



Les Français et le muscle

Sondage Ifop pour Bona Fide et l'AFM Téléthon

Mai 2023

N° 120074

Contacts Ifop :

Jérôme Fourquet / Gautier Jardon
Département Opinion et Stratégies d'Entreprise
01 45 84 14 44
prenom.nom@ifop.com

MÉTHODOLOGIE

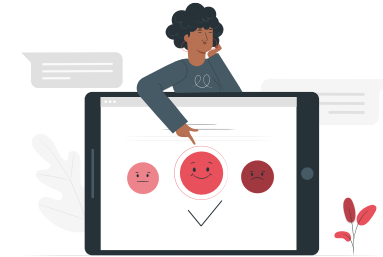
Etude réalisée par l'Ifop pour Bona Fide et l'AFM Téléthon



L'enquête a été menée auprès d'un échantillon de **1003 personnes**, représentatif de la population française âgée de 18 ans et plus



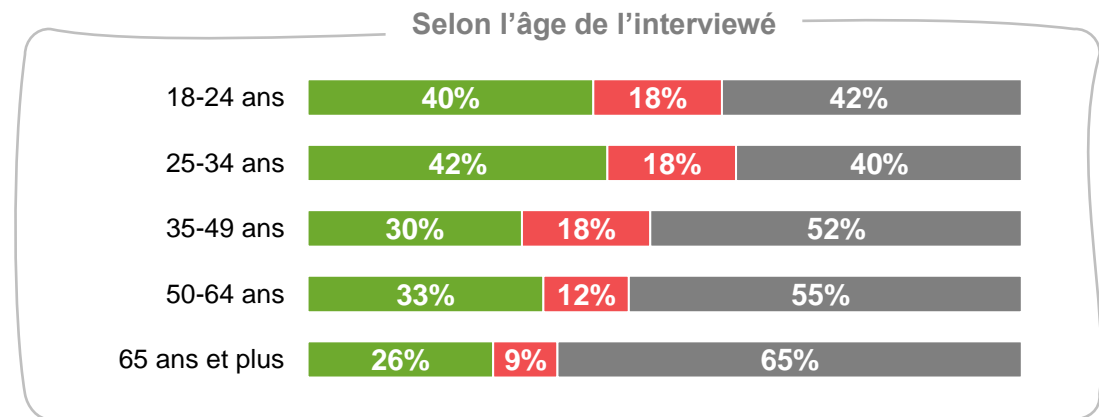
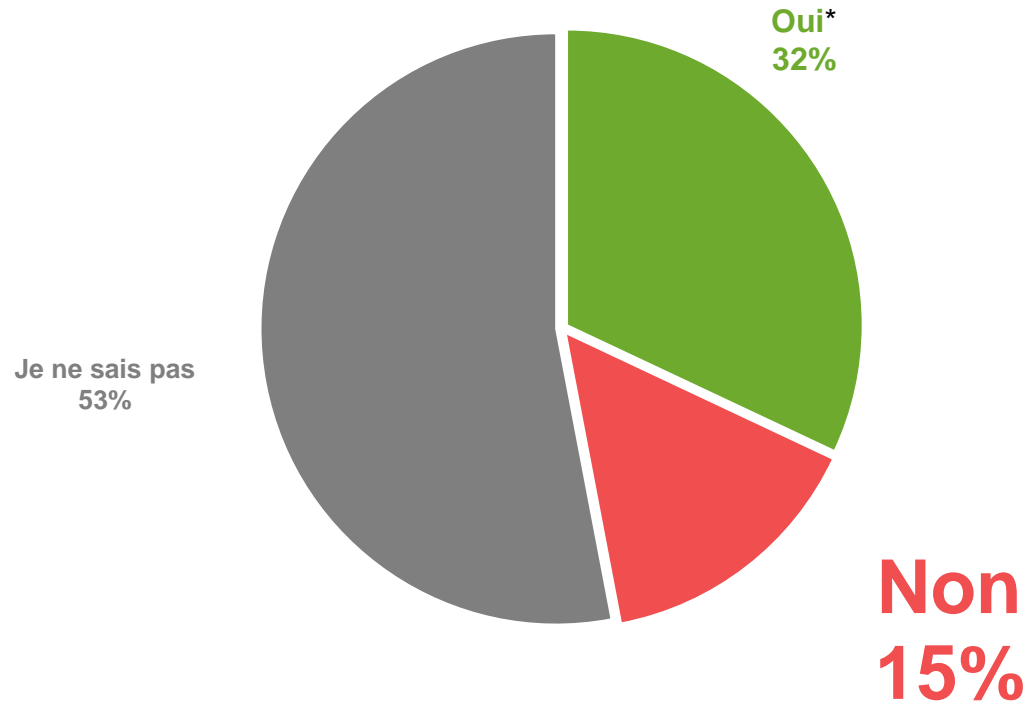
La représentativité de l'échantillon a été assurée par la méthode des quotas (sexe, âge, profession de la personne interrogée) après stratification par région et catégorie d'agglomération.



Les interviews ont été réalisées par questionnaire auto-administré en ligne du **15 au 16 mai 2023**.

