

Mental Health Index di TELUS.

Italia | Q2 2026

TELUS Health

Table of contents

1. **Cosa occorre sapere: Q2 2026** 3

2. **Il Mental Health Index** 7
   - Rischio per la salute mentale 8
   - Sotto-indici del Mental Health Index 9
   - Ansia 10
   - Isolamento 11
   - Produttività lavorativa 12
   - Rischio finanziario 13
   - Salute mentale per genere ed età 14
   - Salute mentale per stato occupazionale 14
   - Risparmi di emergenza 14

3. **Il Mental Health Index per settore** 16

4. **Spotlight** 17
   - Salute finanziaria 17
     - Percezione della salute finanziaria 17
     - Ansia finanziaria 21
     - L'impatto dello stress finanziario 23
     - Alfabetizzazione finanziaria 25
     - Retribuzione e programmi pensionistici o di risparmio aziendali 26
     - Assistenza e supporto finanziario 31
   - Percezione della fiducia e dell'attenzione al benessere sul luogo di lavoro 33
   - Uso di sostanze 35

5. **Panoramica del Mental Health Index di TELUS** 40
   - Metodologia 40
   - Calcoli 40

Cosa occorre sapere: Q2 2026.



Nonostante un modesto aumento del punteggio di salute mentale, più di due lavoratori su cinque continuano a presentare un rischio elevato per la salute mentale, mentre ansia e depressione continuano a rappresentare i sotto-indici più bassi, confermando la tendenza degli ultimi quattro anni.

- Con un punteggio di 58,6, la salute mentale dei lavoratori è migliorata di mezzo punto rispetto al primo trimestre del 2026
- Il 42 per cento dei lavoratori presenta un rischio elevato per la salute mentale, il 46 per cento un rischio moderato e il 12 per cento un rischio basso
- I sotto-indici relativi a produttività lavorativa, isolamento e salute psicologica generale sono diminuiti rispetto al trimestre precedente; tutti gli altri sotto-indici sono migliorati
- Ansia e depressione rappresentano i sotto-indici della salute mentale più bassi da oltre quattro anni
- Il 39 per cento dei lavoratori dichiara di sentirsi ansioso; il 37 per cento si sente depresso; il 34 per cento dichiara di sentirsi isolato
- Il 28 per cento dei lavoratori dichiara che la propria salute mentale influisce negativamente sulla produttività lavorativa
- Il 27 per cento dei lavoratori non si sente ottimista riguardo al proprio futuro
- Il 26 per cento dei lavoratori non dispone di risparmi di emergenza sufficienti a coprire i bisogni essenziali
- I manager continuano a registrare punteggi superiori rispetto ai non-manager, mentre gli operai registrano punteggi inferiori rispetto sia ai lavoratori dei servizi sia agli impiegati d'ufficio

I dati mostrano un legame diretto e misurabile tra il modo in cui i lavoratori percepiscono la propria situazione finanziaria e la loro salute mentale.

- Il 69 per cento dei lavoratori si sente preoccupato o ansioso per la propria situazione finanziaria almeno qualche volta
- Il 33 per cento dei lavoratori prova sempre o spesso ansia per il denaro; questo gruppo registra i punteggi di salute mentale più bassi, inferiori di almeno 29 punti rispetto a coloro che non provano mai ansia per il denaro e di 12 punti rispetto alla media nazionale
- Il 26 per cento dei lavoratori che non si trova in una buona situazione finanziaria registra un punteggio del Mental Health Index inferiore di quasi 18 punti rispetto ai lavoratori finanziariamente sicuri e di 11 punti rispetto alla media nazionale



La salute finanziaria influisce negativamente sulla produttività, con un impatto sproporzionato sui lavoratori più giovani e sui manager.

- Il 20 per cento dei lavoratori dichiara che lo stress finanziario ha influito negativamente sulla propria produttività lavorativa; questo gruppo registra un punteggio del Mental Health Index inferiore di 22 punti rispetto ai lavoratori che non segnalano alcun impatto sulla produttività e di quasi 16 punti rispetto alla media nazionale
- I lavoratori sotto i 40 anni hanno due volte e mezzo le probabilità rispetto a quelli sopra i 50 anni di segnalare un impatto negativo sulla produttività dovuto allo stress finanziario
- I lavoratori senza risparmi di emergenza hanno due volte e mezzo le probabilità di affermare che la propria produttività ne ha risentito
- I manager hanno il 40 per cento di probabilità in più rispetto ai non-manager di segnalare lo stesso impatto
- L'otto per cento dei lavoratori segnala una diminuzione della produttività lavorativa a causa dello stress finanziario; il punteggio di salute mentale di questo gruppo è inferiore di quasi 13 punti rispetto alla media nazionale

Il costo della vita rappresenta il principale fattore alla base dell'ansia finanziaria.

- Il 48 per cento dei lavoratori indica il costo della vita come principale fattore alla base della propria ansia finanziaria, seguito da un cambiamento importante nella vita (12 per cento), dalla mancanza di risparmi di emergenza (12 per cento) e dalla mancanza di risparmi per la pensione (11 per cento)
- Gli effetti dello stress finanziario segnalati più frequentemente sono ansia (37 per cento), disturbi del sonno (27 per cento), tensioni nelle relazioni personali (21 per cento) e riduzione della motivazione o del coinvolgimento (18 per cento)

Esiste un divario tra i benefit forniti dai datori di lavoro e la comprensione che ne hanno i dipendenti. I dipendenti desiderano aiuto per orientarsi tra i programmi pensionistici e di risparmio e la maggior parte non ne comprende il funzionamento.

- Il 73 per cento dei lavoratori che versano contributi a un programma pensionistico o di risparmio aziendale non ne comprende bene il funzionamento
- I lavoratori che non comprendono affatto il proprio programma pensionistico o di risparmio aziendale registrano un punteggio di salute mentale inferiore di oltre 17 punti rispetto a coloro che lo comprendono bene
- Le richieste di supporto si concentrano soprattutto sui risparmi per la pensione (40%) e sui piani pensionistici o di risparmio aziendali (28%); complessivamente, queste due categorie rappresentano il 68% delle selezioni
- I lavoratori senza risparmi di emergenza hanno il doppio delle probabilità di dichiarare di non comprendere affatto il proprio programma pensionistico
- Gli uomini hanno il 40 per cento di probabilità in più rispetto alle donne di dichiarare di comprendere bene il proprio programma

Il supporto finanziario o l'assistenza riguardano soprattutto i genitori anziani (15%) e i figli adulti (13%); complessivamente, queste due categorie rappresentano il 28% delle selezioni.

- Il 15 per cento dei lavoratori fornisce supporto finanziario o assistenza a genitori anziani, il 13 per cento a figli adulti e il cinque per cento ad altri familiari (esclusi i minori di 18 anni a carico e il coniuge/partner)
- Il 25 per cento dei lavoratori segnala un impatto negativo sulla propria situazione finanziaria
- Il 23 per cento segnala un impatto negativo sulla propria salute mentale
- Il 18 per cento segnala una riduzione della produttività, il 17 per cento tensioni nelle relazioni familiari, il 17 per cento un impatto sulle relazioni sociali e il 15 per cento una riduzione delle ore lavorative o del reddito

La fiducia nella dirigenza è fragile e il suo impatto sulla salute mentale è evidente.

- Il 37 per cento dei lavoratori ritiene che il proprio datore di lavoro si preoccupi sia del loro benessere sia della loro produttività; un ulteriore 36 per cento ritiene che i datori di lavoro attribuiscano maggiore importanza alla produttività rispetto al benessere
- Esiste un divario di 12 punti nel punteggio di salute mentale tra i lavoratori che ritengono che il proprio datore di lavoro si preoccupi del loro benessere e quelli che ritengono che attribuisca maggiore importanza alla produttività rispetto al benessere
- Il 46 per cento dei lavoratori si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di un problema di salute mentale; il 28 per cento non si sentirebbe a proprio agio
- I lavoratori che non si sentirebbero a proprio agio nel rivelare un problema di salute mentale registrano un punteggio di salute mentale inferiore di quasi 13 punti rispetto a coloro che si sentirebbero a proprio agio



TELUS Health

L’uso di sostanze influisce sulle prestazioni di molti lavoratori, ma il timore che il problema venga a conoscenza di altri sul luogo di lavoro e lo stigma impediscono loro di ottenere aiuto.

- Il 30 per cento dei lavoratori si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di un eventuale problema legato all’uso di sostanze, mentre il 43 per cento che non si sentirebbe a proprio agio registra un punteggio del Mental Health Index inferiore di quasi nove punti
- Il 19 per cento segnala difficoltà nel rispettare le scadenze, il 19 per cento dei lavoratori segnala una riduzione della qualità o dell’accuratezza del lavoro, il 17 per cento segnala problemi di presenza al lavoro dovuti all’uso di sostanze e il 16 per cento segnala un impatto sulle relazioni con colleghi o superiori
- I punteggi di salute mentale dei lavoratori che segnalano un impatto sul lavoro dovuto all’uso di sostanze variano da 37,0 a 50,2, almeno otto punti al di sotto della media nazionale
- Anche tra il 43 per cento dei lavoratori che non segnala alcun impatto sul lavoro dovuto all’uso di sostanze, la salute mentale rimane al di sotto della media nazionale
- Il timore che il problema venga a conoscenza di altri sul luogo di lavoro (26 per cento) e lo stigma o l’imbarazzo (23 per cento) rappresentano le principali barriere alla ricerca di aiuto per problemi legati all’uso di sostanze, seguiti dal timore che il supporto disponibile non sia adatto alle proprie esigenze (21 per cento) e dalle preoccupazioni relative alla riservatezza (16 per cento)
- I lavoratori che incontrano barriere legate ai costi registrano un punteggio di salute mentale inferiore di oltre 17 punti rispetto alla media nazionale e di quasi 21 punti rispetto a coloro che non segnalano alcuna barriera

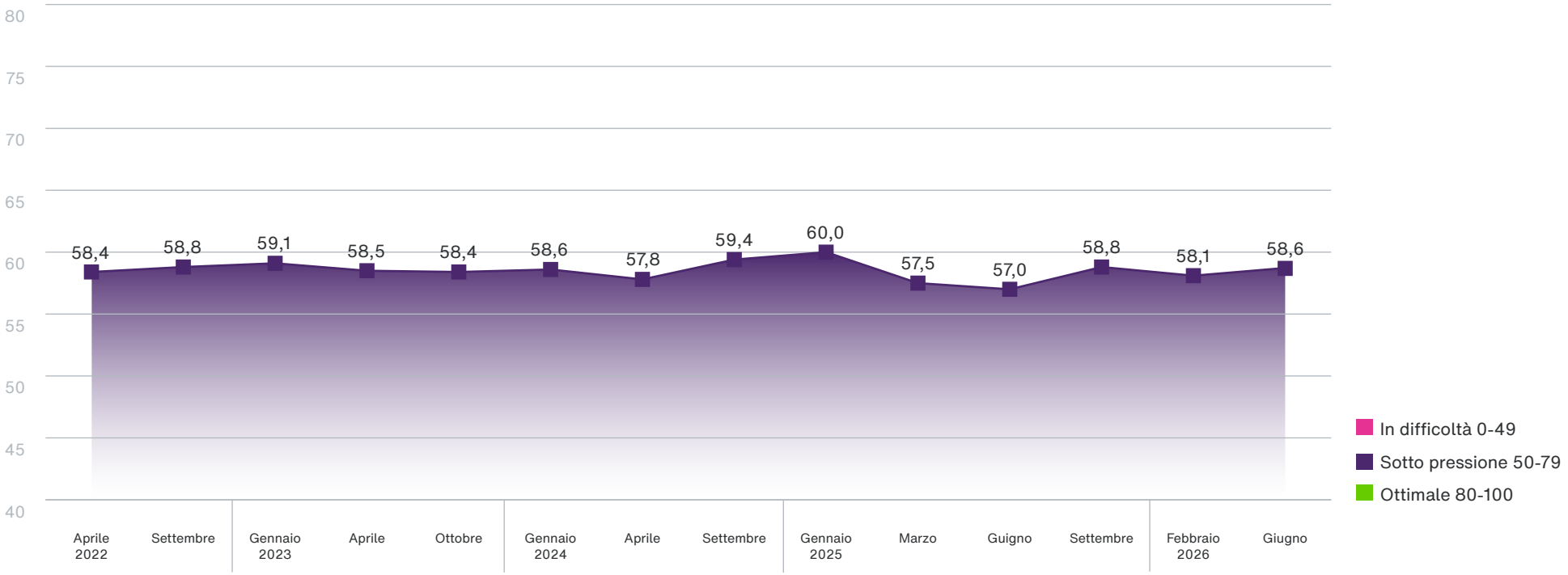


Il Mental Health Index.

