LES FRANÇAIS SONT-ILS MAÎTRES DE LEUR SANTÉ ?

26 juin 2012

PRÉVOIR ifop

Le Groupe Prévoir

- Entreprise centenaire, familiale et indépendante
- Spécialiste de la prévoyance
- La santé, au cœur de la démarche de protection

Pourquoi cette étude?

- Bien vieillir = vieillir en bonne santé

- Paradoxe français : Meilleure espérance de vie européenne mais très mauvais élève pour l'espérance de vie sans incapacité

- Les Français sont-ils maîtres de leur santé ?

Département Opinion
et Stratégies d'Entreprise

pour

PRÉVOIR

Les Français sont-ils maîtres de leur santé ?

Juin 2012

Sommaire

1 - La méthodologie

2 - Les résultats de l'étude

A – L'état de santé des Français

B – La gestion de son capital santé

C – Les comportements en matière de suivi de santé

1 | La méthodologie

Note méthodologique

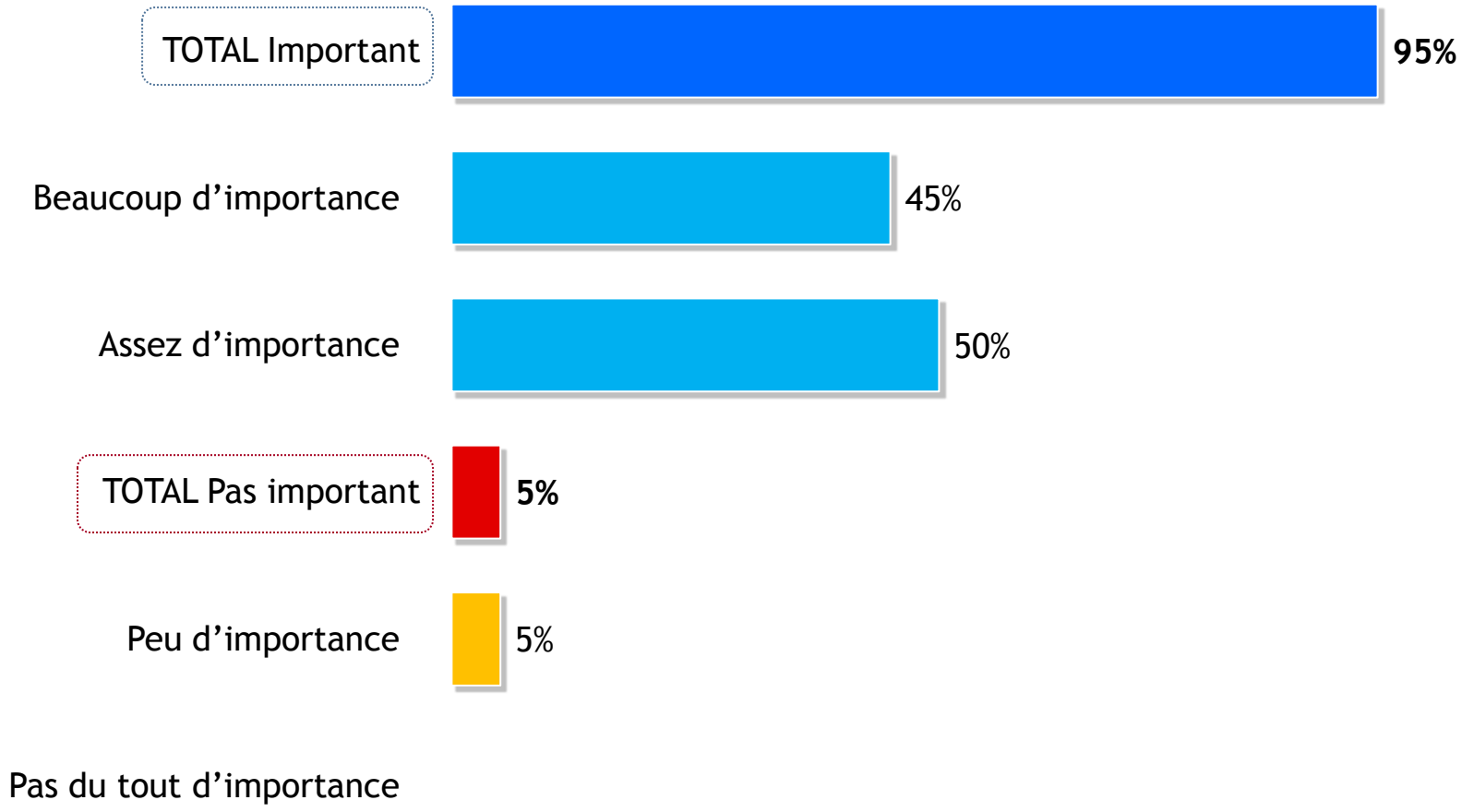
Etude réalisée par l'Ifop pour	**Le groupe PREVOIR**
Echantillon	Echantillon de **1010** personnes, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus. La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession) après stratification par région et catégorie d'agglomération.
Mode de recueil	Les interviews ont eu lieu par questionnaire auto-administré en ligne (CAWI - Computer Assisted Web Interviewing).
Dates de terrain	Du 5 au 7 juin 2012

2 | Les résultats de l'étude

A | L'état de santé des Français

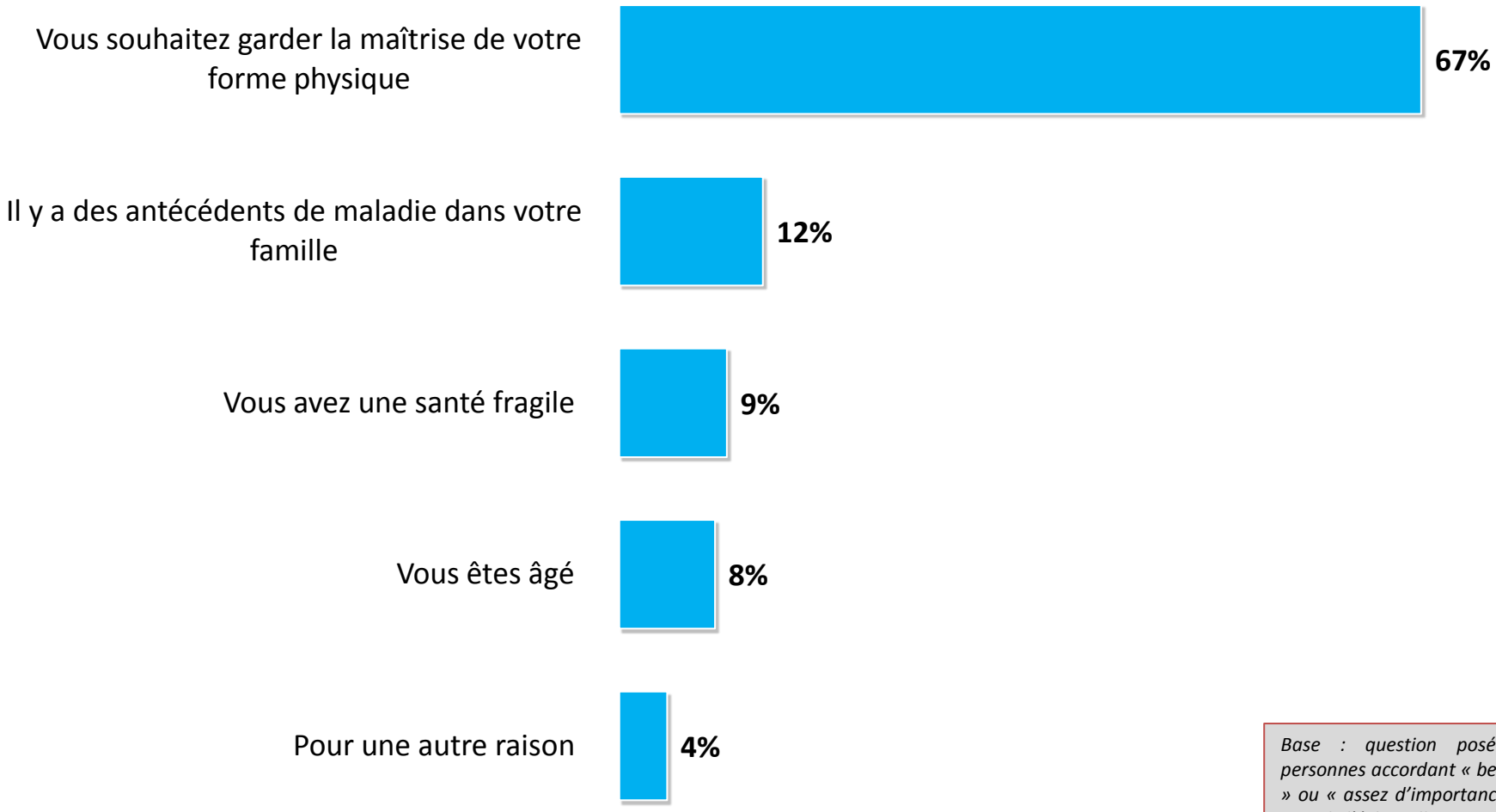
L'importance accordée à la santé

Question : Quelle importance accordez-vous à votre santé ?



Les raisons d'accorder de l'importance à sa santé

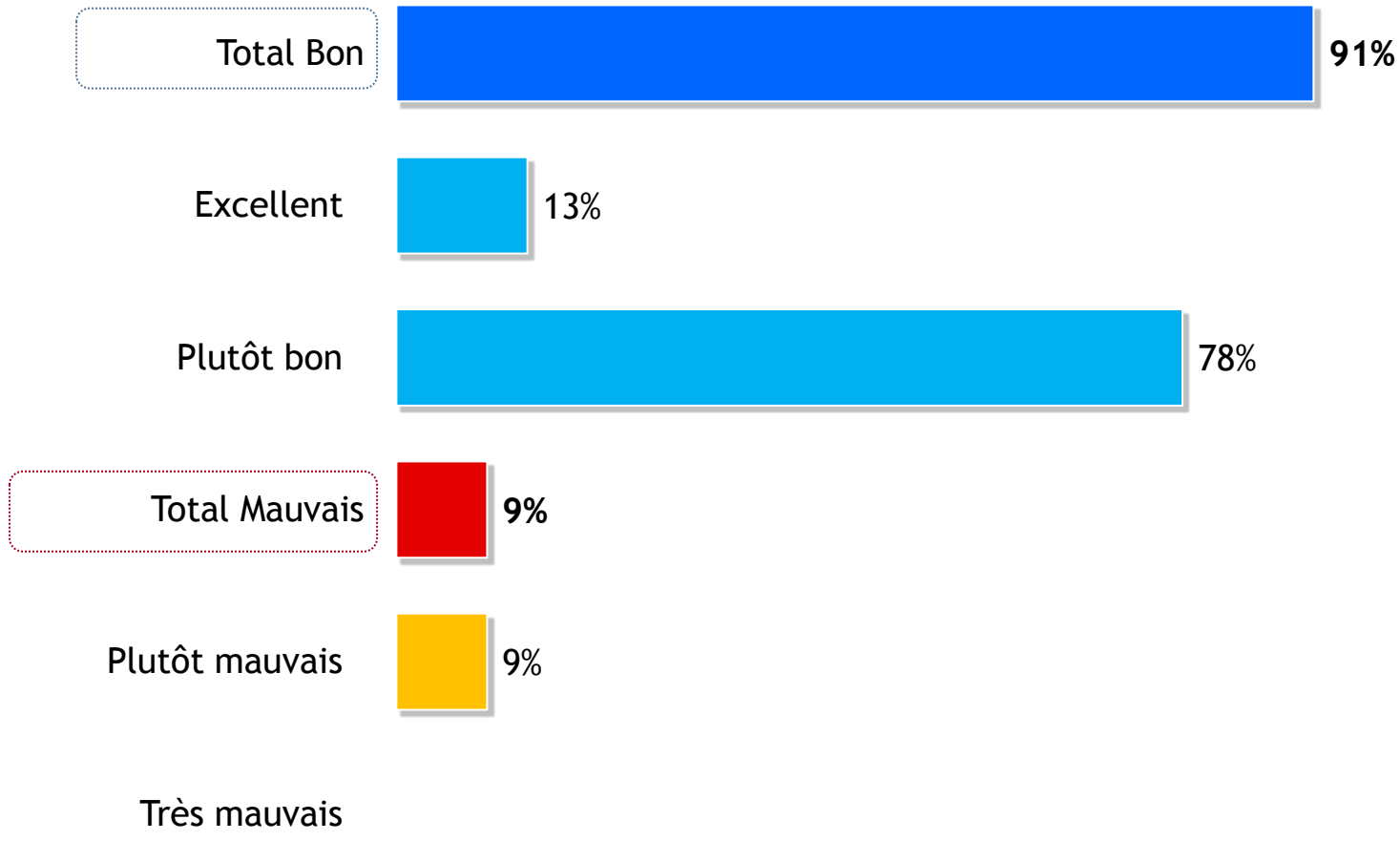
Question : Pour quelle raison principale accordez-vous de l'importance à votre santé ?



Base : question posée uniquement aux personnes accordant « beaucoup d'importance » ou « assez d'importance » à leur santé, soit 95% de l'échantillon.

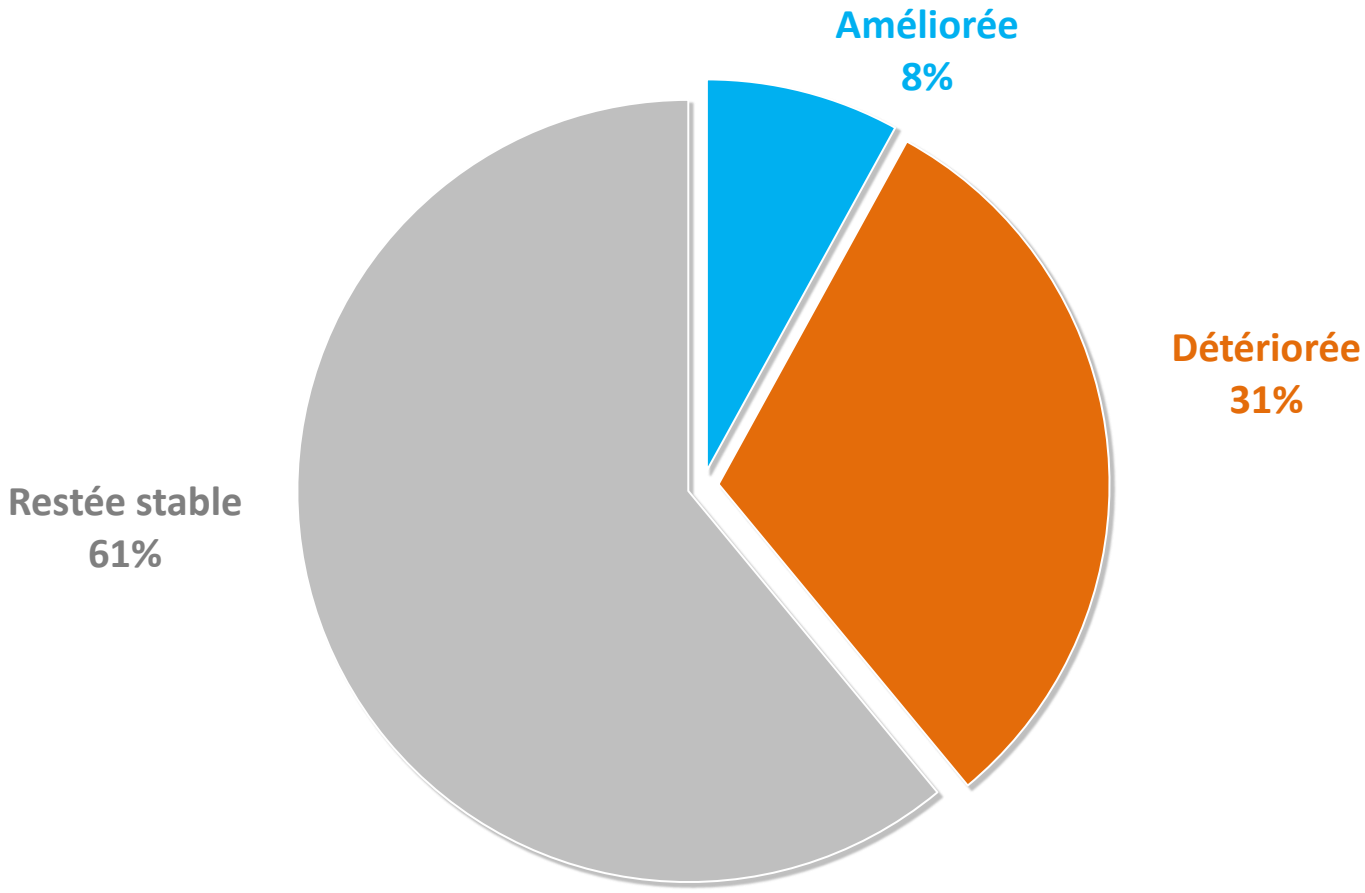
L'évaluation de son état de santé

Question : Aujourd'hui, diriez-vous que votre état de santé est… ?