La connaissance de l'existence d'une discipline médicale consacrée aux muscles

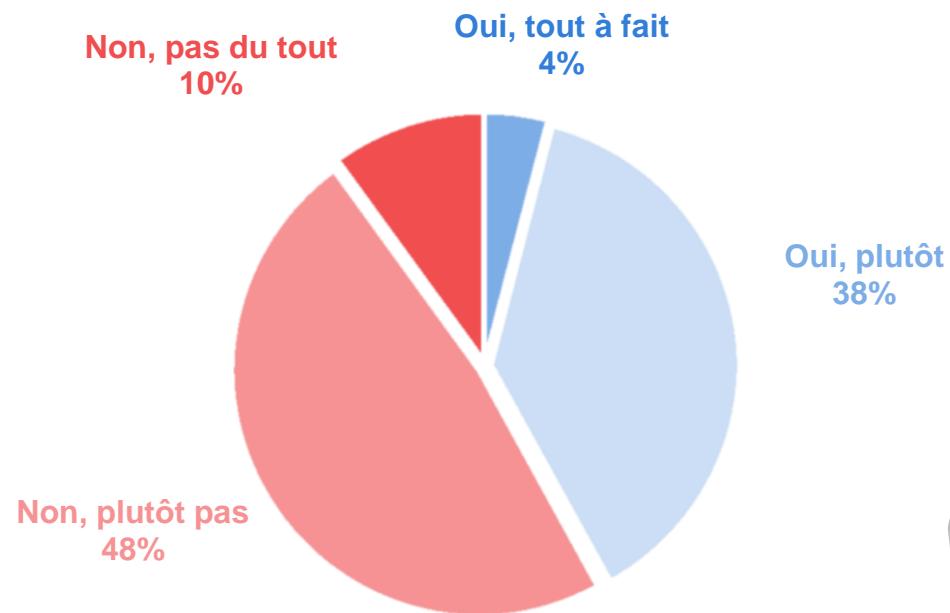
QUESTION : D'après vous, existe-t-il aujourd'hui une discipline médicale, comme la cardiologie ou l'ophtalmologie, consacrée aux muscles ?



Le sentiment d'information général sur les muscles

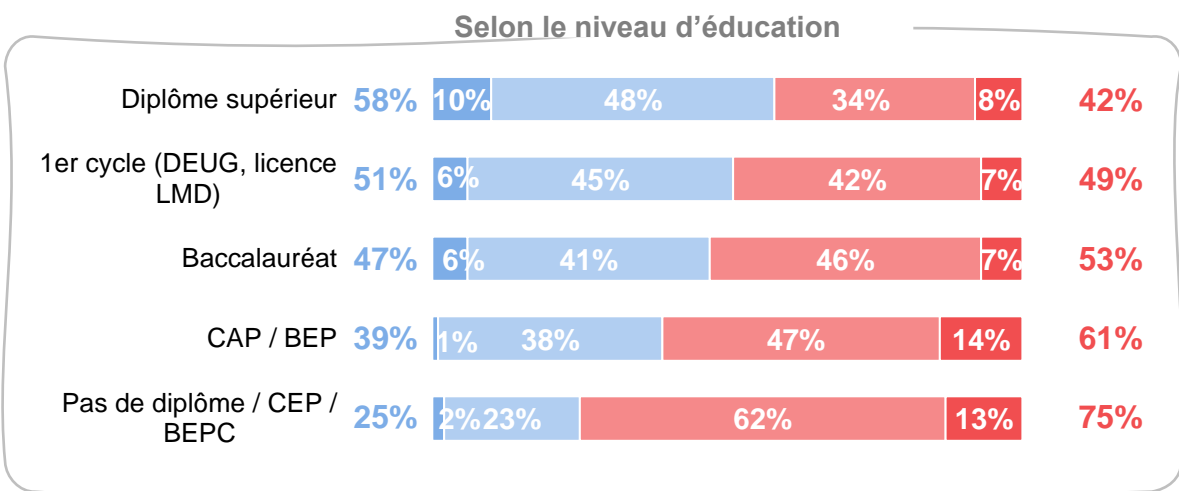


QUESTION : Personnellement, vous sentez-vous bien informé (e) sur les muscles et leurs fonctions ?



