

ODOXA

L'Opinion tranchée

Baromètre santé 360

Prévention, bonnes pratiques & grands risques de santé publique (nutrition, alcool, tabac, cannabis, obésité, ...)

LEVÉE D'EMBARGO LUNDI 8 JUIN 2020 À 06H

Sondage réalisé pour



SciencesPo
CHAIRE SANTÉ

LE FIGARO
santé

franceinfo:

Méthodologie



Recueil

Echantillon de Français interrogés par internet les 12 et 13 mars 2020.
Echantillon d'Européens interrogés par internet du 30 avril au 4 mai 2020.
Echantillon de Français interrogés par internet les 13 et 14 mai 2020.

Echantillon



1 échantillon de 1 005 personnes représentatifs de la population française âgée de 18 ans et plus.
1 échantillon de 1 003 personnes représentatifs de la population française âgée de 18 ans et plus.

La représentativité des échantillons 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.

Européens : Echantillon de 3 005 européens (1 005 Français + 500 Anglais, 500 Espagnols, 500 Allemands et 500 Italiens)

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.

	Si le pourcentage observé est de ...					
Taille de l'Echantillon	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
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
3000	0,8	1,1	1,4	1,6	1,8	1,8

Lecture du tableau : Dans un échantillon de 1 000 personnes, si le pourcentage observé est de 20%, la marge d'erreur est égale à 2,5%. Le pourcentage réel est donc compris dans l'intervalle [17,5 ; 22,5].

L'objectif de l'étude

Au-delà des fantasmes et des dérisions vus sur les réseaux sociaux, **quel a été réellement l'impact du confinement en ce qui concerne la prévention, les bonnes pratiques et les comportements à risques en santé ? Et au-delà de cet impact ponctuel, y aura-t-il « un jour d'après »** en termes de prévention-santé ?

Pour le savoir, **Odoxa et la FG2A** ont réalisé une très ambitieuse étude avec le concours scientifique de la **Chaire santé de Sciences Po** et en partenariat média avec **le Figaro santé et France Info**.

Nous avons interrogé un échantillon représentatif de 1000 Français juste avant le confinement, les 12 et 13 mars derniers afin de faire un bilan très complet de leurs connaissances, pratiques, attitudes et comportements dans ce domaine.

Puis, nous avons réitérer notre mesure à la sortie du confinement en interrogeant de nouveau un échantillon représentatif de 1000 Français les 13 et 14 mai derniers afin de mesurer l'impact et afin d'interroger les Français de façon projective sur l'avenir de leurs comportements en termes de prévention-santé.

Enfin, la France n'étant pas une île, nous avons interrogé nos voisins européens sur plusieurs indicateurs-clés afin de mesurer quels étaient les tendances lourdes en Europe et les éventuelles spécificités françaises s'agissant de la prévention-santé.

Voici, ci-après les enseignements clés de cette étude.

Les enseignements clés du baromètre (1/3)

I – Perceptions et connaissances des Français en termes de prévention et de bonnes pratiques en santé (questions posées avant le confinement)

1.1 - Les trois-quarts des Français ont le sentiment d'être bien informés sur les comportements à risques et pensent que leurs connaissances ont progressé depuis ces dernières années

1.2 – Les Français ont aussi le sentiment d'avoir amélioré leurs comportements dans ces domaines, notamment en fumant moins et en buvant moins

1.3 – Ces améliorations doivent tout aux médecins et aux scientifiques, les Français se montrant critiques à l'égard des médias et des pouvoirs publics

II – Bilan « avant-après » : impact du confinement sur les pratiques, les attitudes et les comportements en matière de santé

2.1 – Contrairement aux idées reçues, le confinement a joué un rôle très positif en limitant drastiquement la part de Français se livrant à de « mauvaises pratiques » (boire, fumer, manger gras, etc.). Mieux encore, la part de personnes pratiquant le sport n'a même pas été affectée.

2.2 – En revanche, le confinement a sans doute encore augmenté la sédentarité de ceux qui l'étaient déjà ainsi que le volume de consommation de produits gras et sucrés de ceux qui en consommaient déjà : un Français sur trois (35%) a pris du poids ... et de façon assez spectaculaire : +3,5 kg !

Les enseignements clés du baromètre (2/3)

2.3 – Comparaison France / Europe : chaque pays a sa spécialité en termes de « vices » : la France est n° 1 sur la consommation des produits gras ou sucrés, la Grande-Bretagne sur celle d'alcool et l'Espagne sur le tabac

2.4 – Malgré les bénéfices santé apportés par le confinement, les Français n'en ont pas tant conscience que cela et semblent relativiser l'importance qu'ils prêtent désormais aux mauvais comportements en santé

III – Quid de la prévention santé dans le « monde d'après » ?

3.1 – Les améliorations de comportements semblent s'inscrire dans la durée, et, pour ceux qui ne se sont pas améliorés, le confinement a rarement été un prétexte. Même les « contrevenants » savent que ces comportements sont mauvais pour leur santé et qu'il faudrait en changer.

3.2 – L'expérience du confinement a nettement accentué l'idée qu'il fallait davantage responsabiliser les individus à leur niveau (premier cité avec 46% et +16 points depuis le confinement) plutôt que de compter sur l'Etat (23% ; -5 points) ou l'Europe (dernier cité avec 8%)

3.3 – D'ailleurs 84% des Français demandent une responsabilisation accrue des personnes ayant des comportements dangereux pour leur santé en raison des coûts importants pour la collectivité et dans le détail, nombreux sont ceux qui demandent mêmes des mesures « punitives » à l'égard des contrevenants

Les enseignements clés du baromètre (3/3)

3.4 – Les Français sont très « scientifiques » et font confiance aux scientifiques en général et à l’OMS en particulier, même si l’expérience de ces derniers mois a, un peu, calmé leur enthousiasme

3.5 – Enfin les Français sont convaincus que l’expérience du confinement va les inciter à faire plus attention encore à leur santé à l’avenir

Même si, pour certains, ce pronostic rejoint le souhait voire le vœu pieux, il est tout de même bien probable que cette cruelle expérience collective aboutisse à un « mieux vivre » pour l’immense majorité des Français et des Européens.


Naturellement, cela ne veut pas dire que les autres, très minoritaires, qui ont aggravé leurs travers durant cette période en fumant plus, buvant plus ou mangeant plus ne provoqueront pas quelque poussée des pathologies associées dans les mois à venir (35% des Français ont pris plus de 3kg sur la période) ... mais cela conduit tout de même à nous montrer raisonnablement optimistes pour notre santé collective à moyen terme.

Gaël Sliman, président d’Odoxa

Retrouvez la synthèse détaillée de tous les résultats à la fin de ce rapport



Résultats du baromètre



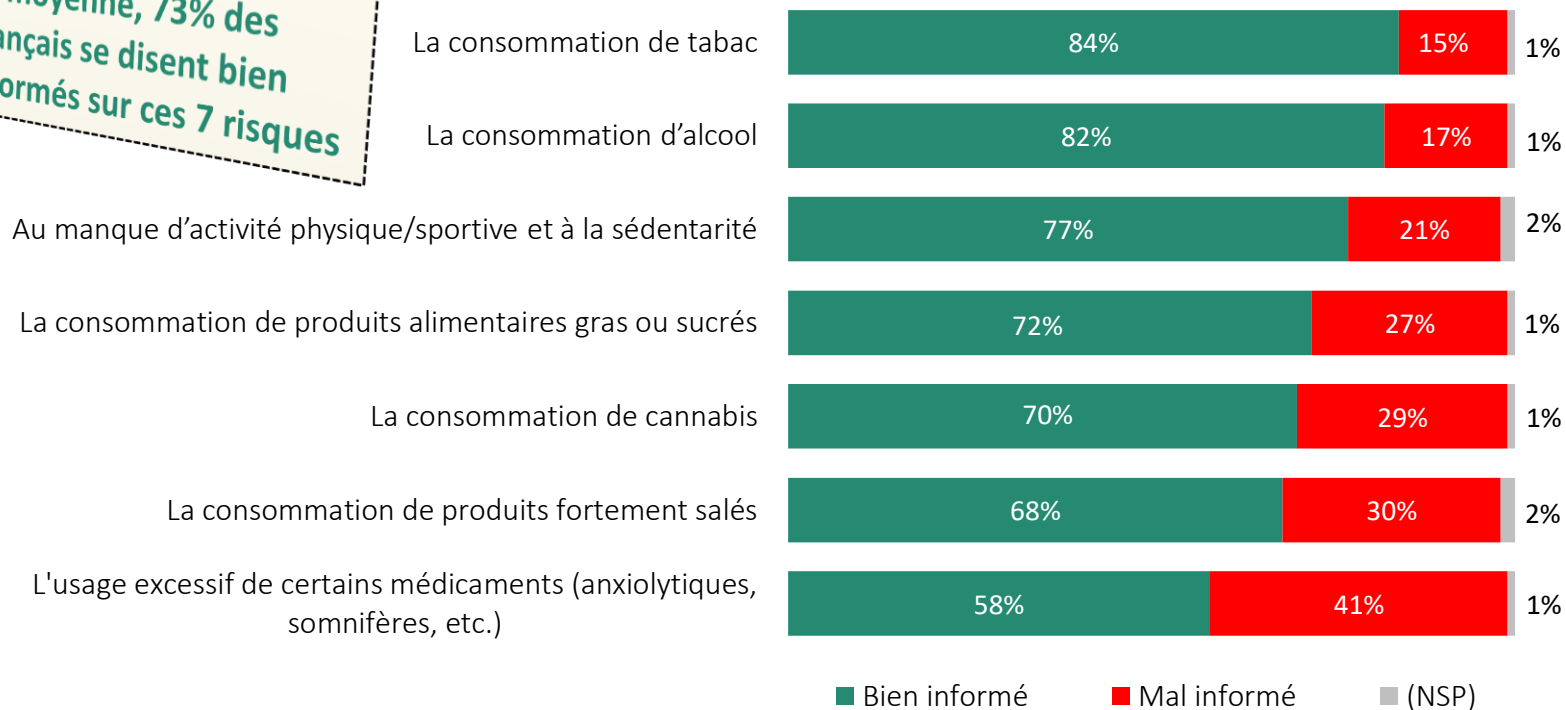
1 – Perceptions et connaissances des Français en termes de prévention et de bonnes pratiques en santé (questions posées avant le confinement)

Les Français ont globalement le sentiment d'être bien informés sur les risques représentés par certains comportements en matière de santé



Vous sentez vous bien informé ou mal informé des risques liés à ...

En moyenne, 73% des Français se disent bien informés sur ces 7 risques



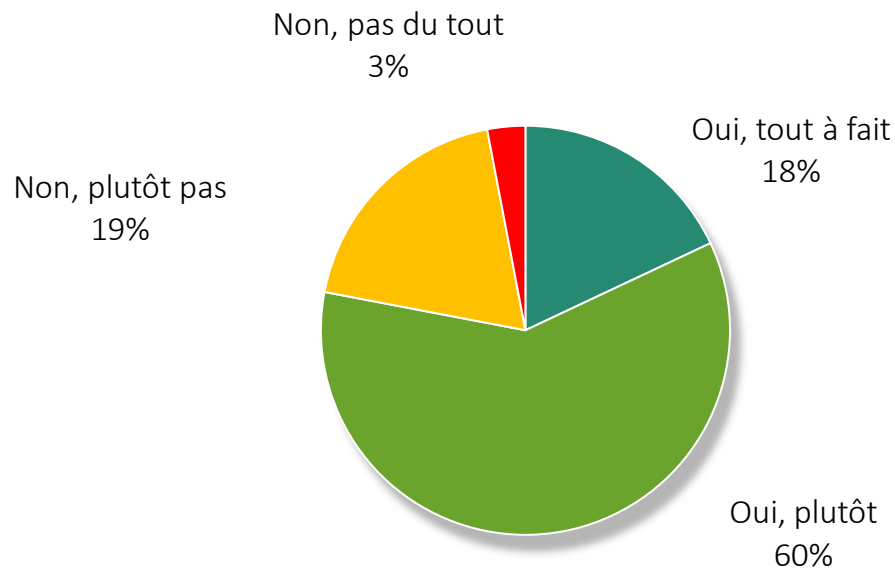
Plus des trois-quarts des Français (78%) ont le sentiment que leurs connaissances des produits à risques ont progressé depuis ces dernières années



Selon vous, la connaissance des risques liés à la consommation de ces produits (tabac / alcool / alimentation / etc.) s'est-elle améliorée au cours des dernières années ?

