



**ΑΡΙΣΤΟΤΕΛΕΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ  
ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΥΠΟΥ**

Τηλ. 2310 997158, 2310 997162, 2310 997157, e-mail: [press@auth.gr](mailto:press@auth.gr)  
Κτίριο Διοίκησης «Κ. Καραθεοδωρή» ΑΠΘ, Τ.Κ. 541 24, Θεσσαλονίκη  
[@Aristoteleio](https://www.facebook.com/Aristoteleio) [@auth\\_university\\_thessaloniki](https://www.instagram.com/auth_university_thessaloniki) [@Auth\\_University](https://www.tumblr.com/Auth_University)

**ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ**

**Προκαταρκτικά αποτελέσματα της Παγκόσμιας Μελέτης Υγείας και  
Λειτουργικότητας σε Περιόδους Μεταδοτικών Λοιμώξεων στον  
πληθυσμό της χώρας**

Θεσσαλονίκη, 22/9/2020

Τα πρώτα αποτελέσματα της Παγκόσμιας Μελέτης Υγείας και Λειτουργικότητας σε Περιόδους Μεταδοτικών Λοιμώξεων (Μελέτη COH-FIT) στον πληθυσμό της χώρας παρουσιάζει έπειτα από τη συλλογή στοιχείων και την επεξεργασία τους η ερευνητική ομάδα της Μελέτης για την Ελλάδα.

Το ερευνητικό εγχείρημα προωθείται στη χώρα μας από τη Β΄ Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης σε συνεργασία με περισσότερους από 200 ερευνητές σε ερευνητικούς φορείς και Πανεπιστήμια τουλάχιστον 40 χωρών ανά την υφήλιο και υπό την αιγίδα μεγάλου αριθμού εθνικών και διεθνών επιστημονικών οργανισμών.

Στην Παγκόσμια Μελέτη Υγείας και Λειτουργικότητας σε Περιόδους Μεταδοτικών Λοιμώξεων συμμετείχαν μέχρι τις 31 Αυγούστου 2020 συνολικά 7.467 άτομα, ενώ οι περισσότερες απαντήσεις αφορούν το διάστημα από τις 26 Απριλίου 2020 έως το τέλος Ιουνίου 2020. Η διάμεση ηλικία των ατόμων από την Ελλάδα που απάντησαν στη συγκεκριμένη έρευνα ήταν 41 έτη. Στην έρευνα συμμετείχαν περισσότερες γυναίκες από ό,τι άνδρες (74% έναντι 26%). Η διάμεση ηλικία των γυναικών ήταν 40 έτη και των ανδρών 42 έτη.

Αναλυτικά, μετά τη συλλογή των πρώτων στοιχείων και την ανάλυσή τους, τα προκαταρκτικά αποτελέσματα έχουν ως εξής:

**Ψυχοκοινωνικές επιπτώσεις**

Καταγράφηκε υψηλή επίπτωση της πανδημίας στο στρες, τη μοναξιά και τον θυμό, ενώ παρατηρήθηκε βελτίωση της κοινωνικά επωφελούς συμπεριφοράς.

Ειδικότερα, η πλειονότητα των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών (72%) ανέφερε επιδείνωση του στρες τις τελευταίες 2 εβδομάδες πριν από τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου συγκριτικά με το ανάλογο διάστημα πριν από την πανδημία. Ποσοστό 21% ανέφερε μικρές αλλαγές των επιπέδων του στρες, ενώ ποσοστό 7% έκανε λόγο για βελτίωση των επιπέδων του στρες. Στην έρευνα δεν εντοπίστηκαν διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών στα ποσοστά επιδείνωσης του στρες, ωστόσο, όσον αφορά τα ποσοστά βελτίωσης των επιπέδων του στρες, αυτά ήταν μεγαλύτερα στις γυναίκες από ό,τι στους άνδρες (12% έναντι 9%). Ακόμη, δεν βρέθηκαν ιδιαίτερες διαφορές μεταξύ των νέων (18-39 έτη) και των ατόμων μέσης ηλικίας (40-64 έτη) στα ποσοστά αύξησης (55%), μείωσης (36% έναντι 33%) ή μικρής μεταβολής των επιπέδων στρες (9% στους νέους έναντι 12% στα άτομα μέσης ηλικίας). Αξιοσημείωτο είναι το γεγονός ότι οι ηλικιωμένοι (άνω των 65 ετών) παρουσίασαν το υψηλότερο ποσοστό επιδείνωσης των επιπέδων του στρες, το οποίο έφτασε στο 96%.

