

Les jeunes et leur santé

 Juin 2024

Contact 

Anne-Laure GALLAY – Directrice Département Opinion
anne-laure.gallay@bva-group.com

Contact 

Julia SCHMIDT – Chargée d'études sénior Département Opinion
julia.schmidt@bva-group.com



01 } **Contexte & méthodologie**
p3

02 } **Rapport à la santé**
p7

03 } **Niveau et sources d'information
en santé**
p14

04 } **Suivi médical & consommation
de soins**
p22

05 } **Vaccination & dépistage**
p30

06 } **Exposition aux risques**
p36

1. Alimentation p40
2. Exercice physique p45
3. Santé mentale p49
4. Ecrans p54
5. Santé sexuelle p59
6. Tabac, alcool et drogue p62

07 } **Typologie**
P67

08 } **Principaux enseignements**
P81

09 } **Annexe**
P83

1

CONTEXTE ET METHODOLOGIE



Dans le cadre de son nouveau mandat, la Fondation April poursuit et renforce sa mission de donner à chaque Français les clés pour devenir acteur de sa santé.

Elle souhaite, dès cette année, s'intéresser à certains publics stratégiques en matière de prévention santé en réalisant une première étude sur les jeunes, population en âge de devenir autonome sur la prise en main de sa santé.

Plusieurs objectifs sont adossés à l'étude :

- Dresser un panorama large, complet et chiffré de la santé chez les jeunes
- Mettre au jour la diversité de la jeunesse sur cette thématique
- Identifier les enjeux de santé et publics prioritaires et la façon pertinente de les traiter



ECHANTILLON

Echantillon de **2000 Français âgés de 18 à 25 ans**, représentatif de la population nationale de cette tranche d'âge.

La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas appliquée aux variables suivantes : sexe, âge, profession de l'interviewé, région et catégorie d'agglomération.



RECUEIL

Etude réalisée par **Internet** du 29 septembre au 9 octobre 2023



FOCUS

Les résultats présentés dans des encadrés sont **significativement supérieurs à la moyenne**. Ils démontrent la présence d'un écart significatif et permettent d'affirmer à 95 ou 99% que cette différence entre la population affichant ce résultat et l'ensemble n'est pas due au hasard.



MISE EN PERSPECTIVE

Les résultats représentés par ce pictogramme sont ceux mesurés auprès de l'ensemble des Français, dans d'autres études menées par BVA.



Des résultats issus d'autres enquêtes menées auprès des jeunes viennent également compléter le panorama.

Les résultats complets de l'étude sont accessibles sur demande auprès de la Fondation April.

Structure des répondants

Sexe	%
Homme	50%
Femme	49%
Non binaire	1%

Age	%
Entre 18 et 20 ans	38%
Entre 21 et 23 ans	37%
Entre 24 et 25 ans	25%

Région	%
Île-de-France	22%
Auvergne - Rhône-Alpes	12%
Bourgogne- Franche-Comté	4%
Bretagne	5%
Centre-Val de Loire	3%
Grand Est	9%
Hauts-de-France	10%
Normandie	5%
Nouvelle-Aquitaine	8%
Occitanie	9%
Pays De La Loire	6%
Provence-Alpes-Côte D'Azur, Corse	7%

Profession	%
CSP +	11%
Indépendant, chef d'entreprise	4%
Cadre	7%
Profession intermédiaire	9%
CSP -	37%
Employé	30%
Ouvrier	7%
Inactif	43%
Elève, étudiant	33%
Autre inactif divers	10%

Catégorie d'agglomération	%
Moins de 100 000 habitants	41%
Rural	14%
Moins de 20 000 habitants	14%
20 000 à 99 999 habitants	13%
100 000 habitants et plus	59%
100 000 habitants et +	40%
Agglomération parisienne	19%

Situation actuelle	%
Actif en emploi	55%
Salarié	52%
Salarié du secteur privé	31%
Salarié du secteur public	21%
Travaille à son compte	3%
Chômeur ayant déjà travaillé	1%
Inactifs	44%
Lycéen	4%
Etudiant	25%
A la recherche d'un premier emploi	6%
En formation professionnelle	1%
En alternance ou en apprentissage	3%
En stage	1%
En mission de service civique / volontariat	<1%
Ni scolarisé, ni en formation, ni en recherche d'emploi	4%

Niveau de revenu mensuel net	%
Inférieur à 1 000 euros	54%
Sans ressources	14%
Moins de 500 euros	20%
Entre 500 euros et moins de 1 000 euros	20%
Au moins 1 000 euros	37%
Entre 1 000 euros et moins de 1 500 euros	18%
Plus de 1500 euros	19%
Ne se prononce pas	9%

Structure des répondants

Composition du foyer	%
Sans leurs parents	70%
Seul sans enfant	30%
Seul avec enfant	3%
En couple sans enfant	20%
En couple avec enfant	12%
En colocation	4%
Autre	1%
Avec un ou deux parents	29%
Avec un de vos parents	10%
Avec vos deux parents	19%
Ne se prononce pas	1%

Complémentaire santé	%
Oui	84%
Oui, une complémentaire santé étudiante	17%
Oui, la complémentaire santé de votre entreprise	27%
Oui, la complémentaire santé de vos parents ou de votre conjoint	23%
Oui, une complémentaire santé souscrite à titre personnel	10%
Oui, la Complémentaire Santé Solidaire (ex-CMU-C et ACS)	7%
Non	16%

Type de logement	%
Une maison	43%
Appartement	54%
Un appartement/studio de moins de 20m2	8%
Un appartement/studio de 21 à 30m2	10%
Un appartement de 31 à 50m2	17%
Un appartement de plus de 50m2	19%
Logement précaire ou sans logement	1%
Un logement précaire (hôtel, camping, foyer, squat...)	<1%
Sans logement	<1%
Ne se prononce pas	2%

2

RAPPORT À LA SANTÉ

Des jeunes qui s'estiment globalement en bonne santé malgré la présence fréquente de troubles. Une vision préventive de la santé qui ne fait pas consensus.



Etat de santé déclaré

Des jeunes qui se perçoivent, pour la plupart, globalement en bonne santé même si 1 sur 5 seulement juge son état de santé « très bon »



des jeunes considèrent
bon leur état de santé
physique et mental

Dont



Très bon

- CSP+ : 31%
- Hommes : 28%



**Jugent mauvais leur
état de santé**

Notamment...

- Sortent moins d'une fois par mois : 24%
- Sans ressources financières : 23%
- Demandeurs d'emploi : 21%
- En surpoids : 20%
- Femmes : 18%

Q1. D'une façon générale, comment jugez-vous votre état de santé physique et mental ?

Base : à tous

Ne se prononce pas : 1%

Etat de santé objectif

Dans les faits, plus de 4 jeunes sur 10 sont atteints d'au moins une maladie ou un trouble, notamment des problèmes de santé mentale et migraines récurrentes

42%

des jeunes déclarent
avoir **au moins un trouble**

- Femmes : 52%

18%

Ont **deux troubles
ou plus**

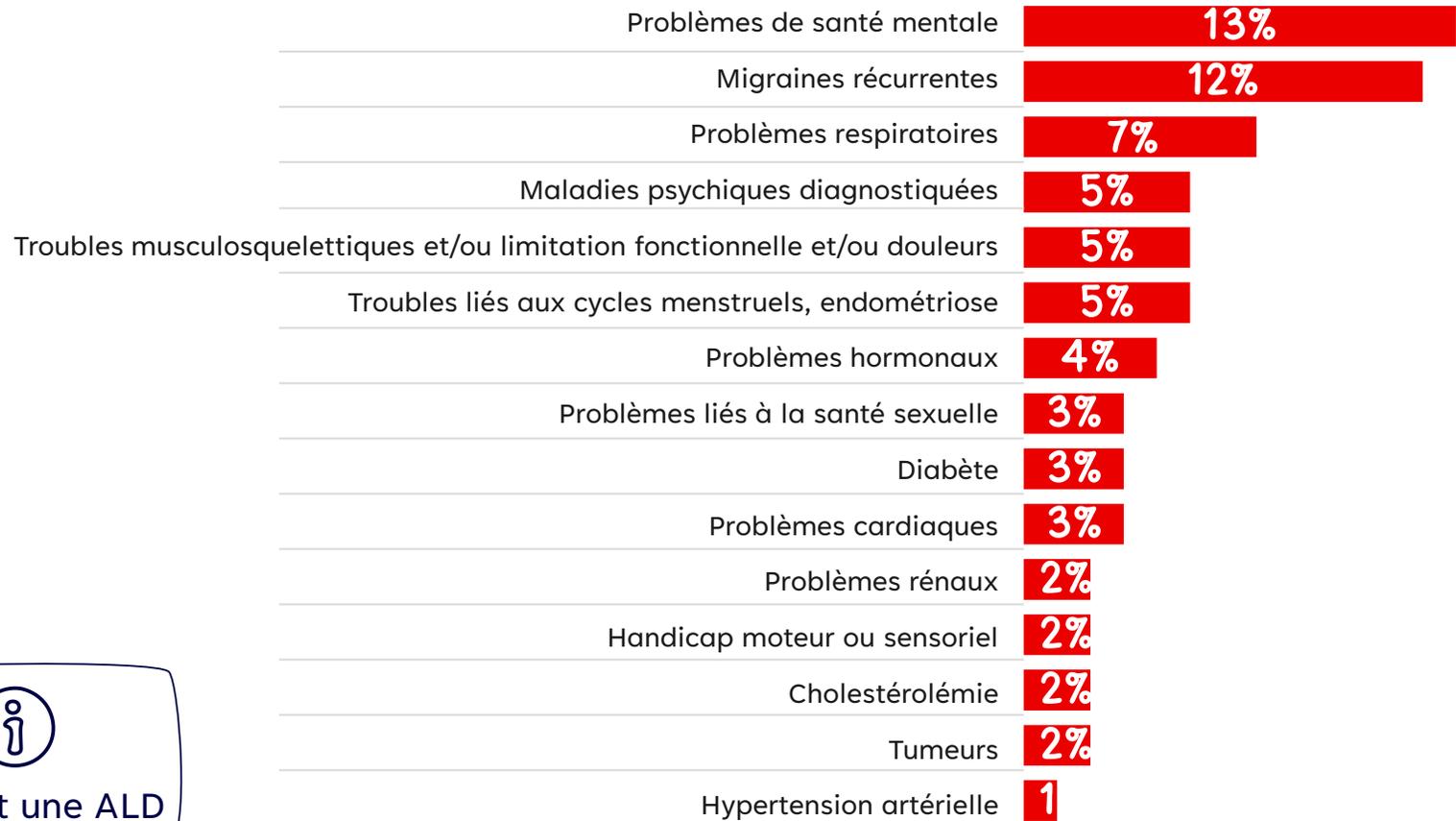
- En obésité : 32%



Source : baromètre BVA DREES 2022
(18-24 ans)

Q2. Etes-vous atteint(e) d'une ou plusieurs
maladies ou troubles suivants ?

Base : à tous

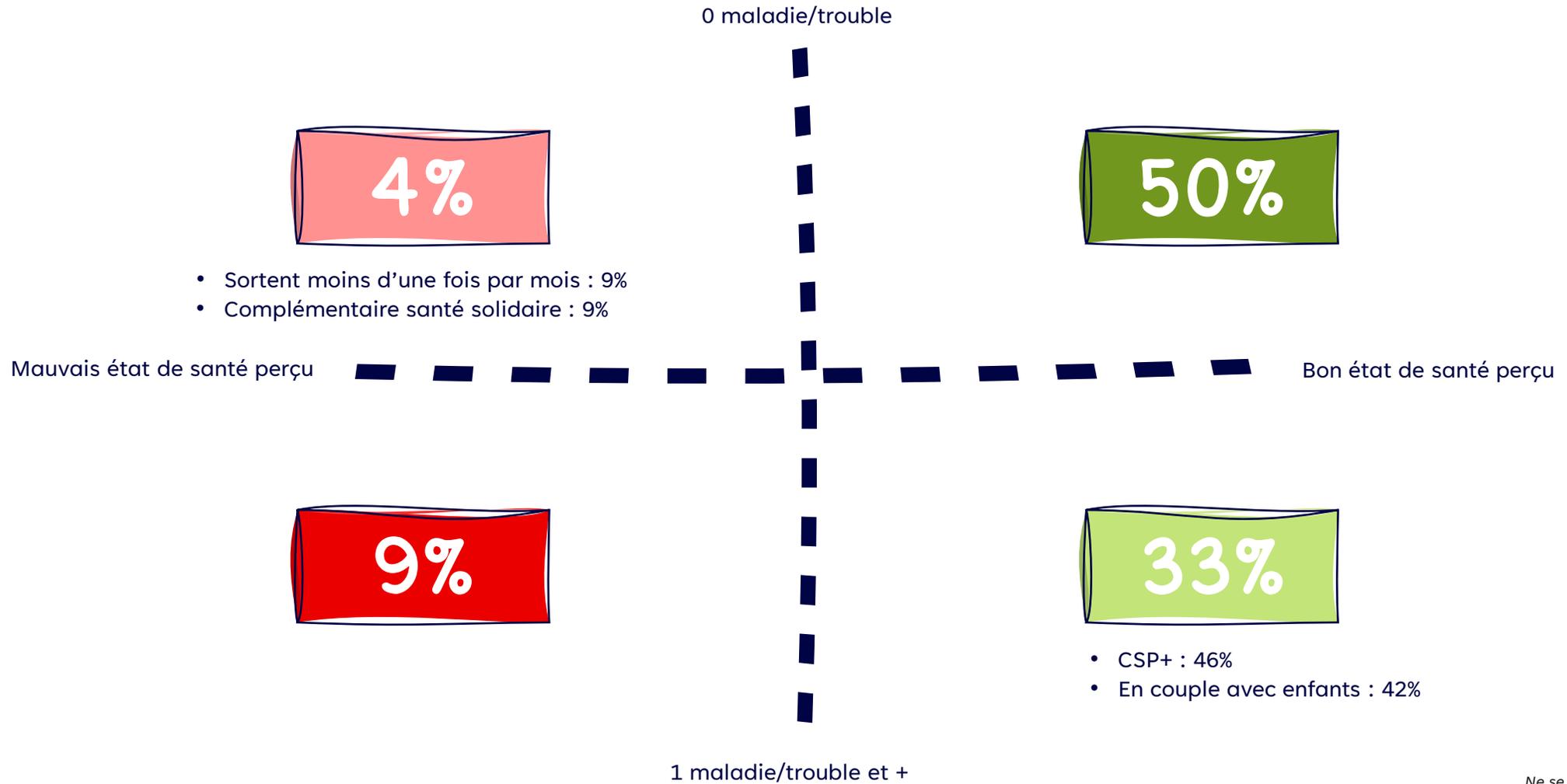


Total supérieur à 100% car plusieurs réponses étaient possibles

Autre : 3%
Aucun : 55%
Ne se prononce pas : 3%

Etat de santé déclaré vs état de santé objectif

La manière dont les jeunes perçoivent leur état de santé n'est pas totalement corrélée aux problèmes de santé qu'ils rencontrent



Q2. Etes-vous atteint(e) d'une ou plusieurs maladies ou troubles suivants ?

Base : à tous

Sentiment de pouvoir agir sur sa santé

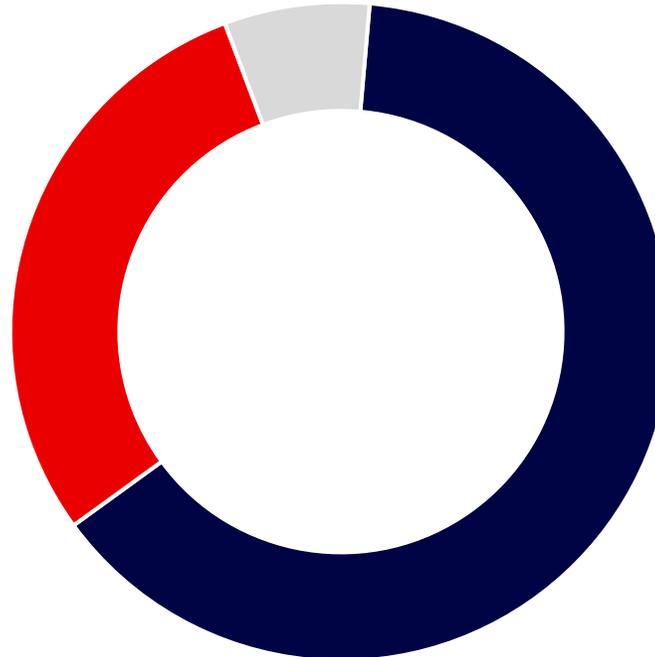
Seuls les 2/3 des jeunes pensent qu'ils peuvent agir efficacement pour leur santé

La santé est un élément sur lequel vous avez peu de prise

car elle dépend surtout de facteurs que vous ne maîtrisez pas (hérédité, chance, environnement...)