TOTAL Oui
42%

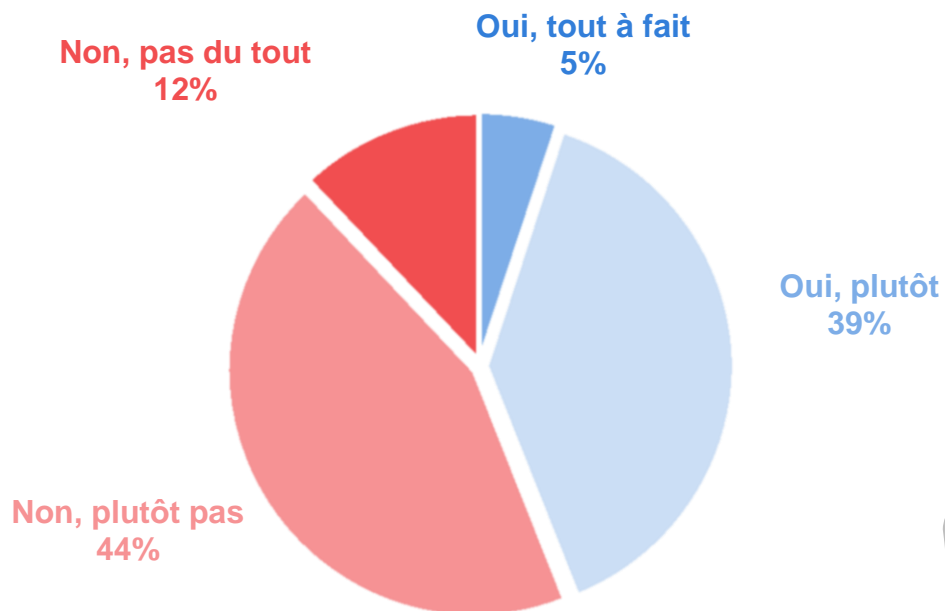
TOTAL Non
58%



■ Oui, tout à fait ■ Oui, plutôt ■ Non, plutôt pas ■ Non, pas du tout

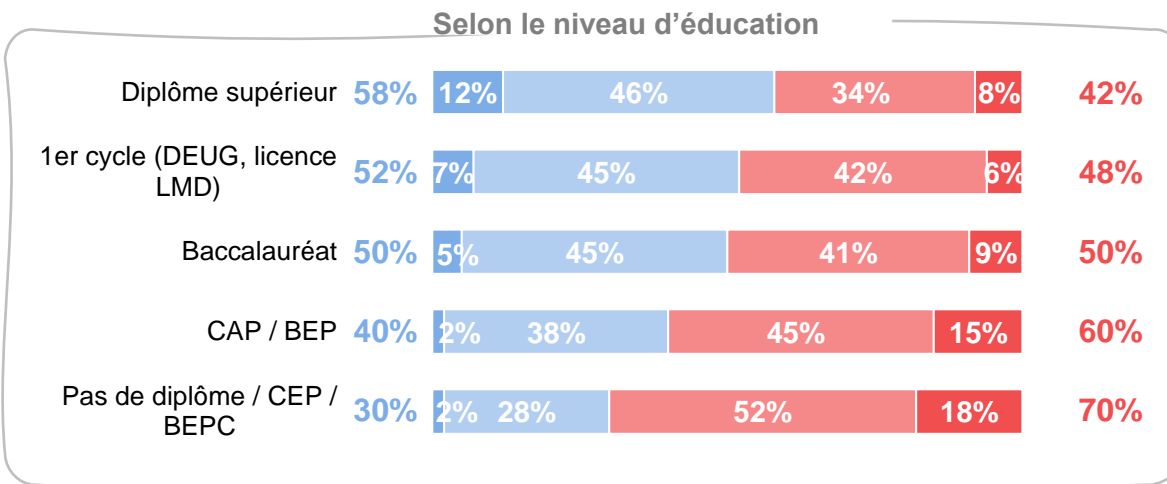
Le sentiment d'information sur comment conserver ses muscles en bonne santé

QUESTION : Plus précisément, diriez-vous que vous avez suffisamment d'informations pour savoir comment conserver vos muscles en bonne santé tout au long de votre vie ?



TOTAL Oui
44%

TOTAL Non
56%

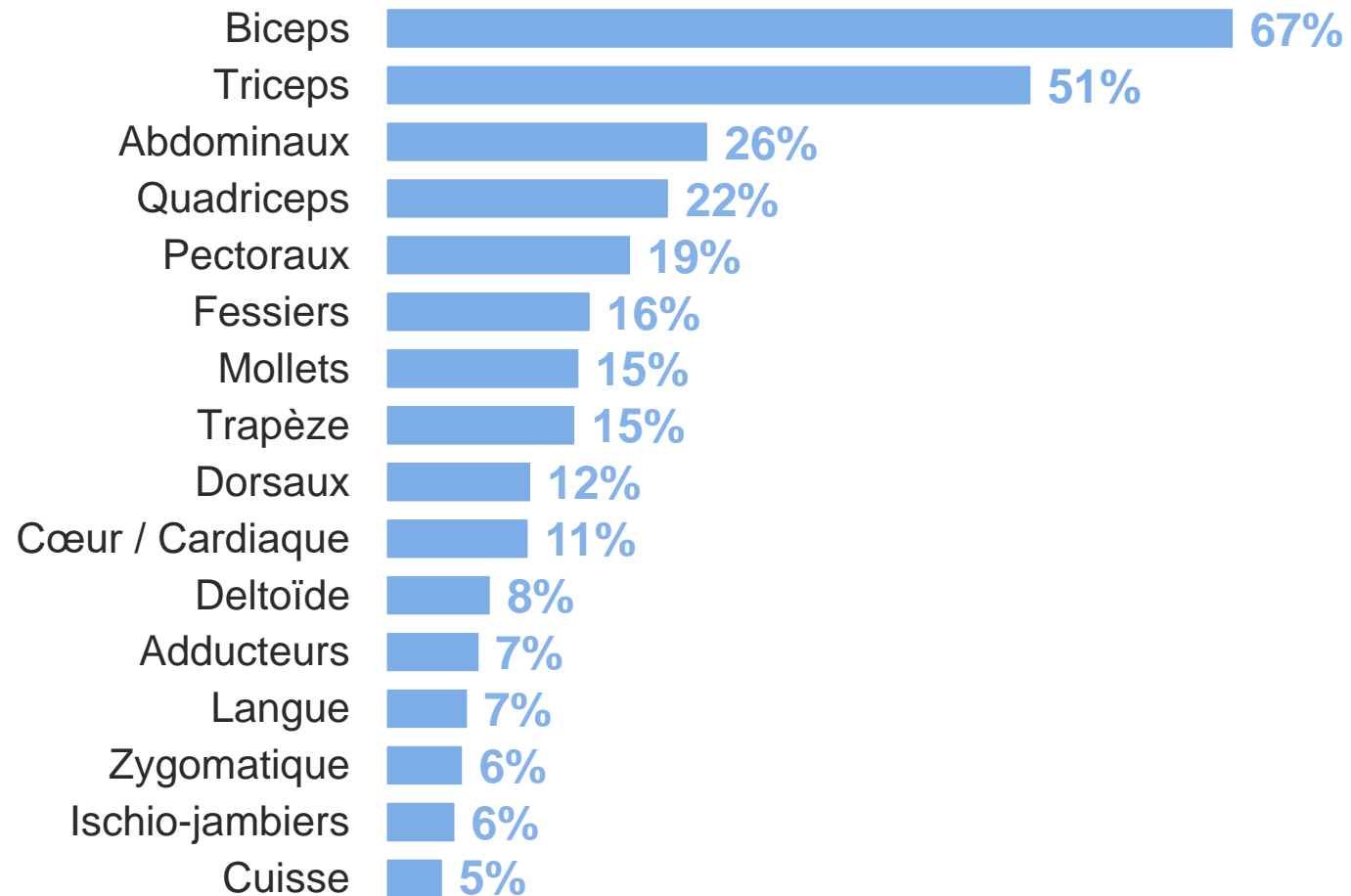


■ Oui, tout à fait ■ Oui, plutôt ■ Non, plutôt pas ■ Non, pas du tout

L'ensemble des muscles connus (2/2)



