



# Prévention santé dès l'enfance : quelle place pour les parents ?

---

Sondage Ifop pour la fondation PiLeJe

N° 115020

Contact Ifop :

Fabienne Gomant / Mathilde Moizo

Département Opinion et Stratégies d'Entreprise

01 45 84 14 44

[prenom.nom@ifop.com](mailto:prenom.nom@ifop.com)

Novembre 2017



# 1 | La méthodologie

## Etude réalisée par l'Ifop pour PiLeJe

### Echantillon



L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **1003** parents d'enfants âgés de moins de 15 ans, représentatif de cette population.

### Méthodologie



La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération.

### Mode de recueil



Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne du 24 au 30 octobre 2017.

Note de lecture:

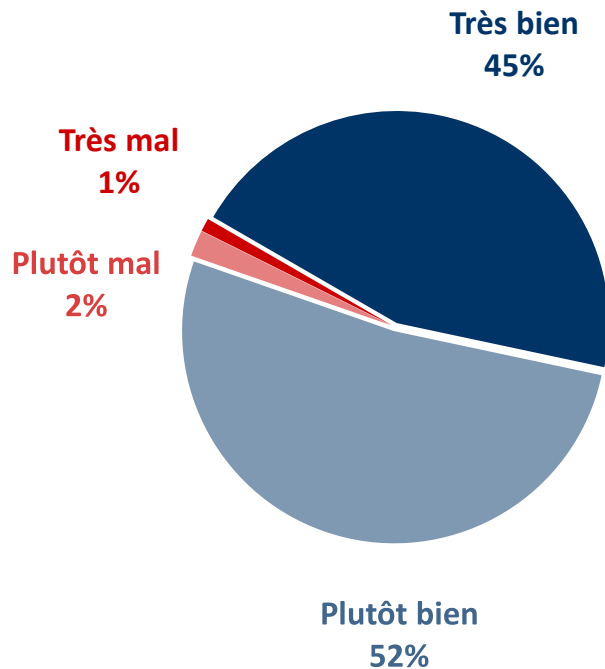


Désignent des écarts significativement supérieur/inférieur par rapport aux autres catégories

## 2 | Les résultats de l'étude

**QUESTION :** En considérant à la fois la santé, le bien-être, le moral de votre/vos enfant(s), diriez-vous que, aujourd'hui, il(s) va/vont globalement... ?

