?

Em uma lista de possíveis motivos para não fazer exercício, saiba a porcentagem de pessoas que apontaram cada um deles em primeiro lugar, como o maior de todos, ou entre os três principais obstáculos.

 1.º LUGAR

 ENTRE OS TRÊS MAIORES OBSTÁCULOS



**22% | 53%**

Até tenho vontade, mas sinto preguiça



**21% | 48%**

Estou sem dinheiro para gastar com atividade física



**15% | 42%**

Não tenho tempo



**17% | 39%**

Não gosto mesmo de fazer exercício



**11% | 35%**

Não ando com vontade porque me sinto deprimido e desanimado



**8% | 21%**

Tenho limitações físicas



**6% | 20%**

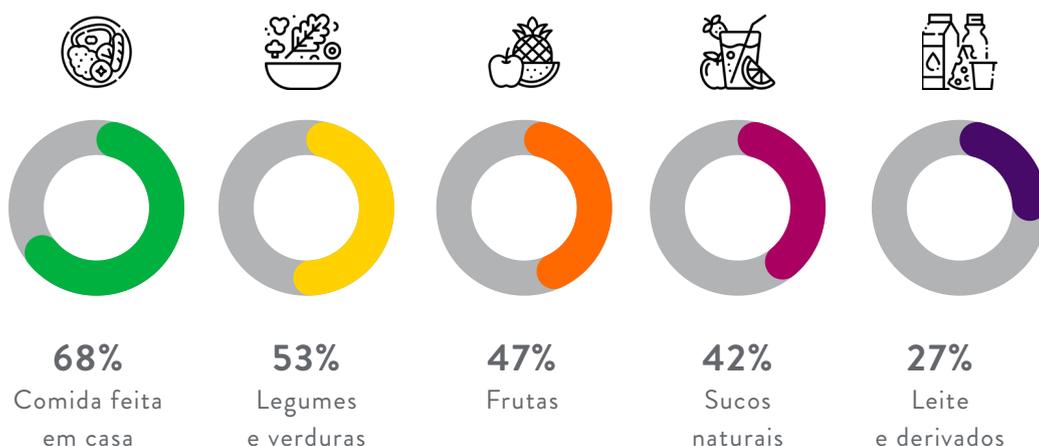
Tenho outros motivos

NA PESQUISA QUANTITATIVA, AQUELAS PESSOAS QUE ASSUMIRAM NÃO GOSTAR DE FAZER EXERCÍCIO TAMBÉM SONHARAM COM ALGO, COMO UMA ASSISTENTE VIRTUAL, CAPAZ DE MOTIVÁ-LAS A MOVIMENTAR O CORPO.

## 17. AO SE ALIMENTAR, O QUE VOCÊ PASSOU A CONSUMIR MAIS?

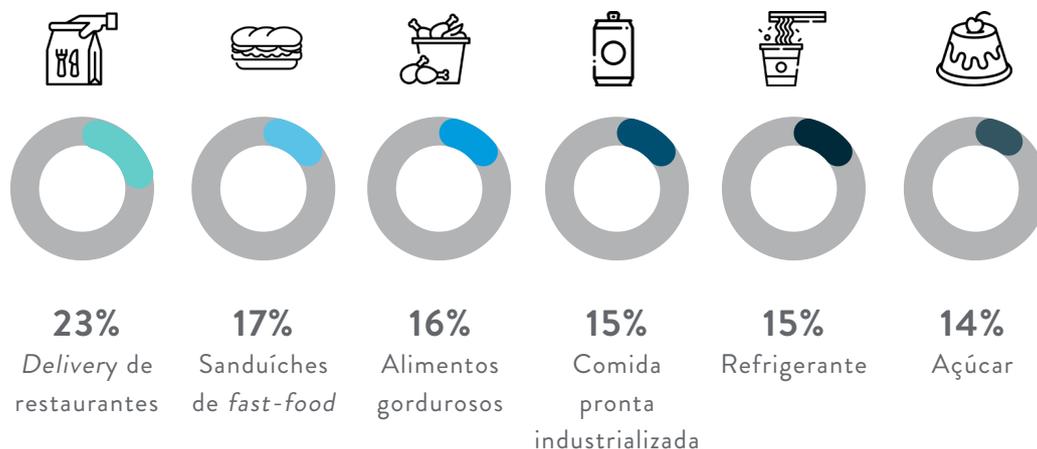
A partir das respostas, percebemos mudanças na alimentação que podem até surpreender, sendo mais positivas do que o esperado.

No balanço, mais gente aumentou o consumo de alimentos associados a uma dieta equilibrada e diminuiu a ingestão de itens não tão saudáveis.

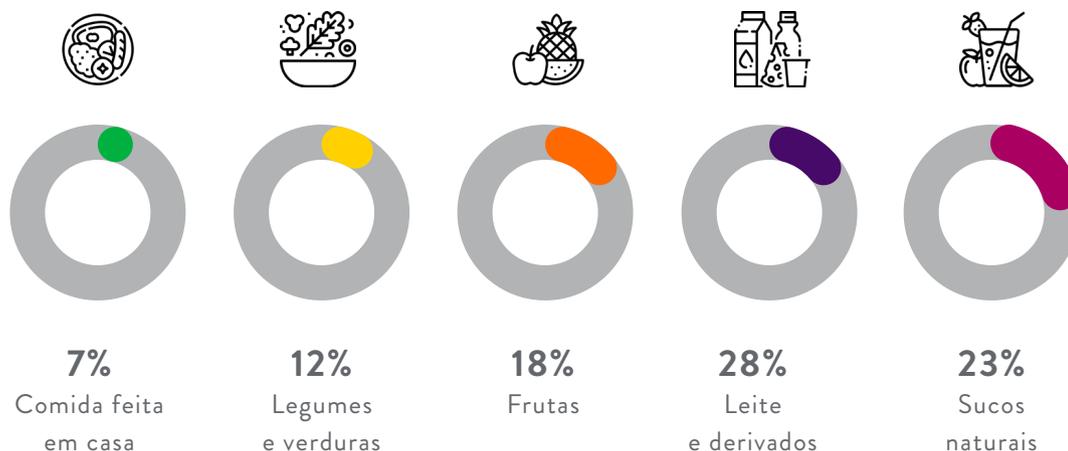


Boa notícia: **8 em cada 10 pessoas** aumentaram o consumo de pelo menos um dos itens acima, considerados mais saudáveis.

Mas **4 em cada 10 pessoas** criaram ou intensificaram pelo menos um dos hábitos de consumo alimentar abaixo, considerados menos saudáveis. A maior concentração é de jovens.

