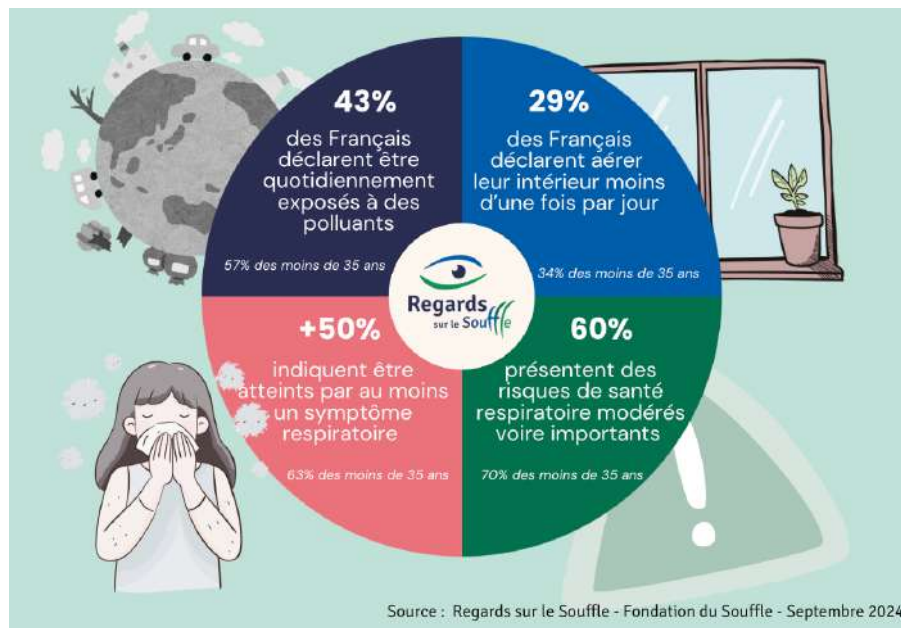


## Journée Nationale de la Qualité de l'air

La Fondation du Souffle dévoile les résultats de sa première enquête  
« Regards sur le Souffle » :

**Quel impact de l'environnement sur la santé respiratoire des Français ?**



Selon l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), près de 7 millions de décès prématurés sont imputables à l'exposition à la pollution de l'air extérieur et intérieur<sup>1</sup>. Et aujourd'hui, 99 % de la population mondiale respire un air qui ne respecte pas les limites relatives à la qualité de l'air<sup>2</sup> recommandées par l'OMS. En France, on estime que plus de 10 millions de personnes seraient atteintes par une pathologie affectant le système respiratoire<sup>3</sup> – ce qui classe ces maladies au 3ème rang des causes de mortalité sur le territoire<sup>4</sup>.

Parce que la qualité de l'air joue définitivement un rôle majeur dans l'exacerbation de ces maladies, la Fondation du Souffle, lance à l'occasion de la Journée Nationale de la Qualité de l'Air, sa première étude « Regards sur le Souffle » ayant pour thème « l'impact de la qualité de l'air sur la santé respiratoire des Français. » Quel est le regard des Français sur les maladies respiratoires ? Présentent-ils des symptômes sans le savoir ? Ont-ils conscience ou connaissance de l'impact de l'environnement (hors tabac) sur leur santé ? A quel type de polluants sont-ils confrontés quotidiennement ? Plus globalement, quel est leur état de santé respiratoire ?

Un **Soufflotest**, questionnaire en ligne, lancé à l'échelle nationale et une enquête d'opinion réalisée par OpinionWay<sup>5</sup>, qui s'inscrit pleinement dans la mission d'information et de sensibilisation de la Fondation du Souffle sur les maladies respiratoires.

