

Les asthmatiques, les Français et l'activité physique Entre prise de conscience, angoisse et stigmatisation

Étude Sanofi / Ifop publiée à l'occasion de la journée mondiale de l'asthme

Gentilly, le 2 mai 2023. A l'occasion de la journée mondiale de l'asthme, Sanofi, partenaire des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, révèle les résultats d'une grande enquête réalisée avec l'Ifop pour comprendre les enjeux autour de cette maladie chronique et l'activité physique. Concrète et sans tabou, cette étude inédite brise certaines idées reçues sur le « frein » que constituerait l'asthme à l'activité physique.

Cette enquête d'une taille exceptionnelle a été réalisée auprès d'un échantillon de 5 000 Français dont plus d'un millier de personnes ayant été atteintes d'asthme. L'étude est menée en association avec la [Fondation du Sport](#) Français dont l'une des vocations est de promouvoir l'activité sportive, vecteur de santé. Pour accéder à l'infographie complète, cliquez [ici](#)

- La **pratique d'activités physiques se révèle nettement corrélée à la « classe sociale »** des personnes interrogées : 79% des Français les plus diplômés (études supérieures à BAC+3) et des plus aisés, pour tomber à 46% pour les moins diplômés. Tendence qui se confirme pour la population asthmatique
- Près de **2/3 des asthmatiques (65%)** pratiquent au **moins une activité physique par semaine**, soit étonnamment, plus que les non-asthmatiques (61%)
- **68%** des asthmatiques considèrent que l'asthme constitue un véritable **handicap** pour devenir un athlète de haut niveau
- **39%** des asthmatiques ont déjà évité des situations de la vie quotidienne : **courir après un bus** (62% pour les asthmatiques sévères) et **34% ont déjà évité de prendre les escaliers** (56% pour les asthmatiques sévères)
- **60% des asthmatiques sévères** considèrent la pratique d'une activité physique comme « **un défi** » et **43%** comme une **source d'angoisse**
- **1/3 des asthmatiques sévères** a déjà subi des **moqueries dans le cadre d'activités professionnelles** (34%) ou sportives (36%). **42%** ont même vu des partenaires se moquer de leurs **capacités sexuelles** à cause de leur asthme
- Pour **53%** des hommes asthmatiques sévères, l'asthme se révèle avoir un **impact négatif sur leur vie sexuelle**
- Pour les plus jeunes, l'asthme constitue encore **un frein à certaines activités scolaires** (37%), surtout pour les patients les plus touchés par la maladie (entre 40 et 50%)

Capucine Daridon

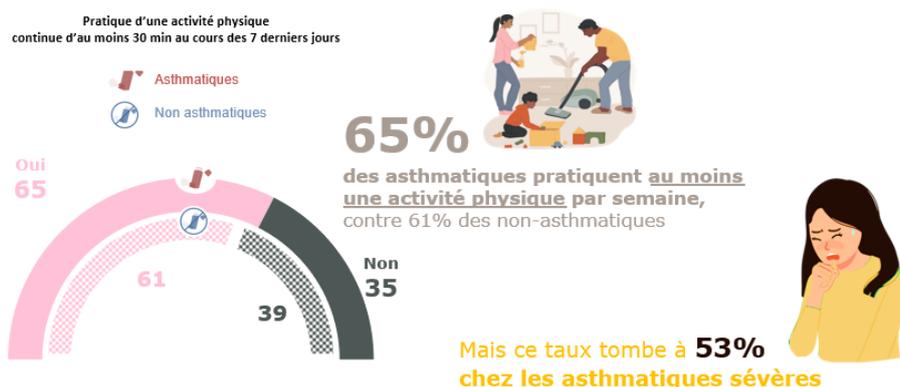
Responsable médical maladies respiratoires, Sanofi France

"Nous avons besoin de mieux comprendre les enjeux sociétaux qui se posent autour de la pratique physique notamment chez les patients asthmatiques. En tant qu'entreprise de santé et partenaire des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024, Sanofi s'intéresse tout particulièrement aux bénéfices du sport pour les patients. Cette étude de grande ampleur menée par l'Ifop auprès du grand public nous donne des pistes de réflexion, en complément de la prise en charge médicale, sur l'importance de la pratique d'une activité physique adaptée au quotidien du patient asthmatique. »

Les personnes asthmatiques plus actives que les Français en général...