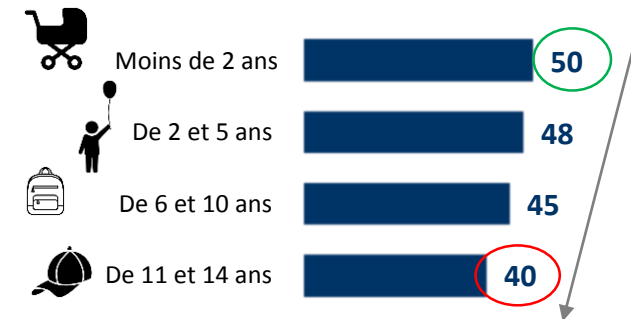
**TOTAL Mal**  
3%



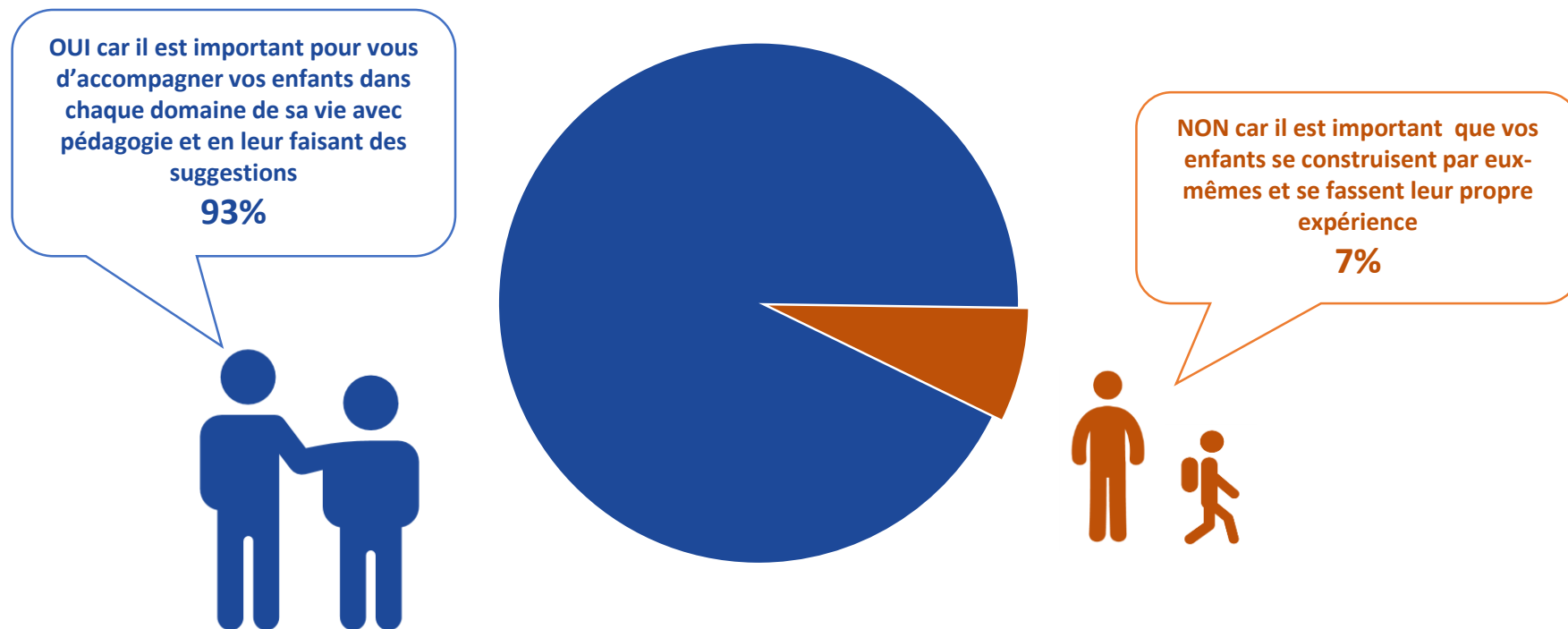
**TOTAL Bien**  
97%

Focus « très bien »  
- Ensemble 45% -

Âge des enfants