ST Non : 22%

ST Oui : 78%

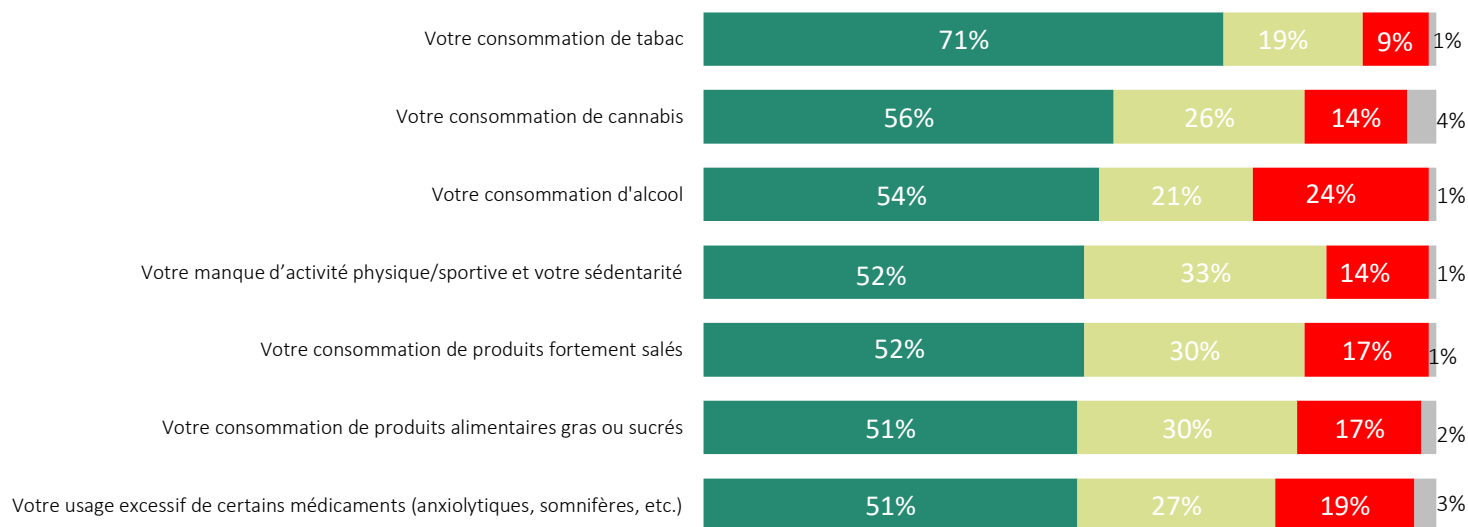


Les Français ont aussi le sentiment d'avoir amélioré leur comportement depuis ces dernières années



Aux Français concernés :

Et vous, personnellement, depuis ces dernières années, diriez-vous que vous avez amélioré votre comportement en ce qui concerne ...



■ Vous avez déjà amélioré votre comportement

■ Vous n'avez pas encore amélioré votre comportement mais vous envisagez de le faire dans les mois ou les années à venir

■ Vous n'avez pas amélioré votre comportement et vous n'envisagez pas de le faire dans les mois ou les années à venir

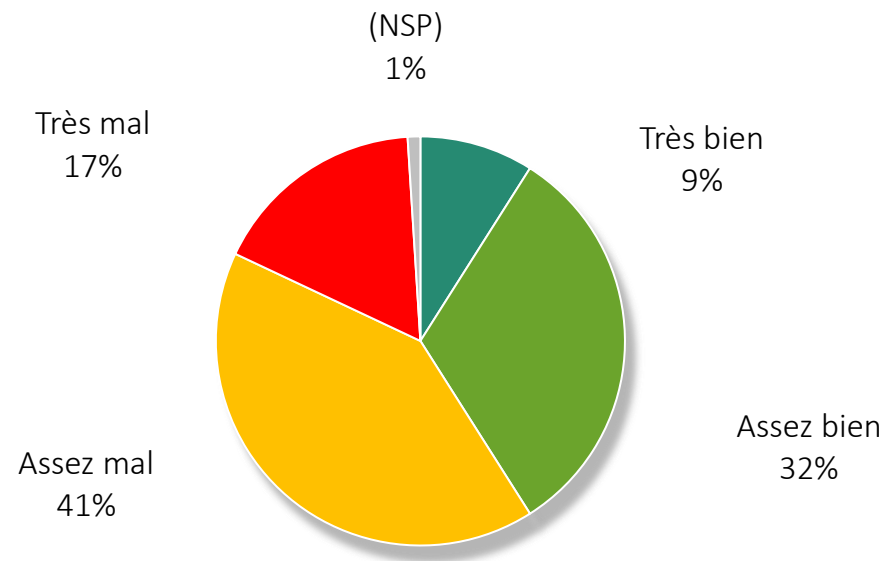
Mais ce n'est pas grâce aux industriels commercialisant ces produits. En effet, les Français leur reprochent de mal informer les consommateurs



Les acteurs qui commercialisent ou distribuent des produits risqués pour la santé vous semblent-ils bien ou mal informer les consommateurs des dangers que présentent leurs produits ? Ils les informent ...

ST ils informent mal les consommateurs : 58%

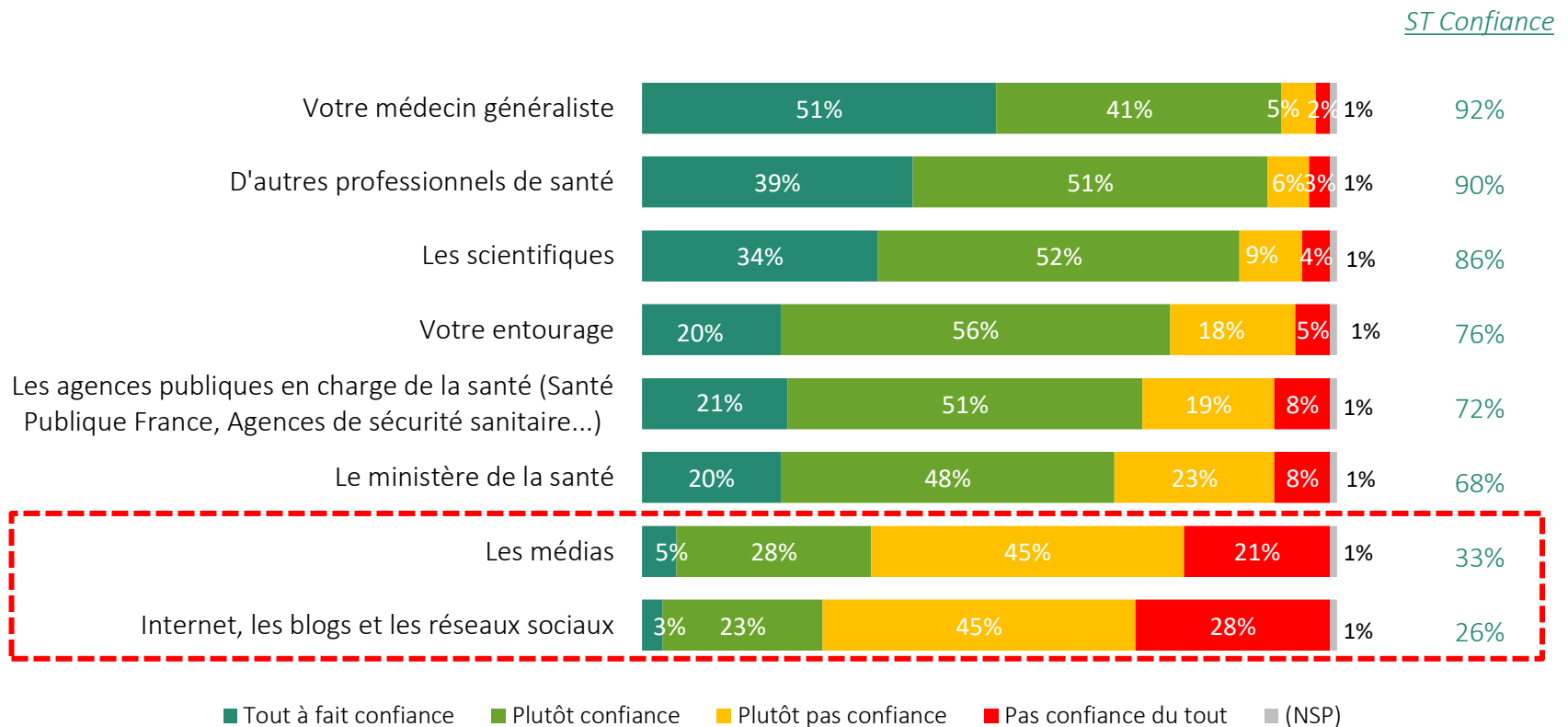
ST ils informent bien les consommateurs : 41%



Les scientifiques et les professionnels de santé sont clairement les acteurs à qui les Français faisaient déjà le plus confiance avant le confinement pour les informer sur les risques représentés par ces produits. Les médias et les réseaux sociaux suscitent en revanche une large défiance.



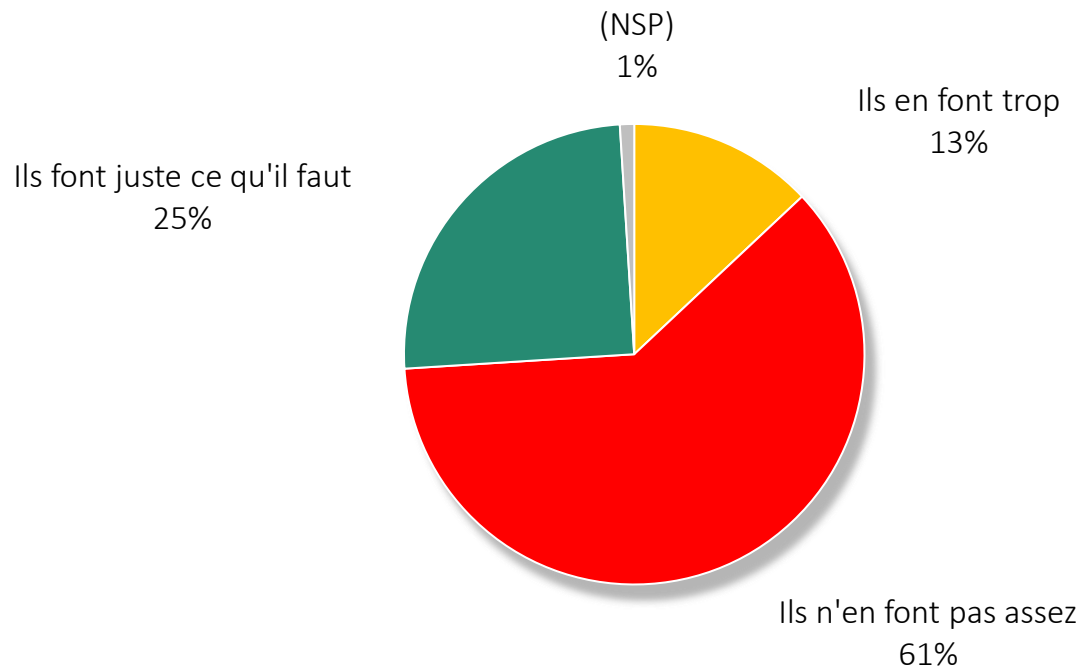
Pour chacun des acteurs suivants, dites-moi si vous leur faites confiance pour vous informer des risques liés à la consommation de ces produits pouvant présenter des risques pour la santé :




S'ils ne se défont pas du ministère de la santé, les Français jugent sévèrement l'action des pouvoirs publics en termes de prévention : 6 Français sur 10 jugent insuffisante l'action des acteurs chargés de la régulation pour limiter les risques de certains produits



Selon vous, les acteurs chargés de la régulation en font-ils trop, pas assez, ou juste ce qu'il faut pour limiter les risques pour la santé de certains produits, comme le tabac ou l'alcool ?





II – Bilan « avant-après » : impact du confinement sur les pratiques, les attitudes et les comportements en matière de santé

Le confinement a eu un impact extrêmement bénéfique sur pratiquement toutes les mauvaises pratiques des Français : ils ont été moins nombreux à boire, à manger gras sucré et salé et même moins nombreux à fumer. Mieux encore, la part de personnes pratiquant le sport n'a même pas été affectée.