Rappelons que l'activité physique ne correspond pas uniquement à la pratique sportive, mais englobe tout type d'exercice physique qui met en mouvement le corps à l'aide de nos muscles, comme la marche ou le jardinage¹.

Premier grand enseignement de cette étude, les asthmatiques semblent faire autant, si ce n'est plus d'activités physiques par semaine (65%) que les non-asthmatiques (61%). Un chiffre qui chute cependant à 53% pour les personnes atteintes d'asthme sévère. La pratique d'activités physiques se révèle par ailleurs nettement corrélée à la « classe sociale » des personnes interrogées. Ainsi, ce chiffre atteint 78% pour les asthmatiques les plus diplômés (études supérieures à BAC+3) et les plus aisés, pour descendre à 51% pour les moins diplômés.



Les sports de prédilection diffèrent peu entre asthmatiques et non asthmatiques. Ils sont respectivement 52% contre 46% à pratiquer le vélo, ou encore 31% contre 23% pour des sports d'endurance comme le jogging. Un constat rassurant émerge de cette enquête : seulement 3% des asthmatiques pratiquent la plongée sous-marine, une activité qui leur est contre-indiquée médicalement.

... Grâce à une sensibilisation efficace, qui atteint ses limites

Les différentes campagnes de sensibilisation et recommandations officielles² semblent porter leurs fruits. L'activité physique est en effet évoquée par 52% des asthmatiques lors d'une consultation médicale, contre 32% des non-asthmatiques, soit un écart significatif de 20 points ! Ainsi, 66% des asthmatiques et jusqu'à 3 asthmatiques sévères sur 4, jugent nécessaire la pratique d'une activité physique tout en étant asthmatique.

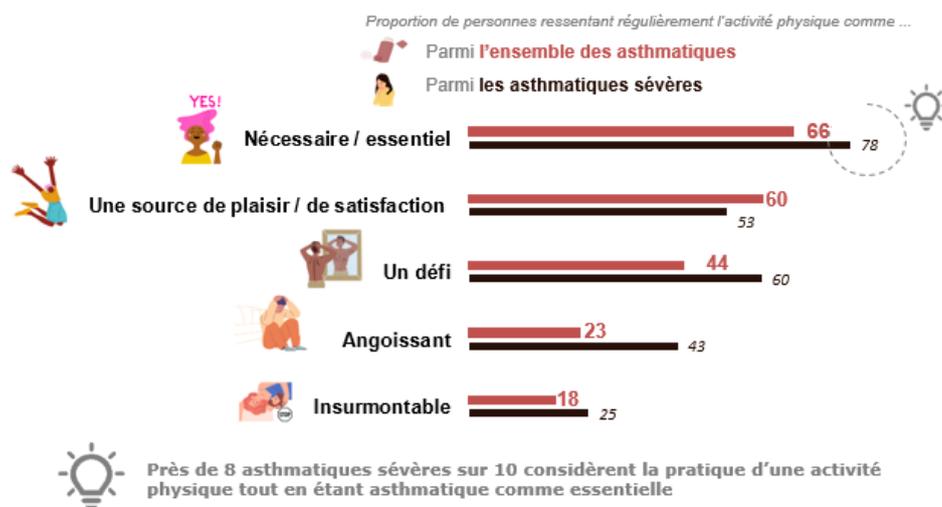


Le sport est bénéfique voire hautement recommandé à condition que l'asthme soit contrôlé³ et suivi médicalement. En complément d'une prise en charge médicale et thérapeutique adaptée, l'activité physique permet ainsi la diminution du nombre de crises et des symptômes d'asthme, améliore la tolérance à l'effort et diminue les réveils nocturnes, signes d'anxiété et de dépression^{4,5}. Pourtant, cet effort de sensibilisation et de pédagogie atteint ses limites auprès des « réfractaires » au sport : parmi les 16% ne pratiquant aucune activité, 86% ne s'y mettront pas dans les prochains mois. Une tendance, une fois encore, plus prégnante auprès des moins diplômés et des plus défavorisés.

L'activité physique, une source d'angoisse pour les asthmatiques

L'asthme n'en reste pas moins un obstacle à l'activité physique, surtout pour ceux qui souffrent d'asthme sévère. 60% d'entre eux considèrent en effet la pratique d'une activité physique comme « un défi » (contre 44% chez l'ensemble des asthmatiques). 43% la considère même comme une source d'angoisse (contre 23% chez l'ensemble des asthmatiques).