Mese corrente - Giugno 2026	Febbraio 2026
58,6	58,1

Il Mental Health Index complessivo (MHI) per il secondo trimestre del 2026 è pari a 58,6.

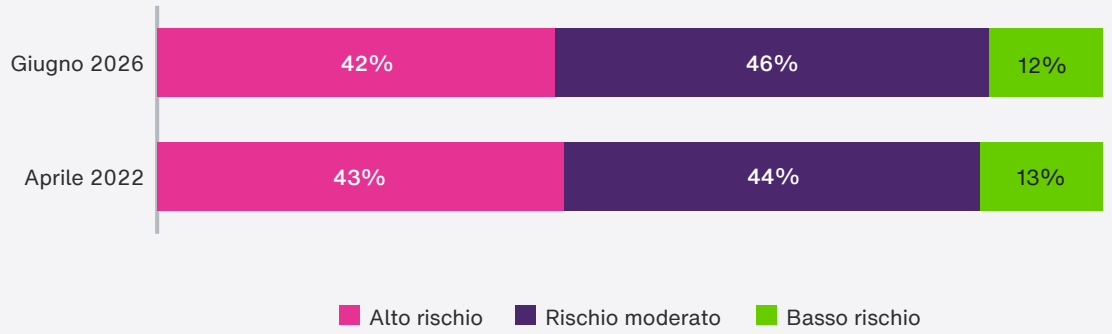
Dopo essere scesa al livello più basso nel giugno 2025, la salute mentale dei lavoratori è migliorata di quasi due punti, con un modesto aumento rispetto al trimestre precedente.



Rischio per la salute mentale.

A giugno 2026, il 42 per cento dei lavoratori presenta un rischio elevato per la salute mentale, il 46 per cento un rischio moderato e il 12 per cento un rischio basso. A oltre quattro anni dal lancio del Mental Health Index nell'aprile 2022, la percentuale di lavoratori nel gruppo ad alto rischio è diminuita di un punto percentuale.





Circa il 30 per cento dei lavoratori nel gruppo ad alto rischio dichiara una diagnosi di ansia o depressione, il sette per cento dichiara una diagnosi di ansia o depressione nel gruppo a rischio moderato e l'uno per cento dei lavoratori nel gruppo a basso rischio dichiara una diagnosi di ansia o depressione.

Sotto-indici del Mental Health Index.

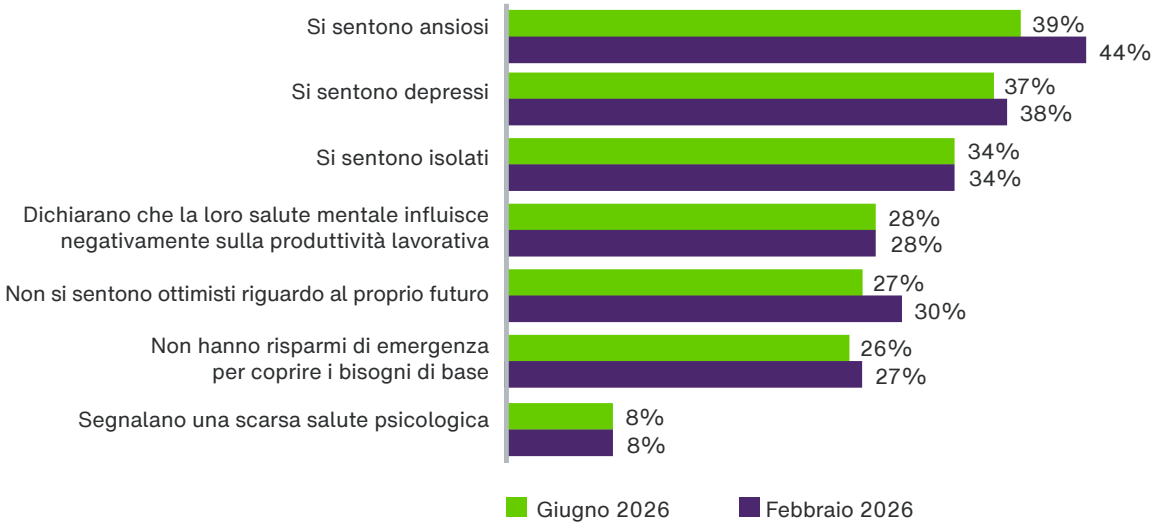
Da oltre quattro anni, l'ansia (50,0) rappresenta il sotto-indice più basso del Mental Health Index, seguita da depressione (52,0), ottimismo (53,9), isolamento (55,5), produttività lavorativa (62,8) e rischio finanziario (70,6). La salute psicologica generale (72,7) rimane l'indicatore di salute mentale più favorevole nel secondo trimestre del 2026.

- Ansia e depressione rappresentano i sotto-indici della salute mentale più bassi dal lancio del Mental Health Index nell'aprile 2022.
- Produttività lavorativa, isolamento e salute psicologica generale sono diminuiti rispetto al trimestre precedente; le altre sottoscale sono migliorate

Quasi due lavoratori su cinque (39 per cento) si sentono ansiosi, il 37 per cento si sente depresso, il 34 per cento si sente isolato, il 28 per cento afferma che la propria salute mentale influisce negativamente sulla produttività lavorativa, il 27 per cento non si sente ottimista riguardo al proprio futuro, il 26 per cento non dispone di risparmi di emergenza per i bisogni essenziali e l'otto per cento dei lavoratori segnala una salute psicologica insufficiente.

Sotto-indici del Mental Health Index	Giugno 2026	Febbraio 2026
Ansia	50,0	48,0
Depressione	52,0	51,7
Ottimismo	53,9	52,7
Isolamento	55,5	56,3
Produttività lavorativa	62,8	62,9
Rischio finanziario	70,6	70,0
Salute psicologica	72,7	73,0

Percentuale a rischio per sotto-indice dell'MHI



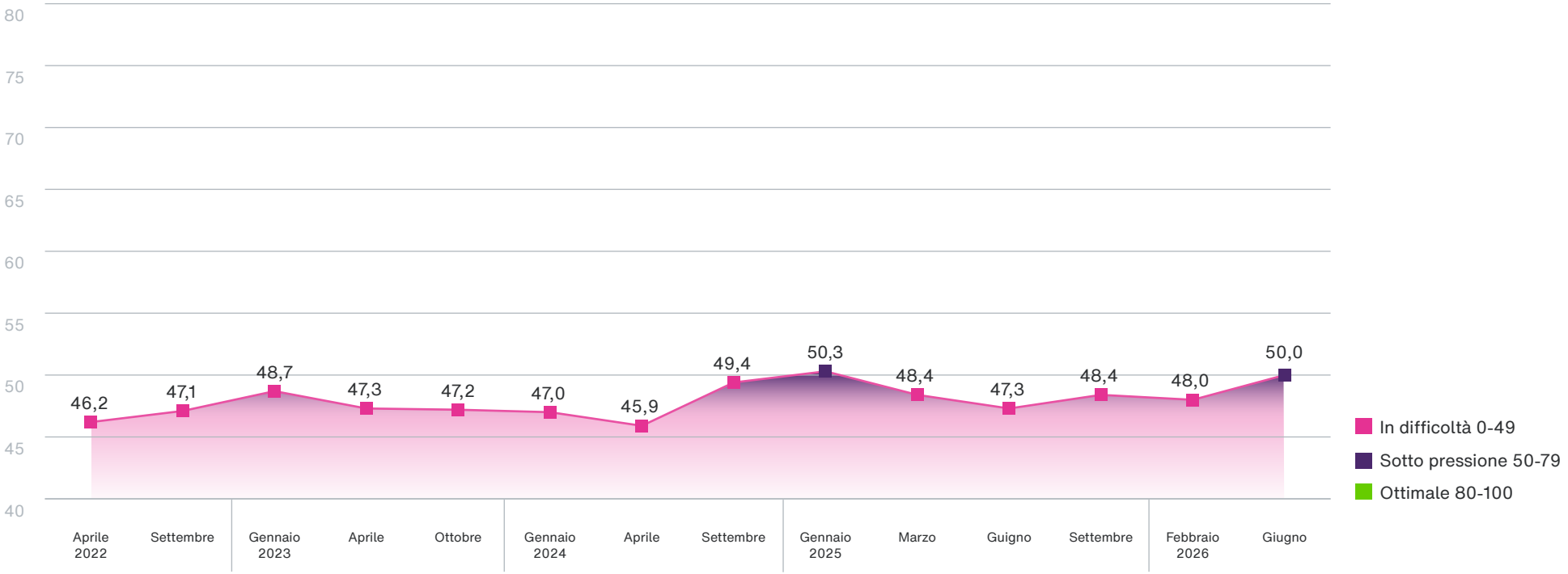
Ansia

Nel secondo trimestre del 2026, il 39 per cento dei lavoratori dichiara di sentirsi spesso agitato e nervoso.

Sotto-indice Giugno 2026

50,0

I sotto-indici relativi all'ansia sono rimasti costantemente bassi fino ad aprile 2024. Dopo un aumento significativo a settembre 2024, il punteggio ha raggiunto il picco a gennaio 2025 ed è diminuito fino a giugno. Dopo due periodi di modesta variabilità, il sotto-indice è migliorato di due punti nel secondo trimestre del 2026. Nonostante questo miglioramento, l'ansia continua a rappresentare il sotto-indice della salute mentale più basso da oltre quattro anni.