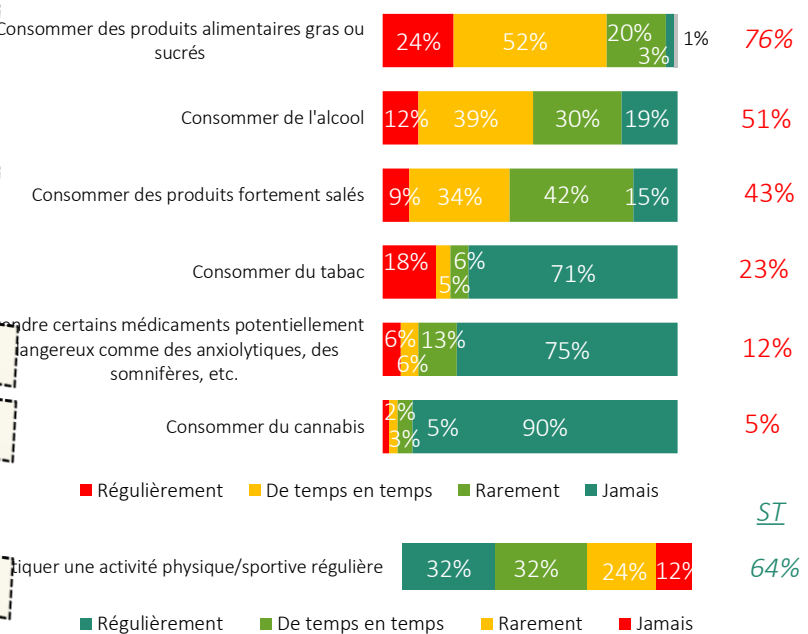
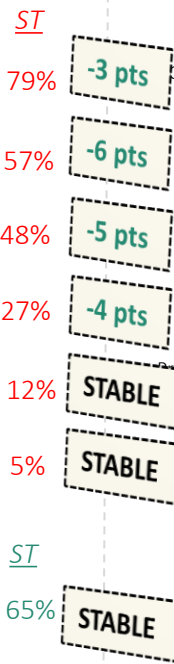
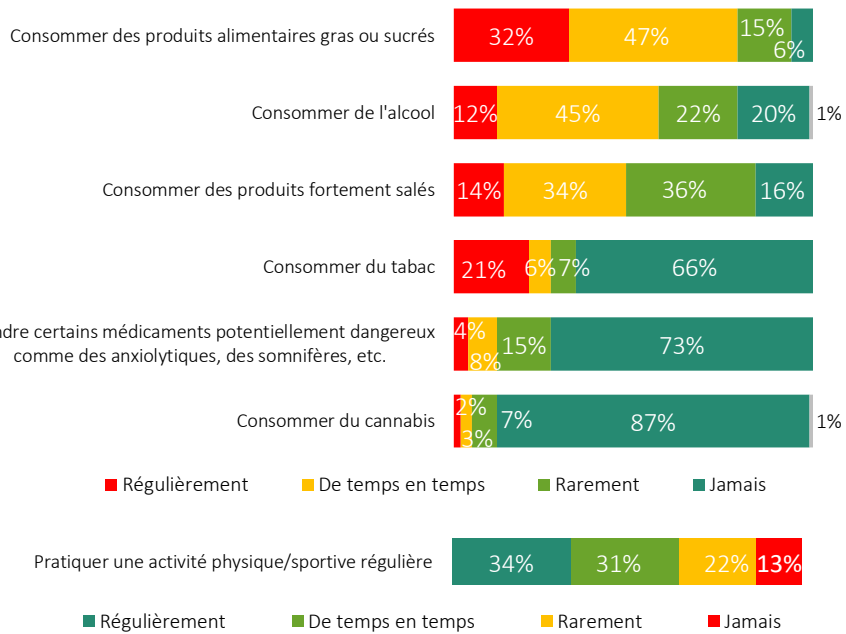


Vous arrive-t-il régulièrement, de temps en temps, rarement ou jamais de ...

Avant le confinement

Ecart « avant-après » le confinement

Pendant le confinement



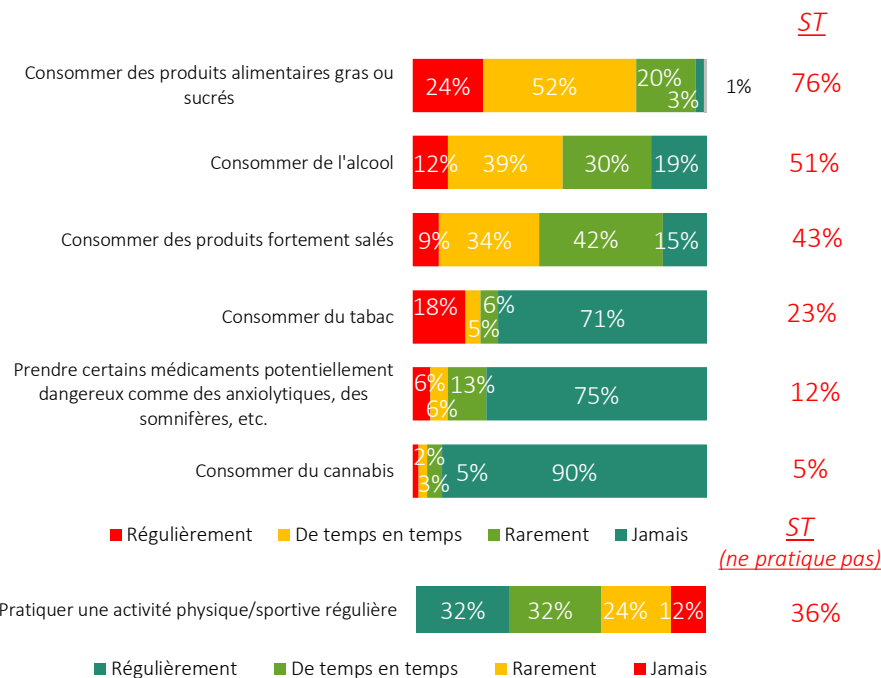
Comportements « à risque » en termes de santé : comparaison France – Europe pendant le confinement. La France est globalement dans la moyenne européenne



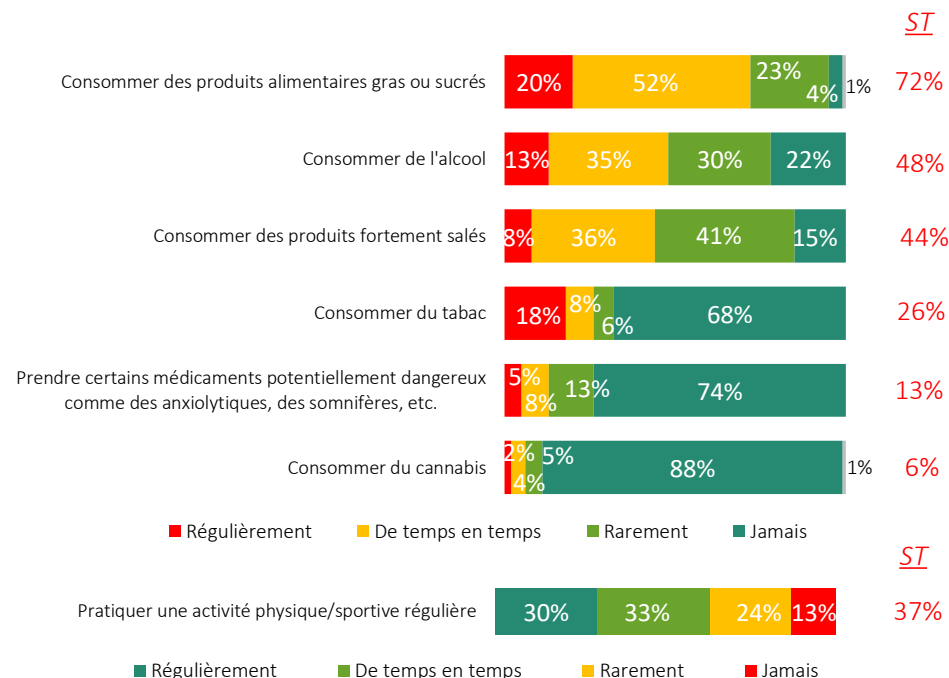
Vous arrive-t-il régulièrement, de temps en temps, rarement ou jamais de ...



Français









Européens



Comportements « à risque » en termes de santé en Europe : La France championne de la consommation des produits gras ou sucrés, la Grande-Bretagne championne de l'alcoolisme et l'Espagne du tabagisme.



Vous arrive-t-il régulièrement, de temps en temps, rarement ou jamais de ...

	Britanniques -ST- 	Français -ST- 	Espagnols -ST- 	Allemands -ST- 	Italiens -ST- 	Moyenne Europe 
Consommer des produits alimentaires gras ou sucrés	73%	76%	71%	68%	73%	72%
Consommer de l'alcool	58%	51%	51%	43%	36%	48%
Consommer des produits fortement salés	48%	43%	43%	47%	38%	44%
Consommer du tabac	18%	23%	30%	28%	28%	26%
Prendre certains médicaments potentiellement dangereux comme des anxiolytiques, des somnifères, etc.	12%	12%	11%	18%	12%	13%
Consommer du cannabis	7%	5%	7%	7%	5%	6%
Personnes ne pratiquant pas d'activité physique/sportive	36%	36%	33%	41%	41%	37%

Le confinement a « objectivement » amélioré nombre de leurs comportements, les Français le savent, mais ils sont moins affirmatifs à ce sujet que leurs voisins européens. Cela est peut être dû à l'effondrement de leur activité physique ou aux messages exogènes suggérant, à tort, une dégradation des pratiques (alcool).

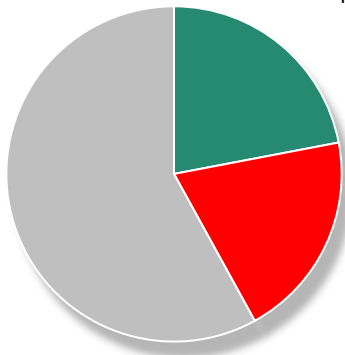


Vous personnellement avez-vous le sentiment qu'à cause du confinement vous avez eu plutôt plus tendance ou plutôt moins tendance à adopter de bonnes pratiques en termes de santé (consommation d'alcool, de tabac, de produits sucrés et gras, etc.) ?



Français

Ni plus ni moins / cela n'a rien changé
58%



Plus tendance
22%

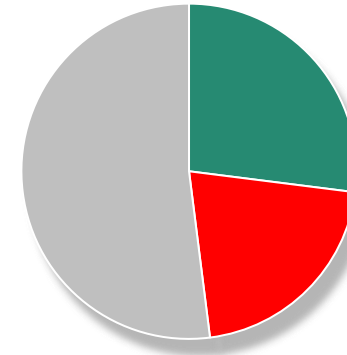
Ecart :
+2 pts

Moins tendance
20%



Européens

Ni plus ni moins / cela n'a rien changé
52%



Plus tendance
27%

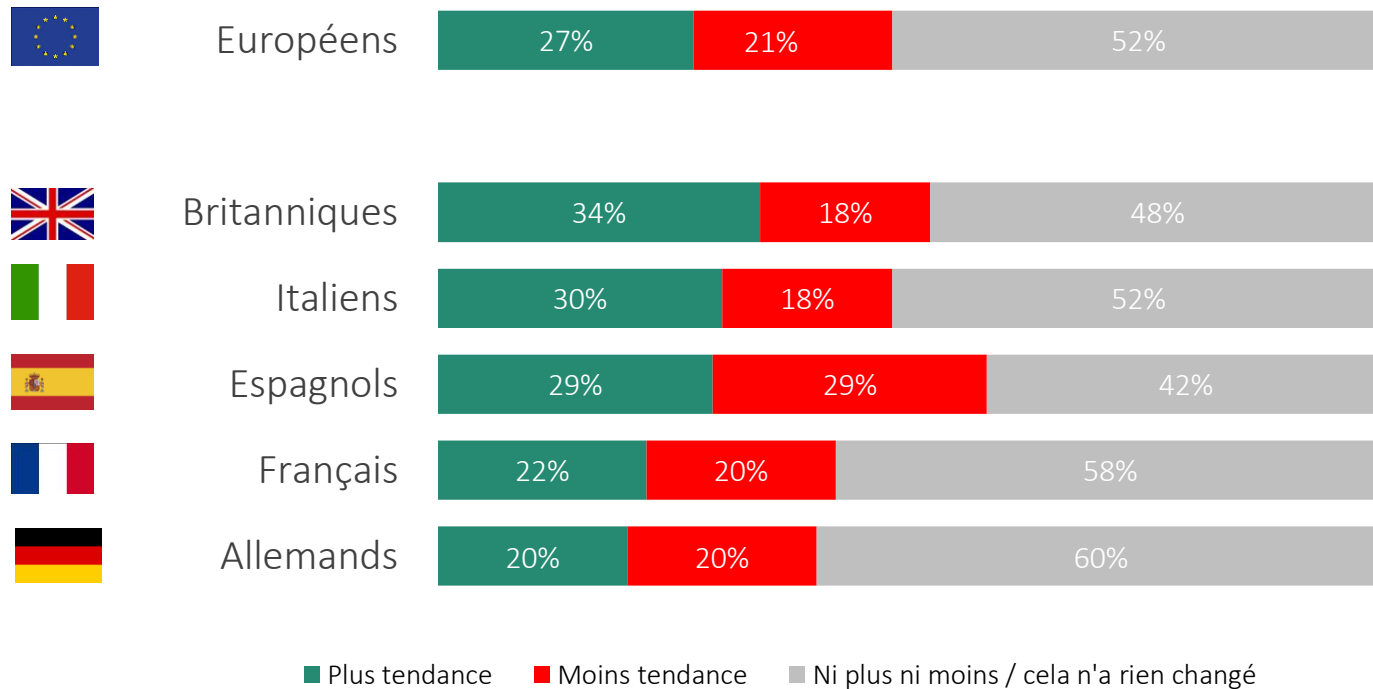
Ecart :
+6 pts

Moins tendance
21%

Amélioration des pratiques en termes de santé : les Français ne sont pas les seuls à penser avoir amélioré leurs comportements pendant le confinement. Les Britanniques et les Italiens (qui partent de bien bas) sont ceux qui pensent le plus s'être améliorés.