QUESTION : Quels sont tous les muscles que vous connaissez, de nom ? (Question ouverte – réponses non suggérées)



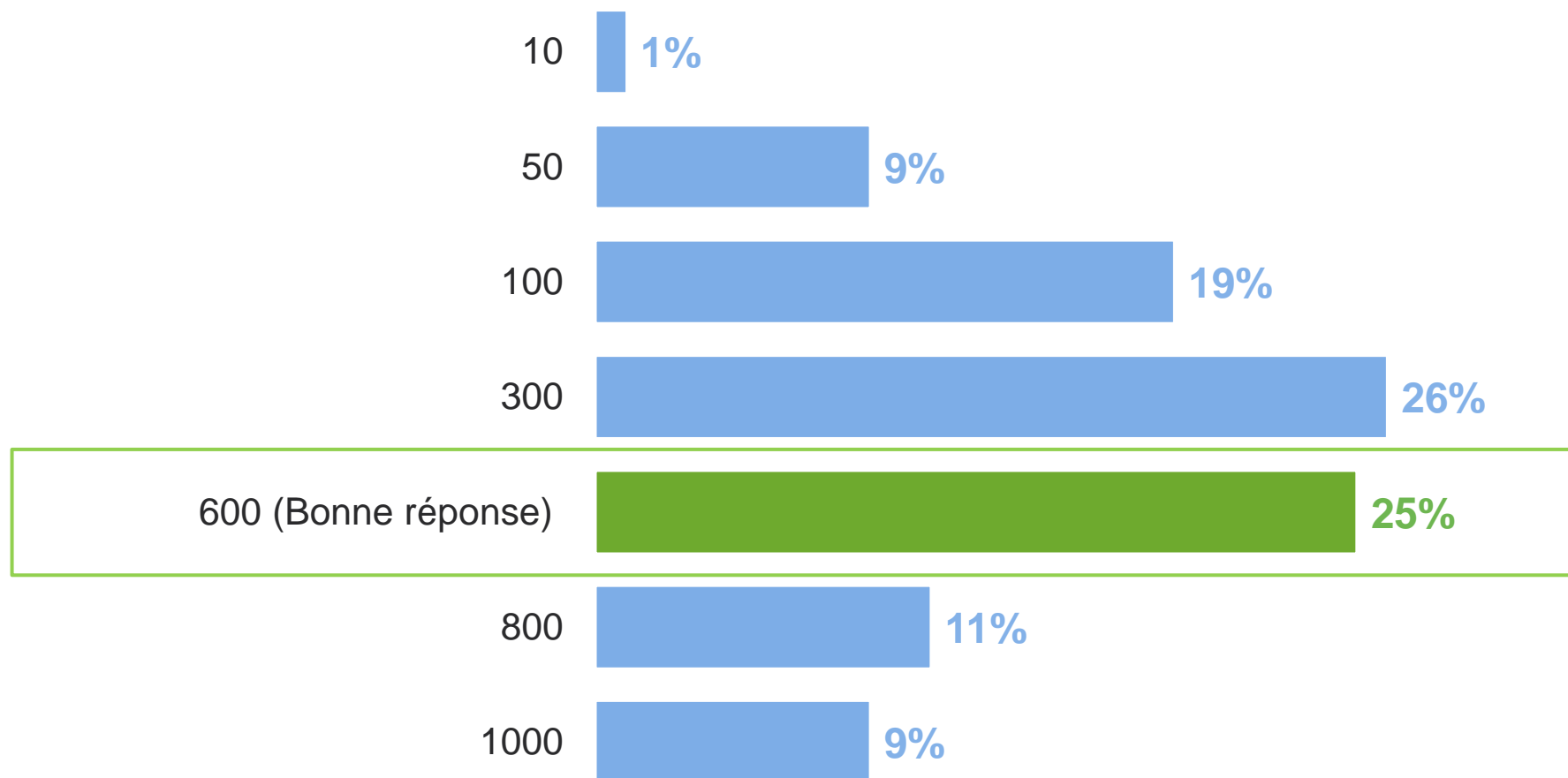
Total supérieur à 100, les répondants ayant pu donner plusieurs réponse.

Les réponses inférieures à 5% ne sont pas affichées.

