FM/BS N°110173
Contact Ifop :
Frédéric Micheau / Bénédicte Simon
Département Opinion et Stratégies d'Entreprise
frederic.micheau@ifop.com
35 rue de la gare 75019 Paris
Tél : 01 45 84 14 44
Fax : 01 45 85 59 39

ifop

POUR

PRÉVOIR

Les Français sont-ils maîtres de leur santé ?

Synthèse des principaux enseignements

Juin 2012

Sommaire

- 1 - La méthodologie 1

- 2 - Les principaux enseignements de l'étude 4

A. La santé, un sujet de préoccupation et d'attention chez les Français 5
B. Le capital santé, un bien qui s'entretient 7
C. S'occuper de la santé de sa famille : un rôle souvent féminin 10
Conclusion.....12

- 1 -

La méthodologie

Méthodologie

Ce document présente les résultats d'une étude réalisée par l'Ifop. Elle respecte fidèlement les principes scientifiques et déontologiques de l'enquête par sondage. Les enseignements qu'elle indique reflètent un état de l'opinion à l'instant de sa réalisation et non pas une prédiction.

Aucune publication totale ou partielle ne peut être faite sans l'accord exprès de l'Ifop.

Retrouvez les sondages et analyses de l'Ifop sur

www.ifop.com

www.ifopelections.fr

Alertes d'actualité

Facebook

Twitter

iPhone et iPad

Etude réalisée par l'Ifop pour :	**Prévoir**
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 de l'interviewé) 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

PRÉCISION RELATIVE AUX MARGES D'ERREUR

La théorie statistique permet de mesurer l'incertitude à attacher à chaque résultat d'une enquête. Cette incertitude s'exprime par un intervalle de confiance situé de part et d'autre de la valeur observée et dans lequel la vraie valeur a une probabilité déterminée de se trouver. Cette incertitude, communément appelée « marge d'erreur », varie en fonction de la taille de l'échantillon et du pourcentage observé comme le montre le tableau ci-dessous :

INTERVALLE DE CONFIANCE A 95% DE CHANCE

Et si l'effectif est...	*Si le pourcentage trouvé est... 5 ou 95%*	*10 ou 90%*	*20 ou 80%*	*30 ou 70%*	*40 ou 60%*	*50%*
50	6,2	8,5	11,3	13,0	13,9	14,1
100	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10,0
200	3,1	4,2	5,7	6,5	6,9	7,1
250	2,8	3,8	5,1	5,8	6,2	6,3
300	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
350	2,3	3,2	4,3	4,9	5,2	5,3
400	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
450	2,1	2,8	3,8	4,3	4,6	4,7
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
700	1,6	2,3	3,0	3,5	3,7	3,8
800	1,5	2,1	2,8	3,2	3,5	3,5
900	1,4	2,0	2,6	3,0	3,2	3,3
1000	1,4	1,8	2,5	2,8	3,0	3,1
2000	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,2
4000	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
6000	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4
10000	0,4	0,6	0,8	0,9	0,9	1,0

Exemple de lecture du tableau : dans le cas d'un échantillon de **1 000** personnes, si le pourcentage mesuré est de **10%**, la marge d'erreur est égale à **1,8.** Le vrai pourcentage est donc compris entre 8,2% et 11,8%.

- 2 -

Les principaux enseignements de l'étude

A. La santé, un sujet de préoccupation et d'attention chez les Français

- **Les Français sont indiscutablement soucieux de leur état de santé :** une très large majorité d'entre eux disent accorder de l'importance à leur santé (95%). Parmi eux, 45% indiquent même y accorder une grande importance. Il s'agit notamment des cadres supérieurs (59%), des retraités (50%) et des personnes s'estimant en excellente santé (58%).
  Etre attentif à sa santé revient avant tout à s'assurer de conserver la maîtrise de sa forme physique (67%, notamment chez les 25-34 ans 75%). Etre sous la menace de facteurs de risques comme les antécédents familiaux (12%), la santé fragile (9%) ou l'âge (8%) ne constitue pas le principal motif poussant les interviewés à prendre soin d'eux.