29%

- Ont des enfants : 36%
- Ont au moins une maladie : 38%
- En surpoids : 34%



La santé est un élément sur lequel vous pouvez agir assez largement

par un comportement adapté (sport, alimentation, limitation du tabac et de l'alcool...)

64%

- CSP+ : 71%
- Bien informés en matière de santé : 69%

Ne se prononce pas : 7%

Q3. De quelle opinion vous sentez-vous le ou la plus proche ?

Base : à tous

Santé préventive et curative

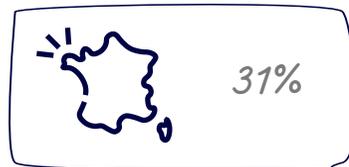
Si l'importance de la prévention est majoritairement reconnue, plus d'un tiers des jeunes conçoivent la santé surtout sous l'angle du soin. Une posture plus marquée que dans l'ensemble de la population.

**Vous soigner
lorsque vous êtes malade**

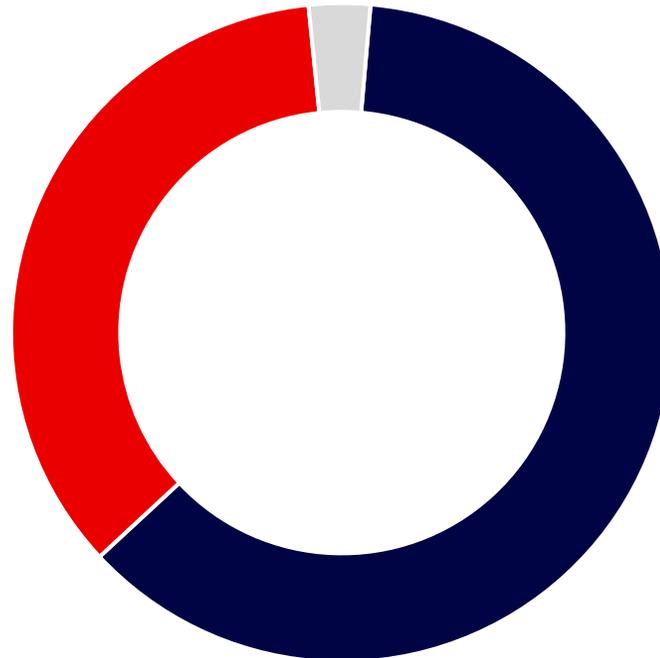
35%

- Ont des enfants : 46%
- Hommes : 39%

Auprès de l'ensemble des Français



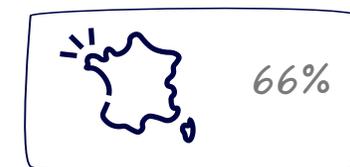
Source : BVA pour la Fondation April 2022



**Agir en amont en adoptant de
bons gestes et une bonne
hygiène de vie**

62%

Auprès de l'ensemble des Français



Source : BVA pour la Fondation April 2022

Q4. Pour vous, prendre soin de votre santé, c'est davantage...

Base : à tous

Ne se prononce pas : 3%

#1

Des jeunes qui se considèrent majoritairement comme en bonne santé, malgré un « très bon » état de santé nettement moins fréquent.

L'état de santé perçu et l'état de santé objectif ne se rejoignent pas toujours en raison de facteurs exogènes qui impactent la santé perçue et en raison de maladies qui n'empêchent pas de vivre pleinement sa vie.

#2

Dans les faits, plus de 40% souffrent d'un problème de santé.

Prédominent les troubles liés à la santé mentale et les migraines.

#3

La vision préventive de la santé est moins présente que dans le reste de la population.

Environ 1 jeune sur 3 pense qu'il n'a que peu de prise sur sa santé.

3

NIVEAU ET SOURCES D'INFORMATION EN SANTE

Des jeunes qui s'intéressent à la santé mais
dont le niveau d'information est perfectible



Intérêt pour l'information en santé

Un sujet qui intéresse sans forcément susciter de comportement proactif de recherche d'information

Un sujet qui vous intéresse et pour lequel **vous recherchez régulièrement de l'information**

36%

- Ont des enfants : 44%
- 24-25 ans : 40%
- Femmes : 39%

Un sujet qui vous intéresse mais pour lequel **vous ne recherchez pas spécialement d'information**

46%

Un sujet qui **ne vous intéresse pas vraiment**

15%

- Hommes : 18%

82%

Sujet qui intéresse

Q14. La santé est pour vous...

Base : à tous

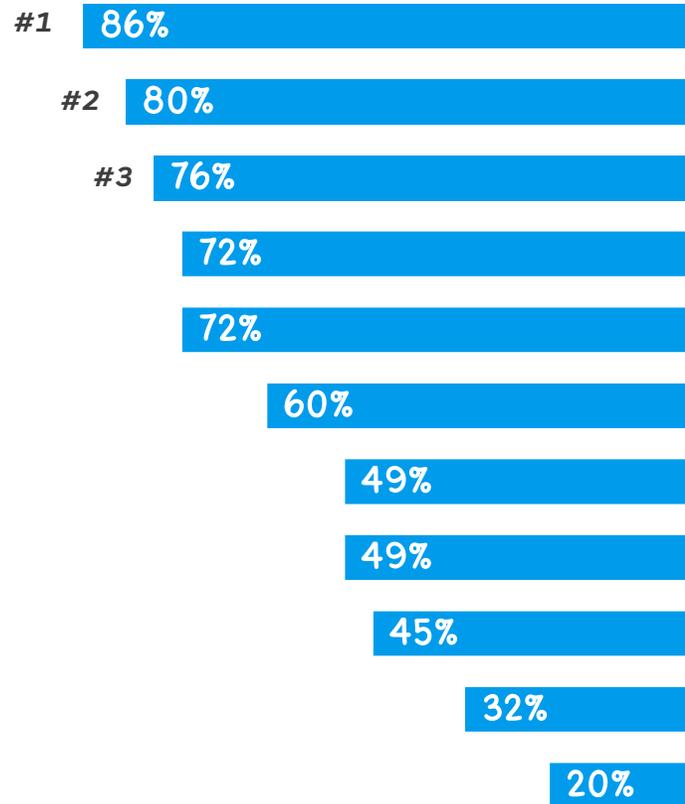
Ne se prononce pas : 3%

Sources d'information reconnues et consultées

Les professionnels, l'entourage et les autorités continuent de bénéficier du plus fort capital confiance. Mais quand il s'agit de chercher une information, Internet tire son épingle du jeu.

% Ont confiance

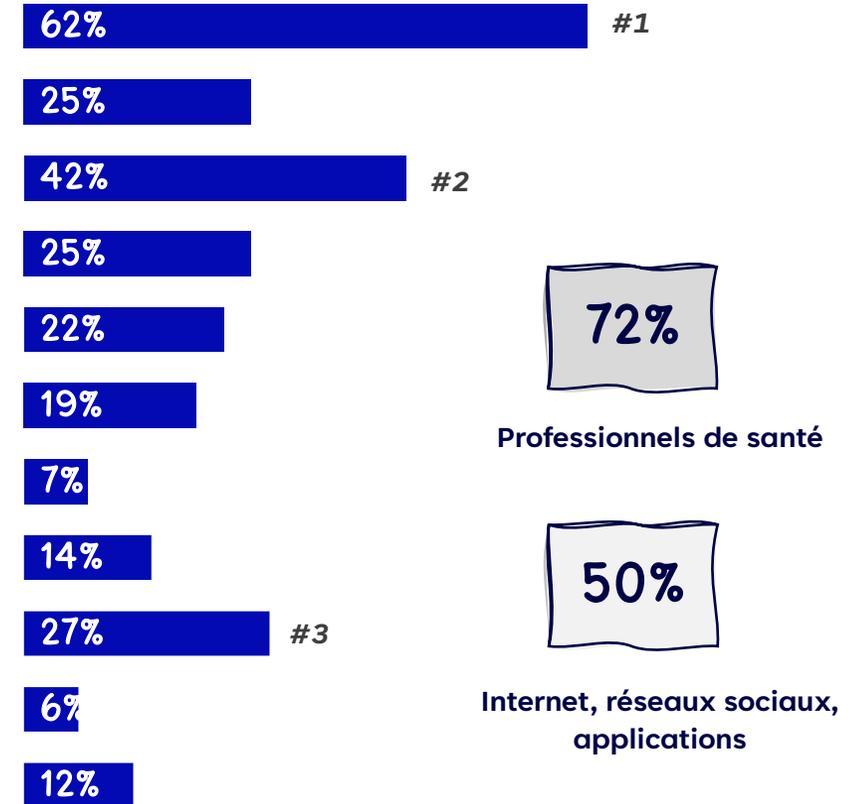
(Tout à fait ou plutôt)



Votre médecin traitant
Un autre professionnel de santé
Votre famille
Les autorités de santé
Votre mutuelle ou assurance
Vos amis
Les associations de patients
Les applis santé ou montres connectées
Les sites Internet de type Doctissimo, PasseportSanté, Dr Good !...
Les groupes de discussions avec d'autres jeunes ou patients sur Internet
Les influenceurs sur les réseaux sociaux

% Consultent

(Au global)



Q16. Quel est votre niveau confiance dans chacune des sources d'information suivantes en matière de santé ?

Base : à tous

Q15. Quelles sont les sources d'information que vous consultez en priorité pour vous informer ou agir pour votre santé ?

Base : à ceux qui recherchent régulièrement de l'information en matière de santé

Sentiment d'information

Un sentiment d'être mal informés en matière de santé partagé par un quart des jeunes, notamment les moins insérés socialement



des jeunes estiment être **bien informés** en matière de santé

- CSP+ : 83%

Dont



Très bien informés



Mal informés



Notamment...

- Ni scolarisés, ni en formation, ni en recherche d'emploi : 36%
- N'ont aucun suivi médical : 34%
- Sortent moins d'une fois par mois : 29%

Q13. Aujourd'hui, en matière de santé, vous sentez-vous...

Base : à tous

Ne se prononce pas : 3%

Connaissance des « rendez-vous prévention »

Un dispositif connu par un jeune sur deux et une utilité pas toujours reconnue



Q18. Le ministère de la Santé et de la Prévention a mis en place 4 rendez-vous de prévention à des âges clés de la vie pour faire le point sur la santé des individus et définir des objectifs prioritaires. Le premier rendez-vous a lieu à l'âge de 25 ans. Aviez-vous entendu parler de ce dispositif ?

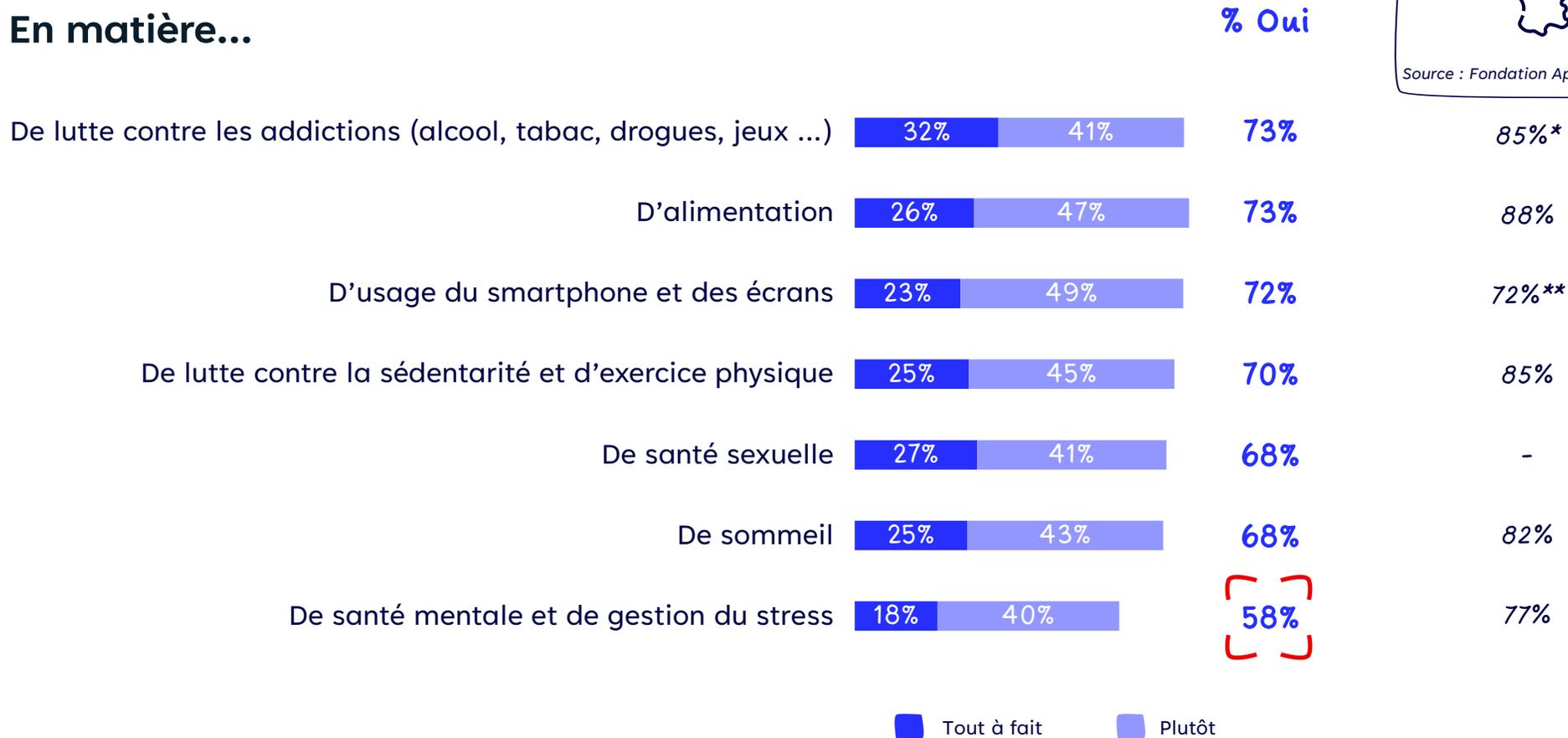
Ne se prononce pas : 4%

Base : à tous

Connaissance des bons comportements

Des jeunes considérant globalement connaître les bons gestes à adopter pour rester en bonne santé. Un niveau de connaissance néanmoins assez imprécis et un déficit notable concernant la santé mentale.

En matière...



Q17. Connaissez-vous les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...

Base : à tous

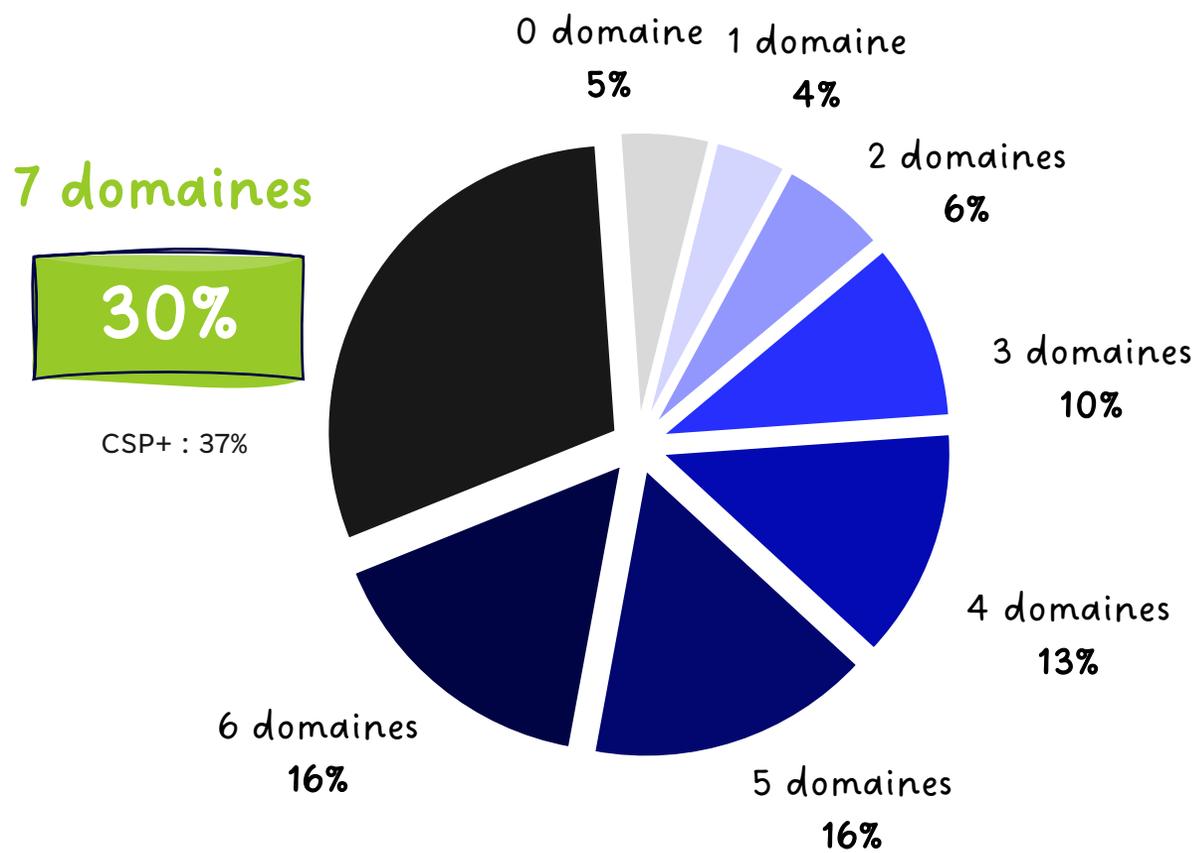
*Item légèrement différent : « lutte contre les addictions (alcool, tabac) »

**Item légèrement différent : « usage des outils digitaux »

Connaissance des bons comportements

Moins d'un tiers des jeunes connaissent les bons gestes et comportements à adopter dans les 7 domaines de santé évoqués

Connaissent les bons gestes et comportements à adopter dans...