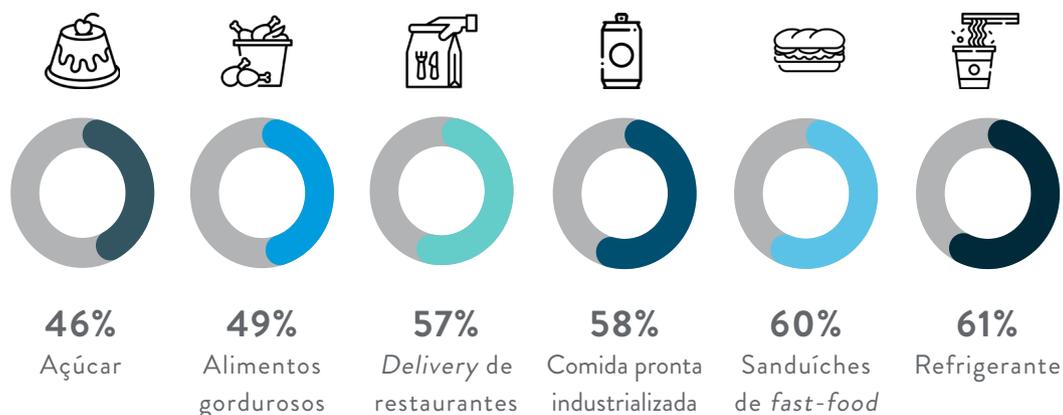


### 18. AO SE ALIMENRAR O QUE VOCÊ PASSOU A CONSUMIR MENOS?



Quase a **metade dos entrevistados**, ou **49%**, reduziu pelo menos um bom hábito alimentar.

Em compensação, **8 em cada 10 pessoas**, ou **85%**, diminuíram pelo menos um hábito tido como menos saudável.



### 19. ENTREGA DE REFEIÇÃO

Dados do setor de delivery mostram um salto de 155% no número de usuários brasileiros de março de 2020 a março de 2021\*.

A quantidade de pedidos cresceu expressivos 975%. No entanto, pelos dados desta pesquisa, quem impulsionou esse crescimento foram as classes A e B. Em média, 32% dos entrevistados de ambas afirmaram que estavam pedindo mais comida por delivery, contra 18% dos indivíduos da classe C.

\* FEA | USP

# O preço da fruta

**1 em cada 5** pessoas na **classe C** diminuiu o consumo de frutas contra **1 em cada 10** nas **classes A e B**.



## 20. SUPLEMENTOS ALIMENTARES

**15%** dos entrevistados passaram a usar ou aumentaram o consumo de suplementos alimentares.

Em compensação, **61%** passaram a usá-los menos.



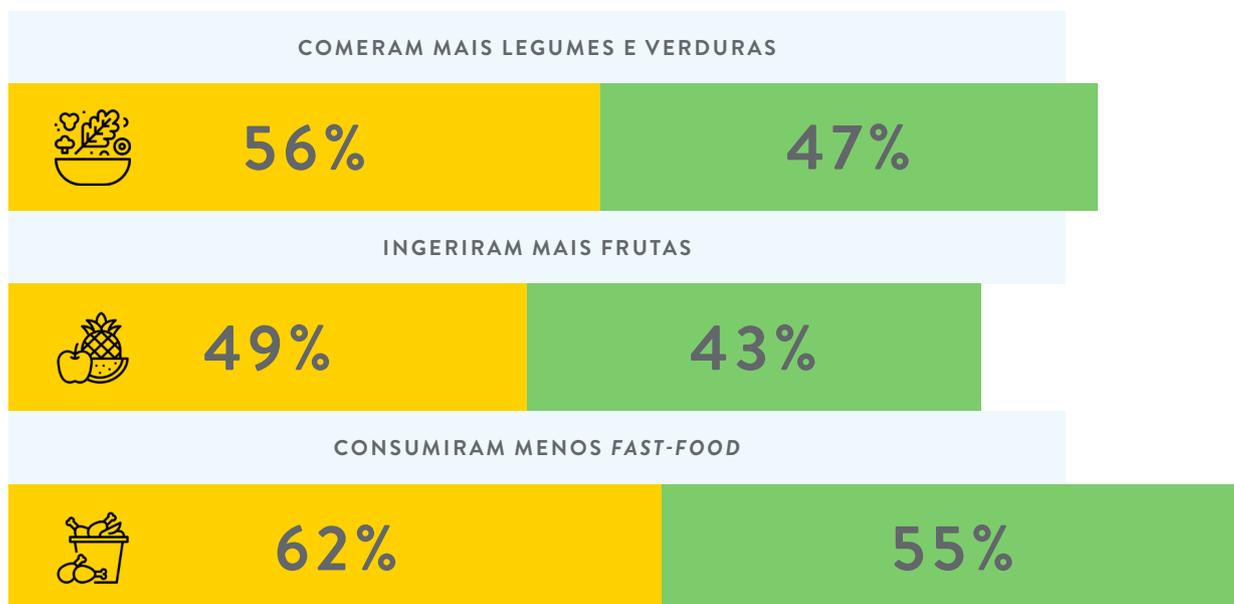


## 21. A MENINADA EM CASA

Quem mora com crianças e adolescentes parece ter ficado mais estimulado a mudar alguns hábitos. Veja, a seguir, a diferença.

COM FILHOS

SEM FILHOS



## 22. VOCÊ QUER MANTER ESSE PADRÃO ALIMENTAR DAQUI PARA FRENTE?

56% disseram que sim.



28% acham que sua alimentação melhorou e, por isso, querem mantê-la desse jeito com certeza



Outros 28% dizem que **provavelmente** irão manter os hábitos adquiridos



24% estão indecisos. Dizem que talvez sim, talvez não



11% afirmam que provavelmente não manterão



9% têm certeza de que irão se alimentar de um modo diferente no futuro

**73%**  
QUEREM CONTINUAR  
CONSUMINDO  
MAIS COMIDA CASEIRA  
QUE ANTES

**70%** PRETENDEM SEGUIR  
TOMANDO MENOS REFRIGERANTE  
DO QUE NO PASSADO

E **69%** NÃO QUEREM  
VOLTAR A COMER TANTO *FAST-FOOD*.  
SE OLHAMOS SÓ PARA PESSOAS COM  
DOENÇAS CARDIOVASCULARES,  
ESSE NÚMERO SOBE PARA **76%**

### A VONTADE ACIMA É A MESMA DE:

- 76% das pessoas com **diabetes**.
- 79% dos que têm alguma doença **cardiovascular**.

- 62% dos indivíduos com **obesidade**. Aliás, 25% das pessoas com obesidade consumiram menos comida caseira nos últimos meses e querem continuar assim.

### 23. O CONSUMO DE *DELIVERY*

Entre aqueles que declararam estar acima do peso e que passaram a pedir mais *delivery* nos meses recentes, **34%** gostaram da experiência e querem continuar com esse hábito. Para se ter ideia, na população geral, apenas **20%** pretendem seguir consumindo muita comida *delivery*, como acabaram fazendo nos últimos tempos.



### 24. ALIMENTOS INDUSTRIALIZADOS



Pena, mas **22%** dos indivíduos com excesso de peso que aumentaram o consumo de comida pronta industrializada nos últimos meses têm a intenção de continuar levando uma quantidade maior desse tipo de alimento para casa.

Na população geral, olhando para aqueles que compraram mais comida pronta nos supermercados, só **10%** acham que farão disso uma rotina no futuro.

“Uma vez passei pela nutricionista, porque achava que estava um pouco acima do peso. Não imaginava que, depois de me examinar e tirar algumas medidas, ela diria que eu estava na faixa de obesidade.”

Participante da fase qualitativa da pesquisa, no grupo entre 36 e 45 anos. A maioria, diga-se, declarou ter ganhado peso nos últimos 15 meses e, no caso, o *home-office* foi frequentemente apontado como o vilão. A percepção geral, nos grupos, foi a de que o número de vezes em que buscam algo para comer ao longo do dia aumentou. E o tamanho das porções, também.

