

# ODOXA

L'Opinion tranchée

## Le Baromètre de la prévention Odoxa-Ramsay-Santé

« Les Français, les Européens et la prévention santé »

LEVÉE D'EMBARGO, LE 6 DECEMBRE 2022

Sondage réalisé pour  **Ramsay**  
Santé

# Méthodologie



## Recueil

Enquête réalisée auprès :

- d'un échantillon de Français interrogés par internet du 14 au 15 septembre 2022.
- d'un échantillon d'Européens interrogés par internet du 20 au 27 septembre 2022.



## Echantillon

- Echantillon de **1 005 Français** représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus.

*La représentativité de l'échantillon est assurée par la méthode des quotas appliqués aux variables suivantes : sexe, âge, niveau de diplôme et profession de l'interviewé après stratification par région et catégorie d'agglomération.*

- Echantillon de **2 008 Européens (dont 502 Britanniques, 502 Allemands, 502 Italiens et 502 Suédois).**

*Echantillon représentatif de la population de chacun des pays âgée de 18 ans et plus (sexe, âge, CSP, régions).*

# Précisions sur les marges d'erreur

Chaque sondage présente une incertitude statistique que l'on appelle marge d'erreur. Cette marge d'erreur signifie que le résultat d'un sondage se situe, avec un niveau de confiance de 95%, de part et d'autre de la valeur observée. La marge d'erreur dépend de la taille de l'échantillon ainsi que du pourcentage observé.

Taille de l'Echantillon	Si le pourcentage observé est de ...					
	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
200	3,1	4,2	5,7	6,5	6,9	7,1
300	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500	1,9	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600	1,8	2,4	3,3	3,7	4,0	4,1
800	1,5	2,5	2,8	3,2	3,5	3,5
900	1,4	2,0	2,6	3,0	3,2	3,3
1 000	1,4	1,8	2,5	2,8	3,0	3,1
2 000	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,2
3 000	0,8	1,1	1,4	1,6	1,8	1,8

*Lecture du tableau : Dans un échantillon de 3000 personnes, si le pourcentage observé est de 20% la marge d'erreur est égale à 1,4% : le pourcentage réel est donc compris dans l'intervalle [18,6 ; 21,4].*

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (1/3)

La prévention santé gagne du terrain en France, or pour les Français, en matière de santé, la prévention est plus efficace encore que le soin

- 1) 87% des Français pensent qu'ils sont en bonne santé. C'est le meilleur niveau d'Europe !
- 2) Pour nos concitoyens, la prévention est un enjeu de santé capital, 6 Français sur 10 estimant même qu'elle est plus efficace que le soin.

Or, bonne nouvelle, les Français considèrent à la fois :

- 3) Que les pouvoirs publics, à un niveau « macro » ont pris la mesure du sujet : Français et Européens sont plus de 9 sur 10 à penser que la prévention est importante voire prioritaire, dans la politique santé de leur pays.
- 4) Et qu'eux même, à un niveau « micro » sont attentifs à leur santé : 84% des Français assurent ainsi « faire attention à leur santé ».

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (2/3)

De fait, la prévention-santé gagne du terrain :

- 5) La prévention-santé est un concept désormais connu par 64% des Français.
- 6) 7 Français sur 10 se disent bien informés sur les bons comportements à adopter en matière de prévention-santé et 9 sur 10 sont effectivement au courant des 8 principaux « bons comportements » de santé que nous avons testés dans l'étude.

Et cette meilleure connaissance permet une amélioration objective des comportements :

- 7) Les trois quarts des Français appliquent aujourd'hui la plupart des bons comportements de santé (sur l'alcool, le tabac, le sommeil, la nutrition, etc.).
- 7) Et autant ont déjà effectué au moins un dépistage avec un focus spécifique sur les dépistages du cancer et des AVC.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (3/3)

On peut toutefois encore fait mieux car ...

- 7) ... si la plupart des Français font bien dépistages, trop (67%) ne les font pas « systématiquement » ou « à chaque fois que c'est requis ».
- 8) Par ailleurs, nombreux sont nos concitoyens ayant des difficultés à payer leurs dépenses de santé ou à pouvoir prendre rendez-vous avec leur médecin référent (quand ils en ont un).

Poursuivre l'évangélisation des Français sur la prévention est donc impératif, mais, au moins, les consciences y sont déjà bien préparées et la voie a déjà été tracée.

*Gaël Sliman, président d'Odoxa*

**Retrouvez la synthèse/analyse détaillée des résultats à la fin de ce rapport en page 33**

# II – « L'œil de l'expert »

## Pascal Roché, DG de Ramsay Santé (1/2)

Ramsay Santé est engagé depuis 2016 dans une démarche de promotion de la prévention santé au travers de sa Fondation d'entreprise qui accompagne, conseille, aiguille les projets et les innovations au service de la prévention pour tous.

Conscient que le meilleur moyen de rester en bonne santé est la prévention, nous sommes pleinement mobilisés pour en faire la promotion active.

La prise en compte que le tout curatif n'est plus une option est de plus en plus forte :

- 80% des frais de santé sont encore occasionnés par des maladies non-transmissibles, dont les facteurs de risques sont parfaitement connus et toujours les mêmes : tabagisme, consommation d'alcool, mauvaise alimentation et manque d'activité physique.
- Aujourd'hui, près d'un adolescent sur cinq est en surpoids dès la classe de 3<sup>ème</sup> et un adulte sur deux est en surpoids ou obèse.
- Selon l'OMS 50 000 à 60 000 vies pourraient être épargnées si on faisait plus et mieux de prévention
- L'espérance de vie en bonne santé est de 77,9 ans pour les femmes et de 73,7 ans pour les hommes. Soit presque huit années de moins que l'espérance de vie tout court pour les femmes et six pour les hommes.

## II – « L'œil de l'expert »

### Pascal Roché, DG de Ramsay Santé (2/2)

À cet égard, les résultats du baromètre sur la prévention santé que nous avons lancé avec Odoxa vont dans le bon sens et montrent que la Prévention gagne du terrain en France depuis la première étude que nous avons lancée en 2018.

En effet, on mesure bien que les Français connaissent et appliquent de mieux en mieux et de plus en plus les « bons » comportements en matière de santé (et, réciproquement, évitent de plus en plus les « mauvais »). Mieux encore, dans ce domaine, nous n'avons pas/plus à rougir de la comparaison avec bon nombre de nos voisins longtemps bien plus attentifs que nous à la prévention (le « benchmark » européen le montre bien).

Nous sommes donc très clairement sur la bonne voie... mais le chemin est encore long – les deux-tiers des Français ne font pas encore de dépistages « systématiques » ou « à chaque fois que c'est requis » - et il ne faut surtout pas relâcher notre investissement.

En soutien aux politiques de prévention déjà engagées, Ramsay Santé entend donc poursuivre son travail conjoint avec les pouvoirs publics pour porter une ambition élevée en matière de prévention et prolonger cette tendance positive.

*Pascal Roché, directeur général de Ramsay-Santé*



# *Résultats du sondage*

# Près de 9 Français sur 10 se sentent en bonne santé

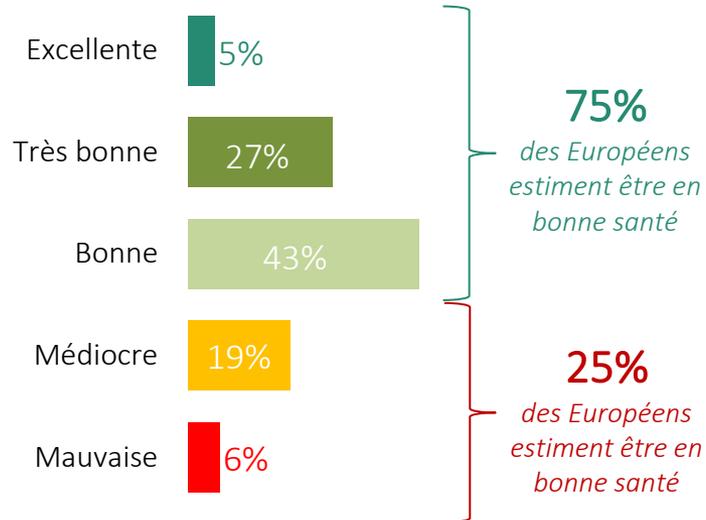
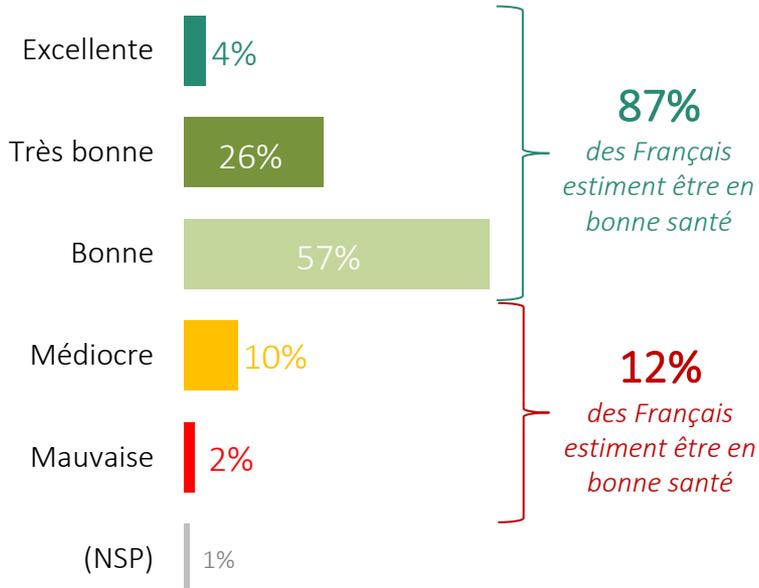


Dans l'ensemble, diriez-vous que votre santé est... ?