Vous personnellement avez-vous le sentiment qu'à cause du confinement vous avez eu plutôt plus tendance ou plutôt moins tendance à adopter de bonnes pratiques en termes de santé (consommation d'alcool, de tabac, de produits sucrés et gras, etc.) ?



Le confinement et la crise sanitaire ont en revanche largement relativisés la gravité perçue des comportements à risques : la part de Français jugeant « vraiment grave » de fumer, boire etc. a chuté de plus d'une douzaine de points depuis le confinement



Et diriez-vous que les comportements suivants présentent des risques importants pour la santé ?

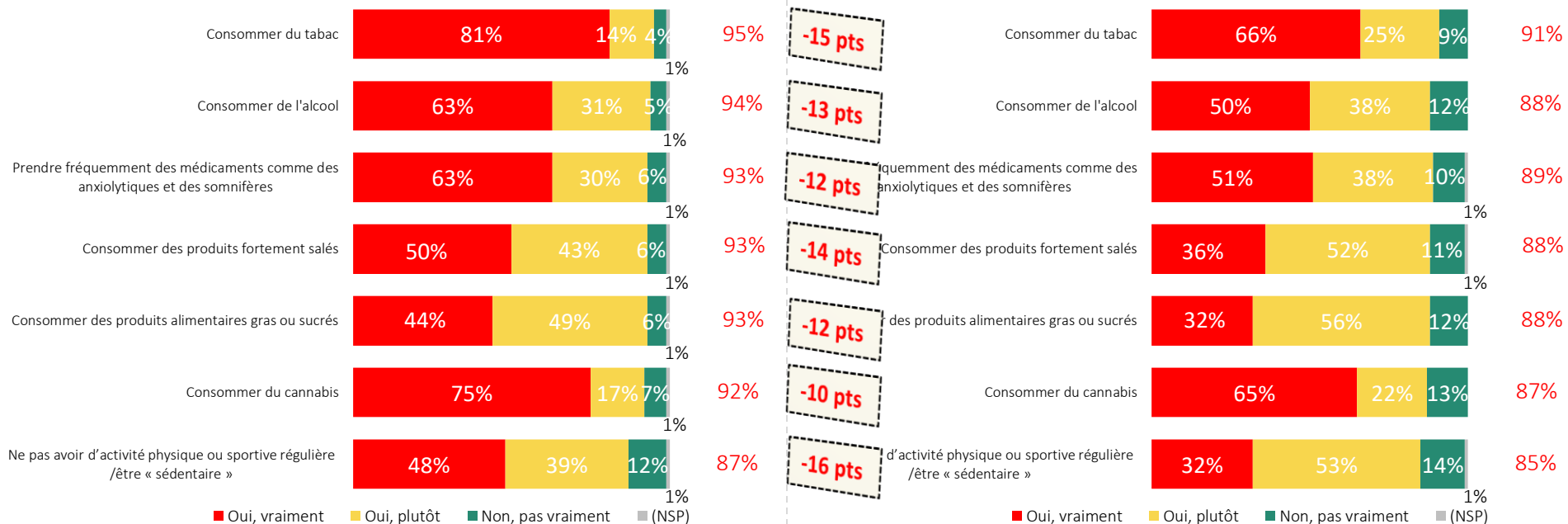
Avant le confinement

Ecart « avant-après » le confinement

Après le confinement

ST Oui

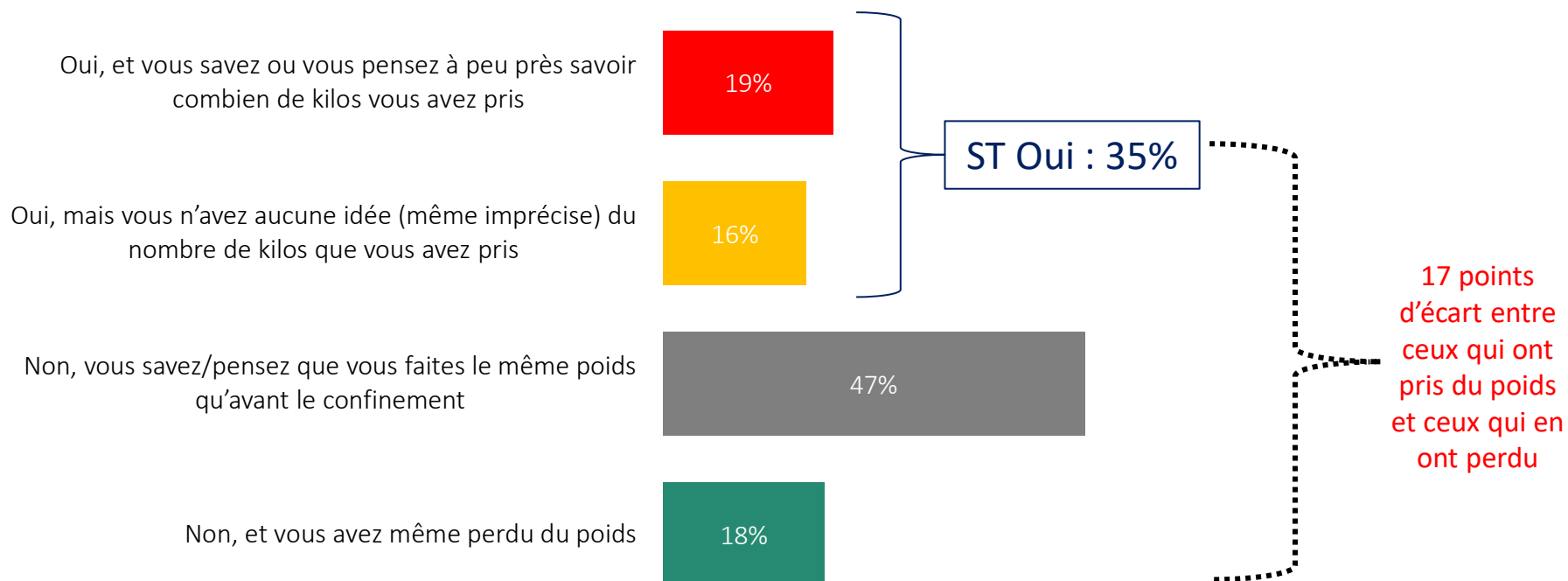
ST Oui



Par ailleurs, la chute des activités sportives a entraîné une prise de poids chez 35% des Français durant le confinement. Ceux qui, au contraire ont perdu du poids étant deux fois moins nombreux (18%) le confinement a donc produit un solde négatif de 17 points en termes de prise de poids



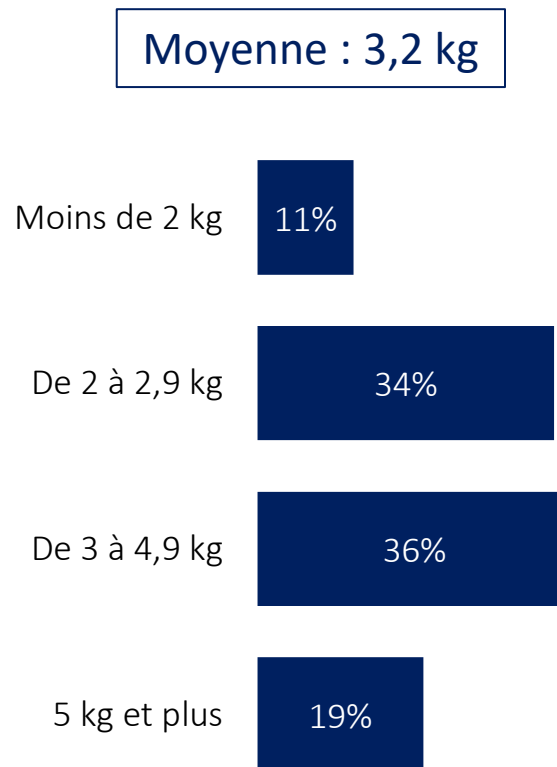
Durant le confinement, avez-vous pris du poids ?



En moyenne les 35% de Français ayant pris du poids durant le confinement ont pris 3,2kg et un sur cinq a même pris plus de 5 Kg ! Tout le monde n'a pas grossi avec le confinement, loin s'en faut, mais ceux qui ont grossi n'ont pas fait semblant !



A ceux ayant répondu « oui et je sais à peu près combien » à la question précédente :
Et combien de kilos pensez-vous avoir pris ?





*III – Quid de la prévention santé dans le
« monde d'après » ?*

Absence d'amélioration : facteurs explicatifs; le confinement n'est guère mis en cause pour justifier la poursuite des mauvais comportements. C'est l'arbitrage « bénéfices-risques » qu'il faudra questionner.

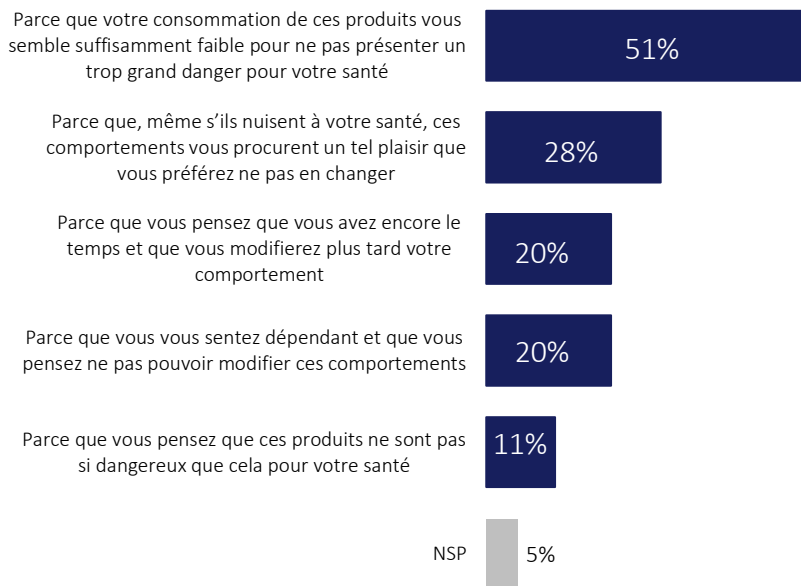


À ceux qui n'ont pas encore amélioré leurs comportements :

Pourquoi n'avez-vous pas encore amélioré votre comportement en ce qui concerne votre consommation de ce ou ces produits jugés dangereux pour la santé ?

Avant le confinement

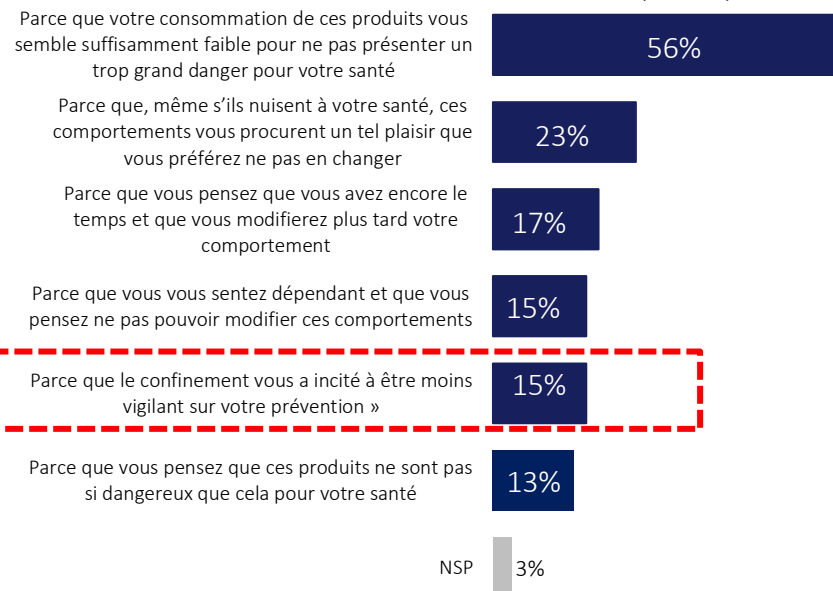
Maximum 3 réponses possibles



+5 pts

Après le confinement

Maximum 3 réponses possibles

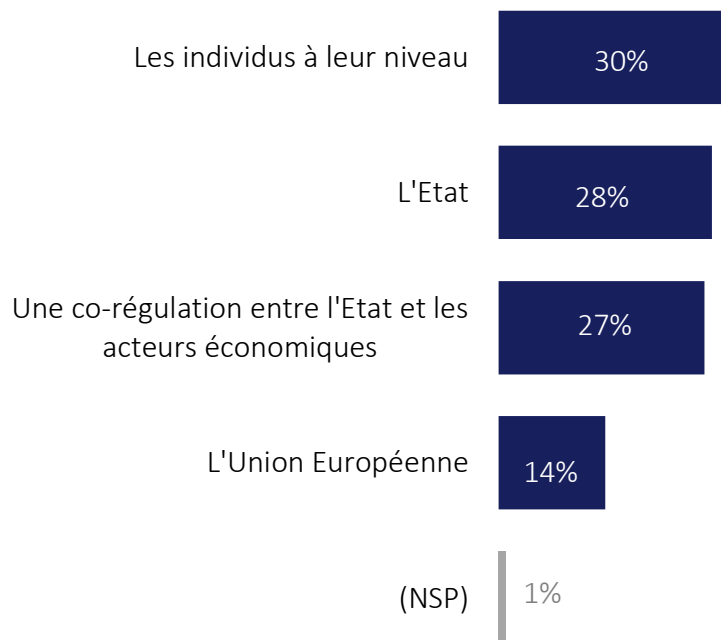


Acteurs devant prendre en charge la régulation des produits dangereux pour la santé : l'heure est à la R-E-S-P-O-N-S-A-B-I-L-I-S-A-T-I-O-N ; le confinement a donné plus d'importance aux individus et moins à l'UE



