



Comunicato Stampa

Milano, 22 aprile 2025

AXA pubblica la quinta edizione del Mind Health Report, l'indagine globale sul benessere mentale

- L'indagine di AXA condotta da IPSOS sui temi del benessere mentale, su un campione di 17.000 adulti di età compresa tra 18 e 75 anni in 16 paesi, tra cui l'Italia.
- In Italia il benessere mentale mostra piccoli segnali di miglioramento, anche nel confronto con altri Paesi: a dichiarare disturbi collegati al benessere mentale è il 27% della popolazione rispetto al 32% globale.
- Tra le principali preoccupazioni, l'incertezza sul futuro, seguita dall'instabilità finanziaria. Depressione, ansia e stress sono in aumento: il 28% degli italiani dichiara di soffrirne in forma grave o estremamente grave (vs 25% Global).
- Il ruolo delle aziende rimane cruciale: il 41% dei lavoratori italiani vorrebbe che l'azienda mettesse a disposizione politiche a supporto del wellbeing e del benessere mentale.

AXA pubblica la quinta edizione del Mind Health Report, l'indagine globale condotta in collaborazione con IPSOS sul tema della salute mentale¹ su un campione di 17.000 adulti di età compresa tra 18 e 75 anni in 16 paesi, tra cui l'Italia. L'obiettivo è quello di tracciare nel tempo l'andamento del benessere mentale a livello globale, promuovendo una visione olistica della salute e della cultura.

Dall'indagine 2025 emergono piccoli segnali di miglioramento: il numero di italiani che dichiara disturbi collegati alla Mind Health è infatti in leggera diminuzione rispetto al '23 (27%, -1pt vs 2023). Anche a confronto con la media globale, dove la percentuale è pari al 32%, dato stabile dal 2023, **il quadro italiano risulta essere più positivo.**

Il **Mind Health Index**, indice incentrato su 4 profili di benessere mentale² che mira a identificare potenziali situazioni critiche e problemi, **migliora leggermente a livello globale e anche in Italia, dove la percentuale di persone in grave difficoltà**

¹ **Metodologia:** *Studio IPSOS per AXA, condotto online su 17.000 adulti di età compresa tra 18 e 75 anni in 16 paesi in Europa, America e Asia, dal 8 ottobre 2024 all'11 novembre 2024.

² I 4 profili del Mind Health Index: **"Flourishing"**, chi combina benessere sociale, emotivo e psicologico ad un livello di soddisfazione massima; **"Getting by"**, chi mostra benessere in alcune aree, ma con una percezione generale meno intensa; **"Languishing"** chi non si sente al pieno delle proprie capacità e manifesta assenza di benessere positivo; **"Struggling"** chi riporta totale assenza di aree di benessere, in cui la fatica è associata a disagio emotivo e compromissione psicosociale.



è in leggera diminuzione ("Struggling" 14%, -1 & -2 pts vs 2023). Ciononostante, il quadro resta fragile: secondo l'index, quasi il 50% della popolazione riferisce uno stato di medio-forte difficoltà.

Il 70% degli italiani, inoltre, riporta molteplici fattori che impattano la Mind Health: tra le principali preoccupazioni, l'incertezza sul futuro e l'instabilità finanziaria. Depressione, ansia e stress risultano essere in aumento: il 28% degli italiani dichiara di soffrirne in forma grave o estremamente grave (vs 25% Global). Il disturbo più comune risulta essere lo stress: quasi il 70% degli italiani riferisce di soffrirne.

Rispetto alla consapevolezza, il 56% si informa prevalentemente tramite specialisti della salute. Significativamente minore rispetto alla media globale il ricorso a parenti e amici (29% vs 36% Global), o ai programmi educativi messi a disposizione sul posto di lavoro (6% vs 14% Global). Elevato, anche se più basso rispetto al dato global, il numero di italiani che ricorre alle ricerche online per informarsi sui temi del benessere mentale (37% vs 41% Global). Gran parte delle fonti di informazione utilizzate dai più giovani è riconducibile a ricerche online (49%), oltre che al supporto specialistico (49%). A seguire, libri (34%) e social media (32%).

