

Pourquoi notre bonne volonté ne suffit plus à nous maintenir en bonne santé

90% des Français jugent la prévention indispensable pour rester en forme⁽¹⁾

La réalité du Quotidien sur les habitudes de vie

DÉTERMINANTS MAJEURS



Une santé mentale malmenée :

54 %

des personnes interrogées souffrent d'anxiété ou de symptômes dépressifs.



Un sommeil fragile :

60 %⁽²⁾

font face à des insomnies régulières.

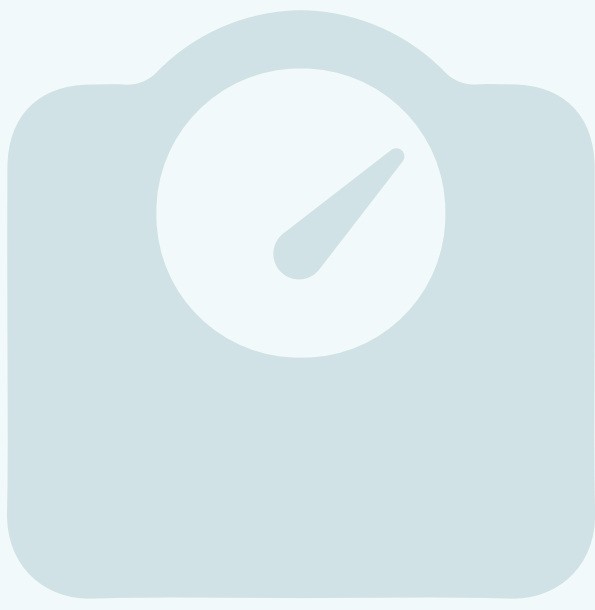


Trop de sédentarité :

52 %

bougent moins que le minimum recommandé par l'OMS.

Des impacts inquiétants sur la santé



2 personnes / 3 se déclarent en surpoids



35 % des sondés (et jusqu'à 57,3 % des hommes) risquent un accident cardiovasculaire à 10 ans



70,1 % affichent un risque de développer un diabète à 10 ans

Une Génération 18-34 ans dans le rouge

Activité physique en berne

61%

des femmes n'atteignent pas le niveau d'activité physique recommandé, contre 37,9 % des hommes sur la même tranche d'âge.



40,4% négligent leur rendez-vous avec un ophtalmologue

Décrochage des suivis de routine



41% zappent le rendez-vous annuel chez le dentiste⁽³⁾

Le rôle clé de l'entreprise



3 Français sur 4

sont favorables à un rôle actif de leur entreprise en prévention santé⁽¹⁾

Mais aujourd'hui

Une prévention encore fragmentée et peu pilotée

Comment agir ?



La preuve que l'accompagnement change tout

Chez SANTÉCLAIR

Vaccins

Près de 3 personnes sur 4 sont parfaitement à jour dans leurs rappels.

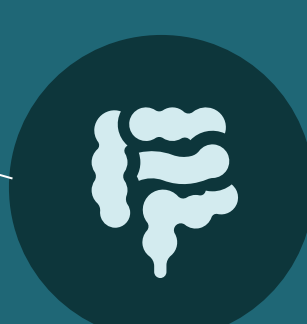
Dépistage



cancer du sein 86 % de participation (contre seulement 44 % au niveau national).



col de l'utérus 81 % (contre 58 % pour SPF).



cancer du côlon (plus de 50 ans) : 68 % (contre 33 % pour SPF).

(1) Enquête Harris Interactive pour Santéclair réalisée en ligne du 4 au 9 janvier 2024, sur un échantillon de 2 052 personnes représentatif des Français de 15 ans et plus (méthode des quotas).
(2) <https://institut-sommeil-vigilance.org/sommeil-somnolence-et-sante-mentale-enquete-insv-fondation-vinci-autoroutes-pour-la-journee-du-sommeil-2025/>
(3) <https://www.ufsbd.fr/wp-content/uploads/2025/06/20250626Barometre-de-la-Sante-Bucco-Dentaire-Haleon-x-UFSBD.pdf>
L'évaluation de santé perçue et des habitudes de vie est une enquête réalisée à travers MySantéclair. Elle est accessible aux personnes de +18 ans. L'analyse est réalisée sur la base de 2 426 réponses à l'évaluation réalisées de janvier à décembre 2025.
Pour plus de détails, se référer au Baromètre téléchargeable