  Les personnes peu soucieuses de leur état de santé sont réellement minoritaires : elles ne représentent que 5% de la population. Elles sont généralement jeunes (14% des moins de 25 ans). Notons enfin que moins d'1% de la population n'accorde « pas du tout d'importance » à son état de santé.
  Différentes raisons sont avancées par ces personnes pour justifier leur absence d'intérêt pour leur santé : certaines, étant en bonne santé, n'en voient pas l'intérêt (35%), d'autres n'en ont pas les moyens (25%), sont jeunes (20%) ou n'ont pas le temps de s'en inquiéter (16%).

- **La santé constitue un sujet qui préoccupe et la population trouve les moyens nécessaires pour s'informer, surveiller et contrôler son état** :
  - Une grande majorité de Français se considère **bien informée** sur les moyens de rester en bonne santé (89%). Ce sentiment d'information, s'il est majoritaire, manque toutefois de fermeté : la plupart des personnes interrogées se disent « plutôt bien informées » (67%) et seulement 22% « très bien informées ». Les mieux informés se recrutent notamment parmi les femmes (25% se disent très bien informées contre 19% des hommes), les plus de 65 ans (27%), parmi les personnes accordant beaucoup d'importance à leur santé (30%) et parmi celles indiquant avoir un très solide capital santé (52%).
  - Attentifs à ce sujet, **les Français ont le sentiment de surveiller leur santé** (87%). Mais à nouveau, les déclarations que l'on recueille s'avèrent relativement peu franches : ils ont « plutôt » le sentiment de la surveiller (65% contre 22% « tout à fait »). Les femmes (25% contre 19%), les plus de 65 ans (29%) et les personnes disposant d'un capital santé « très solide » comptent parmi les personnes les plus attentives à leur état de santé. Les 25-34 ans (20%), les ouvriers (19%) et surtout les personnes qui n'accordent pas du tout d'importance à leur santé (64%) apparaissent comme les plus négligents vis-à-vis de leur santé.
  - Les Français ont **le sentiment de faire ce qu'il faut pour conserver leur santé** (83%). En majorité, ils en sont « plutôt » convaincus (67%). 17% en revanche avouent ne pas se donner les moyens de rester en bonne santé : il s'agit plus particulièrement des hommes (20% contre 15% pour les femmes), des personnes âgées entre 25 et 34 ans (24%), des ouvriers (23%) et des employés (24%).

- **Les Français ont majoritairement le sentiment d'être en bonne santé** : 91% jugent leur état de santé « plutôt bon » (78%), voire même « excellent » (13%). A l'inverse, à peine un interviewé sur dix considère être en mauvaise santé. Il s'agit principalement de personnes estimant ne pas disposer d'un solide capital santé (37%) ou qui n'accorde que peu d'importance à leur santé (15%). On remarque un fort décalage social sur cette question : les cadres supérieurs déclarent davantage bénéficier d'une bonne santé (98%) que les ouvriers (87%) ou les employés (90%).

- Pour valider leur jugement et mesurer leur état de santé, **les Français s'appuient avant tout sur leur tonicité** : absence de fatigue (57%) et capacité à résister à l'effort (49%) constituent les deux principaux critères permettant de déterminer son état de santé. Plus d'un tiers se basent également sur leur moral (39%), la qualité de leur sommeil (39%), leur résistance aux virus et aux microbes (38%) et sur leur poids (33%). 20% lient leur état de santé à leur niveau de stress et enfin 6% à la qualité de leur teint.

  Dans le détail, on relève logiquement des positions différentes en fonction de l'âge : les critères permettant d'évaluer son état de santé évoluant naturellement avec l'âge. Les personnes les plus âgées sont davantage attentives à leur capacité de résistance à l'effort (68% des plus de 65 ans contre 32% des moins de 25 ans) et à leur poids (41%). Les personnes âgées entre 25 et 34 ans contrôlent plus leur résistance aux microbes et aux virus (48%), tandis que les plus jeunes se réfèrent davantage à leur poids (40%), leur niveau de stress (25%) et leur teint (13%).