## 25. A PROCURA POR PROFISSIONAIS DE SAÚDE

É preocupante notar que, ao longo de quase um ano e meio, seja por receio ou por dificuldade de encontrar um serviço de saúde, **4 em cada 10 entrevistados** não foram ao médico e que **metade** não procurou outros profissionais de saúde, como psicólogos

para ajudá-los nas queixas de ansiedade e depressão, por exemplo.

Apesar dos avanços do teleatendimento, **somente 16%** fizeram alguma consulta a distância. No entanto, entre os que tiveram essa experiência, a impressão foi favorável.

**60%** consultaram o **médico**.



**47%**  
só consultas  
presenciais



**8%**  
tanto consultas por **telemedicina**  
quanto **presenciais**



**5%**  
só se consultaram **a distância**,  
por telemedicina

**47%** consultaram **outros profissionais de saúde**.



**37%**  
só consultas  
presenciais



**6%**  
consultas por  
**teleatendimento**  
quanto **presenciais**



**4%**  
só se consultaram  
**à distância**

**62%** fizeram **exames laboratoriais**.



**56%**  
foram ao  
**laboratório**



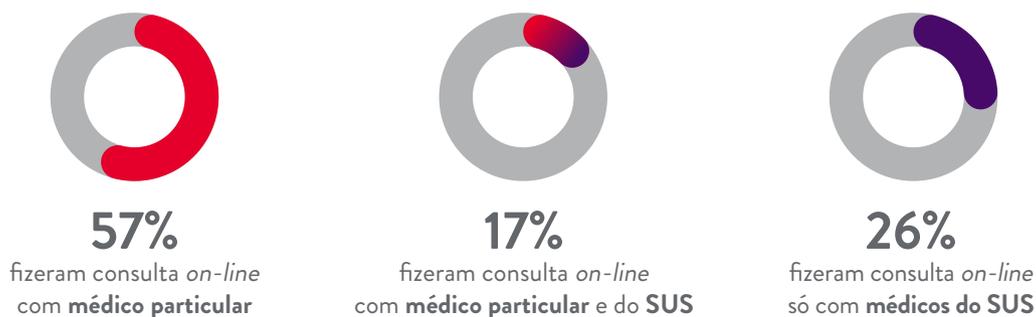
**5%**  
tanto fizeram exames  
em **laboratório**  
quanto usaram  
**atendimento domiciliar**



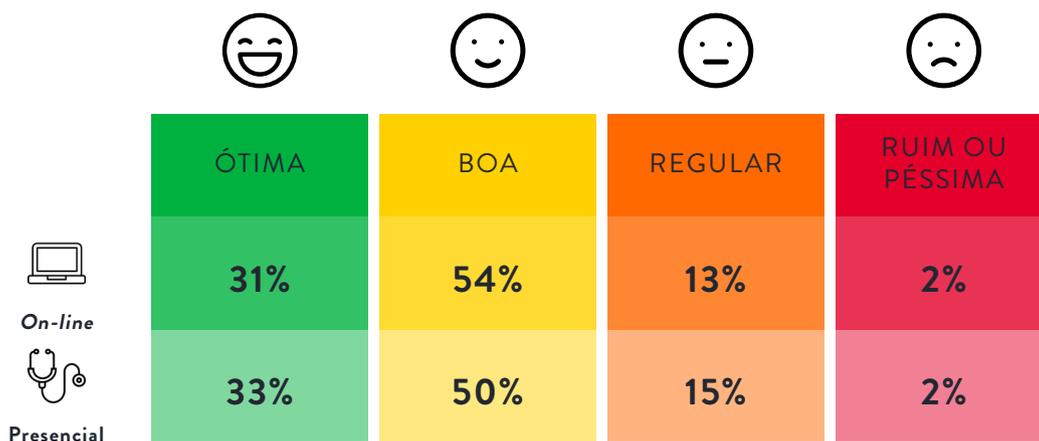
**2%**  
só fizeram  
exames com  
**atendimento domiciliar**

## 26. O ACESSO PELA TELEMEDICINA

Ela foi mais comum entre os usuários da rede privada.



## 27. QUAL A IMPRESSÃO SOBRE AS CONSULTAS QUE FEZ NESSE PERÍODO?



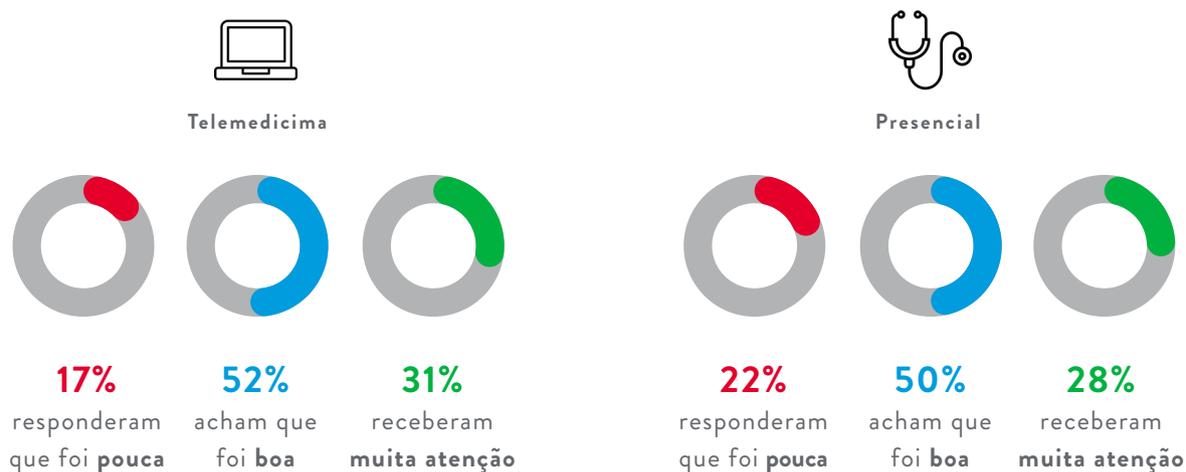
Não há uma grande diferença de satisfação com a consulta realizada *on-line* em relação à presencial. No entanto, quando se foca naqueles que passaram pelos dois tipos de atendimento, 20% acham que a consulta a distância foi regular ou ruim, talvez porque a comparem com a experiência que tiveram no consultório.