La connaissance des muscles du corps humain



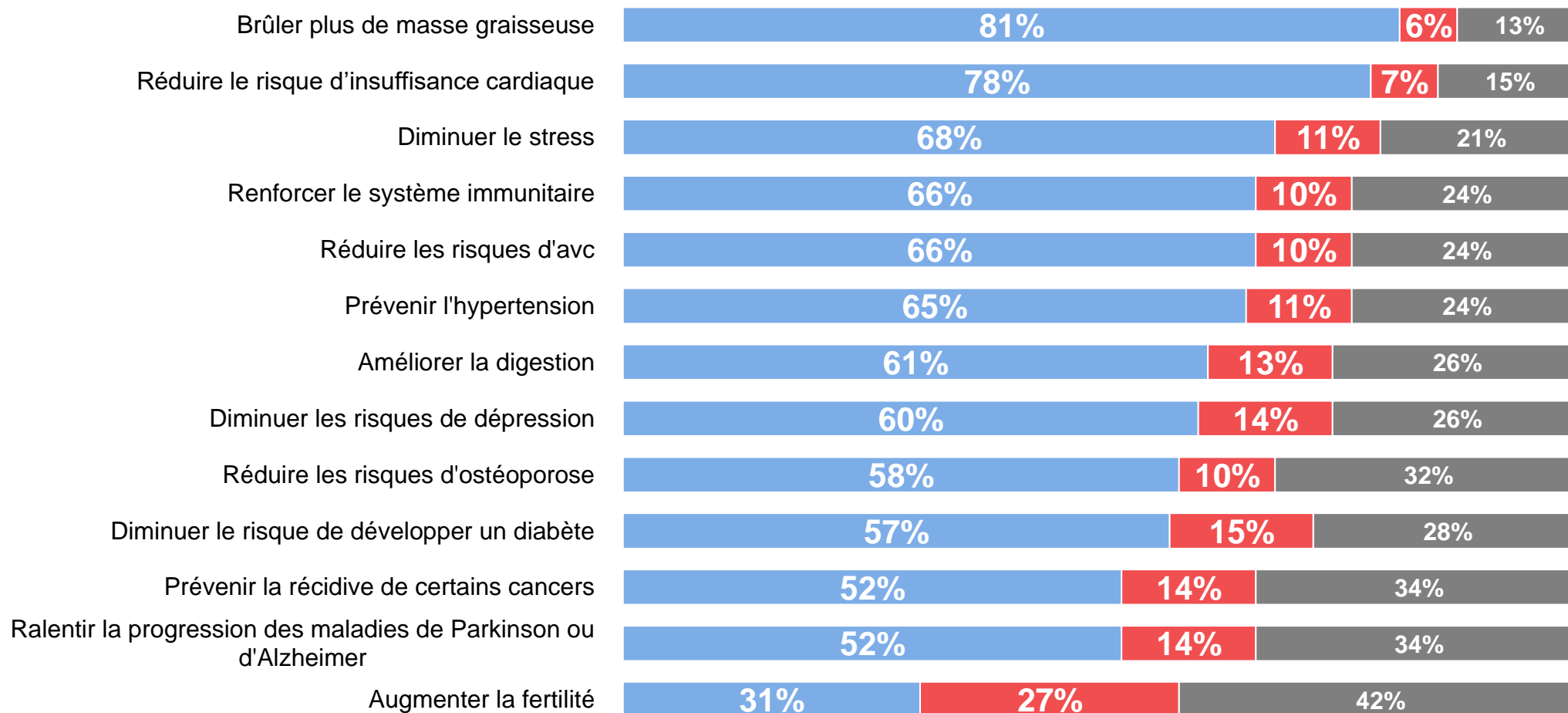
QUESTION : A votre avis, combien notre corps compte-t-il de muscles ?



L'importance du rôle de l'activité musculaire dans la santé



QUESTION : Diriez-vous que l'activité musculaire joue un rôle important ou ne joue pas un rôle important pour... ?