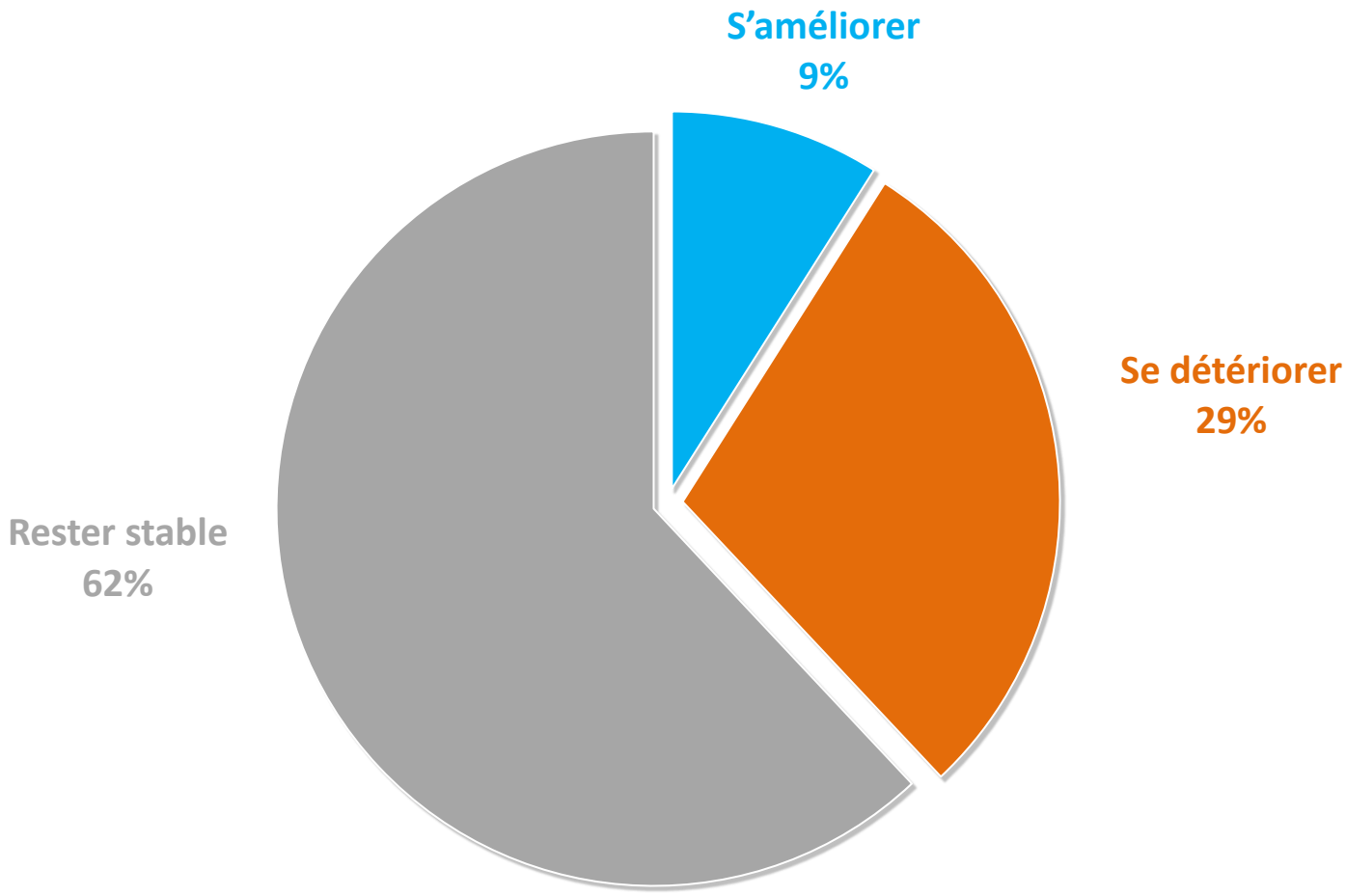
L'évolution de son état de santé depuis cinq ans

Question : Diriez-vous qu'au cours des cinq dernières années votre santé s'est plutôt... ?



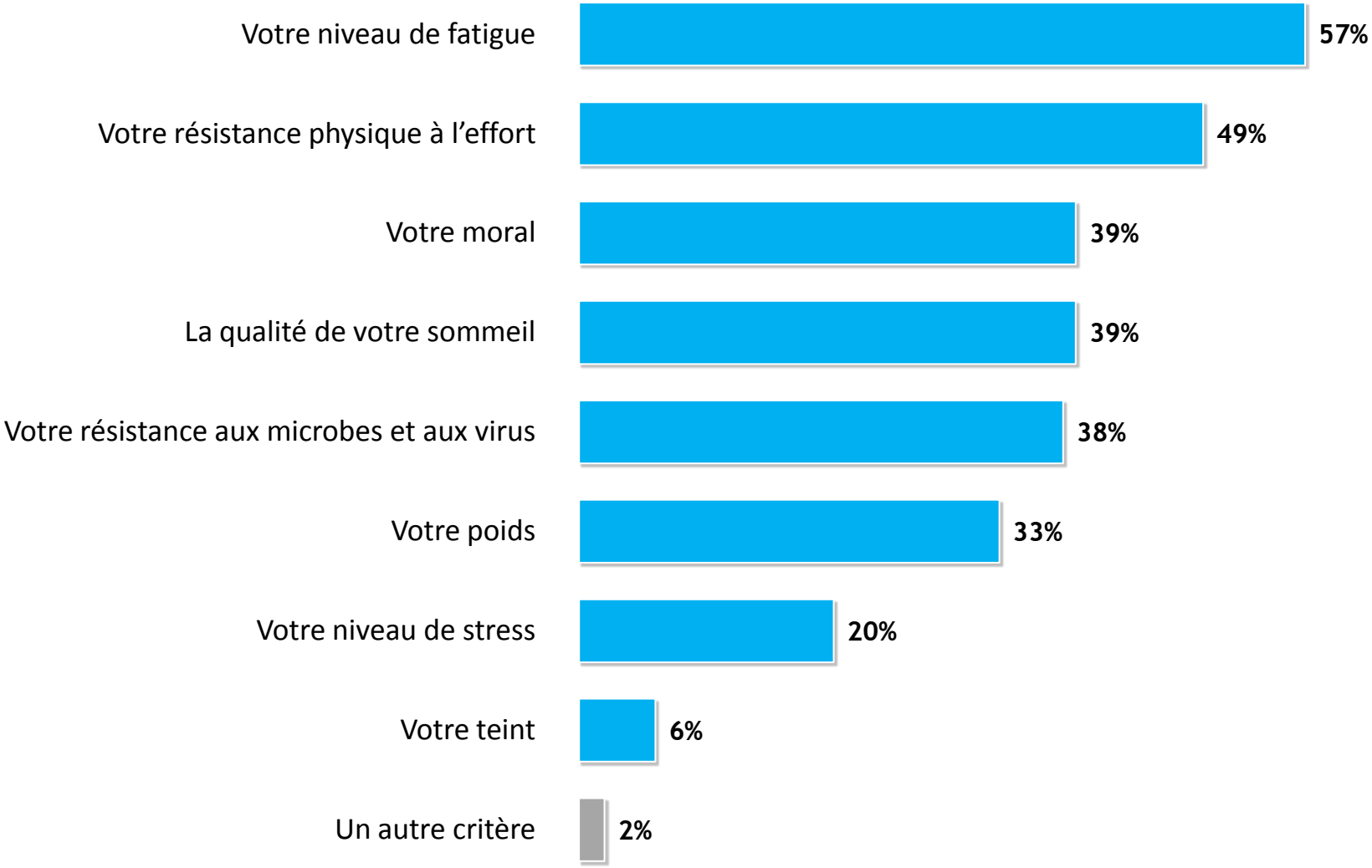
L'évolution pressentie de son état de santé dans les cinq prochaines années

Question : Et diriez-vous qu'au cours des cinq prochaines années votre santé va plutôt... ?



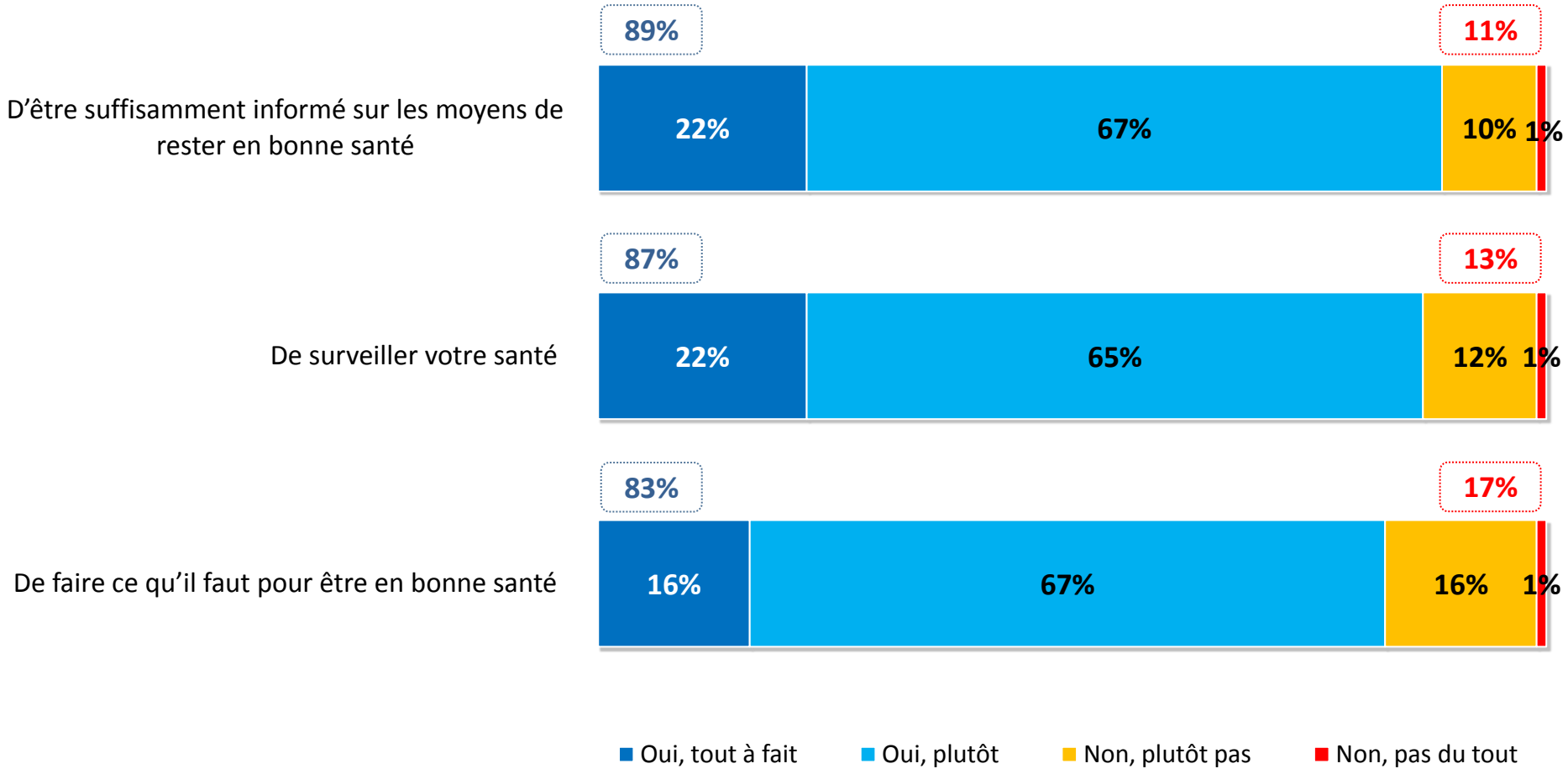
Les critères permettant d'évaluer son état de santé

Question : Parmi la liste suivante, quels sont les trois principaux critères qui vous indiquent l'état de votre santé ?



Les comportements en matière de santé

Question : Vous personnellement, avez-vous le sentiment... ?

