

## Famille et prévention santé en Charente-Maritime

Synthèse de l'enquête 2013

### Introduction

Association loi 1901 reconnue d'utilité publique, l'UDAF est l'institution départementale chargée de promouvoir, défendre et représenter les intérêts de l'ensemble des familles vivant en Charente-Maritime.

En créant l'Observatoire Départemental des Familles, l'UDAF de Charente-Maritime a souhaité enrichir son action auprès des familles grâce à un outil statistique permettant de recueillir des informations plus précises et plus objectives sur les réalités quotidiennes des familles du département.

Cette année, le Conseil d'Administration de l'UDAF de Charente-Maritime a proposé une enquête sur le thème « **Famille et prévention santé** » afin de comprendre comment les familles de la Charente-Maritime sont actrices de leur santé, la cellule familiale étant le lieu des apprentissages et comportements futurs. En effet, on note au plan national :

- au niveau de l'alimentation : près de 16 % des élèves de troisième sont en surpoids, et 3,3 % d'entre eux sont considérés comme obèses, selon une étude menée par l'Institut national de Veille Sanitaire (InVS) auprès de 7 500 élèves de troisième,
- au niveau de l'hygiène de vie : on dénombre en France 150 000 décès par accident cardio-vasculaire par an,
- pour l'utilisation des médicaments et l'automédication : 30 à 60 % des hospitalisations annuelles sont liées à des accidents médicamenteux et 13 à 18 000 morts provoqués par les médicaments pourraient être évitées, chiffres sans doute largement sous-estimés,
- au niveau des accidents domestiques, troisième cause de mortalité : 19 000 personnes par an décèdent des accidents de la vie courante.

Il est donc nécessaire de donner aux familles la possibilité d'acquérir les bons réflexes et les bons comportements dans le domaine de la santé, et de nombreuses études montrent que la pertinence des messages et des actions de prévention à destination du public d'un point de vue général et vis-à-vis des familles en particulier peut être améliorée sensiblement en France.

L'enquête comprend trois volets :

- les pratiques de prévention santé,
- les acteurs de la prévention,
- la communication dans la prévention santé.

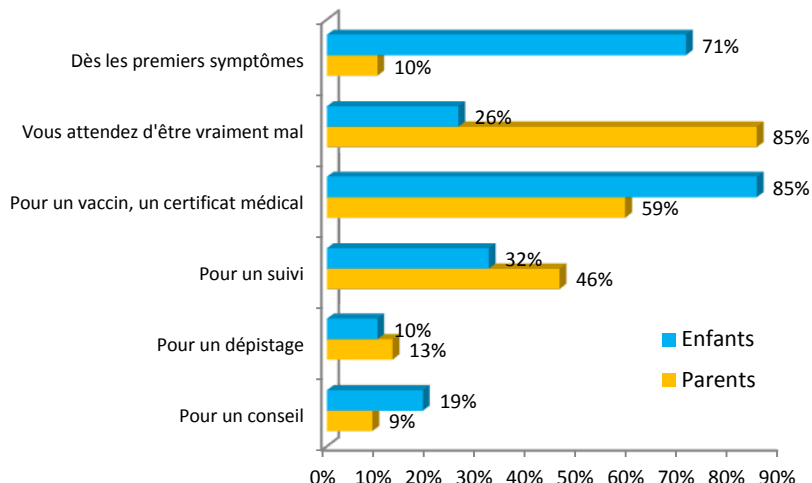
Un courrier accompagné d'un questionnaire a été envoyé sous pli postal à un échantillon de 3 000 familles ayant au moins un enfant à charge, au sens de la législation familiale, soit jusqu'à ses 18 ans ou ses 20 ans au domicile, et qui résident sur le département. Les familles ont été sélectionnées de manière aléatoire à partir d'un fichier de familles/allocataires de la Caisse d'Allocations Familiales de Charente-Maritime.

Par ailleurs, pour la première fois, le questionnaire a également été envoyé à un échantillon de familles ressortissant du régime de la Mutualité Sociale Agricole, à savoir 150 questionnaires envoyés (en raison de la proportion allocataires CAF – MSA en Charente-Maritime).