■ Joue un rôle important

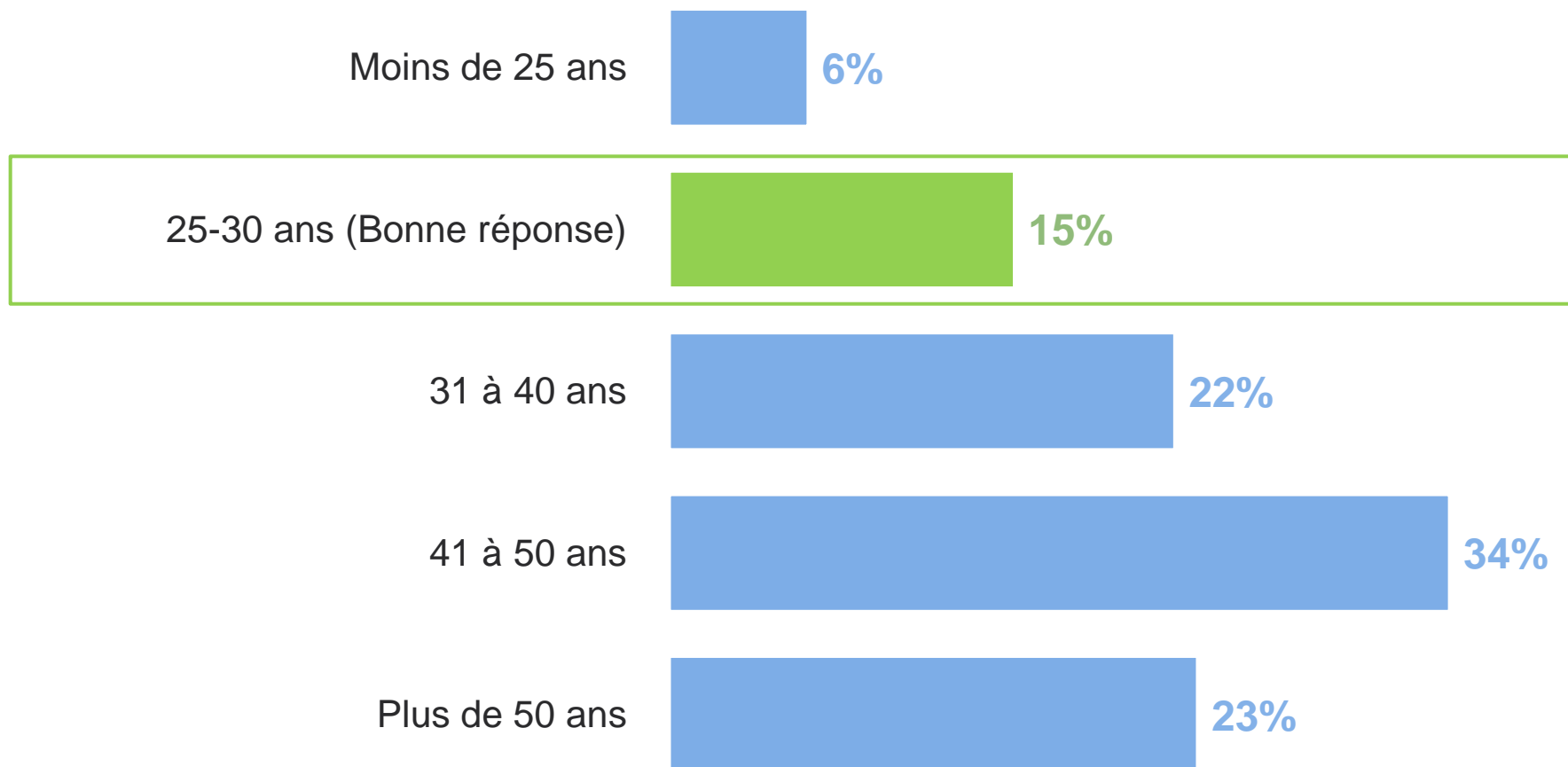
■ Ne joue pas un rôle important

■ Je ne sais pas

L'estimation de l'âge à partir duquel nous commençons à perdre du muscle



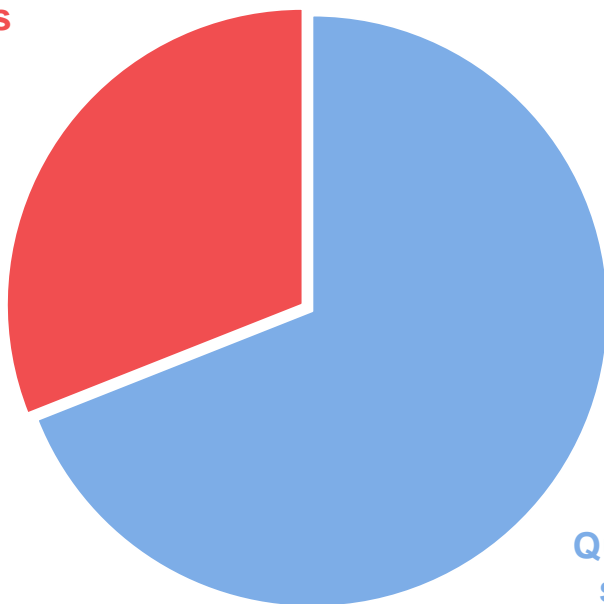
QUESTION : Nous perdons de la masse musculaire en vieillissant. A votre avis, à partir de quel âge commençons-nous à perdre du muscle ? (Question ouverte – réponses non suggérées)



La perception des courbatures

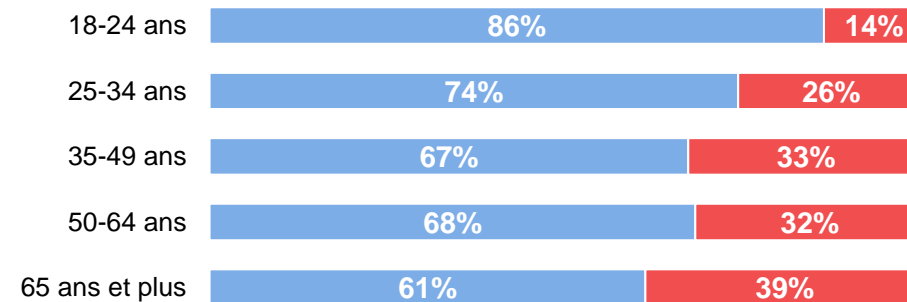
QUESTION : Quand vous avez des courbatures, vous vous dites... ?