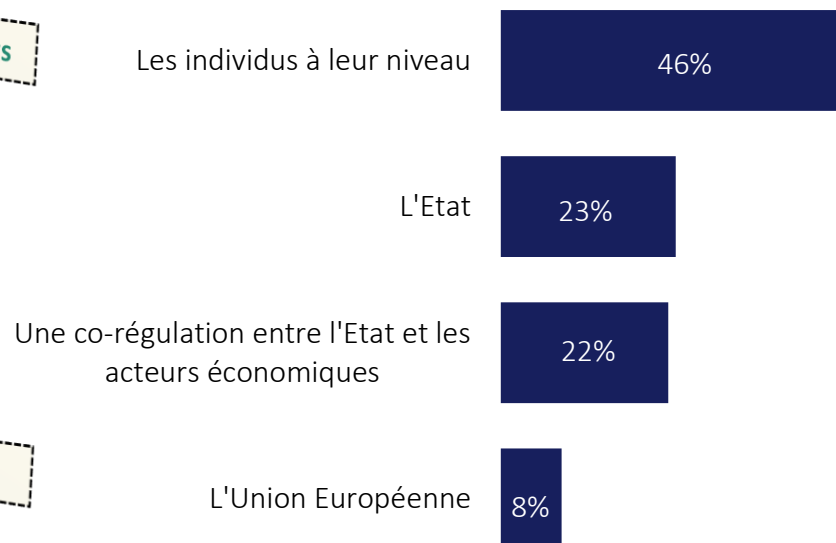
Selon vous, qui doit être principalement en charge de la régulation/ du contrôle des produits qui présentent des risques pour la santé : Est-ce ...

Avant le confinement



+16 pts

Après le confinement



-6 pts

D'ailleurs 84% des Français demandent une responsabilisation accrue des personnes ayant des comportements dangereux pour leur santé en raison des coûts importants pour la collectivité



Consommer de l'alcool, du tabac, des produits trop sucrés, gras ou salés, sont des comportements qui entraînent des problèmes de santé ayant des coûts importants pour la collectivité (cancer, maladies cardiaques, AVC, cirrhose, etc.). Pour assumer ces coûts, certains pensent qu'il faudrait davantage « responsabiliser » les personnes ayant ces comportements dangereux pour leur santé.

Vous personnellement êtes-vous d'accord avec cette idée ?

Après le confinement

ST Pas d'accord : 16%

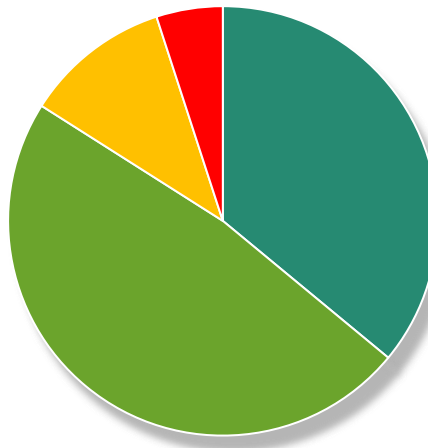
Non, pas d'accord du tout
5%

ST D'accord: 84%

Non, plutôt pas d'accord
11%

Oui, plutôt d'accord
48%

Oui, tout à fait d'accord
36%

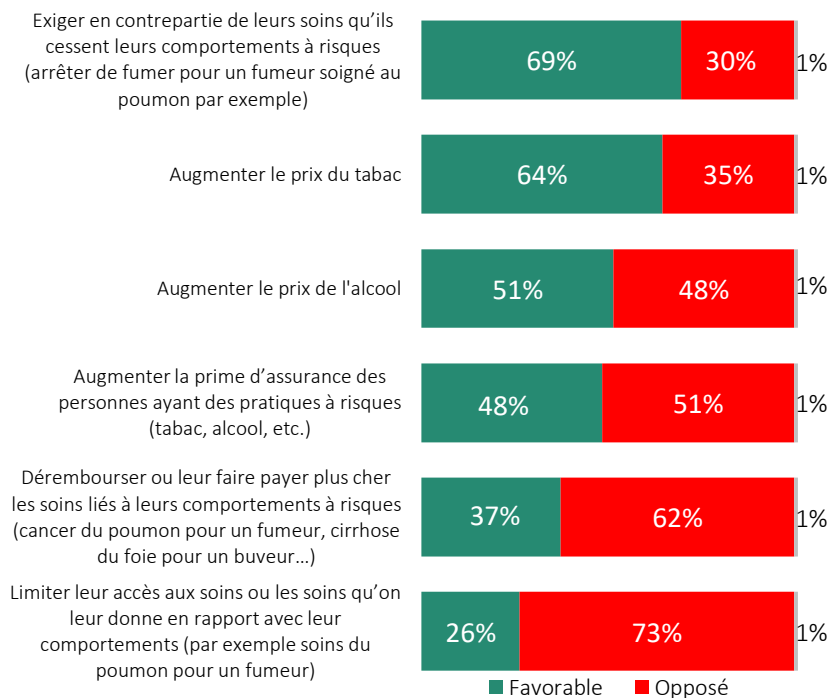


Dans le détail, nombreuses sont les mesures visant à responsabiliser les individus vis-à-vis de leurs comportements à risques qui sont approuvées par les Français. Mais depuis le confinement, les mesures punitives sur le porte-monnaie sont un peu moins soutenues

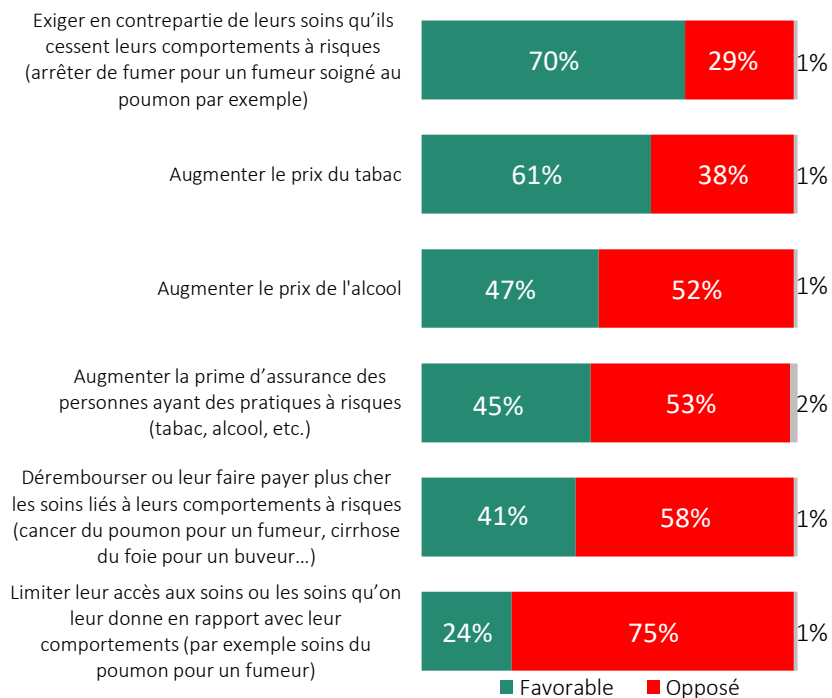


Dites-moi si vous seriez favorable ou opposé à chacune des mesures suivantes visant à responsabiliser les individus vis-à-vis de leurs comportements à risques :

Avant le confinement



Après le confinement

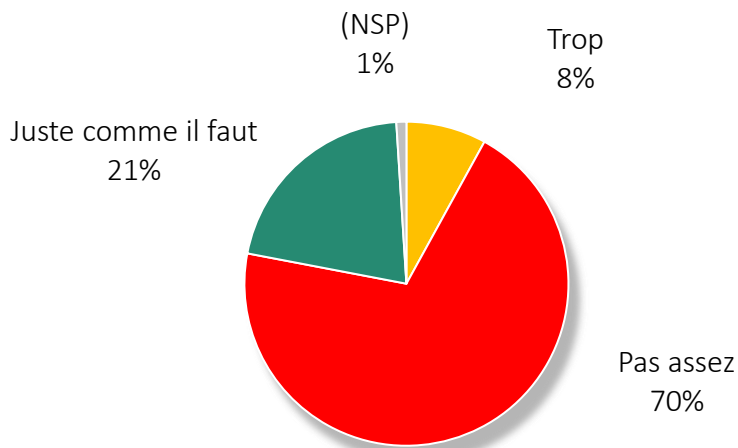


Prise en compte de l'avis des scientifiques par l'Etat en matière de santé : que ce soit avant ou pendant le confinement les Français estiment que l'Etat n'en tient pas assez compte. Mais les choses s'améliorent un peu depuis le confinement

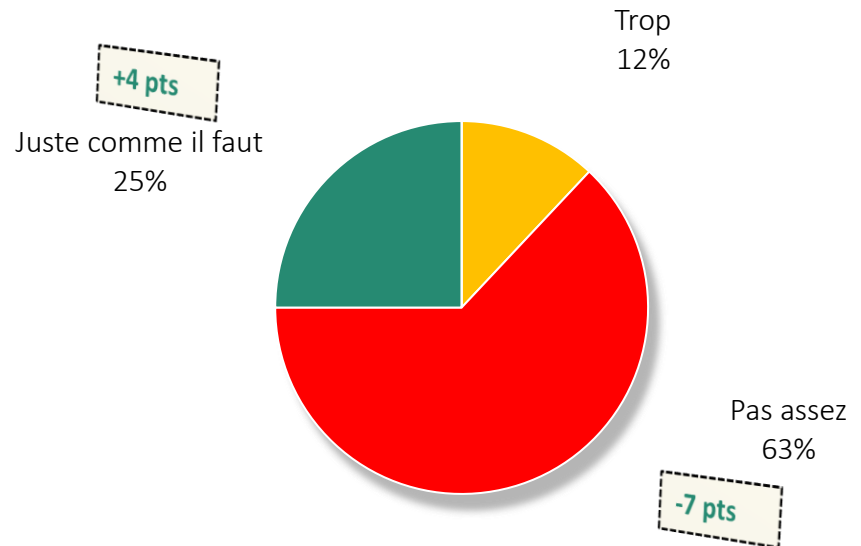


Avez-vous le sentiment que lorsque l'Etat prend des décisions en matière de santé, il tient compte de l'avis des scientifiques ...

Avant le confinement



Après le confinement



Regard porté sur le rôle de l'OMS : l'OMS est jugée utile par plus des deux-tiers des Français. Mais son utilité perçue a paradoxalement plutôt baissé depuis le début du confinement (-8 pts)



Pensez-vous que l'Organisation Mondiale de la Santé (l'OMS) joue un rôle utile pour ce qui est de la prévention et la promotion de la santé ?