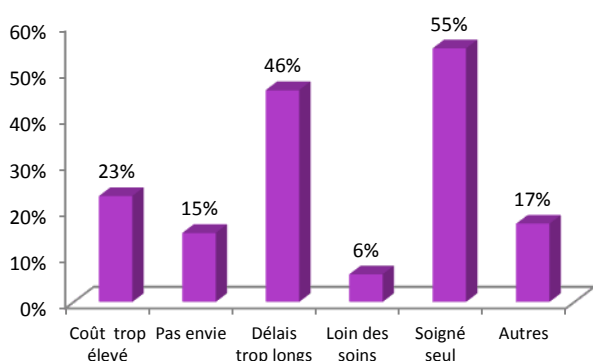
Les résultats de cette enquête ont été réalisés à partir des 492 questionnaires retournés par les familles (sur les 3081 questionnaires valides), soit un taux de réponse d'environ 16,0 %. Les répondants sont à 90,2 % des femmes, et sur les 478 répondants qui ont indiqué leur profession, 47,7 % sont des employés et ouvriers, et 22,4 % exercent des professions intermédiaires. La proportion des catégories socio-professionnelles supérieures est de 26,4 %, et ils ne sont que 3,5 % à ne pas exercer d'activité.

## Les pratiques de prévention santé

Parents et enfants ne sont pas égaux quand il s'agit de la visite chez le médecin : 10 % seulement des parents consultent dès les premiers symptômes, en revanche, ils sont 71 % à emmener leurs enfants. 85 % des parents attendent d'être vraiment mal (ce chiffre monte à 90 % pour ceux qui sont considérés ne pas appliquer les règles d'une bonne hygiène de vie), alors qu'ils ne sont que 26 % à infliger la même attente à leur progéniture. Les familles monoparentales ont plus tendance à emmener leurs enfants chez le médecin quand ils se sentent vraiment mal (29 %), et sont moins nombreuses à consulter pour un vaccin ou un certificat médical : 81 %.



Même si les parents ont déjà négligé de voir le médecin, ce fait ne modifie pas le comportement envers leurs enfants : les pourcentages ne montrent pas de différence sensible. En effet, ils ne sont que 2 % de moins (30 % contre 32 %) à consulter pour un suivi ou un renouvellement d'ordonnance pour leurs enfants, et même 1 % de moins à attendre que leurs enfants soient vraiment mal pour les emmener chez le médecin.

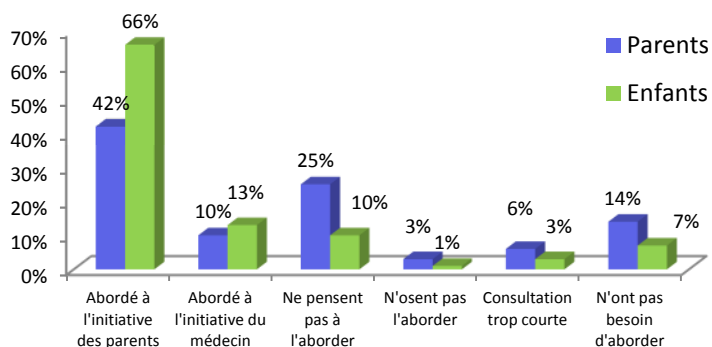
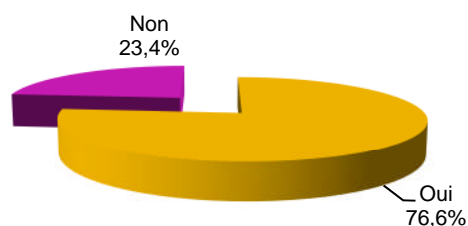


La moitié des parents interrogés déclare déjà avoir négligé une visite chez le médecin. Les principales raisons en sont l'automédication (citée par 55 % des parents), et les délais d'attente pour un rendez-vous trop longs (46 %) ; le coût trop élevé des consultations et dépassement d'honoraires est cité par 23 % des familles en tant que frein à la consultation d'un médecin. L'éloignement des lieux de soins est cité par 6 % des personnes.

Le type de famille n'est pas déterminant pour la visite, mais les familles avec un seul enfant semblent un peu plus hésitantes (54 %) que celles qui en ont 3 ou plus (52 %), et les familles avec 2 enfants sont les plus assidues avec 49 %.

