



Uma Nova Visão de Cuidado

Resumo
Executivo

Pesquisa realizada por Kantar

KANTAR

introdução or prefácio

Em todo o mundo, a forma como pensamos sobre o cuidado está mudando.

O que costumava ser definido por manter em dia consultas médicas e tratamentos, agora o cuidado pessoal se expandiu para incluir ações preventivas e individualizadas que tomamos em nosso dia a dia. Hoje, mais pessoas reconhecem o poder das rotinas diárias realizada em casa, continuando a mudança em direção a um futuro o qual a saúde e o bem-estar são mantidos de forma proativa.

Na Kenvue, acreditamos que as rotinas diárias de cuidado podem ter um impacto cumulativo profundo no bem-estar. **“A New View of Care - Uma Nova Visão de Cuidado”** investiga as motivações das pessoas para começar e para manter rotinas de cuidado pessoal, como essas rotinas impactam a saúde e o bem-estar emocional, e quais são as fontes de influência que moldam o cuidado hoje.

A partir da escuta de mais de 10.000 consumidores em todo o mundo, descobrimos que as rotinas formam a base de como nos cuidamos. **Mesmo pequenas ações consistentes podem levar a benefícios significativos e mensuráveis.** Ainda assim, para muitos, construir rotinas eficazes ainda pode parecer fora do alcance. Acreditamos que uma rotina eficaz é aquela que é simples de seguir, resolve necessidades reais e tem um impacto significativo na saúde e no bem-estar ao longo do tempo.

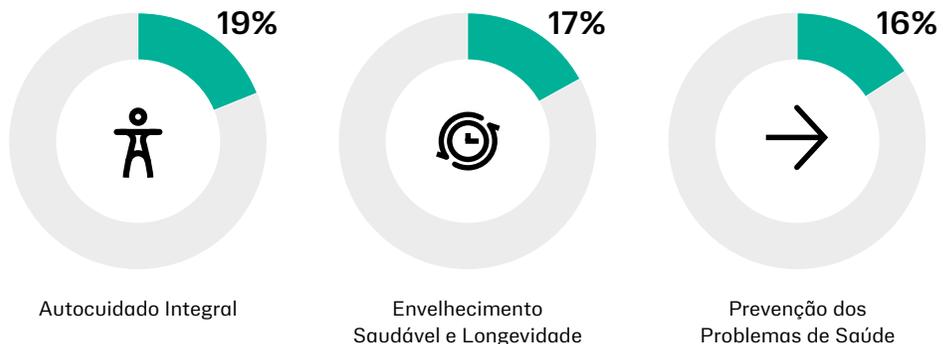


1. O cuidado pessoal está expandindo a definição de saúde

Os consumidores estão redefinindo o cuidado pessoal, indo além da higiene e da beleza e passou a ser entendido como uma ferramenta ativa para cuidar da saúde integralmente, incluindo o envelhecimento saudável e a saúde a longo prazo. Cada vez mais essas rotinas são associadas ao cuidado do corpo, da mente e do espírito, e não apenas a melhorar a aparência.

Tipos de rotina de cuidados pessoais com a quais os consumidores mais se identificam

Rotina escolhida como prioridade; Globalmente, entre os consumidores que possuem rotina



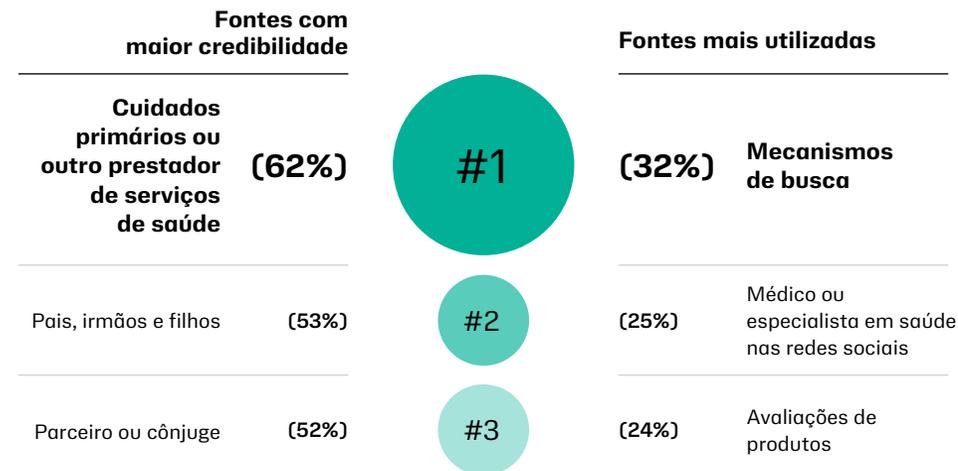
2. As fontes confiáveis nem sempre são as primeiras a serem consultadas

Embora os profissionais de saúde e familiares sejam os mais confiáveis quando o assunto é cuidado pessoal, a maioria das pessoas recorre primeiro a fontes mais acessíveis e imediatas como os buscadores e as redes sociais.