Français



Européens (hors France)



# Sur ce plan, la France est la championne d'Europe avec l'Italie

## Détails par pays



Dans l'ensemble, diriez-vous que votre santé est... ?



France

**87%**

*des Français estiment être en bonne santé*

**12%**

*des Français estiment être en mauvaise santé*



Italie

**87%**

*des Italiens estiment être en bonne santé*

**13%**

*des Italiens estiment être en mauvaise santé*



Suède

**72%**

*des Suédois estiment être en bonne santé*

**28%**

*des Suédois estiment être en mauvaise santé*



Royaume-Uni

**79%**

*des Britanniques estiment être en bonne santé*

**21%**

*des Britanniques estiment être en mauvaise santé*



Allemagne

**61%**

*des Allemands estiment être en bonne santé*

**38%**

*des Allemands estiment être en mauvaise santé*

# Pour 6 Français sur 10, pour avoir une population en bonne santé, la prévention est plus efficace que le soin



Pour avoir une population en bonne santé, pensez-vous plutôt qu'il est plus efficace d'améliorer la prévention ou au contraire qu'il faut surtout parvenir à mieux soigner les gens lorsqu'ils sont malades ?

Français

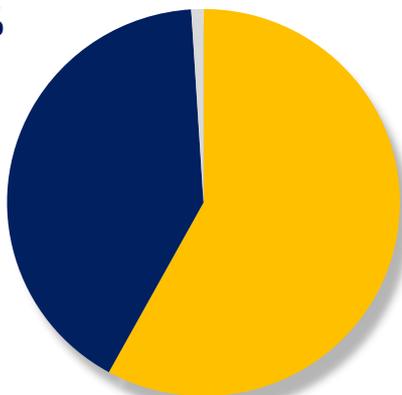


Européens (hors France)

Il faut surtout parvenir à mieux soigner les gens lorsqu'ils sont malades

41%

(NSP)  
1%



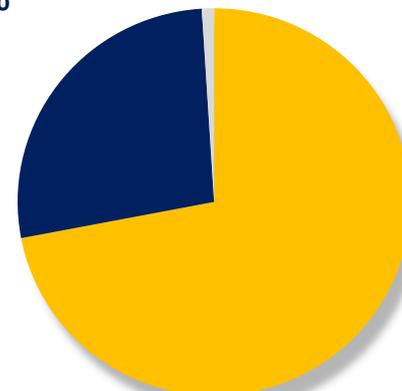
Il est plus efficace d'améliorer la prévention

58%

Il faut surtout parvenir à mieux soigner les gens lorsqu'ils sont malades

27%

(NSP)  
1%



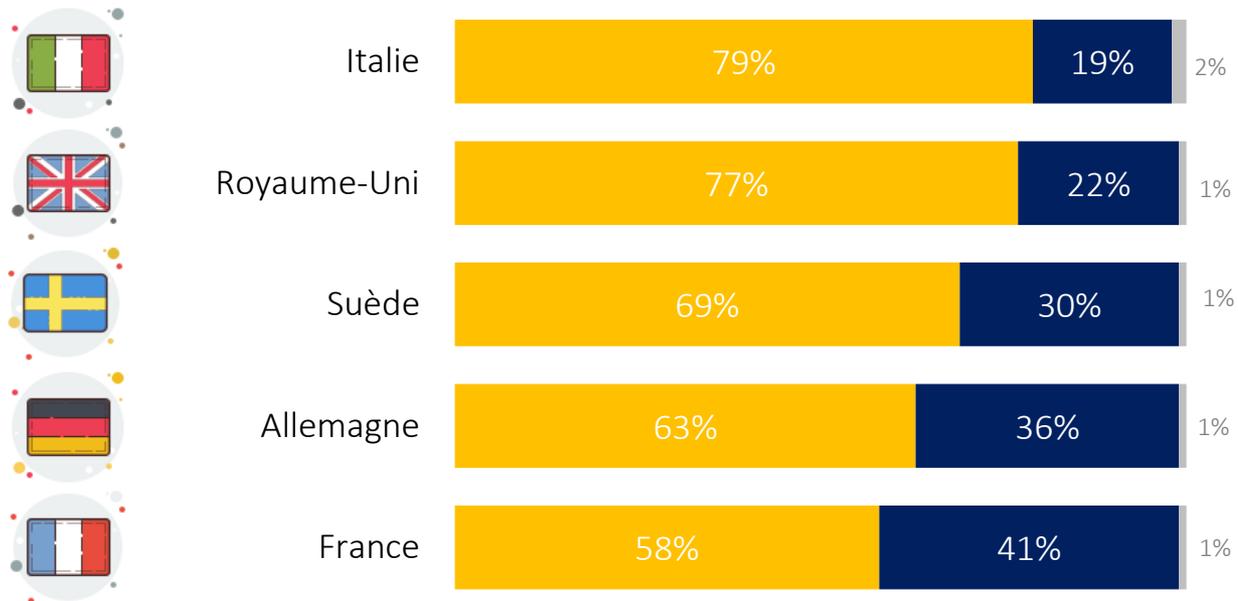
Il est plus efficace d'améliorer la prévention

72%

# Cette conviction de la prééminence de la prévention est partagée par tous les Européens



Pour avoir une population en bonne santé, pensez-vous plutôt qu'il est plus efficace d'améliorer la prévention ou au contraire qu'il faut surtout parvenir à mieux soigner les gens lorsqu'ils sont malades ?

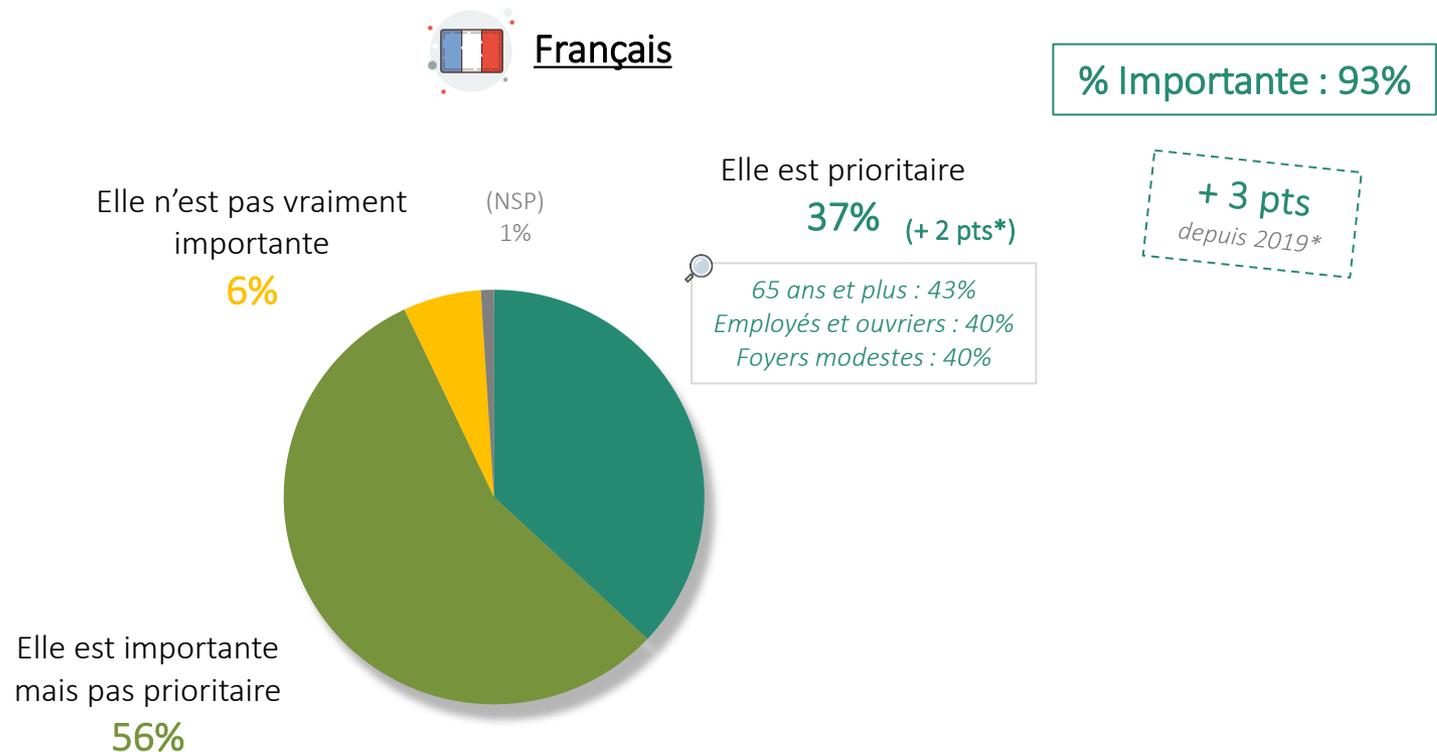


■ Il est plus efficace d'améliorer la prévention  
■ Il faut surtout parvenir à mieux soigner les gens lorsqu'ils sont malades  
■ (NSP)

# Les Français sont convaincus que la prévention tient déjà une place importante dans la politique sante de leur pays



Et avez-vous le sentiment que la question de la prévention est prioritaire, importante mais pas prioritaire ou pas vraiment importante dans la politique santé de votre pays ?



# Les Européens le pensent aussi

## Comparaison européenne



Et avez-vous le sentiment que la question de la prévention est prioritaire, importante mais pas prioritaire ou pas vraiment importante dans la politique santé de votre pays ?