Que c'est mauvais
signe, mes muscles
se sont abimés
31%



Que c'est bon
signe, mes
muscles ont bien
travaillé
69%

Selon l'âge de l'interviewé

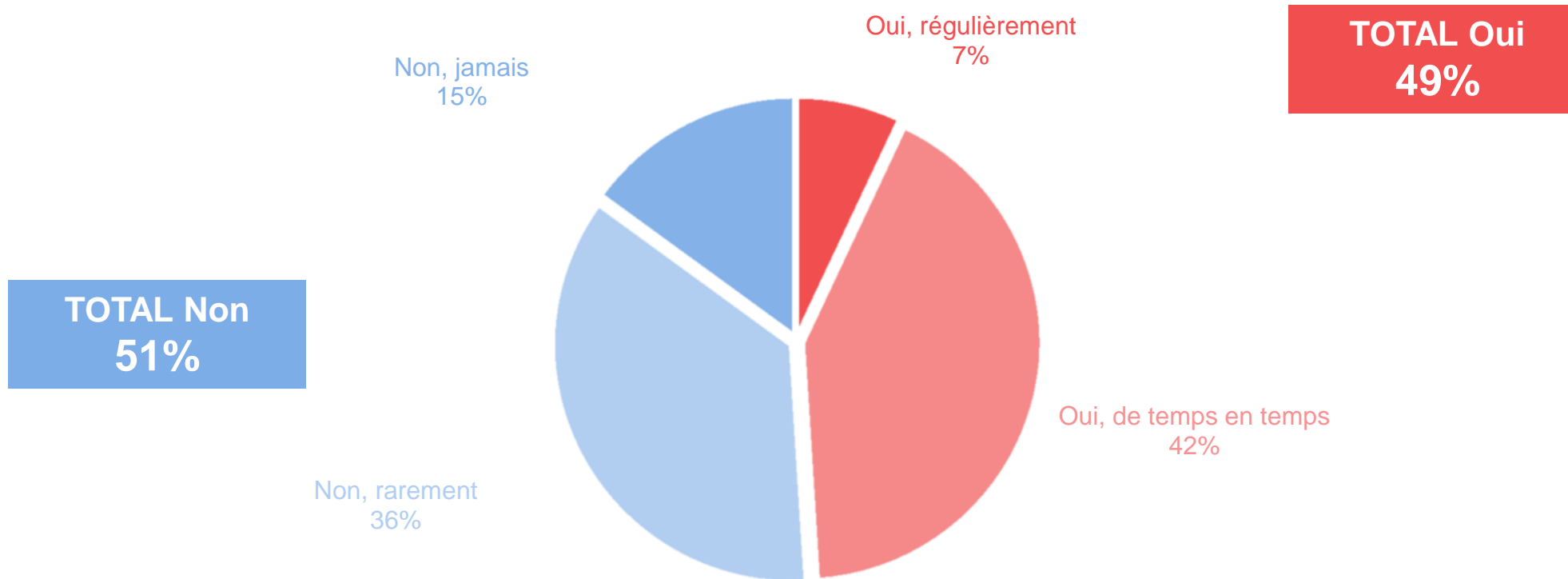


■ Que c'est bon signe ■ Que c'est mauvais signe

La fréquence de douleurs ou blessures musculaires



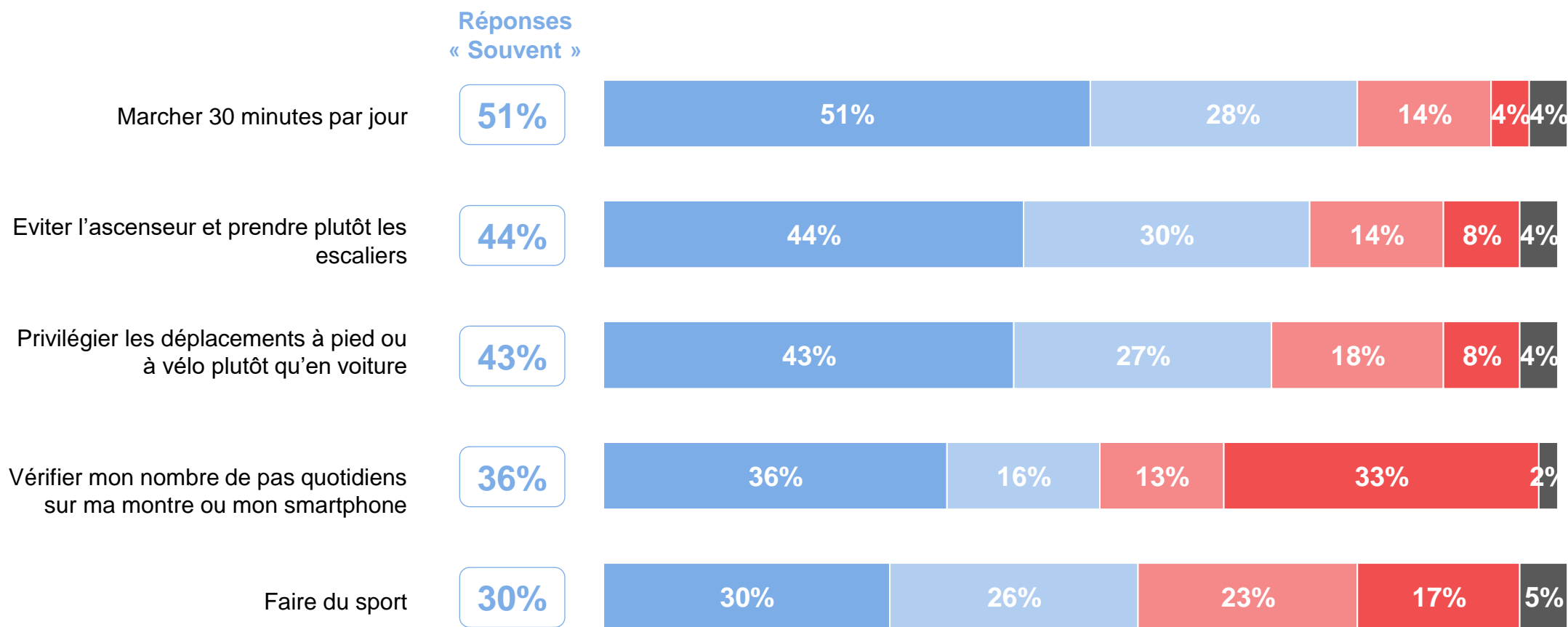
QUESTION : Au-delà des courbatures, avez-vous ou avez-vous eu des douleurs ou des blessures musculaires ?



La fréquence de pratique de différentes activités physiques



QUESTION : Pour chacune des actions suivantes, diriez-vous que vous la pratiquez souvent, de temps en temps, rarement, jamais ou que vous ne pouvez pas la pratiquer en raison de votre état de santé ?

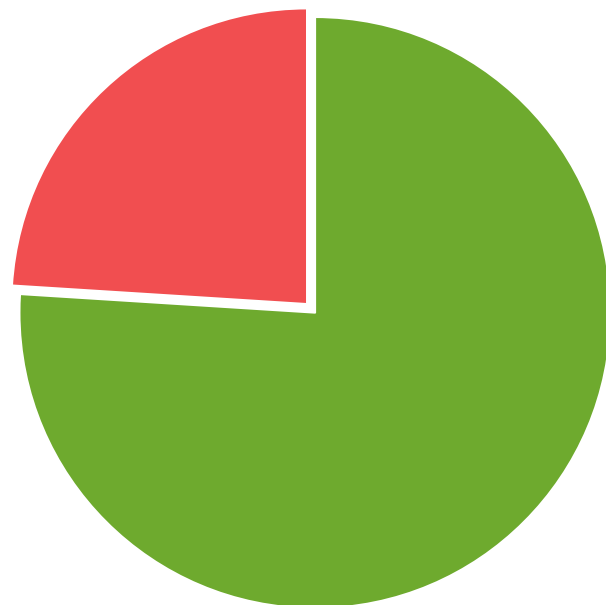


La connaissance du fait que les médecins ont le droit de prescrire de l'activité physique



QUESTION : D'après vous, les médecins ont-ils aujourd'hui la possibilité de prescrire de l'activité physique ?