Avant le confinement

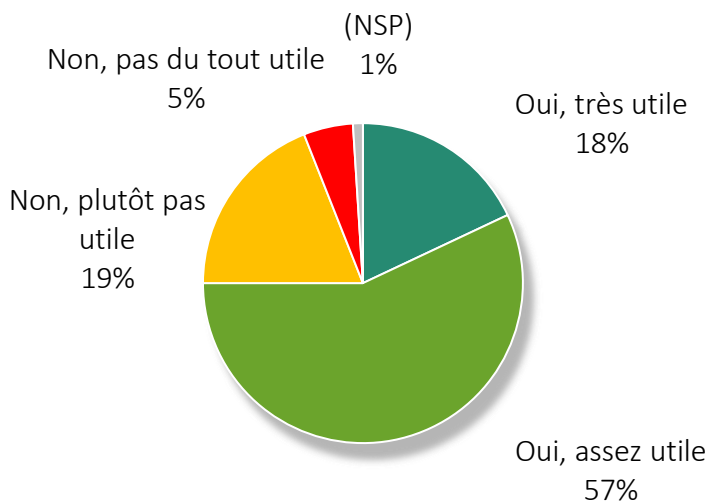
Après le confinement

ST Un rôle inutile : 24%

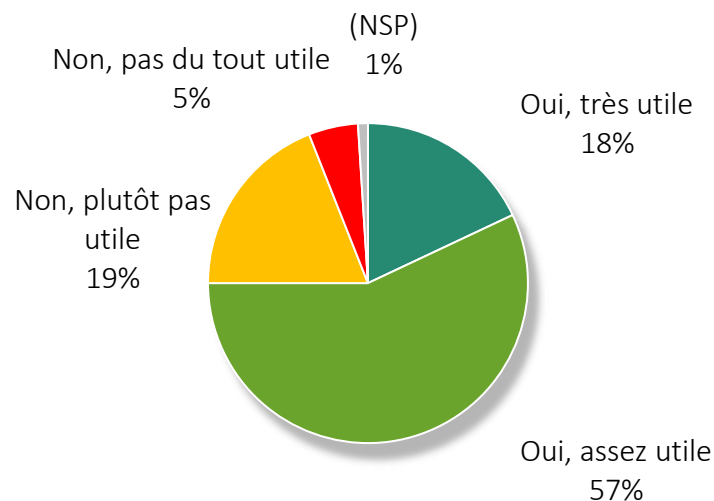
ST Un rôle utile : 75%

ST Un rôle inutile : 33%

ST Un rôle utile : 67%



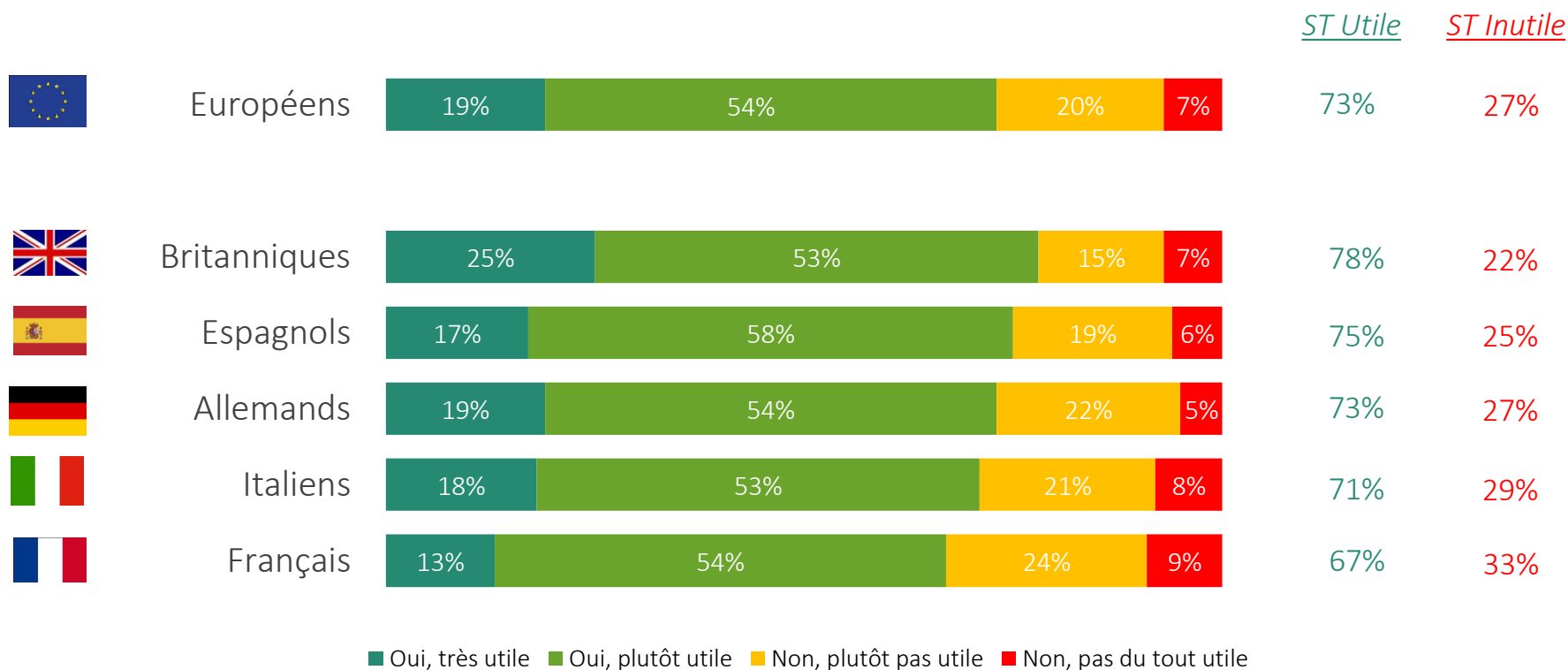
-8 pts



Mais surtout avec ce niveau de 67%, les Français sont les moins enthousiastes sur l'OMS en Europe. En effet, 73% des européens et 78% des Britanniques pensent que l'OMS joue un rôle utile en matière de prévention et promotion de la santé.



Pensez-vous que l'Organisation Mondiale de la Santé (l'OMS) joue un rôle utile pour ce qui est de la prévention et la promotion de la santé ?



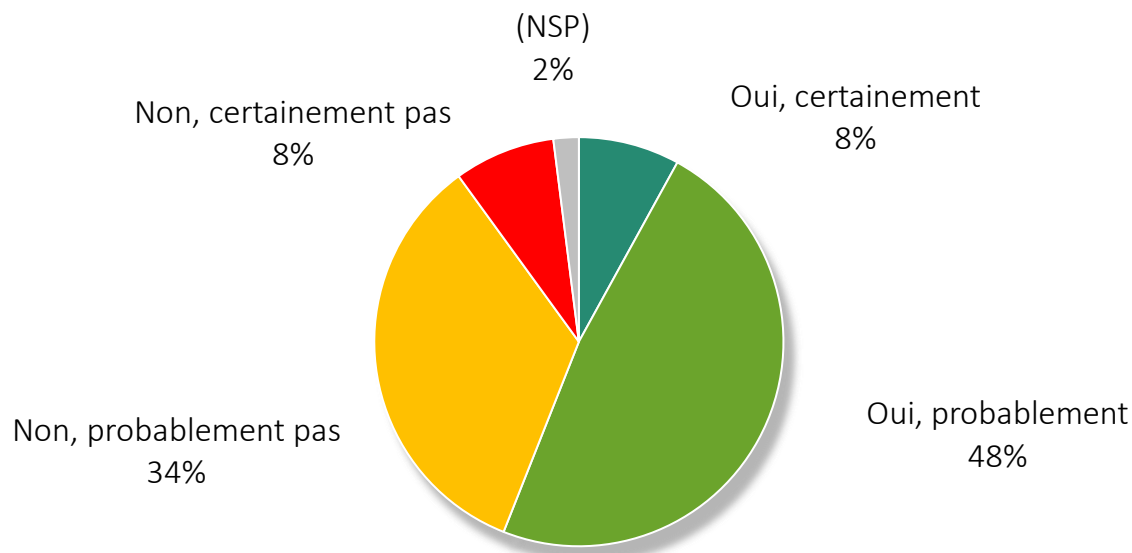
Les doutes de nos concitoyens s'expliquent peut être parce que 42% des Français pensent que les Etats ne tiennent pas compte des normes de santé prescrites par l'OMS pour écrire les lois et les textes d'application en matière de santé



Pensez-vous que les Etats tiennent compte des normes de santé prescrites par l'OMS pour écrire les lois et les textes d'application en matière de santé ?

ST Non : 42%

ST Oui : 56%

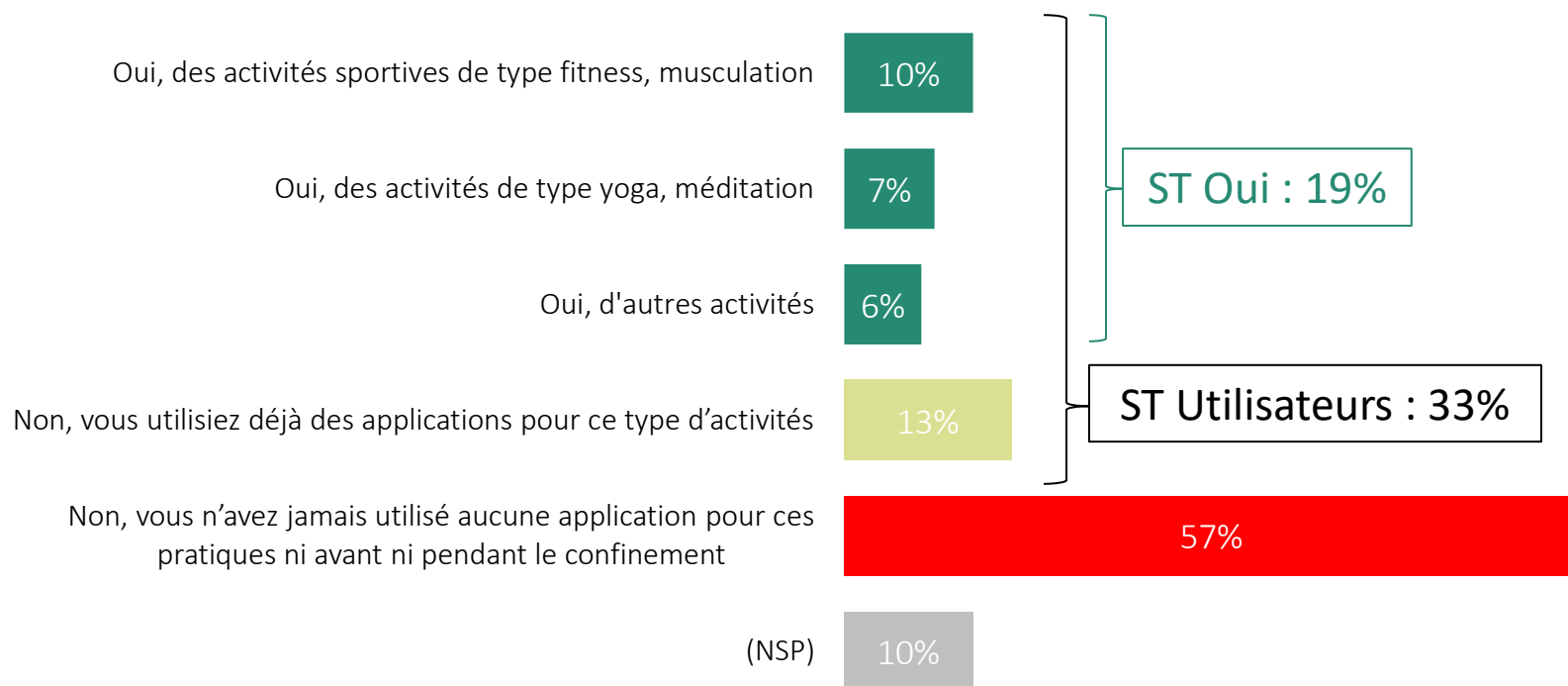


Le confinement a aussi permis à un Français sur cinq de découvrir de nouvelles activités sportives ou relaxantes. Ils pourront poursuivre leurs bonnes habitudes maintenant le confinement terminé.



Durant le confinement, avez-vous découvert la pratique de nouvelles activités sportives ou relaxantes « en ligne » via des applications ?

(Plusieurs réponses possibles pour les « oui »)



Et le bénéfice du confinement pourrait ne pas s'arrêter là : 8 personnes sur 10 en France et en Europe ont bien l'intention de faire plus attention à la prévention de leur santé après le confinement



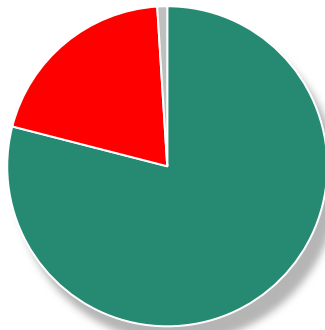
Une fois le confinement terminé, quand vous pourrez ressortir et reprendre une activité normale, avez-vous le sentiment que cette expérience de confinement vous incitera plutôt à...