Chez les personnes atteintes d'un asthme mal contrôlé (37%), cette tendance se montre là encore plus forte, alors qu'une bonne prise en charge de la maladie constitue un véritable enjeu de santé publique.



Enfin, pour 68% des asthmatiques, l'asthme est vu comme un handicap pour devenir un athlète de haut niveau. Le chiffre atteint 80% pour les asthmatiques sévères, et 77% pour les personnes ayant un asthme mal contrôlé.

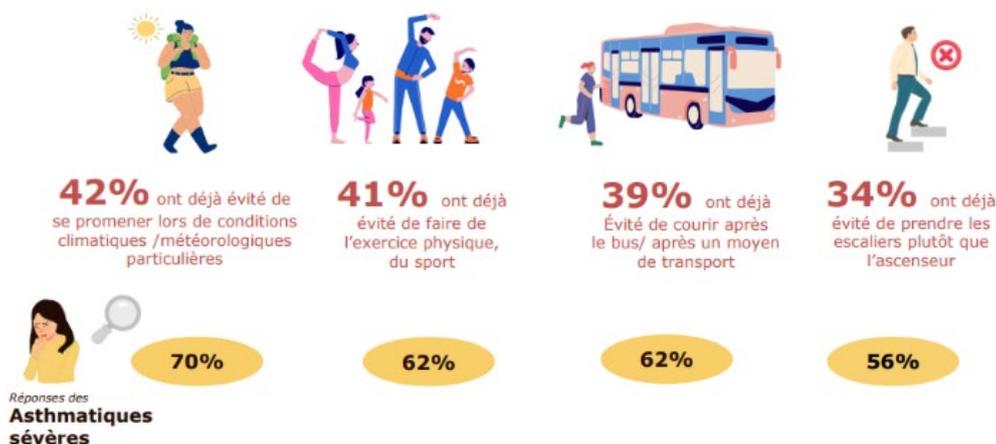
Charlotte Feraille

Déléguée Générale de la Fondation du Sport Français

"Il était important que la Fondation du Sport Français soit associée à cette enquête Ifop proposée par Sanofi sur l'asthme, la pratique de l'activité physique et ses vertus. Cette étude apporte des informations précieuses sur les habitudes sportives des personnes asthmatiques. Elle aide à comprendre les enjeux dans cette maladie. Nous sommes ravis et fiers de contribuer à faire avancer les connaissances dans ce domaine. Même si le sport est de plus en plus associé à une meilleure santé, en particulier pour les asthmatiques, il reste encore beaucoup à faire."

Un poids psychologique qui mène à une stigmatisation et une stratégie d'évitement

Près de la moitié des asthmatiques (46%) estiment que l'asthme a un impact négatif sur la pratique d'un sport ou d'une activité physique et sur leurs activités quotidiennes (36%). Ils sont d'ailleurs nombreux à employer des stratégies d'évitement face aux risques de crises d'asthme. Ainsi, 39% des personnes ayant été affectées par de l'asthme ont déjà évité de courir après un bus (62% pour les asthmatiques sévères) et 34% ont déjà évité de prendre les escaliers (56% pour les asthmatiques sévères).

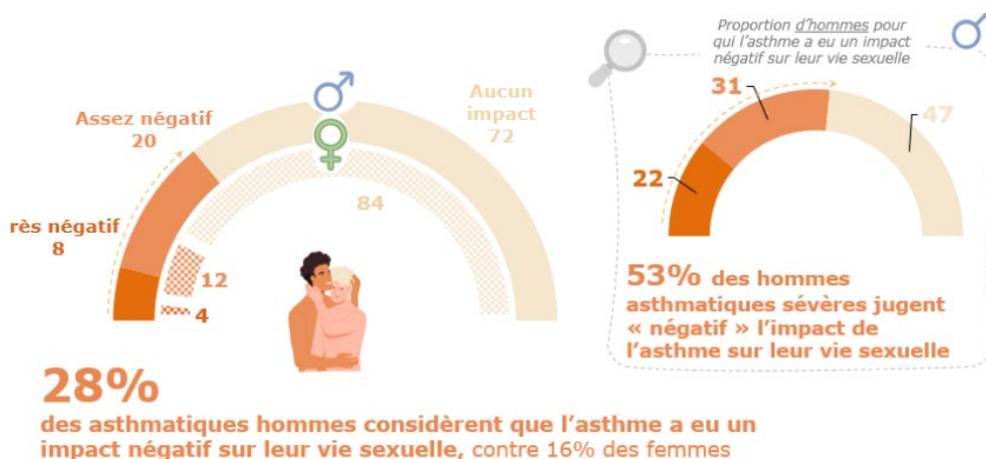


S'ajoutent à ces difficultés physiques les stigmates et moqueries qui peuvent en résulter. Ainsi, 25% des asthmatiques ont subi des moqueries dans le cadre d'activités sportives, 21% de la part d'un(e) partenaire dans les tâches quotidiennes et 19% dans leur travail.