Les bons
comportements sont
connus dans

**4,8 domaines sur 7
en moyenne**

Q17. Connaissez-vous les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...

Base : à tous

#1

La santé est un sujet qui intéresse les jeunes, sans susciter nécessairement de recherche proactive d'information.

Celle-ci est plus fréquente chez les jeunes qui sont parents.

#2

La confiance dans les sources d'information reste accordée en priorité aux acteurs « classiques » : professionnels, entourage, autorités.

Néanmoins une part non négligeable de jeunes se tournent vers internet quand ils ont besoin d'une information, malgré une confiance assez peu marquée envers cette source.

A noter néanmoins qu'ils se tournent davantage vers les sites ou applis santé que vers les contenus influenceurs.

#3

Un quart des jeunes se disent mal informés en matière de santé, notamment les jeunes les moins insérés socialement et n'ayant aucun suivi médical.

Si la connaissance des bons gestes à adopter apparaît a priori élevée, elle est peu solide et moins répandue que dans le reste de la population.

La manière de prendre soin de sa santé mentale et la gestion du stress sont les dimensions les moins appropriées.

4

SUIVI MEDICAL & CONSOMMATION DE SOINS

Des pratiques de consultations parfois
distendues, un renoncement aux soins fréquent

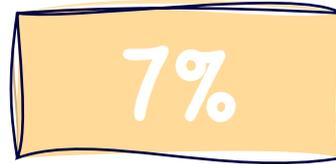


Couverture santé

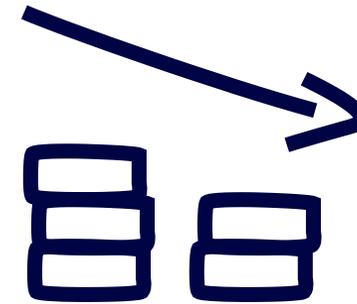
La possession d'une complémentaire est moins généralisée dans cette tranche d'âge



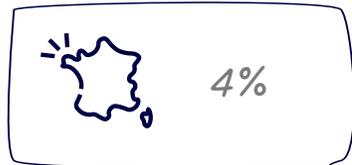
N'ont pas de
complémentaire santé



Ont la complémentaire
santé **solidaire**



Auprès de l'ensemble des Français



Source : Etude Fondation April / BVA 2022

RS10. Disposez-vous d'une complémentaire santé ou « mutuelle » (mutuelle, assurance ou institution de prévoyance) qui vous rembourse vos frais de santé en plus de la Sécurité sociale ?

Base : à tous

Suivi médical

Une part non négligeable de jeunes, plus importante que dans le reste de la population, n'a pas de médecin attitré et n'a donc pas de suivi médical

N'ONT AUCUN SUIVI

8%

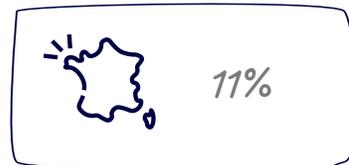
- Sans aucune complémentaire santé : 13%
- Mal informés sur la santé : 11%



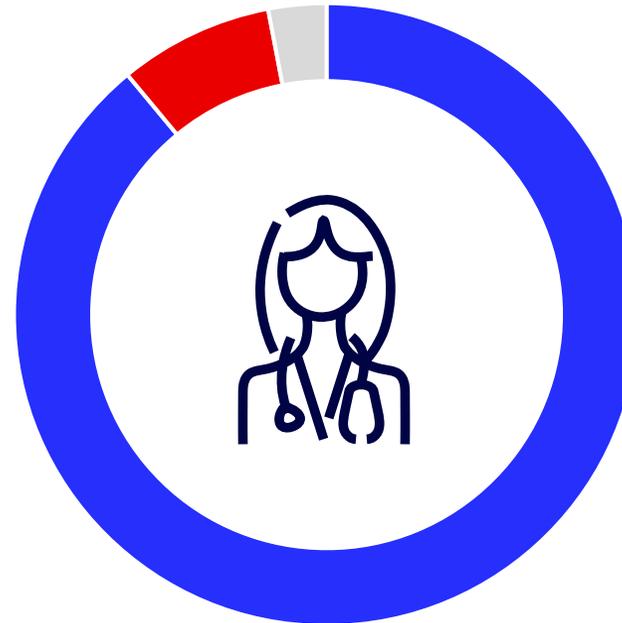
15%

N'ont pas de
médecin traitant

Auprès de l'ensemble des Français



Source : rapport du Sénat, mars 2022.



SONT SUIVIS PAR UN MEDECIN

89%

82%
Médecin
traitant

7%
Pas de médecin
traitant mais un
médecin consulté
régulièrement

Ne se prononce pas : 3%

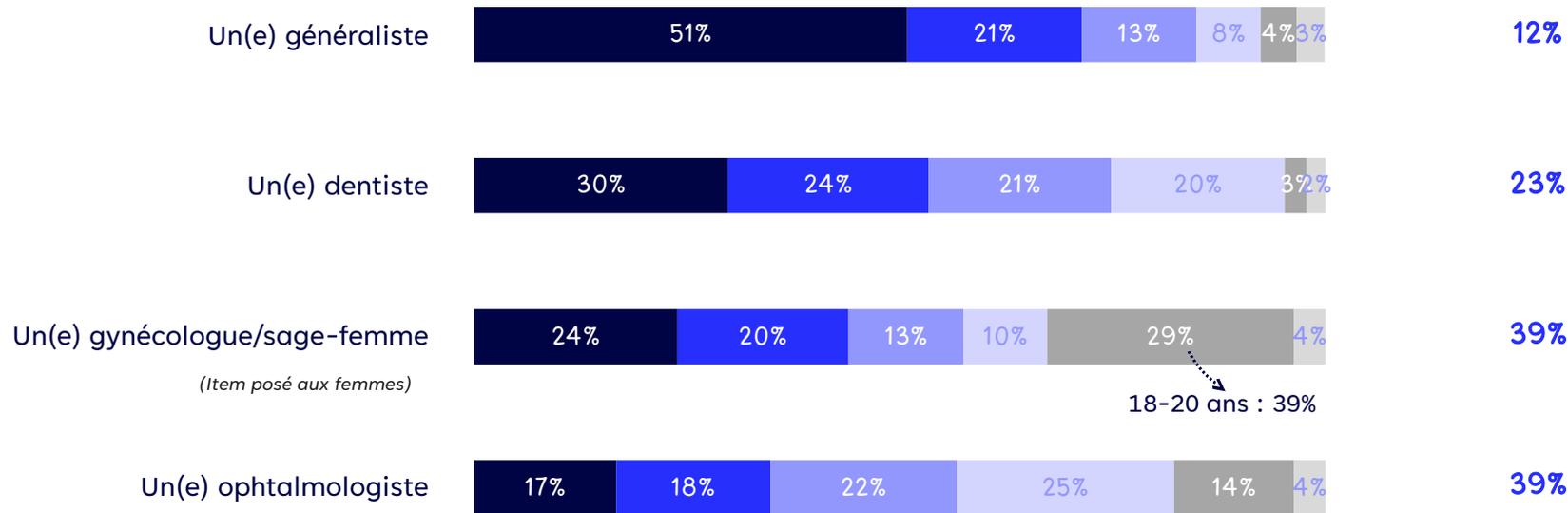
Q6. Avez-vous :

Base : à tous

Consultation de spécialistes

Les spécialistes sont nettement moins consultés par les jeunes. La consultation gynécologique semble notamment faire défaut chez bon nombre de jeunes femmes.

Il y a au moins 2 ans voire jamais



- Ruraux : 29%
- Aucune complémentaire santé : 28%

- Province : 42%

Moins de 6 mois
 De 6 mois à moins d'1 an
 D'1 an à moins de 2 ans
 2 ans ou plus
 Vous n'en avez jamais consulté
 Ne se prononce pas

Q7. A quand remonte votre dernière consultation avec....

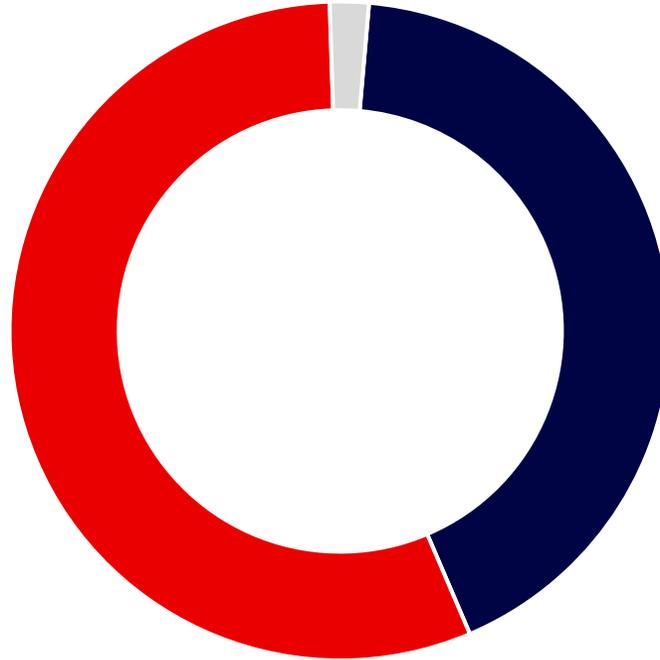
Base : à tous

Recours à la médecine non conventionnelle

Des jeunes qui ont, malgré leur âge, déjà assez largement expérimenté d'autres types de médecines

N'ont jamais consulté des
praticiens de médecine non
conventionnelle

56%



Ont déjà consulté des
praticiens de médecine non
conventionnelle

42%

- CSP+ : 56%
- Ont des enfants : 56%

Auprès de l'ensemble des Français



Source : enquête BVA / ADAF 2021

Ne se prononce pas : 2%

Q8. Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà consulté des praticiens de médecine non conventionnelle (homéopathe, ostéopathe, naturopathe, acupuncteur, sophrologue, diététicien, hypnothérapeute...)

Base : à tous

Renoncement aux soins

Un renoncement au soin vécu par 4 jeunes sur 10, notamment par manque de temps

40%

des jeunes ont dû renoncer
à une consultation au
cours de l'an passé

- Complémentaire santé étudiante : 52%
- Parisiens : 47%

Ne se prononce pas : 2%

Q11. Au cours des 12 derniers mois, avez-vous dû renoncer à une consultation, un examen ou un traitement médical dont vous aviez besoin ?

Base : à tous

Dont

14%

Plusieurs fois

Sans ressources : 23%



Par manque de temps

29%

Par manque de moyens financiers

23%

Du fait de délais d'attente trop longs pour avoir un rendez-vous

23%

Du fait du refus des médecins de prendre de nouveaux patients

17%

Parce que vous ne pensez pas ou plus en avoir besoin

16%

Du fait du manque de médecins
à une distance raisonnable de votre domicile

15%

Du fait de problèmes de transports

14%

Par impossibilité de trouver un médecin le soir, le week-end ou
pendant les vacances

14%

Autre : 1%

Ne se prononce pas : 4%

Total supérieur à 100% car plusieurs réponses étaient possibles

Q12. Pour quelles raisons avez-vous dû renoncer ?

Base : à ceux qui ont dû renoncer

Consommation de médicaments

Une consommation de médicaments modérée par rapport à l'ensemble des Français



des jeunes consomment
régulièrement des
médicaments
(au moins de temps en temps)

Dont



Tous les jours

Après de l'ensemble des Français



Source : Etude BVA / ADAF 2021



Rarement ou jamais

Notamment...

- Ont au moins une maladie : 70%
- 24-25 ans : 59%
- En surpoids : 59%

Notamment...

- Femmes : 19%
- Sans ressources : 18%

Q9. Au cours des 12 derniers mois, à quelle fréquence avez-vous pris des médicaments, qu'ils soient avec ou sans ordonnance ?

Base : à tous

Ne se prononce pas : 1%

#1

Une couverture en matière de santé moins répandue que dans le reste de la population et qui pèse sur la fréquence de consultation médicale.

La déclaration d'un médecin traitant est aussi moins institutionnalisée chez ces jeunes.

#2

Si le médecin généraliste est largement consulté, le recours aux spécialistes dans une optique de contrôle régulier est beaucoup moins ancré dans les habitudes.

Les jeunes n'hésitent pas en revanche à expérimenter la médecine non conventionnelle.

#3

Le renoncement au soin est largement répandu, par manque de temps ou de moyens financiers. La question de l'accès aux soins est également mise en avant (délais trop longs, refus des nouveaux patients, absence de médecin à une distance raisonnable).

5

VACCINATION & DEPISTAGE

Une pratique de dépistage assez limitée et une certaine distance vis-à-vis de la vaccination



Réalisation de dépistages

Une démarche de dépistage expérimentée par un tiers des jeunes au cours de l'an passé

32%

des jeunes déclarent avoir fait
au moins un de ces dépistages
au cours des 12 derniers mois

CSP+ : 45%

Aucune complémentaire santé : 15%

8%

Ont fait ces quatre
dépistages



% Oui

Le VIH

19%

L'hépatite B

17%

L'hépatite C

17%

Le HPV (papillomavirus)

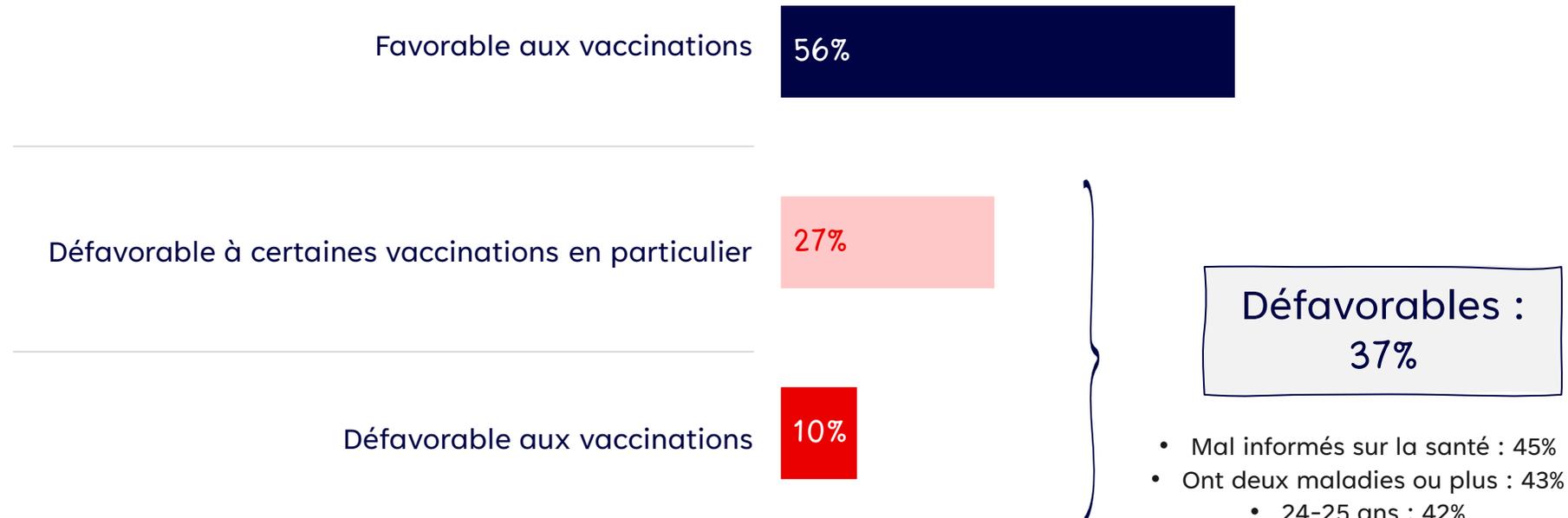
16%

Q10. Au cours des 12 derniers mois, avez-vous déjà fait un examen de dépistage pour...

Base : à tous

Rapport à la vaccination

Seule la moitié des jeunes est favorable à la vaccination



Ne se prononce pas : 7%

Q38. Concernant la vaccination, êtes-vous...