Όσον αφορά τη μοναξιά, οι περισσότεροι/ες συμμετέχοντες/συμμετέχουσες (70%) στην έρευνα ανέφεραν επιδείνωση της μοναξιάς τις τελευταίες 2 εβδομάδες πριν από τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου συγκριτικά με το ανάλογο διάστημα πριν από την πανδημία. Ποσοστό 27% ανέφερε μικρές αλλαγές των επιπέδων της μοναξιάς, ενώ μόλις το 3% βελτίωση των επιπέδων της μοναξιάς. Από την έρευνα δεν εντοπίστηκαν διαφορές στα ποσοστά επιδείνωσης, μείωσης ή μη ουσιαστικών μεταβολών μεταξύ των δύο φύλων. Οι νεαροί ενήλικες (18-39 έτη) ανέφεραν μεγαλύτερα ποσοστά επιδείνωσης της μοναξιάς συγκριτικά με τους ενήλικες μέσης ηλικίας (40-64 έτη). Το υψηλότερο ποσοστό επιδείνωσης των επιπέδων της μοναξιάς -έφτασε στο 96%- παρουσίασαν οι ηλικιωμένοι (άνω των 65 ετών).

Αναφορικά με τον θυμό, 71% των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών παρουσίασε επιδείνωση τις τελευταίες 2 εβδομάδες πριν από τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου συγκριτικά με το ανάλογο διάστημα πριν από την πανδημία. Ποσοστό 26% ανέφερε μικρές αλλαγές των επιπέδων του θυμού, ενώ ποσοστό 3% βελτίωση των επιπέδων θυμού. Στην έρευνα καταγράφηκαν διαφορές μεταξύ ανδρών και γυναικών στα ποσοστά μικρών αλλαγών του θυμού (42% στους άνδρες έναντι 39% στις γυναίκες) αλλά όχι στα ποσοστά επιδείνωσης ή μείωσης των επιπέδων του θυμού. Τα ποσοστά επιδείνωσης του θυμού ήταν υψηλότερα στους ηλικιωμένους (96%) αλλά και στους νέους (57%) συγκριτικά με τα άτομα μέσης ηλικίας (53%).

Σε ό,τι αφορά την κοινωνικά επωφελή συμπεριφορά, βελτιώθηκε, σύμφωνα με τα προκαταρκτικά αποτελέσματα της έρευνας, στο 66% των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών, μικρές αλλαγές παρατηρήθηκαν στο 26%, ενώ στο 1% των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών παρατηρήθηκε επιδείνωσή της τις τελευταίες 2 εβδομάδες πριν από τη συμπλήρωση του ερωτηματολογίου συγκριτικά με το ανάλογο διάστημα πριν από την πανδημία. Δεν καταγράφηκαν ιδιαίτερες διαφορές μεταξύ των δύο φύλων, αν και οι άνδρες παρουσίασαν κάπως πιο αυξημένα ποσοστά βελτίωσης της κοινωνικά επωφελούς συμπεριφοράς (43%) έναντι των γυναικών (40%). Διαφορές στα ποσοστά βελτίωσης της κοινωνικά επωφελούς

συμπεριφοράς μεταξύ των νεαρών ενηλίκων και των ατόμων μέσης ηλικίας δεν βρέθηκαν, ενώ οι ηλικιωμένοι βελτίωσαν την κοινωνικά επωφελή συμπεριφορά τους σε ποσοστό 96%.

### **Ίντερνετ, μέσα κοινωνικής δικτύωσης και ΜΜΕ**

Όσον αφορά το Ίντερνετ, τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και τα ΜΜΕ, αναφέρθηκε αύξηση του χρόνου χρήσης τους στο 85% των συμμετεχόντων/συμμετεχουσών από την Ελλάδα στην έρευνα. Η αύξηση ήταν μεγαλύτερη στις γυναίκες συγκριτικά με τους άνδρες (77% έναντι 72%). Η χρήση του Ίντερνετ, των μέσων κοινωνικής δικτύωσης και των ΜΜΕ αυξήθηκε σε όλες τις ηλικιακές ομάδες, αλλά ήταν μεγαλύτερη στους νεαρούς ενήλικες (81%) και τους ηλικιωμένους (98%) έναντι των ατόμων μέσης ηλικίας (72%).

### **Τρόποι διαχείρισης**

Σύμφωνα με τα προκαταρκτικά αποτελέσματα της έρευνας, οι πιο αποτελεσματικές στρατηγικές αντιμετώπισης των ιδιαίτερων συνθηκών που επέφερε στην καθημερινότητα η πανδημία ήταν η άσκηση ή το περπάτημα (63%), η χρήση του διαδικτύου (61%), τα χόμπι (61%), η άμεση κοινωνική επαφή ή συναναστροφή (60%), η μελέτη ή η μάθηση κάτι νέου (49%), τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και οι κοινωνικές συναναστροφές από απόσταση (48%), η εργασία στον χώρο ή στο σπίτι (42%), η ενημέρωση για την πανδημία Covid-19 (41%), τα ΜΜΕ (41%), ο χρόνος με ένα κατοικίδιο (36%), καθώς και η σωματική εγγύτητα και η σεξουαλική δραστηριότητα (36%). Άλλες στρατηγικές διαχείρισης, όπως η χρήση αλκοόλ ή ουσιών και τα συνταγογραφούμενα φάρμακα, κατέγραψαν πολύ μικρά ποσοστά.

