

Santé: où en sommes-nous?

Comment les personnes perçoivent, gèrent et façonnent activement leur santé: c'est ce que montre une enquête représentative menée auprès de 20 000 personnes dans 20 pays européens.

TEXTE: JÜRIG LENDENMANN

Depuis 2014, le STADA Health Report examine l'état de santé dans les pays européens. Sven Arn, responsable de la dernière étude Health Report 2026, a présenté le 7 juillet à Zurich les résultats actuels, en mettant l'accent sur les réponses des 500 Suisses interrogés, âgés de 18 à 99 ans.

Système de santé: dans le peloton de tête

La Suisse demeure très satisfaite de son système de santé et le considère comme l'un des meilleurs. Avec 77 % des réponses «satisfait et très satisfait», elle se situe largement au-dessus de la moyenne. Une comparaison avec d'autres pays européens montre que seuls la Belgique et l'Ouzbékistan affichent une satisfaction plus élevée envers leur système de santé que la Suisse.

Santé mentale

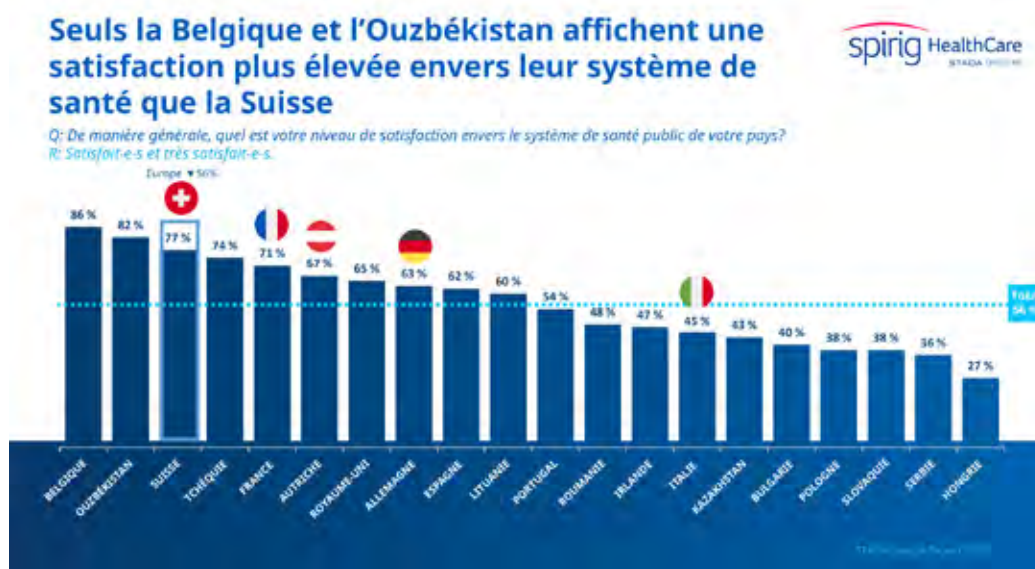
Pour l'évaluation du bien-être mental, la Suisse occupe la 5^e place. Toutefois, à la question portant sur les plus grands défis de santé, la santé mentale est citée en première place par 58 % des personnes interrogées en Suisse. L'ampleur de cette préoccupation dépasse ainsi nettement la moyenne européenne. Une mauvaise santé psychique marque la perception et influence divers domaines de la vie. Sven Arn

commente à ce sujet: «Les interrogations sur le système de santé sont alors plus marquées et les personnes en sont plus insatisfaites. Elles ont aussi le sentiment de ne pas pouvoir gérer elles-mêmes leur santé, et beaucoup perçoivent le vieillissement comme une menace.»

