

# 3 défis à relever pour aider les Français à conserver durablement leur capital santé

Etude Groupe Prévoir/ Ifop « Les Français sont-ils maîtres de leur santé »



**Par le Dr Edouard Bidou, directeur de l'innovation et du développement du Groupe Prévoir**

Les Français savent qu'il faut éviter de fumer et de boire de l'alcool. Ils ont été largement sensibilisés aux mérites de l'exercice physique, du contrôle du stress et de l'équilibre alimentaire. Mais disposent-ils des indicateurs scientifiques et objectifs minima pour suivre et anticiper l'état réel de leur santé ? Les résultats de l'étude Prévoir / Ifop démontrent la méconnaissance de ces indicateurs pourtant simples : poids, Indice de Masse Corporelle (IMC), tension artérielle, cholestérol, glycémie... autant de marqueurs à suivre régulièrement, non seulement pour être en forme mais éviter de basculer dans la maladie, qui peut être source de dégradation durable des capacités.

En tant qu'assureur de personnes, et face à ce constat inquiétant, nous formulons trois défis qui guideront nos actions à venir pour accompagner, aider et soutenir le plus grand nombre à prendre en mains sa santé.

## **Pour améliorer les choses, arrêter de penser que tout va bien**

Les Français le disent et le répètent : ils sont largement informés sur leur santé et les comportements à adopter pour être en bonne santé. Pourtant, en France, on relève un paradoxe : nous constatons une espérance de vie sans incapacité inférieure à celle que l'on pourrait espérer au regard des performances en termes d'espérance de vie totale.

Le constat est clair : nous croyons savoir ce qu'il faut faire pour aller bien, alors que nous nous fondons sur des données partielles et subjectives. Par conséquent, comment gérer efficacement sa santé sur le long terme ?

## ➤ **1<sup>er</sup>défi : intégrer la notion d'espérance de vie en bonne santé au cœur de la communication sur la santé**

## **La santé : un capital protecteur pour l'avenir qu'il est possible de renforcer**

Être et rester en bonne santé, c'est bien plus que se soigner pour recouvrer la santé après une maladie. La santé, c'est prévenir, anticiper, préparer sa santé future à partir d'un capital

santé individuel donné, qui peut être renforcé. C'est aussi être en forme, être en mesure d'accomplir chaque jour, dans de bonnes conditions, les gestes du quotidien (se déplacer, travailler, s'occuper de sa famille, faire du sport...). Ce capital santé doit être évalué par des données objectives pour obtenir un réel reflet de l'état physiologique de la personne.

➤ **2<sup>e</sup>défi : optimiser à chaque moment de la vie le capital santé de chacun, fondé sur des éléments objectifs, en encourageant des comportements bénéfiques pour la santé à long terme**

**Un capital santé et une longue vie pour tous**

Le capital santé, et sa gestion tout au long de la vie, est étroitement corrélé à la catégorie sociale. En effet, les inégalités économiques et sociales ont un fort impact sur l'état de santé, l'espérance de vie et l'espérance de vie sans incapacité.

Cette injustice flagrante doit être compensée le plus tôt possible pour renforcer le capital santé dès le plus jeune âge. Il s'agit donc d'agir avant tout en faveur des enfants et de leurs mères.

Actions pédagogiques, outils de surveillance, conseils et informations : autant de moyens en faveur d'un meilleur équilibre de vie.

➤ **3<sup>e</sup>défi : rendre accessible par l'assurance la protection du capital santé à tous et en priorité aux personnes vulnérables**

Notre rôle, en tant qu'assureur, est d'aider et d'accompagner les personnes afin qu'elles adoptent au plus tôt les attitudes protectrices qui leur permettront de conserver leur capacité d'agir.

Savoir utiliser notre proximité naturelle avec nos assurés, ainsi que notre connaissance de leurs besoins pour structurer et modifier les comportements sur le long terme : c'est un nouvel horizon métier pour nous.

Retrouver l'étude Groupe Prevoir/Ifop "les Français sont-ils maître de leur santé" sur le lien suivant : <http://www.prevoir.com/pages-connexes/espace-presse/>