<sup>1</sup> <https://www.who.int/fr/news/item/25-03-2014-7-million-premature-deaths-annually-linked-to-air-pollution>

<sup>2</sup> <https://www.who.int/fr/news/item/04-04-2022-billions-of-people-still-breathe-unhealthy-air-new-who-data>

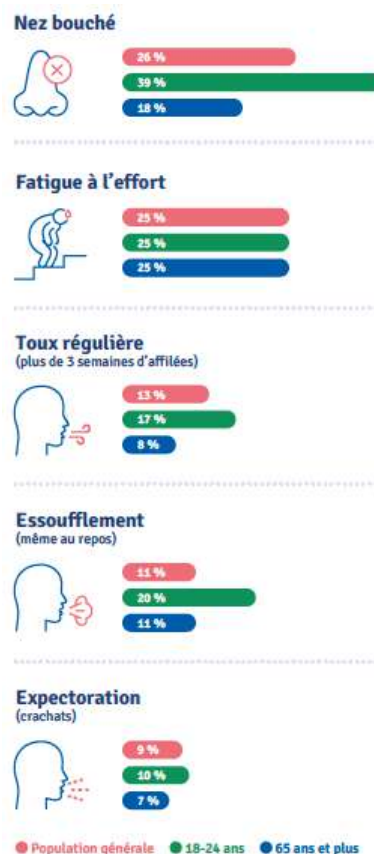
<sup>3</sup> Les Français face à la santé respiratoire, *Une étude Ipsos pour la SPLF, Août 2021*

<sup>4</sup> <https://www.ffaair.org/>

<sup>5</sup> Échantillon de 1001 personnes représentatives de la population française âgée de 18 ans et plus. L'échantillon a été constitué selon la méthode des quotas, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle et de région de résidence. L'échantillon a été interrogé par questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI (Computer Assisted Web Interview). Les interviews ont été réalisées du 15 au 22 février 2024. OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la norme ISO 20252

## 53% des Français déclarent présenter au moins un symptôme respiratoire parmi les plus courants

- ⇒ Les jeunes et les habitants des grandes agglomérations plus impactés par des symptômes respiratoires que le reste de la population :
  - L'essoufflement, même au repos, serait ainsi particulièrement présent chez les 18-24 ans : 20 % d'entre eux révèlent être confrontés à ce symptôme, soit 9 points de plus que la moyenne nationale ;
  - Les Français présentant au moins un symptôme sont 56 % à vivre dans des villes de plus de 100 000 habitants (hors Paris et son agglomération, 58 %).
- ⇒ Près d'1 jeune sur 2 (48%), âgé de 25 à 34 ans, déclare avoir été diagnostiqué ou être sujet à une maladie respiratoire en France.
- ⇒ Une origine des symptômes et / ou de la maladie, inconnue pour plus d'1/3 des Français (33%). Les 18-24 ans, semblent une nouvelle fois, être les plus concernés. Ils sont 37 % à indiquer être dans cette situation.
- ⇒ En conséquence, 8 jeunes sur 10 sous-estiment les risques de survenue de handicap voire de décès des suites d'une maladie respiratoire courante.
- ⇒ **Plus d'1 français sur 2 pense que l'on peut guérir définitivement d'au moins une des maladies respiratoires les plus courantes, mais la réalité est malheureusement plus complexe**



« Ce résultat est étonnant. L'essoufflement est un symptôme qui peut être associé à certaines maladies respiratoires ou cardiaques sévères. On ne s'attend pas à ce qu'il soit plus présent chez les sujets jeunes. »

### Zoom sur l'asthme...

En France, comme dans l'ensemble des pays industrialisés, la prévalence de l'asthme ne cesse d'augmenter. On l'estime aujourd'hui à plus de 6,7%<sup>6</sup>, soit plus de 4 millions de personnes atteintes en France, dont la moitié sont des enfants, dont elle constitue la première des affections chroniques. Une maladie qui progresse et qui est encore mal connue. Elle continue en effet de souffrir de nombreux préjugés et idées reçues !

> **38% des jeunes (18-24 ans) pensent que l'Asthme, ce n'est pas « grave » !** Pourtant cette maladie engendre encore près de 900 décès chaque année<sup>7</sup> et est responsable de 60 000 hospitalisations par an<sup>7</sup>. C'est aussi la première cause d'absentéisme scolaire.