L'absence de complémentaire santé, en revanche, est clairement un frein à la visite chez le médecin (64 % des parents qui déclarent ne pas en disposer ont déjà remis un rendez-vous chez le médecin même s'ils en avaient besoin). Ce taux est de 57 % chez les parents qui n'ont pas réussi à faire appliquer les règles d'une bonne hygiène de vie à leurs enfants.

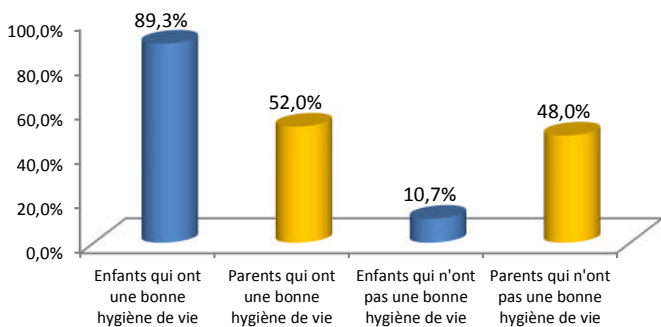
### Parents abordant le sujet de la prévention (que ce soit pour eux ou leurs enfants) :



Plus le nombre d'enfants est élevé, plus on aborde le thème de la prévention. Ce sont les professions intermédiaires qui abordent le sujet plus facilement que les CSP+ (80 % contre 72 %). Le type de famille influence peu, mais le fait de ne pas disposer de complémentaire santé semble ne pas favoriser la prévention : ces familles ne sont que 50 % à dire qu'ils abordent le sujet.

Quant à la prise de médicaments, ils sont 63 % à lire la notice et à vérifier la date de péremption, même si le médicament a été prescrit par le médecin, et 23 % à demander conseil à un pharmacien. L'utilisation d'Internet en matière de prise de médicaments ne semble pas satisfaire les familles : 68 % d'entre elles déclarent ne jamais y chercher d'information. Globalement, les familles ont un comportement plutôt prudent face à la consommation de médicaments.

62 % des familles interrogées appliquent les principes de prévention pour le stockage et la prise des médicaments, et ce taux monte à 72 % si l'on ne prend pas en compte l'élimination des médicaments périmés. 65 % des familles interrogées rendent les médicaments non utilisés ou périmés toujours ou presque à un pharmacien.



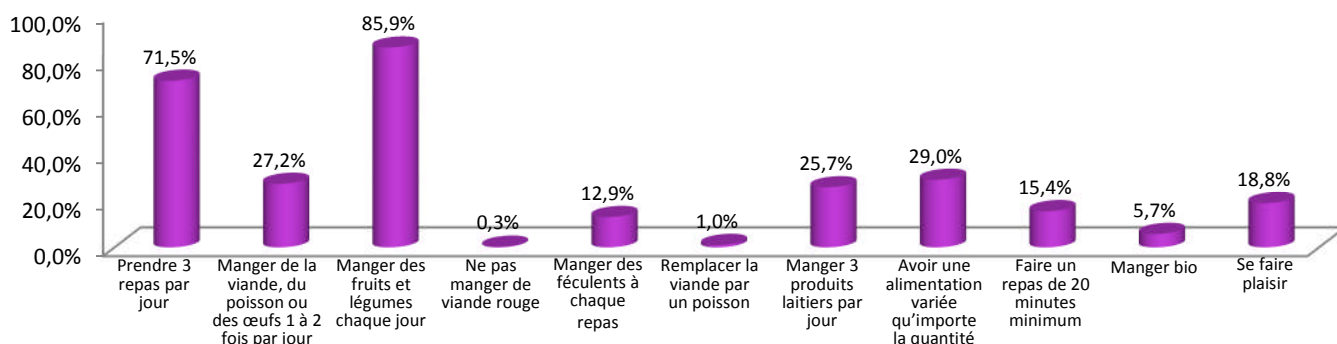
## L'hygiène de vie

Une bonne « hygiène de vie » est définie ici par le respect d'au moins quatre des six critères suivants : avoir une activité physique régulière, des heures de coucher fixes et adaptées, un nombre d'heures de sommeil suffisant, des heures de repas fixes, le brossage des dents après chaque repas et une alimentation équilibrée. Ces principes sont plus ou moins appliqués selon qu'il s'agisse des parents ou des enfants. On peut être optimiste en ce qui concerne l'hygiène de vie : si elle est partagée au niveau des parents (52 % oui – 48 % non), celle des enfants est bien meilleure : 89 % contre seulement 11 %.