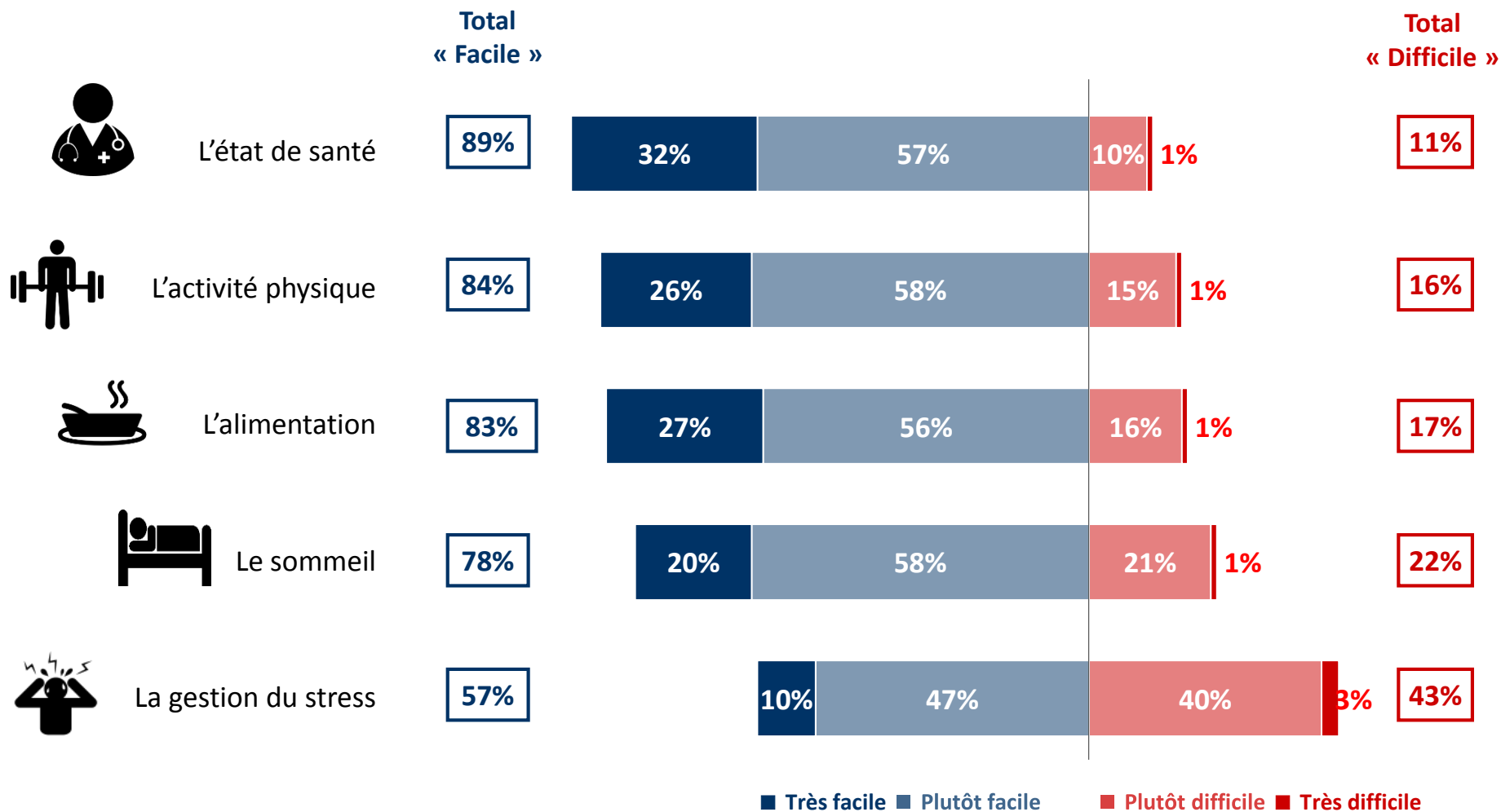


**QUESTION :** Vous personnellement, en tant que parent, avez-vous envie de vous investir dans le mode de vie de vos enfants ?