> **Les Français sont 59% à penser qu'être essoufflé en marchant quand on est asthmatique, c'est normal...** et c'est même 70% des plus de 65 ans. En réalité, chez les asthmatiques bien contrôlés, il n'y a pas d'essoufflement en dehors des crises qui prennent des aspects variés selon les patients (toux, poids sur la poitrine, essoufflement sifflant, etc.) mais celles-ci peuvent néanmoins être déclenchées par un effort.

> **Près de 29% des jeunes de moins de 35 ans pensent qu'on ne peut pas avoir une activité physique quand on est asthmatique... C'est faux !** Être sédentaire est responsable de l'aggravation de nombreuses maladies dont les pathologies respiratoires.

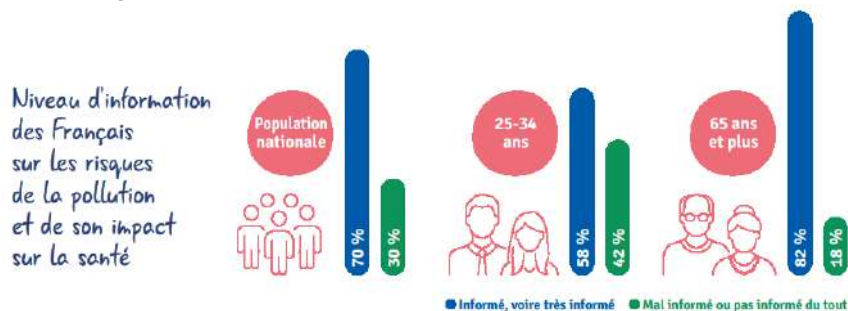
[Retrouvez l'ensemble des idées reçues dans le rapport d'étude « Regards sur Souffle »](#)

<sup>6</sup> Afrite A, Allonier C, Com-Ruelle L, Le Guen N. L'asthme en France en 2006 : prévalence et contrôle des symptômes. Questions d'économie de la santé Irdes n° 138. 2008. Disponible sur : <http://www.irdes.fr/>

<sup>7</sup> <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/maladies-liees-au-travail/asthme>

## 43% des Français indiquent être quotidiennement exposés à des polluants

⇒ **Moins informés, les jeunes considèrent plus faiblement l'impact de l'environnement sur les maladies respiratoires**



⇒ **Près d'1 Français sur 3 (29%) déclare aérer son intérieur moins d'une fois par jour.** Chez les jeunes de moins de 35 ans, ce chiffre monte à 34%. Aérer son intérieur permet d'assainir l'air et donc d'améliorer la qualité de l'air qui est pollué par :

- **L'utilisation de produits toxiques dans le quotidien comme les huiles essentielles et les bougies parfumées :**

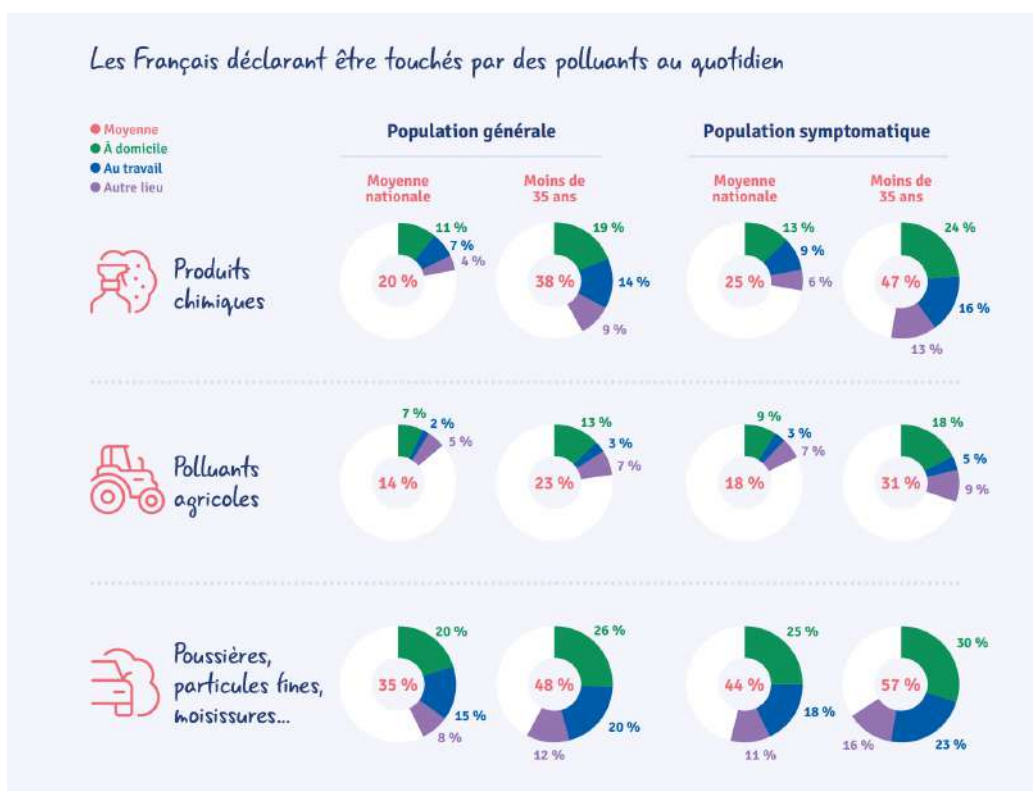
- Chez les moins de 35 ans, 79 % déclarent utiliser des bougies parfumées, 59% des diffuseurs d'huiles essentielles et 75% des désodorisants en aérosol.
- A noter que les personnes présentant un symptôme ou une maladie respiratoire sont encore plus nombreux à les utiliser : 81% pour les bougies parfumées, 71% pour les huiles essentielles et 83% pour les aérosols.