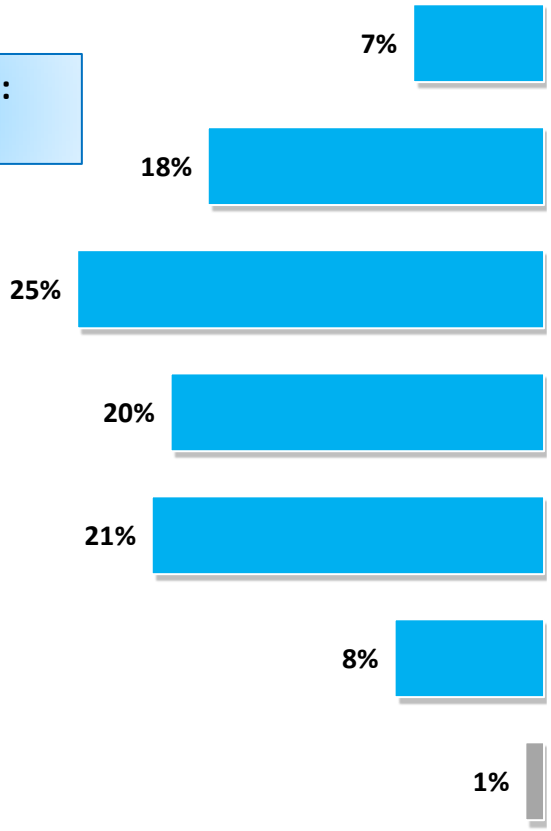


L'estimation de l'espérance de vie

Question : Jusqu'à quel âge estimez-vous que… ?
(Question ouverte – réponses non suggérées)

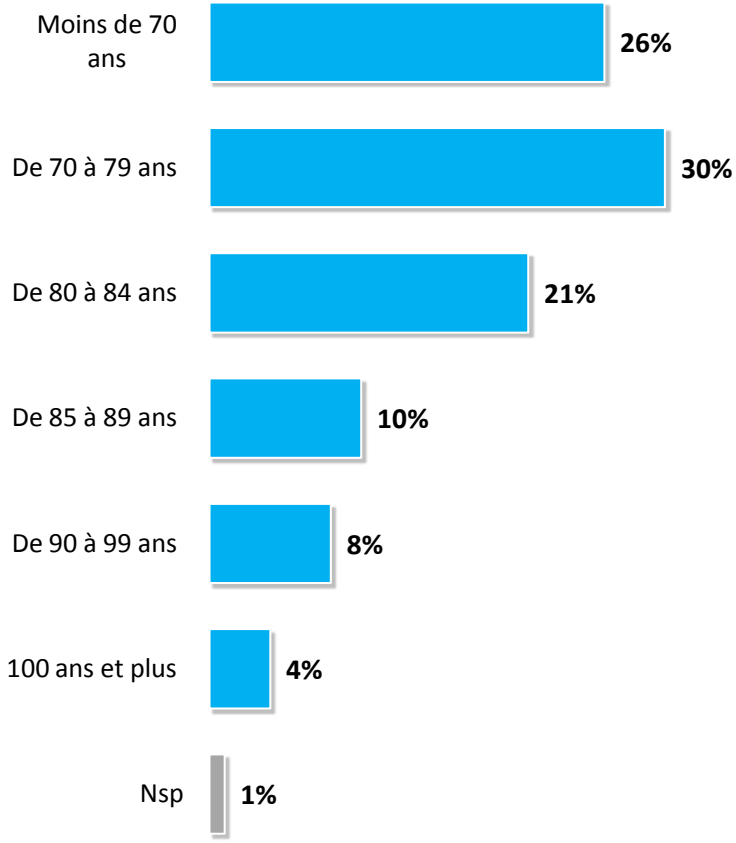
Vous vivrez

Age moyen : 83 ans



Vous vivrez en bonne santé

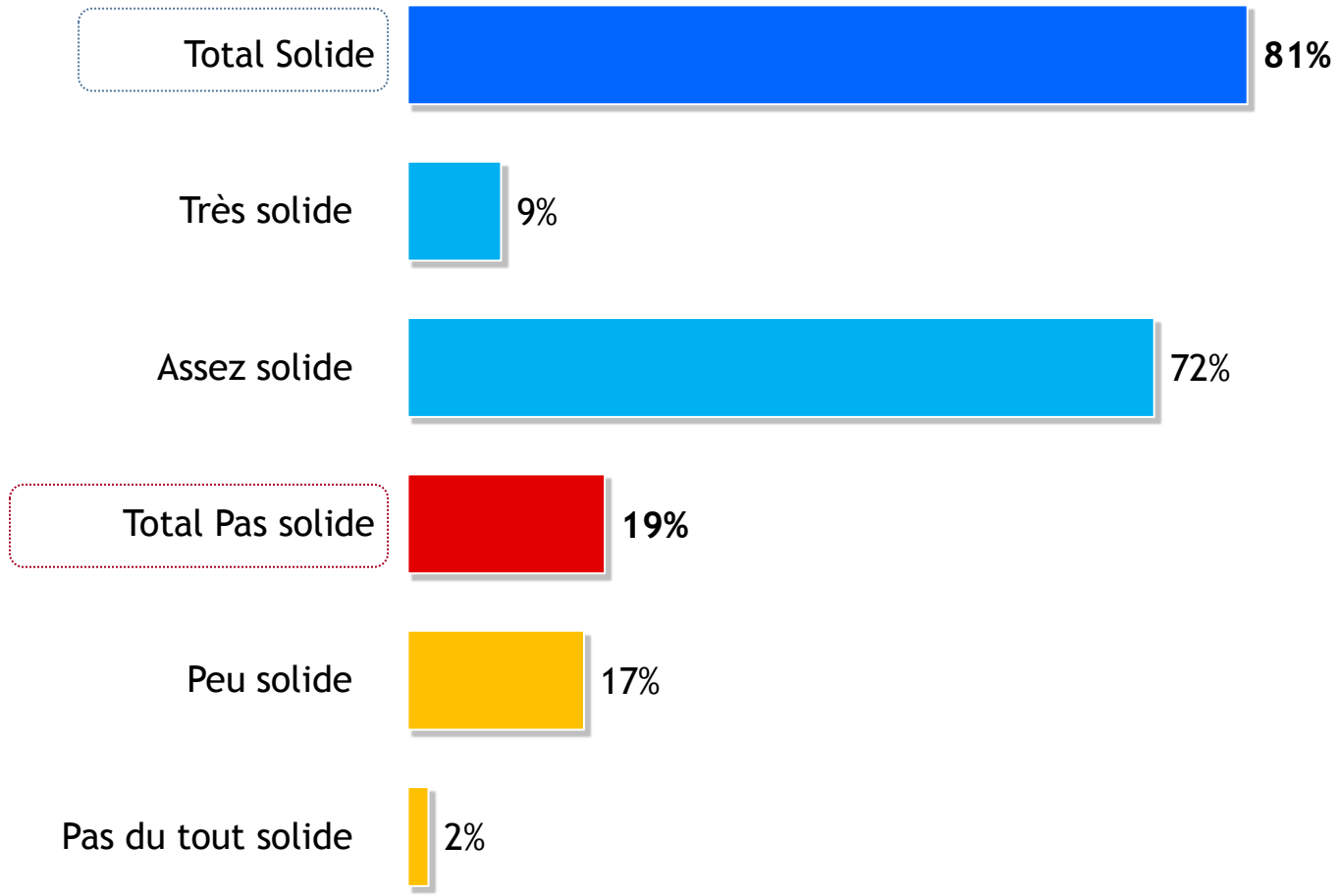
Age moyen : 74 ans



B | La gestion de son capital santé

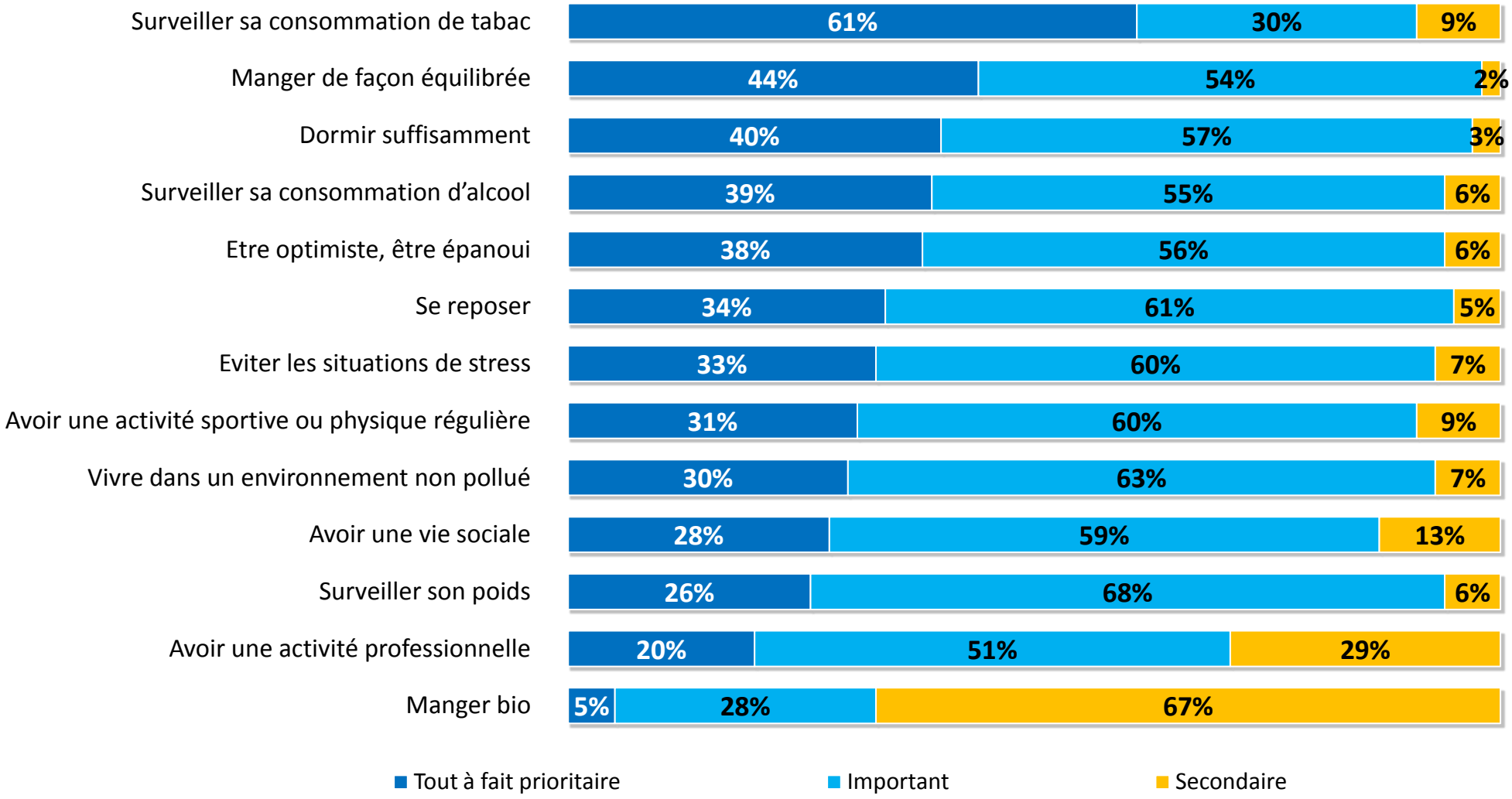
La solidité de son capital santé

Question : On parle souvent de « capital santé », l'état de santé dont chacun bénéficie à la naissance et qui évolue dans le temps et en fonction des conditions de vie. Avez-vous le sentiment de disposer aujourd'hui d'un capital santé... ?



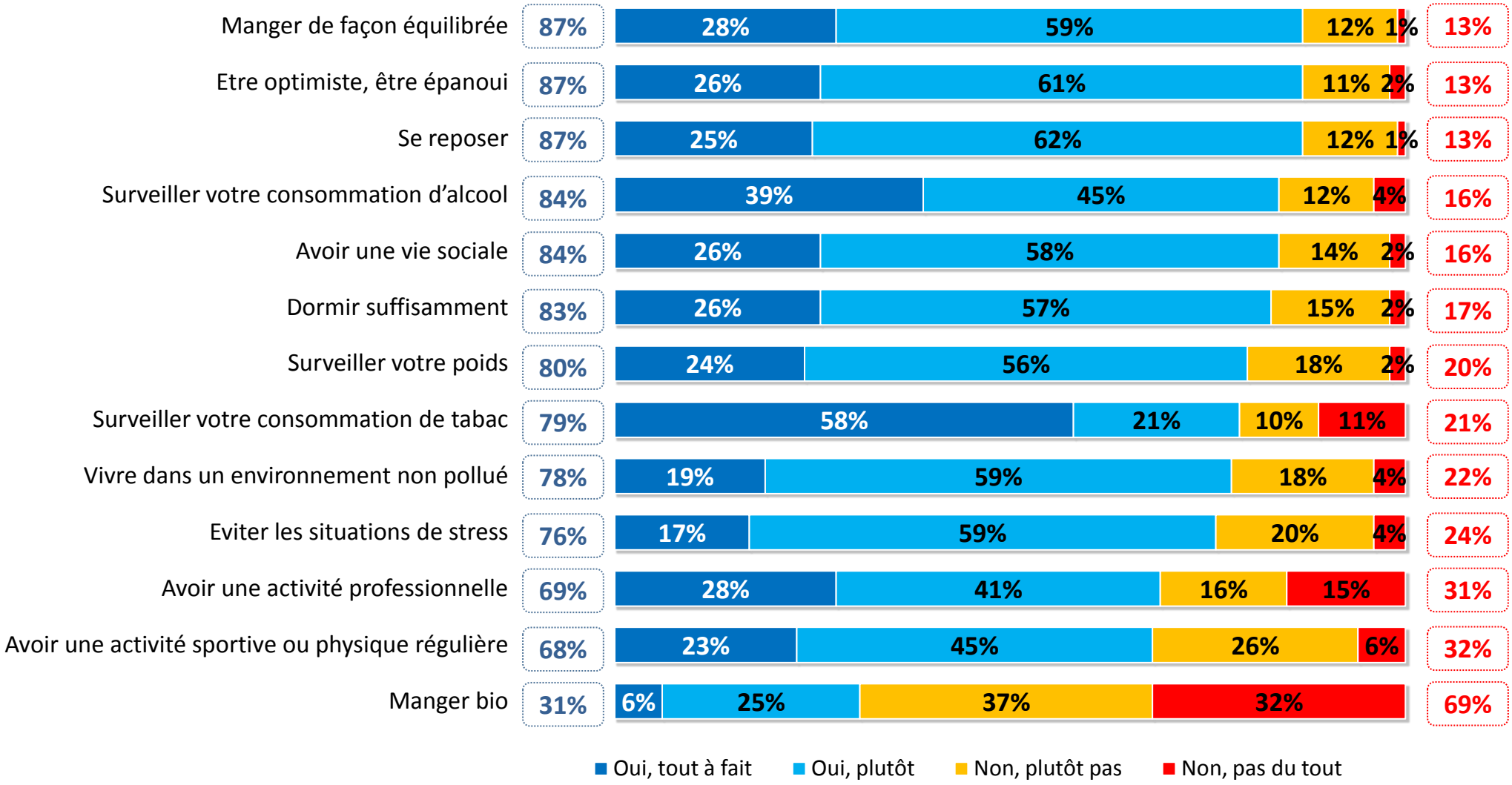
Les comportements à adopter pour être en bonne santé

Question : Pour être en bonne santé ou conserver son capital santé, est-il selon vous tout à fait prioritaire, important ou secondaire de... ?