Ces chiffres sont d'autant plus élevés que l'asthme est sévère. Ils augmentent tous de plus de 10 points ! 42% ont même vu des partenaires se moquer de leurs capacités sexuelles à cause de leur asthme.

L'asthme, une source de malaise dans la vie sexuelle, principalement chez les hommes

Si l'asthme impacte la vie sexuelle de tous les malades, les hommes apparaissent plus fortement touchés que les femmes. 28% des hommes asthmatiques et plus de la moitié des hommes asthmatiques sévères estiment être gênés dans leur vie sexuelle (53%). Les femmes asthmatiques sont deux fois moins nombreuses (16%) à le relever.



Aussi, des hommes souffrant d'asthme sévère se disent angoissés par leurs performances sexuelles et 44% ont déjà craint d'être moins performants. Un tiers d'entre eux (31%) rapportent même avoir déjà dû « cesser une relation sexuelle afin d'aller prendre un traitement de secours ».

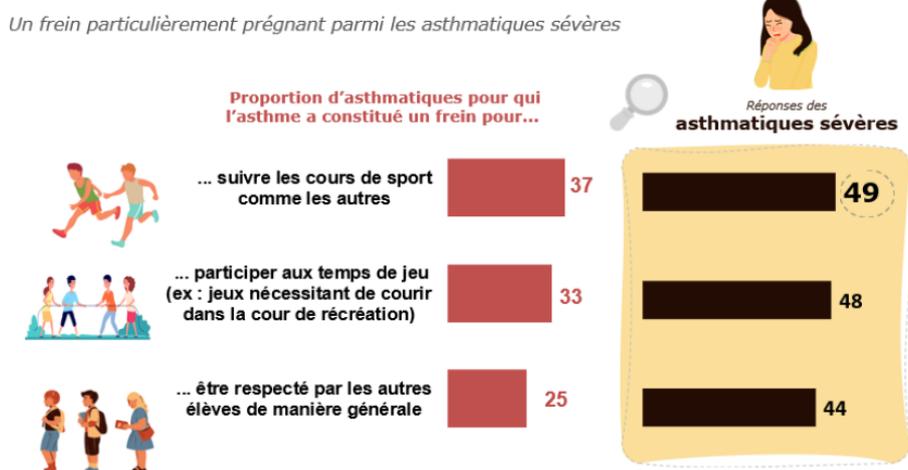
Ils sont même 41% à avoir déjà évité un rapport sexuel par peur qu'il provoque une crise d'asthme (contre 20% pour les personnes ayant déjà été affectés par de l'asthme).

Enfin, 21% des personnes ayant déjà été affectées par de l'asthme indiquent avoir subi des moqueries/remarques liées à leurs capacités sexuelles. Ce chiffre atteint même un taux de 42% chez les hommes atteints d'asthme sévère.

Une scolarité impactée par l'asthme, malgré le dispositif "PAI"

L'asthme constitue un véritable frein à certaines activités scolaires, surtout pour les patients les plus touchés par la maladie. Ainsi, 37% des personnes ayant déjà eu de l'asthme déclarent avoir ressenti des freins pour suivre les cours de sport comme les autres, 33% pour participer aux temps de jeu, et 25% pour être respectés par les autres élèves de manière générale. Des chiffres qui oscillent entre 40 et 50% pour les asthmatiques sévères et parmi ceux ayant un asthme mal contrôlé !

Disponible pour les asthmatiques, le PAI, ou Projet d'Accueil Individualisé, est un dispositif qui permet d'adapter la prise en charge de l'asthme chez les enfants scolarisés. Celui-ci est plutôt bien connu des asthmatiques. 54% des personnes de moins de 35 ans affectées par de l'asthme en ont en effet entendu parler. Ce chiffre s'élève à 73% parmi les asthmatiques sévères et 65% parmi ceux ayant un asthme mal contrôlé.



À propos de l'asthme et de l'asthme sévère

L'asthme est une inflammation chronique des voies aériennes, avec des symptômes respiratoires intermittents – tels que, le sifflement, la toux, l'essoufflement, l'oppression thoracique ou la difficulté à respirer – qui arrivent souvent la nuit.