### Européens

(hors France)

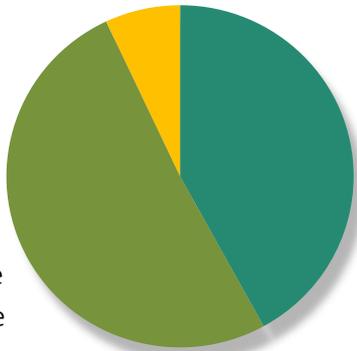
**% Importante : 93%**

Elle n'est pas  
vraiment importante  
**7%**

(NSP)  
0%

Elle est prioritaire  
**42%**

Elle est importante  
mais pas prioritaire  
**51%**



Royaume-Uni



97%



Italie



96%



Suède



95%



France



93%



Allemagne



83%

■ Elle est importante  
■ Elle est importante mais pas prioritaire  
■ Elle n'est pas vraiment importante  
■ (NSP)

# Les deux-tiers des Français sont familiers avec le concept de prévention-santé



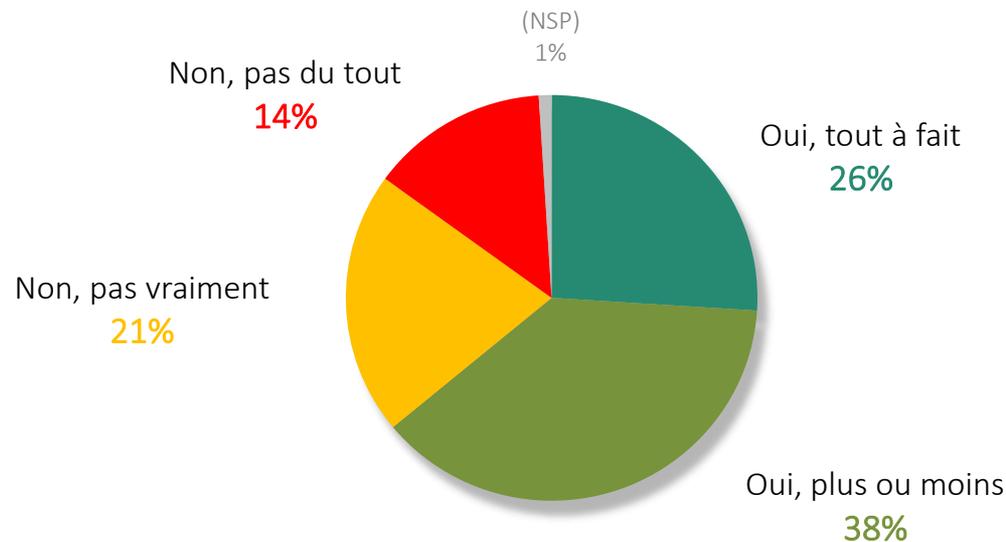
La prévention santé constitue l'ensemble des actions préventives, menées dans le but d'éviter ou de réduire l'apparition, le développement et la gravité des accidents, maladies et handicaps, pouvant toucher tout ou une partie de la population. Les divers acteurs de la prévention santé mettent en place des mesures législatives, financières, éducatives ou comportementales, pour préserver le capital santé des individus. Vous personnellement est-ce quelque chose dont vous avez entendu parler ?



Français

**% Non : 35%**

**% Oui : 64%**



**+ 19 pts**  
depuis 2019\*

# Et 8 Français sur 10 disent être eux-mêmes attentifs à la prévention de leur santé



Diriez-vous que vous êtes très attentif/ve, assez attentif/ve, peu attentif/ve ou pas attentif/ve du tout à la prévention/la préservation de votre santé ?

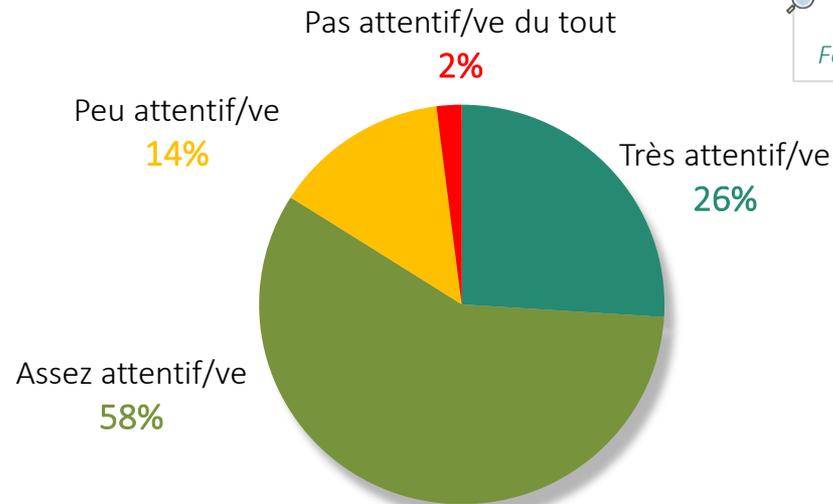


Français

+ 3 pts  
depuis 2018\*

**% Peu/Pas attentif/ve : 16%**

**% Attentif/ve : 84%**



65 ans et plus : 87%  
Foyers les plus aisés (revenus > 3500€) : 87%

# Cette attention est partagée par tous les Européens

## Comparaison européenne



Diriez-vous que vous êtes très attentif/ve, assez attentif/ve, peu attentif/ve ou pas attentif/ve du tout à la prévention/la préservation de votre santé ?

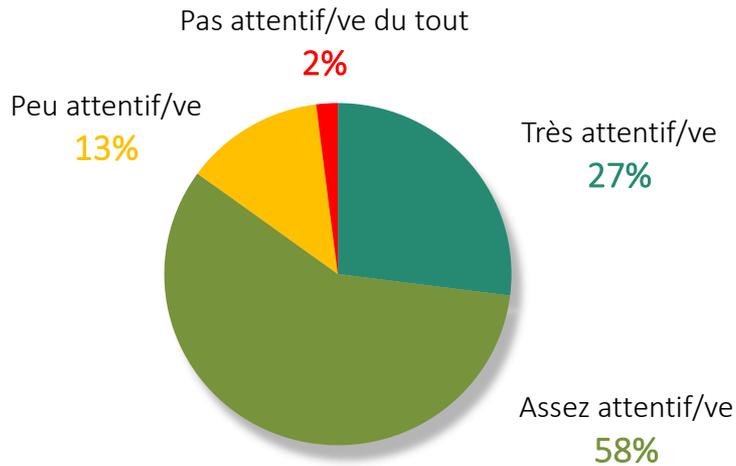


### Européens

(hors France)

**% Peu/Pas attentif/ve :**  
15%

**% Attentif/ve :**  
85%



Italie



92%



Suède



87%



France



84%



Allemagne



82%



Royaume-Uni



79%

■ Très attentif/ve  
■ Peu attentif/ve

■ Assez attentif/ve  
■ Pas attentif/ve du tout

# Les trois quarts des Français pensent avoir déjà été sensibilisés à la prévention-santé



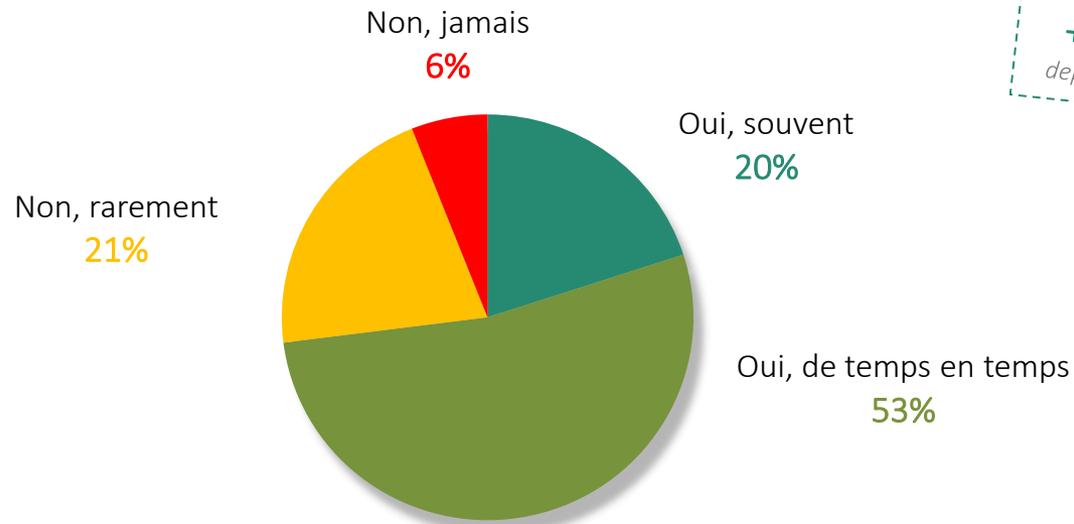
Vous personnellement, avez-vous déjà été sensibilisé à la prévention santé et à modifier certains comportements pour préserver votre santé ?