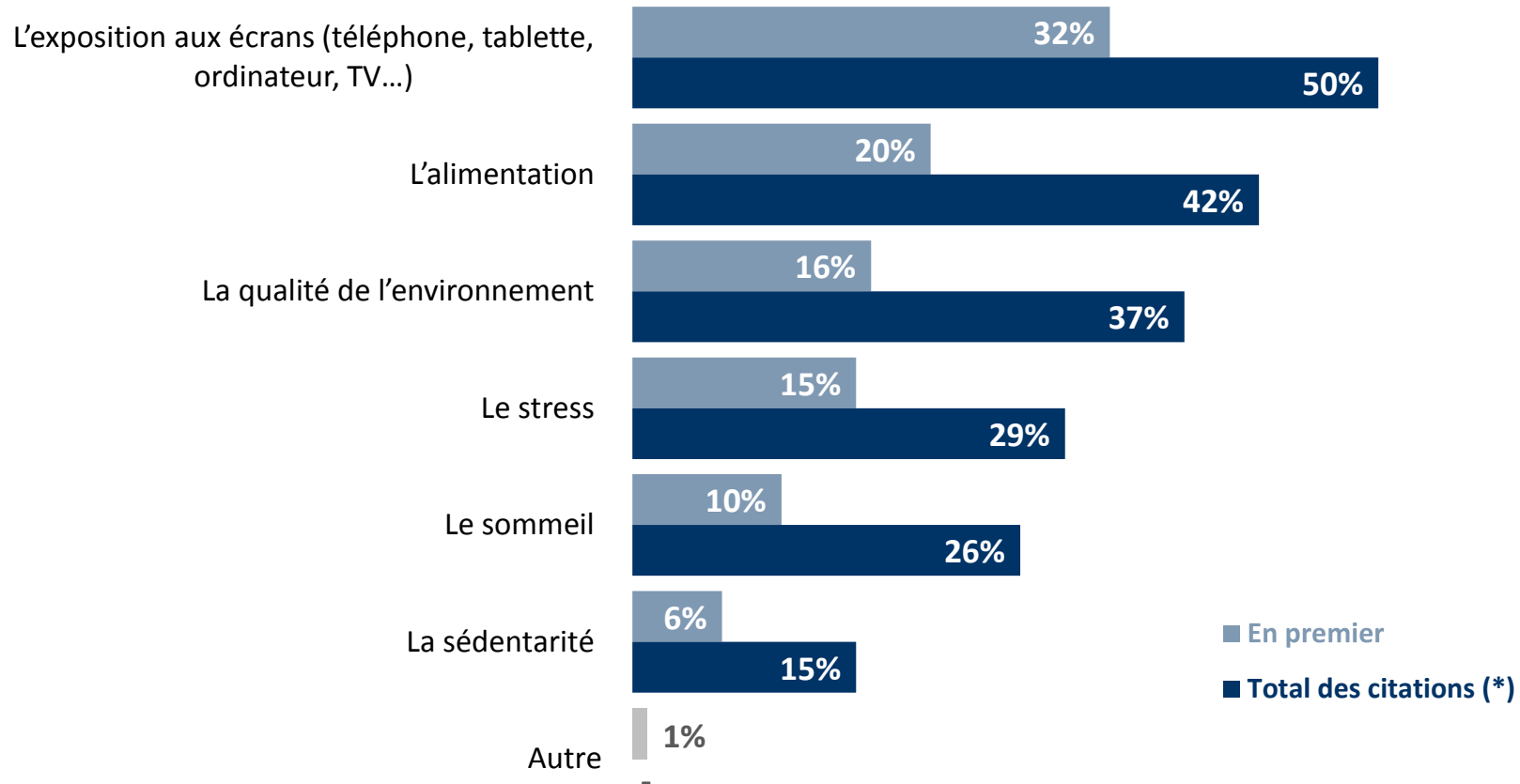


# S'investir dans les différentes sphères du mode de vie de ses enfants : plus ou moins difficile ?

**QUESTION :** Et plus précisément, diriez-vous qu'il vous est facile ou difficile de vous investir dans les domaines suivants du mode de vie de vos enfants ?



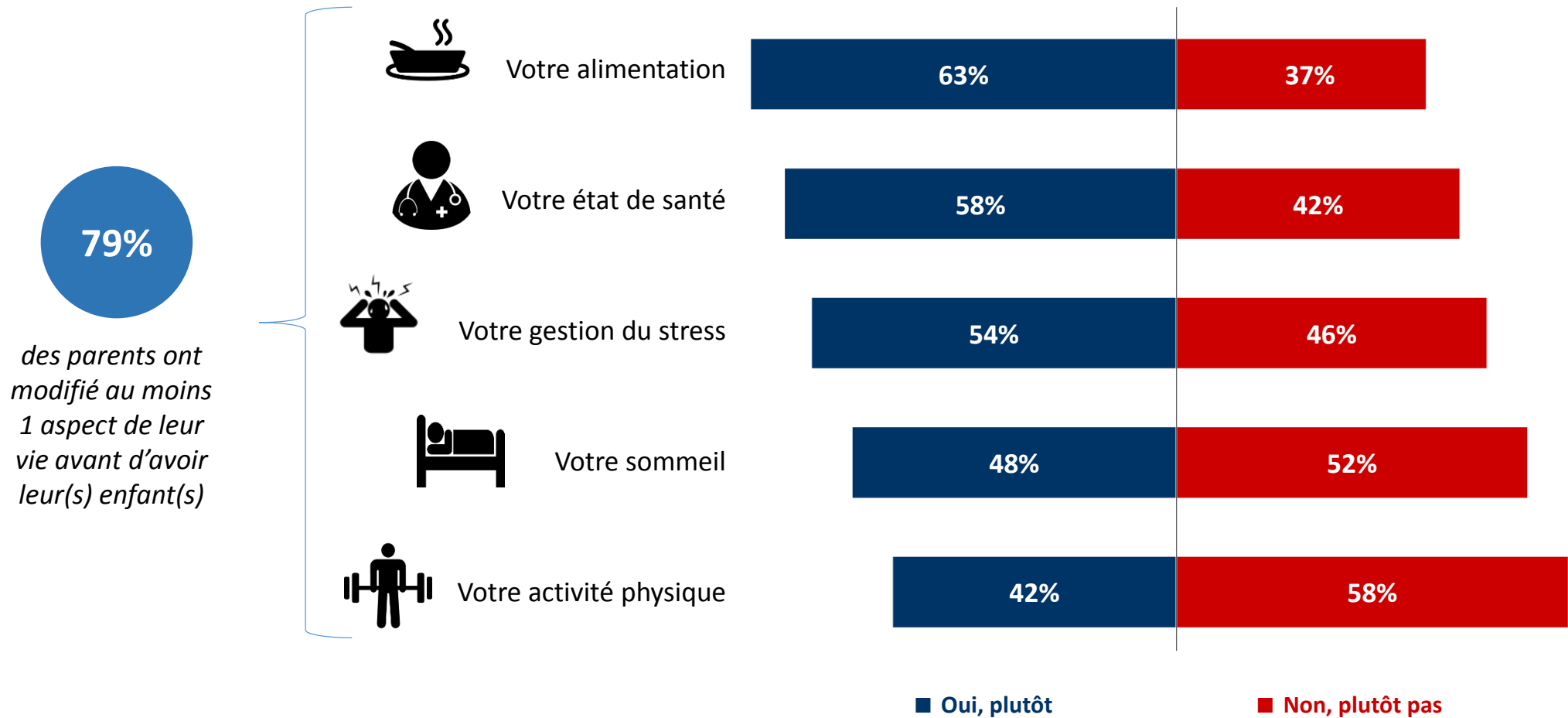
**QUESTION :** Selon vous, quels sont aujourd'hui les aspects du mode de vie de vos enfants qui pourraient avoir un impact sur leur santé à venir ?  
En premier ? En second ?



