



 uPacjenta

Depresja na świecie

280 mln (WHO)

ludzi na całym świecie choruje na depresję.

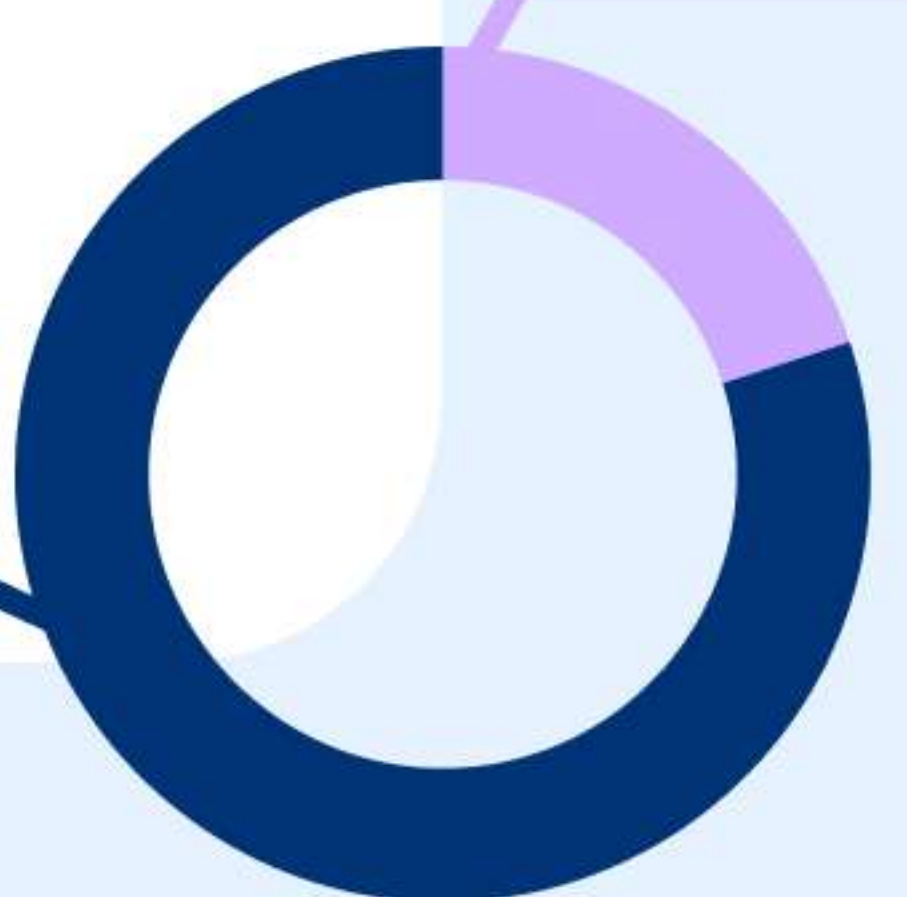


Ponad 80%

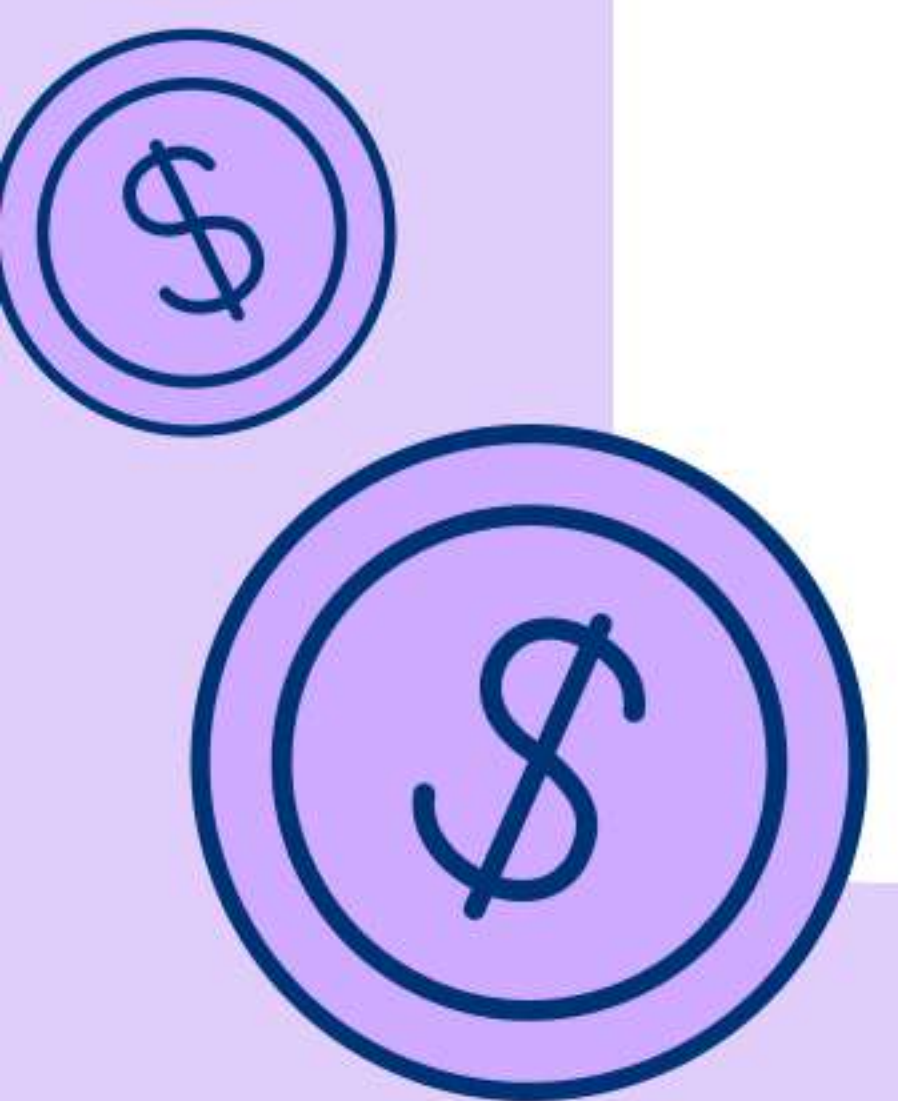
chorych to osoby w wieku produkcyjnym.

80%

20%



Spadek produktywności pracowników wywołany depresją i stanami lękowymi kosztuje globalną gospodarkę **3 biliony złotych** rocznie.



Szacuje się, że **2 razy więcej kobiet choruje na depresję niż mężczyzn.** Jednocześnie panowie dużo rzadziej zgłaszają się z problemem do specjalisty, przez co nie otrzymują oficjalnej diagnozy.



Wg ekspertów, depresja stanie się **pierwszą najczęściej diagnozowaną jednostką chorobową** na świecie do 2030 roku.



Zwolnienia lekarskie z powodu zaburzeń psychicznych są dłuższe od przeciętnych - trwają średnio **19 dni roboczych.**