Français

**% Non : 27%**

**% Oui : 73%**



# Plus de 7 Français sur 10 pensent être bien informés des bons comportements à adopter pour préserver leur santé



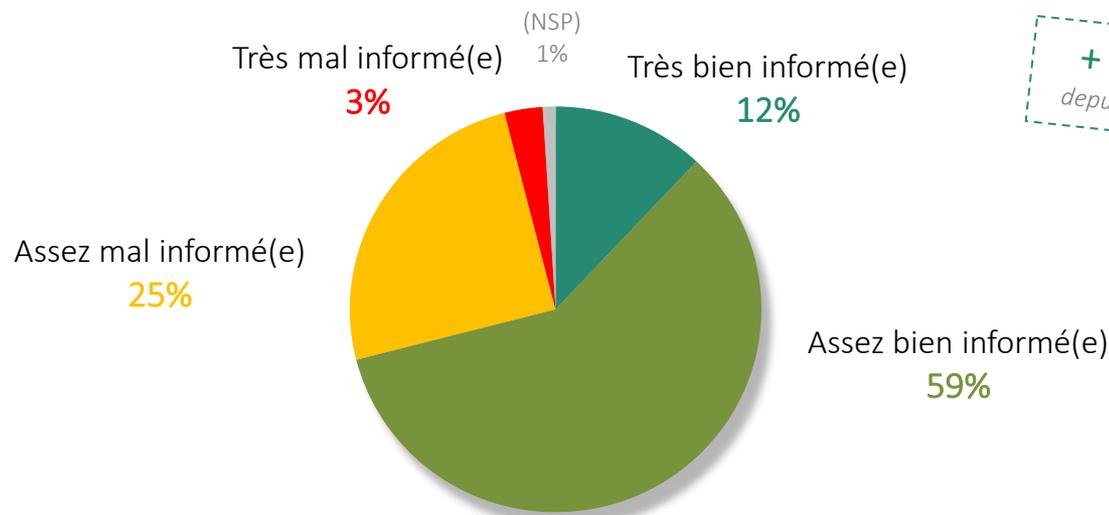
Pensez-vous que vous êtes très bien informé(e), assez bien informé(e), assez mal informé(e) ou très mal informé(e) des bons comportements à adopter pour préserver votre santé à long terme ?



Français

**% Mal informé(e) :**  
**28%**

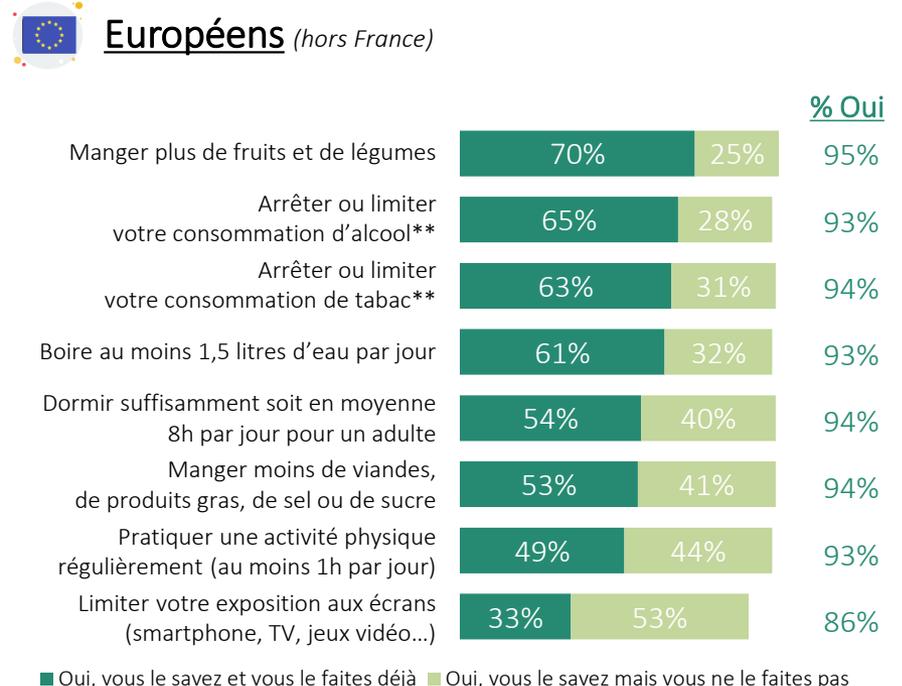
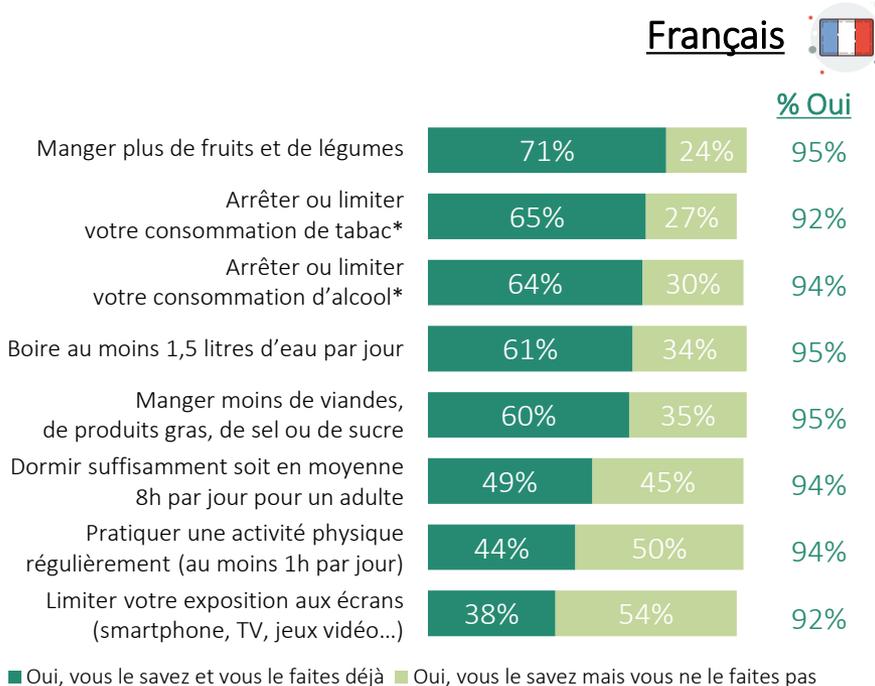
**% Bien informé(e) :**  
**71%**



# De fait, ils connaissent et pratiquent déjà les « bons comportements » de santé



Concrètement, pour préserver votre santé, savez-vous qu'il faut... ?



**73%** des Français ont adopté au moins moitié de ces comportements  
**20%** les ont pratiquement tous adoptés (au moins 7 sur 8)  
**9%** ont adopté tous ces comportements

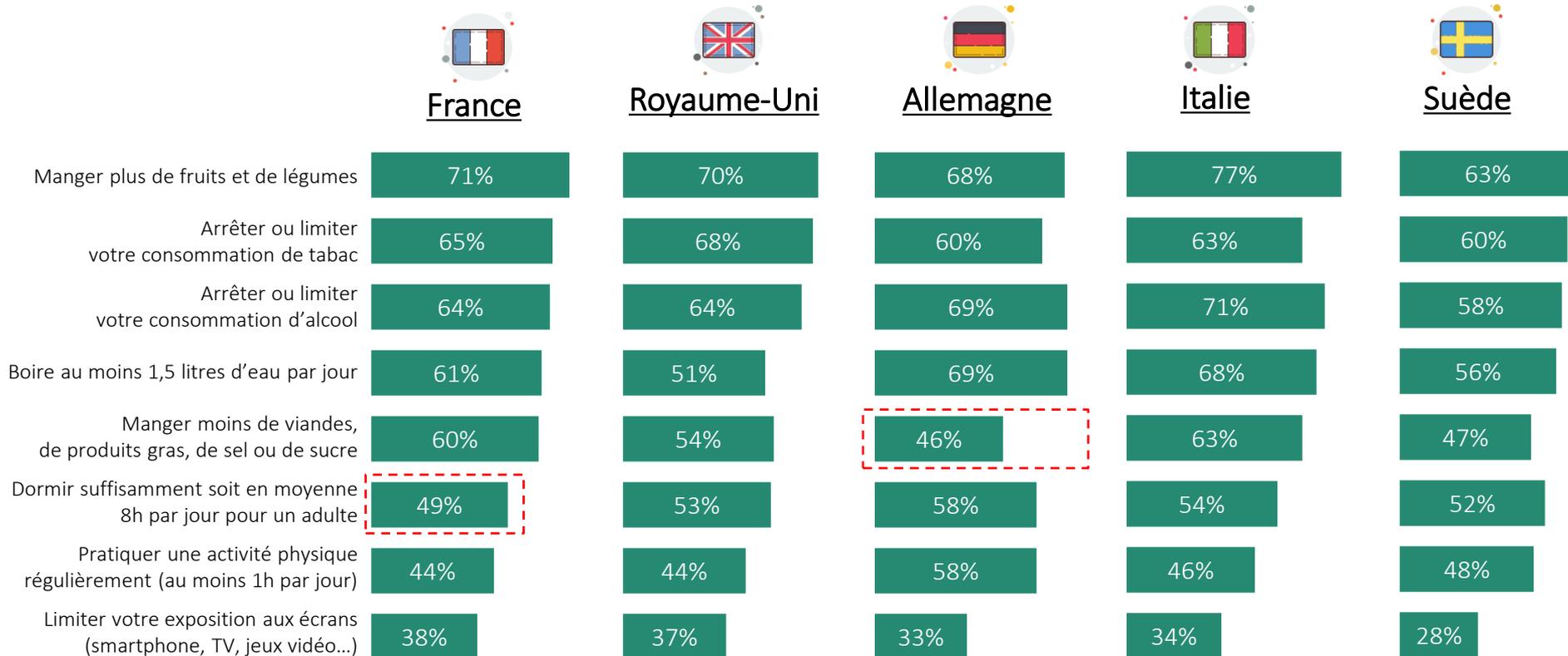
**72%** des Européens ont adopté au moins la moitié de ces comportements  
**19%** les ont pratiquement tous adoptés (au moins 7 sur 8)  
**8%** ont adopté tous ces comportements