Apesar disso, muitos consumidores veem essas fontes com certa desconfiança, principalmente em relação à venda de produtos falsificados ou informações não verificadas. Os influenciadores digitais, mesmo com menor grau de confiança, são populares entre audiências mais jovens, mostrando que a facilidade de acesso tem um grande peso na escolha de onde as pessoas buscam informações sobre cuidado pessoal.

As três principais fontes confiáveis consultadas sobre cuidados pessoais

Selecione todas as opções que se aplicam; De acordo com as duas principais opções que você mais concorda: confiança total ou parcial; Globalmente, entre os consumidores que possuem rotina

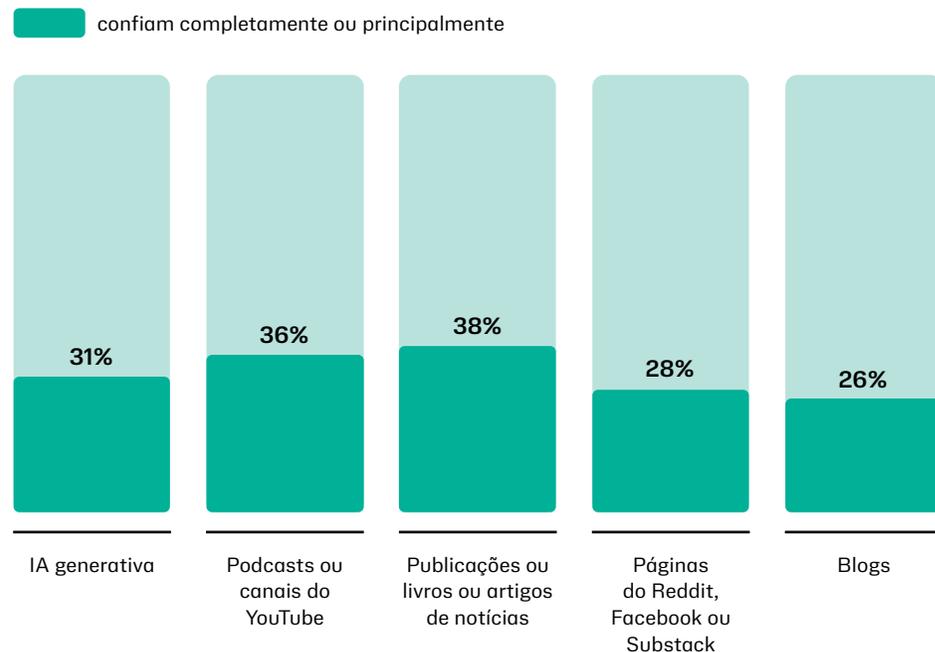


3. A influência da IA está ganhando espaço, mas não é completamente confiável

As ferramentas de IA generativa estão sendo integradas cada vez mais em como os consumidores pesquisam informações sobre cuidado pessoal. No entanto, a confiança nessas ferramentas ainda é limitada. Apenas um terço daqueles com rotinas de autocuidado confiam nas informações fornecidas por meio de da IA generativa.

Uso e confiança na IA generativa e outras fontes de informação menos utilizadas

Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas

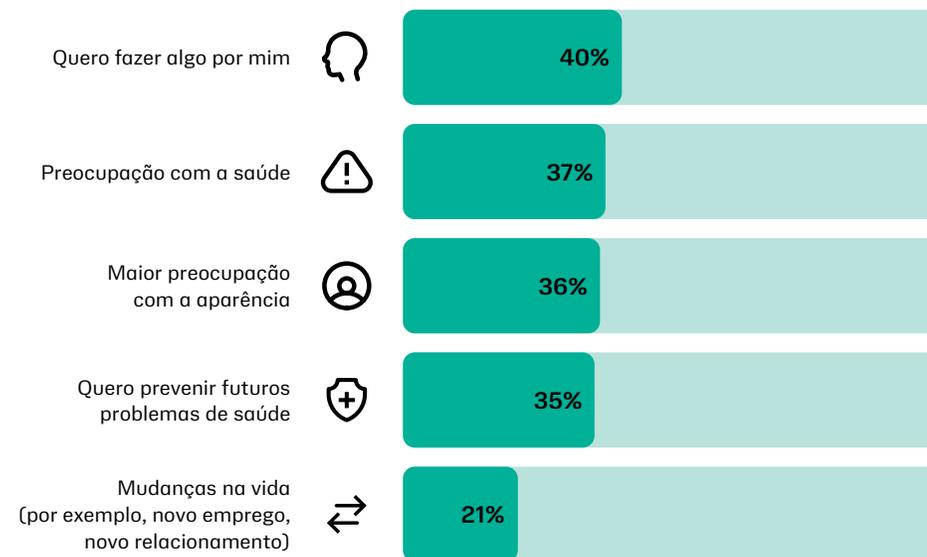


4. A motivação pessoal é o impulsionador mais forte, mas a influência social também importa

A maioria das pessoas começa uma rotina de cuidado pessoal como uma motivação para si mesmas e não por pressões externas ou grandes mudanças na vida. Embora seja algo muito pessoal, amigos e influenciadores muitas vezes despertam essa vontade.