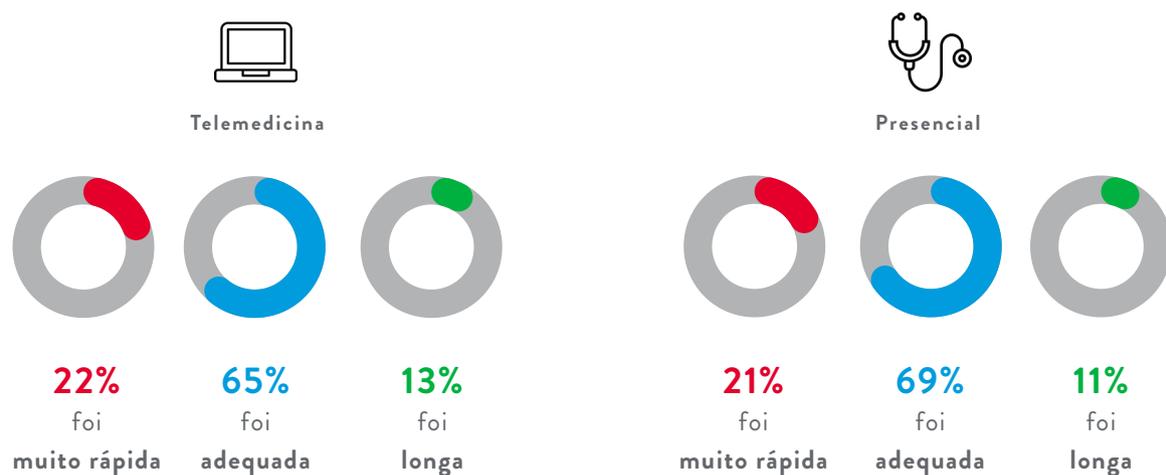
## 28. A AVALIAÇÃO DO ATENDIMENTO



### ATENÇÃO DADA AO PROBLEMA



### DURAÇÃO DA CONSULTA



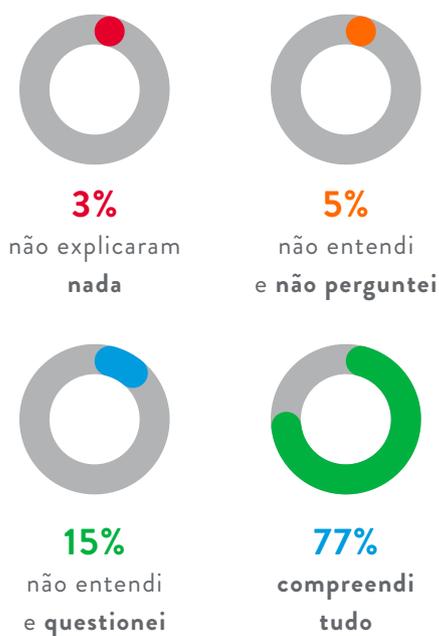
## OS ÚLTIMOS MESES



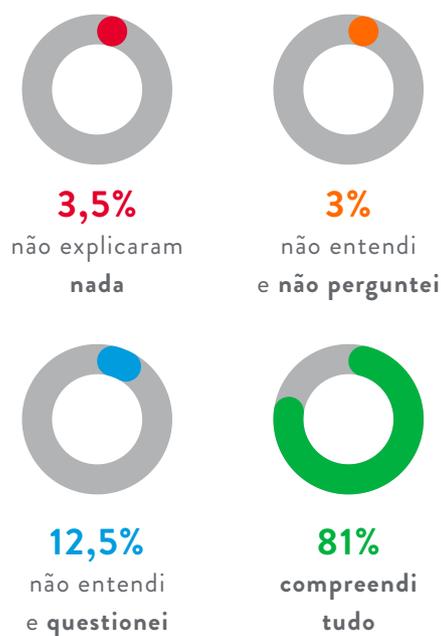
### COMPREENSÃO DAS ORIENTAÇÕES



#### Telemedicina



#### Presencial



### CONHECIMENTO DOS DADOS CLÍNICOS

% dos que sentiram que o profissional estava por dentro da sua saúde

**12%**  
Telemedicina

**10%**  
Presencial



### E A RECEITA?

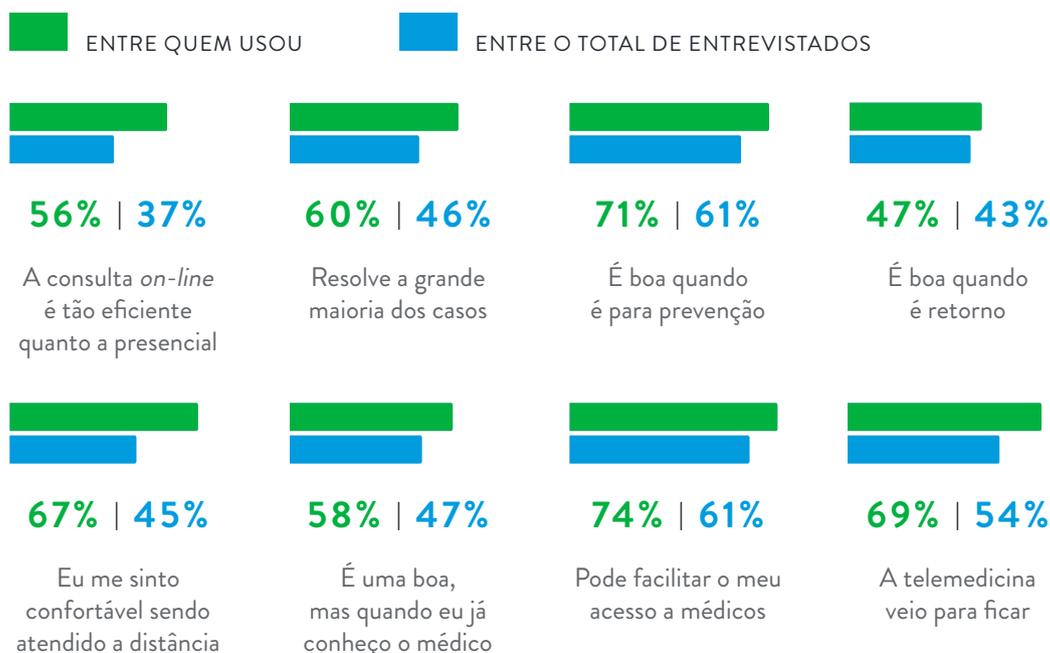
A avaliação da consulta por telemedicina, em geral, foi muito parecida com a da consulta *on-line*. A maior diferença foi que **24%** dos que se consultaram a distância **não receberam qualquer prescrição**, enquanto apenas **5%** dos que foram ao consultório saíram de lá sem uma receita médica.



## 29. QUAL A SUA PERCEPÇÃO DA TELEMEDICINA?

Ela é melhor entre aqueles que, de fato, já tiraram proveito de uma consulta *on-line*. A seguir, algumas afirmações com a porcentagem dos que concordam ou

concordam em parte. Compare a opinião de quem passou por pelo menos uma consulta *on-line* com a dos entrevistados em geral.