Correspondant au niveau le plus grave de l'asthme (selon les degrés de sévérité classifiés par le [GINA](#) en 5 niveaux), « l'asthme sévère » forme un sous-groupe de l'asthme difficile intégrant les patients qui ont un asthme non-contrôlé malgré un traitement maximal et une prise en charge des facteurs contributeurs, ou qui empire à la diminution des traitements. Chez 50 à 70% des asthmatiques, on retrouve un dysfonctionnement particulier appelé inflammation de type 2, qui correspond à une réponse excessive du système immunitaire⁶.

Sanofi, un acteur engagé en pneumologie

Avec pour ambition d'incarner l'espoir pour tous les malades et leurs proches, l'engagement de Sanofi va au-delà de la recherche et du développement de thérapies innovantes. Nous travaillons toujours en partenariat avec les associations de patients et en concertation avec tous les acteurs de santé impliqués pour faire avancer la connaissance médicale. Identifier au mieux les besoins des patients constitue un axe stratégique de Sanofi dont l'ambition consiste à mettre à la disposition des patients des solutions qui leur permettent de vivre mieux et différemment leur maladie. Aux côtés de Regeneron, nous sommes engagés à faire avancer la recherche en pneumologie pour répondre aux besoins non couverts des patients atteints de maladies respiratoires.

À propos de la Fondation du Sport Français

La Fondation du Sport Français, reconnue d'utilité publique, a pour mission principale de promouvoir le sport comme vecteur de lien social, à travers des actions innovantes et sociétales. Sa vocation est de développer et faciliter l'insertion sociale et professionnelle dans et par le sport mais également de créer et développer les conditions d'implication des particuliers et entreprises dans le domaine du mécénat sportif. *Soutiens Ton Club*, le *Pacte de Performance* et *MeSport* sont les trois dispositifs majeurs mis respectivement en place au profit des clubs, des sportifs de haut niveau français et des territoires.

À propos de Sanofi

Nous sommes une entreprise mondiale de santé, innovante et animée par une vocation : poursuivre les miracles de la science pour améliorer la vie des gens. Nos équipes, présentes dans une centaine de pays, s'emploient à transformer la pratique de la médecine pour rendre possible l'impossible. Nous apportons des solutions thérapeutiques qui peuvent changer la vie des patients et des vaccins qui protègent des millions de personnes dans le monde, guidés par l'ambition d'un développement durable et notre responsabilité sociétale.

Sanofi est cotée sur Euronext : SAN et Nasdaq : SNY

Contacts

Stéphane Laurain | +33 (0)6 98 58 38 35 | stephane@edifice-communication.com

Nathalie Ducoudret | + 33 (0)6 09 63 82 71 | nathalie.ducoudret@sanofi.com

Chrystel Baude | + 33 (0)1 57 63 25 04 | communication-france@sanofi.com

Méthodologie de l'étude

***POUR CITER CETTE ÉTUDE, IL FAUT UTILISER À MINIMA LA FORMULATION SUIVANTE :**

« Étude Ifop pour Sanofi réalisée par questionnaire auto-administré en ligne du 17 au 29 mars 2023, auprès d'un échantillon national représentatif de 5009 personnes âgées de 15 ans et plus, incluant 1111 personnes affectées ou ayant déjà affectées par de l'asthme (dont 742 asthmatiques actuels). »

Références

¹Source Ameli : L'exercice physique recommandé au quotidien | ameli.fr | Assuré

²Recommandations de la HAS pour l'activité physique chez les asthmatiques, décembre 2022
https://webzine.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2022-11/ap_fiche_asthme.pdf

³Asthme L'activité physique pour votre santé ». Haute autorité de santé. Décembre 2018

⁴Prospective Study of Physical Activity and Risk of Asthma Exacerbations in Older Women Judith Garcia-Aymerich, Rphae`lle Varraso, Josep M. Anto´, and Carlos A. Camargo, Jr. 2009

⁵Improvement in Asthma Quality of Life in Patients Enrolled in a Prospective Study to Increase Lifestyle Physical Activity. Carol A. Mancuso, MD. 2013

⁶Seys AF et al. Cluster analysis of sputum cytokine-high profiles reveals diversity in T(h)2-high asthma patients. *Respir Res.* 2017;18(1):39. doi:10.1186/s12931-017-0524-y.