# Connaissance et pratique des « bons comportements » en Europe

## Détails par pays



Proportion de Français et d'Européens assurant avoir déjà adopté les « bons comportements » suivants en santé :



# Plus des trois quarts des Français pensent appliquer ces bons comportements – ils ont raison – mais ils le font « le plus souvent », pas « systématiquement »



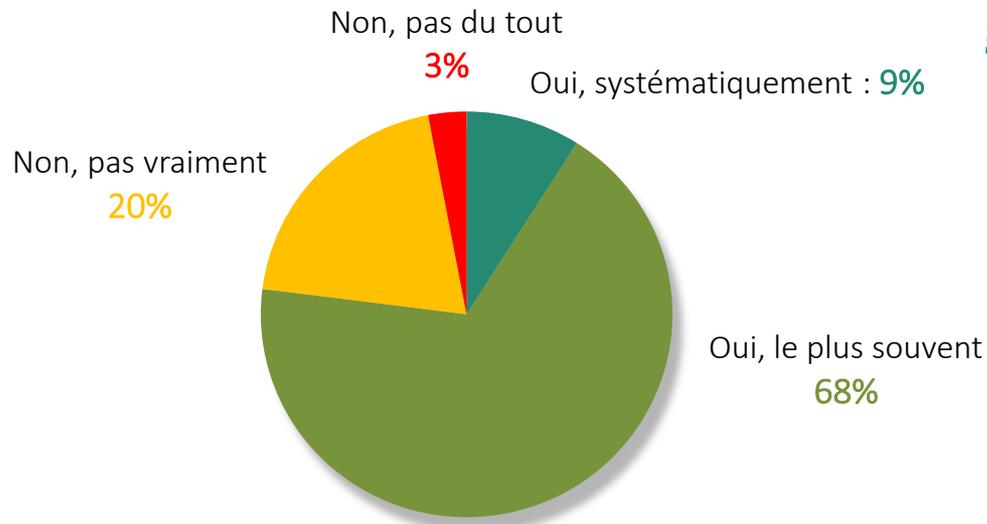
Globalement, avez-vous le sentiment que vous appliquez ces bons comportements en matière de prévention santé ?

**% Non : 23%**



**Français**

**% Oui : 77%**



**+ 7 pts**  
depuis 2018\*

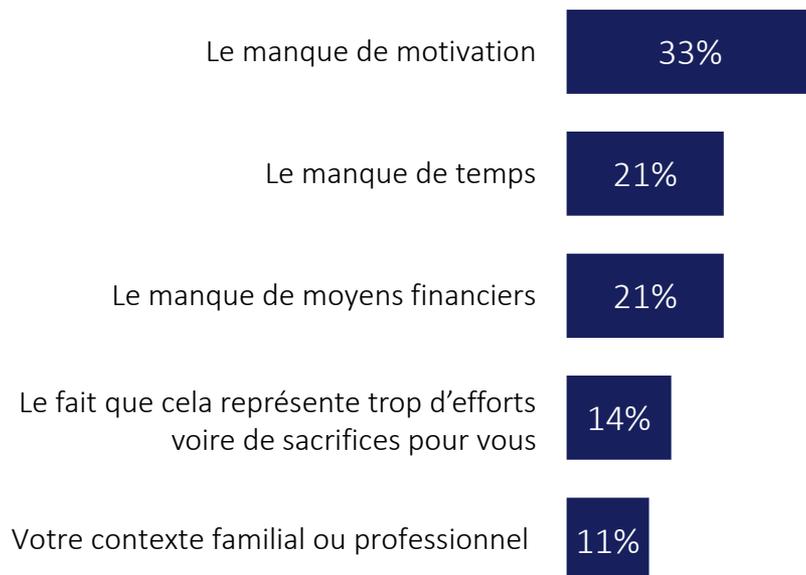
# Des progrès sont encore possibles car c'est le manque de motivation et le manque de temps (« la flemme ? ») qui les empêchent d'être plus attentifs à leur prévention-santé



Qu'est-ce qui, selon vous, vous limite le plus dans la pratique au quotidien de ces bons comportements de prévention santé ?



Français



# Les trois-quarts des Français sont prêts à se rendre dans un centre de santé organisant des actions de prévention



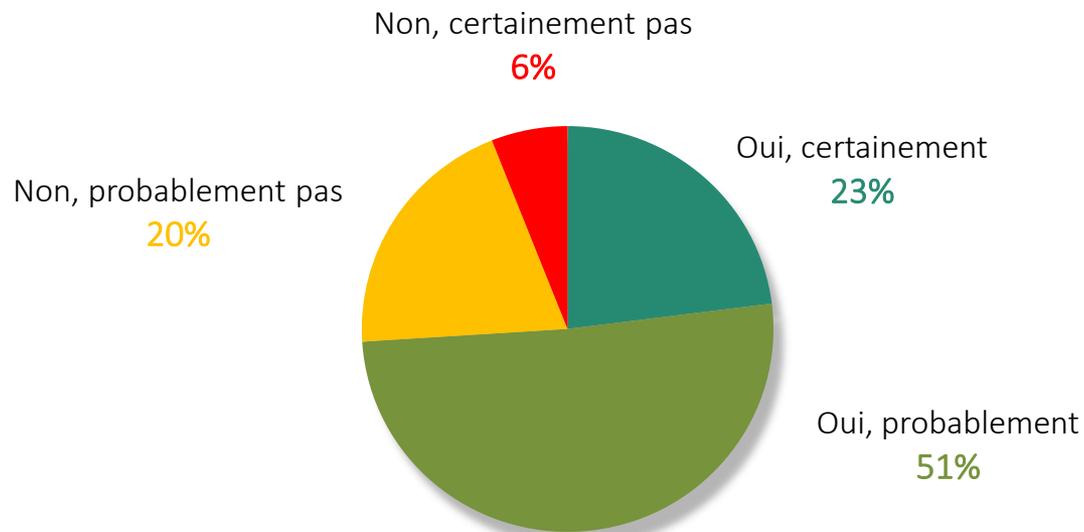
Accepteriez-vous de vous rendre dans un centre de santé qui organise des actions de prévention pris en charge par l'assurance maladie (vaccination, suivi de maladies chroniques etc.) pour le suivi de votre santé au quotidien ?



Français

**% Non : 26%**

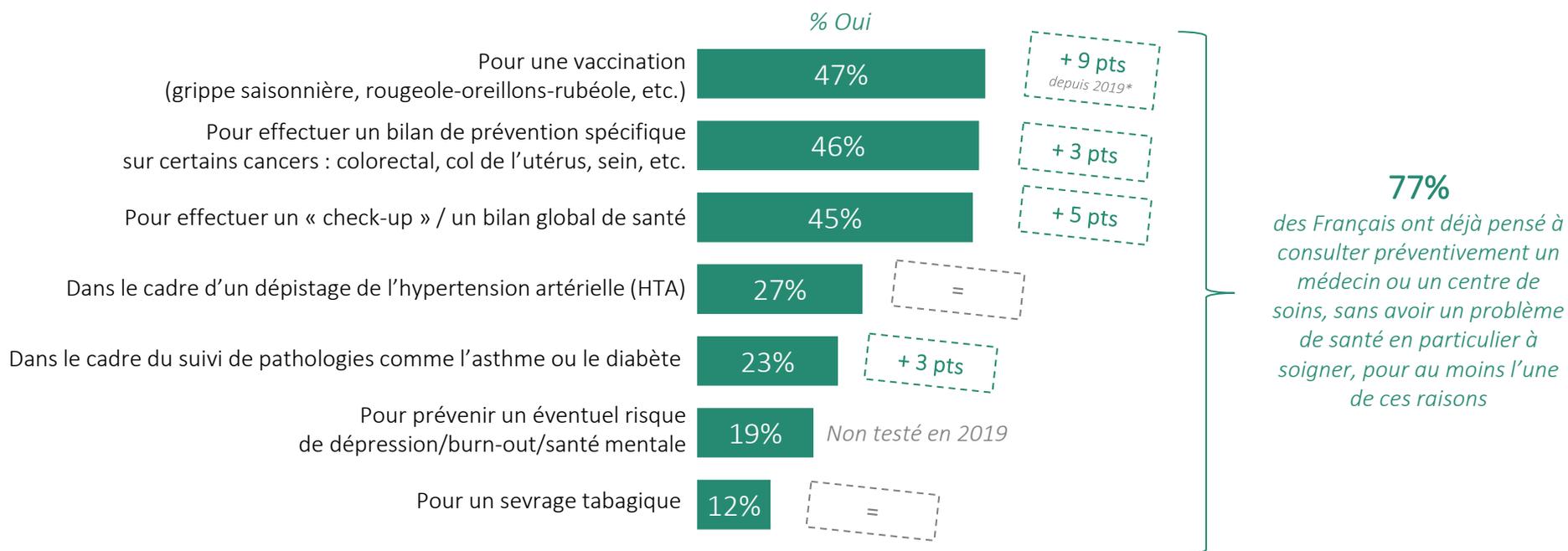
**% Oui : 74%**



# D'ailleurs, ils font déjà beaucoup de consultations préventives



Et avez-vous déjà pensé à consulter préventivement un médecin ou un centre de soins, sans avoir un problème de santé particulier à soigner... ?