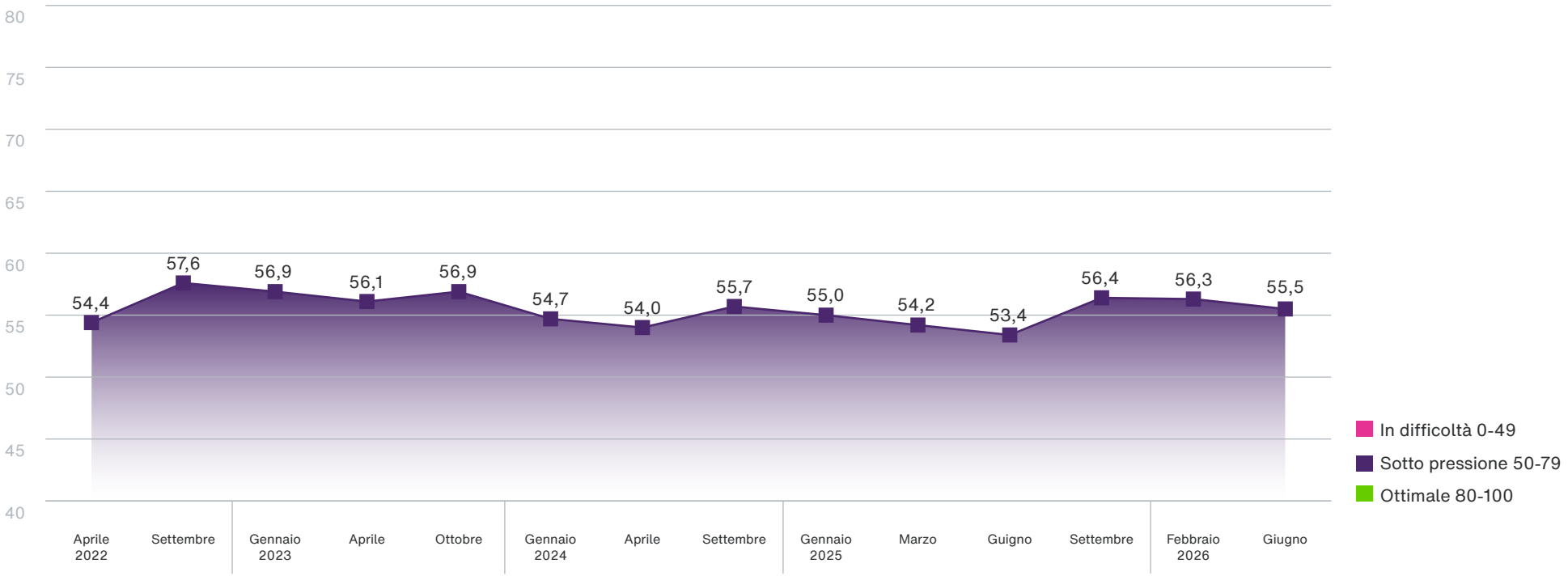
Isolamento

Nel secondo trimestre del 2026, il 34 per cento dei lavoratori dichiara di sentirsi spesso solo.

I punteggi relativi all'isolamento hanno subito fluttuazioni dal lancio del Mental Health Index nell'aprile 2022 e hanno generalmente seguito una tendenza al ribasso. Dopo essere sceso al livello più basso nel giugno 2025, il sotto-indice relativo all'isolamento è migliorato di tre punti a settembre 2025. Nel secondo trimestre del 2026, il punteggio relativo all'isolamento è diminuito di quasi un punto rispetto al periodo precedente.

Sotto-indice
Giugno 2026

55,5



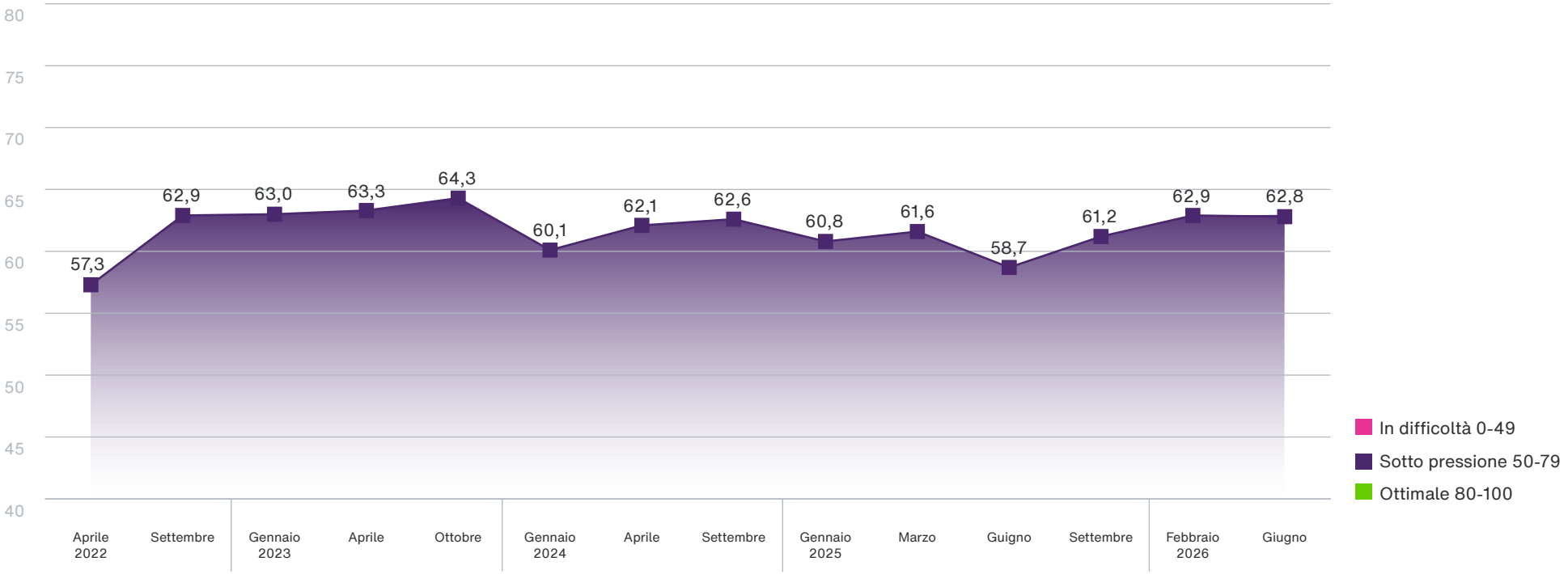
Produttività lavorativa

Nel secondo trimestre del 2026, il 28 per cento dei lavoratori afferma che la propria salute mentale influisce negativamente sulla produttività lavorativa e sul raggiungimento degli obiettivi.

L'impatto negativo della salute mentale sulla produttività lavorativa è diminuito dopo il lancio del Mental Health Index fino a ottobre 2023, ma la tendenza si è invertita fino a giugno 2025 e da allora il punteggio si è stabilizzato su un livello persistentemente basso. Nel secondo trimestre del 2026, il sotto-indice relativo alla produttività lavorativa è rimasto pressoché invariato rispetto al trimestre precedente.

Sotto-indice
Giugno 2026

62,8



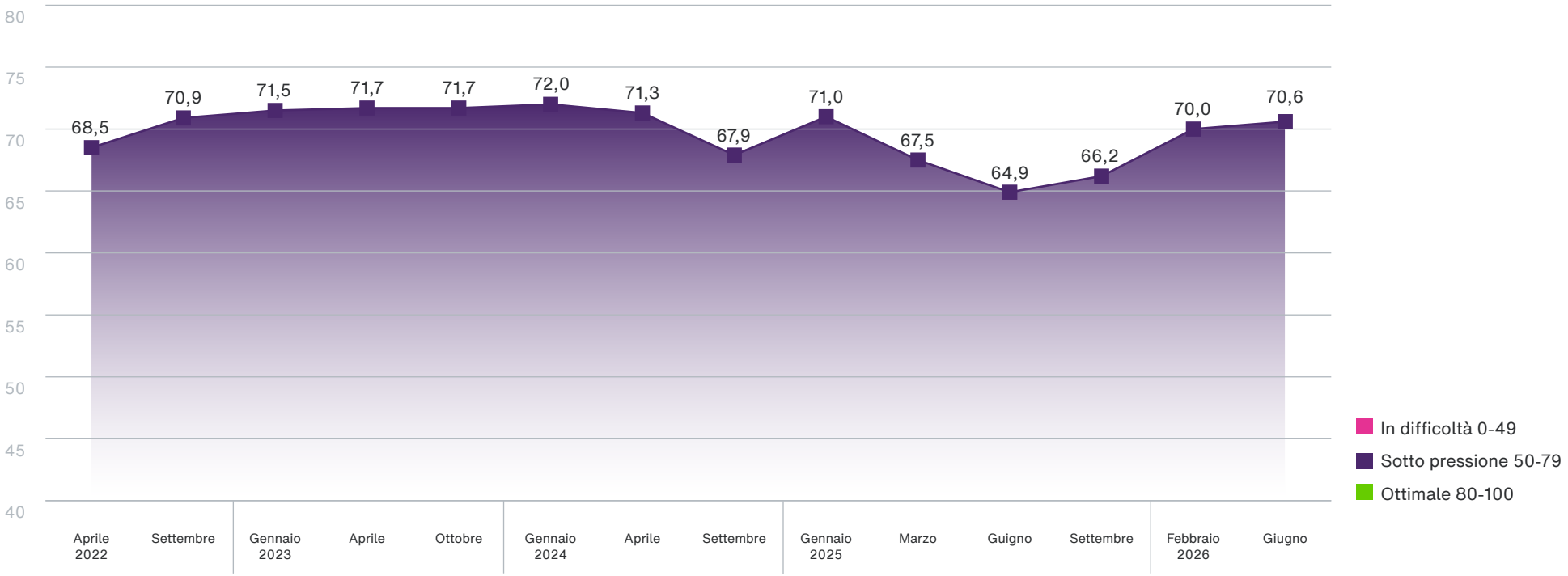
Rischio finanziario

Nel secondo trimestre del 2026, il 26 per cento dei lavoratori non dispone di risparmi di emergenza sufficienti a coprire i bisogni essenziali.

I sotto-indici relativi al rischio finanziario hanno mostrato una tendenza al rialzo fino a gennaio 2024. Dopo un forte calo a settembre 2024, il sotto-indice è risalito a gennaio 2025, per poi diminuire nuovamente, raggiungendo il livello più basso nel giugno 2025. Da allora, il punteggio relativo al rischio finanziario è aumentato di quasi sei punti fino al secondo trimestre del 2026.

Sotto-indice
Giugno 2026

70,6



Salute mentale per genere ed età.

- Dal lancio dell'MHI, le donne hanno registrato punteggi di salute mentale significativamente inferiori rispetto agli uomini. Nel secondo trimestre del 2026, il punteggio di salute mentale delle donne è pari a 55,5, rispetto a 61,3 per gli uomini
- Da aprile 2022, i punteggi di salute mentale migliorano con l'età
- I lavoratori con almeno un figlio minorenne registrano un punteggio di salute mentale più elevato (59,5) rispetto ai lavoratori senza figli (57,9)

Salute mentale per stato occupazionale.