Les comportements adoptés pour être en bonne santé

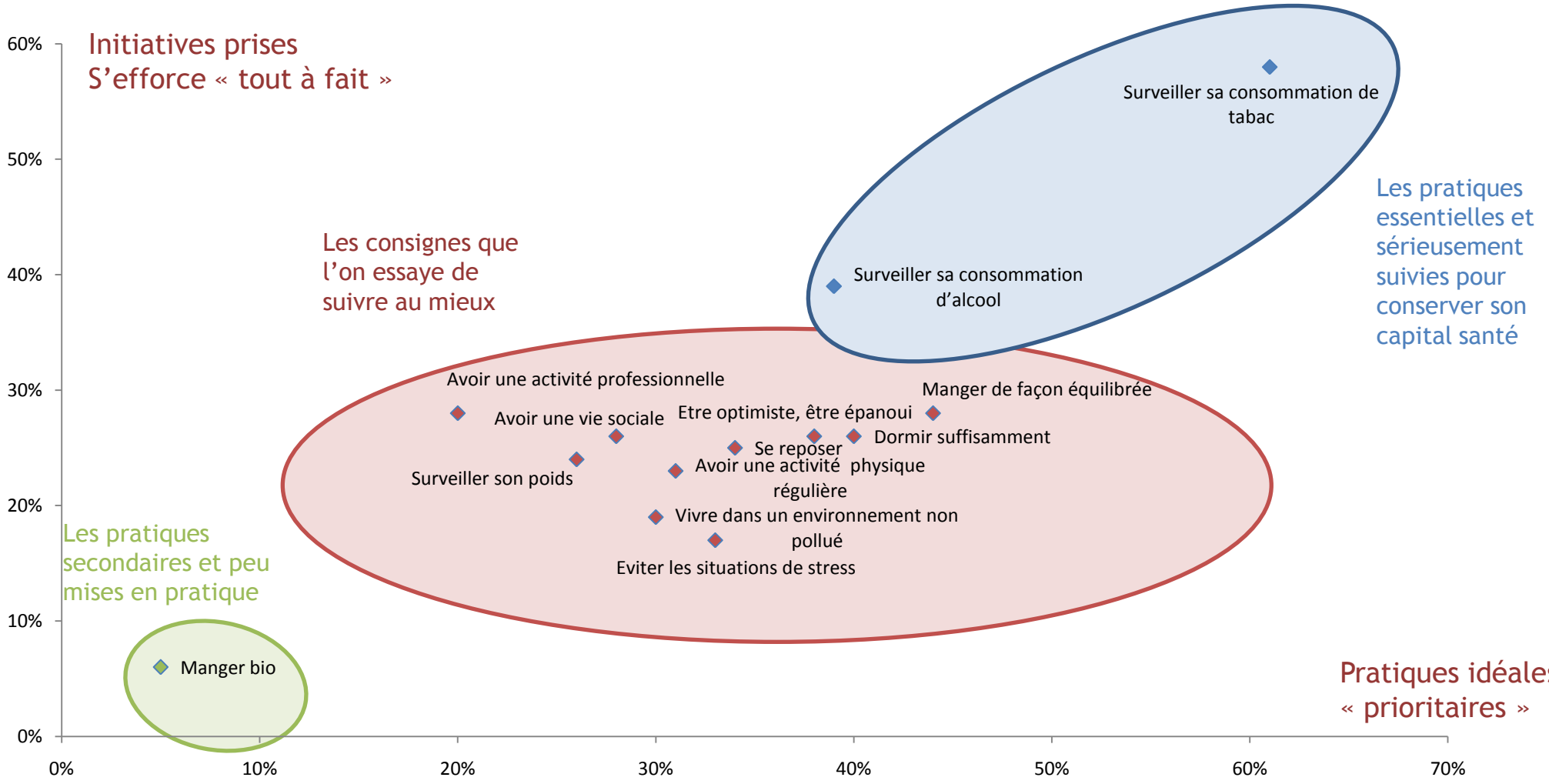
Question : Et vous personnellement, pour être en bonne santé ou conserver votre capital santé, vous efforcez-vous de... ?



La comparaison entre les pratiques idéales et celles mises en œuvre pour conserver son capital santé

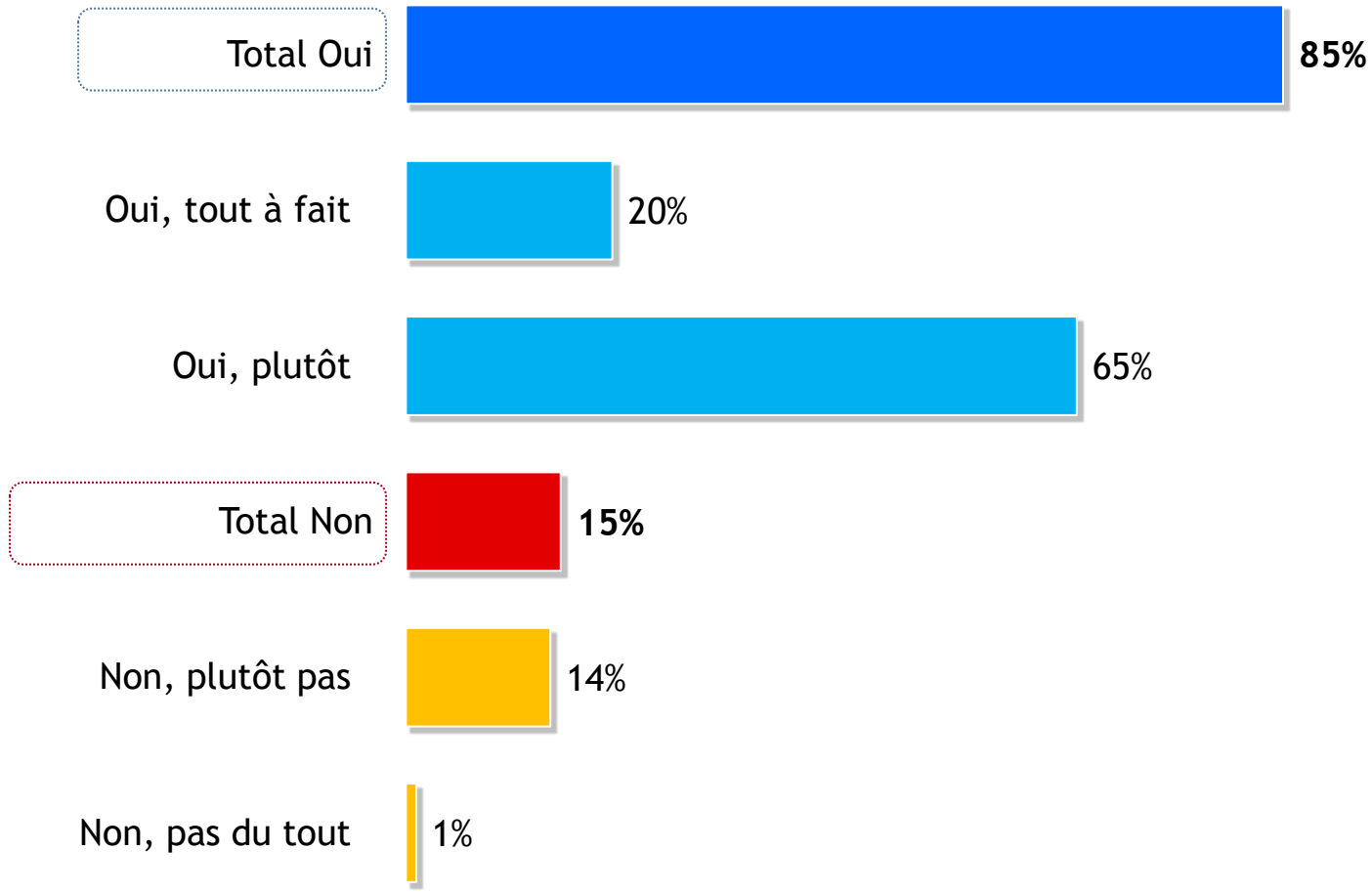
Question : Pour être en bonne santé ou conserver son capital santé, est-il selon vous tout à fait prioritaire, important ou secondaire de... ?

Question : Et vous personnellement, pour être en bonne santé ou conserver votre capital santé, vous efforcez-vous de... ?



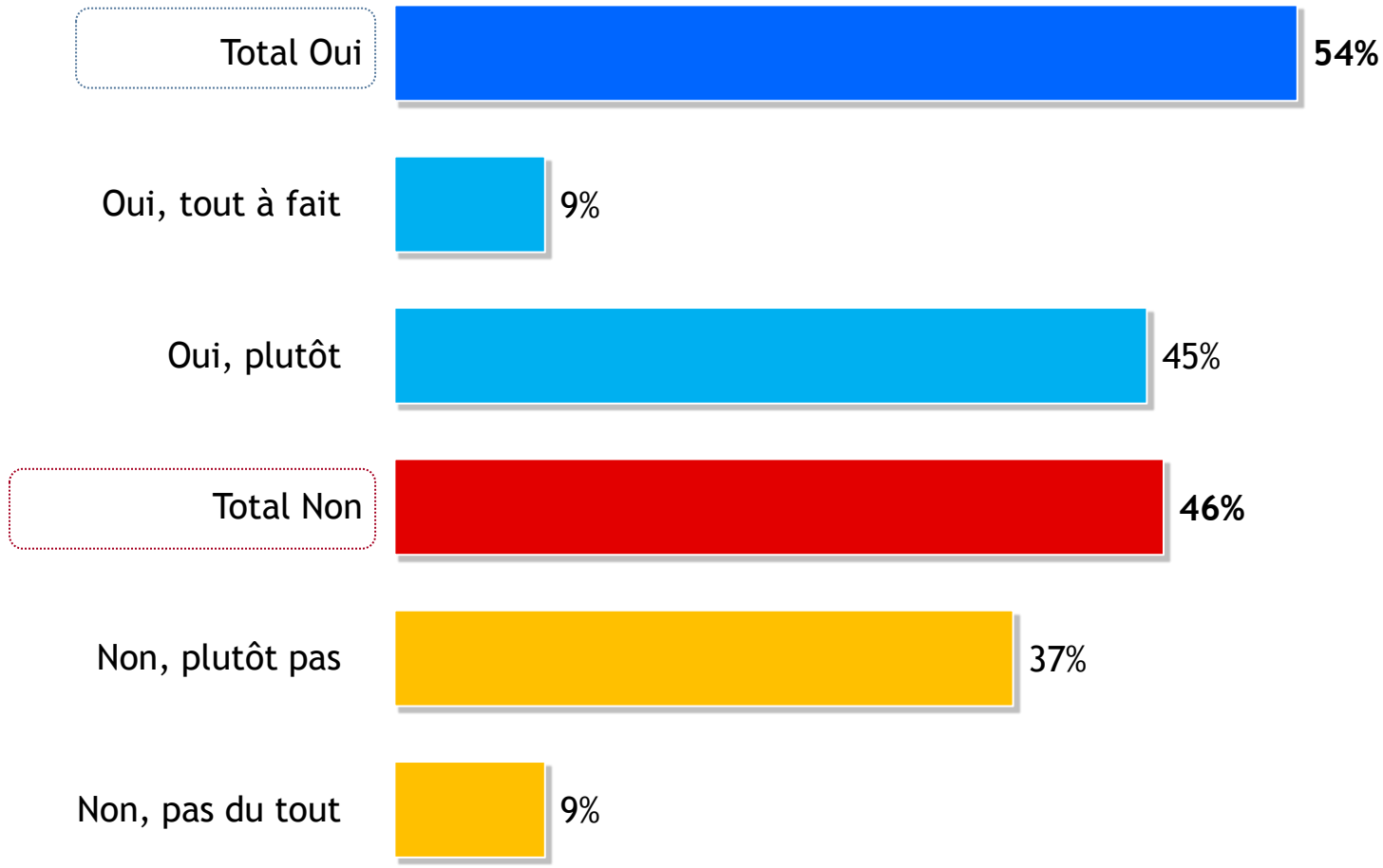
La possibilité perçue d'une amélioration de son capital santé

Question : Estimez-vous qu'il soit possible d'améliorer votre capital santé ?



L'utilité de conseils ou d'un accompagnement pour améliorer son état de santé

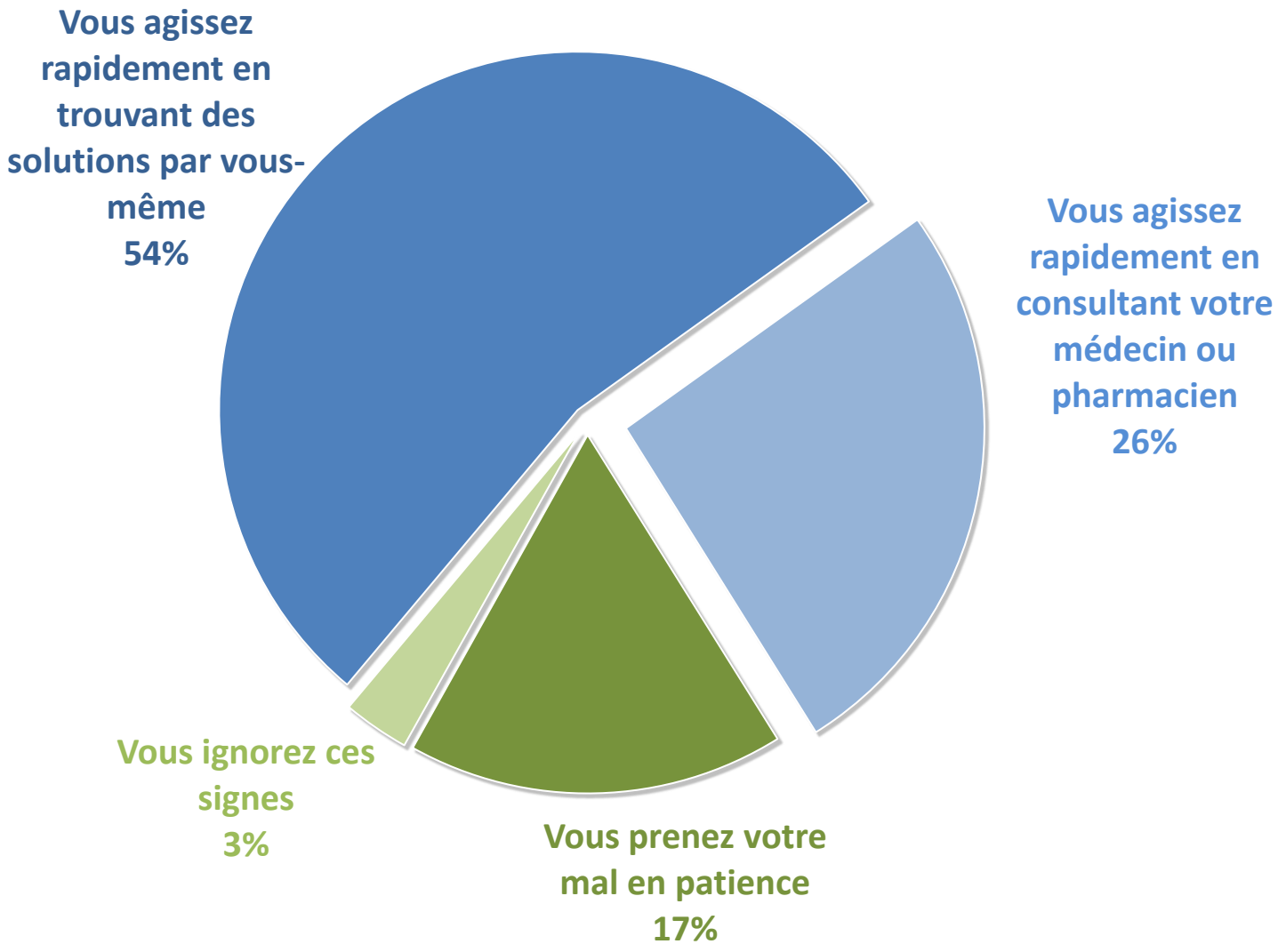
Question : Estimez-vous que des conseils et un accompagnement personnalisés vous aideraient à maintenir ou à améliorer votre état de santé ?