  De même, on note quelques divergences en fonction du milieu socio-économique de la personnes interrogées : les cadres supérieurs mesurent davantage leur état de santé à leur résistance aux microbe et aux virus (50% contre 36% chez les ouvriers) et à leur niveau de stress (33% contre 19% chez les ouvriers), tandis que les ouvriers s'appuient plus sur leur niveau de fatigue (62% contre 53% chez les cadres) et sur la qualité de leur sommeil (40% contre 31% chez les cadres).

- D'une manière générale, **au cours des cinq dernières années, les Français ont vu peu d'évolution dans leur état de santé** : 61% d'entre eux estiment qu'il est resté stable. 8% ont constaté une amélioration tandis que pour 31% la situation s'est plutôt détériorée. Ce sentiment est plutôt homogène et partagé par l'ensemble de la population, sans qu'aucune divergence, même en fonction de l'âge, n'apparaisse clairement.

  L'évolution pressentie de l'état de santé respecte **un schéma presqu'identique** : 62% des personnes interrogées s'attendent à ce que leur état de santé reste stable dans les cinq prochaines années, 9% estiment qu'il s'améliorera tandis que 29% considèrent qu'il va se dégrader. En revanche, sur cette question de projection, nous constatons des divergences en fonction des profils des personnes interrogées : les hommes prévoient davantage une détérioration de leur état de santé que les femmes (34% contre 25%), de même que les habitants de la région parisienne (40% contre 27% en province). Enfin, assez logiquement, plus on avance en âge et plus le sentiment que sa santé ira en se dégradant est fort : de 9% chez les moins de 25 ans à 47% chez les plus de 65 ans.

- **En moyenne, les Français estiment qu'ils vivront jusqu'à 83 ans**. Les hommes, dont l'espérance de vie atteint 78 ans selon les statistiques officielles, apparaissent plus optimistes (82 ans) tandis que les femmes, dont l'espérance de vie est de 84 ans, donnent une estimation moyenne se rapprochant davantage de la réalité (83 ans).

  L'espoir de longévité s'accompagne toutefois du sentiment qu'il ne sera certainement pas possible de vivre si longtemps en bonne santé : **près de 10 ans séparent l'espérance de vie de l'espérance de vie en bonne santé, que les interviewés évaluent en moyenne à 74 ans**. Toutefois, avec l'âge augmente également l'espérance de vie en bonne santé : elle passe de 68 ans chez les plus jeunes à 82 ans chez les plus âgés. Notons enfin que les ouvriers semblent moins optimistes que les cadres quant à l'âge jusqu'auquel ils pourront vivre dans de bonnes conditions physiques : ils l'évaluent à 69 ans contre 74 ans.

B. Le capital santé, un bien qui s'entretient

- Le capital santé désigne l'état de santé dont chacun bénéficie à la naissance et qui évolue dans le temps et en fonction des conditions de vie. De la même manière qu'ils estiment majoritairement être en bonne santé**, les Français considèrent en majorité disposer d'un solide capital santé (81%)**. Il n'est en revanche que rarement « très solide » (9%) et plus souvent qualifié d' « assez solide » (72%). Près d'un Français sur cinq ne considère pas avoir cet avantage et déclare ne détenir qu'un capital santé « peu » (17%) voire « pas du tout » (2%) solide.
  Les cadres supérieurs (90%) déclarent avoir un meilleur capital santé que les catégories socio-professionnelles plus défavorisées (73% des ouvriers). De même, il s'avère meilleur en région parisienne (85%) que dans le Nord-Est de la France (75%).

