



## Synthèse de l'enquête 2013

# “ Famille et prévention santé ”

## Observatoire de la Famille

Conformément au code de l'Action Sociale et des Familles, l'Union Nationale et les Unions départementales des Associations Familiales ont pour mission légale de représenter et de dé-

fendre les intérêts matériels et moraux des familles devant les Pouvoirs Publics.

### Sommaire

Pratiques de santé des familles héraultaises	2
Environnement et habitudes de vie des familles héraultaises	3
Conclusion	4

## Construction de l'enquête

L'enquête, réalisée en collaboration avec l'UNAF, avait pour thème en 2013 "Famille et prévention santé".

3 000 questionnaires ont été envoyés par courrier sur l'ensemble du département à des allocataires Caf au 31/12/2012 qui ont au moins un enfant à charge.

353 questionnaires ont été retournés et traités soit un taux de retour de 11,8%, taux qui permet de dire que les résultats sont représentatifs du département de l'Hérault.

La prévention santé consiste à anticiper les phénomènes risquant d'entraîner ou d'aggraver les problèmes de santé. La prévention est l'ensemble des actions mises en place. Trois stades de prévention :

*La prévention primaire* : lutter contre les risques avant l'apparition de tout

problème, risques en terme de conduites

*La prévention secondaire* : dépister, chercher à révéler une atteinte pour prévenir l'évolution ou l'aggravation d'une maladie ou d'un désordre psychologique ou social

*La prévention tertiaire* : prévenir les rechutes ou les complications. Il s'agit d'une réadaptation médicale, psychologique ou sociale

8 adultes sur 10 attendent d'être vraiment mal avant de consulter leur médecin et 6 répondants sur 10 affirment même avoir déjà eu besoin d'aller chez le médecin et de ne pas y être allé.

## Les pratiques de santé des familles héraultaises

Les raisons évoquées sont le manque de temps pour aller se soigner (conjuguer vie professionnelle, vie familiale et transport), les délais d'attente trop longs pour obtenir un rendez-vous ou en salle d'attente et le manque de moyens financiers.

Ces 3 motifs apparaissent pour toutes les catégories socioprofessionnelles, quelque soit la composition familiale et la couverture maladie. La dernière raison évoquée l'est davantage de la part des familles monoparentales, des 13% de répondants qui ont la CMU ou aucune protection et des personnes qui n'ont pas de complémentaire santé.

Le phénomène de manque de temps pour se rendre chez son médecin a des

conséquences immédiates sur la prévention car les sujets sur la prévention ne sont pas abordés avec un médecin. Il est à noter que le problème est identique pour les répondants qui se rendent chez leur médecin car le temps de consultation tend à se réduire et seulement 9% des médecins abordent le sujet de la prévention avec leurs patients. Ce sujet est amené davantage à l'initiative du patient (41%), surtout si ce dernier a une bonne protection sociale. De plus, la rapidité des consultations peut engendrer une diminution de la confiance en son médecin (due à un manque de dialogue), ce qui ne favorise pas la prévention.

## Automédication

L'autre conséquence importante du manque de temps pour se rendre chez le médecin est l'**automédication**, en forte progression. On constate que les familles héraultaises ont pris conscience de la dangerosité des médicaments (7 personnes sur 10 lisent la notice avant de prendre un médicament et ce quelque soit la catégorie socioprofessionnelle ou la couverture médicale), mais certains ont encore des comportements à risque. Seuls 44% demandent conseil à un pharmacien et 25% vérifient la date de péremption.

A tous les niveaux, le risque existe, quelque soit la catégorie socio-professionnelle. 4 personnes sur 10 ramènent rarement ou jamais les médicaments non utilisés ou périmés à la pharmacie.

Ces comportements peuvent engendrer des accidents médicamenteux qui représentent 150 000 hospitalisations et 13 à 18000 morts par an en France. Les personnes âgées et les enfants sont les premières victimes.

## Les accidents domestiques

Si l'on considère l'ensemble des accidents domestiques (20 000 morts par an dont les accidents médicaments),

c'est 1 adulte héraultais sur 5 et 1 enfant héraultais sur 5 qui sont concernés.



"Avez-vous déjà eu ou failli avoir un accident domestique ?"

	Adulte	Enfant
Oui	23%	26%
Non	77%	74%

**La moitié des familles héraultaises ont mis en place des mesures** pour éviter les accidents domestiques à leur domicile, 9 adultes sur 10 ont dialogué avec leurs enfants, en cherchant à sensibiliser les enfants en leur expliquant les dangers. Seule une personne sur 10, qui estime être suffisamment informée sur les bonnes conduites à tenir pour être et rester en bonne santé, recherche des conseils. Sur ce point, un travail de sensibilisation est nécessaire. Les familles sont toutes concernées par les accidents domestiques, quelque soit la catégorie socioprofessionnelle.

Autre constatation : aucun répondant n'a cité une campagne faisant référence aux accidents domestiques et lorsqu'on leur demande de créer un slogan, le thème n'est abordé par aucun répondant.

De plus, 7 personnes sur 10 sont indifférentes aux campagnes de prévention. Les associations peuvent intervenir et, de par leur proximité, avoir un impact important de sensibilisation, en animant des ateliers pour les seniors ("les règles pour rester chez soi en bonne santé"), pour les parents (en les faisant évoluer dans des "maisons géantes" dans lesquelles ils se retrouvent dans les mêmes conditions que les enfants et où ils prennent conscience des dangers), pour les enfants en leur expliquant sous forme ludique les risques et ce qu'il faut faire ou ne pas faire.