- Complessivamente, il due per cento degli intervistati è disoccupato e il cinque per cento segnala una riduzione delle ore lavorative o dello stipendio
- Gli intervistati attualmente non occupati registrano il punteggio di salute mentale più basso (49,4), seguiti dai lavoratori che segnalano meno ore lavorative rispetto al mese precedente (51,6), dai lavoratori che segnalano una riduzione dello stipendio rispetto al mese precedente (56,3) e dai lavoratori senza variazioni di stipendio o ore lavorative (59,0)
- Gli operai registrano un punteggio di salute mentale inferiore (58,1) rispetto ai lavoratori dei servizi (58,7) e agli impiegati d'ufficio (59,0)
- I manager registrano un punteggio di salute mentale superiore (59,8) rispetto ai non-manager (57,8)
- Gli intervistati che lavorano per aziende con 101-500 dipendenti registrano il punteggio di salute mentale più elevato (60,8)
- Gli intervistati che lavorano per aziende con più di 10.000 dipendenti registrano il punteggio di salute mentale più basso (56,8)



Risparmi di emergenza.

- I lavoratori senza risparmi di emergenza continuano a registrare un punteggio di salute mentale inferiore (48,5) rispetto al gruppo complessivo (58,6). I lavoratori con risparmi di emergenza registrano un punteggio di salute mentale pari a 62,2

1 Il sondaggio include gli intervistati dell'MHI che hanno avuto un'occupazione negli ultimi sei mesi.

Stato occupazionale	Febb. 2026	Giu. 2026
Occupati (nessuna variazione di ore/stipendio)	59,0	59,0
Occupati (meno ore rispetto al mese precedente)	50,9	51,6
Occupati (stipendio ridotto rispetto al mese precedente)	44,9	56,3
Attualmente non occupati	54,0	49,4

Fascia d'età	Febb. 2026	Giu. 2026
Età 20-29	52,1	53,2
Età 30-39	54,3	53,6
Età 40-49	58,0	58,0
Età 50-59	60,0	60,2
Età 60-69	64,0	66,2

Numero di figli	Febb. 2026	Giu. 2026
Nessun figlio in famiglia	57,4	57,9
1 figlio	58,0	58,6
2 figli	61,1	60,8
3 figli o più	58,3	61,2

Genere	Febb. 2026	Giu. 2026
Uomini	61,2	61,3
Donne	54,9	55,5

Reddito	Febb. 2026	Giu. 2026
Meno di € 10.000	52,2	49,4
Da € 10.000 a meno di € 20.000	51,5	52,4
Da € 20.000 a meno di € 30.000	56,3	55,8
Da € 30.000 a meno di € 50.000	57,5	60,1
Da € 50.000 a meno di € 70.000	62,5	61,2
Da € 70.000 a meno di € 100.000	65,4	65,8
€ 100.000 e oltre	68,5	68,2

Dimensione del datore di lavoro	Febb. 2026	Giu. 2026
Lavoratore autonomo / titolare unico	57,3	58,1
2-50 dipendenti	57,5	57,8
51-100 dipendenti	60,0	59,9
101-500 dipendenti	56,3	60,8
501-1.000 dipendenti	58,3	59,8
1.001-5.000 dipendenti	62,0	58,3
5.001-10.000 dipendenti	58,4	58,2
Più di 10.000 dipendenti	59,0	56,8

Manager	Febb. 2026	Giu. 2026
Manager	59,7	59,8
Ruoli non manageriali	56,8	57,8

Ambiente di lavoro	Febb. 2026	Giu. 2026
Produzione	57,0	58,1
Ufficio	58,7	59,0
Servizi	57,8	58,7

I numeri evidenziati in rosa indicano i punteggi più bassi/peggiori del gruppo.
I numeri evidenziati in verde indicano i punteggi più alti/migliori del gruppo.

Il Mental Health Index per settore.

I lavoratori del settore Attività dei servizi di alloggio e ristorazione registrano il punteggio di salute mentale più basso (51,4), seguiti dai lavoratori del settore Attività immobiliari (52,4) e, a pari merito, dei settori Media e telecomunicazioni e Fornitura di energia elettrica, gas, vapore e aria condizionata (52,5).

I lavoratori del settore Attività finanziarie e assicurative (64,7), Costruzioni (62,9) e Attività manifatturiere (62,2) registrano i punteggi di salute mentale più elevati nel secondo trimestre del 2026.



Settore	Giugno 2026	Febbraio 2026	Variazione
Attività finanziarie e assicurative	64,7	54,9	9,8
Altre attività di servizi	57,9	54,2	3,7
Commercio all'ingrosso e al dettaglio	61,8	58,3	3,5
Tecnologia	61,8	59,7	2,1
Istruzione	59,5	58,0	1,5
Trasporto e magazzinaggio	57,9	57,2	0,7
Attività manifatturiere	62,2	61,8	0,4
Attività dei servizi di alloggio e ristorazione	51,4	51,0	0,4
Media e telecomunicazioni	52,5	52,4	0,1
Costruzioni	62,9	63,0	-0,1
Attività amministrative e di servizi di supporto	54,8	57,4	-2,6
Attività professionali, scientifiche e tecniche	56,9	59,8	-2,9
Attività dei servizi sanitari e di assistenza sociale	58,4	61,7	-3,3
Pubblica amministrazione e difesa	61,2	65,6	-4,4
Fornitura di energia elettrica, gas, vapore e aria condizionata	52,5	58,4	-5,9
Attività immobiliari	52,4	60,9	-8,5

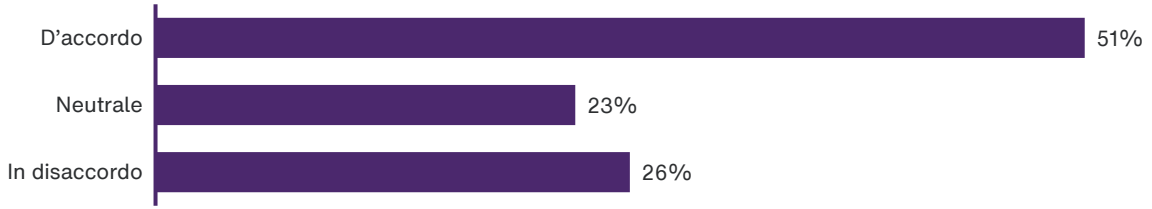
Salute finanziaria

Percezione della salute finanziaria.

Mentre la metà dei lavoratori afferma di trovarsi in una buona situazione finanziaria, un quarto rimane in una situazione di insicurezza finanziaria.

- Il 51 per cento dei lavoratori dichiara di trovarsi in una buona situazione finanziaria; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (65,4) è superiore di quasi sette punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Più di un quarto (26 per cento) dei lavoratori dichiara di non trovarsi in una buona situazione finanziaria; questo gruppo registra il punteggio di salute mentale più basso (47,7), inferiore di quasi 18 punti rispetto ai lavoratori che dichiarano di trovarsi in una buona situazione finanziaria (65,4) e di 11 punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- I lavoratori con un reddito familiare annuo inferiore a €50.000 hanno più del triplo delle probabilità rispetto ai lavoratori con un reddito familiare annuo superiore a €50.000 di dichiarare di non trovarsi in una buona situazione finanziaria
- I lavoratori senza risparmi di emergenza hanno il 70 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori con risparmi di emergenza di dichiarare di non trovarsi in una buona situazione finanziaria

Mi trovo in una buona situazione finanziaria



Punteggio MHI per "Mi trovo in una buona situazione finanziaria"





Quasi tre quarti dei lavoratori affermano che la propria situazione finanziaria è rimasta invariata negli ultimi tre mesi; uno su sei afferma che è peggiorata.

- Il 73 per cento dei lavoratori dichiara che la propria situazione finanziaria non è cambiata negli ultimi tre mesi; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (61,1) è superiore di oltre due punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più elevato (62,4) si registra tra il 10 per cento dei lavoratori che dichiara che la propria situazione finanziaria è migliorata negli ultimi tre mesi, quasi quattro punti superiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- I lavoratori sotto i 40 anni hanno il 60 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori sopra i 50 anni di dichiarare che la propria situazione finanziaria è migliorata negli ultimi tre mesi

Negli ultimi 3 mesi, la mia situazione finanziaria è...



- Il punteggio di salute mentale più basso (45,4) si registra tra il 17 per cento dei lavoratori che dichiara che la propria situazione finanziaria è peggiorata negli ultimi tre mesi, 17 punti inferiore rispetto ai lavoratori che segnalano un miglioramento (62,4) e oltre 13 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- I lavoratori senza risparmi di emergenza hanno il 50 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori con risparmi di emergenza di segnalare un peggioramento della propria situazione finanziaria negli ultimi tre mesi
- I lavoratori con un reddito familiare annuo inferiore a €50.000 hanno il 40 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori con un reddito familiare annuo superiore a €50.000 di segnalare un peggioramento della propria situazione finanziaria negli ultimi tre mesi

Punteggio MHI per "Negli ultimi 3 mesi, la mia situazione finanziaria è..."



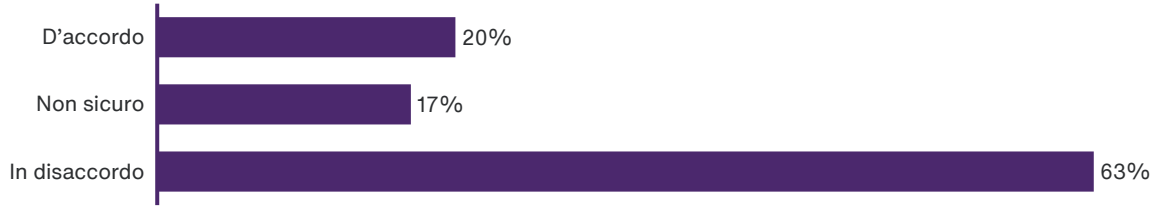




Un lavoratore su cinque dichiara che la propria situazione finanziaria personale ha influito negativamente sulla produttività lavorativa negli ultimi tre mesi, con un impatto sproporzionato sui lavoratori più giovani e sui manager.

- Il 63 per cento dei lavoratori afferma che la propria situazione finanziaria personale non ha influito sulla produttività lavorativa; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (65,1) è superiore di quasi sette punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più basso (43,0) si registra tra il 20 per cento dei lavoratori che afferma che la propria situazione finanziaria personale ha influito negativamente sulla produttività lavorativa negli ultimi tre mesi, 22 punti inferiore rispetto ai lavoratori che non sono d'accordo con questa affermazione (65,1) e quasi 16 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- I lavoratori sotto i 40 anni hanno due volte e mezzo le probabilità rispetto ai lavoratori sopra i 50 anni di segnalare un impatto negativo sulla propria produttività lavorativa negli ultimi tre mesi
- I lavoratori senza risparmi di emergenza hanno due volte e mezzo le probabilità rispetto ai lavoratori con risparmi di emergenza di segnalare un impatto negativo sulla propria produttività lavorativa negli ultimi tre mesi
- I manager hanno il 40 per cento di probabilità in più rispetto ai non-manager di segnalare un impatto negativo sulla propria produttività lavorativa negli ultimi tre mesi

La mia situazione finanziaria personale ha influito negativamente sulla mia produttività lavorativa negli ultimi 3 mesi



Punteggio MHI per "La mia situazione finanziaria personale ha influito negativamente sulla mia produttività lavorativa negli ultimi 3 mesi"



Ansia finanziaria

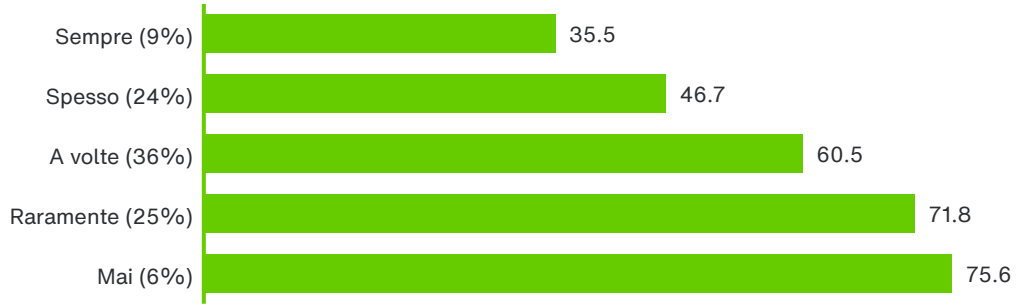
Sette lavoratori su 10 si sentono preoccupati o ansiosi per la propria situazione finanziaria; i lavoratori più giovani e i genitori hanno maggiori probabilità di sentirsi così sempre o spesso.