- **Les habitudes de ménage :** les poussières, les acariens, ou encore les poils d'animaux contribuent à déclencher et aggraver les symptômes respiratoires. Pourtant, 43% des moins de 35 ans atteints par un symptôme ou une maladie respiratoire ne font pas le ménage toutes les semaines dans leur logement.

- **48% des Français indiquent avoir au moins un animal de compagnie à leur domicile.** Les animaux sont des amis fidèles mais leurs poils sont la **troisième cause des allergies respiratoires**, les allergènes sont contenus principalement sur la peau, dans les poils et la salive.



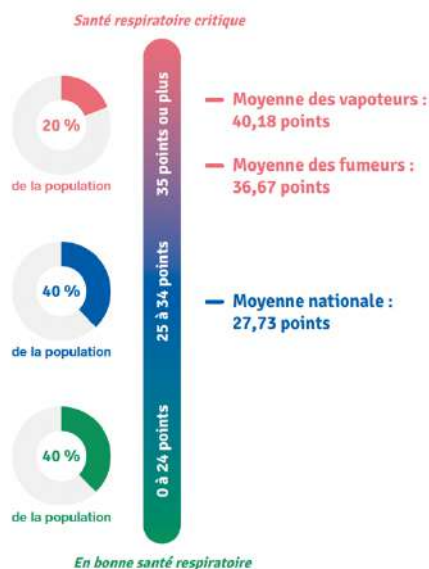
⇒ **En déplacement, chez soi ou au travail :** une grande majorité de Français dont une population surreprésentée de jeunes, exposés à des polluants chimiques, agricoles et aux particules fines.





« La pollution est source d'accouchement prématuré, de retard de croissance, d'une plus grande fréquence d'asthme, d'otites et d'infections respiratoires dans l'enfance. C'est également un facteur de risque d'obésité à l'adolescence. C'est dire l'importance de la sensibilisation du jeune public à la qualité de son environnement. »