- Pour les personnes interrogées le capital santé n'est pas figé. **85% des Français estiment qu'il est possible d'améliorer son capital santé** : 20 % en sont même tout à fait convaincus. Parmi eux on retrouve notamment les plus jeunes (25% des 18-24 ans), les cadres supérieurs (27%) et les personnes accordant beaucoup d'importance à leur santé (25%).
  A l'inverse, pour 15% des personnes interrogées, le capital santé ne peut plutôt pas (14%) voire pas du tout (1%) évoluer. Il est acquis et ne peut s'améliorer. Parmi elles, on distingue principalement les personnes âgées (24%), les personnes en mauvaise santé (25%) et celles considérant qu'elles disposent d'un capital santé fragile (23%).

- **54% des Français estiment qu'un accompagnement personnalisé les aideraient à conserver et valoriser leur capital santé**. 9% en sont même tout à fait convaincus. A l'inverse, un Français sur deux se sent aujourd'hui capable de maintenir voire d'améliorer son capital santé seul, sans conseils (46%).

Les personnes exerçant une profession intermédiaire (59%), les parents d'au moins un enfant de moins de 18 ans (58% contre 53%), les personnes ayant un faible capital santé (58% contre 53%) ainsi que les personnes qui accordent beaucoup d'importance à leur santé figurent parmi les plus intéressées par ce type de conseils.

- Preuve de l'attention qu'ils portent à leur santé**, les Français déclarent adopter les comportements qu'ils considèrent essentiels pour conserver ou améliorer son capital santé** :
  - Pour se maintenir en bonne santé, il leur semble « tout à fait prioritaire » de **surveiller leur consommation de tabac** (61%). Mettant directement en jeu la santé, il s'agit du seul comportement désigné majoritairement comme prioritaire. 30% des interviewés considèrent qu'il est important de restreindre sa consommation de tabac, tandis que 9% seulement estiment que ce n'est que secondaire.

    Dans la pratique, 79% des Français s'appliquent cette règle, dont 58% « tout à fait ». En revanche, 21% ne surveillent pas ou pas réellement leur consommation de tabac. Il s'agit principalement des moins de 25 ans (27%), des employés (26%) et des ouvriers (27%). A l'inverse, certains profils y font beaucoup plus attention : les personnes âgées (71% surveillent « tout à fait » leur consommation de tabac), les habitants de la région parisienne (68%), les cadres supérieurs (62%) ainsi que les personnes accordant beaucoup d'importance à leur santé (63%).
  - Autre produit souvent qualifié de nocif pour la santé, **l'alcool n'apparaît pas aussi préjudiciable que la cigarette aux yeux des Français** : surveiller sa consommation d'alcool est « tout à fait prioritaire » selon 39% des interviewés (contre 61% pour le tabac) et « important » pour 55% d'entre eux. Toutefois, comme pour le tabac, seule une part infime de la population considère que ce n'est que secondaire (6%).

    La très grande majorité des Français est attentive à sa consommation d'alcool (84%) : 39% la surveille même très attentivement. A l'inverse, 16% n'y accordent qu'une importance secondaire. Les jeunes notamment : un quart des 25-34 ans indique qu'il ne s'efforce pas de surveiller leur consommation d'alcool (24%).
  - **L'alimentation intervient beaucoup dans l'entretien de son capital santé** : manger équilibré est « tout à fait » prioritaire pour 44% des Français et « important » pour 54% d'entre eux. Seuls 2% considèrent que ce n'est que secondaire.

    En pratique, la très grande majorité des personnes interrogées y sont attentives : 87% s'efforcent de manger de façon équilibrée, dont 28% « tout à fait ». Les personnes âgées (38% des plus de 65 ans), les habitants de la région parisienne (33% contre 27% en province), les diplômés de grandes écoles (37%) et les personnes accordant beaucoup d'importance à leur santé font particulièrement attention à leur alimentation.
  - **Le sommeil et le repos constituent des facteurs importants pour rester en bonne santé et conserver son capital santé** : il paraît prioritaire à 40% des Français de dormir suffisamment et à 34% de se reposer. Ces comportements sont importants pour respectivement 57% et 61% des personnes interrogées. De fait, dormir n'apparait pas essentiel qu'à 3% des interviewés et le repos à 5% d'entre eux.