Base : à tous

Raisons d'opposition à la vaccination

Des réticences liées à la crainte d'effets secondaires et à la défiance envers l'utilité des vaccinations



16%

Effets secondaires
néfastes

14%

Méfiance
(manipulation, pas fiable)

14%

C'est inutile, inefficace

11%

Manque de recul,
encore en phase test

11%

Manque d'information
sur le contenu

10%

Mentionnent le
vaccin Covid

8%

Peur, c'est dangereux

2%

N'aime pas les piqûres

1%

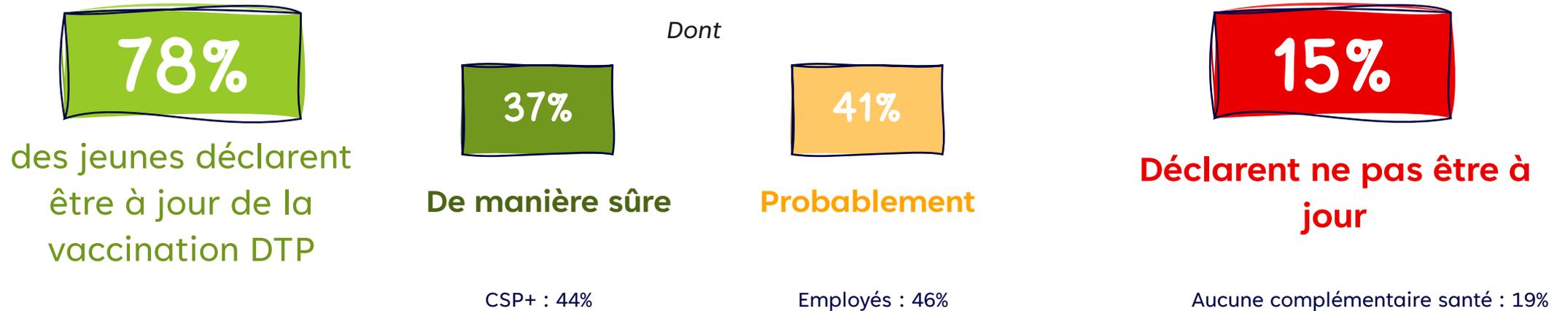
Allergies

Q39. Pourquoi êtes-vous défavorable aux vaccinations ou certaines vaccinations en particulier ?

Base : aux personnes défavorables à la vaccination

Vaccination contre le DTP

Une couverture contre le DTP à combler : plus d'un jeune sur dix déclare ne pas être à jour, d'autres expriment assez largement leur incertitude



Q40. Êtes-vous à jour de la vaccination contre le DTP, c'est-à-dire la diphtérie, le tétanos et la poliomyélite ?

Base : à tous

Ne se prononce pas : 7%

#1

Des actions de dépistage pratiquées de manière minoritaire, mais dans des proportions équivalentes quels que soient la maladie/virus.

#2

Une défiance envers les vaccinations partagée par plus d'un tiers des jeunes, notamment parmi ceux qui s'estiment mal informés en matière de santé.

Crainte des effets secondaires, défiance envers l'utilité des vaccins, sentiment de manipulation expliquent cette distance.

#3

Sur le cas précis du DTP, peu de jeunes certifient de manière sûre qu'ils sont vaccinés.

6

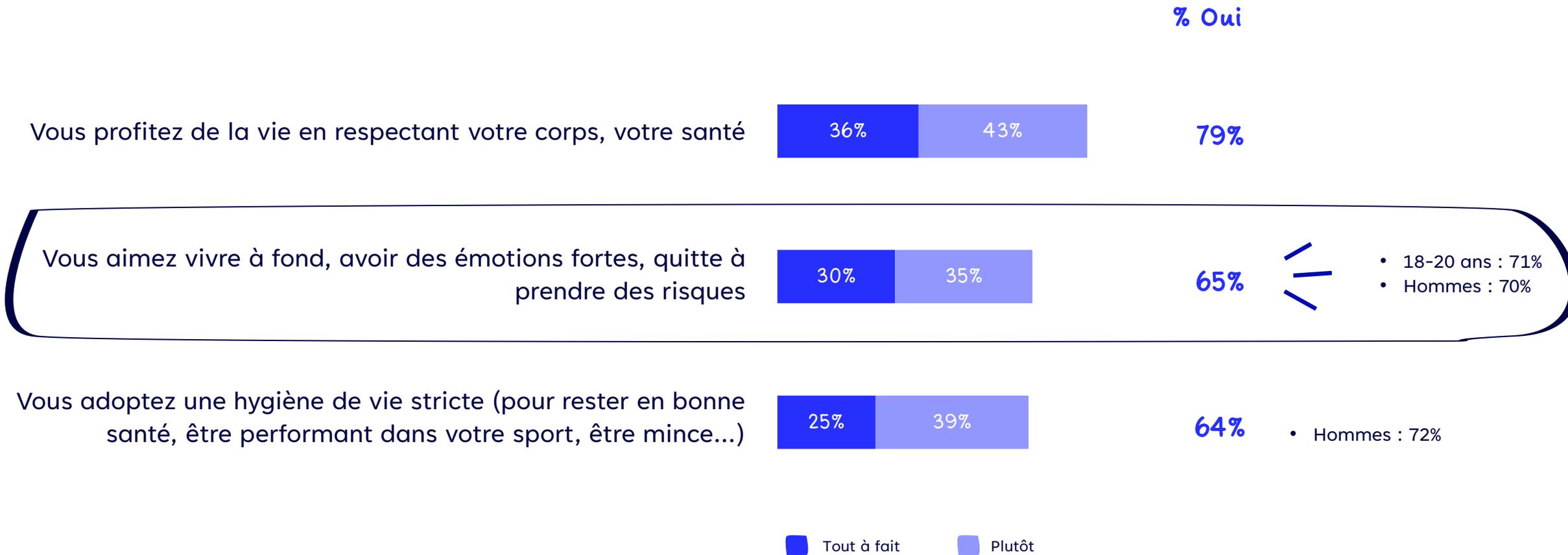
EXPOSITION AUX RISQUES

Des jeunes exposés à différents risques,
notamment la sédentarité et la souffrance
psychique



Santé et prise de risque

La prise de risque est largement répandue chez les jeunes

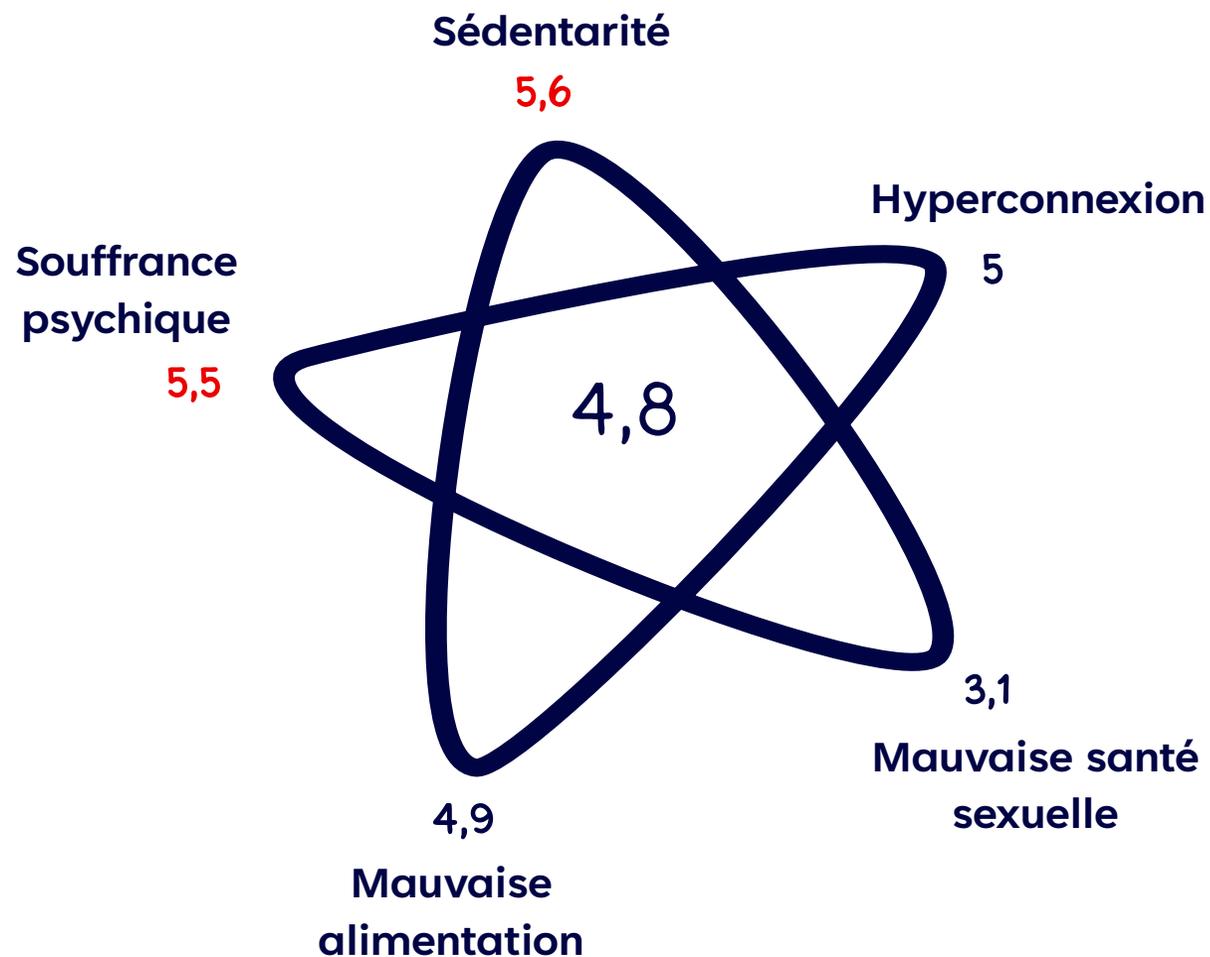


Q5. Pour chacune des attitudes suivantes, diriez-vous qu'elle vous correspond tout à fait, plutôt, plutôt pas, ou pas du tout ?

Base : à tous

Vulnérabilité aux différents risques

Des jeunes qui seraient exposés avant tout aux risques de sédentarité et de souffrance psychique



4,8

Indice moyen d'exposition à ces différents risques

A la recherche d'un premier emploi : 5
Sortent moins d'une fois par mois : 5
Ressources mensuelles <1000 euros : 5
Femmes : 5
CSP- : 4,9

Construction de l'indice :

L'indice moyen est obtenu par une variable-score construite pour chaque thématique. Chaque comportement recommandé est pris en compte, par la comptabilisation de « 1 point » pour chaque réponse « oui » sur un comportement déconseillé et pour chaque réponse « non » sur un comportement recommandé. Le nombre de points est rapporté au nombre d'items renseignés (hors « ne se prononce pas ») et ramené à une note sur 10 par l'application d'un coefficient. Cette variable-score n'inclut pas les items pour lesquels le répondant ne s'est pas exprimé.

Q20/Q22/Q25/Q28/Q32

Base : à tous

Dépendances et addictions

Des addictions déjà largement ancrées chez cette génération, avec en premier lieu la dépendance aux écrans

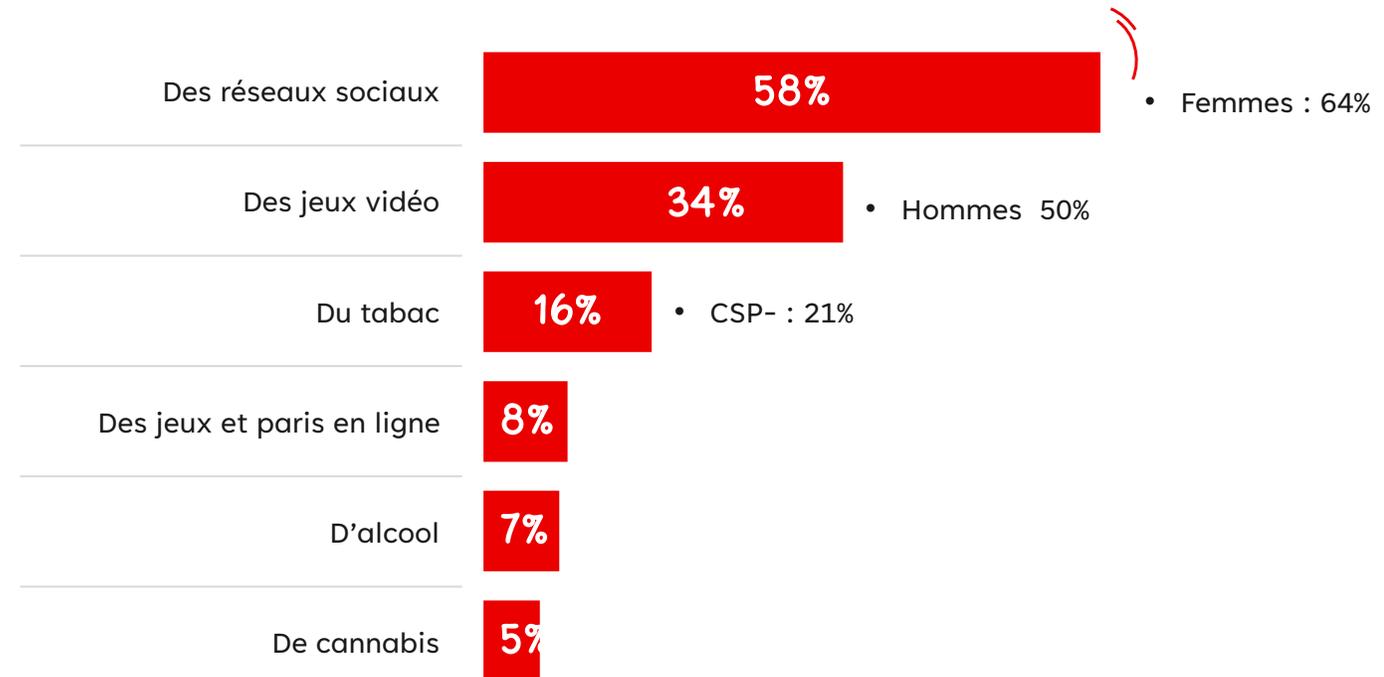
79%

des jeunes déclarent
avoir **au moins un
comportement addictif**

A la recherche d'un premier emploi : 86%

3%

Citent **4 comportements
addictifs ou plus**



Aucun de ces items : 20%
Ne se prononce pas : 1%

Q19. Aujourd'hui, diriez-vous que dans votre vie quotidienne, vous ne pouvez pas vous passer ...

Base : à tous

Total supérieur à 100% car plusieurs réponses étaient possibles

6

EXPOSITION AUX RISQUES

6.1 Alimentation



Exposition aux risques en matière d'alimentation

Des jeunes sujets au risque d'une mauvaise alimentation, avant tout en raison du grignotage et de la consommation insuffisante de fruits et légumes au profit d'un régime trop protéiné



4,9/10

Indice d'exposition au
risque d'une mauvaise
alimentation

- Ruraux : 5,2
- Sans ressources : 5,2
- 18-20 ans : 5,1

Q20. De manière générale, comment qualifieriez-vous votre alimentation au quotidien ?

Base : à tous

Ressources financières et alimentation

Des jeunes qui ne peuvent pas toujours allouer un budget suffisant à une alimentation équilibrée

Vos ressources financières vous permettent de
vous alimenter correctement



65%

Oui



31%

Non



Notamment...

