Lastminute.com: un italiano su 5 non va in vacanza da un anno

Secondo un'indagine di Lastminute.com, il 25% degli **italiani** non fa un giorno di **vacanza** da 20 settimane, mentre il 18% dei nostri connazionali, quasi 1 su 5, non è andato in ferie in tutto il **2015**. Dati, insomma, che configurano il fenomeno dell'**astinenza da vacanze**.

Lo studio è stato condotto da OnePoll per Lastminute.com su un campione di 6.000 maggiorenni in 5 Paesi europei e, per quanto riguarda il nostro Paese, evidenzia che **il 37% degli italiani ha ancora almeno 11 giorni di ferie da sfruttare entro il 2015**. E, con il ponte dell'Immacolata e le vacanze di Natale alle porte, sembra proprio arrivato il momento per concedersi un po' di vacanza. Anche perché, come sottolinea un articolo di Repubblica, non fre vacanze da circa 5 mesi dà i suoi sintomi: **stress**, **stanchezza, tristezza, autocommiserazione** e **frustrazione** sono i principali.

Spagnoli a parte, noi italiani raggiungiamo i più elevati livelli di stress, anche se il dato forse più preoccupante è l'autocommiserazione, che tra gli italiani di età compresa tra i 18 e i 24 anni raggiunge addirittura il 38%.

In base ai dati del sondaggio, ben il 10% dei nostri connazionali si sente **al limite delle energie e della motivazione in ufficio**, mentre il 7% si descrive come **oberato dal lavoro e incapace di concentrarsi**. Eppure, confrontando le settimane senza vacanze, noi italiani non avremmo così tanto da lamentarci, visto che il periodo di "astinenza" degli inglesi è addirittura di 22 settimane e quello dei tedeschi di 21.