Les hommes semblent moins bien appliquer les règles d'une bonne hygiène de vie (47 % pour 53 % des femmes), et les familles monoparentales semblent avoir plus de mal à les faire appliquer à leurs enfants : 84 % contre 91 % des parents vivant en couple. Concernant le sommeil, 100 % des parents disent qu'un nombre d'heures de sommeil suffisant est important pour les enfants, et 91,5 % des enfants dorment assez, contre seulement 53,4 % des parents. 89,6 % des enfants ont des heures de coucher fixes et adaptées, contre 49,9 % des parents, et 86,5 % des enfants ont une activité physique régulière contre 49,6 % des parents. Quand il s'agit du brossage des dents après le repas, 65,5 % des parents et 69,4 % des enfants le font, et 76,6 % des parents pensent qu'une alimentation équilibrée est importante et la pratiquent, contre 84,1 % des enfants.

## L'alimentation

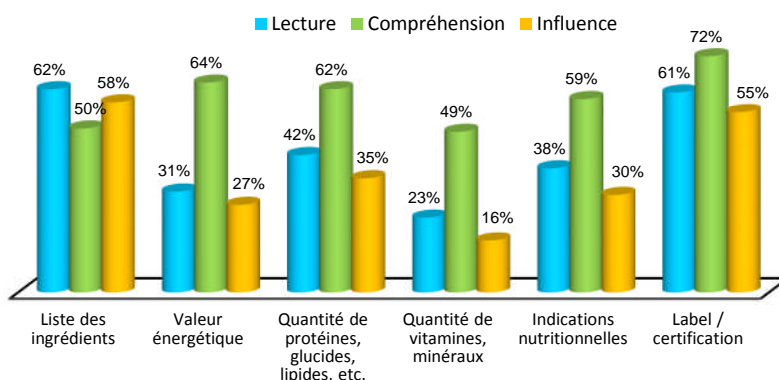
88 % des familles interrogées estiment avoir une alimentation équilibrée. Cela est plus compliqué quand on parle de connaissance des critères d'une alimentation équilibrée. Ci-après les réponses :



Quand on sait que le Programme National Nutrition Santé considère qu'il convient de manger, pour avoir une alimentation équilibrée, 5 fruits et légumes par jour, 3 produits laitiers par jour, 1 aliment du groupe viande/volaille/poisson/œuf 1 à 2 fois par jour et des féculents à chaque repas, on se rend vite compte que ces critères ne sont pas forcément connus par tous : seul 8 % des familles interrogées citent 3 des quatre critères dans leurs réponses... 71,5 % des familles sont persuadées que le fait de prendre 3 repas par jour contribue à une alimentation équilibrée, 29 % des familles pensent qu'une alimentation variée équivaut à une alimentation équilibrée, et 18,8 % pensent même qu'il suffit de se faire plaisir pour avoir un équilibre alimentaire. Par ailleurs, 55,2 % des familles pensent qu'il coûte plus cher de manger équilibré.

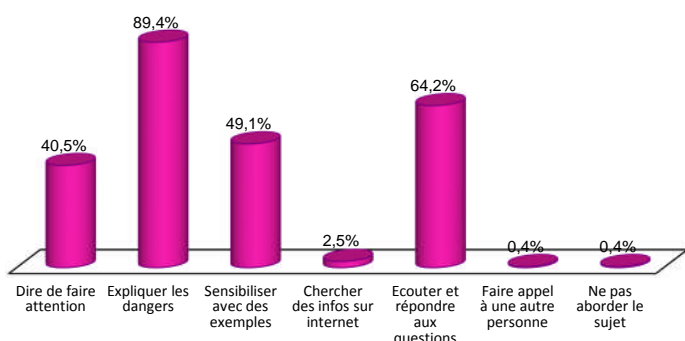
Si 62 % des familles font attention à la liste des ingrédients et 61 % aux labels, et s'en laissent influencer plus ou moins, les indications nutritionnelles, la valeur énergétique, la quantité de protéines, glucides, lipides et même des vitamines et minéraux n'influencent guère les achats des familles. Et même s'ils les lisent globalement peu et se laissent encore moins influencer par les emballages, ils les trouvent compréhensibles.