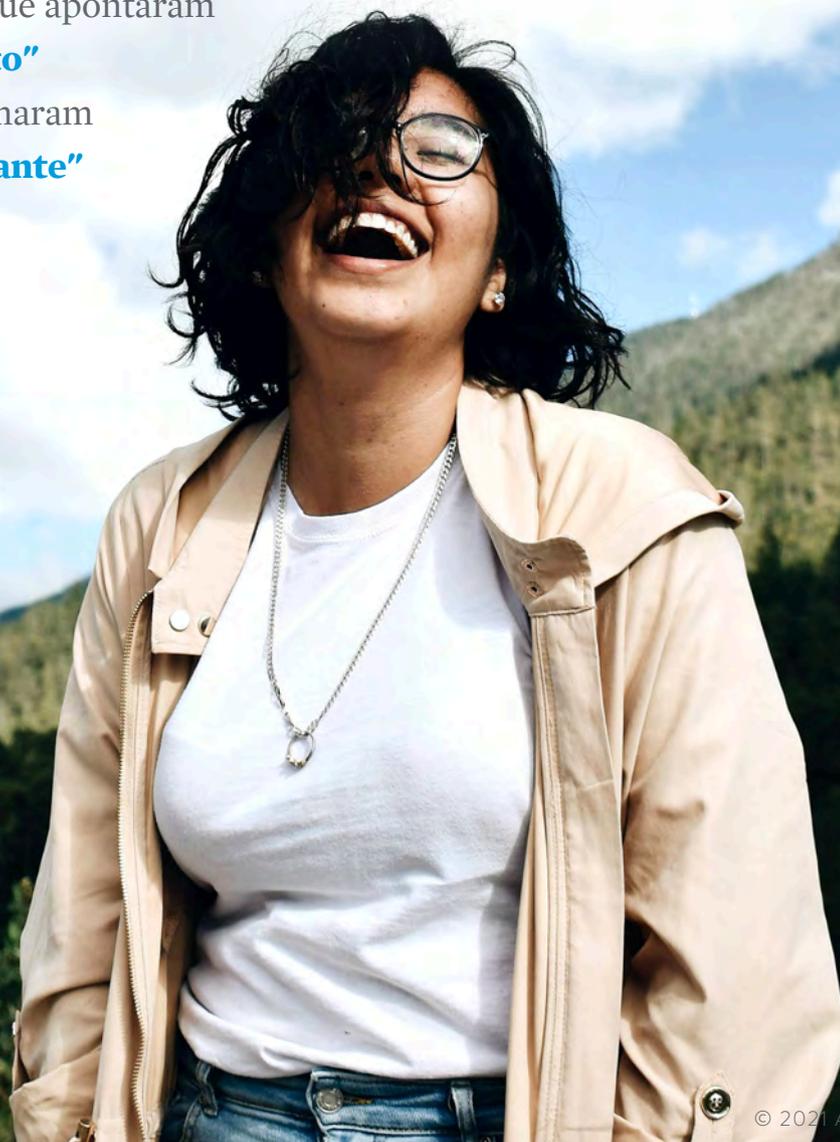
# Um futuro melhor

Quando pensam no amanhã, o que as pessoas querem? Novamente, após escutar os grupos da pesquisa qualitativa, criamos

uma lista de possíveis desejos para um futuro com mais saúde. E depois, no questionário *on-line*, fomos checá-la.

 DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO  DESEJO BASTANTE  OK, DESEJO  
 DESEJO BEM POUCO  NÃO DESEJO

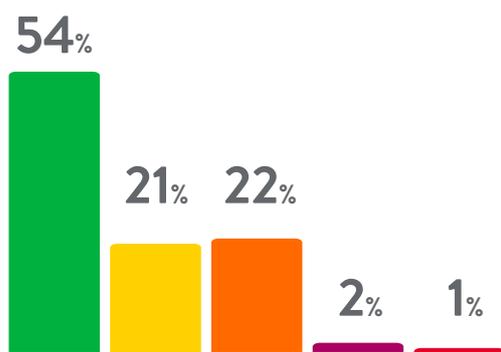
O que irá ver como  
**nível de desejo alto**  
é a soma dos que apontaram  
**“desejar muito”**  
e dos que afirmaram  
**“desejar bastante”**



### 30. PARA TER MAIS BEM-ESTAR, MAIS QUALIDADE NO DIA A DIA



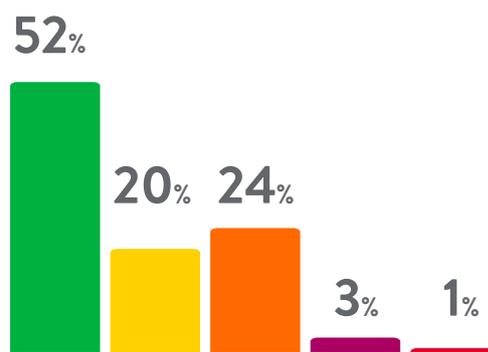
Mais disposição para aproveitar a vida



DESEJO ALTO: 75%



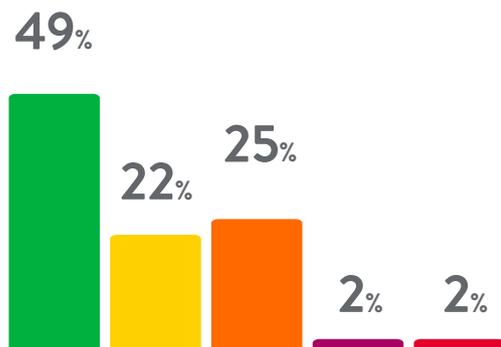
Conviver mais com as pessoas de quem gosto



DESEJO ALTO: 72%



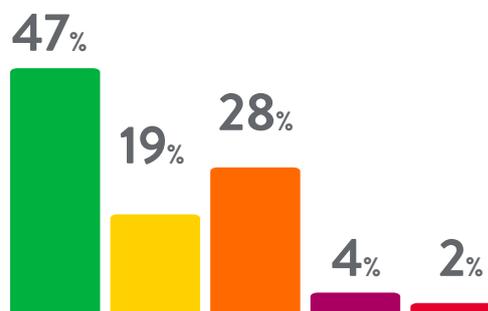
Melhorar ou aumentar minha imunidade



DESEJO ALTO: 71%



Dormir bem

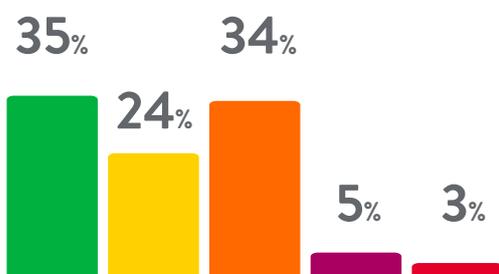


DESEJO ALTO: 66%

■ DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO ■ DESEJO BASTANTE ■ OK, DESEJO ■ DESEJO BEM POUCO ■ NÃO DESEJO



Ter um atendimento médico mais humanizado e personalizado

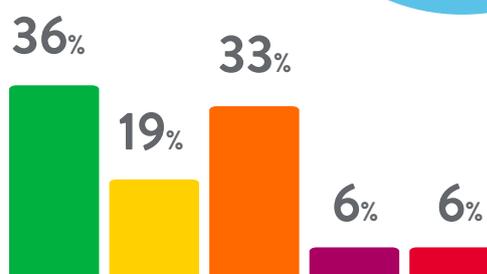


DESEJO ALTO: 59%



Controlar a ansiedade

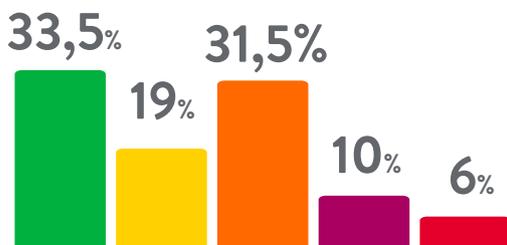
DESEJO APONTADO POR 76% DAS PESSOAS COM OBESIDADE E POR 90%, TAMBÉM, DOS QUE ESTÃO ACIMA DO PESO.