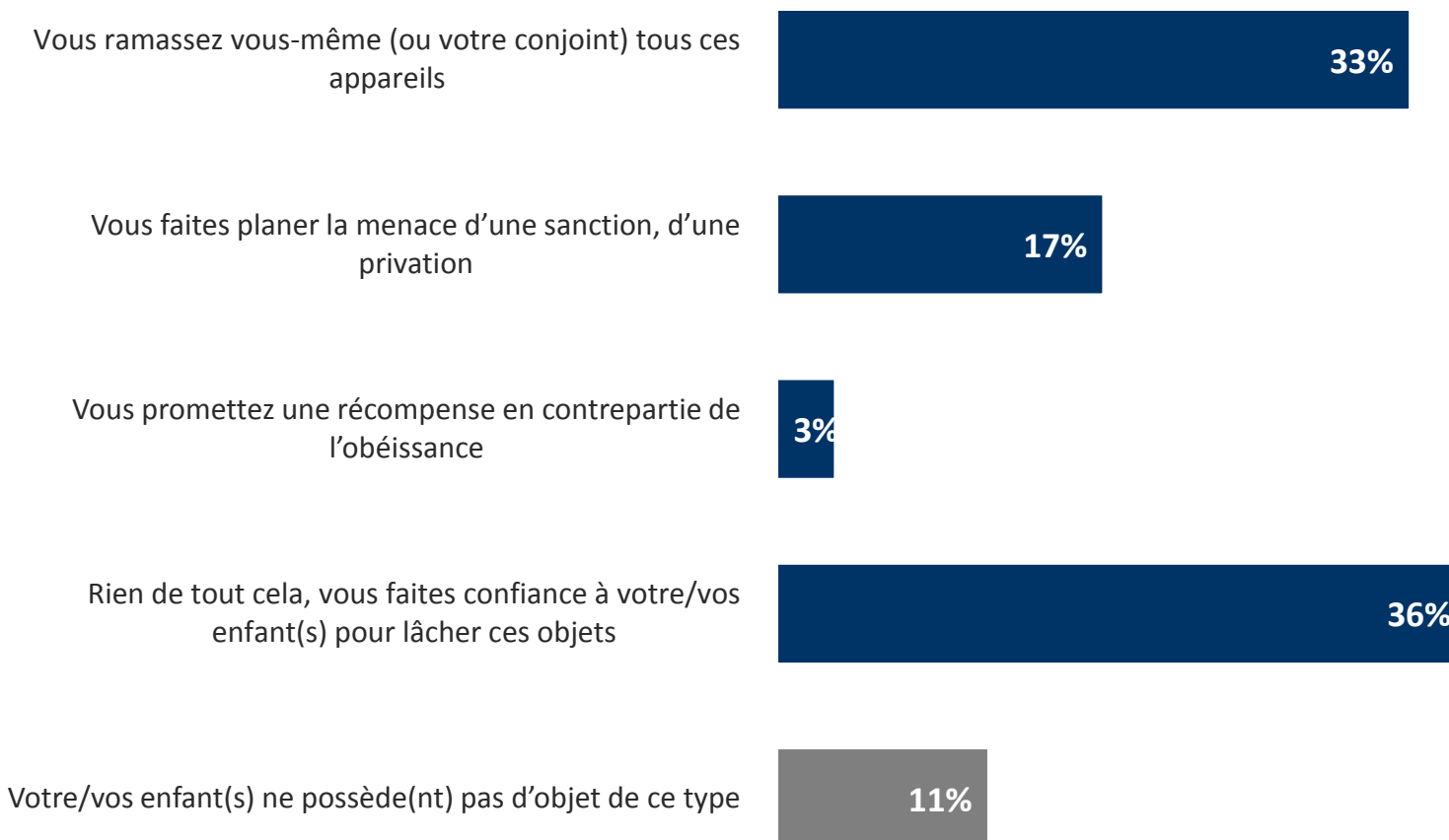
(\*) Total supérieur à 100, les interviewés ayant pu donner plusieurs réponses