- Un terzo (33 per cento) dei lavoratori si sente sempre o spesso preoccupato/ansioso per la propria situazione finanziaria; questo gruppo registra i punteggi di salute mentale più bassi (rispettivamente 35,5 e 46,7), inferiori di almeno 25 punti rispetto ai lavoratori che si sentono raramente o mai preoccupati (rispettivamente 71,8 e 75,6) e di almeno 12 punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- I genitori hanno l'80 per cento di probabilità in più rispetto ai non genitori di sentirsi sempre o spesso preoccupati/ansiosi per la propria situazione finanziaria
- I lavoratori sotto i 40 anni hanno il 60 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori sopra i 50 anni di sentirsi sempre o spesso preoccupati/ansiosi per la propria situazione finanziaria
- I lavoratori con un reddito familiare annuo inferiore a €50.000 hanno il 50 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori con un reddito familiare annuo superiore a €50.000 di sentirsi sempre o spesso preoccupati/ansiosi per la propria situazione finanziaria
- Il 31 per cento dei lavoratori si sente raramente o mai preoccupato/ansioso per la propria situazione finanziaria; i punteggi di salute mentale di questo gruppo (rispettivamente 71,8 e 75,6) sono superiori di almeno 13 punti rispetto alla media nazionale (58,6)

Con quale frequenza si sente preoccupato o ansioso per la sua situazione finanziaria?



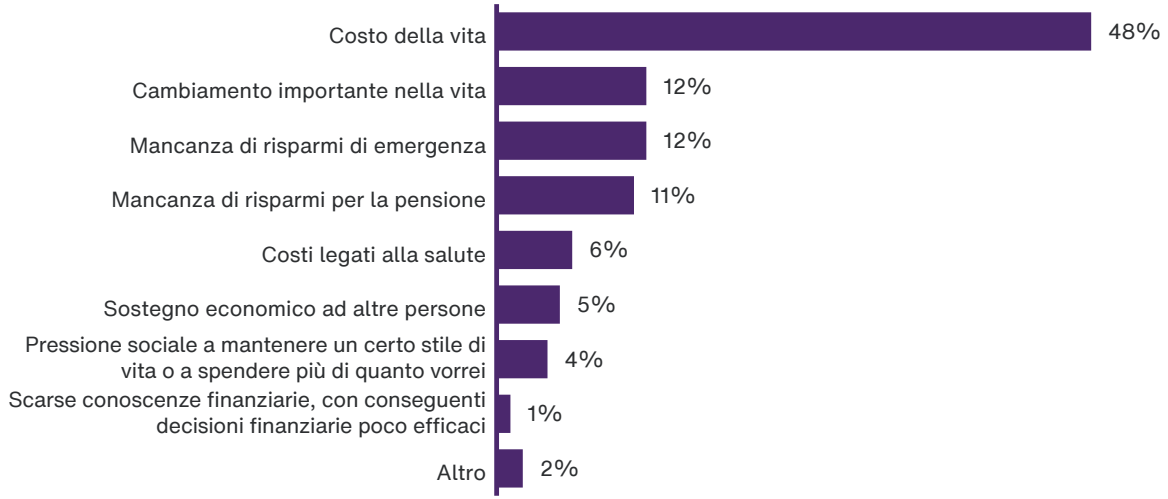
Punteggio MHI per "Con quale frequenza si sente preoccupato o ansioso per la sua situazione finanziaria?"



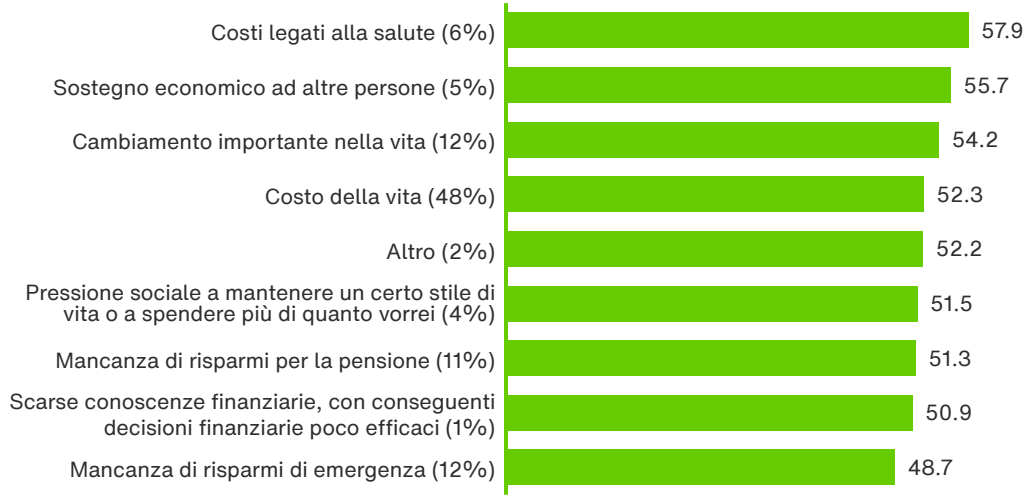
Quasi la metà dei lavoratori indica il costo della vita come principale fonte di ansia finanziaria.

- Il 48 per cento dei lavoratori afferma che il costo della vita rappresenta il principale fattore alla base della propria ansia finanziaria, il 12 per cento indica un cambiamento importante nella vita, il 12 per cento la mancanza di risparmi di emergenza e l'11 per cento la mancanza di risparmi per la pensione
- Il punteggio di salute mentale del 48 per cento che indica il costo della vita come principale fattore alla base dell'ansia finanziaria (52,3) è inferiore di oltre sei punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più basso (48,7) si registra tra il 12 per cento dei lavoratori che indica la mancanza di risparmi di emergenza come principale fattore alla base della propria ansia finanziaria, 10 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)

Quale dei seguenti fattori contribuisce maggiormente alla sua ansia finanziaria?



Punteggio MHI per "Quale dei seguenti fattori contribuisce maggiormente alla sua ansia finanziaria?



L’impatto dello stress finanziario.

Ansia, disturbi del sonno e tensioni nelle relazioni sono gli effetti dello stress finanziario segnalati più frequentemente.

- Quasi due lavoratori su cinque (37 per cento) affermano di aver sperimentato un aumento dell’ansia a causa dello stress finanziario; il 27 per cento segnala disturbi del sonno; il 21 per cento tensioni nelle relazioni personali; il 18 per cento una riduzione della motivazione/del coinvolgimento; e il 15 per cento difficoltà di concentrazione dovute allo stress finanziario
- I punteggi di salute mentale dei lavoratori che segnalano effetti dovuti allo stress finanziario variano da 51,7 (assenze dal lavoro) a un minimo di 45,4 (difficoltà di concentrazione), almeno sette punti al di sotto della media nazionale (58,6)

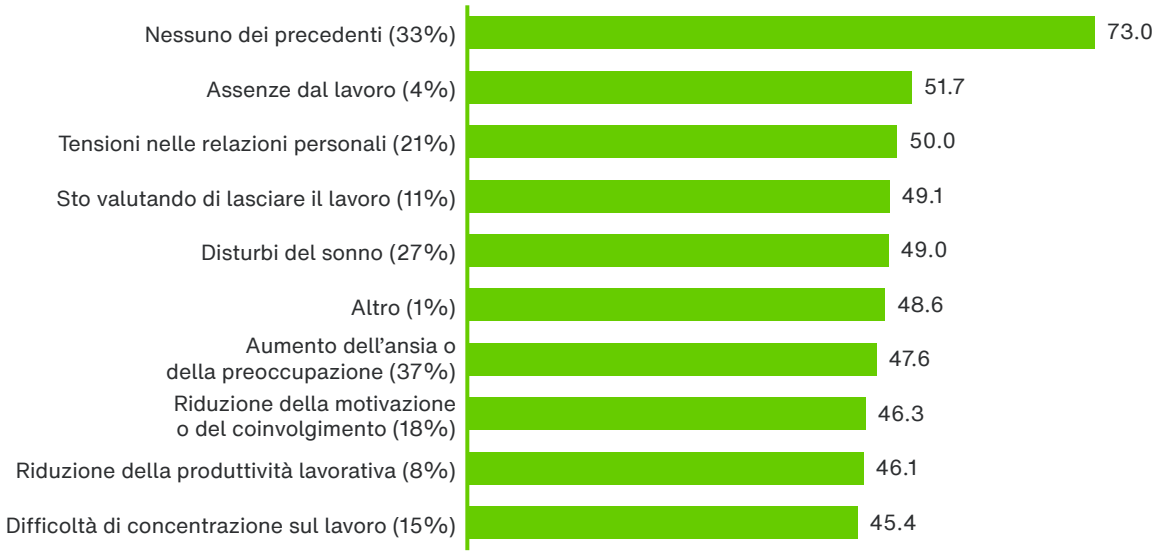
Quali dei seguenti effetti, se ve ne sono, ha sperimentato a causa dello stress finanziario?



- Il punteggio di salute mentale più basso (45,4) si registra tra il 15 per cento dei lavoratori che segnala difficoltà di concentrazione sul lavoro dovute allo stress finanziario, quasi 28 punti inferiore rispetto ai lavoratori che non segnalano alcun impatto (73,0) e oltre 13 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il 33 per cento dei lavoratori non segnala alcun impatto dovuto allo stress finanziario; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (73,0) è superiore di oltre 14 punti rispetto alla media nazionale (58,6)



Punteggio MHI per "Quali dei seguenti effetti, se ve ne sono, ha sperimentato a causa dello stress finanziario?"

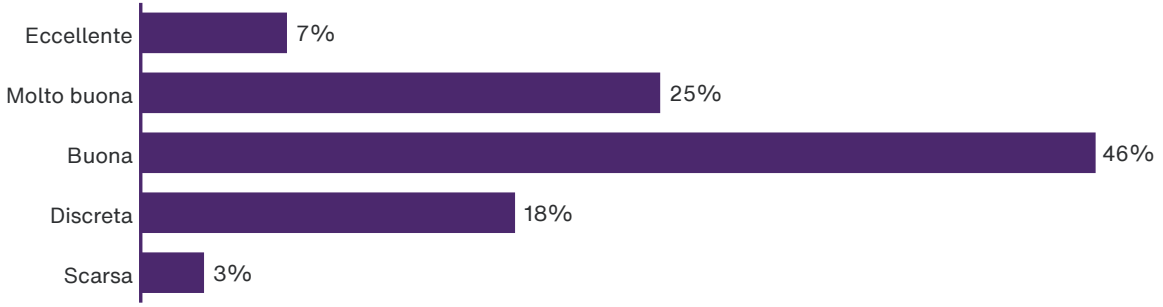


Alfabetizzazione finanziaria

Un terzo dei lavoratori valuta la propria alfabetizzazione finanziaria come molto buona o eccellente; il 21 per cento la valuta come discreta o scarsa.

