



Materiał zrealizowany we współpracy z agencją informacyjną Newseria Biznes

## **Rośnie świadomość Polaków dotycząca profilaktyki zdrowotnej. Coraz większe jest zainteresowanie badaniami i aktywnością fizyczną**

Zainteresowanie profilaktyką zdrowotną wśród Polaków rośnie, jednak ważne jest motywowanie ich nie tylko do badań, ale również większej aktywności fizycznej. Stąd decyzja Medicover o wdrożeniu w Polsce nowego, zintegrowanego konceptu, który łączy opiekę medyczną, diagnostykę i aktywność fizyczną w jednym miejscu. Pierwsza taka placówka powstała w warszawskim Międzylesiu.

Obserwujemy wzrost zainteresowania badaniami, nie tylko z punktu widzenia występujących chorób, ale również profilaktyki. Świadomość Polaków i naszych klientów rośnie. Stąd coraz więcej otwarć nowych punktów pobrań, które klienci mogą odwiedzać, by wykonywać badania i dbać o swoje zdrowie

- mówi w rozmowie z agencją Newseria Arkadiusz Gawrych, dyrektor ds. sprzedaży i rozwoju biznesu w Synevo.

44 proc. Polaków bada się regularnie, a 26 proc. robi to przynajmniej co kilka lat. Oznacza to, że łącznie ponad 2/3 społeczeństwa regularnie wykonuje profilaktyczne badania krwi. To wnioski z badania Europion Polska.

Dostęp do profilaktyki powinien być szybki i skuteczny. Co to oznacza? W momencie wizyty w punkcie pobrań powinniśmy dostarczyć bardzo szybko wynik i tym samym odpowiedzieć naszemu pacjentowi na potrzebę, którą wyraził. Ten wynik następnie jest najczęściej konsultowany przez lekarza, aby podjąć skuteczne leczenie

- tłumaczy Arkadiusz Gawrych.

55,6 proc. pracowników zmaga się z nadwagą lub otyłością, a 47 proc. ma podwyższony poziom cholesterolu. Blisko 1/3 dotyka nadciśnienie. Jednocześnie w latach 2022-2024 odsetek osób z podwyższonym poziomem glukozy we krwi zmniejszył się ogółem o 2,2 proc. Tak wynika z ostatniej edycji raportu Medicover „Praca. Zdrowie. Ekonomia. Perspektywa 2025”.

Najlepszym sposobem promowania profilaktyki dla naszych pacjentów jest spotkanie ze specjalistą, czyli z naszymi lekarzami, którzy posiadają odpowiednie kwalifikacje, kompetencje i wiedzę, aby odpowiednio ukierunkować pacjentów. Kolejnym jest umiejętność motywowania ich poprzez wspólne działanie, dla przykładu wspólne ćwiczenia przy wsparciu trenera medycznego. Będą one kolejnym krokiem milowym w poprawie zdrowia pacjentów i budowaniu dobrych nawyków

- uważa Elżbieta Krasuska, dyrektor regionu ds. operacyjnych w Medicover.

Polacy szukają porad zdrowotnych najczęściej u specjalistów medycznych (39,9 proc.), na portalach medycznych/serwisach tematycznych o zdrowiu (22,8 proc.), a także w wyszukiwarkach internetowych (21,1 proc.). Co piąty Polak (19,8 proc.) zasięga opinii rodziny/znajomych, 17,9 proc. przyznaje, że słucha ekspertów opierających się na badaniach naukowych. To wnioski z badania przeprowadzonego w marcu br. przez SW Research na zlecenie On Board Think Kong we współpracy z Focus o Zdrowiu.

Dla pacjenta ogromną wartością jest czas, dostępność miejsca i połączenie różnych form aktywności. Działania, które pomagają mu wyleczyć jego problemy zdrowotne bądź wyprzedzić te ewentualnie pojawiające się w przyszłości. Dla przykładu, jeżeli mamy przekierowanie do trenera medycznego, który wspiera pacjenta pod kątem medycznym i instruuje go, jak powinien ćwiczyć, długoterminowo wypracowanie przez pacjenta rutyny daje mu ogromne pozytywne efekty zdrowotne

- podkreśla Elżbieta Krasuska.