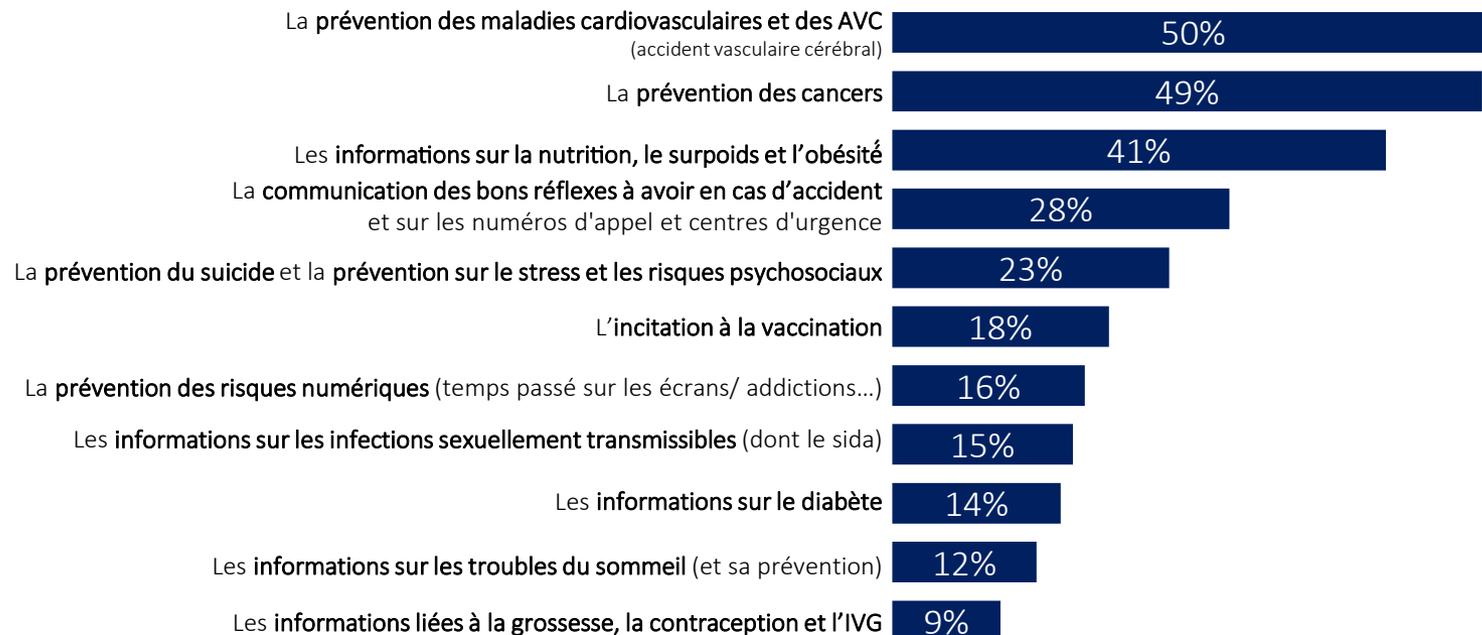


# En termes d'examens de prévention ce sont les maladies cardiovasculaires et les cancers qui sont les domaines de prévention jugés les plus prioritaires



En matière de prévention santé, parmi les grands domaines d'action suivants, quels sont ceux que vous jugez les plus prioritaires en France aujourd'hui ?

3 réponses possibles



**i** Le total est supérieur à 100 car plusieurs réponses pouvaient être choisies

# De fait, 7 Français sur 10 font des examens de dépistage dont 1 sur 3 à chaque fois que c'est nécessaire ou requis



Vous arrive-t-il d'effectuer des examens de dépistage comme par exemple des examens de dépistage du cancer (coloscopie, mammographie, etc.) ou de maladies cardiovasculaires (AVC...) ?

Français



Européens (hors France)



Vous faites des examens à chaque fois que c'est nécessaire ou requis

33%

Vous avez déjà effectué plusieurs fois des examens de dépistage de ce type

21%

Vous avez déjà effectué au moins une fois un examen de dépistage

15%

Non, vous n'avez jamais effectué d'examen de dépistage

31%

69%

*des Français ont déjà effectué des examens de dépistage*

Vous faites des examens à chaque fois que c'est nécessaire ou requis

27%

Vous avez déjà effectué plusieurs fois des examens de dépistage de ce type

24%

Vous avez déjà effectué au moins une fois un examen de dépistage

18%

Non, vous n'avez jamais effectué d'examen de dépistage

31%

69%

*des Européens ont déjà effectué des examens de dépistage*

# Part des Européens effectuant systématiquement les dépistages

## Détails par pays



Vous arrive-t-il d'effectuer des examens de dépistage comme par exemple des examens de dépistage du cancer (coloscopie, mammographie, etc.) ou de maladies cardiovasculaires (AVC...) ?



France

**33%**

*des Français effectuent des examens de dépistage à chaque fois que c'est nécessaire ou requis*



Allemagne

**32%**

*des Allemands effectuent des examens de dépistage à chaque fois que c'est nécessaire ou requis*



Italie

**30%**

*des Italiens effectuent des examens de dépistage à chaque fois que c'est nécessaire ou requis*



Royaume-Uni

**28%**

*des Britanniques effectuent des examens de dépistage à chaque fois que c'est nécessaire ou requis*



Suède

**17%**

*des Suédois effectuent des examens de dépistage à chaque fois que c'est nécessaire ou requis*

# Les Français sont encore trop nombreux à rencontrer des difficultés pour payer leurs dépenses de santé ou obtenir un rendez-vous chez un spécialiste

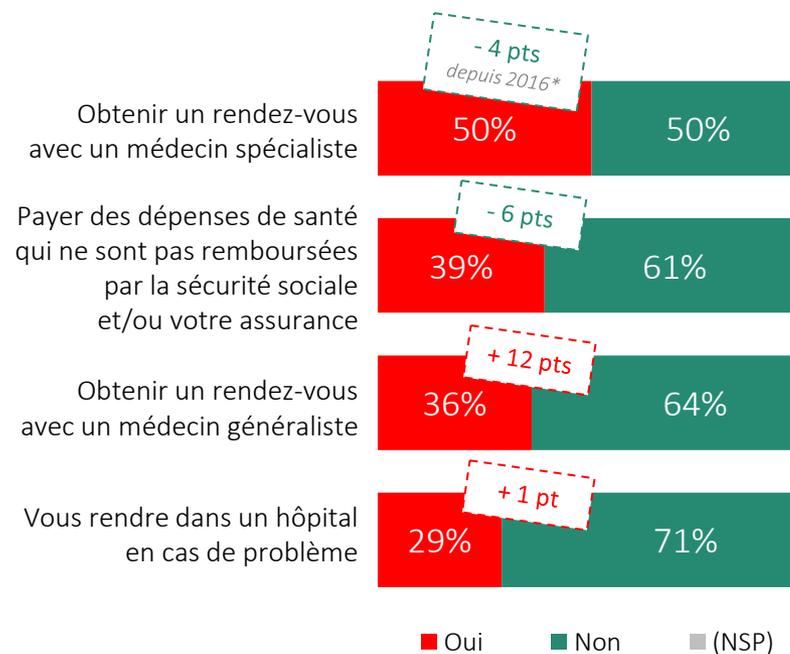
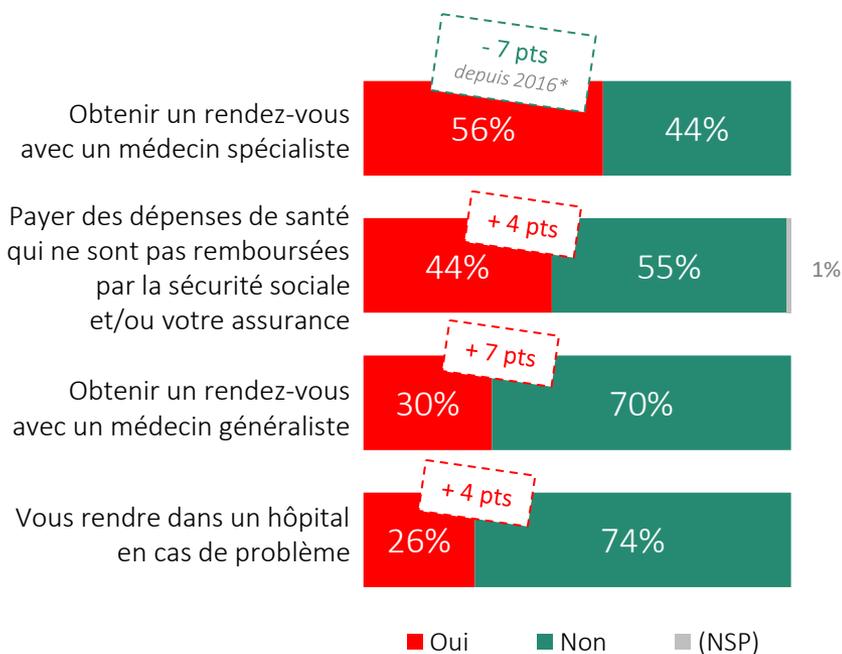


Personnellement rencontrez-vous des difficultés pour... ?

Français



Européens (hors France)



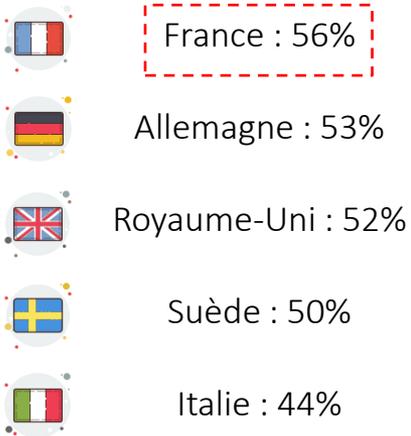
# Difficultés rencontrées

## Détails par pays

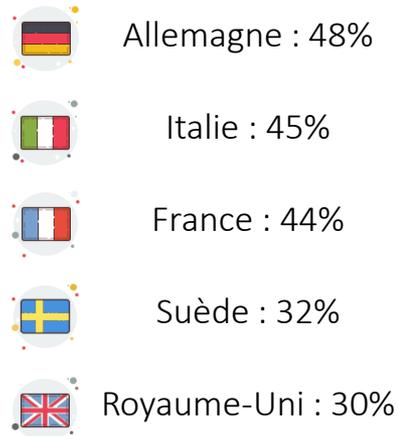


Personnellement rencontrez-vous des difficultés pour... ?