- A la recherche d'un premier emploi : 40%
- Femmes : 36%
- En surpoids : 36%

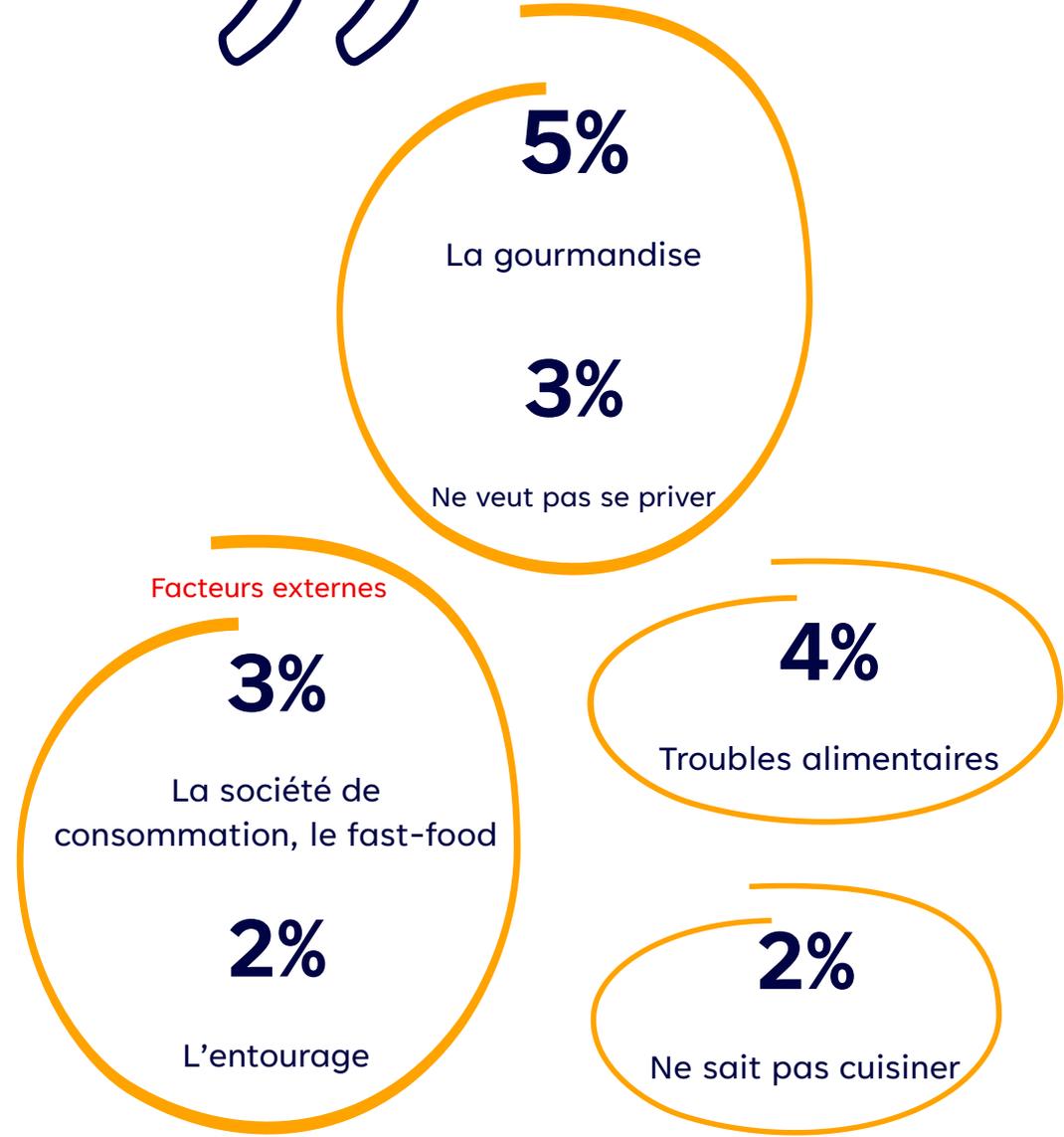
Ne se prononce pas : 4%

Q20. De manière générale, comment qualifieriez-vous votre alimentation au quotidien ?

Base : à tous

Obstacles au bien manger

Un manque d'argent qui fait partie des principales raisons de mal manger, mais certaines raisons tiennent aussi du comportement et de leviers potentiellement actionnables

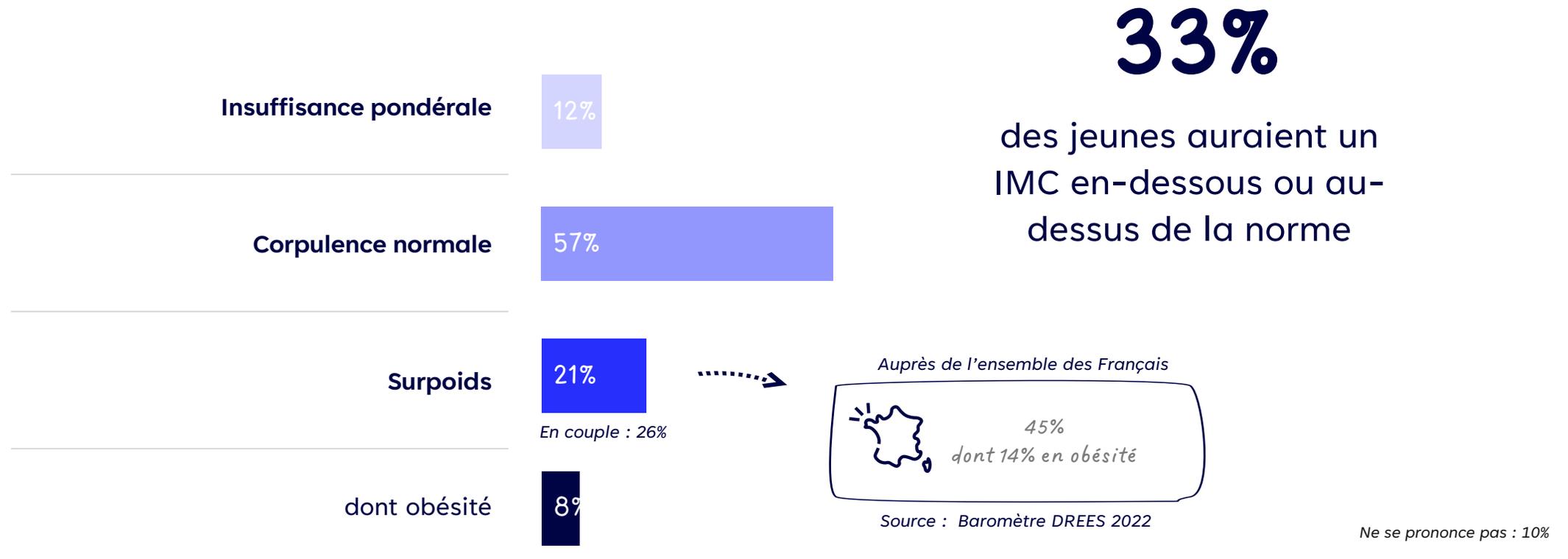


Q21. Qu'est ce qui aujourd'hui vous empêche d'adopter une alimentation plus saine et plus équilibrée ?

Base : à tous

Indice de masse corporelle (IMC)

Des jeunes qui seraient globalement moins en surpoids que l'ensemble des Français, mais autant en obésité



RS12. Quelle est votre taille ? / RS13. Quel est votre poids actuel ?

Base : à tous

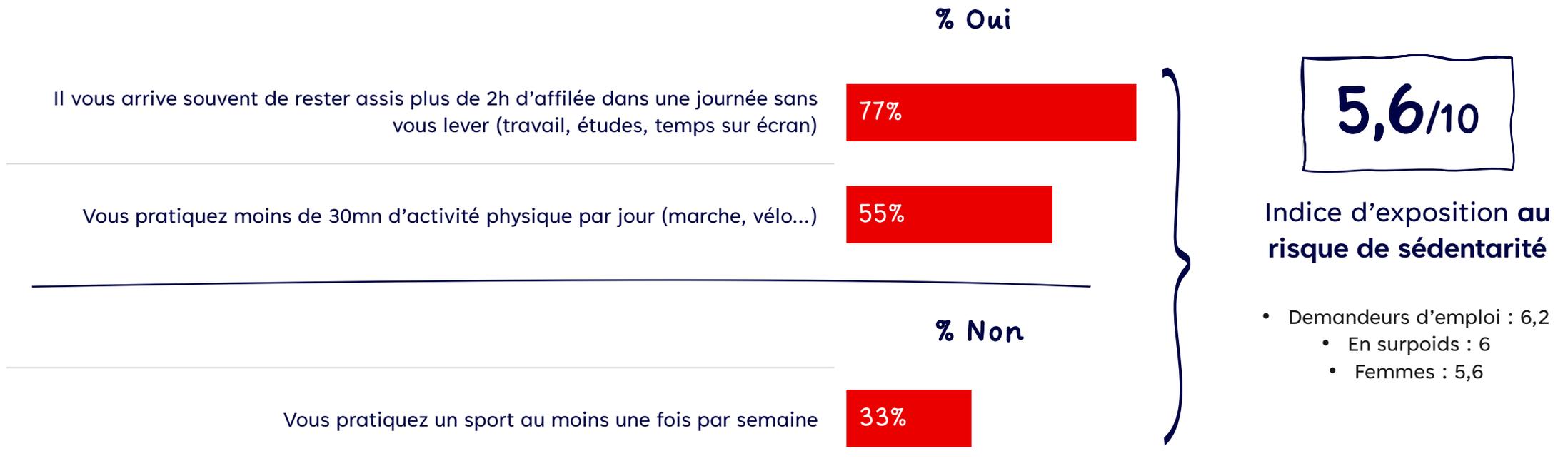
6 EXPOSITION AUX RISQUES

6.2 Exercice physique



Exposition aux risques en matière d'activité physique

Des jeunes exposés au risque de sédentarité, principalement du fait de la station assise prolongée mais aussi du manque d'activité physique régulière



Q22. De manière générale, comment qualifieriez-vous votre niveau d'activité physique ?

Base : à tous

Gestion de l'activité physique

A l'inverse, le sport est monitoré ou devient une addiction pour certains

47%

Ont une montre connectée ou appli



Notamment...

- CSP+ : 63%
- Sortent plusieurs fois par semaine : 55%
- Vivent sans leurs parents : 51%

38%

Ne peuvent se passer de sport



Notamment...

- CSP+ : 51%
- Hommes : 48%
- Lycéens : 47%
- Utilisent une montre connectée : 44%

RS9. Disposez-vous d'une montre connectée ou d'une appli pour suivre votre état de santé ou votre activité physique ?

Base : à tous

Q19 - Aujourd'hui, diriez-vous que dans votre vie quotidienne, vous ne pouvez pas vous passer ...

Base : à tous

Obstacles à l'activité physique

Au-delà de nombreuses citations relatives au manque de temps, certains jeunes avouent également leur manque d'enthousiasme pour l'activité physique



29%

Le manque de temps

21%

Manque de volonté

14%

Beaucoup de travail
(manque de temps et
fatigue du fait du travail)

9%

Temps consacré
aux études

Facteurs externes

7%

Problèmes de santé
(douleurs chroniques,
blessures)

5%

Par fatigue

6%

Pratique déjà du sport

5%

A cause de l'entourage
social, familial
Raison externe

2%

N'aime pas le sport

3%

Le manque d'argent
Raison externe

Q23. Qu'est ce qui aujourd'hui vous empêche de faire plus d'exercice physique ou de sport ?

Base : à tous

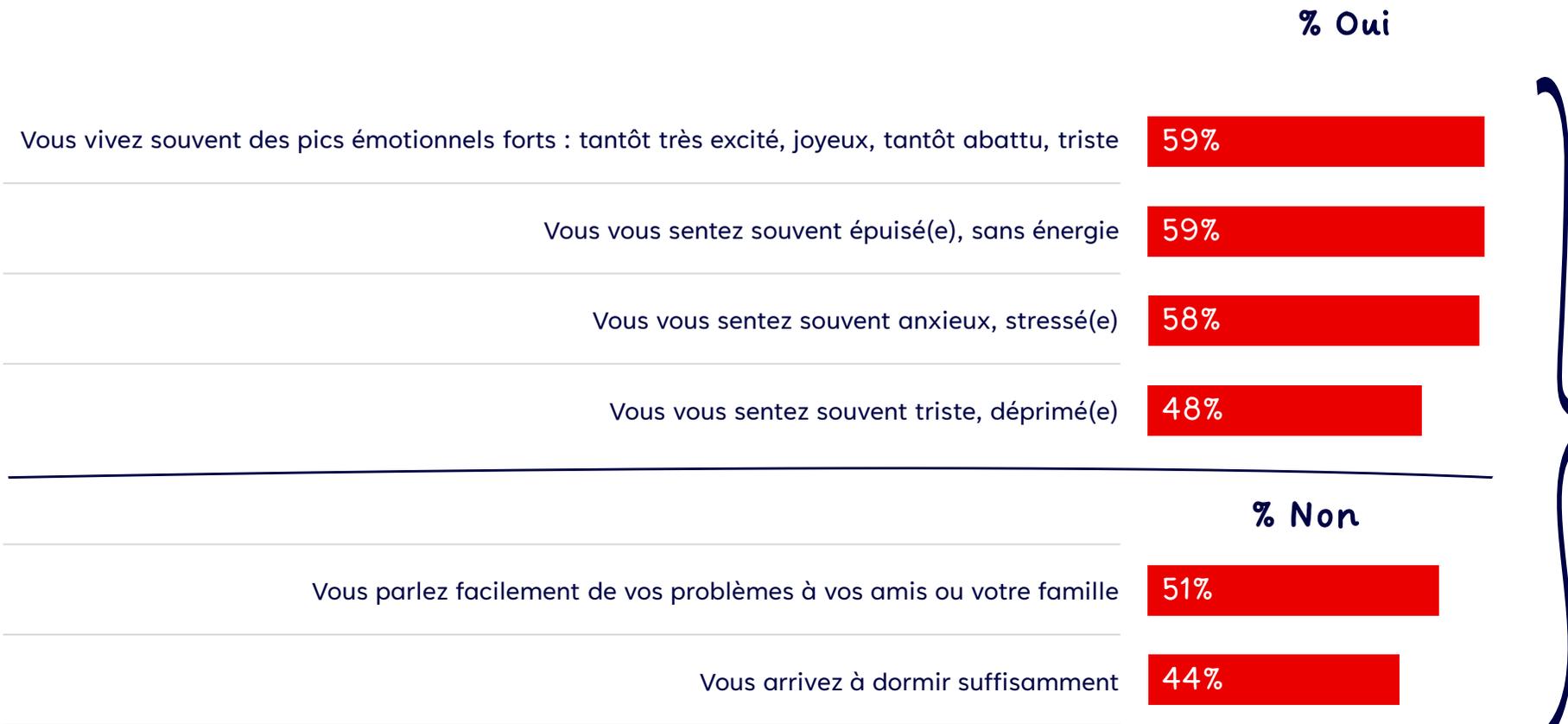
6 EXPOSITION AUX RISQUES

6.3 Santé mentale



Situation en matière de santé mentale

Des jeunes fortement exposés aux risques mentaux, notamment vis-à-vis de leur gestion des émotions et du stress



5,5/10

Indice d'exposition au risque de souffrance psychique

- Femmes : 6,2
- A la recherche d'un premier emploi : 6,1
- Élèves, étudiants : 5,8
- 18-20 ans : 5,7

Q25. De manière générale, comment qualifieriez-vous votre moral et état mental ?
Base : à tous

Consultation de spécialistes de la santé mentale

Une consultation encore peu fréquente au regard du besoin des jeunes : de nombreux jeunes présentant des signes de mauvaise santé mentale n'ont encore jamais consulté de spécialiste

Non

58%

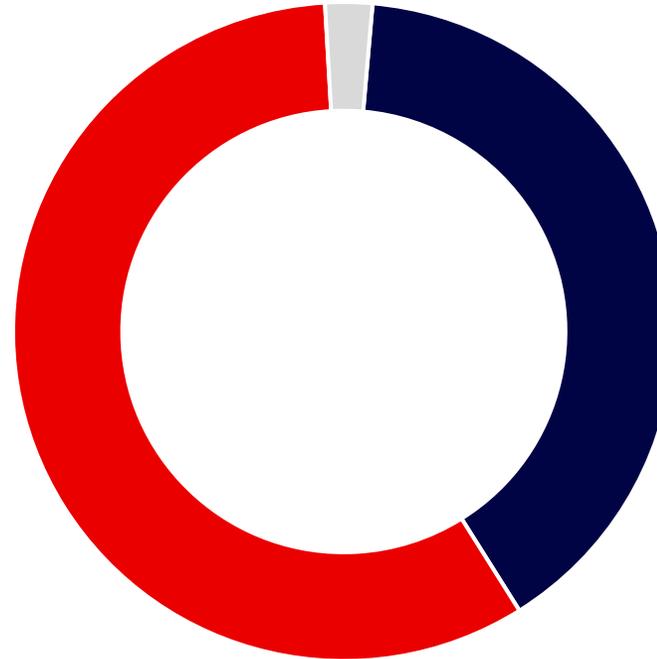


52% des jeunes ayant un **risque avéré en santé mentale*** n'ont jamais consulté de spécialiste de la santé mentale

**Indice important ou maximal d'exposition au risque de souffrance psychique, ou problèmes de santé mentale cités à la question « Etes-vous atteint(e) d'une ou plusieurs maladies ou troubles suivants ? ».*

« Indice important » : indice compris entre 5/10 et 7,4/10

« Indice maximal » : indice compris entre 7,5/10 et 10/10



Oui

40%

- CSP+ : 52%
- Femmes : 45%

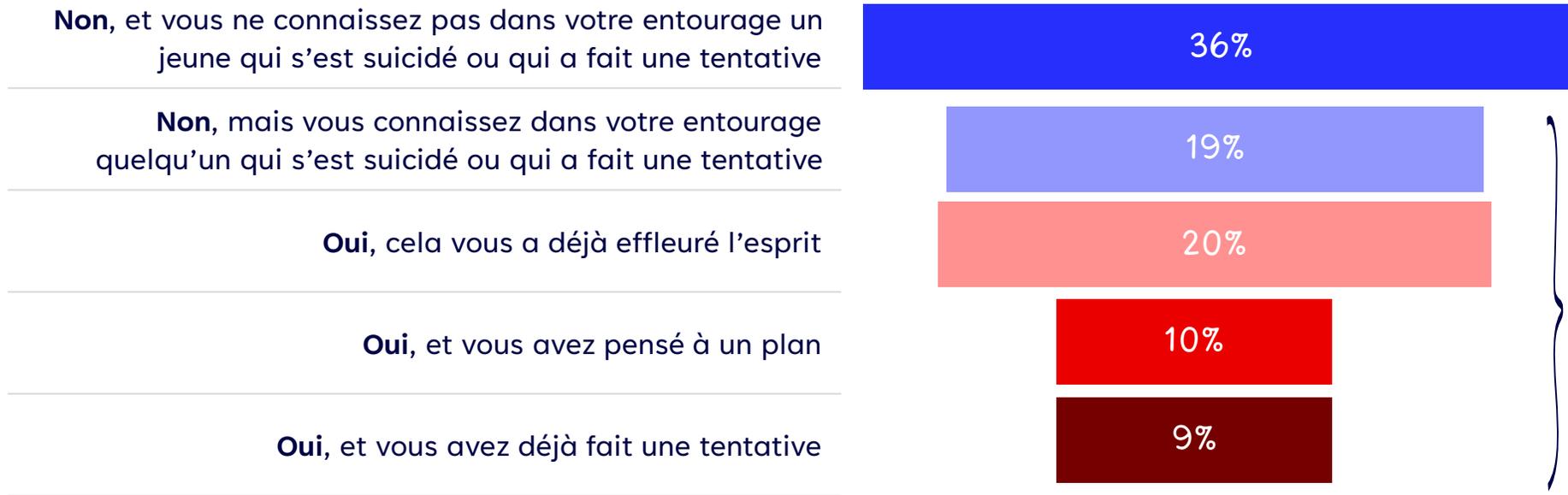
Ne se prononce pas : 2%

Q24. Avez-vous déjà consulté un spécialiste de la santé mentale (psychologue, psychiatre...) ?