24 % des parents avouent grignoter en-dehors des repas (21 % des enfants), et ils sont persuadés que le fait de prendre les repas quotidiens en famille incite à manger plus équilibré (87 %).



## Les accidents domestiques

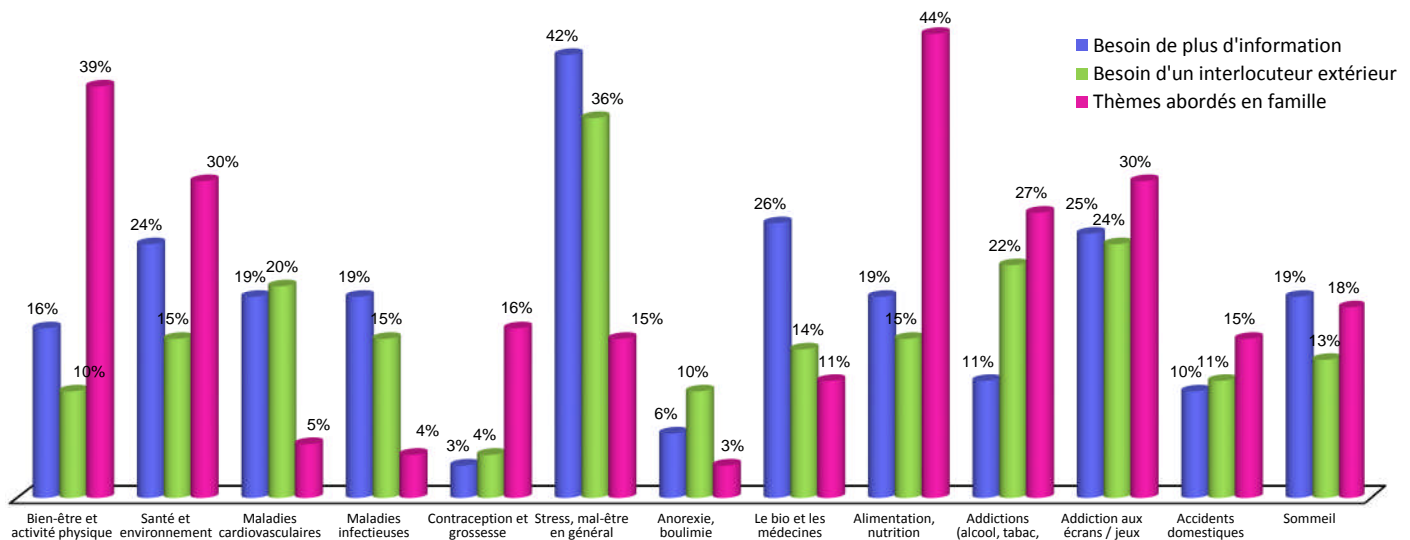
### Moyens d'aborder la prévention des accidents domestiques



Les moyens de prévention employés par les parents semblent porter leurs fruits : seuls 23 % des parents et 24 % des enfants ont déjà eu un accident domestique. 77 % ont fait les gestes de premier secours eux-mêmes, et 70 % les ont fait à leurs enfants. 17 % ont appelé les secours pour eux, et 40 % pour leurs enfants. La recherche d'informations et de vidéos sur internet reste très marginale, et seules 2 familles ont répondu ne pas aborder le sujet ou alors faire appel à une autre personne. Outre l'explication des dangers, la sensibilisation par des exemples concrets et des réponses aux questions posées par les enfants en amont, 48 % des parents ont également mis en place des éléments de protection et 31 % des parents se sont initiés aux gestes de secours. Mais c'est le dialogue qui semble être le plus efficace : 86 % des parents ont dialogué avec leurs enfants et seulement 6 % n'ont rien fait du tout.

## Les acteurs de la prévention

93 % des parents se tournent vers un médecin traitant pour obtenir des informations sur la prévention en matière de santé, viennent ensuite les pharmaciens avec 49 % et les parents/amis/familles avec 35 %. 10 % consultent des médecins autres que traitants. Les associations sont consultées par 6 % des familles interrogées seulement. Le rôle des associations est, pour 57 % des familles, de diffuser des messages de prévention, d'aider à leur compréhension (39 %), d'aider, sensibiliser à la lecture des étiquettes et notices (23 %). Par ailleurs, 45 % des interrogés estiment que les associations doivent former et sensibiliser à réagir aux maux de la vie quotidienne (fièvre, brûlure, coupure, autres petits accidents). 7 % trouvent que les associations familiales n'ont aucun rôle à jouer en matière de prévention.