C | Les comportements en matière de suivi de santé

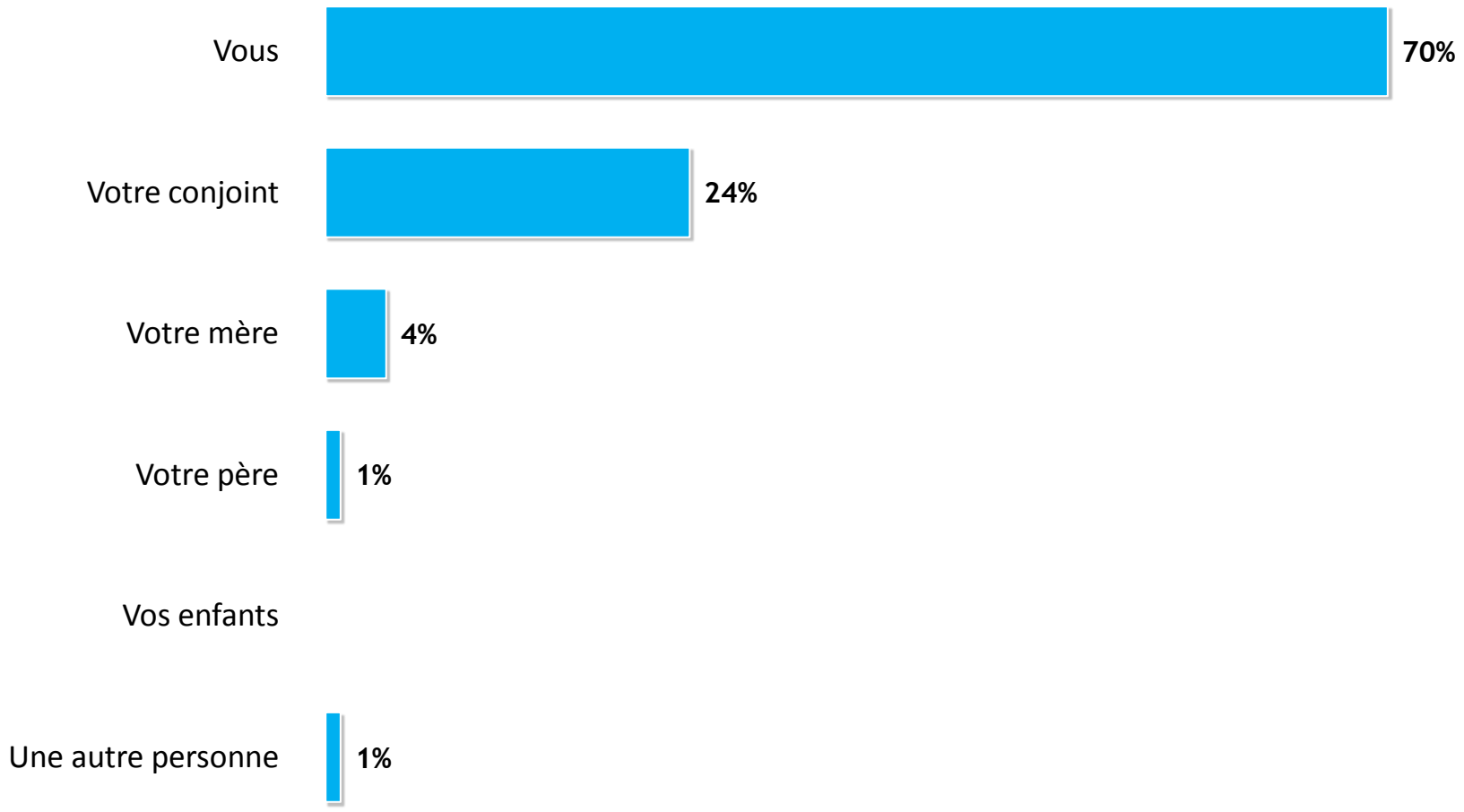
Le comportement face aux signes de faiblesse du corps

Question : Lorsque votre corps montre des signes de faiblesses (fatigue, prise ou perte de poids, courbatures, fragilité vis-à-vis des virus…) que faîtes-vous la plupart du temps ?



Le membre du foyer qui s'occupe le plus de la santé de la famille

Question : Au sein de votre foyer, qui s'occupe le plus de la santé des membres de la famille ?



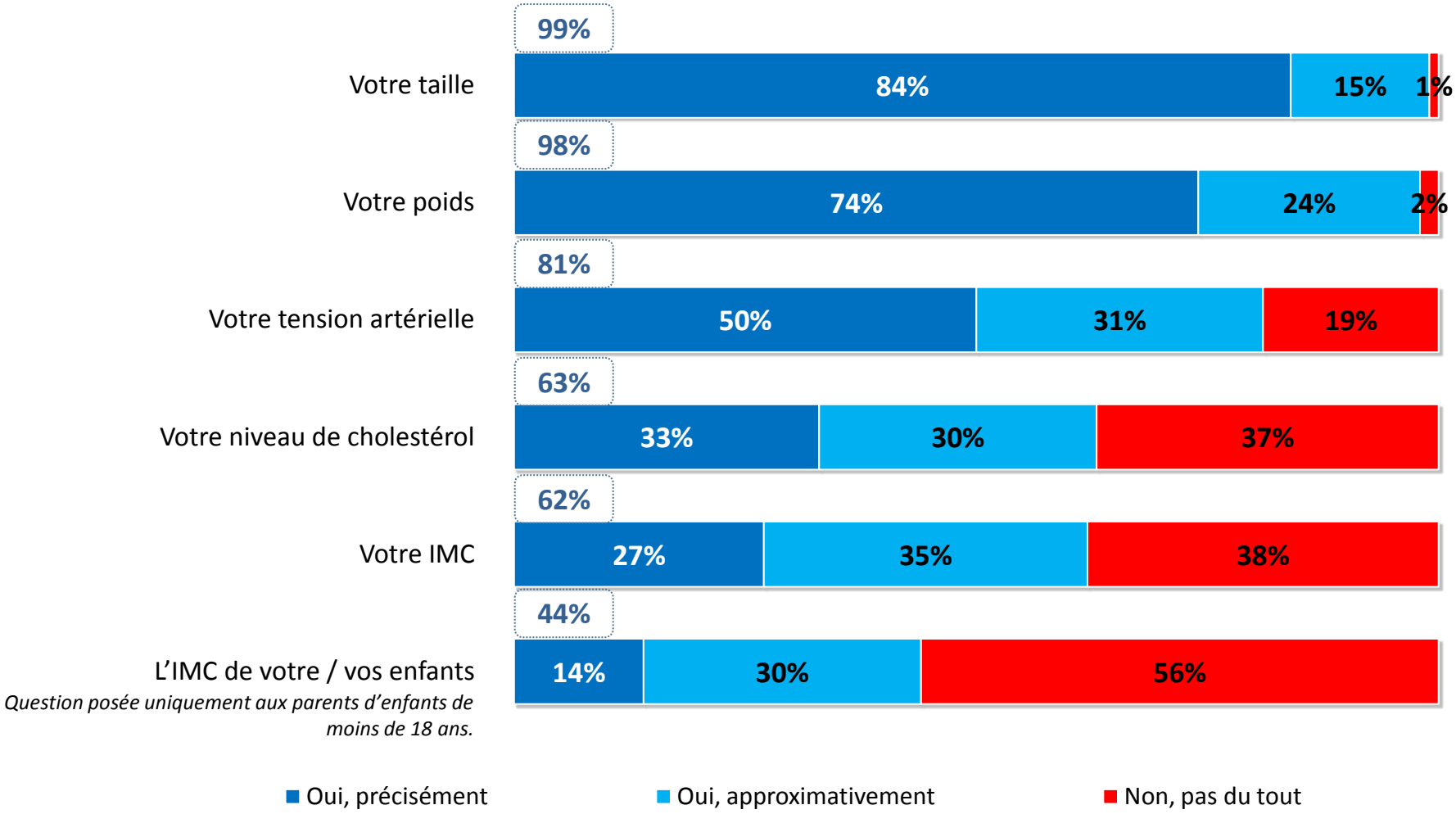
Le suivi des indicateurs de santé

Question : Quand avez-vous réalisé chacune des opérations suivantes pour la dernière fois ?

	Il y a moins de 6 mois (%)	Entre 6 mois et 1 an (%)	Entre 1 et 2 ans (%)	Entre 2 et 5 ans (%)	Il y a plus de 5 ans (%)	Jamais (%)
Vous peser	**82 %**	9 %	4 %	2 %	1 %	2 %
Consulter un médecin généraliste	**70 %**	18 %	8 %	2 %	2 %	
Mesurer votre tension artérielle	**64 %**	17 %	9 %	3 %	2 %	5%
Faire des analyses ou des dépistages (Cholestérol, diabète, cancer de la prostate, du colon, du sein, de l'utérus…)	**41 %**	23 %	14 %	8 %	3 %	11 %
Surveiller les indicateurs relatifs à la santé de votre/vos parents (tension, poids, dépistages) et à leurs efforts pour rester en bonne santé *Question posée uniquement aux personnes âgées de plus de 50 ans.*	**41 %**	17 %	10 %	3 %	6 %	23 %
Consulter un dentiste	**36 %**	30 %	18 %	9 %	6 %	1 %
Calculer l'IMC (Indice de Masse Corporelle) de votre / vos enfants *Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans.*	33 %	13 %	8 %	3 %	3 %	**40 %**
Calculer votre IMC (Indice de Masse Corporelle)	**32 %**	19 %	14 %	6 %	5 %	24 %
Mettre à jour vos vaccins	20 %	20 %	**23 %**	16 %	15 %	6

La connaissance de différents indicateurs de santé

Question : Savez-vous quel est... ?



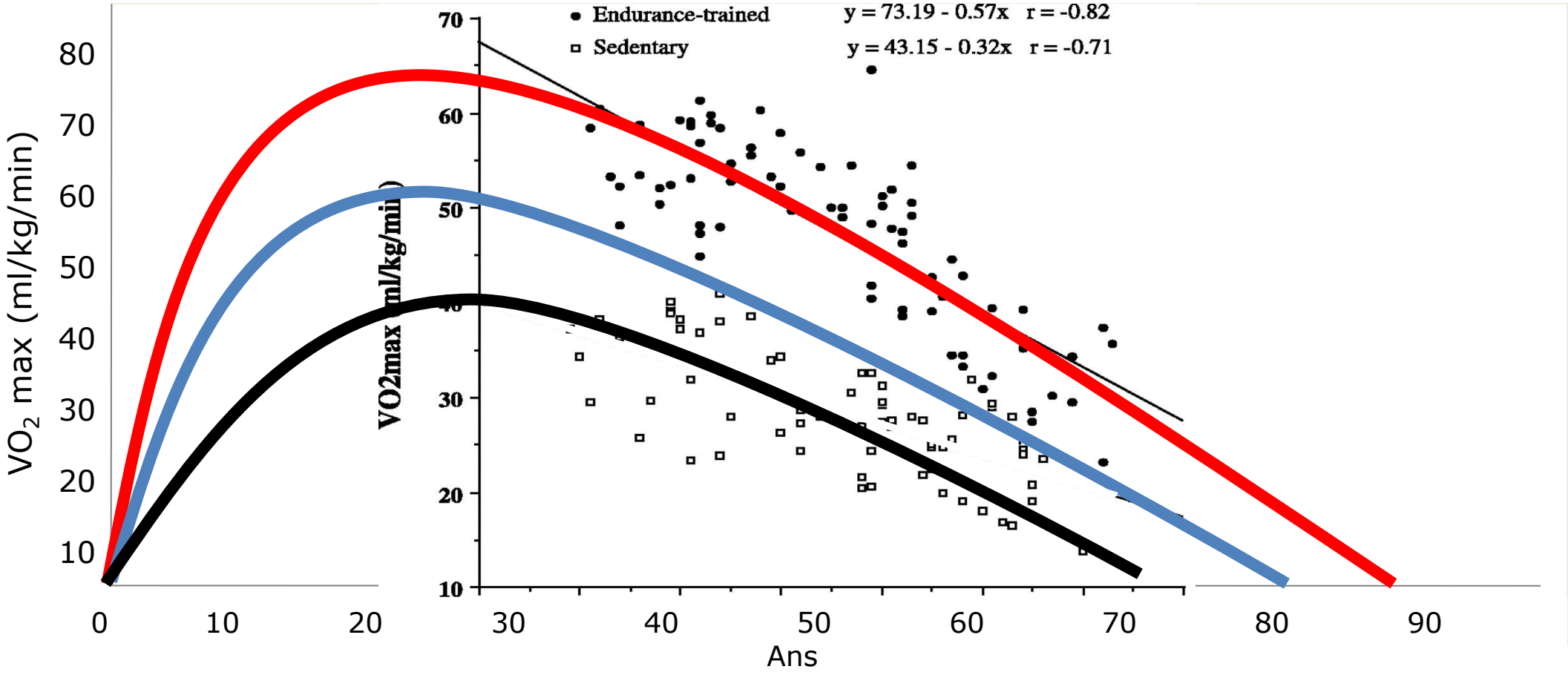
Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans.

les Français sont-ils maîtres de leur santé ?

jean-françois toussaint
université paris descartes
irmes

Base physiologique

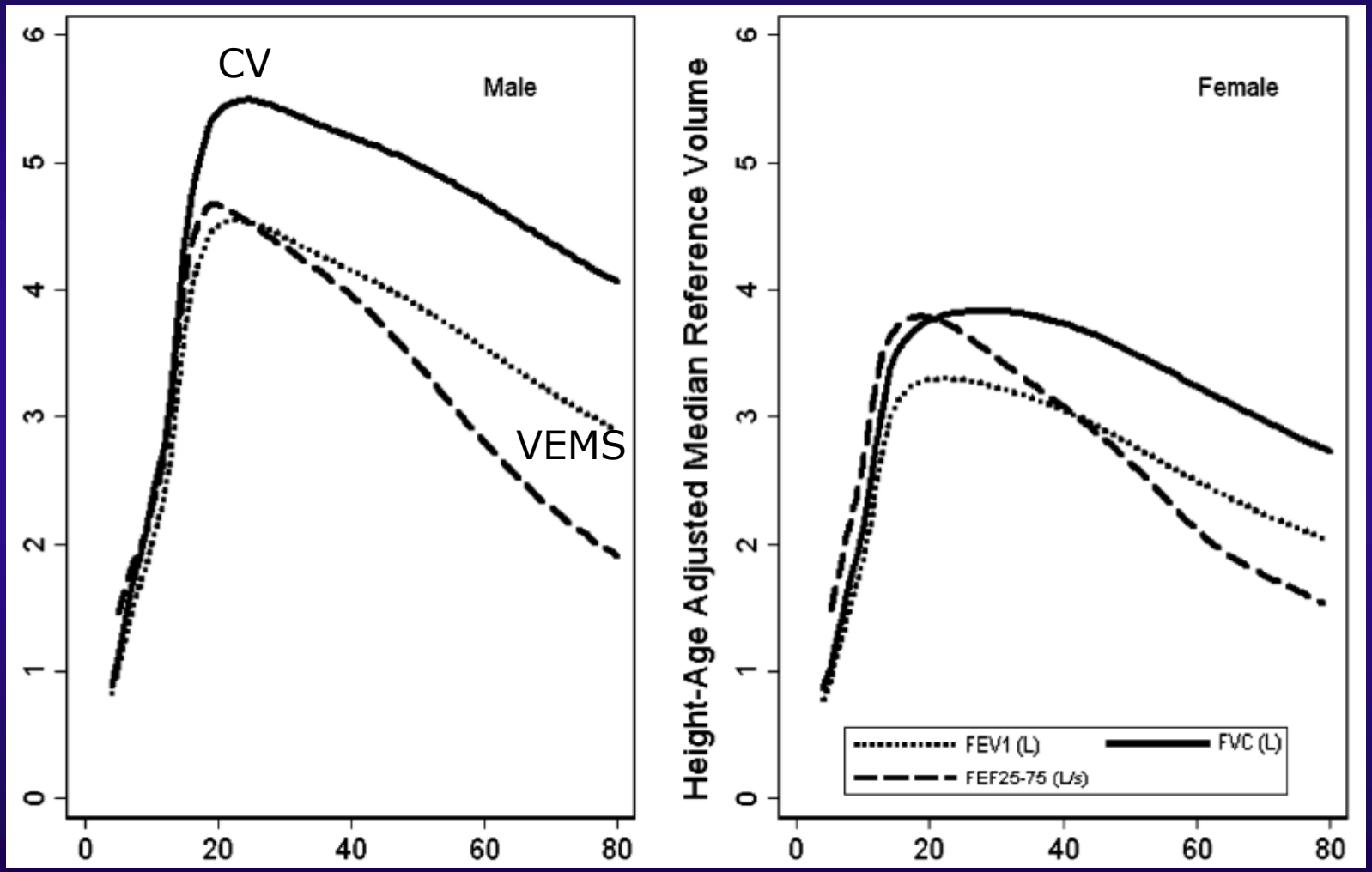
Espérance de Vie et Condition Physique



Tanaka H. 2003
***J Appl Physiol* 95: 2152**
doi:10.1152/japplphysiol.00320.2003

Ventilation

Volumes respiratoires (L)