## Bilan : 60% des Français interrogés présentent des risques de santé respiratoire modérés ou importants



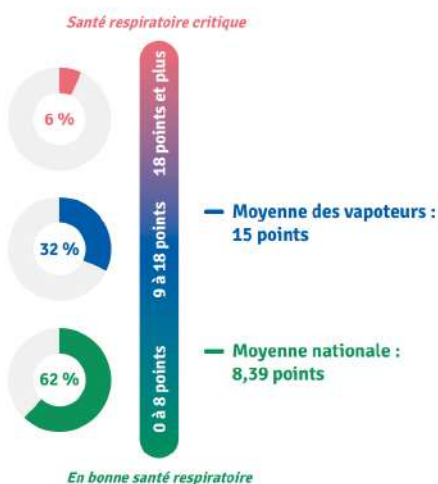
Sur une échelle allant de 0 à 100

À travers une vaste enquête<sup>8</sup> menée sur l'ensemble du territoire auprès d'un millier de personnes, la Fondation du Souffle a pu réaliser à grande échelle son [Soufflotest](#), dont une nouvelle version est disponible depuis le 03 mai 2024. Ce test en ligne, anonyme de 5 minutes, validé par des pneumologues, permet aux répondants de mieux connaître leur santé respiratoire et de recevoir des conseils adaptés en fonction de leur environnement. Sommeil, activité physique, tabagisme, habitudes de vie, antécédents familiaux, une vingtaine de critères sont analysés par les experts pour établir une cartographie en France. Cet outil de prévention a pour vocation de sensibiliser et d'informer les internautes en leur indiquant clairement les risques auxquels ils s'exposent et de créer une prise de conscience. Verdict...



## Dans le détail

### Scores dans la population nationale



### La santé et les antécédents familiaux

Les moins de 35 ans ont le score le plus critique avec 10,30 points contrairement au 65 ans et plus, qui présentent la moyenne la plus basse avec 5,82 points.

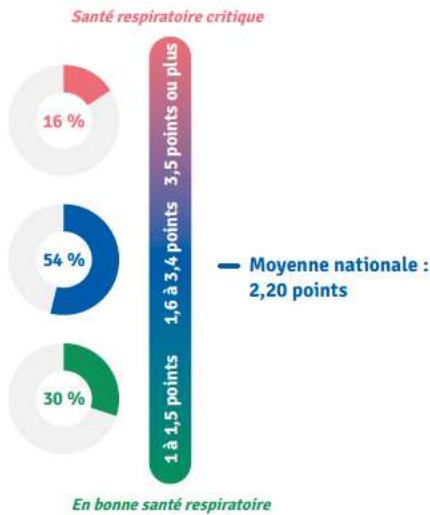
« Ces résultats inattendus peuvent être interprétés en fonction des différences de nature et de perceptions des risques et des symptômes rapportés. Le cas échéant, ils soulignent l'importance d'une meilleure éducation et de campagnes d'informations sur la santé respiratoire. »



<sup>8</sup> Etude OpinionWay pour la Fondation du Souffle. Échantillon de **1001 personnes représentatives de la population française** âgée de 18 ans et plus. L'échantillon a été constitué selon la **méthode des quotas**, au regard des critères de sexe, d'âge, de catégorie socioprofessionnelle et de région de résidence. L'échantillon a été interrogé par **questionnaire auto-administré en ligne sur système CAWI** (Computer Assisted Web Interview). Les interviews ont été réalisées **du 15 au 22 février 2024**. OpinionWay a réalisé cette enquête en appliquant les procédures et règles de la **norme ISO 20252**



## Scores dans la population nationale



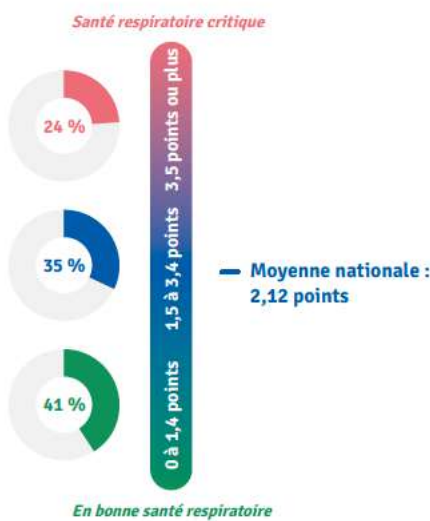
## Le sommeil

Les plus de 65 ans ont globalement un meilleur sommeil que la population générale avec le score le plus bas : 1,98 points.