DESEJO ALTO: 56%



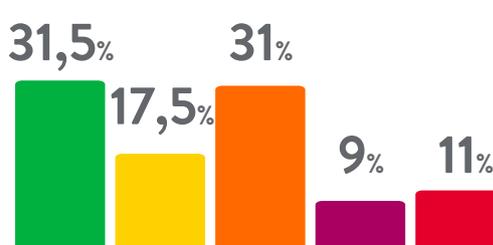
Comer menos açúcar, resistir aos doces



DESEJO ALTO: 52,5%



Perder ou controlar o peso



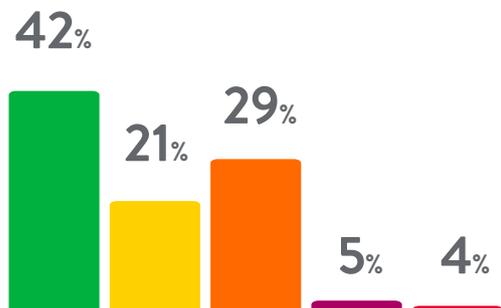
DESEJO ALTO: 49%

■ DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO ■ DESEJO BASTANTE ■ OK, DESEJO ■ DESEJO BEM POUCO ■ NÃO DESEJO

### 31. PARA TER MAIS SAÚDE, O QUE ESPERA DA TECNOLOGIA E DOS EXAMES DE DIAGNÓSTICO?



Ter todos os meus dados clínicos em um lugar só



**DESEJO ALTO: 63%**

A CONCENTRAÇÃO DE RESPOSTAS INDICANDO UM NÍVEL DE DESEJO ALTO FOI NITIDAMENTE MAIOR ENTRE OS INDIVÍDUOS COM DOENÇAS CRÔNICAS E OS ENTREVISTADOS DA CLASSE C.



### O OBSTÁCULO DA SEGURANÇA

Cerca de **9 em cada 10 pessoas** — **91%** — apontaram, em um primeiro momento, que gostariam de ter todas as suas informações clínicas em um único prontuário, por exemplo.

No entanto, quando insistimos um pouco mais nesse assunto, os números revelam certa desconfiança em relação à segurança de seus dados. **Perguntamos:**

**32. VOCÊ CRIARIA UMA ESPÉCIE DE CONTA PESSOAL CLÍNICA, COM TODAS AS SUAS INFORMAÇÕES DE SAÚDE, SE ELA TIVESSE A MESMA SEGURANÇA DE UMA CONTA BANCÁRIA?**

**36%**, com certeza  
**43%**, provavelmente, mas ainda não há certeza

Portanto, daqueles 91% que tinham esse alinhamento, restam 79% que estão dispostos a ver suas informações de saúde reunidas em um prontuário eletrônico único.

**33. E VOCÊ COMPARTILHARIA ESSA SUA “CONTA PESSOAL CLÍNICA” COM O MÉDICO OU COM OUTROS PROFISSIONAIS DE SAÚDE?**

**49,5%**, com certeza  
**9,5%**, dizem que talvez sim, talvez não.

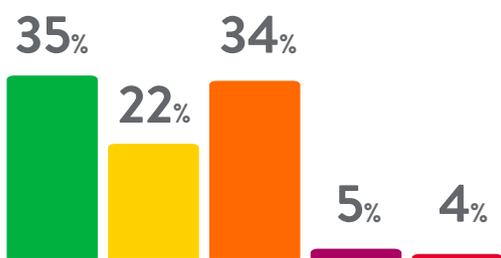
Restam 41,5% com uma intenção mais forte de ter seus dados reunidos e compartilhados.

■ DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO ■ DESEJO BASTANTE ■ OK, DESEJO ■ DESEJO BEM POUCO ■ NÃO DESEJO

AINDA EM MATÉRIA DE TECNOLOGIA E DIAGNÓSTICO

Identificar a tempo sinais de depressão

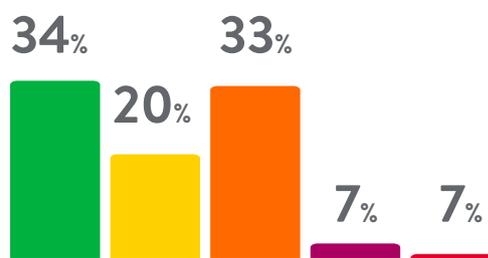
É O MAIOR DESEJO DE 40% DOS MAIS JOVENS.



DESEJO ALTO: 57%



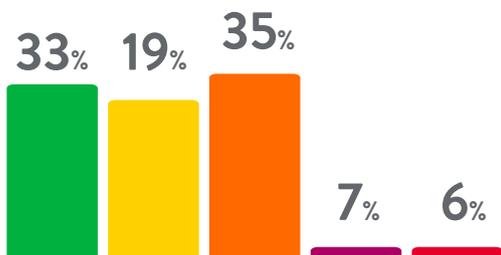
Monitorar a distância a saúde de quem eu amo



DESEJO ALTO: 54%



Conhecer minha predisposição genética para doenças

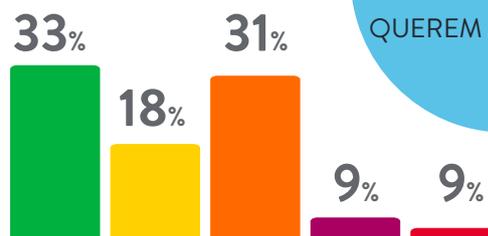


DESEJO ALTO: 52%



Um dispositivo capaz de monitorar meu organismo e indicar o risco de eu ficar doente

40% DAS PESSOAS QUE RELATARAM CRISES DE ANSIEDADE QUEREM MUITO ISSO.

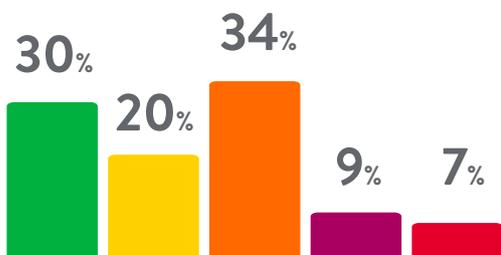


DESEJO ALTO: 51

■ DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO ■ DESEJO BASTANTE ■ OK, DESEJO ■ DESEJO BEM POUCO ■ NÃO DESEJO



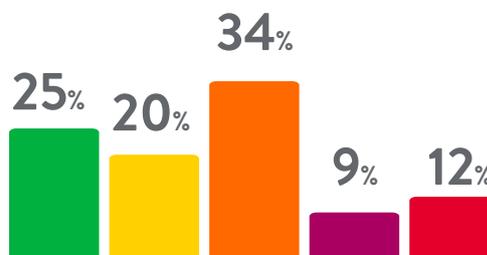
Fazer os exames de rotina na farmácia e/ou fazer exames confiáveis com resultado na mesma hora, reforçando o desejo de facilidade



DESEJO ALTO: 50%



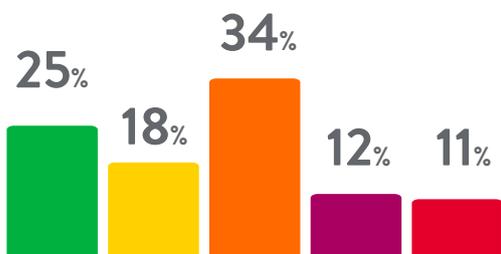
Ter algum monitor capaz de acompanhar minhas taxas de colesterol no dia a dia, como existe para a glicose