- Il 32 per cento dei lavoratori valuta la propria alfabetizzazione finanziaria come molto buona o eccellente; i punteggi di salute mentale di questo gruppo (rispettivamente 63,6 e 66,0) sono superiori di almeno quattro punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Più di un lavoratore su cinque (21 per cento) valuta la propria alfabetizzazione finanziaria complessiva come discreta o scarsa; questo gruppo registra i punteggi di salute mentale più bassi (rispettivamente 50,6 e 39,1), inferiori di almeno 13 punti rispetto ai lavoratori che valutano la propria alfabetizzazione finanziaria come eccellente o molto buona e di almeno otto punti rispetto alla media nazionale (58,6)

Come valuterebbe la sua alfabetizzazione finanziaria complessiva?



Punteggio MHI per "Come valuterebbe la sua alfabetizzazione finanziaria complessiva?"



Retribuzione e programmi pensionistici o di risparmio aziendali.

Meno della metà dei lavoratori afferma di ricevere una retribuzione equa per il lavoro svolto; tre su 10 affermano il contrario.

- Il 44 per cento dei lavoratori afferma di ricevere una retribuzione equa per il lavoro svolto; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (65,0) è superiore di oltre sei punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più basso (49,1) si registra tra il 29 per cento dei lavoratori che afferma di non ricevere una retribuzione equa per il lavoro svolto, quasi 16 punti inferiore rispetto ai lavoratori che ritengono di ricevere una retribuzione equa (65,0) e quasi 10 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- I lavoratori con un reddito familiare annuo inferiore a €50.000 hanno il 40 per cento di probabilità in più rispetto ai lavoratori con un reddito familiare annuo superiore a €50.000 di affermare di non ricevere una retribuzione equa per il lavoro svolto

Ricevo una retribuzione equa per il lavoro che svolgo



Punteggio MHI per "Ricevo una retribuzione equa per il lavoro che svolgo"

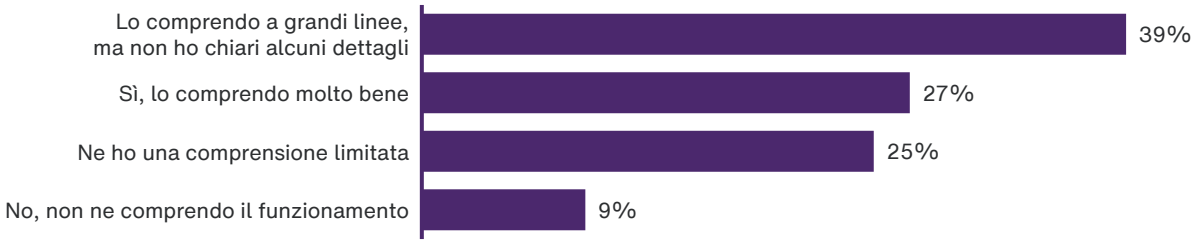




Quasi tre quarti dei lavoratori che versano contributi a programmi pensionistici o di risparmio aziendali non comprendono il funzionamento di questi programmi.

- Quasi due lavoratori su cinque (39 per cento) comprendono a grandi linee il funzionamento dei propri programmi pensionistici o di risparmio aziendali, ma non hanno chiari alcuni dettagli; il 25 per cento ha una comprensione limitata del funzionamento del programma e il nove per cento non lo comprende affatto
- Il punteggio di salute mentale più basso (46,3) si registra tra il nove per cento dei lavoratori che non comprende affatto il funzionamento dei propri programmi pensionistici o di risparmio aziendali, oltre 17 punti inferiore rispetto ai lavoratori che li comprendono molto bene (63,4) e oltre 12 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- I lavoratori con un reddito familiare annuo inferiore a €50.000 hanno il doppio delle probabilità rispetto ai lavoratori con un reddito familiare annuo superiore a €50.000 di dichiarare di non comprendere affatto il funzionamento dei programmi
- I lavoratori senza risparmi di emergenza hanno il doppio delle probabilità rispetto ai lavoratori con risparmi di emergenza di dichiarare di non comprendere affatto il funzionamento dei programmi

Se versa contributi a un programma pensionistico o di risparmio aziendale, ne comprende il funzionamento?



- Il 27 per cento dei lavoratori che versano contributi a un programma pensionistico o di risparmio aziendale comprende molto bene il funzionamento dei programmi; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (63,4) è superiore di quasi cinque punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Gli uomini hanno il 40 per cento di probabilità in più rispetto alle donne di dichiarare di comprendere molto bene il funzionamento dei propri programmi pensionistici o di risparmio aziendali

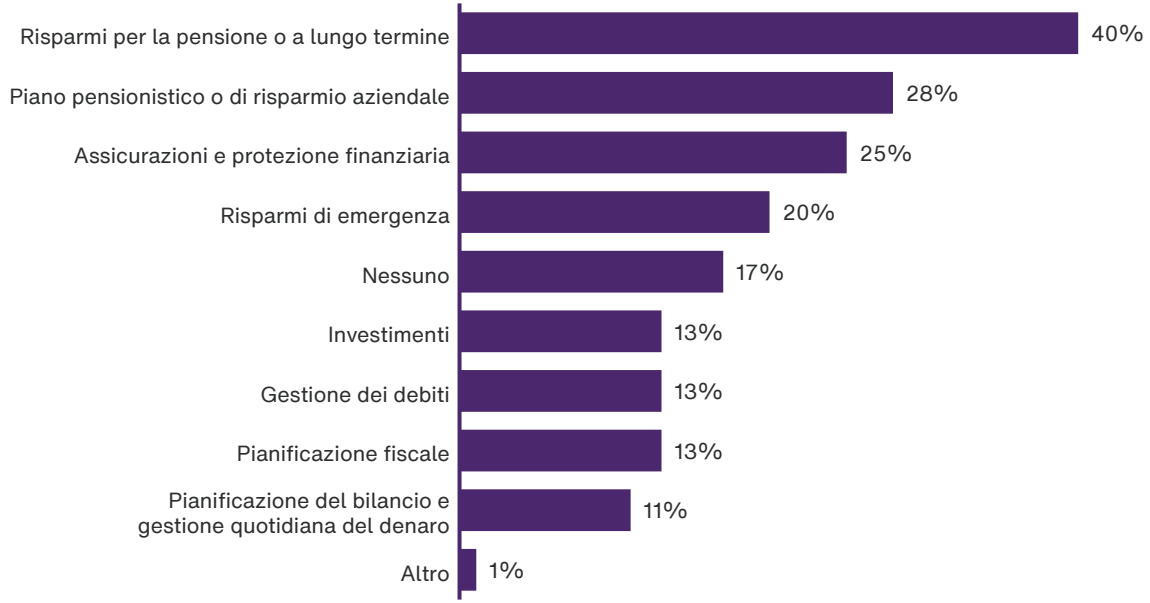
Punteggio MHI per "Se versa contributi a un programma pensionistico o di risparmio aziendale, ne comprende il funzionamento?"



Due terzi dei lavoratori desiderano che il proprio datore di lavoro fornisca risorse, comunicazioni o supporto in materia di pianificazione del pensionamento e di piani pensionistici o di risparmio aziendali.

- Il 40 per cento dei lavoratori desidera che il proprio datore di lavoro fornisca risorse, comunicazioni o supporto in materia di risparmi per la pensione; il 28 per cento desidera supporto per i propri piani pensionistici o di risparmio aziendali; il 25 per cento desidera supporto da parte del datore di lavoro in materia di assicurazioni o protezione finanziaria; il 20 per cento desidera supporto per i risparmi di emergenza; il 13 per cento desidera supporto da parte del datore di lavoro in materia di investimenti; e il 13 per cento desidera supporto da parte del datore di lavoro per la gestione dei debiti e la pianificazione fiscale

Per quali dei seguenti temi finanziari desidera che il suo datore di lavoro fornisca risorse, comunicazioni o supporto?

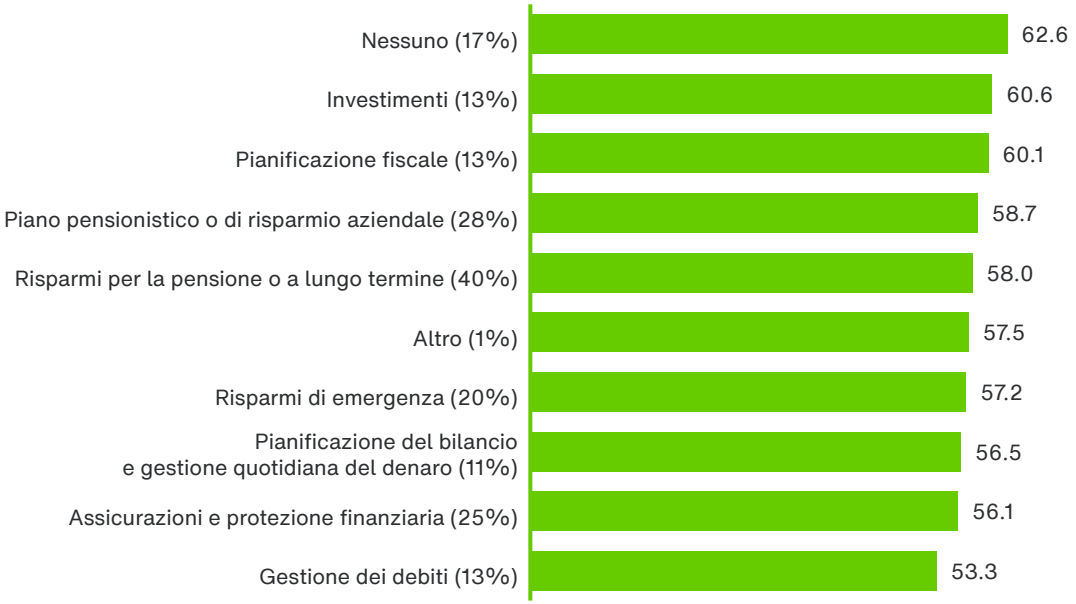




- Il punteggio di salute mentale più basso (53,3) si registra tra il 13 per cento dei lavoratori che desidera supporto da parte del datore di lavoro per la gestione dei debiti, oltre cinque punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il 17 per cento dei lavoratori non desidera che il proprio datore di lavoro fornisca risorse, comunicazioni o supporto su alcun tema finanziario; questo gruppo registra il punteggio di salute mentale più elevato (62,6), quattro punti superiore rispetto alla media nazionale (58,6)



Punteggio MHI per "Per quali dei seguenti temi finanziari desidera che il suo datore di lavoro fornisca risorse, comunicazioni o supporto?"