Base : à tous

Pensées suicidaires

Un sujet qui touche de près ou de loin 6 jeunes sur 10. Des pensées suicidaires pour eux-mêmes exprimées par 4 jeunes sur 10



En proximité avec le sujet :
58%

39%

des jeunes ont déjà pensé au suicide

- Appartement < 20m2 : 50%
- Ressources mensuelles <500 euros : 45%
 - Femmes : 43%
 - Parisiens : 43%

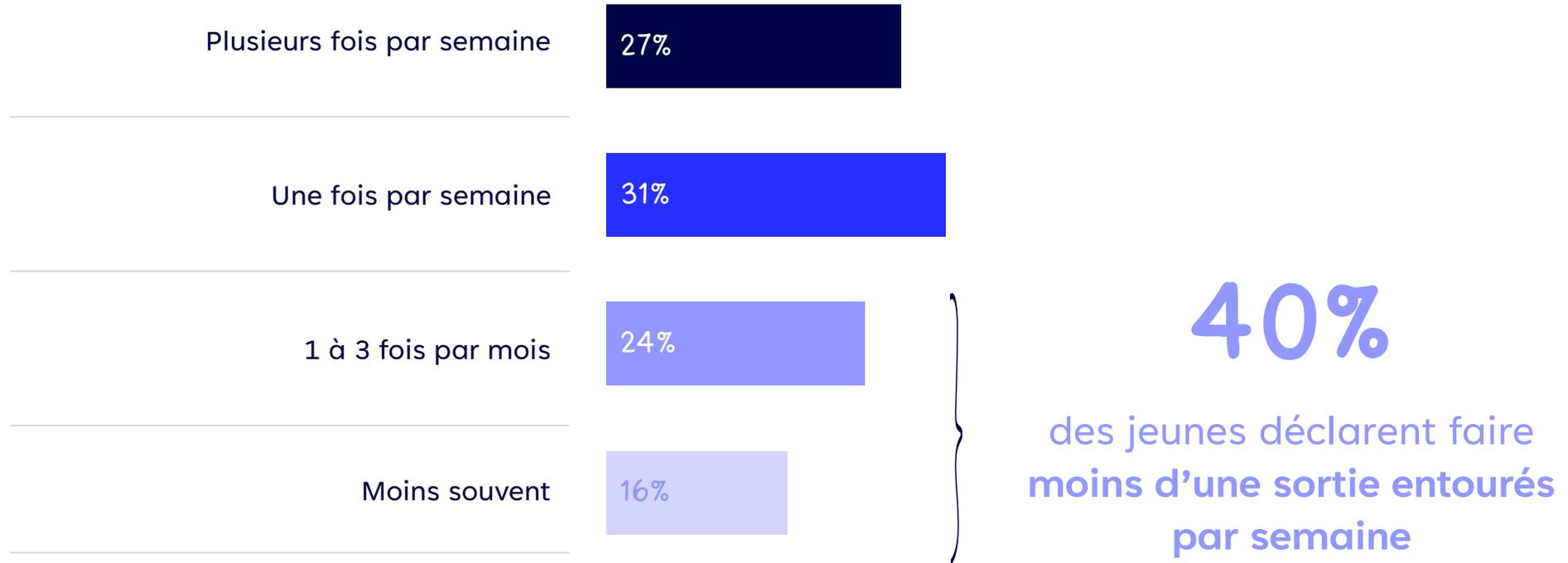
Q26. Avez-vous déjà pensé au suicide ?

Base : à tous

Ne se prononce pas : 6%

Vie sociale

Une part non négligeable de jeunes n'a pas de vie sociale régulière



Ne se prononce pas : 2%

RS8. A quelle fréquence en moyenne, effectuez-vous des activités ou sorties entre amis ou en groupe (cinéma, bar, sport, concert...)?

Base : à tous

6

EXPOSITION AUX RISQUES

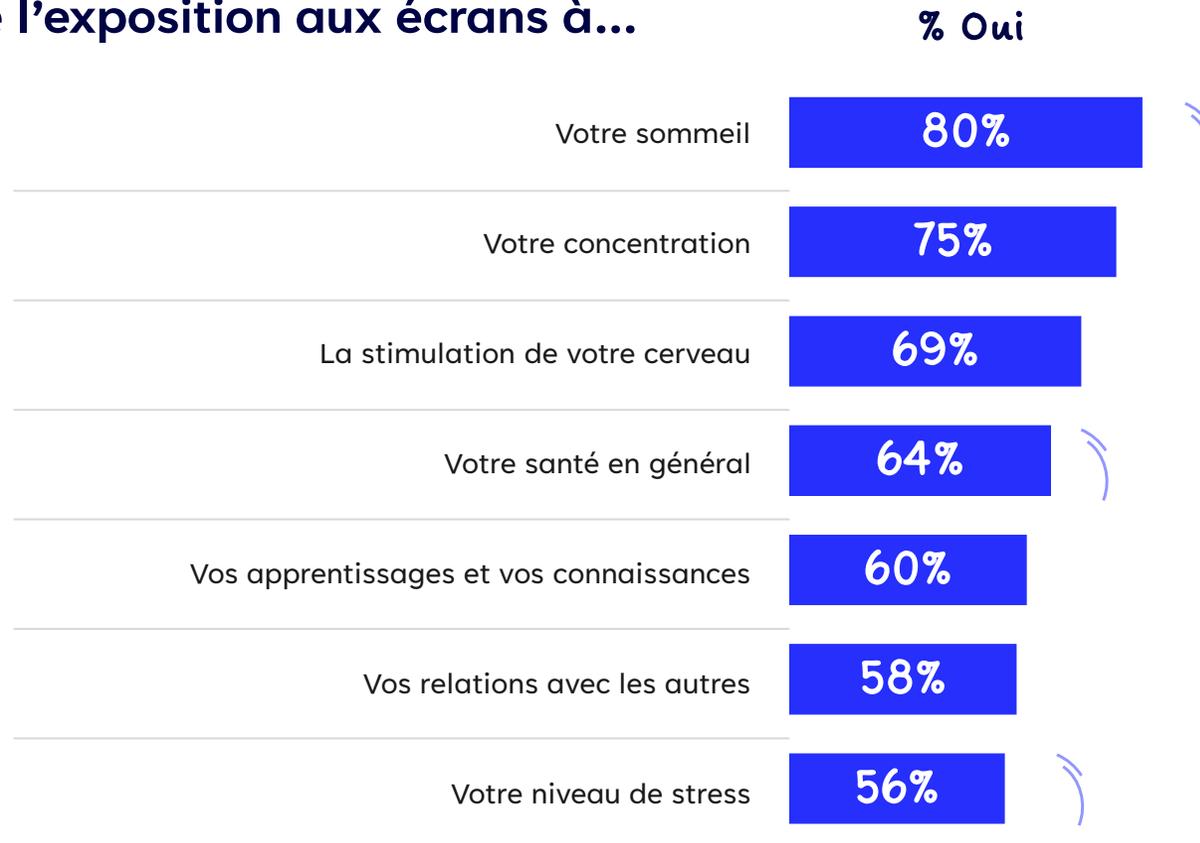
6.4 Écrans



Perception des risques associés à l'exposition aux écrans

Des jeunes conscients de la nuisance possible des écrans, mais qui sous-estiment la variété de leurs effets, notamment sur leur santé

Nuisance de l'exposition aux écrans à...



94%

des jeunes sont conscients d'au moins un risque

29%

Sont conscients de tous les risques

Femmes : 33%

Q30. Selon vous, l'exposition aux écrans peut-elle nuire à...

Base : à tous

Temps d'écran quotidien

Malgré la connaissance du danger, les jeunes consacrent une part conséquente de leur journée sur des écrans, parfois plus de 10h. Les vacances ne sont pas une opportunité de déconnexion, bien au contraire.

58% déclarent ne pas pouvoir se passer des réseaux sociaux dans leur vie quotidienne
34% des jeux vidéos, **8%** des paris en ligne *

En moyenne sur des écrans

(Hors ne se prononce pas)

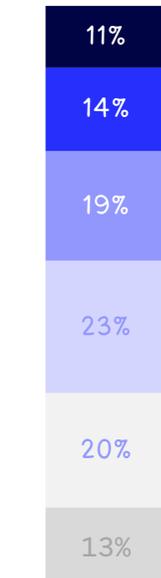


6h36/jour

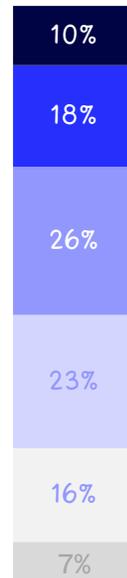
6h49/jour

7h02/jour

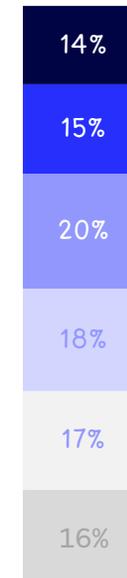
- Plus de 10h
- 9 à 10h
- 6 à 8h
- 4 à 5h
- Moins de 4h
- Ne se prononce pas



En semaine



Le week-end



En vacances

Profils plus prompts à passer plus de 10h par jour sur des écrans :

- Ressources financières faibles ou inexistantes
- Mal informés en matière de santé
- En obésité

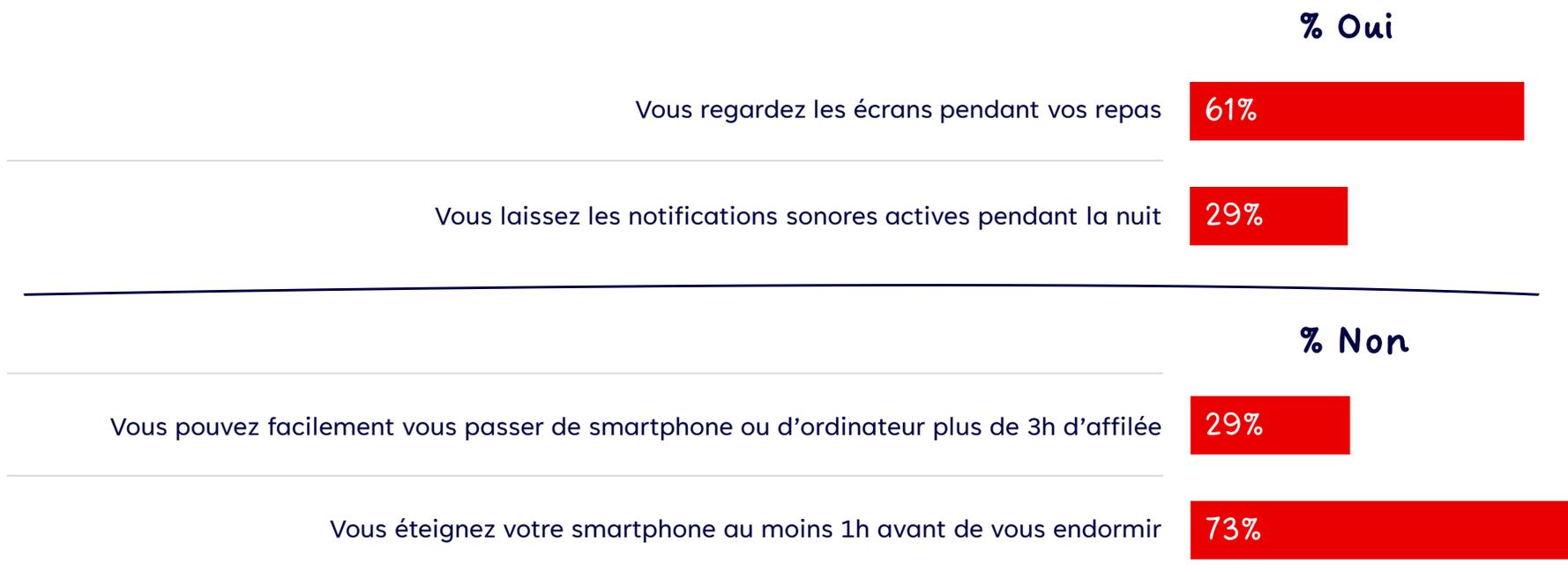
Q27. Combien d'heures passez-vous sur des écrans par jour (ordinateur, smartphone ou tablette) ?

Base : à tous

*Rappel Q19.

Exposition aux risques en matière d'usage des écrans

Un risque d'hyperconnexion pour les jeunes, notamment pour l'absence de coupure avec les écrans juste avant de dormir et pendant les repas



5/10

Indice d'exposition au
risque
d'hyperconnexion

- En surpoids : 5,3
- Femmes : 5,2
- 24-25 ans : 5,2

Q28. De manière générale, comment qualifieriez-vous votre usage des écrans ?

Base : à tous

Obstacles à la déconnexion

Un temps d'écran imputable au travail et aux études, mais aussi à l'utilisation loisir - qui peut se transformer en addiction pour certains



17%

Obligation professionnelle

Facteur externe

12%

Par ennui, pour s'occuper

5%

Pas d'envie de réduire,
aime passer du temps
sur les écrans

Facteur externe

8%

Les cours, les études

8%

Pour communiquer
avec ses proches

9%

Trouver une activité
alternative aux écrans
(sortir ou faire du sport)

3%

Le divertissement

Facteur externe

4%

C'est indispensable, tout est
numérisé

9%

Addiction aux jeux,
aux écrans

4%

Dépendance aux réseaux
sociaux

3%

Le manque d'argent

3%

Le fait d'accéder aux
informations

2%

Par habitude, réflexe

1%

Par solitude

Q29. Qu'est ce qui aujourd'hui vous empêche de passer moins de temps sur les écrans ?