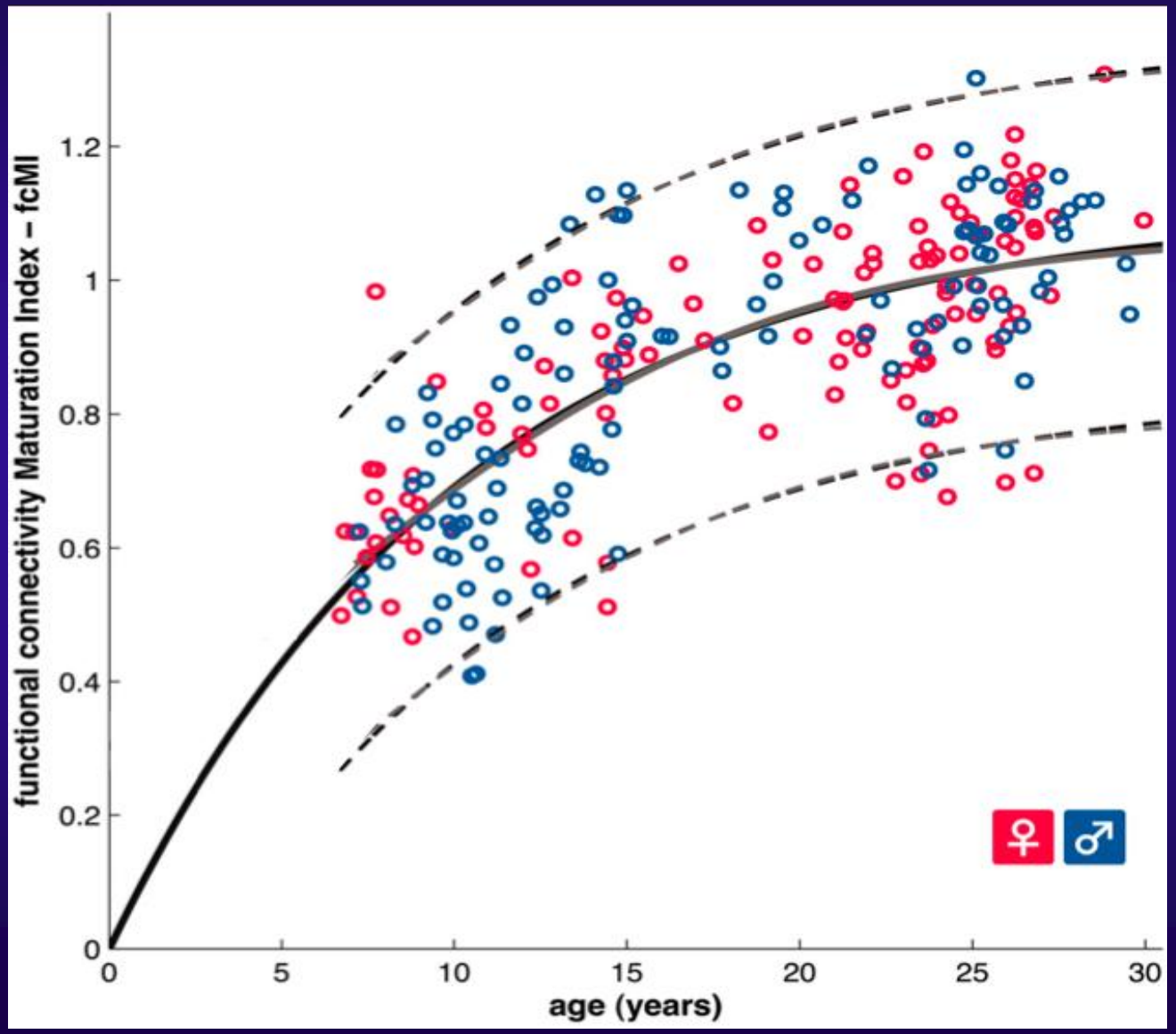
AGE

Pic capacité vitale ≈ 25 ans

S Stanojevic, 2006

Am J Respir Crit Care Med 177:253

Maturation cérébrale

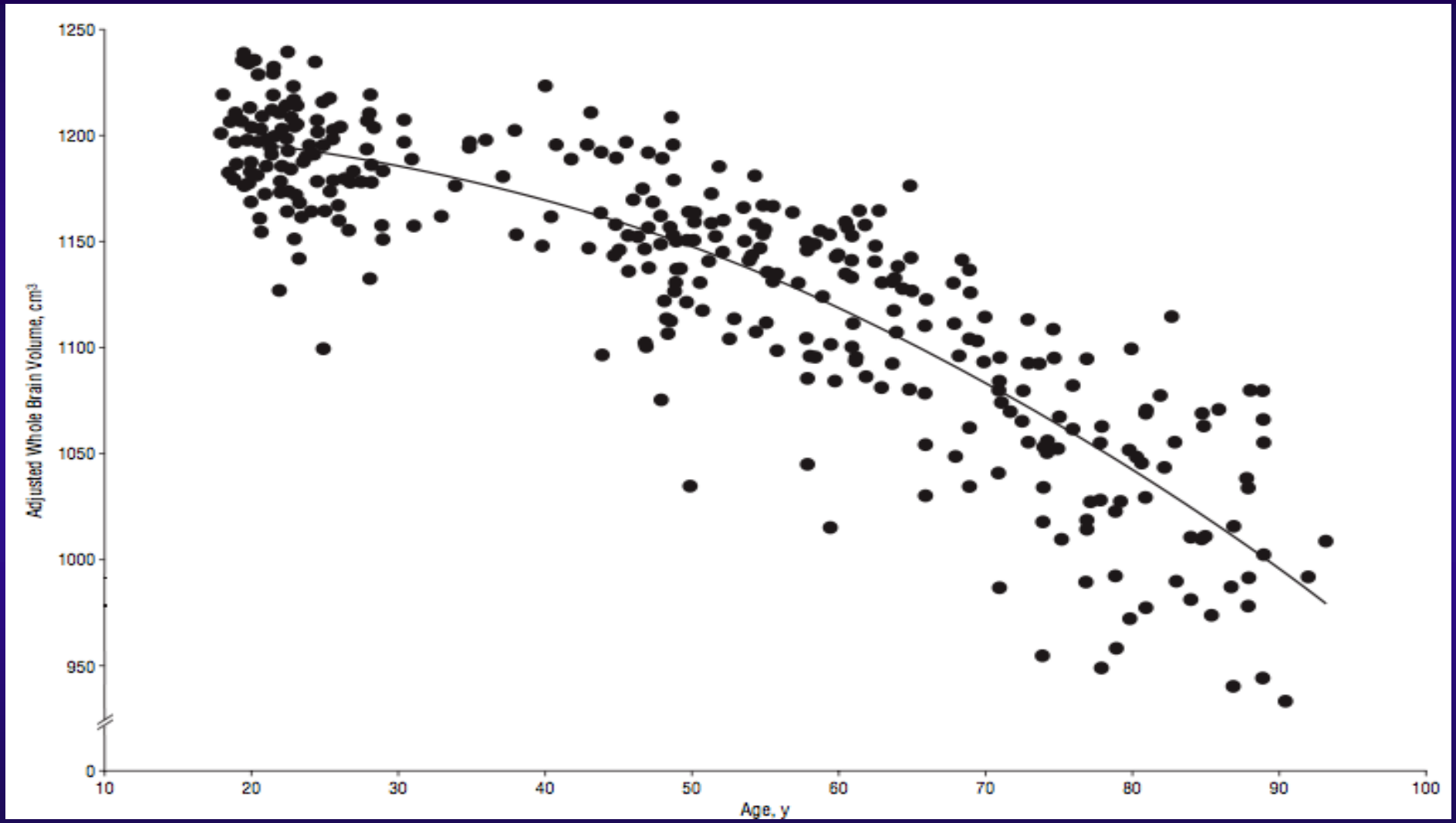


Individual functional brain maturity
238 fMRI scans
115 females

Solid black line:
fit for the equation
$a(1 - e^{-bx})$
$r^2 = 0.55$, $P<0.001$

NUF Dosenbach, 2010
Science; 329: 1358-61
DOI: 10.1126/science.1194144

Volume cérébral chez l'adulte sain



black line: fit for the equation $c(e^{-dx})$
$r^2 = 0.95$, $P<0.001$

AF Fotenos, 2008
Arch Neurol; 65: 131

capital santé

comportements
et critères subjectifs ?