**QUESTION :** Vous personnellement, lorsque vous avez décidé de devenir parent, avez-vous modifié votre mode de vie en prêtant davantage attention à... ?

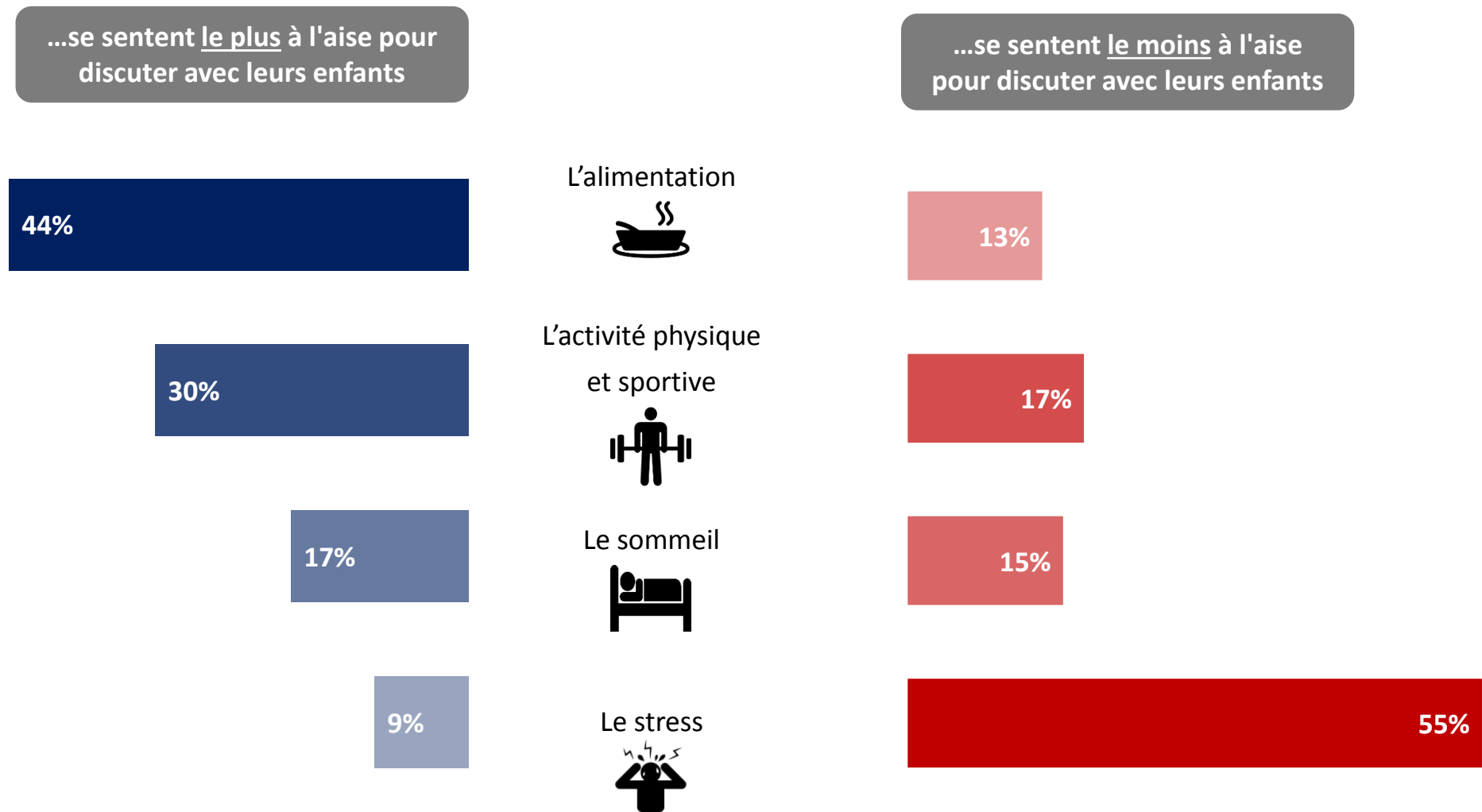


**QUESTION :** Comment faites-vous pour vous assurer que vos enfants ne consultent plus ces objets lorsque vous le leur demandez ? Par exemple, le soir avant de dormir.