Base : à tous

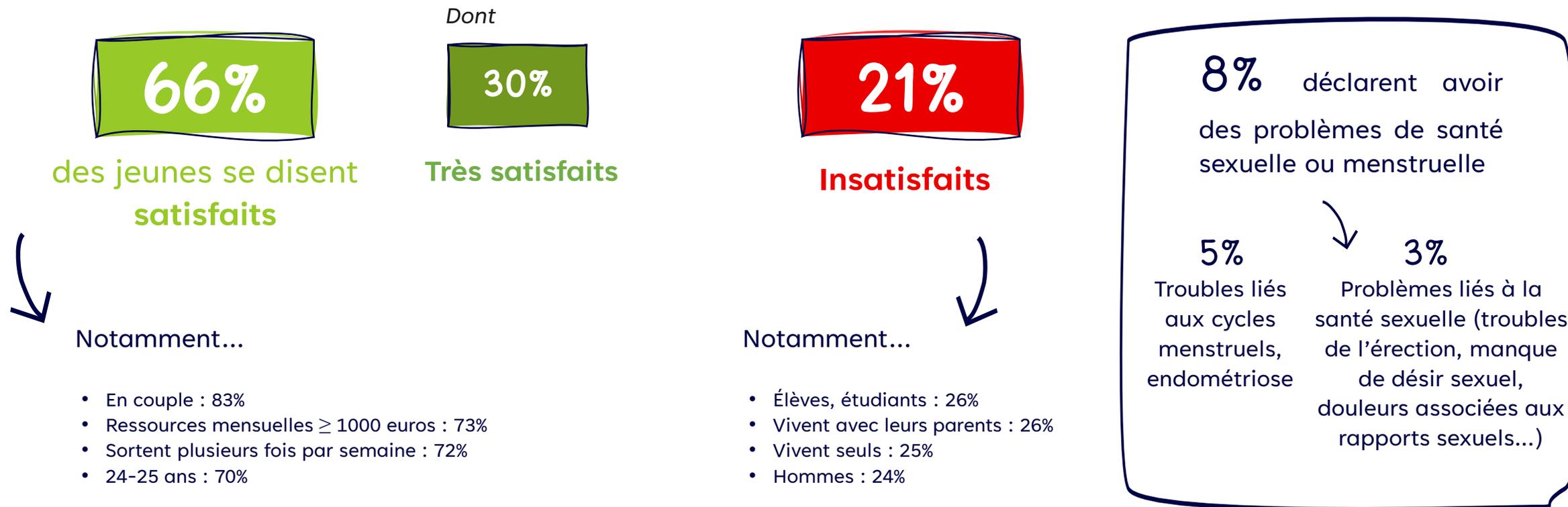
6 EXPOSITION AUX RISQUES

6.5 Santé sexuelle



Niveau de satisfaction concernant leur vie sexuelle

Une insatisfaction ressentie par un jeune sur cinq. Certains jeunes déclarent par ailleurs avoir des troubles de santé sexuelle ou menstruelle, pouvant probablement influencer sur leur satisfaction



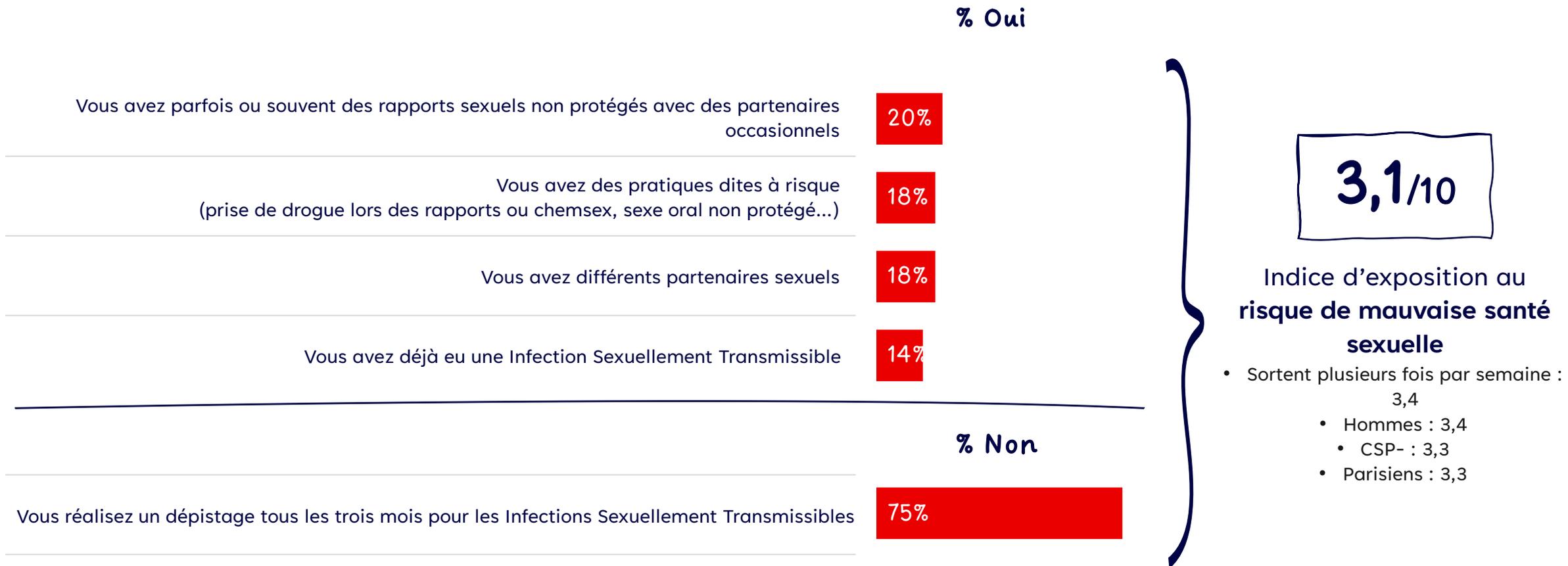
Q31. De manière générale, êtes-vous satisfait(e) de votre vie sexuelle ?

Base : à tous

Ne se prononce pas : 13%

Exposition aux risques en matière de santé sexuelle

Des jeunes exposés de manière limitée au risque de mauvaise santé sexuelle, bien que les trois quarts d'entre eux ne réalisent pas de dépistage régulier



Q32. De manière générale, comment qualifieriez-vous votre santé sexuelle ?

Base : à tous

6 EXPOSITION AUX RISQUES

6.6 Tabac, alcool et drogue

Dimensions non prises en compte dans le calcul de l'indice moyen d'exposition aux risques, en raison des questions filtrées pour une moitié de l'échantillon.



Tabagisme et vapotage

Un tabagisme pratiqué par un tiers des jeunes, dont un jeune sur cinq quotidiennement. Un vapotage moins fréquent

Tabac

(cigarettes, cigarettes roulées, narguilé)

32%

des jeunes déclarent
fumer du tabac

CSP- : 37%

Auprès de l'ensemble des Français



Source : Santé publique France

Dont :

12%

5 cigarettes ou plus
par jour

7%

1 à 5 cigarettes par
jour

Cigarette électronique avec nicotine

Dont :

7%

Plusieurs fois par
jour

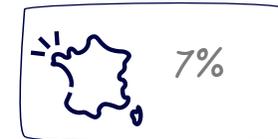
8%

Plusieurs fois par
semaine

27%

des jeunes déclarent
fumer la cigarette
électronique avec
nicotine

Vapotage auprès de l'ensemble des Français



Source : Santé publique France

Ne se prononce pas : 1%

Q33. Est-ce que vous fumez du tabac, ne serait-ce que de temps en temps (cigarettes, cigarettes roulées, chicha, narguilé) ?

Base : à la moitié de l'échantillon

Ne se prononce pas : 1%

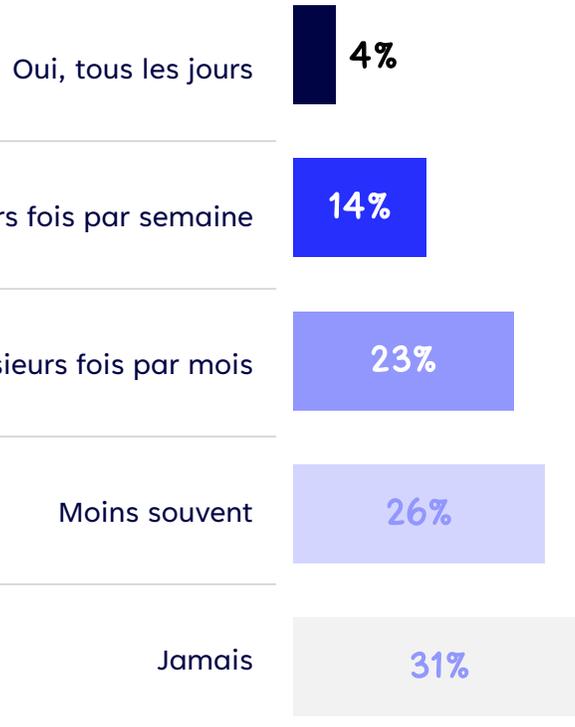
Q34. Est-ce que vous fumez, ne serait-ce que de temps en temps la cigarette électronique avec nicotine ?

Base : à la même moitié d'échantillon

Consommation d'alcool

L'alcool est consommé en excès (tous les jours ou 10 verres ou plus par semaine) par 1 jeune sur 10

Fréquence



Consommation par semaine



10%

Ont une **consommation excessive**

(consommation quotidienne et/ou 10 verres ou plus par semaine)

- Ont des enfants : 15%
- Sortent plusieurs fois par semaine : 14%
- Hommes : 12%

Ne se prononce pas : 2%

Ne se prononce pas : 4%

Q35. Buvez-vous des boissons alcoolisées (vin, bière, champagne, alcools forts...), ne serait-ce que de temps en temps ?

Base : à l'autre moitié de l'échantillon

Q36. Combien en moyenne buvez-vous de verres standard par semaine ?

Base : à ceux qui boivent de l'alcool

Consommation de drogues et produits psychoactifs

Une consommation marquée, notamment pour le cannabis et les antidouleurs. Une conduite d'essai pratiquée par un quart des jeunes

	Conduite d'essai (Une seule fois)	Consommateurs (Plus d'une fois)	Consommateurs réguliers (Plusieurs fois par mois ou par semaine)
Cannabis (hashish, shit, herbe, marijuana...)	11%	19%	11%
Antidouleurs à base d'opiacées (Fentanyl, Oxycodone...)	4%	16%	9%
Drogues de synthèse (MDMA, kétamine, méthamphétamine...)	5%	13%	8%
Bêta-bloquants (Avlocardyl, Propanolol)	4%	13%	8%
Psychostimulants (Méthyphenidate, Ritaline, Concerta, Modioda)	4%	13%	8%
Amphétamines	4%	13%	7%
Cocaïne	4%	12%	7%
Drogue par voie intraveineuse (avec seringue)	3%	12%	8%

34%

Consomment au moins une drogue **au-delà d'un essai** (régulièrement ou moins souvent)

- CSP+ : 43%
- Parisiens : 41%
- Sortent plusieurs fois par semaine : 40%
- Hommes : 39%

24%

Ont eu une conduite d'essai (Ont essayé au moins une drogue une fois)

Pour chaque item, « ne se prononce pas » : entre 1% et 2%

Q37. Consommez-vous les produits suivants, ne serait-ce que de temps en temps ?

Base : à tous

#1

Des jeunes, qui bien que se déclarant plutôt informés sur les bons gestes à adopter pour être en bonne santé, n'appliquent que partiellement les recommandations.

Une vulnérabilité à plusieurs risques, en premier lieu la sédentarité et la souffrance psychique.

La consommation de drogues apparaît aussi assez répandue, y compris au-delà de la conduite d'essai.

#2

Des profils surreprésentés parmi les jeunes les plus exposés aux risques : ceux à la recherche d'un premier emploi, qui n'ont pas de vie sociale soutenue, ont des ressources financières limitées, sont des femmes ou des employés/ouvriers.

#3

Des freins à l'adoption de bons comportements qui trouvent leur origine dans le contexte économique, social ou sociétal dans lequel évoluent les jeunes mais pas seulement. Des freins d'ordre comportemental viennent aussi limiter la prise en main de la santé.

7

TYPOLOGIE



Les différents profils de jeunes : Typologie

La typologie vise à regrouper les jeunes interrogés en classes homogènes en fonction de la **proximité de leurs réponses** en matière de santé (opinions, comportements, attitudes).

Ces classes sont construites en fonction des réponses données à **plusieurs questions clés** :

- Etat de santé déclaré et état de santé objectif
- Sentiment de pouvoir agir sur sa santé
- Définition associée à « prendre soin de sa santé »
- Intérêt pour le sujet de la santé
- Sentiment d'être informé en matière de santé
- Confiance envers les sources d'informations
- Rapport à la prise de risque
- Exposition aux différents risques
(indices construits à partir des questions de comportement)
- Connaissance des bons comportements
- Dépendances et addictions
- Consommation de drogue
- Consultations médicales et dépistages
- Rapport à la vaccination



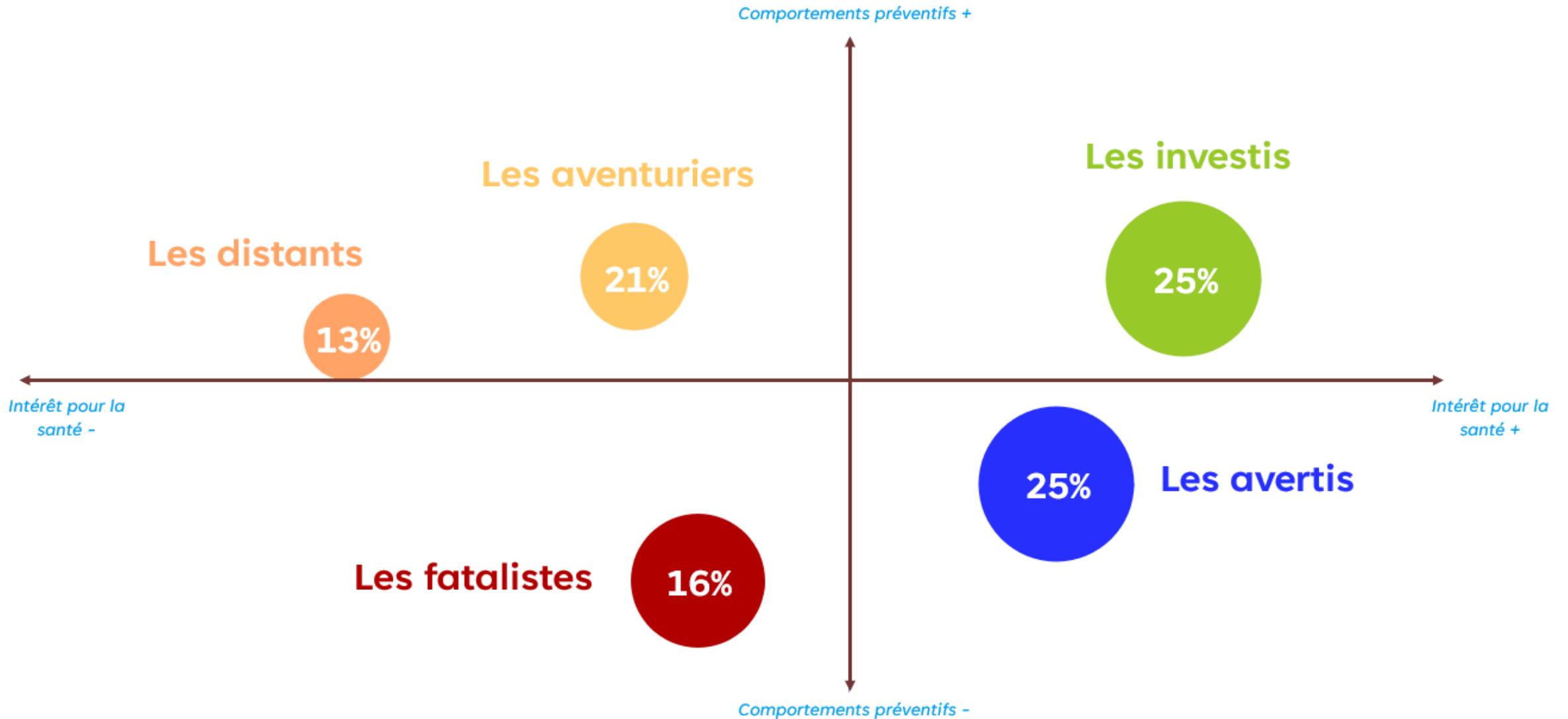
→ Sur la base d'une analyse en composantes principales et d'une classification ascendante hiérarchique,

5 profils types de jeunes ont été obtenus.



Les caractéristiques de chaque classe doivent être interprétées avec prudence : Il s'agit toujours d'écarts relatifs par rapport à la moyenne des jeunes interrogés, cela ne signifie pas que l'ensemble des personnes de classe partagent ces caractéristiques.

Panorama des classes



Panorama des classes - détail



LES DISTANTS

- Ce groupe davantage constitué d'hommes, d'individus célibataires, présente **un rapport distant à la santé** : un **désintérêt** pour ce sujet, une **absence de consultation médicale régulière**, un **manque de confiance** envers les différentes sources d'information et envers la vaccination.
- Ces jeunes n'ont **pas un rapport préventif** à leur santé, considérant majoritairement que prendre soin de leur santé passe principalement par le curatif.
- Ils sont particulièrement exposés au **risque d'une mauvaise santé sexuelle** et sont les plus nombreux à consommer de **la drogue**. Alors qu'ils sont vulnérables en santé, le RDV prévention leur semble inutile.

Une classe qui a clairement des besoins, mais assez hermétique aux messages qu'on peut lui adresser.

13%

Poids du segment



LES DISTANTS



13%

Profil socio-démographique

vs. total

Hommes	60%	50%
Seuls sans enfant	35%	30%
Sans complémentaire santé	23%	16%

Etat de santé

vs. total

Ont des problèmes de diabète, hypertension, cholestérolémie	11%	5%
Ont des troubles musculosquelettiques	8%	5%
Ont des problèmes rénaux	6%	2%

Exposition aux risques

vs. total

Risque de mauvaise santé sexuelle	4,1/10	3,1/10
Consomment au moins une drogue	62%	34%
Ne peuvent pas se passer de jeux vidéo	40%	34%
Ne peuvent pas se passer de tabac	21%	16%

Prise en main de la santé

Ne sont pas intéressés par le sujet de la santé	45%	15%
Prendre soin de sa santé, c'est surtout se soigner quand on est malade	53%	35%
Le rendez-vous prévention leur semble inutile pour eux	36%	20%
N'ont pas consulté de médecin généraliste depuis au moins 2 ans*	36%	15%
Sont défavorables aux vaccinations ou à certaines*	62%	44%

Niveau de connaissance

Se sentent mal informés en matière de santé*	55%	27%
--	-----	-----

Ne connaissent pas les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...*

En matière d'alimentation	77%	27%
En matière de santé sexuelle	73%	32%
En matière de lutte contre les addictions	70%	28%
En matière de lutte contre la sédentarité	65%	30%
En matière d'usage du smartphone et des écrans	62%	28%
En matière de sommeil	61%	32%

Confiance dans les sources d'information sur la santé

Ne font pas confiance aux sites internet*	82%	55%
Ne font pas confiance à leur médecin traitant*	67%	14%

* Pour ces questions le taux de « Ne se prononce pas » est intégré avec le taux de « non ».