Français

Être un peu moins attentif à votre prévention santé car vous aurez envie de vous défouler/lâcher un peu après cette période de confinement (boire, fumer, manger ce que vous voulez)
20%

(NSP)
1%



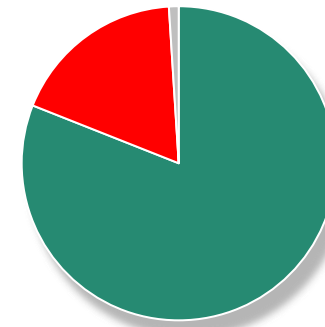
Être plus attentif à votre prévention santé et à éviter les comportements à risques (tabac, alcool, produits sucrés et gras, etc.)
79%



Européens

Être un peu moins attentif à votre prévention santé car vous aurez envie de vous défouler/lâcher un peu après cette période de confinement (boire, fumer, manger ce que vous voulez)
18%

(NSP)
1%

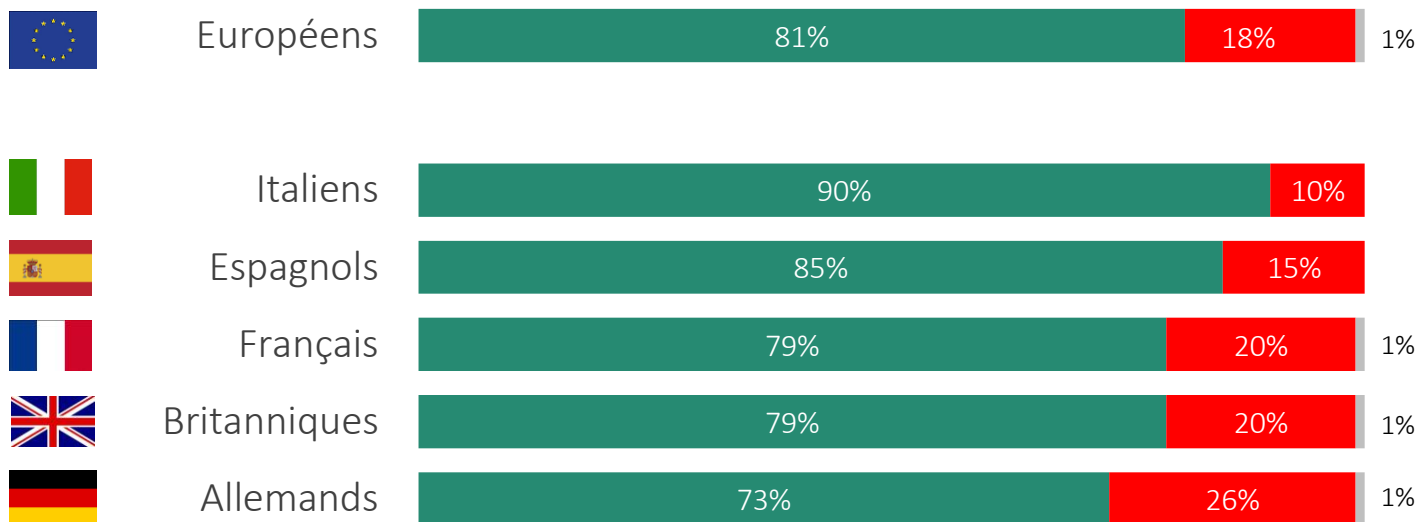


Être plus attentif à votre prévention santé et à éviter les comportements à risques (tabac, alcool, produits sucrés et gras, etc.)
81%

Attention accordée à la prévention de sa santé après le confinement



Une fois le confinement terminé, quand vous pourrez ressortir et reprendre une activité normale, avez-vous le sentiment que cette expérience de confinement vous incitera plutôt à...



- Être plus attentif à votre prévention santé et à éviter les comportements à risques (tabac, alcool, produits sucrés et gras, etc.)
- Être un peu moins attentif à votre prévention santé car vous aurez envie de vous défouler/lâcher un peu après cette période de confinement (boire, fumer, manger ce que vous voulez)
- (NSP)



Synthèse détaillée des résultats

Les enseignements clés du baromètre (1/8)

I – Perceptions et connaissances des Français en termes de prévention et de bonnes pratiques en santé (questions posées avant le confinement)

1.1 - Les trois-quarts des Français ont le sentiment d'être bien informés sur les comportements à risques et pensent que leurs connaissances ont progressées depuis ces dernières années

Les Français ont globalement le sentiment d'être bien informés sur les risques représentés par les 7 comportements à risques (alcool, tabac, nutrition, etc.) testés dans l'étude : en moyenne, ils sont 73% à se dire bien informés sur ces comportements avec un point culminant sur le tabac (84% d'information) et l'alcool (82%).

Plus des trois-quarts des Français (78%) ont le sentiment que leurs connaissances des produits à risques ont progressé depuis ces dernières années.

1.2 – Les Français ont aussi le sentiment d'avoir amélioré leurs comportements dans ces domaines, notamment en fumant moins et en buvant moins

Nombreux sont les Français à avoir le sentiment d'avoir amélioré leur comportement depuis ces dernières années : 71% des fumeurs ont déjà amélioré leur comportement tabagique et 54% des buveurs ont diminué leur consommation d'alcool. Sur tous les comportements testés les adeptes sont 2 à 3 fois plus nombreux à estimer s'être améliorés plutôt que d'être enfermés dans leurs mauvaises habitudes.

Mais cette amélioration des connaissances et des comportements n'est certainement pas due aux industriels commercialisant ces produits. En effet, 58% des Français leur reprochent de mal informer les consommateurs.

1.3 – Ces améliorations doivent tout aux médecins et aux scientifiques, les Français se montrant critiques à l'égard des médias et des pouvoirs publics

Selon les Français, cette embellie doit tout à la science : avant même le confinement, les médecins (92% de confiance), les autres professionnels de santé (90%) et les scientifiques (86%) étaient clairement les acteurs à qui les Français faisaient déjà le plus confiance pour les informer sur les risques représentés par ces produits. Les médias (66% de défiance) et les réseaux sociaux (73%) suscitent en revanche une large défiance.

Enfin, s'ils ne se défont pas du ministère de la santé, les Français jugent sévèrement l'action des pouvoirs publics en termes de prévention : 6 Français sur 10 jugent insuffisante l'action des acteurs chargés de la régulation pour limiter les risques de certains produits.

Les enseignements clés du baromètre (2/8)

II – Bilan « avant-après » : impact du confinement sur les pratiques, attitudes et comportements en matière de santé

2.1 – Contrairement aux idées reçues, le confinement a joué un rôle très positif en limitant drastiquement la part de Français se livrant à de « mauvaises pratiques » (boire, fumer, manger gras, etc.). Mieux encore, la part de personnes pratiquant le sport n'a même pas été affectée.

Le confinement a eu un impact extrêmement bénéfique sur pratiquement toutes les mauvaises pratiques des Français : ils ont été moins nombreux à boire, à manger gras sucré et salé et même moins nombreux à fumer. Dans le détail la part des Français disant boire de l'alcool de façon régulière ou occasionnelle a baissé de 6 points en deux mois, passant de 57% de consommateurs avant le confinement à 51% après le confinement.

Même chose en ce qui concerne la nutrition, avec une nette diminution de la part de Français consommant des produits gras (-3 points) ou salés (-5 points). Et surtout, même tendance chez les fumeurs : les fumeurs réguliers ou occasionnels sont passés de 27% à 23% sur la période.

Attention cela ne signifie pas que les ventes (de tabac, de produits sucrés et gras, etc.) aient forcément baissé, car de gros fumeurs ou mangeurs de ces produits ont très bien pu augmenter leur propre consommation. Mais cela signifie clairement que le nombre de Français se livrant à ces « mauvaises pratiques » a diminué sur cette période.

Un facteur explicatif commun à toutes ces améliorations se dégage : tous ces comportements ont une dimension sociale. On boit davantage, fume davantage, mange davantage (chips, coca, etc.) lorsque l'on est en société.

Cette mise en parenthèses de la vie sociale a donc fait diminuer le nombre d'adeptes de ces comportements. Tant mieux. Cela ne signifie pas pour autant que ceux qui étaient déjà des pratiquants réguliers aient pu encore augmenter les doses (boire, manger, fumer pour se sentir moins seuls).

En revanche le confinement n'a eu aucun effet notable sur la part de Français fumant du cannabis ou consommant des médicaments potentiellement dangereux comme les anxiolytiques. Le nombre des adeptes est resté globalement stable durant le confinement, avec une petite inquiétude cependant sur la prise de médicaments : la part des personnes en prenant de façon régulière est passée de 4% à 6% avec, potentiellement, une augmentation des doses prises par ces derniers.

Encore plus surprenant et positif, la part de personnes pratiquant régulièrement ou « de temps en temps » du sport n'a même pas été affectée par le confinement. Les Français et les Européens sont toujours 2 sur 3 à pratiquer une activité physique régulière, confinement ou pas.

2.2 – En revanche, le confinement a sans doute encore augmenté la sédentarité de ceux qui l'étaient déjà ainsi que le volume de consommation de produits gras et sucrés de ceux qui en consommaient déjà : un Français sur trois (35%) a pris du poids de façon assez spectaculaire (+3,2 kg)

Si moins de Français ont eu de « mauvais comportements » de santé pendant le confinement, les autres, ceux qui ont échappé à cette règle vertueuse ont pu nettement « déraper » durant cette période exceptionnelle.

Les enseignements clés du baromètre (3/8)

C'est ce qui explique que les ventes de tabac n'aient pas spécialement diminué, alors que les Français ont été moins nombreux à fumer plus ou moins régulièrement.

Même chose sur la sédentarité et la « malbouffe » : le fait que la part de Français mangeant « mal » et ne se « bougeant » pas, n'ait pas évoluée n'empêche par que le volume de produits gras consommés et le nombre d'heures passées assis sur un canapé aient augmenté, tirés vers le haut par ceux qui étaient déjà sédentaires et déjà inattentifs à leur consommation.

C'est ainsi que l'on enregistre une prise de poids chez 35% des Français durant le confinement. Ceux qui, au contraire ont perdu du poids étant deux fois moins nombreux (18%) le confinement a donc produit un solde négatif de 17 points en termes de prise de poids.

En moyenne les 35% de Français ayant pris du poids durant le confinement ont pris 3,2kg et un Français sur cinq a même pris plus de 5 Kg !

Attentions aux raccourcis que certaines études trop rapidement lues ont pu suggérer : tout le monde n'a pas grossi avec le confinement, loin s'en faut ! Au contraire, l'immense majorité des Français n'a pas pris le moindre gramme (47%), voire a perdu du poids (18%)... mais en revanche, il est vrai que ceux qui ont grossi n'ont pas fait semblant !

2.3 – Comparaison France / Europe : chaque pays a sa spécialité en termes de « vices » : la France est n° 1 sur la consommation des produits gras ou sucrés, la Grande-Bretagne sur celle d'alcool et l'Espagne sur le tabac

Globalement, le « benchmark » européen montre que les différents comportements testés se situent à des niveaux assez proches dans les 5 grands pays européens.

En moyenne les écarts sur les mauvaises pratiques ne sont pas spectaculaires, la France se situant globalement dans la moyenne européenne. En fait tout se passe comme si chaque pays avait sa propre spécialité en termes de « mauvaises pratiques ».

Ainsi, la France est la championne de la consommation des produits gras ou sucrés, la Grande-Bretagne la championne de l'alcoolisme et l'Espagne du tabagisme.

L'Allemagne et l'Italie s'illustrent enfin dans une autre discipline : la sédentarité ou l'absence de pratique sportive.

2.4 – Malgré les bénéfices santé apportés par le confinement, les Français n'en ont pas tant conscience que cela et semblent relativiser l'importance qu'ils prêtent désormais aux mauvais comportements en santé

Le confinement a « objectivement » amélioré nombre de leurs comportements, les Français le savent, mais ils sont moins affirmatifs à ce sujet que leurs voisins européens. Ainsi, la grande majorité des Français estime que le confinement n'a rien changé (58%) à leurs bonnes pratiques en santé et ceux qui estiment qu'il les a améliorées sont à peine plus nombreux (22% vs 20%) que ceux qui pensent que cela les a détériorées.

Les enseignements clés du baromètre (4/8)

Ce sentiment un peu injuste sur l'impact du confinement est probablement dû aux messages exogènes vus/entendus sur les réseaux sociaux et dans les médias et suggérant, à tort, que le confinement aurait produit une dégradation des pratiques (alcool, poids, tabac, etc.) chez une majorité de Français.

Malgré tout, les Français penchent plutôt, à juste titre, sur un confinement bénéfique ou neutre sur la santé de la plupart d'entre eux. Encore une fois, en France le solde « bénéfique vs négatif » est positif de 2 points (22% vs 20%).

Les Français ne sont pas les seuls en Europe que leurs comportements ne se sont pas détériorés pendant le confinement. En moyenne en Europe, ce solde est positif de 6 points (27% vs 21%). Les Britanniques (34% vs 18%) et les Italiens (30% vs 18%), qui partent de bien bas, sont ceux qui pensent le plus s'être améliorés avec le confinement. Le confinement et la crise sanitaire ont en revanche largement relativisés la gravité perçue des comportements à risques : la part de Français jugeant « vraiment grave » de fumer, boire etc. a chuté de plus d'une douzaine de points depuis le confinement.

Dans le détail, on enregistre -15 points sur le tabac, -13 points sur l'alcool et -12 points sur la consommation de produits sucrés et gras.