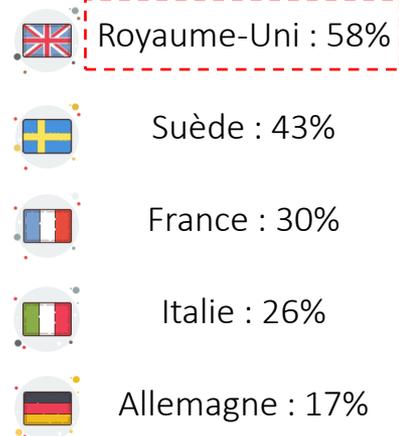
Obtenir un rendez-vous avec un médecin spécialiste



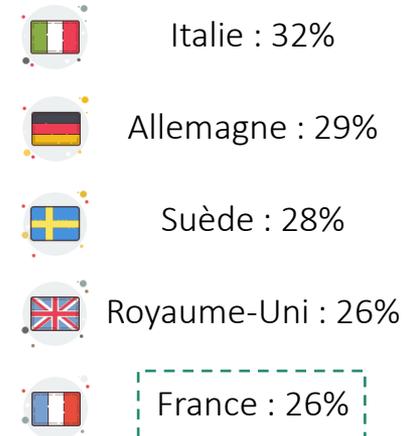
Payer des dépenses de santé qui ne sont pas remboursées par la Sécurité Sociale [...]



Obtenir un rendez-vous avec un médecin généraliste



Vous rendre dans un hôpital en cas de problème



# Près d'un Français sur trois n'a pas de médecin référent (12%) ou a des difficultés à obtenir un rendez-vous avec lui (20%)



Avez-vous un médecin référent ?



Français

**32%**

*des Français ont des difficultés à avoir un rdv avec leur médecin référent ou n'ont même pas de médecin référent*

**88%**

*des Français ont un médecin référent*

Non, vous n'avez pas de médecin référent

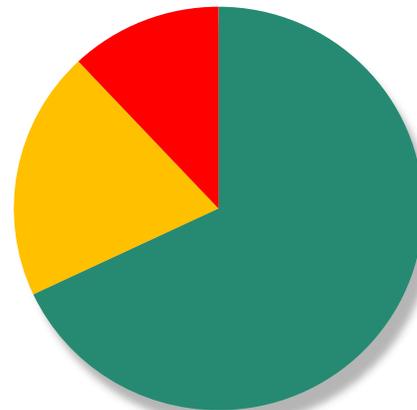
**12%**

Oui, mais vous avez des difficultés à prendre rendez-vous avec lui/elle

**20%**

Oui, et vous n'avez pas de difficulté à prendre rendez-vous avec lui/elle

**68%**





# *Synthèse détaillée*

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (1/9)

### **1) 87% des Français pensent qu'ils sont en bonne santé. C'est le meilleur niveau d'Europe !**

Grâce à notre système de soin – et de protection sociale – et, sans doute, grâce aussi à la prise de conscience forte et assez nouvelle de nos concitoyens des bienfaits de la prévention (comme le détaille l'étude), 87% de nos concitoyens estiment qu'ils sont en bonne santé. C'est bien dans l'absolu, mais c'est surtout extrêmement positif – pour une fois – lorsque l'on compare les perceptions des Français à ce sujet avec celles de leurs voisins européens Allemands, Britanniques, Italiens et Suédois (la Suède étant retenue comme pays exemplaire d'un modèle nordique très spécifique sur la santé et la prévention). Avec un tel niveau perçu, la France est première parmi les grands pays européens (ex-aequo avec l'Italie) et se situe 12 points au-dessus de la moyenne européenne et 26 points au-dessus du niveau, médiocre, de l'Allemagne (61% des Allemands se sentent en bonne santé contre 38% qui estiment être en mauvaise santé), qui, pour une fois, se situe à la dernière place parmi les grands pays d'Europe.

### **2) 6 Français sur 10 pensent qu'en santé, la prévention est plus efficace que le soin**

Les Français pensent très majoritairement qu'en santé, la prévention est plus efficace que le soin : 58% estiment en effet que, pour avoir une population en bonne santé, il est plus efficace d'améliorer la prévention alors que 41% estiment au contraire qu'il faut surtout parvenir à mieux soigner les gens lorsqu'ils sont malades. L'évolution n'est probablement pas terminée car une forte marge de progression existe si l'on se compare aux autres pays européens : chez tous nos voisins, la part de convaincus de la prééminence de la prévention est nettement plus élevée que chez nous. Avec son ratio de 58% vs 41% en faveur de la prévention, la France se situe à la dernière place des grands pays interrogés, loin derrière l'Italie (79% vs 19%), le Royaume-Uni (77% vs 22%), la Suède (69% vs 30%) ou encore l'Allemagne (63% vs 36%). En moyenne Européenne (hors France), 72% de nos voisins misent davantage sur la prévention que sur le soin aux malades ... soit un niveau supérieur de 14 points en moyenne à celui constaté en France.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (2/9)

### **3) Plus de 9 Français sur 10 pensent que la question de la prévention est importante voire prioritaire, dans la politique santé de leur pays.**

Bonne nouvelle ; pour une fois positifs à l'égard de leurs pouvoirs publics, les Français sont plus de 9 sur 10 à penser que la question de la prévention est importante voire prioritaire, dans la politique santé de leur pays. On enregistre ainsi une progression de 3 points en 3 ans de ceux qui le pensent et une progression de 2 points (37%) de ceux qui estiment même que ce sujet est aujourd'hui « prioritaire » en France. La situation française n'est pas une exception en Europe. Dans tous les pays voisins aussi, les habitants sont aussi nombreux que les Français (93%) à considérer que leur pays a pris au bras le corps cette question.

### **4) Or, la prévention santé est de mieux en mieux connue par des Français de plus en plus attentifs à leur santé**

La prévention santé constitue « l'ensemble des actions préventives, menées dans le but d'éviter ou de réduire l'apparition, le développement et la gravité des accidents, maladies et handicaps, pouvant toucher tout ou une partie de la population ». Les divers acteurs de la prévention santé mettent en place des mesures législatives, financières, éducatives ou comportementales, pour préserver le capital santé des individus. Or, un retournement majeur s'est opéré en très peu de temps sur la perception de la prévention-santé dans notre pays. Il y a seulement trois ans, en juin 2019, une majorité de Français (54% vs 46%) ne connaissaient pas le concept de la prévention-santé (après qu'il leur ait été expliqué). Désormais, près des deux-tiers des Français (64% vs 35%) assurent en avoir entendu parler ! D'ailleurs, il n'y a pas besoin de connaître ce concept pour être soi-même attentif à sa santé. 84% des Français assurent ainsi qu'ils le sont, dont 26% qui disent même être très attentifs. Une fois encore, les progrès sont là : la part de nos concitoyens faisant attention à leur santé a progressé de 3 points depuis 2018 (baromètre Ramsay-Santé de mars 2018). Mais les Français ne sont pas les seuls à être attentifs à leur santé, la tendance est mondiale. La France se situe, sur ce point, dans la moyenne des grands pays Européens (85%) devant l'Allemagne et le Royaume-Uni, mais derrière la Suède et l'Italie.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (3/9)

Il faut dire que près des trois-quarts des Français (73%) ont déjà été sensibilisés à la prévention santé et à modifier certains comportements pour préserver leur santé. Cela représente 4 points de progression par rapport à 2019 (69% à l'époque). Bonne nouvelle, c'est en plus la part de Français qui ont été « souvent » exposés à ces sensibilisations qui a le plus progressé (6 points) : ils sont 20% aujourd'hui contre seulement 14% il y a 4 ans.

### **5) Les Français sont, de fait, de mieux en mieux informés sur les « bons comportements » à adopter en matière de santé**

Plus de 7 Français sur 10 (71%) se disent bien informés sur les bons comportements à adopter pour préserver leur propre santé à long terme. Notre pays enregistre une progression de 3 points dans ce domaine depuis 2019. Ils n'exagèrent pas. De fait, plus de 9 Français sur 10 sont effectivement au courant des 8 principaux « bons comportements » de santé que nous avons testé dans l'étude, à savoir :

1. Dormir suffisamment soit en moyenne 8h par jour pour un adulte
2. Boire au moins 1,5 litres d'eau par jour
3. Manger plus de fruits et de légumes
4. Manger moins de viandes, de produits gras, de sel ou de sucre
5. Arrêter ou limiter votre consommation d'alcool
6. Arrêter ou limiter votre consommation de tabac
7. Pratiquer une activité physique régulièrement (au moins 1h par jour)
8. Limiter votre exposition aux écrans (smartphone, TV, jeux vidéo...)

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (4/9)

### 6) Mais surtout, Les trois-quarts des Français appliquent la plupart de ces bons comportements

Mieux encore, non seulement les Français savent ce qui est/serait bon pour leur santé, mais en outre, ils sont une majorité à suivre scrupuleusement ces recommandations.

57% de nos concitoyens, en moyenne, appliquent ces règles de préservation de leur santé.