Bien vieillir

«La responsabilité individuelle a une grande tradition en Suisse», a déclaré Arn. Cela se reflète dans les résultats: en matière de responsabilité individuelle pour la santé, la Suisse est en tête en Europe (28 % vs. 19 % pour l'Europe dans son ensemble). «Avec 69 %, l'avis selon lequel les personnes doivent elles-mêmes assumer la responsabilité de leur éducation à la santé est particulièrement répandu en Suisse alémanique.»

«Seuls» 67 % des Suisses (contre 75 % en Europe) jugent important de vivre le plus longtemps possible. Pour les personnes interrogées, une bonne qualité de vie est importante à ce stade de la vie. Parmi les raisons de se réjouir de la vieillesse figurent davantage de temps libre, la retraite et moins de stress. Ce qui inquiète le plus face au vieillissement, ce sont des obstacles tels que les problèmes physiques, la maladie, la dépendance aux soins et la nécessité d'emménager dans un établissement médico-social. Conclusion: plus important que de vivre longtemps est de



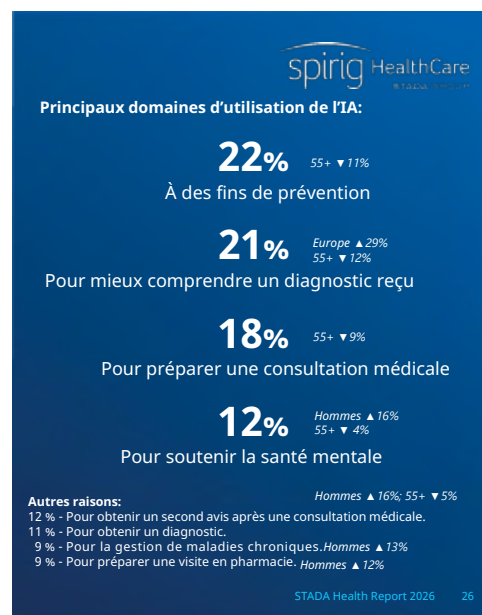


Moins de la moitié des Suissesses et des Suisses utilise actuellement l'IA pour soutenir leur santé

Q: Comment utilisez-vous actuellement l'IA en lien avec votre santé?

48%

utilisent actuellement l'IA en lien avec la santé.



bien vieillir. Arn déclare: «Les gens sont aussi prêts à renoncer pour cela à des habitudes malsaines, par exemple en réduisant ou en renonçant au sucre et aux sucreries, à la restauration rapide, au temps d'écran, à l'alcool et à la viande.»

L'automédication plébiscitée

95 % des personnes pratiquent l'automédication – surtout en cas d'affections telles que douleurs légères, symptômes de rhume ou de grippe, ainsi que troubles gastro-intestinaux légers. Alors que dans d'autres pays, les personnes recourent à l'automédication en raison des délais d'attente, les motifs en Suisse sont une forte confiance en soi – «Je sais déjà ce qui fonctionne pour moi» – ainsi que la préférence pour des remèdes maison éprouvés plutôt que pour des médicaments ou des compléments alimentaires. De plus, la préoccupation liée à l'automédication est relativement faible, avec 24 % (place 4 sur 20 pays). «Les personnes qui pratiquent l'automédi-

cation sont davantage orientées vers le numérique, font davantage confiance aux pharmacies exclusivement en ligne et recourent davantage à l'IA», résume Arn à propos d'autres résultats du Health Report.

L'IA gagne du terrain

Dr Google est peu à peu remplacé par l'IA. Le chemin vers une acceptation complète de l'IA dans le domaine de la santé reste toutefois encore long. Près de la moitié des personnes interrogées en Suisse (48 %) utilisent actuellement l'IA en lien avec la santé à des fins préventives, pour mieux comprendre un diagnostic, préparer une consultation médicale et soutenir leur santé mentale. À la question portant sur les plus grands espoirs quant à l'utilisation de l'IA dans le domaine de la santé, les réponses les plus fréquentes ont été une «prévoyance santé abordable» (grâce à la réduction des coûts administratifs) et des «diagnostics plus rapides». <