Cela s'explique, nous vivions une période où il était question de risque de vie ou de mort à court termes alors que ces mauvaises pratiques ont des conséquences à plus moyen-long terme. Il ne faudrait pas que ce sentiment de moindre gravité entraîne un effet rebond des mauvaises pratiques après le confinement. C'est ce que nous avons souhaiter évaluer dans la troisième partie de cette étude.

III – Quid de la prévention santé dans le « monde d'après » ?

3.1 – Les améliorations de comportements semblent s'inscrire dans la durée, et, pour ceux qui ne se sont pas améliorés, le confinement a rarement été un prétexte. Même les « contrevenants » savent que ces comportements sont mauvais pour leur santé et qu'il faudrait en changer
Confinement ou pas, les améliorations dans les comportements semblent s'inscrire dans la durée et dans le temps long. Nombreux (souvent majoritaires) sont les Français qui ont amélioré leur comportement depuis ces dernières années (Cf. point 1), et, le plus souvent, ceux qui n'ont pas encore amélioré leurs comportements nous disent qu'ils comptent bien le faire à l'avenir.

Le confinement ne semble pas devoir modifier cette tendance, bien au contraire.

D'abord, les Français interrogés après le confinement nous disant qu'ils n'avaient pas amélioré leurs comportements et ne comptaient pas le faire à l'avenir se cachent rarement derrière l'excuse du confinement : seulement 15% des « contrevenants » disent que « le confinement les a incités à être moins vigilants sur leurs comportements de prévention ». C'est l'avant-dernière raison mise en avant pour justifier la poursuite de leurs mauvais comportements.

Les enseignements clés du baromètre (5/8)

Le plus souvent, c'est l'arbitrage « bénéfices-risques » de ces comportements qui justifient leur poursuite : 56% des « irréductibles » (du tabac, de l'alcool, etc.) expliquent qu'ils ne modifieront pas leurs comportements parce que « leur consommation de ces produits leur semble suffisamment faible pour ne pas représenter un trop grand danger pour leur santé », 23% (2^{ème} motif cité) jugent que « même s'ils nuisent à leur santé, ces comportements leur procurent un tel plaisir qu'ils préfèrent ne pas en changer » et 17% « parce qu'ils pensent avoir encore le temps de modifier ces comportements plus tard ». En revanche le déni pur est extrêmement rare, seulement 13% des interviewés (dernière raison citée) disent qu'ils ne changeront pas « parce que ces produits ne sont pas si dangereux que cela pour leur santé ».

3.2 – L'expérience du confinement a nettement accentué l'idée qu'il fallait davantage responsabiliser les individus à leur niveau (premier item cité avec 46% et +16 points depuis le confinement) plutôt que de compter sur l'Etat (23% ; -5 points) ou l'Europe (dernier cité avec 8%)

Le confinement a produit un net changement d'opinion des Français à propos des acteurs qui devraient, selon eux, avoir principalement la charge de la régulation/ du contrôle des produits qui présentent des risques pour la santé.

Alors qu'ils étaient très partagés à ce sujet avant le confinement, citant à des niveaux équivalents, « les individus à leur niveau » (30%), « l'Etat » (28%) et « la co-régulation entre l'Etat et les acteurs économiques » (27%), l'expérience du confinement les a nettement incités à privilégier la responsabilité individuelle.

Interrogés après le confinement, les Français sont 16 points de plus à citer « les individus à leur niveau » comme premiers responsables. Avec désormais 46% de citations, l'individu l'emporte désormais très nettement sur l'Etat (23% et 5 points de moins en deux mois) et la co-régulation (22% ; 5 points de moins aussi). Une chose est sûre, l'Europe n'a pas gagné en crédit à ce sujet : elle leur semblait déjà un acteur en qui ils faisaient bien peu confiance avant le confinement (dernier avec 14% de citations), la défiance s'est encore accentuée, l'UE n'étant plus citée que par 8% des Français (-6 points). Bref, pour les Français, en matière de comportements de prévention et de santé, l'heure est plus que jamais à la R-E-S-P-O-N-S-A-B-I-L-I-S-A-T-I-O-N.

3.3 – D'ailleurs 84% des Français demandent une responsabilisation accrue des personnes ayant des comportements dangereux pour leur santé en raison des coûts importants pour la collectivité et dans le détail, nombreux sont ceux qui demandent mêmes des mesures « punitives » à l'égard des contrevenants

Cohérents avec cette demande de responsabilisation individuelle, les Français demandent aussi une responsabilisation accrue des personnes ayant des comportements dangereux pour leur santé en raison des coûts importants pour la collectivité.

Les enseignements clés du baromètre (6/8)

Le plus souvent, c'est l'arbitrage « bénéfices-risques » de ces comportements qui justifient leur poursuite : 56% des « irréductibles » (du tabac, de l'alcool, etc.) expliquent qu'ils ne modifieront pas leurs comportements parce que « leur consommation de ces produits leur semble suffisamment faible pour ne pas représenter un trop grand danger pour leur santé », 23% (2^{ème} motif cité) jugent que « même s'ils nuisent à leur santé, ces comportements leur procurent un tel plaisir qu'ils préfèrent ne pas en changer » et 17% « parce qu'ils pensent avoir encore le temps de modifier ces comportements plus tard ». En revanche le déni pur est extrêmement rare, seulement 13% des interviewés (dernière raison citée) disent qu'ils ne changeront pas « parce que ces produits ne sont pas si dangereux que cela pour leur santé ».

3.2 – L'expérience du confinement a nettement accentué l'idée qu'il fallait davantage responsabiliser les individus à leur niveau (premier item cité avec 46% et +16 points depuis le confinement) plutôt que de compter sur l'Etat (23% ; -5 points) ou l'Europe (dernier cité avec 8%)

Le confinement a produit un net changement d'opinion des Français à propos des acteurs qui devraient, selon eux, avoir principalement la charge de la régulation/ du contrôle des produits qui présentent des risques pour la santé.

Alors qu'ils étaient très partagés à ce sujet avant le confinement, citant à des niveaux équivalents, « les individus à leur niveau » (30%), « l'Etat » (28%) et « la co-régulation entre l'Etat et les acteurs économiques » (27%), l'expérience du confinement les a nettement incités à privilégier la responsabilité individuelle.

Interrogés après le confinement, les Français sont 16 points de plus à citer « les individus à leur niveau » comme premiers responsables. Avec désormais 46% de citations, l'individu l'emporte désormais très nettement sur l'Etat (23% et 5 points de moins en deux mois) et la co-régulation (22% ; 5 points de moins aussi). Une chose est sûre, l'Europe n'a pas gagné en crédit à ce sujet : elle leur semblait déjà un acteur en qui ils faisaient bien peu confiance avant le confinement (dernier avec 14% de citations), la défiance s'est encore accentuée, l'UE n'étant plus citée que par 8% des Français (-6 points). Bref, pour les Français, en matière de comportements de prévention et de santé, l'heure est plus que jamais à la R-E-S-P-O-N-S-A-B-I-L-I-S-A-T-I-O-N.

3.3 – D'ailleurs 84% des Français demandent une responsabilisation accrue des personnes ayant des comportements dangereux pour leur santé en raison des coûts importants pour la collectivité et dans le détail, nombreux sont ceux qui demandent mêmes des mesures « punitives » à l'égard des contrevenants

Cohérents avec cette demande de responsabilisation individuelle, les Français demandent aussi une responsabilisation accrue des personnes ayant des comportements dangereux pour leur santé en raison des coûts importants pour la collectivité.

Les enseignements clés du baromètre (7/8)

Ainsi, 84% des Français sont globalement d'accord avec l'idée selon laquelle il faudrait demander une contribution ou des contreparties, bref « une responsabilisation concrète aux personnes consommant de l'alcool, du tabac, des produits trop sucrés, gras ou salés, qui sont des comportements qui entraînent des problèmes de santé ayant des coûts importants pour la collectivité (cancer, maladies cardiaques, AVC, cirrhose, etc.) »

D'ailleurs, dans le détail, nombreuses sont les mesures visant à responsabiliser les individus vis-à-vis de leurs comportements à risques qui sont approuvées par les Français... y compris et surtout lorsque cela implique une contrepartie aux soins.

Ainsi, la mesure la plus approuvée, avant comme après le confinement, consisterait à « demander aux personnes ayant des comportements à risques (fumeurs par exemple) d'arrêter leur comportement en contrepartie de leurs soins ». 7 Français sur 10 y seraient favorables !

La seconde mesure la plus approuvée – avant comme après le confinement – concerne l'augmentation du prix du tabac, soutenue par plus de 6 Français sur 10.

La plupart des autres mesures testées, plus radicales et surtout touchant un public plus large, sont soutenues par tout de même plus de 4 Français sur 10. C'est le cas de l'augmentation du prix de l'alcool (47% de soutien), de celle des primes d'assurances pour les personnes ayant des pratiques à risques (45%) et même de l'idée du déremboursement des soins pour les personnes ayant des pratiques à risques, comme le cancer du poumon pour les fumeurs (41% de soutien).

Le confinement a eu tendance à légèrement « calmer » les ardeurs punitives de nos concitoyens sur les mesures « porte-monnaie » (-4 points sur la hausse du prix de l'alcool, -3 points sur celle du tabac et -3 points sur l'augmentation des primes d'assurance), ce qui est un effet probable de la crise économique et sociale qui arrive. Mais globalement la tendance reste très punitive.

D'ailleurs sur la mesure la plus dure, le déremboursement des soins (ou le fait de les rendre plus cher), les Français sont encore sévères après le confinement qu'avant (+4 points).

Finalement, parmi toutes les mesures testées, il n'y a qu'une seule qui soit radicalement rejetée par nos concitoyens, avant comme après le confinement : la limitation de l'accès aux soins pour les personnes ayant des comportements à risques. Les trois-quarts des Français (75%) y demeurent opposés.

3.4 – Les Français sont très « scientifiques » et font confiance aux scientifiques en général et à l'OMS en particulier, même si l'expérience de ces derniers mois a, un peu, calmé leur enthousiasme

Une certitude pour les Français, l'Etat ne prend pas suffisamment en compte l'avis des scientifiques en matière de santé : que ce soit avant (70%) ou pendant le confinement (63%) les Français estiment que l'Etat n'en tient pas assez compte. Mais les choses s'améliorent un peu depuis le confinement (+7 points) et les points réguliers du DGS et la mention régulière du suivi des avis du comité scientifique par le président.

Les enseignements clés du baromètre (8/8)

De même, les Français sont tout à fait positifs sur le rôle de l'OMS : elle est aujourd'hui jugée utile par plus des deux-tiers des Français (67%). Mais son utilité perçue a paradoxalement plutôt baissé depuis le début du confinement (-8 pts), la faute sans doute aux messages contradictoires tenus par l'OMS (comme par le gouvernement) sur les masques, les tests, les connaissances changeantes sur la maladie et les voies de contamination. Malgré tout ce niveau de 67% d'utilité perçue reste élevé... mais il fait des Français le peuple le moins enthousiaste d'Europe sur l'OMS. En effet, 73% des européens et 78% des Britanniques pensent que l'OMS joue un rôle utile en matière de prévention et promotion de la santé. Outre les messages changeants de l'OMS sur le virus, les doutes de nos concitoyens s'expliquent peut-être aussi parce que 42% des Français pensent que les Etats ne tiennent pas compte des normes de santé prescrites par l'OMS pour écrire les lois et les textes d'application en matière de santé.

3.5 – Enfin les Français sont convaincus que l'expérience du confinement va les inciter à faire plus attention encore à leur santé à l'avenir

Le confinement a donc objectivement permis aux Français d'améliorer leurs comportements. En tout cas pour la majorité d'entre eux. L'étude nous révèle qu'il a aussi permis à un Français sur cinq de découvrir de nouvelles activités sportives ou relaxantes. Ils pourront poursuivre leurs bonnes habitudes maintenant le confinement terminé.

D'ailleurs il semble bien que le bénéfice du confinement ne s'arrêtera pas à cette parenthèse de deux mois : 8 personnes sur 10 en France et en Europe ont bien l'intention de faire plus attention à la prévention de leur santé après le confinement en évitant désormais les comportements à risques pour leur santé.

A l'inverse, seulement 20% des Français et 18% des Européens pensent au contraire qu'ils se montreront à l'avenir un peu moins attentif à leur santé car ils auront envie de se défouler.

Même si, pour certains, ce pronostic rejoint le souhait voire le vœu pieux, il est tout de même bien probable que cette cruelle expérience collective aboutisse à un « mieux vivre » pour l'immense majorité des Français et des Européens.

Naturellement, cela ne veut pas dire que les autres, très minoritaires, qui ont aggravé leurs travers durant cette période en fumant plus, buvant plus ou mangeant plus ne provoqueront pas quelque poussée des pathologies associées dans les mois à venir (35% des Français ont pris plus de 3kg sur la période) ... mais cela conduit tout de même à nous montrer raisonnablement optimistes pour notre santé collective à moyen terme.

Gaël Sliman, président d'Odoxa