Alcool

Equilibre alimentaire

Pollution

Tabac

capital

Vie sociale

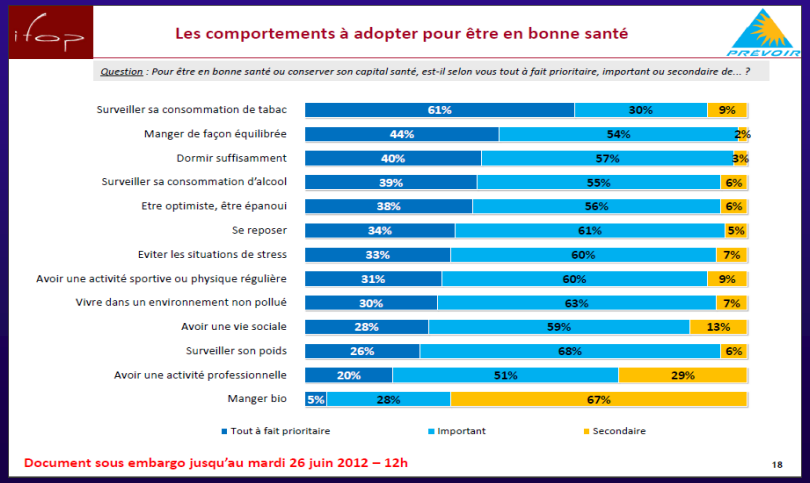
Activité physique

santé

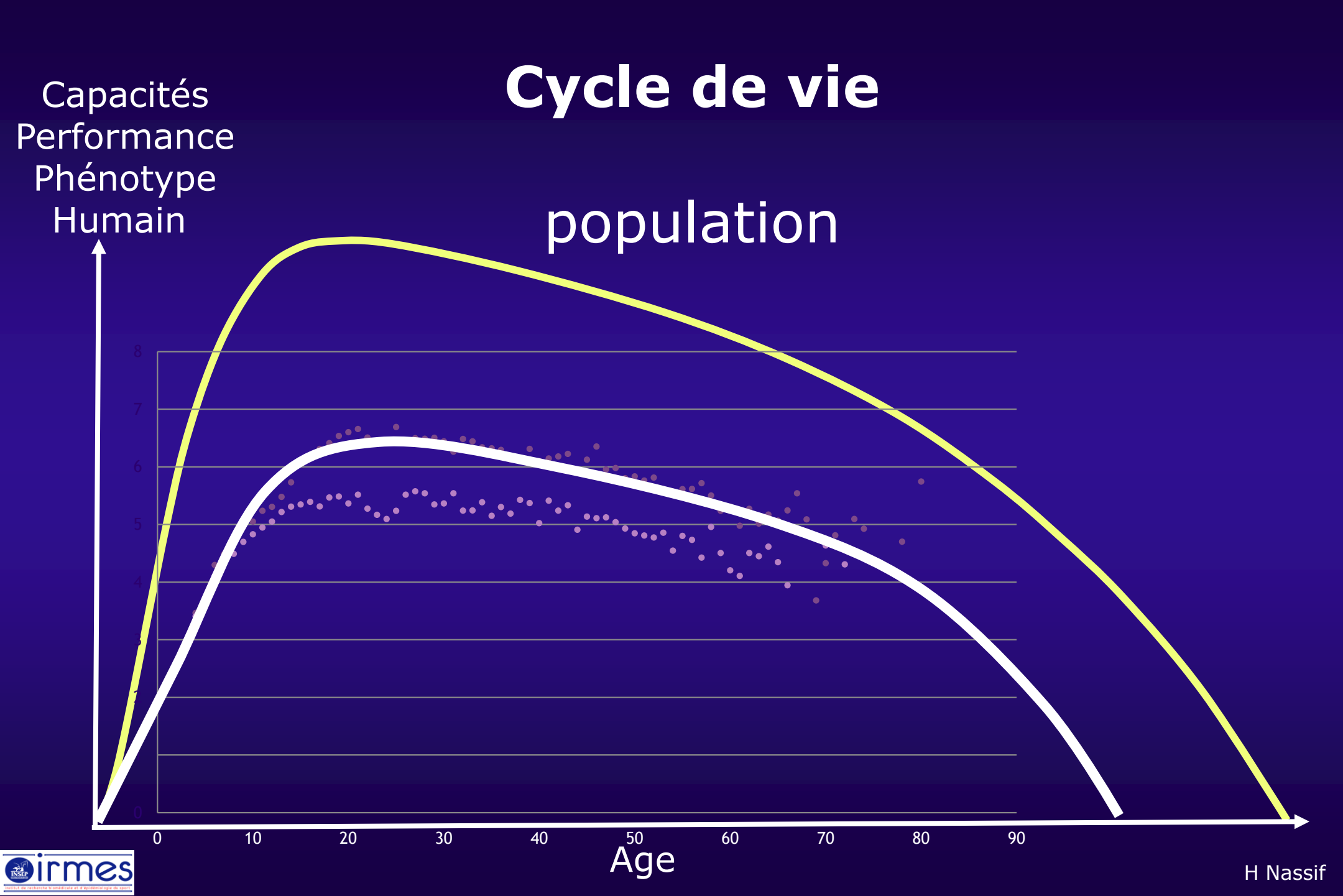
Sommeil

Poids

Stress

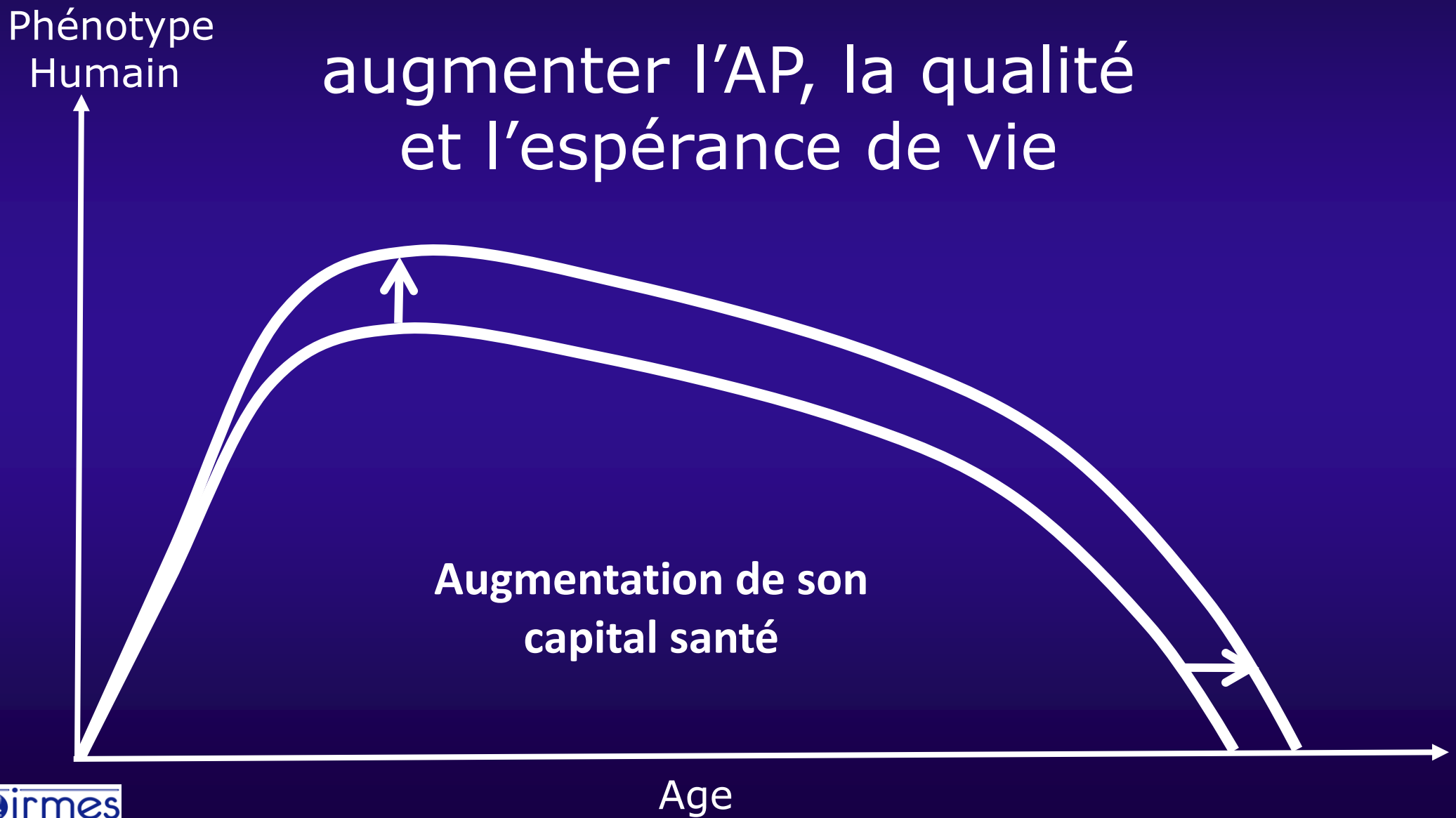


Cycle de vie



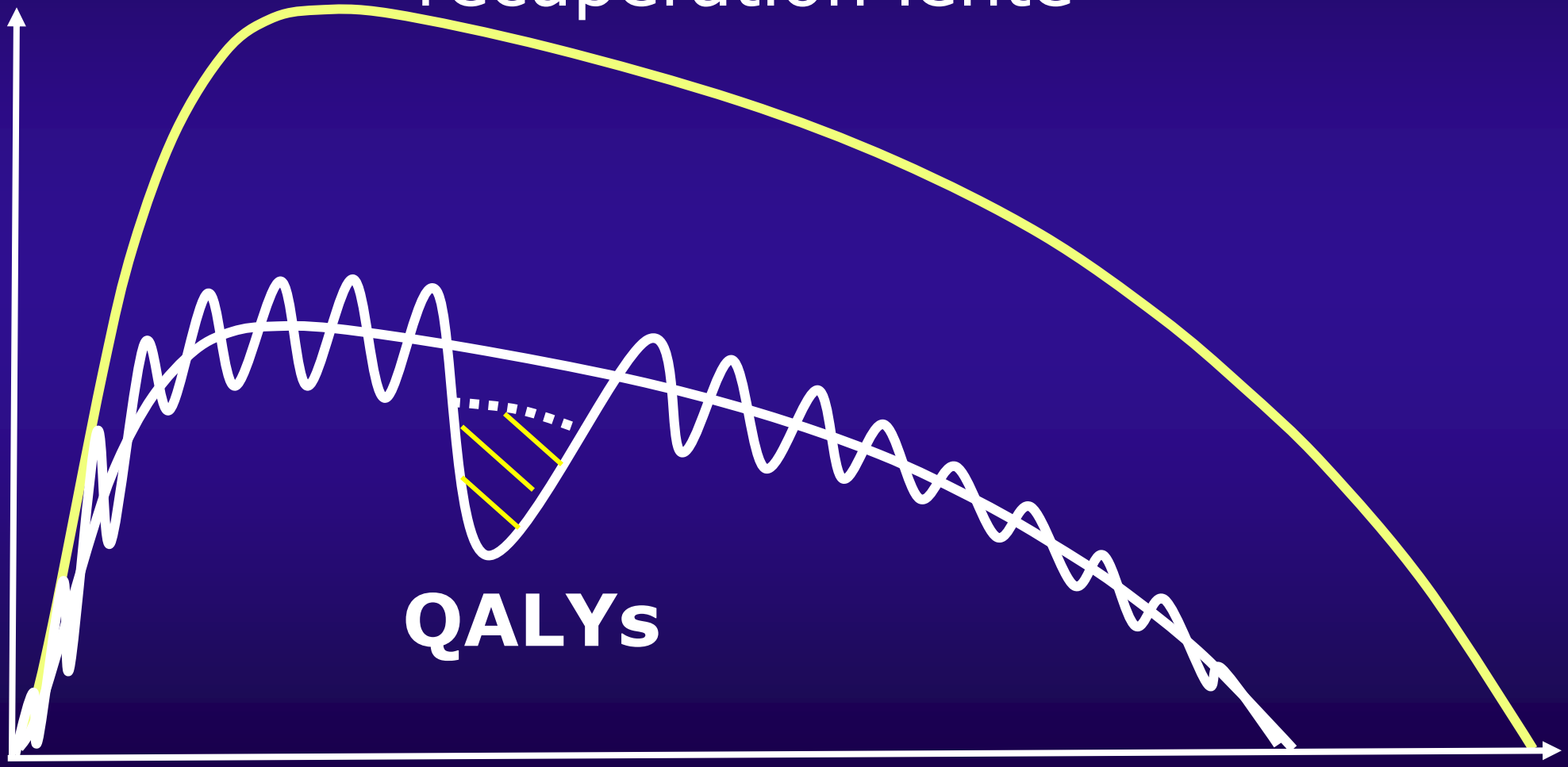
H Nassif

Cycle de vie


Phénotype
Humain
augmenter l'AP, la qualité
et l'espérance de vie
Augmentation de son
capital santé
Age

Cycles de vie

Pathologie aiguë
récupération lente



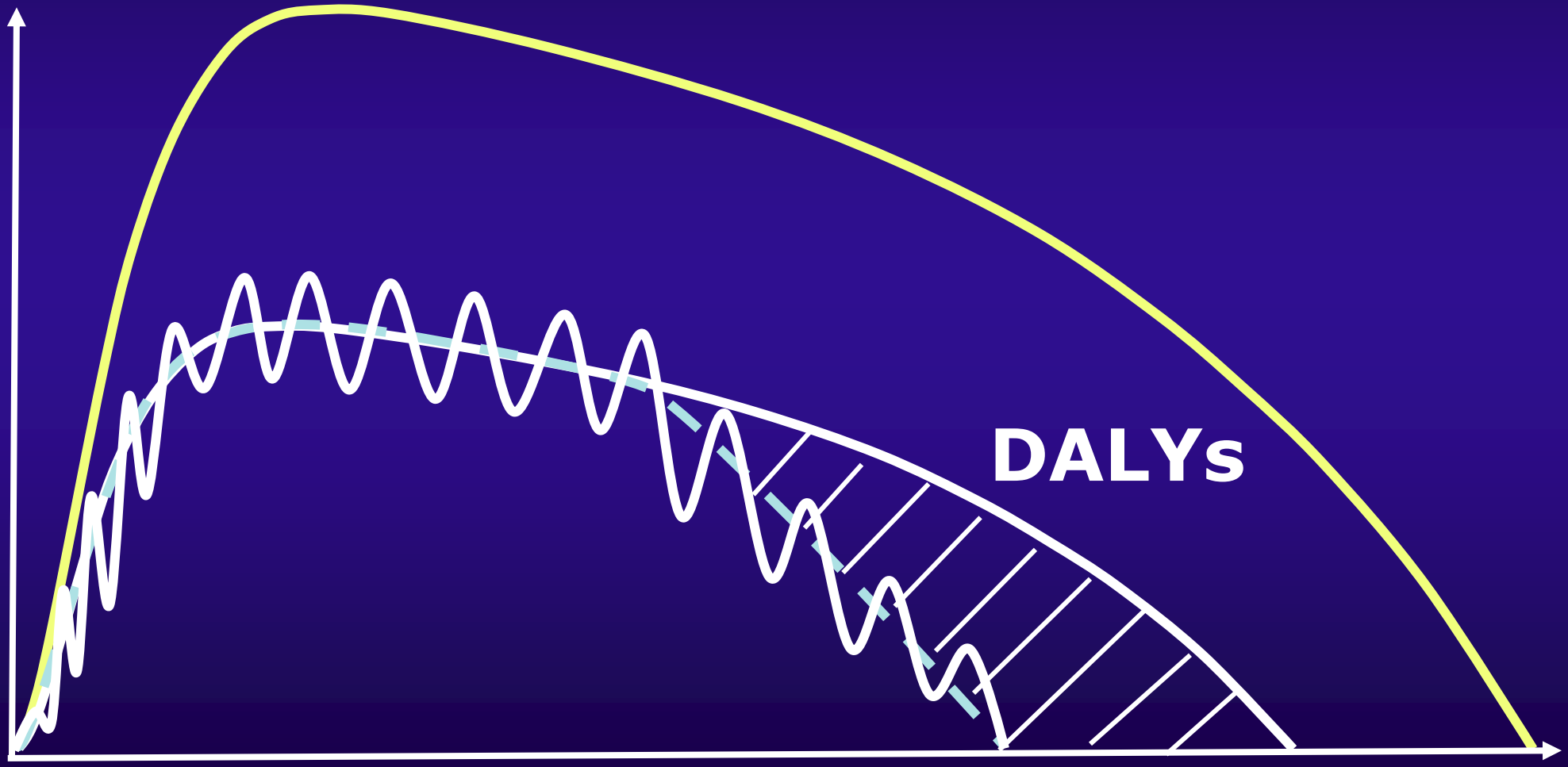
G Berthelot, S Len
Age 2011

HCSP, 2010

Cycles de vie
maladie chronique

Phénotype

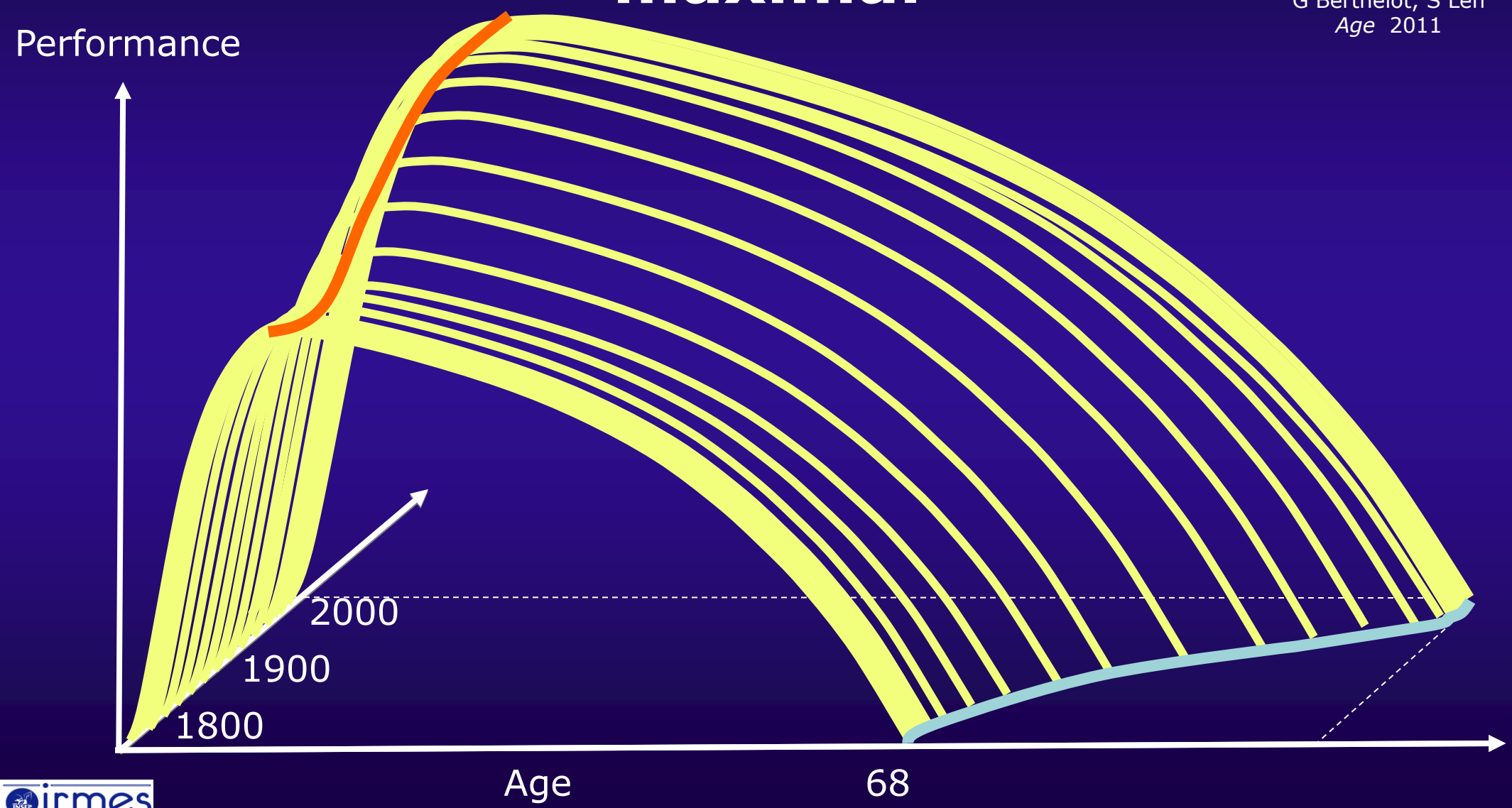
G Berthelot, S Len
Age 2011



HCSP, 2010

Évolution du phénotype maximal

G Berthelot, S Len
Age 2011



capital santé

critères objectifs ?