« Ces résultats diffèrent des données scientifiques qui indiquent des altérations du sommeil plus fréquentes chez les sujets âgés et une augmentation de l'incidence des apnées du sommeil avec l'âge. Les sujets les plus jeunes sont moins bien sensibilisés aux troubles du sommeil. »



## Scores dans la population nationale

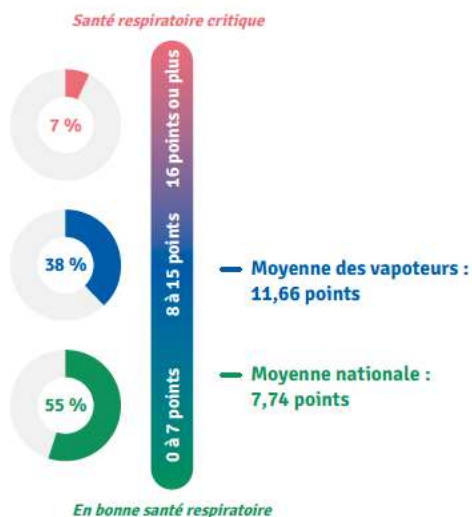


## L'activité physique

« Une part importante de la population rapporte des risques importants ou moyens liés à un manque ou une insuffisance d'activité physique. Ces risques ont été récemment majorés avec certaines habitudes de vie, télétravail, loisirs et justifient des campagnes d'éducation et de prévention renforcées. »



## Scores dans la population nationale

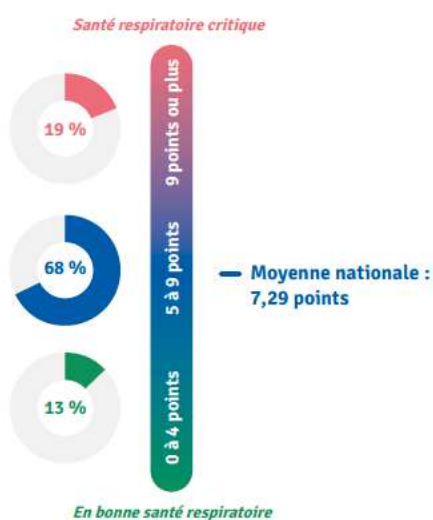


## L'environnement : habitudes de vie et habitat

« Une majorité des répondants rapportent une bonne connaissance des risques environnementaux et de l'impact du tabac sur la santé respiratoire. Néanmoins, dans la mesure où beaucoup de ces risques sont évitables, les actions de lutte contre le tabagisme et d'amélioration de la qualité de l'air doivent être poursuivies et renforcées. »



## Scores dans la population nationale



## Le travail et les déplacements

« Beaucoup d'actions restent à faire en matière de déplacements : transferts vers les mobilités douces, vélo et marche où et quand c'est possible (grandes agglomérations) et renforcement de la qualité et de la quantité des transports en commun à disposition du public. »



### A propos de la Fondation du Souffle

La Fondation du Souffle lutte au quotidien contre les maladies respiratoires et sensibilise au bien-être respiratoire pour tous. Elle a trois missions statutaires : financer la Recherche scientifique française en pneumologie, apporter un soutien financier aux malades respiratoires en situation de précarité et organiser des actions d'information et de prévention auprès du grand public. Reconnue d'Utilité Publique, la Fondation du Souffle est entièrement privée. Elle agit grâce à la générosité de ses donateurs, particuliers ou entreprises. Pour se tenir informé de nos activités, recevoir notre newsletter ou faire un don : [www.lesouffle.org](http://www.lesouffle.org)

Fondation du Souffle  
Donnez, Cherchez, Respirez !

**Si les dons s'essoufflent, Louise aussi**

**Ensemble agissons pour la santé respiratoire**

**JE FAIS UN DON**

### Contacts presse :

#### Fondation du Souffle

[elise.sagnard@lesouffle.org](mailto:elise.sagnard@lesouffle.org) / 07 64 44 36 99

#### Yellow PR

[sandrine.trichard@yellow-pr.fr](mailto:sandrine.trichard@yellow-pr.fr) / 06 15 45 75 47

#### Les Marinières

[caroline@lesmarinières.com](mailto:caroline@lesmarinières.com) / 06 73 44 80 38

[eleonore@lesmarinières.com](mailto:eleonore@lesmarinières.com) / 06 81 39 04 65