Cinco principais razões para adotar as rotinas atuais de cuidados pessoais

Selecione todas as opções aplicáveis; Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas

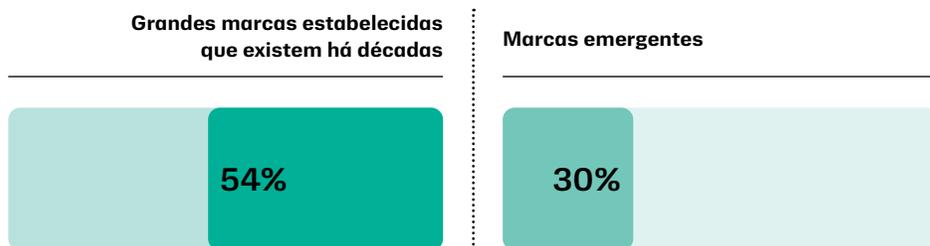


5. As marcas tradicionais ganham a confiança do consumidor

As grandes marcas já estabelecidas são vistas consistentemente como algumas das marcas mais confiáveis quando o assunto é cuidado pessoal. Elas são consideradas significativamente mais seguras do que as marcas novas e emergentes.

Tipos de marcas confiáveis que fornecem informações on-line com credibilidade sobre rotinas de cuidados pessoais

De acordo com as duas opções que mais concordam: confiança total ou parcial; Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas



6. O bem-estar emocional está vinculado à consistência da rotina

Globalmente, quando os consumidores não conseguem manter suas rotinas de cuidado pessoal, é comum se sentirem culpados e frustrados. Esses sentimentos frequentemente vêm acompanhados de ansiedade ou preocupação, e para alguns, uma percepção mais negativa da própria imagem. Isso revela o quanto o cuidado pessoal está conectado à saúde emocional e a forma como cada um se enxerga.

As principais consequências que surgiram após não conseguir realizar uma rotina de cuidados pessoais mais completa

Selecione todas as opções aplicáveis; Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas



Ter menos energia ou sentir-se menos motivado

24%



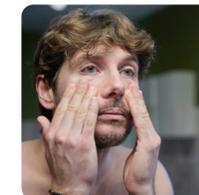
Culpa ou decepção

23%



Estresse, ansiedade ou preocupação

22%



Mais negativo em relação à imagem corporal

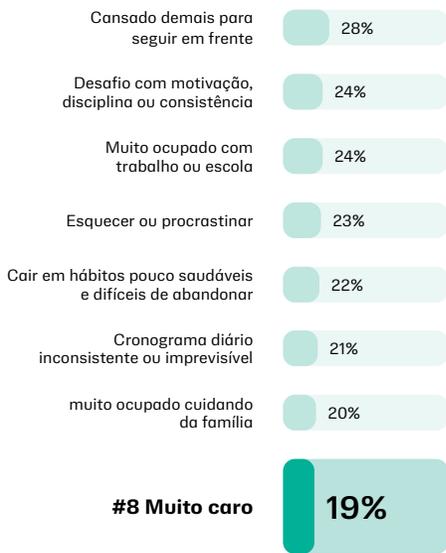
20%

7. O custo não é uma barreira para o cuidado pessoal, mas o estresse financeiro afeta a consistência

A maioria dos consumidores não interrompe as rotinas devido ao custo - “muito caro” ocupa o oitavo lugar entre os obstáculos, mas os fatores financeiros influenciam a regularidade com que os produtos são utilizados.