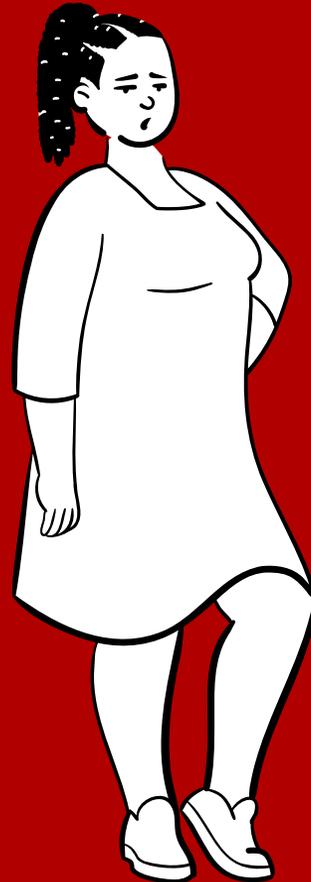
LES FATALISTES

- Ce groupe, majoritairement constitué de jeunes femmes, de demandeurs d'emploi ou inactifs, pense largement ne pas pouvoir agir sur sa santé.
- D'où des habitudes de vie précaires avec une alimentation déséquilibrée, l'absence d'activité physique et une forte consommation d'écrans et de tabac. Ces jeunes sont fortement exposés au risque de mauvaise santé mentale et sont sujets à plusieurs problèmes de santé.
- Ils disent s'intéresser à la santé mais leurs connaissances sont lacunaires. Ils semblent en revanche aptes à écouter leur médecin traitant.

Un groupe soumis à de multi-vulnérabilités mais qui sous-estime ses capacités d'action pour les limiter vers qui de la pédagogie pourrait être bénéfique.

16%

Poids du segment



LES FATALISTES

16%



Profil socio-démographique

		vs. total
Femmes	74%	50%
Au chômage	11%	8%
Employés	35%	30%
Sortent moins d'une fois par mois	27%	17%
Ni scolarisés, ni en formation, ni en recherche d'emploi	5%	3%

Etat de santé

		vs. total
Ont plusieurs maladies ou troubles	37%	17%
Se sentent en mauvaise santé	30%	12%
Sont en surpoids	30%	21%

Exposition aux risques

		vs. total
N'adoptent pas d'hygiène de vie stricte*	74%	36%
Risque de souffrance psychique	8/10	5,5/10
Risque d'une mauvaise alimentation	6,3/10	4,9/10
Risque de sédentarité	7/10	5,6/10
Risque d'hyperconnexion	6/10	5/10
Ne peuvent pas se passer du tabac	31%	16%

Prise en main de la santé

		vs. total
La santé est un élément sur lequel ils jugent avoir peu de prise	56%	29%
Prendre soin de sa santé, c'est surtout se soigner quand on est malade	42%	35%
Intéressés par le sujet de la santé mais ne recherchent pas d'information	63%	46%

Niveau de connaissance

		vs. total
Se sentent mal informés en matière de santé	56%	27%

Ne connaissent pas les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...*

En matière d'alimentation	44%	27%
En matière de lutte contre les addictions	41%	28%

Confiance dans les sources d'information sur la santé

		vs. total
Font confiance à leur médecin traitant	94%	86%
Ne font pas confiance aux sites internet*	61%	55%

* Pour ces questions le taux de « Ne se prononce pas » est intégré avec le taux de « non ».

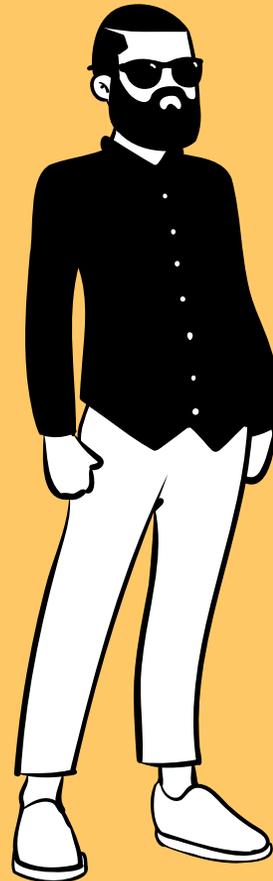
LES AVENTURIERS

- Ce groupe est principalement composé de jeunes hommes actifs, qui se distinguent par **leur curiosité, leur ouverture d'esprit, et même l'aventure et la prise de risques**, en matière de drogue ou de comportements sexuels.
- Néanmoins, ils manifestent un **souci pour leur santé** en cherchant de l'information sur le sujet, en ayant un médecin de référence, en effectuant des dépistages, et en affirmant maintenir une hygiène de vie stricte.
- Ils n'hésitent pas à **tester, expérimenter** en matière de santé en s'informant via les réseaux sociaux, en recourant à la médecine non conventionnelle et en montrant un intérêt pour les futurs RDV prévention.

Une approche double et parfois paradoxale de la santé, conjuguant intérêt pour le sujet et prise de risque au quotidien. Des individus touche-à-tout et réceptifs à différents canaux de communication ou nouveautés.

21%

Poids du segment



LES AVENTURIERS



21%

Profil socio-démographique

		vs. total
Hommes	59%	50%
Travailleurs indépendants	7%	4%
Ressources mensuelles <500 euros	27%	20%
Sortent plusieurs fois par semaine	38%	27%
Habitent seuls	38%	33%

Etat de santé

		vs. total
Ont au moins une maladie	56%	42%
Se sentent en très bonne santé	28%	20%
Corpulence normale	62%	57%

Exposition aux risques

		vs. total
Aiment vivre à fond, quitte à prendre des risques	83%	65%
Adoptent une hygiène de vie stricte	84%	64%
Consomment au moins une drogue	68%	34%
Risque de mauvaise santé sexuelle	4,5/10	3,1/10
Ne peuvent pas se passer de jeux vidéo	45%	34%

Prise en main de la santé

		vs. total
Prendre soin de sa santé, c'est surtout se soigner quand on est malade	50%	35%
Ont déjà consulté des praticiens de médecine non conventionnelle	81%	42%
La santé est un sujet qui les intéresse et pour lequel ils cherchent régulièrement de l'information	57%	36%
Ont réalisé au moins un dépistage (hépatite C, hépatite B, VIH, HPV)	60%	32%

Niveau de connaissance

		vs. total
Se sentent bien informés en matière de santé	81%	73%
Ont entendu parler du rendez-vous prévention et le trouvent utile pour eux	53%	32%

Connaissent les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...

En matière de lutte contre les addictions	80%	72%
En matière d'alimentation	79%	73%
En matière de santé sexuelle	78%	68%

Confiance dans les sources d'information sur la santé

Font confiance à leur médecin traitant	92%	86%
Font confiance aux groupes de discussions avec d'autres jeunes ou patients sur Internet	63%	32%
Font confiance aux influenceurs sur les réseaux sociaux	56%	20%

* Pour ces questions le taux de « Ne se prononce pas » est intégré avec le taux de « non ».

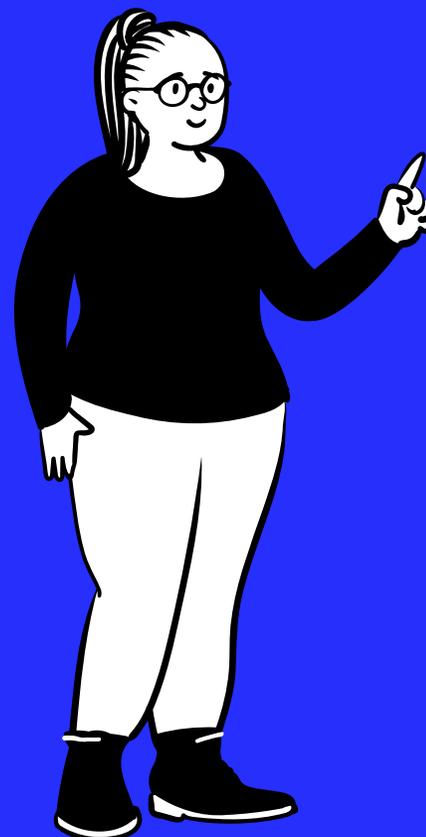
LES AVERTIS

25%

Poids du segment

- Ce groupe davantage constitué de femmes, d'élèves ou étudiants, habitant avec leurs parents, présente un **rapport modéré** à la santé.
- Si ces jeunes s'intéressent au sujet de la santé, ils **ne recherchent pas pour autant d'eux-mêmes d'information** mais s'avèrent plutôt **bien sensibilisés** en matière de santé.
- Ces jeunes, en meilleure santé que la moyenne, tendent à avoir une **vision préventive** à la santé, considérant largement que prendre soin de leur santé passe par l'adoption de bons gestes en amont et une bonne hygiène de vie. Ils placent leur confiance dans leur médecin traitant.
- Cette classe n'est **pas exempte de risques** : ces jeunes se montrent dépendants aux réseaux sociaux, mais font aussi face au risque de sédentarité et au risque de souffrance psychique.

Une classe réceptive aux messages de prévention mais pas totalement en capacité de les mettre en pratique : l'enjeu du passer de la connaissance à l'action.



LES AVERTIS



25%

Profil socio-démographique

		vs. total
Femmes	61%	50%
Habitent avec leurs parents	33%	29%
Élèves étudiants	37%	34%
Agglomération de 100 000 hab. et plus	44%	40%

Etat de santé

		vs. total
Se sentent en bonne santé	89%	85%
N'ont aucune maladie	60%	55%
Sont en surpoids	24%	21%

Exposition aux risques

		vs. total
Risque de sédentarité	6,4/10	5,6/10
Risque de souffrance psychique	5,8/10	5,5/10
Ne peuvent pas se passer des réseaux sociaux	66%	58%

Prise en main de la santé

Profitent de la vie en respectant leur corps	88%	79%
Prendre soin de sa santé, c'est surtout agir en amont	73%	62%
Intéressés par le sujet de la santé mais ne recherchent pas d'information	66%	46%
Ont consulté un médecin généraliste il y a moins de 6 mois	58%	51%

Niveau de connaissance

Se sentent bien informés en matière de santé	79%	73%
N'ont pas entendu parler du rendez-vous prévention	62%	44%

Connaissent les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...

En matière d'alimentation	86%	73%
En matière de lutte contre les addictions	82%	72%
En matière de lutte contre la sédentarité	76%	70%
En matière de santé sexuelle	74%	68%
En matière de sommeil	73%	68%

Confiance dans les sources d'information sur la santé

Font confiance à leur médecin traitant	97%	86%
Ne font pas confiance aux influenceurs sur les réseaux sociaux*	94%	80%

* Pour ces questions le taux de « Ne se prononce pas » est intégré avec le taux de « non ».

LES INVESTIS

- Ce groupe davantage constitué d'hommes, à hauts revenus pour cette tranche d'âge, présente un **rapport exemplaire** à la santé : ces jeunes **s'investissent activement** dans la prise en main de leur santé en cherchant régulièrement de l'information sur le sujet et en adoptant une **hygiène de vie stricte**.
- Ces jeunes ont un **rapport préventif à la santé**, estimant que prendre soin de sa santé est équivalent à **agir en amont** en adoptant les bons comportements. **Eloignés des problèmes de santé** et **connaissant très bien les bons gestes** à adopter, ils ont le **sentiment de pouvoir agir** assez largement sur leur santé.
- S'ils déclarent assez largement aimer vivre à fond quitte à prendre des risques, ces jeunes sont en réalité **peu vulnérables aux différents risques** et leur unique addiction est le sport.

Un groupe qui a bien intégré les recommandations et les applique au quotidien.

25%

Poids du segment





25%

Profil socio-démographique

		vs. total
Hommes	65%	50%
Ressources mensuelles >1500€	27%	19%
Sortent plusieurs fois par semaine	35%	27%

Etat de santé

		vs. total
Se sentent en bonne santé	96%	85%
N'ont aucune maladie	79%	55%
Corpulence normale	66%	57%

Exposition aux risques

		vs. total
Moindre exposition aux différents risques	3,4/10	4,8/10
Ont une hygiène de vie stricte	89%	64%
Ne peuvent pas se passer de sport	64%	38%
Vivent à fond, quitte à prendre des risques	71%	65%

Prise en main de la santé

		vs. total
Prendre soin de sa santé, c'est surtout agir en amont	80%	62%
La santé est un élément sur lequel ils pensent avoir prise	88%	64%
Recherchent régulièrement de l'information sur la santé	47%	36%
Le rendez-vous prévention leur semble utile pour eux	39%	32%

Niveau de connaissance

		vs. total
Se sentent bien informés en matière de santé	92%	73%

Connaissent les bons gestes et comportements à adopter pour être et rester en bonne santé...

En matière d'alimentation	94%	73%
En matière de lutte contre la sédentarité	89%	70%
En matière de lutte contre les addictions	87%	72%
En matière de sommeil	85%	68%
En matière de santé sexuelle	84%	68%
En matière de santé mentale et de gestion du stress	77%	58%

Confiance dans les sources d'information sur la santé

Font confiance à leur médecin traitant	94%	86%
Font confiance aux sites internet	49%	45%

* Pour ces questions le taux de « Ne se prononce pas » est intégré avec le taux de « non ».

8

PRINCIPAUX ENSEIGNEMENTS





Un manque d'information en matière de santé

Des jeunes qui ne sont pas si bien informés sur les bons comportements à adopter : une connaissance moins élevée que dans le reste de la population et peu précise.
Des marges de progression sur le sujet de la santé mentale et sur le danger des écrans.



Une moins bonne intégration dans le système de santé

Les jeunes apparaissent moins insérés sur le plan de la santé que la moyenne des Français (moins bonne couverture santé, moins de suivi médical, moins de médecin traitant).



Une génération traversée par des tendances opposées

Entre hygiène de vie stricte et prises de risques excessives (drogues, alcool en excès, addictions...)



Une situation socio-économique déterminante sur la santé

Le milieu social, le niveau d'insertion dans la société et la possession d'une complémentaire santé sont des facteurs clés.

Mais des facteurs intrinsèques viennent également limiter la prise en main de sa santé (manque de connaissances, minimisation de la contrainte, aversion au changement...).

9

ANNEXE



Récapitulatif – exposition aux risques

Alimentation

Vous grignotez entre les repas **59%**

Vous mangez plus de 500 g de viande par semaine **52%**

Vous sautez souvent des repas **44%**

Vous buvez plusieurs boissons sucrées par jour **43%**

Vous consommez majoritairement des plats tous préparés plus que des plats faits maison **32%**

Vous ne mangez pas 5 fruits et légumes par jour **58%**

Vous ne limitez pas les produit gras, sucrés, salés **49%**

Vous n'avez pas une alimentation équilibrée **40%**

Santé mentale

Vous vivez souvent des pics émotionnels forts : tantôt très excité, joyeux, tantôt abattu, triste **59%**

Vous vous sentez souvent épuisé(e), sans énergie **59%**

Vous vous sentez souvent anxieux, stressé(e) **58%**

Vous vous sentez souvent triste, déprimé(e) **48%**

Vous ne parlez pas facilement de vos problèmes à vos amis ou votre famille **51%**

Vous n'arrivez pas à dormir suffisamment **44%**

Activité physique

Il vous arrive souvent de rester assis plus de 2h d'affilée dans une journée sans vous lever... **77%**

Vous pratiquez moins de 30mn d'activité physique par jour **55%**

Vous ne pratiquez pas de sport au moins une fois par semaine **33%**

Ecrans

Vous regardez les écrans pendant vos repas **61%**

Vous laissez les notifications sonores actives pendant la nuit **29%**

Vous ne pouvez pas vous passer facilement de smartphone ou d'ordinateur plus de 3h d'affilée **29%**

Vous n'éteignez pas votre smartphone au moins 1h avant de vous endormir **73%**

Santé sexuelle

Vous avez parfois ou souvent des rapports sexuels non protégés avec des partenaires occasionnels **20%**

Vous avez des pratiques dites à risque (...) **18%**

Vous avez différents partenaires sexuels **18%**

Vous avez déjà eu une IST **14%**

Vous ne réalisez pas un dépistage tous les trois mois pour les IST **75%**

Tabac, alcool et drogue

Vous consommez une drogue **34%**

Vous fumez du tabac **32%**

Vous buvez de l'alcool tous les jours ou 10 verres ou plus par semaine **10%**