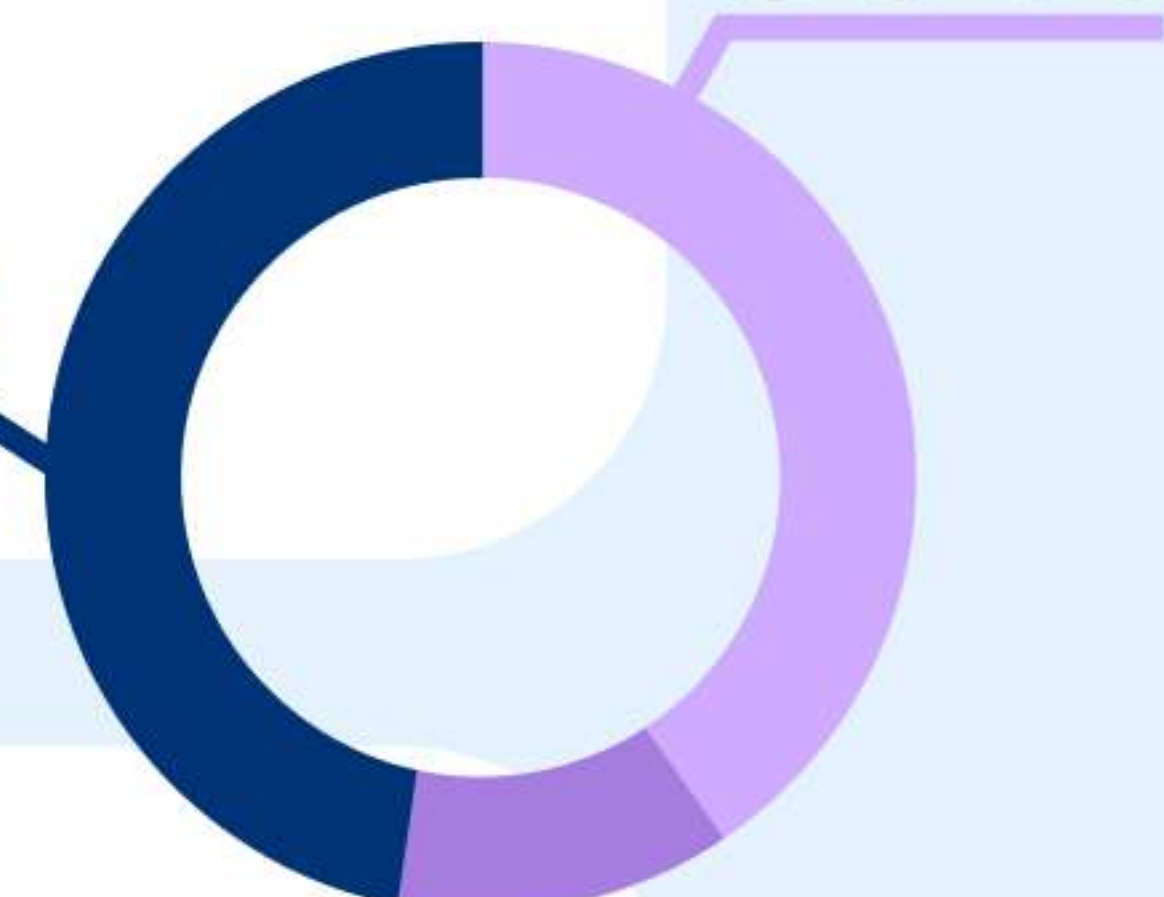
Depresja w Polsce

Depresja jest jedną z głównych przyczyn spadku wydajności pracy. Pracownik cierpiący na depresję pracuje ok. **20%** mniej produktywnie.



Prawie **39%** pracowników dotyka problem depresji lub lęku. **46%** deklaruje, że życie zawodowe pogarsza stan ich kondycji mentalnej.

46%



W Polsce depresja znajduje się w **pierwszej dziesiątce** najwyższych wydatków na świadczenia związane z niezdolnością do pracy.



1,2 mln Polaków choruje na depresję. To prawie tyle samo osób, ile mieszka w całej Warszawie!



W 2019 roku polscy pracodawcy stracili **6 miliardów zł** z powodu spadku produktywności i nieobecności pracowników w wyniku problemów ze zdrowiem psychicznym.



Rocznie z powodu depresji tracimy w Polsce ponad 24 tysiące lat produktywności. **Są to straty dla gospodarki rzędu 1-2,6 mld zł.**



Depresja okiem eksperta

Ilość osób cierpiących na stany depresyjne i lękowe rośnie. Choć dane mówią o blisko **1,5 mln Polaków**, ta liczba może być większa.

Wstyd, obawa przed stygmatyzacją i brak dostępu do profesjonalnej pomocy sprawia, że nie każdy zgłasza się do specjalisty, przez co nie otrzymuje oficjalnej diagnozy.

Depresja ma wiele twarzy. Cierpią na nią często osoby aktywne, odnoszące sukcesy w życiu osobistym i zawodowym, pozornie niemające powodów do smutku. Tymczasem obserwujemy wzrost stanów depresyjnych i lękowych związanych z autodestrukcyjnym stylem życia. Szybkie tempo, brak równowagi między pracą a odpoczynkiem, przeciążenie obowiązkami - to wszystko powoduje, że ludzie naginają swoje granice możliwości. A doba ma tylko 24 godziny.

By zmienić tę sytuację kluczowa jest praca u podstaw i zmiana myślenia. Budowanie kultury zdrowia w firmie i świadomości w obszarze profilaktyki i leczenia to główne zadania pracodawców, liderów i działów HR. Wg raportu HearMe, firmy promujące zdrowie cieszą się średnio redukcją liczby dni chorobowych o **28%** oraz wzrostem produktywności wśród pracowników nawet o **60%**.

Zdrowie po prostu się opłaca!