Για τους άνδρες οι πιο αποτελεσματικές στρατηγικές διαχείρισης της πανδημίας ήταν η χρήση του διαδικτύου (61%), η άσκηση ή το περπάτημα (59%), τα χόμπι (56%) και η άμεση κοινωνική επαφή ή η συναναστροφή (55%). Για τις γυναίκες οι πιο αποτελεσματικές στρατηγικές διαχείρισης της πανδημίας ήταν η άσκηση ή το περπάτημα (64%), η άμεση κοινωνική επαφή ή συναναστροφή (62%), η χρήση του διαδικτύου (61%) και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης και οι κοινωνικές συναναστροφές από απόσταση (51%).

Για τους νεαρούς ενήλικες οι πιο αποτελεσματικές στρατηγικές διαχείρισης ήταν η άμεση κοινωνική επαφή ή συναναστροφή (65%), η άσκηση ή το περπάτημα (65%), τα χόμπι (65%) και η χρήση του διαδικτύου (62%). Για τα άτομα μέσης ηλικίας ήταν η άσκηση ή το περπάτημα (62%), η χρήση του διαδικτύου (60%) και η άμεση κοινωνική επαφή ή συναναστροφή (57%). Για τους ηλικιωμένους οι πιο αποτελεσματικές στρατηγικές διαχείρισης ήταν η άσκηση ή το περπάτημα (58%) και η άμεση κοινωνική επαφή ή συναναστροφή (47%).

### **Λίγα λόγια για τη Μελέτη COH-FIT**

Η Μελέτη COH-FIT είναι μία μεγάλη, διεθνής μελέτη που αφορά τον γενικό πληθυσμό όλων των χωρών που πλήττονται από την πανδημία Covid-19. Διενεργείται διαδικτυακά σε περισσότερες από 25 γλώσσες. Έχει στόχο τη διερεύνηση παραγόντων που επηρεάζουν τη σωματική και την ψυχική υγεία σε περιόδους μεταδοτικών λοιμώξεων και περιοριστικών μέτρων (π.χ. περιορισμός κυκλοφορίας, κοινωνική αποστασιοποίηση, καραντίνα) και την αναγνώριση προστατευτικών

παραγόντων που θα μπορούσαν να οδηγήσουν στην ανάπτυξη στρατηγικών πρόληψης και παρέμβασης κατά την πανδημία Covid-19 αλλά και μελλοντικά, σε περίπτωση εμφάνισης άλλων καταστάσεων πανδημίας.

Μετά την ηλεκτρονική συγκατάθεση, συγκεντρώνονται ανώνυμες πληροφορίες για τρεις ηλικιακές ομάδες (ενήλικες, εφήβους και παιδιά) και σε περισσότερες από 30 γλώσσες αναφορικά με τα δημογραφικά στοιχεία, το επάγγελμα, την κατάσταση φυσικής και ψυχικής υγείας και των σχετικών συμπεριφορών, καθώς και για περιβαλλοντικούς παράγοντες πριν και κατά τη διάρκεια της πανδημίας Covid-19.

**Εθνικοί συντονιστές / ερευνητική ομάδα της Μελέτης COH-FIT για την Ελλάδα:**

-Βασίλειος-Παντελεήμων Μποζίκας MD, PhD, Καθηγητής Ψυχιατρικής, Διευθυντής Β' Πανεπιστημιακής Ψυχιατρικής Κλινικής του ΑΠΘ

-Αγοραστός Θ. Αγοραστός, MD, MSc, PhD, Επίκουρος Καθηγητής Ψυχιατρικής, Β' Πανεπιστημιακή Ψυχιατρική Κλινική του ΑΠΘ

-Έλενα Δραγκιώτη, BSc, MSc, PhD, Αναπλ. Καθηγήτρια, Pain and Rehabilitation Centre & Department of Health, Medicine and Caring Sciences, Linköping University, Linköping, Sweden

-Κωνσταντίνος Τσαμάκης, MD, MSc, PhD, MRCPsych, Ψυχίατρος, Επισκέπτης Ερευνητής στο King's College, Institute of Psychiatry, Psychology and Neuroscience, London, UK

Η έρευνα συνεχίζεται. Οι ενδιαφερόμενοι/ενδιαφερόμενες να συμμετάσχουν μπορούν να επισκεφθούν τον παρακάτω σύνδεσμο <https://www.coh-fit.com>

---

*Με την παράκληση να δημοσιευθεί ή να μεταδοθεί*