Taille

IMC

Capacité pulmonaire

Capital santé

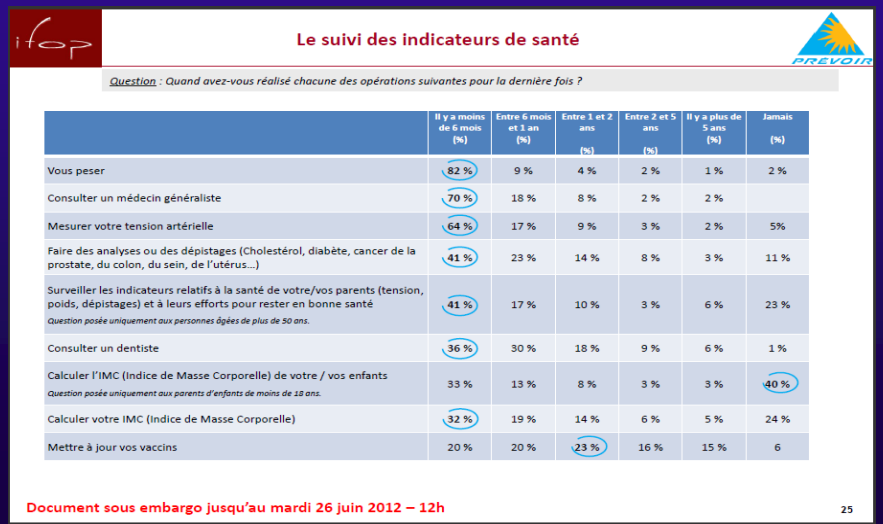
Endurance

Poids

Force

Tension artérielle

Cholestérol, Glycémie



ifop

Le suivi des indicateurs de santé

PREVOIR

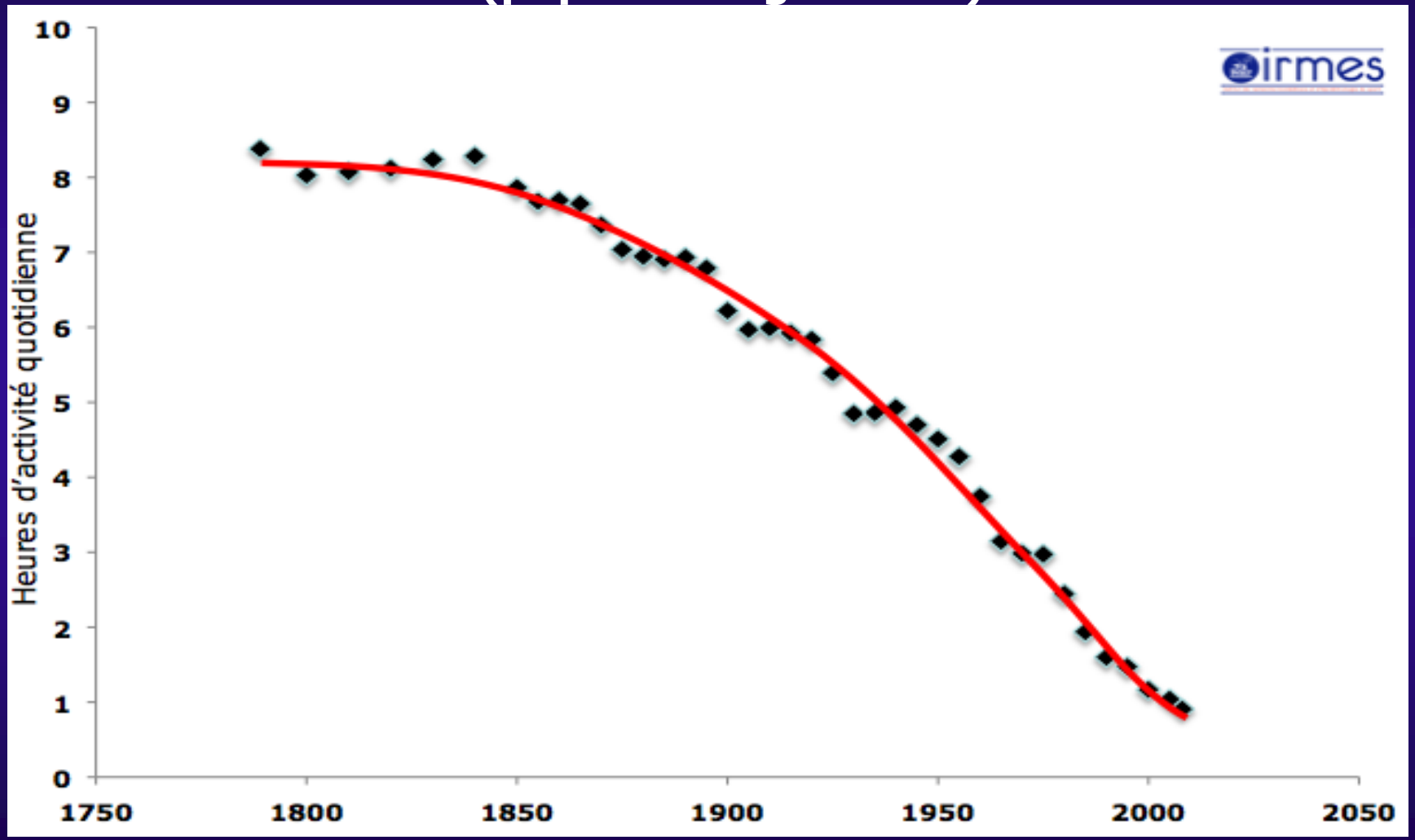
Question : Quand avez-vous réalisé chacune des opérations suivantes pour la dernière fois ?

	Il y a moins de 6 mois (%)	Entre 6 mois et 1 an (%)	Entre 1 et 2 ans (%)	Entre 2 et 5 ans (%)	Il y a plus de 5 ans (%)	Jamais (%)
Vous peser	82 %	9 %	4 %	2 %	1 %	2 %
Consulter un médecin généraliste	70 %	18 %	8 %	2 %	2 %	
Mesurer votre tension artérielle	64 %	17 %	9 %	3 %	2 %	5%
Faire des analyses ou des dépistages (Cholestérol, diabète, cancer de la prostate, du colon, du sein, de l'utérus…)	41 %	23 %	14 %	8 %	3 %	11 %
Surveiller les indicateurs relatifs à la santé de votre/vos parents (tension, poids, dépistages) et à leurs efforts pour rester en bonne santé *Question posée uniquement aux personnes âgées de plus de 50 ans.*	41 %	17 %	10 %	3 %	6 %	23 %
Consulter un dentiste	36 %	30 %	18 %	9 %	6 %	1 %
Calculer l'IMC (Indice de Masse Corporelle) de votre / vos enfants *Question posée uniquement aux parents d'enfants de moins de 18 ans.*	33 %	13 %	8 %	3 %	3 %	40 %
Calculer votre IMC (Indice de Masse Corporelle)	32 %	19 %	14 %	6 %	5 %	24 %
Mettre à jour vos vaccins	20 %	20 %	23 %	16 %	15 %	6

Document sous embargo jusqu'au mardi 26 juin 2012 – 12h

25

Activité physique
(population générale)

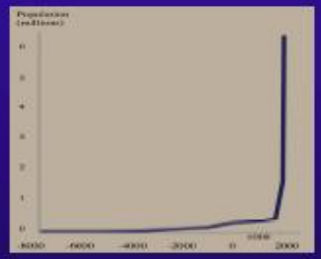


France

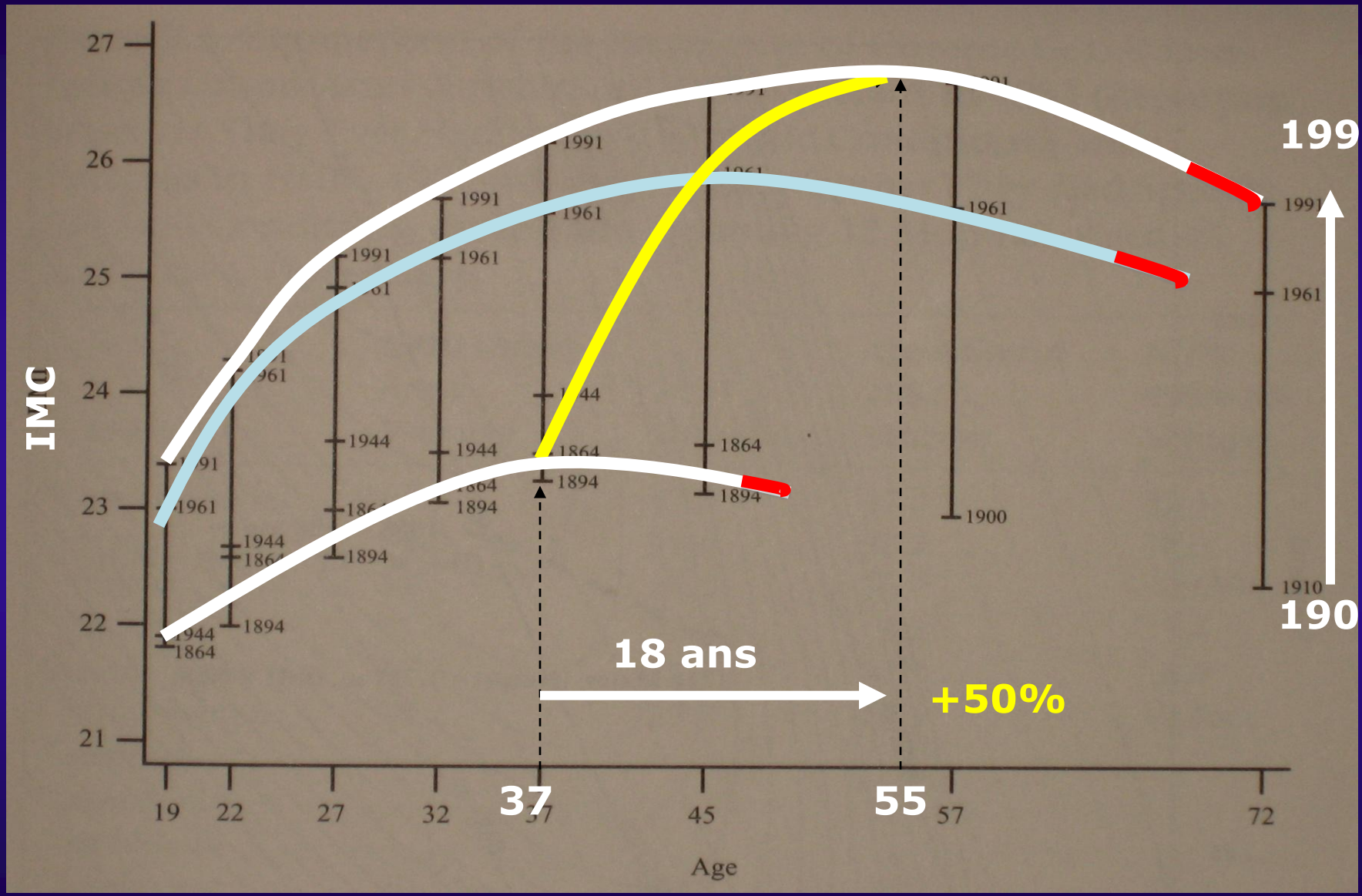
JF Toussaint
PNAPS 2008

distribution des indicateurs

développement du poids moyen ET de l'obésité



Transition Nutritionnelle



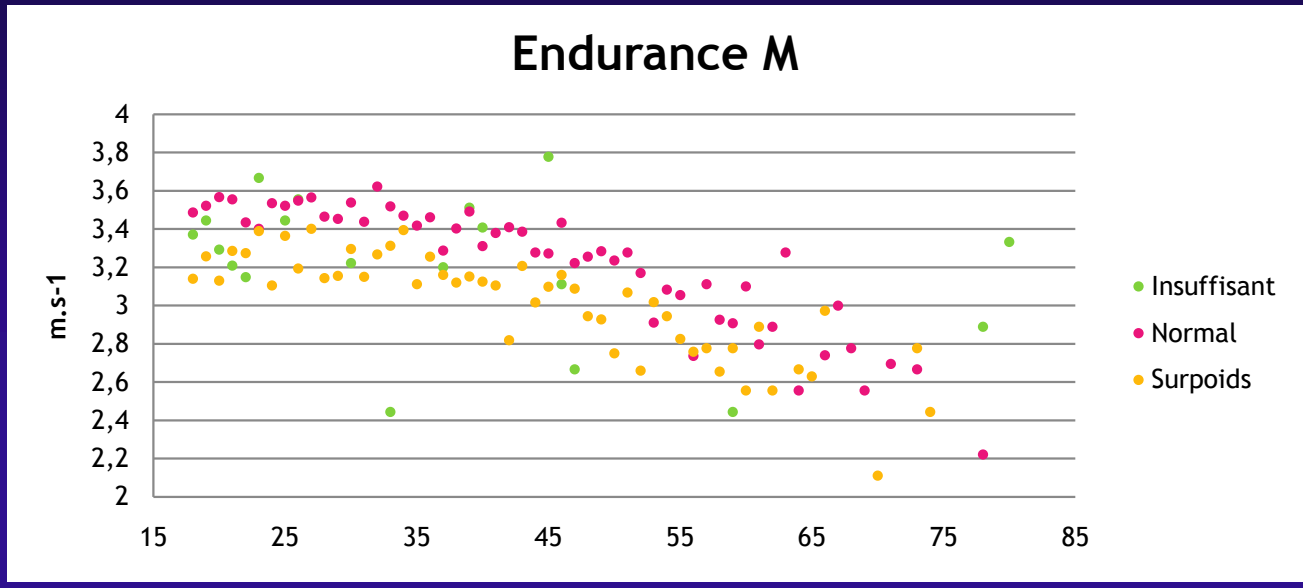
IMC max aux ¾ de la durée de vie

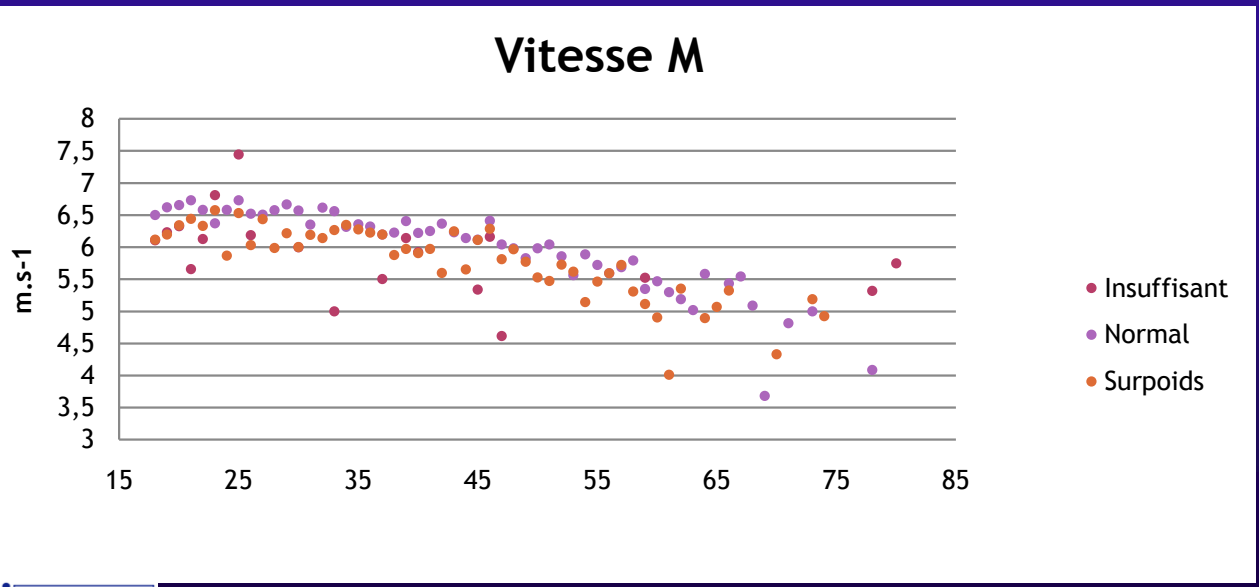
Croissance du BMI à tous les âges sur un siècle (GB)

qualités d'endurance et de vitesse / IMC

Distance parcourue (m)

Moyenne	DS
I : 2,89	0,42
N: 2,86	0,37
S: 2,55	0,37





Moyenne	DS
I : 6,08	0,7
N: 6,43	0,6
S: 6,00	0,7

En pratique

30 min
d'activité modérée à intense
ou
200 kcal
de plus
chaque jour

Dépense énergétique

200 kcal c'est

Marche (4km/h)	200kcal/h	soit 1h
Vélo	400	30 min
Basket, Volley, Foot	600	20 min
Course (12km/h)	800	15 min
Escaliers (rapide)	1200	10 min

Conclusion

- Des facteurs de risques connus mais relativisés

- Un nouveau rôle pour les assureurs de personnes : inventer la protection de demain

MERCI DE VOTRE ATTENTION