En majorité, les Français veillent à respecter ces mots d'ordre : 87% sont attentifs à se reposer et 83% à dormir suffisamment. Toutefois, seul un quart d'entre eux y veille de manière rigoureuse : respectivement 25% et 26% y sont « tout à fait » attentifs.

- **L'importance du moral sur le capital santé paraît également importante** : il est prioritaire d'être optimiste et épanoui pour 38% des Français et d'éviter les situations de stress pour 33% d'entre eux. Si ce n'est pas une règle prioritaire pour la majorité des personnes interrogées, il s'agit toutefois d'une règle importante à respecter : être optimiste et épanoui est important pour 56% des interviewés et éviter les situations de stress pour 60% d'entre eux.

  Dans la pratique, une majorité de Français veillent à être optimiste et épanouie (87%, dont 26% « tout à fait »), mais les situations de stress semblent plus difficiles à éviter (76% s'efforcent d'y échapper, dont 17% « tout à fait »). Les jeunes de moins de 25 ans (39%), les cadres supérieurs (32%) et les personnes exerçant une profession intermédiaire (31%) comptent parmi les personnes les plus exposées au stress.
- Parmi les comportements **essentiels pour maintenir son capital santé, on retrouve logiquement la pratique régulière d'une activité physique** : elle apparait prioritaire pour 31% des Français et importante pour 60% d'entre eux. Seuls 9% estiment que ce n'est que secondaire.

  En pratique, un tiers des Français n'exerce pas d'activité physique ou sportive (32%), notamment les moins de 25 ans (40%), les ruraux (39%) et les employés (41%). A l'inverse, 68% des interviewés pratiquent une activité physique : un peu moins d'un quart se dit très attentif à faire du sport (23%), tandis que 45% indiquent qu'ils s'efforcent « plutôt » à s'y adonner.
- Enfin, d'autres comportements s'ajoutent à la liste des attitudes ou actions à mener pour rester en bonne santé et qui sont bien mis en pratique par les personnes interrogées : vivre dans un environnement non pollué (« tout à fait prioritaire » pour 30% des Français et mis en pratique par 78% d'entre eux), avoir une vie sociale (prioritaire pour 28%, important pour 59% et mis en pratique par 84%) et surveiller son poids (26% le juge prioritaire, 68% important et mis en pratique par 80%).
- Un seul comportement apparaît **plus anecdotique** dans cette liste d'action à mener pour garder son capital santé : **manger des aliments biologiques**. 67% des Français estiment que ce n'est que secondaire lorsque l'on veut rester en bonne santé. 5% estiment à l'inverse qu'il est prioritaire de manger bio tandis que 28% considèrent que c'est important.

  Manger bio n'est pas un comportement très répandu dans la population : 69% des personnes interrogées indiquent ne pas y être attentives. A l'inverse, 31% y font attention. Parmi elles, on retrouve notamment les personnes accordant beaucoup d'importance à leur santé (38%).

C. S'occuper de la santé de sa famille : un rôle souvent féminin

- Lorsque leur corps montre des signes de faiblesse (fatigue, prise ou perte de poids, courbatures, etc.), 54% des Français déclarent agir rapidement en trouvant des solutions par eux-mêmes, **privilégiant ainsi, pour plus d'une personne sur deux, l'auto-diagnostic à la consultation immédiate d'un professionnel**, qu'il soit médecin ou pharmacien (26%). A l'inverse, un Français sur cinq choisit de temporiser : 17% reconnaissent prendre leur mal en patience, et 3% préfèrent même ignorer les signes avant-coureurs d'affaiblissement. On note dans le détail que les hommes sont plus prompts à consulter un médecin (30%) que les femmes (23%), celles-ci choisissant, dans 60% des cas, de trouver des solutions par elles-mêmes (contre 48% des hommes). Autre différence de comportement notable, on relève que plus l'interviewé est âgé, plus il tend à consulter rapidement, les jeunes âgés de 18 à 24 ans se montrant à l'inverse les plus enclins à l'auto-diagnostic. Paradoxalement, un quart des interviewés jugeant leur état de santé mauvais prennent leur mal en patience plutôt que de consulter, tout comme 45% des Français n'accordant que peu d'importance à leur santé.