W 2025 roku ok. 21 proc. Polaków powyżej 15. roku życia spełniało normy dotyczące poziomu aktywności fizycznej w czasie wolnym (bez spacerowania) rekomendowane przez Światową Organizację Zdrowia (WHO). W grupie wiekowej 15–69 lat oczekiwania te spełniało 23 proc. badanych, natomiast w grupie 18–64 lat było to 22 proc. To dane z ogólnopolskiego badania przeprowadzonego przez Research Collective na zlecenie Ministerstwa Sportu i Turystyki.

Polacy mają dobre podejście do aktywności fizycznej. To widać szczególnie w liczbach. Wskaźnik penetracji rynku fitness w Polsce jest na poziomie 10 proc. i cały czas rośnie. Mamy jeszcze sporo do nadrobienia względem dojrzałych rynków, natomiast rozwijamy się bardzo pręźnie i szybko je gonimy

- podkreśla Łukasz Wolski, dyrektor sieci klubów Just GYM Box.

Tylko 1/3 pracowników jest aktywna fizycznie na tyle, aby przełożyło się to na korzyści zdrowotne. U osób aktywnych fizycznie priorytetem jest poprawa kondycji fizycznej, w tym wytrzymałości, wydolności czy też sprawności (47,3 proc.). To również wnioski z raportu Medicover.

Polacy dużo się ruszają. Oczywiście mówimy tu z perspektywy sieci klubów sportowych, natomiast Polacy także biegają, jeżdżą na rowerach, pływają i realizują dużo innych ciekawych aktywności. Dlatego uważam, że społeczna świadomość jest coraz większa. Mamy jeszcze sporo do zrobienia, ale idziemy w bardzo dobrym kierunku

- uważa dyrektor sieci klubów Just GYM Box.

Analiza aktywności użytkowników pakietów Medicover Sport pokazuje, że mężczyźni są znacznie częstszymi gośćmi obiektów sportowych. Odpowiadają oni za 69 proc. wszystkich wejść do obiektów sportowych, natomiast kobiety za 31 proc.

Aby zachęcić Polaków do regularnego ruchu, powinniśmy im przede wszystkim dawać możliwość wykonania tej aktywności. Powinniśmy ich angażować w programy, które będą motywowały ich do regularnego ruchu, na zasadzie szeroko rozumianej grywalizacji

- zaznacza Łukasz Wolski.

W czerwcu powstał nowy punkt Medicover w warszawskim Międzylesiu we współpracy z Just GYM Box i Synevo. To pierwsza tego typu inicjatywa w Polsce, w ramach której opieka medyczna, diagnostyka laboratoryjna i infrastruktura sportowa funkcjonują w jednym, spójnym modelu. Integracja tych obszarów umożliwia lepszą koordynację działań profilaktycznych, diagnostycznych i wspierających proces leczenia.

Polacy i nasi użytkownicy coraz chętniej korzystają z usług bliżej miejsca zamieszkania. Jeżeli pojawi się więcej punktów na mapie, a taka jest nasza strategia i chcemy wykorzystać potencjał naszych biznesów w postaci Synevo, Just GYM Box i punktów medycznych Medicover, to będziemy bliżej pacjenta. Ułatwimy mu dostęp zarówno do aktywności fizycznej, jak i opieki lekarskiej, bez konieczności przebijania się przez korki do centrum miasta

- uważa Dominik Kurmanowski, dyrektor Działu Sprzedaży Korporacyjnej w Medicover.

---



Rośnie świadomość Polaków dotycząca profilaktyki zdrowotnej. Coraz większe jest zainteresowanie badaniami i aktywnością fizyczną.jpg

[Download](#)



Medicover w Polsce - Backgrounder PL&ENG 2026.pdf

[Download](#)