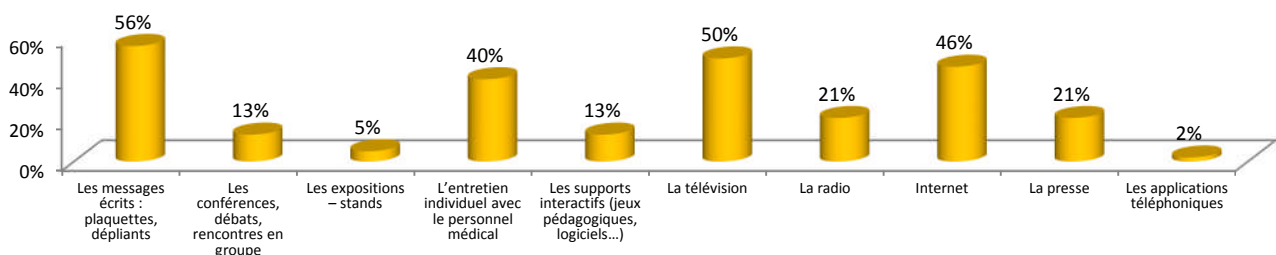


Le thème de prévention pour lequel les familles ont le plus besoin d'information complémentaire est le stress et le mal-être en général (42 %), viennent ensuite le « bio » et les médecines douces avec 26 % et l'addiction aux écrans/jeux vidéo avec 25 %. Pour le thème du stress, elles estiment par ailleurs avoir besoin d'un interlocuteur extérieur à 36 %, 24 % pour les addictions aux écrans et 22 % pour les addictions en général.

Le thème le plus souvent abordé en famille est l'alimentation avec 44 %, ensuite le bien-être et activité physique (39 %), santé et environnement et l'addiction aux écrans ex aequo à 30 %, suivis par les addictions en général à 27 %.

## Prévention santé et moyens de communication

89 % des familles s'estiment suffisamment informées sur les bonnes conduites pour être et rester en bonne santé. Les campagnes actuelles de prévention de la santé laissent 29 % des familles indifférentes, 31 % les trouvent culpabilisantes et 17 % les trouvent même inutiles. 41 % les trouvent incompatibles avec leur budget. Mais il y a aussi 76 % qui les trouvent pertinentes, elles en font réfléchir 73 % et 77 % les trouvent crédibles. 92 % s'accordent à dire que ces campagnes sont claires et faciles à comprendre, et 87 % les trouvent faciles à retenir.



Les bons vieux dépliants, la télévision et internet sont les moyens d'information préférés des familles. Elles sont 70 % à avoir consulté des sites ou des forums internet parlant de santé, mais 51 % d'entre elles ne portent jamais une attention particulière à la signalétique et aux logos partenaires. Seuls 19 % des répondants font valider les infos trouvées sur internet toujours par un médecin (46 % parfois), parfois par un pharmacien : 34 % (57 % jamais) ou un membre de la famille (37 %).

## Conclusion

Cette enquête fait ressortir que les parents se disent très impliqués dans la gestion de leur capital santé, et encore plus dans la gestion de celui de leurs enfants. L'hygiène de vie des enfants est bien supérieure à celle de leurs parents : les conseils des parents semblent porter leurs fruits.

Elle montre aussi que dans le domaine de l'équilibre alimentaire, les familles ont encore des besoins d'information, même s'ils se souviennent bien des campagnes des 5 fruits et légumes, des 3 produits laitiers qu'il convient de manger chaque jour, tout comme de la campagne « manger-bouger », et qu'ils abordent le sujet souvent en famille. Les campagnes contre l'alcool au volant, les cigarettes et l'utilisation abusive d'antibiotiques ont également bien marqué les familles.

Enfin, la grande variété de thèmes cités concernant le slogan de prévention à inventer montre là encore le besoin des familles de plus d'information, dans tous les domaines, en particulier concernant le stress, les addictions aux écrans/jeux vidéo, dont les dangers semblent cependant être bien identifiés par les familles.