- 70% des Français déclarent être la personne qui s'occupe le plus de la santé des membres de leur famille**. Ce rôle que beaucoup déclarent endosser apparaît très majoritairement féminin** (89% contre 49% des hommes). On note en ce sens que pour 29% des jeunes âgés de 18 à 24 ans, c'est leur mère qui gère cet aspect de la vie familiale et que pour 46% des hommes, il s'agit de leur conjoint. Enfin, quelle que soit l'importance accordée à son propre état de santé, environ sept Français sur dix gèrent eux même les aléas médicaux de leurs proches.

- L'attention portée par les Français à leurs indicateurs de santé révèle **des efforts de suivi relativement inégaux**.
    - **Les Français suivent en priorité leurs poids, leur état de santé général et leur tension artérielle.** Ainsi, 82% des Français (dont 87% des femmes et 91% des personnes âgées de 65 ans et plus) se sont pesés au cours des six derniers mois, 70% ont consulté un médecin (dont 85% de plus des 65 ans) et 64% ont mesuré leur tension artérielle (dont 82% des plus de 65 ans).
    - **Au-delà du suivi précis de ces indicateurs de santé apparaissent des réflexes moins prégnants** : 41% des Français ont fait des analyses ou des dépistages (cholestérol, diabète, cancers) au cours des six derniers mois, et un peu plus d'un tiers d'entre eux (36% des interviewés) a consulté un dentiste ces derniers mois, dont 23% seulement chez les jeunes âgés de 18 à 24 ans. Enfin, seul quatre Français âgés de plus de 50 ans sur dix ont surveillé, au cours du dernier semestre, les indicateurs de santé de leurs parents et leurs efforts fournis pour rester en bonne santé (40%).
    - Au rang des préoccupations qui peuvent apparaître secondaires, seul un tiers des Français (32%) a récemment calculé son IMC ou celui de ses enfants (33%), 24% des personnes interrogées n'ayant même jamais mesuré leur propre équilibre poids/taille et 40% celui de leur enfant. Enfin, la mise à jour des vaccins s'inscrit logiquement comme un élément

moins fréquemment suivi, mais on relève que 15% des Français ne s'en sont pas préoccupé depuis au moins 5 ans et que 6% ne l'ont jamais fait.

- Pour suivre leur santé, les Français disposent d'une c**onnaissance précise de certains indicateurs** tels que leur taille (99% la connaissent dont 84% précisément) ou leur poids (98%, dont 74 précisément). Cependant, **d'autres indicateurs clés restent moins bien connus** :
  - Plus de huit personnes sur dix sont au fait de leur tension artérielle (81%), mais seuls 50% la connaissent précisément, 31% reconnaissant ne la connaître qu'approximativement et 19% ne pas la connaître du tout.
  - Un peu moins des deux tiers des Français connaissent leur taux de cholestérol (63%, dont 92% toutefois chez les interviewés âgés de 65 ans et plus), mais seul un tiers le connaît avec précision (33%) et 37% n'ont aucune idée de sa valeur.
  - Enfin, si 62% des personnes interrogées déclarent connaître leur IMC (27% précisément), seuls 44% des parents peuvent restituer l'indice de masse corporelle (IMC) de leurs enfants et parmi eux, seuls 14% peuvent le faire avec précision.