Principais barreiras para conseguir manter uma rotina completa

Selecione todas as opções aplicáveis; Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas



Principais barreiras ao uso regular de produtos de cuidados pessoais

Selecione todas as opções aplicáveis; Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas

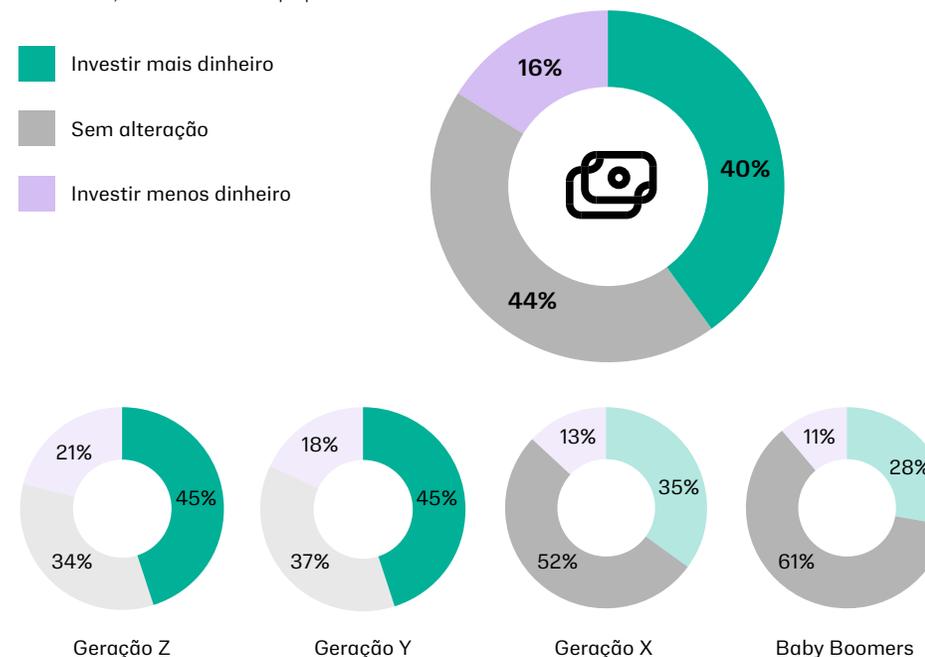


8. As gerações mais jovens planejam aumentar o investimento em cuidado pessoal

A Geração Z e os millennials planejam aumentar o gasto em cuidado pessoal, enquanto as gerações mais velhas esperam manter o nível estável. Isto sinaliza que o valor dado às rotinas de cuidado pessoal está crescendo entre os consumidores mais jovens.

Planos para mudar o grau de investimento em rotinas no próximo ano

Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas

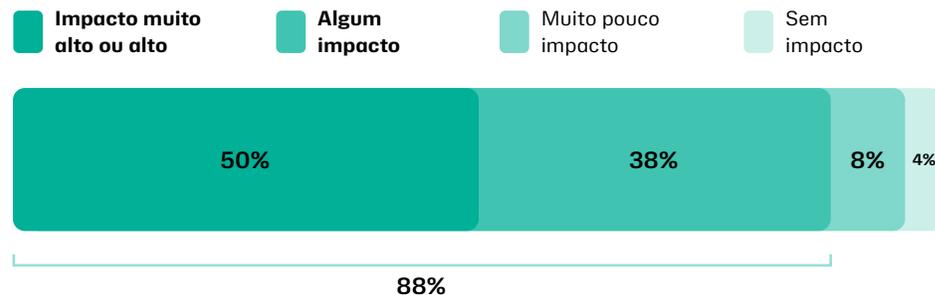


9. Mesmo com pouco tempo, o cuidado pessoal é percebido como benéfico para a saúde

A maioria dos consumidores dedica menos de 30 minutos às suas rotinas diárias de cuidado pessoal. Apesar de gastar uma quantidade modesta de tempo, os consumidores “globalmente” acreditam que suas práticas diárias têm impacto real e positivo na saúde.

Impacto da rotina de cuidados pessoais na melhoria do bem-estar geral

Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas



10. A orientação respaldada pela ciência vão moldar as rotinas do futuro

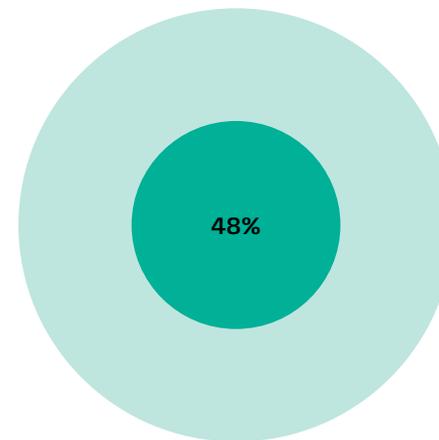
Quase metade das pessoas que planejam mudar suas rotinas no próximo ano dizem que essa decisão será guiada por profissionais de saúde, principalmente porque confiam em recomendações “respaldadas pela ciência”.

Fonte de informação que mais influencia para uma mudança nas rotinas

Globalmente, entre consumidores que possuem rotinas

A principal fonte de informação que influenciaria a mudança de rotina de cuidados pessoais das pessoas no próximo ano

#1
Meu médico de atenção primária ou outro profissional de saúde



O principal motivo para aqueles que seguem rotinas realizarem mudanças nela no próximo seria se seu profissional de saúde indicasse

#1
Fornecer informações apoiadas pela ciência