Certes, il y a encore beaucoup de travail car ce « score » est largement perfectible tant d'un point de vue global – en moyenne, 43% n'appliquent pas ces bons comportements de prévention – que sur certains risques insuffisamment pris en compte : ainsi, seule une minorité de Français dorment comme il faut, ont une activité physique régulière et veillent à ne pas passer trop de temps sur des écrans.

Pour autant, le résultat actuel est déjà encourageant dans l'ensemble, et surtout il est déjà très positif sur certains risques désormais bien mieux pris en compte : les deux-tiers des Français qui sont ou ont été fumeurs (65%) et « buveurs » (64%) disent avoir soit, totalement arrêté, soit, limité leur consommation de ces produits et 7 Français sur 10 (71%) disent qu'ils veillent à manger plus de fruits et de légumes comme les campagnes d'informations les y enjoignent depuis des années.

Les Français ne sont pas les seuls à prêter attention à leur santé. Partout en Europe des efforts sont faits pour préserver sa santé, adopter les bons comportements et bannir les mauvais. Avec 57% en moyenne, la France se situe un point au-dessus de la moyenne européenne, juste derrière l'Italie et l'Allemagne et devant le Royaume-Uni et la Suède. Mais la moyenne est en fait un indicateur imparfait sur ces sujets. En matière de bons comportements de santé, il est plus intéressant de voir combien de Français adoptent au moins l'un de ces bons comportements, combien en adoptent plus de la moitié et combien les adoptent tous ou presque. C'est ce que permet notre « compteur » statistique.

Il montre que ...

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (5/9)

- Tous les Français, ou presque (97%), ont adopté au moins l'un des bons comportements testés
- Les trois-quarts d'entre eux (73%) ont adopté au moins la moitié de ces bons comportements
- Un Français sur cinq les a pratiquement tous adoptés (20% en ont adopté 7 sur 8 et 9% 8 sur 8)

De nouveau, à chaque fois la France se situe un point au-dessus de la moyenne européenne. Les Français ont conscience de faire ces efforts pour leur santé : 77% pensent appliquer ces bons comportements en matière de prévention-santé, même s'ils conviennent qu'ils ne sont pas toujours parfaitement scrupuleux... 68% avouent ainsi qu'ils les appliquent « le plus souvent » et seulement 9% qu'ils les appliquent « systématiquement ». En plus d'être élevé ce niveau est en net progrès : +7 points depuis 2018.

### **7) On peut toutefois encore faire mieux car c'est la « flemme » qui explique qu'ils ne fassent pas davantage d'efforts**

C'est bien, mais on peut/doit encore faire mieux.

D'une part, car avec seulement 9% de Français qui appliquent « systématiquement » les « bons comportements », la marge de progression existe.

D'autre part, parce que les Français qui ne les appliquent pas ou pas toujours reconnaissent que « le manque de motivation » (n°1 avec 33% de citations) et « le manque de temps » (n°2 avec 21%) sont les principales raisons les limitant dans la pratique au quotidien de ces bons comportements de prévention santé ...

... on avouera que ces deux obstacles ne semblent pas totalement insurmontables. Tant mieux.

Pour les autres, faire les efforts nécessaires sera sans doute plus compliqué.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (6/9)

21% justifient leurs « mauvais comportements » par un manque de moyens financiers et ceux qui invoquent des freins encore plus lourds ou difficiles à lever sont, heureusement, moins nombreux : seulement 14% expliquent que cela représente trop d'efforts voire de sacrifices pour eux et 11% que leur contexte familial ou professionnel les empêche de faire ces efforts pour leur santé.

### **8) En matière de dépistage, la prévention des cancers et des AVC sont les priorités des Français**

Les grands domaines d'action jugés les plus prioritaires par les Français en matière de prévention santé concernent en priorité la prévention des maladies cardiovasculaires et des AVC (50%) et celle des cancers (49%).

Suivent ensuite les informations sur la nutrition, le surpoids et l'obésité (3<sup>ème</sup> avec 41% de citations) la communication des bons réflexes à avoir en cas d'accidents (4<sup>ème</sup> avec 28%), et phénomène plus récent la prévention du suicide du stress et des risques psychosociaux (5<sup>ème</sup> avec 23%).

Chacun des domaines a pris de plus en plus d'importance au fil des années puisque chacun des 5 premiers cités a progressé, en moyenne, de 3 à 6 points depuis 2019.

La hiérarchie des risques perçus et les évolutions constatées montrent combien les campagnes d'informations, de Santé Publique France notamment, portent leurs fruits sur la durée.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (7/9)

### **9) Les trois-quarts des Français (77%) ont déjà effectué au moins un dépistage et sont prêts à faire plus encore à l'avenir en matière de prévention**

Pour le suivi de leur santé au quotidien, 74% des Français accepteraient de se rendre dans un centre de santé qui organise des actions de prévention pris en charge par l'assurance maladie (vaccination, suivi de maladies chroniques etc.) et un sur quatre (23%) seraient même « certains » de le faire.

D'ailleurs, nombreux sont les Français qui ont déjà pensé à consulter préventivement un médecin ou un centre de soins, sans avoir un problème de santé particulier à soigner :

47% l'ont déjà fait pour une vaccination (+9 pts depuis 2019), 46% pour effectuer un bilan de prévention spécifique sur certains cancer (+3 pts), 45% pour effectuer un check-up (+5 pts), 27% pour un dépistage d'HTA (stable depuis 2019) et 23% dans le cadre du suivi de pathologies comme l'asthme ou le diabète (+3 pts).

Dans ces 5 domaines, le dépistage a progressé en moyenne de 4 points au cours des trois dernières années. S'ajoute à ces domaines majeurs, les actions préventives pour un sevrage tabagique (12%) et surtout – nouveauté – les dépistages visant à prévenir un éventuel risque de dépression/burn-out/santé mentale. Ces derniers modes de dépistages, jamais testés jusqu'à présent, concernent déjà près d'un Français sur cinq (19%).

Finalement, au total, 77% des Français ont déjà effectué au moins l'un des dépistages testés dans l'étude.

Nous avons voulu creuser plus spécifiquement la question des dépistages à la fois des cancers et des maladies cardiovasculaires en remontant sur la durée de toute une vie. Là encore le résultat est très satisfaisant puisque 7 Français sur 10 (69%) assurent avoir effectué au moins une fois au cours de leur vie un examen de dépistage du cancer (coloscopie, mammographie, etc.) ou de maladies cardiovasculaires (AVC...) et ils sont même une majorité (54%) à en avoir effectué plusieurs.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (8/9)

Malgré tout, la prévention de ces maladies a encore des progrès à accomplir car seulement 1 Français sur 3 (33%) assure faire ces examens « à chaque fois que c'est nécessaire ou requis ». C'est, évidemment, trop peu... mais c'est plutôt mieux que ce qui se passe chez nos voisins européens : avec 33% de patients effectuant systématiquement ces examens, la France se situe à la première place en Europe devant des pays réputés plus « sérieux » dans ce domaine. L'Allemagne est ainsi 2<sup>ème</sup> avec 32% et la Suède – ce qui est plus étonnant – dernière des 5 grands pays testés avec 17%. Mais il est bien possible, il est vrai, que de tels examens soient beaucoup plus souvent requis ou conseillés qu'en France dans ces deux pays.

**10) Toutefois, des progrès sont à faire : trop de Français (67%) ne font pas « systématiquement » les dépistages requis et beaucoup trop ont des difficultés à payer leurs dépenses de santé ou à pouvoir prendre rendez-vous avec leur médecin référent (quand ils en ont)**

Malgré tout, ce niveau de 33% de Français faisant « systématiquement » ces dépistages alors qu'ils sont requis ou recommandés est largement perfectible puisque cela signifie que 67% de nos concitoyens ne les font pas « systématiquement ».

Par ailleurs, trop de Français (une majorité de 56%, soit 6 points de plus que la moyenne européenne) ont encore des difficultés pour obtenir un rendez-vous avec un spécialiste et surtout pour payer leurs dépenses de santé non remboursées par la sécurité sociale ou leur assurance : ce problème concerne 44% de nos concitoyens, soit 5 points de plus que la moyenne européenne.

En revanche, la situation est nettement plus satisfaisante (dans l'absolu et en comparaison européenne) en ce qui concerne la capacité à se rendre dans un hôpital en cas de problème (les trois-quarts des Français -74%- le peuvent, soit 3 points de plus que la moyenne européenne) ou à obtenir un rendez-vous avec UN médecin généraliste : 70% des Français n'ont pas de difficultés, soit 6 points de mieux que la moyenne européenne.

# I – « L'œil du sondeur »

## Gaël Sliman, président d'Odoxa (9/9)

Attention toutefois, car la situation tend à se dégrader depuis ces dernières années : depuis février 2016, les Français sont 4 points de plus à avoir des difficultés à se rendre à l'hôpital en cas de problème (26% vs 22% en 2016) et, plus globalement, à pouvoir payer leurs dépenses de santé (44% vs 40%) et ils sont 7 points de plus à rencontrer des difficultés pour obtenir un rendez-vous avec UN médecin généraliste (30% aujourd'hui contre 23% en 2016).

D'ailleurs, même si notre pays s'en sort « moins mal » que d'autres dans ce domaine, des progrès sont à faire s'agissant du contact avec SON médecin généraliste : si 88% des Français disent avoir un médecin référent... 12% d'entre eux n'en ont aucun, alors que c'est normalement obligatoire, et surtout 20% ont bien un tel médecin référent mais disent avoir des difficultés à prendre rendez-vous avec lui/elle.

*Gaël Sliman, président d'Odoxa*