DESEJO ALTO: 45%



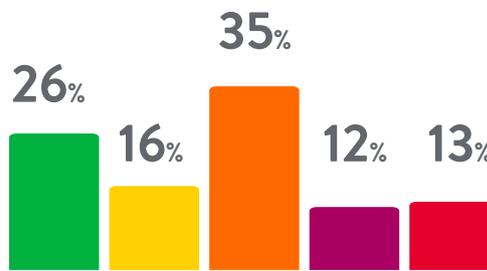
Ter dispositivos que permitam ao médico examinar meu organismo e checar sinais de saúde em consultas *on-line*



DESEJO ALTO: 43%



Ter um assistente virtual capaz de interpretar meus exames e dar orientações personalizadas de prevenção no dia a dia

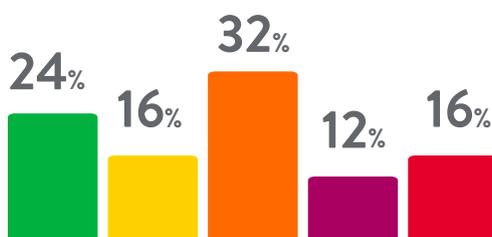


DESEJO ALTO: 42%

■ DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO ■ DESEJO BASTANTE ■ OK, DESEJO ■ DESEJO BEM POUCO ■ NÃO DESEJO



Ter acesso a dispositivos para acompanhar minha glicose ininterruptamente



**DESEJO ALTO: 40%**

■ DESEJO MUITO, QUASE MAIS QUE TUDO ■ DESEJO BASTANTE ■ OK, DESEJO ■ DESEJO BEM POUCO ■ NÃO DESEJO



### 34. O QUE VOCÊ REALMENTE ESTÁ DISPOSTO A FAZER PARA TER MAIS SAÚDE?

Isto foi o que também buscamos compreender: mais do que colecionar desejos, até que ponto as pessoas realmente estão dispostas a tomar alguma atitude em prol da saúde no futuro. Descobrimos, então, três principais áreas em que mais estão dispostas a agir.

## Elas querem manter novos hábitos positivos

**90%** querem manter aqueles hábitos que consideram saudáveis e que adotaram especialmente nos últimos meses

**64%**  
QUEREM,  
INCLUSIVE,  
INTENSIFICÁ-LOS



## DEVEM VALORIZAR MAIS O DIAGNÓSTICO

**67%** afirmam que irão dar atenção e, se viável, até gastarão mais em exames de diagnóstico no futuro.

**27%**  
PRETENDEM INVESTIR MUITO MAIS NISSO DO QUE FAZIAM NO PASSADO

## QUEREM UM DIA A DIA MAIS *ON-LINE*

**18%**  
PRETENDEM FAZER ATÉ MAIS ATIVIDADES PELO COMPUTADOR DO QUE SE ACOSTUMARAM A REALIZAR NOS ÚLTIMOS MESES

**45%** gostariam de manter o trabalho, nem que seja parcialmente, em *home-office* e usar mais o teleatendimento em saúde.

Isso não significa que as pessoas não se sentiram sozinhas, nem experimentaram a falta do escritório e dos colegas.

Tanto que **41%** apontam como uma das primeiras atitudes no futuro desejado é sair para jantar e almoçar fora, sozinhas ou com amigos.

No entanto, a percepção do mundo

conectado, para a maioria dos entrevistados, se encaixa com as duas palavras mais apontadas como representativas do que buscam em um futuro melhor: **autonomia e facilidade.**

Elas querem cuidar da própria saúde sem dependerem tanto de acesso a hospitais, nem de consultas presenciais. Querem receber orientação sem perder o tão precioso tempo.



### 35. O QUANTO VOCÊ QUER LEVAR NOVOS HÁBITOS ADIANTE?

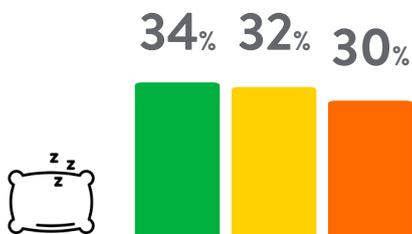
Entre comportamentos e hábitos que surgiram ou se tornaram mais fortes durante a pandemia, aproveitar os momentos em família, fazer atividade física ao ar livre e dormir bem são os três que mais despertam a

vontade de manter ou melhorar cada vez mais.

Importante observar que o critério do que seria um bom hábito foi apontado pelos participantes da pesquisa.

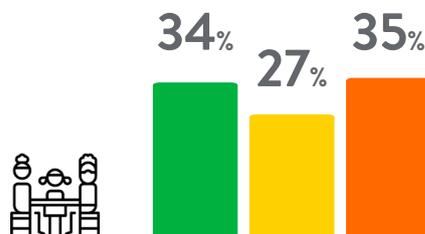
 VOU FAZER ISSO MUITO MAIS  VOU FAZER MAIS  
 VOU FAZER IGUAL  CONTRAPONTO

Cuidar para ter um sono de qualidade: as pessoas associam dormir bem com saúde mental e com uma maior imunidade



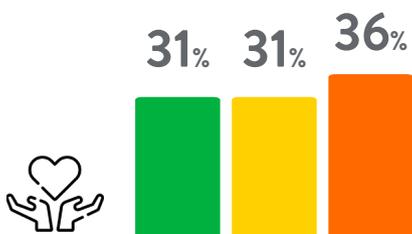
 Só 3% não acham importante fazer algo para que possam dormir melhor

Fazer as refeições com a família



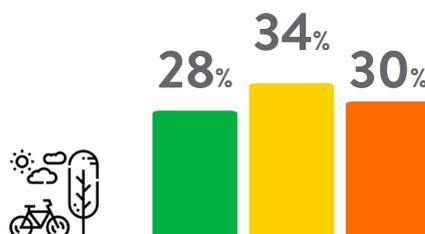
 Só 2% querem fazer bem menos refeições em família

Vou cuidar da saúde dos meus familiares



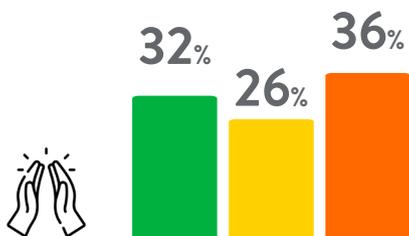
 Apenas 2% querem, no futuro, cuidar menos da família do que nos últimos meses

Vou fazer mais exercícios ao ar livre



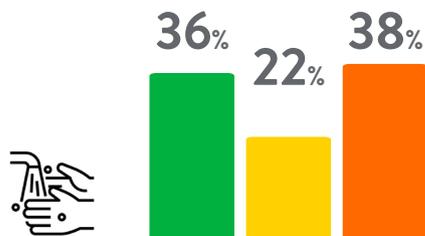
 8% não têm essa intenção

Cultivar a espiritualidade



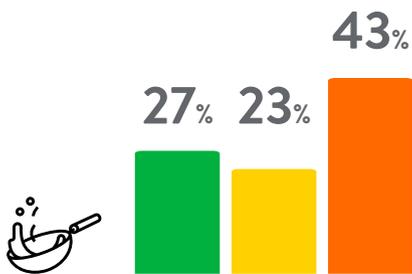
Somente 5% não pretendem cultivar a espiritualidade