**QUESTION :** Dans quel domaine diriez-vous que vous vous sentez le mieux « armé », le plus à l'aise pour discuter avec vos enfants ?

**QUESTION :** Et dans quel domaine diriez-vous que vous vous sentez le moins « armé », le moins à l'aise pour discuter avec vos enfants ?



# 3 | Les principaux enseignements

## Des parents convaincus du bien-être général de leurs enfants

**La quasi-totalité des parents interrogés considère que leur(s) enfant(s) se porte(nt) globalement bien (97%) sur le plan de la santé, du bien-être ou du moral.** On observe néanmoins que plus l'enfant est âgé, plus la certitude des parents vis-à-vis de son bien-être s'effrite ; en effet, la moitié des parents d'enfants âgés de moins de 2 ans déclarent qu'il se porte très bien (50%), contre 40% des parents d'enfants de 11 à 14 ans. **Par ailleurs, les parents s'inquiètent des conséquences néfastes que peuvent avoir certains aspects du quotidien sur la santé de leurs enfants, au premier rang desquels : l'exposition aux écrans (50% du total des citations).** A ce sujet, ces derniers ont été invités à se prononcer sur leur stratégie pour s'assurer de l'obéissance de leurs enfants après avoir demandé l'arrêt de l'utilisation de ce type d'objet : si plus d'un tiers des parents font confiance à l'enfant pour abandonner l'activité de lui-même (36%), 33% retirent l'objet en question et 17% admettent menacer d'une sanction.

Viennent ensuite des points de vigilance notables, comme l'alimentation (42%) ou la qualité de l'environnement (37%). En revanche, des dimensions plus intrinsèques telles que le stress (29%) ou le sommeil (26%) apparaissent moins considérées par les parents dans la santé globale de leurs enfants. Et il est particulièrement intéressant (inquiétant ?) de relever que seuls 15% des parents placent la sédentarité parmi les risques principaux susceptibles de peser sur la santé de leurs enfants.

## Des parents facilement investis dans le mode de vie de leur(s) enfant(s), mais peu armés face à la gestion de leur stress

**93% des parents estiment qu'il est important d'accompagner son enfant dans chaque domaine de sa vie. Plus précisément, près de 9 parents sur 10 considèrent qu'il est facile de s'investir en faveur de son état de santé (89%), dont un tiers « très facile » (32%).** Pour une part équivalente de parents d'enfants de moins de 15 ans, l'activité physique et l'alimentation (deuxième risque identifié pour la santé de ses enfants) représentent des domaines dans lesquels il leur semble facile de s'impliquer (respectivement 84% et 83%).

Et si le sommeil de l'enfant apparaît également plutôt bien maîtrisé (78% des parents estiment qu'il est facile d'intervenir dans ce domaine), **la gestion du stress semble en revanche plus complexe à appréhender** : une faible majorité considère cela comme facile (57%).

**L'étude comparée des domaines dans lesquels les parents se sentent plus ou moins à l'aise pour échanger avec leurs enfants reflète le niveau d'aptitude à agir dans ces différentes sphères.** Ainsi, l'alimentation (44%) puis l'activité physique (30%) sont les sujets les plus facilement abordés. Et si le sujet du sommeil apparaît peu problématique (17% se sentent à l'aise pour en discuter contre 15% qui ne le sont pas), c'est sur la question du stress que les parents se montrent particulièrement désarmés (55% alors que seuls 9% le citent comme sujet le plus facile à partager).

**Le projet de parentalité s'accompagne souvent d'un bouleversement du mode de vie** : 79% ont modifié au moins un aspect de leur vie avant de devenir parent. Ainsi, quand est arrivée la décision de faire un enfant, une majorité de Français - en particulier les femmes ainsi que les plus jeunes parents - ont fait davantage attention à certains aspects de leur mode de vie, notamment leur alimentation (63%), mais aussi leur état de santé (58%) ou la gestion de leur stress (54%). En revanche, le sommeil et, plus encore l'activité physique, se sont avérés moins prioritaires (respectivement 48% et 42%).