Nel 2024, inoltre, cresce lievemente il numero di quanti si rivolgono a professionisti sanitari per un supporto specializzato (42% vs. 2023 40%), nonostante oltre il 40% degli italiani abbia dichiarato di aver auto-gestito disturbi relativi al benessere mentale (vs 41% global). A livello globale, come in Italia, il 1° strumento per la gestione autonoma dei disturbi è l'esercizio fisico. Segue, al 2° posto nella classifica globale, il rapporto con familiari e amici (41% global vs 31% in Italia), mentre in Italia prevalgono gli hobbies e le interruzioni lavorative (al 4° posto Familiari e amici).

Guardando al mondo del lavoro, i fattori dichiarati che influiscono più negativamente sulla MH dei lavoratori sono: il livello salariale, l'equilibrio vita-lavoro e il carico di lavoro. In Italia, il 76% dei lavoratori (vs 80% global) ha dichiarato che lo stress legato al lavoro ha avuto almeno un impatto sulla vita quotidiana (e.g. difficoltà a dormire, irritabilità o sbalzi d'umore). Il 54% dei lavoratori (vs 41% Global), invece, riporta livelli di stress di intensità pari a 5,5 su 10. A soffrirne maggiormente i giovani tra i 25 e i 34 anni.

Il 72% dei lavoratori italiani (vs 79% global), specialmente giovani tra i 25 e i 34 anni (84%), intende intraprendere almeno un'azione per gestire lo stress legato al lavoro (attività fisica, tempo libero/giorni di ferie, migliorare le skills di gestione del tempo/organizzative). Solo l'11% dei lavoratori italiani cercherebbe supporto professionale per la sua MH, mentre solo il 35% pensa che la sua azienda abbia messo in atto policies a supporto della MH e del benessere dei suoi dipendenti.

In un contesto in continua evoluzione, il ruolo delle aziende è cruciale per migliorare la salute mentale dei propri dipendenti, fornendo strumenti di prevenzione e supporto. Infatti, il 41% dei lavoratori italiani vorrebbe che la propria azienda mettesse a disposizione politiche a supporto del wellbeing e del benessere mentale.

Appendice - Mind Health Index 2025

Per valutare lo stato di benessere mentale, il Gruppo ha elaborato il Mind Health Index, indice che mira a identificare potenziali situazioni critiche e problemi, per fornire indicazioni sulle azioni possibili da mettere in atto cambiando abitudini e stili di vita per migliorare il proprio benessere, configurandosi anche come strumento strategico a supporto di decisori politici, operatori sanitari, imprese ed individui per un approccio olistico di promozione del benessere delle persone.

4 i profili di salute e benessere mentale definiti dalla ricerca: chi combina benessere sociale, emotivo e psicologico ad un livello di soddisfazione massima (Flourishing), chi mostra benessere in alcune aree, ma con una percezione generale meno



intensa (Getting by), chi non si sente al pieno delle proprie capacità e manifesta assenza di un benessere positivo (Languishing) e chi riporta totale assenza di aree di benessere, per cui la fatica è associata a disagio emotivo e compromissione psicosociale (Struggling).

Per maggiori informazioni: <https://corporate.axa.it/axa-mind-health-report>

AXA Italia

Con 154.000 collaboratori e 95 milioni di clienti in 50 Paesi, il Gruppo AXA è tra i leader mondiali nel settore della protezione.

La missione di AXA è aiutare i propri clienti a vivere meglio: per questo collaboratori e distributori presenti sul territorio lavorano ogni giorno per creare prodotti e servizi innovativi e diventare veri partner delle persone e della società.

In Italia oltre 4.000.000 di clienti si affidano ad AXA, forte di una rete altamente professionale di circa 650 agenzie, della compagnia digitale QUIXA Assicurazioni e primario partner bancassicurativo, a partire dal Gruppo Montepaschi.

Per ulteriori informazioni consultare il sito internet: www.axa.it

Media Relations

[AXA Italia](#)

Head of External Communication,
Sustainability & Public Affairs
Giorgia Freddi

Ufficio Stampa
Eleonora Mecarelli
eleonora.mecarelli@axa.it