Non
24%



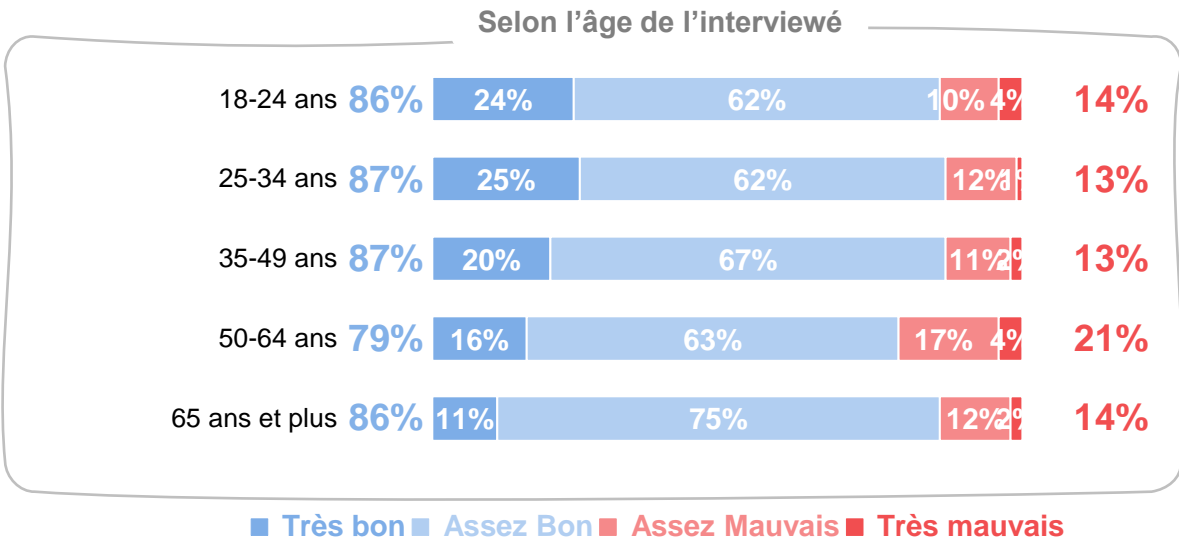
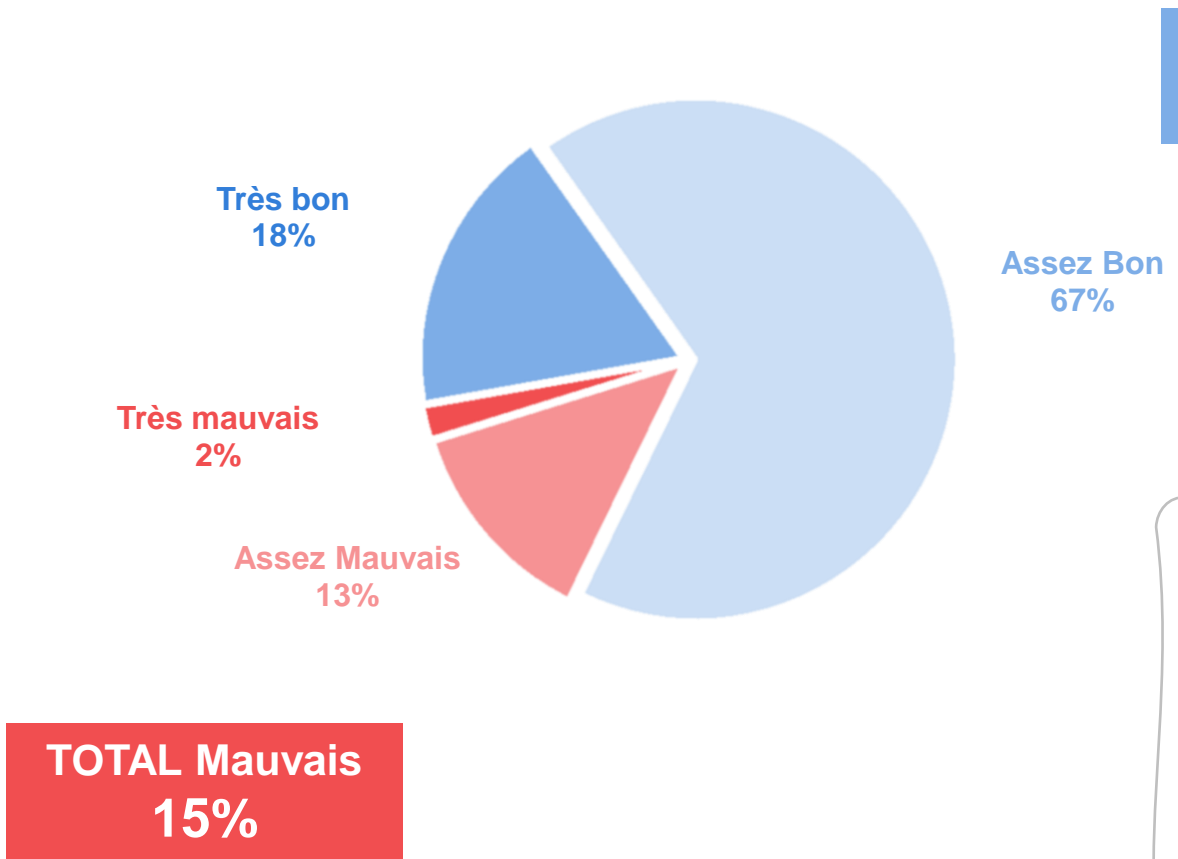
76%

des Français donnent la bonne réponse :
« Oui »

L'état de santé général



QUESTION : D'une manière générale, diriez-vous que votre état de santé est... ?



L'état de santé musculaire



QUESTION : Et diriez-vous que votre santé musculaire, c'est-à-dire l'état de vos muscles est... ?