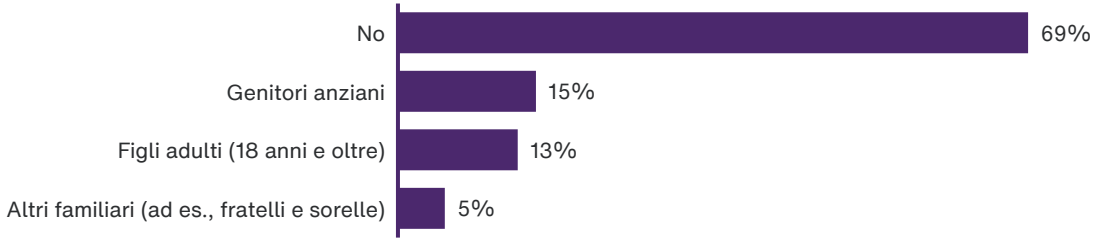


Assistenza e supporto finanziario.

Il supporto finanziario o l'assistenza riguardano soprattutto i genitori anziani (15%) e i figli adulti (13%).

- Il 15 per cento dei lavoratori fornisce assistenza o supporto finanziario ai propri genitori anziani, il 13 per cento fornisce supporto finanziario o assistenza ai propri figli adulti e il cinque per cento fornisce supporto finanziario o assistenza ad altri familiari
- I punteggi di salute mentale dei lavoratori che forniscono assistenza o supporto finanziario variano da 60,2 (figli adulti) a un minimo di 53,4 (altri familiari)
- Il 69 per cento dei lavoratori non fornisce supporto finanziario o assistenza a persone a carico (esclusi i figli minori di 18 anni e il coniuge/partner); il punteggio di salute mentale di questo gruppo (59,5) è moderatamente superiore rispetto alla media nazionale (58,6)

Esclusi i figli minori di 18 anni e/o il suo coniuge/partner, fornisce attualmente supporto finanziario o assistenza a una delle seguenti persone a carico?



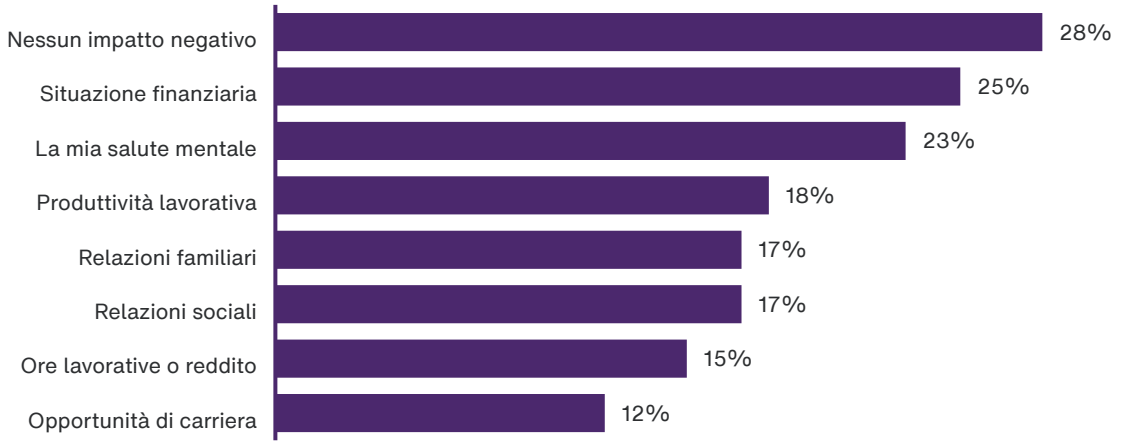
Punteggio MHI per "Esclusi i figli minori di 18 anni e/o il suo coniuge/partner, fornisce attualmente supporto finanziario o assistenza a una delle seguenti persone a carico?"



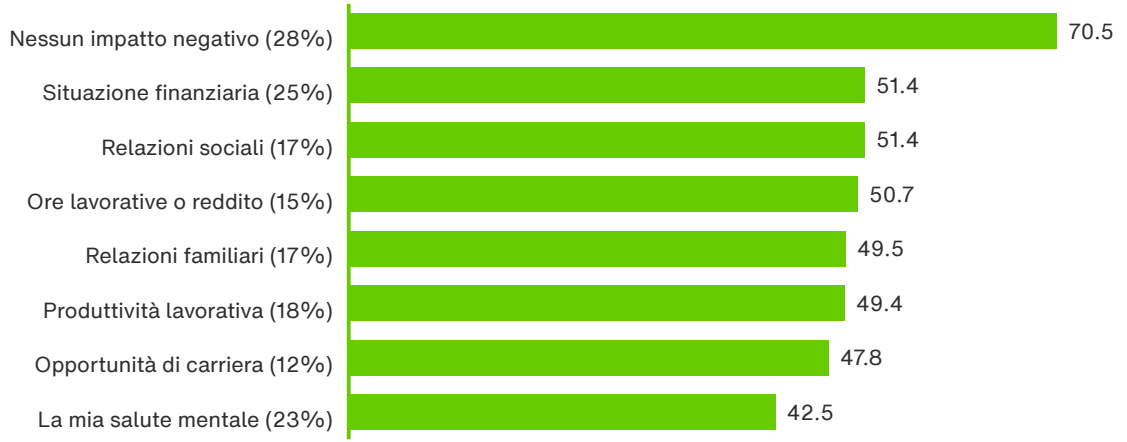
I lavoratori che forniscono supporto finanziario o assistenza segnalano più frequentemente un impatto negativo sulla propria situazione finanziaria, sulla salute mentale e sulla produttività lavorativa.

- Il 25 per cento dei lavoratori che forniscono supporto finanziario o assistenza segnala un impatto negativo sulla propria situazione finanziaria, il 23 per cento segnala un impatto negativo sulla propria salute mentale, il 18 per cento segnala un impatto negativo sulla propria produttività lavorativa e il 17 per cento segnala un impatto negativo sulle relazioni sociali e familiari
- Il punteggio di salute mentale più basso (42,5) si registra tra il 23 per cento dei lavoratori che dichiara che fornire supporto finanziario o assistenza ha influito negativamente sulla propria salute mentale, 28 punti inferiore rispetto ai lavoratori che non segnalano alcun impatto negativo (70,5) e 16 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il 28 per cento dei lavoratori afferma che fornire supporto finanziario o assistenza non ha avuto alcun impatto negativo; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (70,5) è superiore di 12 punti rispetto alla media nazionale (58,6)

Questa responsabilità ha avuto un impatto negativo su uno o più dei seguenti aspetti?



Punteggio MHI per "Questa responsabilità ha avuto un impatto negativo su uno o più dei seguenti aspetti?"



Percezione della fiducia e dell’attenzione al benessere sul luogo di lavoro.

Meno della metà dei lavoratori si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di un eventuale problema di salute mentale.

- Il 46 per cento dei lavoratori si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di un eventuale problema di salute mentale; il punteggio di salute mentale di questo gruppo è il più elevato (64,2), quasi sei punti superiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più basso (51,4) si registra tra il 28 per cento dei lavoratori che non si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di un eventuale problema di salute mentale, quasi 13 punti inferiore rispetto ai lavoratori che si sentirebbero a proprio agio (64,2) e oltre sette punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)



Mi sentirei a mio agio nel parlare al mio manager di un eventuale problema di salute mentale.



Punteggio MHI per “Mi sentirei a mio agio nel parlare al mio manager di un eventuale problema di salute mentale”





Più di un terzo dei lavoratori ritiene che il proprio datore di lavoro attribuisca più importanza alla produttività rispetto al benessere.

- Il 37 per cento dei lavoratori ritiene che il proprio datore di lavoro si preoccupi sia del loro benessere sia della loro produttività; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (63,8) è superiore di oltre cinque punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più basso (52,3) si registra tra il 36 per cento dei lavoratori che ritiene che il proprio datore di lavoro attribuisca maggiore importanza alla produttività rispetto al benessere, quasi 12 punti inferiore rispetto ai lavoratori che ritengono che il proprio datore di lavoro si preoccupi del loro benessere e della loro produttività (63,8) e oltre sei punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)

Ritengo che il mio datore di lavoro si preoccupi del mio benessere, non soltanto della mia produttività



Punteggio MHI per "Ritengo che il mio datore di lavoro si preoccupi del mio benessere, non soltanto della mia produttività"

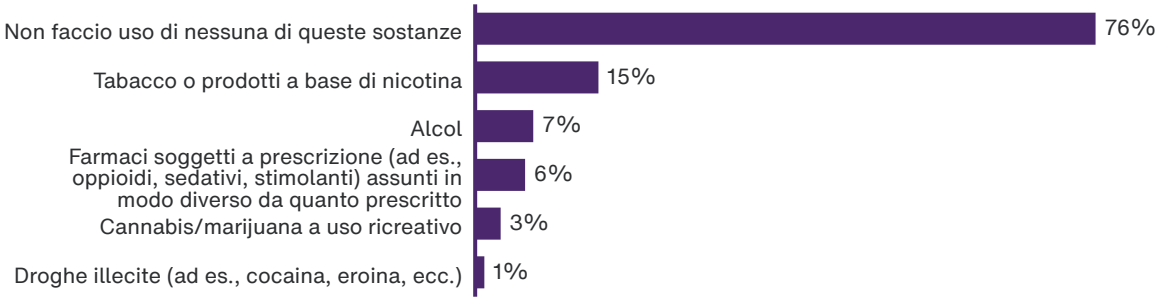


Uso di sostanze

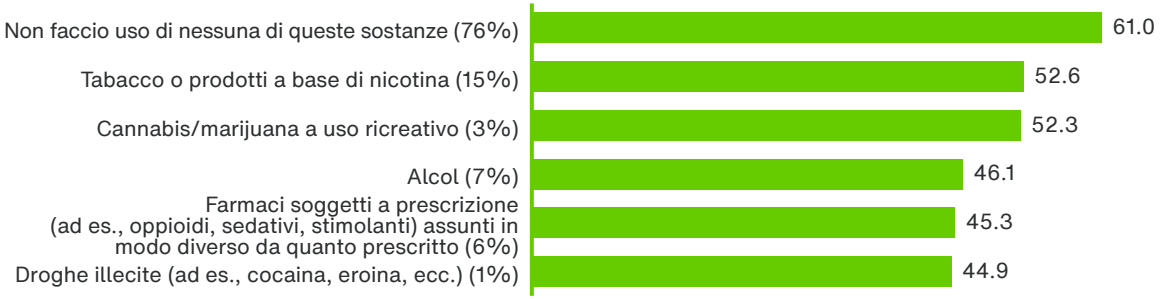
- Il 76 per cento dei lavoratori dichiara di non fare un uso incontrollato di sostanze; il punteggio di salute mentale di questo gruppo (61,0) è superiore di oltre due punti rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il 15 per cento dei lavoratori è preoccupato per il proprio uso di tabacco o nicotina, il sette per cento è preoccupato per il proprio consumo di alcol e il sei per cento ha difficoltà a controllare l'uso di farmaci soggetti a prescrizione assunti in modo diverso da quanto prescritto
- Il punteggio di salute mentale più basso (44,9) si registra tra l'uno per cento dei lavoratori preoccupati per il proprio uso di droghe illecite, 16 punti inferiore rispetto ai lavoratori che dichiarano di non fare uso di sostanze (61,0) e quasi 14 punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)



Negli ultimi 12 mesi, ha fatto uso di una delle seguenti sostanze in un modo che le è sembrato difficile da controllare o che le ha causato preoccupazione?