Ainsi, l'UDAF de l'Hérault a organisé une conférence sur les accidents domestiques pour sensibiliser les familles.

La prévention de la santé, c'est s'intéresser à l'état de santé d'une personne mais c'est aussi regarder l'environ-

nement dans lequel évolue la personne, les habitudes de vie de la personne.

Dans l'enquête, la moitié des répondants pensent appliquer les principes d'une bonne hygiène de vie. **Les principes sont connus.**

Pratiquer une activité physique (la moitié des répondants pensent qu'il est important d'en pratiquer et le font), les  $\frac{3}{4}$  des répondants pensent que c'est important d'avoir une alimentation équilibrée et pensent l'appliquer.

Les recommandations du "Guide Alimentaire pour tous" du Programme National Nutrition Santé sont "*manger cinq fruits et légumes par jour, trois produits laitiers par jour, des féculents à chaque repas, un aliment du groupe viande/volaille/poisson/œuf une à deux fois par jour*".

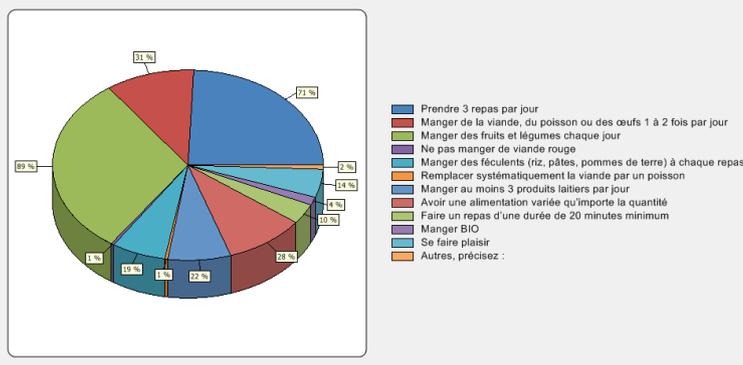
Seuls 7% des répondants ont su citer 3 des 4 recommandations énoncées ci-dessus, malgré les nombreuses campagnes menées dans ce domaine.

De plus, au vu du nombre croissant de personnes en surpoids ou obèses, force est de constater que ces campagnes sont insuffisantes. Les associations peuvent "aider, sensibiliser à la lecture des étiquettes, des notices" (demande de 2 répondants sur 10), organiser des conférences avec des professionnels de l'alimentation pour informer, aider les personnes à composer des repas équilibrés.

L'UDAF a invité une diététicienne pour informer les familles suivies par les services de l'UDAF sur comment confectionner des repas équilibrés avec des budgets limités.

La prévention de la santé, c'est s'intéresser à l'état de santé d'une personne mais c'est aussi regarder l'environnement dans lequel évolue la personne, les habitudes de vie de la personne.

q8 : Pour vous quels sont les 3 principaux critères d'une alimentation équilibrée ? (3 réponses maximum)



Les Pouvoirs Publics axent les campagnes de prévention sur des sujets tels les addictions (drogues, écrans), les cancers et la santé mentale à destination des jeunes et des personnes âgées (projet de loi "Stratégie Nationale de Santé" présenté au Parlement au premier semestre 2014).

Dans le Plan Régional Santé Environnement 2010-2014 en Languedoc-Roussillon, une place importante est réservée à la santé environnementale, définie comme l'ensemble des interactions entre

l'homme et son environnement et les effets sur la santé liés aux conditions de vie et à la contamination des différents milieux.

Dans ce contexte, les associations familiales peuvent se positionner et jouer un rôle important, en apportant des réponses de proximité (conférences, débats, exposition).

[L'UDAF de l'Hérault a organisé des conférences sur le traitement des déchets, sur le développement durable, afin d'informer les familles.](#)

"D'une manière générale, vers quelle personne ou quelle structure vous tournez-vous pour avoir des informations sur la prévention en matière de santé ?" ( plusieurs réponses possibles)

	Résultats
Pharmacien	45%
Médecin traitant	93%
Médecin du travail	9%
Parents, amis, famille	32%
Mutuelle, CPAM, MSA, CAF	-
Enseignant	1%
infirmière	8%
Association	7%

UDAF de l'Hérault

160 Rue des Frères Lumière

CS29000

34060 MONTPELLIER CEDEX 2

04 99 13 23 45

mail: [udaf34@wanadoo.fr](mailto:udaf34@wanadoo.fr)

Site internet: [udaf34.fr](http://udaf34.fr)



**En conclusion**, les familles héraultaises manquent de temps pour se soigner ; elles estiment les temps d'attente pour obtenir un rendez-vous ou dans la salle d'attente trop longs. La situation de précarité de certaines familles ne favorise pas la prévention de la santé, car elles hésitent avant d'engager des frais de santé.

La prévention de la santé conserve les recommandations sur l'alimentation, l'activité physique, les médicaments, les accidents domestiques, mais désormais, elle intègre aussi des sujets qui inquiètent de plus en plus, tels l'addiction à l'alcool, aux drogues, aux écrans, et également les cancers et la santé mentale.