Conclusion

Plusieurs enseignements sur les comportements et les préoccupations des Français en matière de santé peuvent être tirés de cette étude menée par l'Ifop pour le Groupe Prévoir :

- **La santé constitue un important sujet d'attention** : les Français déclarent surveiller de près leur état de santé, avant tout parce qu'ils souhaitent pouvoir rester maîtres de leur forme physique.
  - Les personnes interrogées se sentent globalement bien informées sur les moyen de rester en bonne santé, sans refuser pour autant de nouveaux conseils, personnalisés, qui les aideraient à conserver et valoriser leur capital santé.
  - Pour contrôler leur santé, plusieurs indicateurs sont consultés par les Français, qui suivent en priorité leurs poids, leur état de santé général ainsi que leur tension artérielle. Récemment (depuis moins d'un an), une majorité d'entre eux s'est pesé, a consulté un médecin, a mesuré sa tension artérielle, a fait réaliser des analyses ou des dépistages, a calculé son IMC et consulté un dentiste.
  - Néanmoins, bien que certains indicateurs clés soient bien connus (le poids et la taille), d'autres, tout aussi importants, le sont beaucoup moins précisément : c'est le cas notamment de la tension artérielle, du taux de cholestérol et de l'IMC.

- **Le niveau de préoccupation des Français pour leur santé n'induit pas de perceptions anxiogènes de leur état sanitaire.** Les personnes interviewés l'aborde de façon apaisée :
  - Les Français ont en majorité le sentiment d'être en bonne santé. La majorité estime notamment avoir bénéficié d'un solide « capital de santé » attribué à sa naissance.
  - En ce qui concerne l'avenir, les Français évoluent plutôt dans un état d'esprit positif. Dans les cinq prochaines années, deux tiers d'entre eux s'attendent à conserver leur état de santé, 10% estiment qu'il s'améliorera tandis que trois personnes sur dix seulement considèrent qu'il évoluera de manière négative.

  Toutefois, les Français, lucides, ont conscience qu'ils ne vivront pas en bonne santé jusqu'à la fin de leur vie.

- **Le maintien du niveau de santé des Français fait l'objet d'un investissement comportemental déclaré important.**
  - Les Français déclarent entretenir leur capital santé en adoptant très largement les comportements qu'ils considèrent essentiels pour conserver ou améliorer leur santé : surveiller sa consommation de tabac, manger sainement, se ménager, veiller à son moral, etc.
  - Dès les premiers signes de faiblesses de leur corps (fatigue, prise ou perte de poids, courbatures…), les Français agissent, la plupart du temps seuls, parfois avec l'aide d'un professionnel, et ignorent très rarement ces témoins d'un affaiblissement de leur organisme.
  - Enfin, si les femmes semblent plus souvent endosser la responsabilité de gérer et contrôler les aléas médicaux de la famille, chacun déclare se sentir responsable de la santé de son foyer.

- **Il existe des inégalités sociales face à la santé.** Les catégories populaires, moins bien informées sur les moyens de prendre soin de leur santé, ne semblent pas aussi bien armées que les catégories sociales supérieures pour affronter les aléas de la vie et valoriser leur capital santé. Les employés et surtout les ouvriers accordent une importance moindre à leur santé, qu'ils considèrent moins bonne que les cadres supérieurs. Leur capital santé apparaît moins solide et de fait, ils s'attendent à vivre moins longtemps en bonne santé que les cadres. Leur besoin d'accompagnement s'avère plus fort pour comprendre et appréhender leur santé de manière optimale.

- **Tout au long de cette enquête, les personnes interrogées décrivent une situation et une attitude qui peut paraître idéale : leur santé est globalement bonne et ils mettent tout en œuvre pour qu'elle le reste.** Aux vues de ces résultats, il paraît légitime de soupçonner un comportement déclaratif biaisé, que ce soit par une tendance à l'auto-valorisation, au déni des comportements à risques ou à un manque de lucidité. Une comparaison de ces déclarations avec des statistiques comportementales officielles pourrait aider à mettre en perspective les résultats de cette enquête.