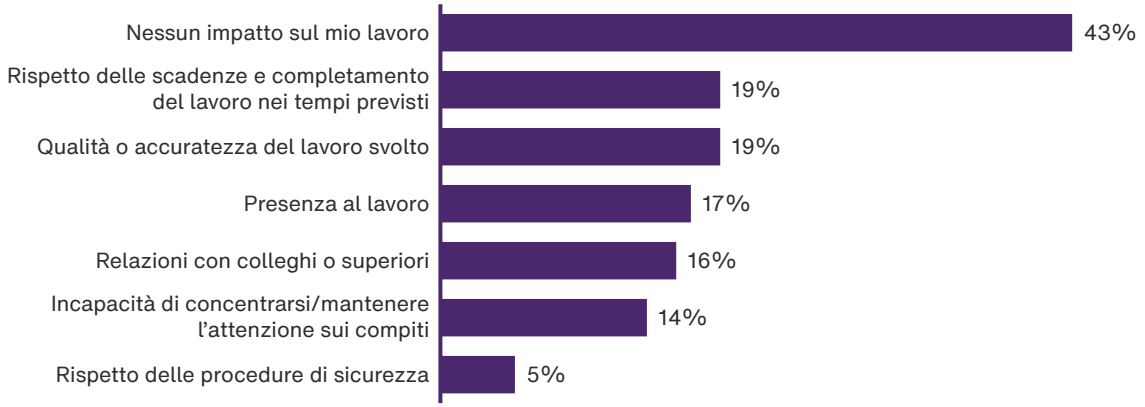
Punteggio MHI per "Negli ultimi 12 mesi, ha fatto uso di una delle seguenti sostanze in un modo che le è sembrato difficile da controllare o che le ha causato preoccupazione?"



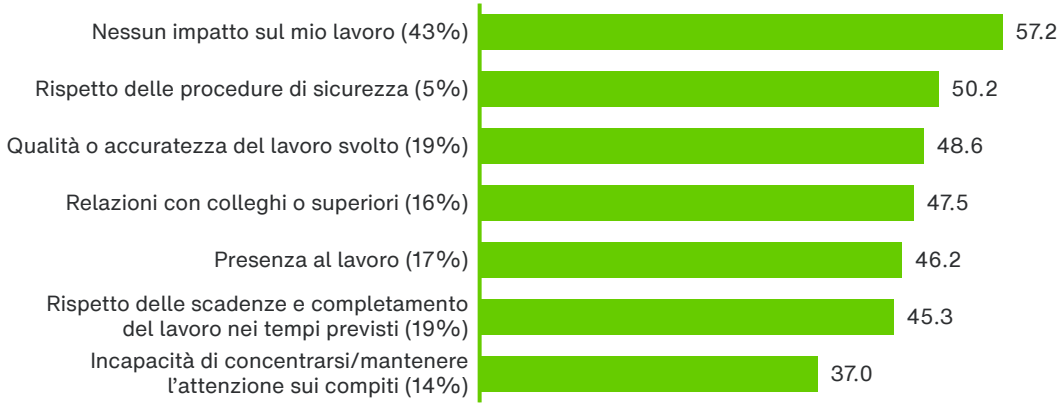
Tra i lavoratori che segnalano difficoltà legate all'uso di sostanze, più della metà segnala un qualche impatto sul proprio lavoro.

- Il 19 per cento dei lavoratori segnala difficoltà nel rispettare le scadenze e nel completare il lavoro nei tempi previsti; il 19 per cento dichiara che il proprio uso di sostanze ha influito negativamente sulla qualità o sull'accuratezza del lavoro; il 17 per cento segnala un impatto sulla propria presenza al lavoro; il 16 per cento segnala un impatto sulle relazioni con colleghi o superiori; e il 14 per cento segnala un'incapacità di concentrarsi/mantenere l'attenzione sui compiti
- I punteggi di salute mentale dei lavoratori che segnalano effetti dovuti all'uso di sostanze variano da 50,2 (procedure di sicurezza) a un minimo di 37,0 (incapacità di concentrarsi/mantenere l'attenzione sui compiti), almeno otto punti al di sotto della media nazionale (58,6)
- Più di due lavoratori su cinque (43 per cento) non segnalano alcun impatto dell'uso di sostanze sul proprio lavoro, ma il punteggio di salute mentale di questo gruppo (57,2) è inferiore di un punto e mezzo rispetto alla media nazionale (58,6).

Pensando al suo uso di sostanze che le è sembrato difficile da controllare, in quali dei seguenti modi ha influito sul suo lavoro?



Punteggio MHI per "Pensando al suo uso di sostanze che le è sembrato difficile da controllare, in quali dei seguenti modi ha influito sul suo lavoro?"



Il timore che il problema venga a conoscenza di altri sul luogo di lavoro e lo stigma rappresentano le principali barriere che impediscono ai lavoratori di cercare aiuto per l'uso di sostanze.

- Il 26 per cento dei lavoratori teme di doverne parlare con qualcuno sul lavoro; il 23 per cento indica lo stigma o l'imbarazzo come barriera alla ricerca di aiuto per l'uso di sostanze; il 21 per cento afferma che il supporto disponibile non sembra adatto alla propria situazione; il 16 per cento è preoccupato per la riservatezza; e il 14 per cento non sa quale supporto sia disponibile



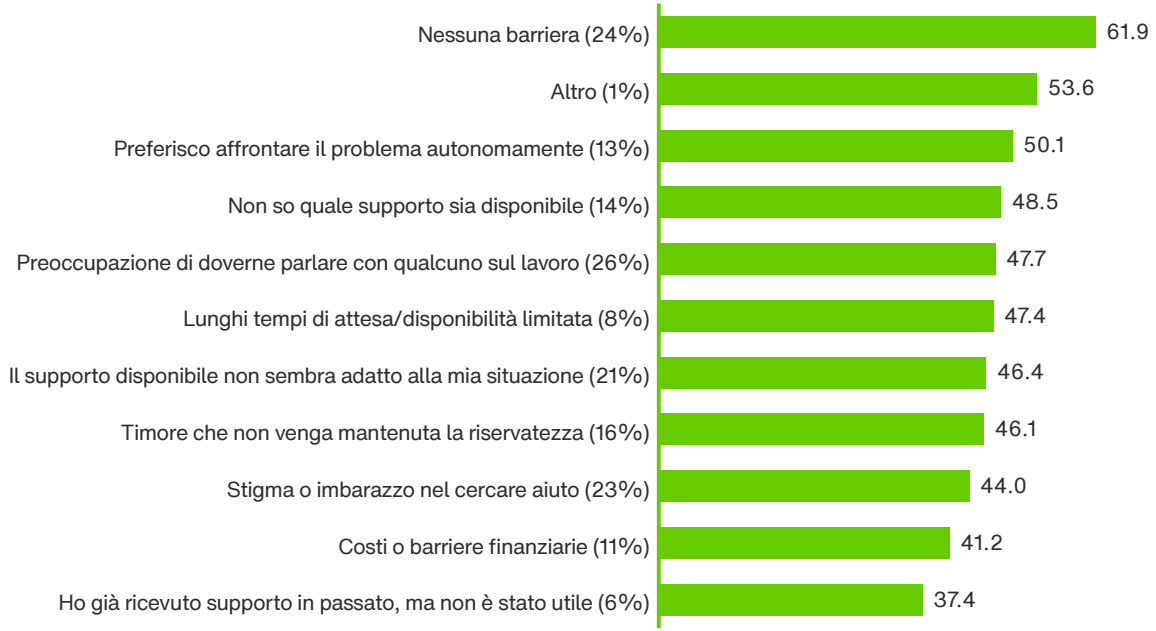
Quali barriere, se ve ne sono, le impedirebbero di cercare aiuto per l'uso di sostanze?



- I punteggi di salute mentale dei lavoratori che segnalano barriere alla ricerca di aiuto per l'uso di sostanze variano da 50,1 (preferenza per affrontare il problema autonomamente) a un minimo di 37,4 (il supporto ricevuto in precedenza non è stato utile), almeno otto punti al di sotto della media nazionale (58,6)



Punteggio MHI per "Quali barriere, se ve ne sono, le impedirebbero di cercare aiuto per l'uso di sostanze?"



Sette lavoratori su 10 sono incerti o non si sentirebbero a proprio agio nel parlare al proprio manager di eventuali difficoltà legate all'uso di sostanze o alla dipendenza.

- Il punteggio di salute mentale più elevato (62,3) si registra tra il 30 per cento dei lavoratori che si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di eventuali difficoltà legate all'uso di sostanze o alla dipendenza, quasi quattro punti superiore rispetto alla media nazionale (58,6)
- Il punteggio di salute mentale più basso (53,6) si registra tra il 43 per cento dei lavoratori che non si sentirebbe a proprio agio nel parlare al proprio manager di eventuali difficoltà legate all'uso di sostanze o alla dipendenza, quasi nove punti inferiore rispetto ai lavoratori che si sentirebbero a proprio agio nel parlarne (62,3) e cinque punti inferiore rispetto alla media nazionale (58,6)

Mi sentirei a mio agio nel parlare al mio manager di eventuali difficoltà legate all'uso di sostanze o alla dipendenza.



Punteggio MHI per "Mi sentirei a mio agio nel parlare al mio manager di eventuali difficoltà legate all'uso di sostanze o alla dipendenza."



Panoramica del Mental Health Index di TELUS.

La salute mentale e il benessere di una popolazione sono essenziali per la salute complessiva e la produttività lavorativa. Il Mental Health Index misura lo stato attuale della salute mentale degli adulti occupati. Gli aumenti e le diminuzioni dell'MHI sono concepiti per prevedere i rischi legati ai costi e alla produttività e per evidenziare la necessità di investimenti nel supporto alla salute mentale da parte delle imprese e dei governi.

Il rapporto sul Mental Health Index è composto da due parti:

1. Il Mental Health Index (MHI) complessivo.
2. Una sezione Focus che riflette l'impatto specifico delle problematiche attuali nella comunità.

Metodologia

I dati di questo rapporto sono raccolti tramite un sondaggio online condotto su 1.000 persone residenti in Italia che sono attualmente occupate o lo sono state negli ultimi sei mesi. I partecipanti sono stati selezionati in modo da rappresentare la distribuzione per età, genere, settore e area geografica in Italia. Agli intervistati viene chiesto di considerare le due settimane precedenti nel rispondere a ciascuna domanda. I dati del presente rapporto sono stati raccolti tra il 5 e il 18 Giugno 2026.

Calcoli

Per creare il Mental Health Index, viene utilizzato un sistema di attribuzione dei punteggi alle risposte per convertire le singole risposte in valori numerici. Valori più elevati sono associati a una migliore salute mentale e a un minore rischio per la salute mentale. La somma dei punteggi viene divisa per il numero totale di punti possibili per generare un punteggio su 100. Il punteggio grezzo rappresenta la media matematica dei punteggi individuali. La distribuzione dei punteggi è definita secondo la seguente scala:

In difficoltà	0 - 49
Sotto pressione	50-79
Ottimale	80 - 100

Per domande, contattare **MHI@telushealth.com**



TELUS® Health

www.telushealth.com