Higienizar sempre as mãos



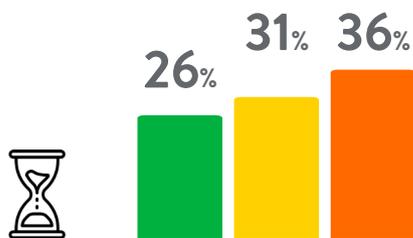
O hábito parece ter chegado para ficar. Só 4% querem lavar menos as mãos ou passar menos álcool em gel no futuro

Cozinhar mais em casa, para si próprio, para família ou para os amigos



3%, porém, preferem um futuro em que possam ir bem menos à cozinha

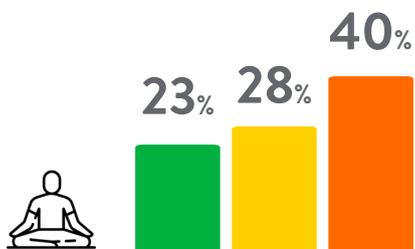
Criar meios para ter mais tempo livre para cuidar de si, conviver com pessoas queridas e aproveitar a vida



5%, no entanto, acham que já têm tempo livre o suficiente

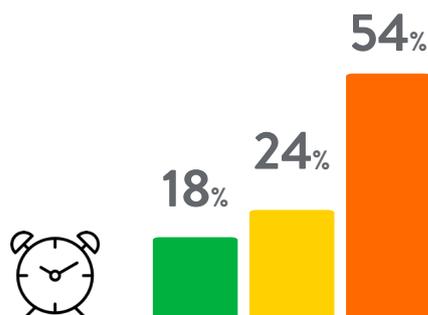
## UM FUTURO MELHOR

Cuidar da saúde mental, fazendo terapia ou com práticas como meditação e ioga



9% não têm planos de fazer algo especificamente por sua saúde mental

Ajustar a agenda para, por exemplo, ter horários definidos para fazer suas refeições



Apenas 4% estão satisfeitos com a sua rotina em matéria de horários

■ VOU FAZER ISSO MUITO MAIS ■ VOU FAZER MAIS ■ VOU FAZER IGUAL ■ CONTRAPONTO



### 36. QUANDO PENSAM NO FUTURO DO DIAGNÓSTICO

**79%** acreditam que novas tecnologias irão criar formas mais rápidas e práticas de obtenção de diagnóstico.

**72%** desejam que surjam testes rápidos para checar a imunidade e revelar doenças infecciosas.

A EXPECTATIVA É MAIOR – 74% – EM PESSOAS QUE NÃO POSSUEM PLANO DE SAÚDE OU DA CLASSE C: 75%

**65%** esperam que os testes de diagnóstico evoluam para chegarem ao resultado com muito menos sangue.



**71%** acreditam que a tecnologia facilitará o seu acesso à saúde.



**1 em cada 5** entrevistados acha que as novas tecnologias de saúde contribuirão para tornar o atendimento médico ainda menos humanizado.

**ESTA PERCEÇÃO É MAIS FORTE ENTRE QUEM TEM UMA DOENÇA CRÔNICA**



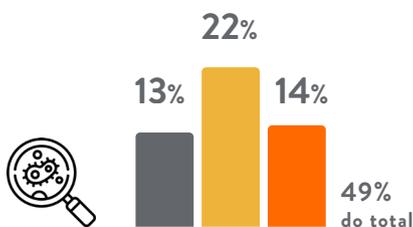
Novas tecnologias tornarão a medicina menos acessível ainda, porque tudo ficará mais caro: **20% dos entrevistados** pensam assim. Praticamente **1/3** das pessoas da **classe A** tem essa percepção.

### 37. QUAIS INOVAÇÕES GOSTARIA DE VER NO FUTURO?

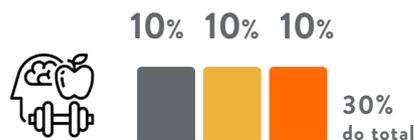
E, mais uma vez, os entrevistados da etapa quantitativa tinham uma lista. Nela, apontaram as três inovações que mais esperam do setor de saúde.



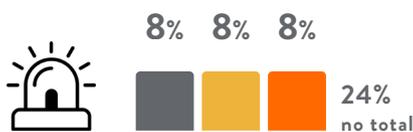
Algo para identificar rápido doenças silenciosas, antes de eu sentir qualquer sintoma e precisar ir ao médico



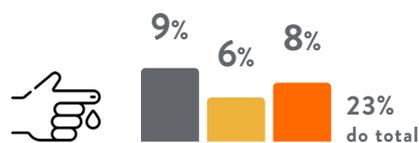
Lançar ferramentas que me motivem a ter hábitos saudáveis



Criar dispositivos que avisem meu médico, ou serviços de emergência, se eu passar mal

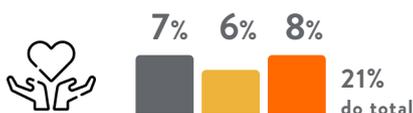


Desenvolver exames laboratoriais mais simples: menos sangue, mais respostas, mais rápidos

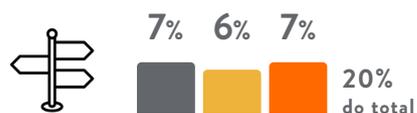


## UM FUTURO MELHOR

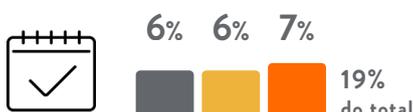
Dispositivos para eu monitorar a saúde de quem eu amo



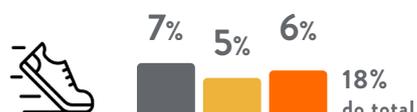
Ter um assistente virtual que me oriente a agir em emergências de saúde



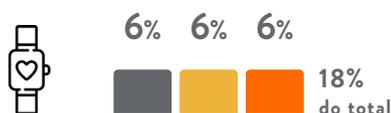
Ter um aparelho capaz de dar orientações individualizadas sobre saúde



Existir um dispositivo para orientar e melhorar a qualidade da atividade física



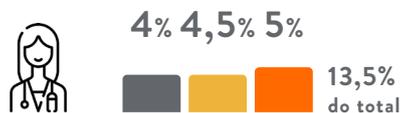
Inovações que façam eu não depender tanto do médico para ter saúde



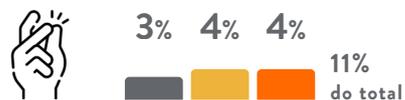
Algo que me ajude a gerenciar a rotina, garantindo tempo para eu relaxar e cuidar da saúde



Tecnologias que façam eu me sentir mais próximo e acolhido pelos profissionais de saúde



Qualquer coisa que facilite e diminua o meu esforço para cuidar da minha saúde



Ferramentas *on-line* que me conectem a pessoas com os mesmos problemas de saúde que os meus



PRIMEIRO LUGAR SEGUNDO LUGAR TERCEIRO LUGAR

Curadoria da pesquisa e edição:  
VITAMINA Conteúdo

Realização da etapa qualitativa:  
A Amarelo

Realização da etapa quantitativa:  
Quantas Pesquisas e Estudos de Mercado

#### **CONTATO**

Comunicação Corporativa  
Email:  
[comunicacao.corporativa@abbott.com](mailto:comunicacao.corporativa@abbott.com)

Agosto 2021

Não distribua ou reproduza sem autorização da abbot.

Abbott é um símbolo e marca registrada para  
Abbott Laboratórios. Todos os direitos são reservados.

VERSÃO 2.0 | © 2021 ABBOTT

