



SONDAGE A-MCA

USAGES ET ATTENTES DES CITOYENS ENVERS LES PRATIQUES COMPLÉMENTAIRES ET DE PRÉVENTION

Par l'Agence des Médecines Complémentaires Adaptées (A-MCA)

Janvier 2024

1244 répondants

SOMMAIRE

INTRODUCTION

Présentation générale	P. 04
Enseignements : les 12 points clés	P. 05 - P. 06
Synthèse interprétative	P. 07 - P. 08

PARTIE 1 :

MIEUX CONNAÎTRE LES USAGERS ET COMPRENDRE LEURS USAGES

1. Sociologie des usagers	P. 10
2. Usage des pratiques complémentaires/prévention	P. 11
3. Cumul des pratiques et fréquence d'usage	P. 12
4. Type de pratiques utilisées et satisfaction	P. 13
5. Contextes et motivations	P. 14
6. Accès à moindre coût et remboursements	P. 15

PARTIE 2 :

REMONTER LES DIFFICULTÉS ET LES ATTENTES CITOYENNES

1. Les difficultés rencontrées	P. 17
2. Les attentes	P. 18
3. Une démarche d'accès/ de proximité / d'information	P. 19
4. Attentes d'actions gouvernementales	P. 20
5. Les domaines d'actions prioritaires	P. 21
6. Caractéristiques des usages	P. 22
7. Propositions des citoyens	P. 23

INTRODUCTION

PRÉSENTATION

INTRODUCTION, ENSEIGNEMENTS ET SYNTHÈSE INTERPRÉTATIVE

L'Agence des Médecines Complémentaires Adaptées (A-MCA), sollicitée par le ministère de la Santé et de la Prévention pour participer au Groupe d'Appui de régulation du domaine des pratiques complémentaires, a décidé d'orienter son troisième rapport en adéquation avec la feuille de route du ministérielle. De fait et dans le but d'alimenter les réflexions en cours, elle a mis en place un sondage auprès du grand public pendant un mois et a recueilli 1244 réponses.

Ce document vise tout d'abord à **exposer les enseignements** apportés par ce sondage et les **12 points-clés qui s'en dégagent**, d'en proposer une **analyse interprétative** puis de **présenter l'ensemble des résultats** en détail.



PRÉSENTATION GÉNÉRALE

MÉTHODE

Enquête sociétale (sondage) dédiée à tout citoyen, usager ou non de pratiques complémentaires

NOMBRE DE RÉPONDANTS

1.244 réponses

PORTEUR

Enquête réalisée par l'Association Agence des Médecines Complémentaires Adaptées (A-MCA).

OBJECTIFS SOCIÉTAUX

- Mieux connaître les usagers et comprendre leurs usages
- Mettre en lumière les principales difficultés et attentes citoyennes

OBJECTIFS INSTITUTIONNELS

- S'enrichir des résultats pour le prochain rapport de l'A-MCA
- Construire un rapport à trois niveaux (citoyens, praticiens, experts)

RECUEIL

Sondage accessible à tous sur internet entre le 30 novembre et le 30 décembre 2023.



1. Des femmes, plutôt jeunes avec un niveau d'études supérieur

Les répondants sont en majorité des femmes (83%), avec un niveau d'études supérieures (89%), principalement de niveau bac+5 (40%), pour la plupart âgées de 34 à 60 ans (75%) avec une tendance marquée par les 43 à 51 ans (29%). Et parmi les 1244 répondants, seulement une toute petite partie fait partie des seniors. En effet, si les très jeunes seniors (52-60 ans) sont représentés (22%), les plus âgés (70-78 ans) sont, quant à eux, sous représentés (4%) voire totalement absents (0% pour les 79-87 ans et pour les 88 ans et plus). Les répondants sont donc rarement retraités (8%) mais plus souvent des actifs exerçant en libéral (59%), comme cadres (12%) ou employés (11%).

2. Un usage massif des pratiques complémentaires et de prévention

La prévention fait l'unanimité. Modes de vie, équilibre alimentaire, activité physique, etc., 96% des citoyens y attachent une grande importance mais près d'un tiers a des difficultés ou une méconnaissance des bonnes pratiques (29%). Du côté des médecines complémentaires, même constat. Elles sont plébiscitées par les citoyens qui les utilisent massivement (99%) et parmi les rares non usagers (1%), une partie n'exclut pas la possibilité de recourir à ces pratiques (65%).

3. Un cumul des pratiques complémentaires utilisées très souvent

La plupart du temps, les citoyens cumulent plusieurs pratiques complémentaires (98%) et y recourent majoritairement très souvent, plus d'une fois/mois (50%) ou souvent, en moyenne une fois par mois.

4. Un usage varié impliquant différentes typologies de pratiques

Parmi les 28 pratiques proposées, les usagers utilisent principalement l'ostéopathie (82%), les massages (76%), les compléments alimentaires (67%), les plantes/tisanes (66%), l'homéopathie (66%), le sport, (62%), la naturopathie (62%), l'acupuncture (61%), la réflexologie (59%), l'aromathérapie (56%). En somme, ils utilisent prioritairement les pratiques qui font intervenir l'ingestion de substances ou un rapport au corps qui implique un contact ou du mouvement. Enfin, on remarque que parmi les pratiques les plus utilisées, certaines sont réglementées par la loi (ostéopathie, homéopathie, acupuncture) tandis que d'autres sont dénuées de normes (ex. naturopathie, réflexologie, massages...).

5. Un usage pour le bien-être qui procure une grande satisfaction

Ils les utilisent majoritairement dans un double contexte, à la fois en prévention et en complément médical (70%) et plus rarement dans l'un ou l'autre de ces contextes (16%) et ce, principalement pour leur bien-être global (75 à 89%) ou pour traiter des symptômes légers (43% à 69%) mais très rarement pour des symptômes intenses (9% à 41%). Enfin, la grande majorité se dit globalement satisfaite des pratiques utilisées/praticiens rencontrés (94%).

6. Des limites d'accès économiques

Près de la moitié des usagers (45%) n'ont jamais pu accéder à des pratiques à moindre coût. De fait, la plupart considère que les mutuelles devraient mieux rembourser ces pratiques (91%) et serait prête à changer de mutuelle en cas de meilleur remboursement (76%).

Focus sur 6 points

pour remonter les difficultés et attentes citoyennes

7. Difficultés : trouver le bon praticien, le bon usage, la bonne information

Les principales difficultés concernent : la possibilité de trouver un « bon praticien » (84%), de connaître l'utilité d'une pratique (63%), d'accéder à des informations fiables dans le domaine (58%).

Les difficultés secondaires concernent : la possibilité de se faire conseiller/orienter (51%), de trouver un praticien près de chez soi (48%) et le risque de rencontrer un charlatan (45%).

Les difficultés minoritaires concernent : la présence de dérives sectaires (19%), l'identification des pratiques validées scientifiquement (18%) et les "autres difficultés" (16%).

8. Attentes : rembourser, identifier les praticiens, les former & réglementer

Les plus grandes attentes concernent : le remboursement des pratiques (89%), la facilité d'identification des praticiens qualifiés (86%), les normes de formation (76%) et la réglementation de certaines pratiques pour les encadrer/sécuriser (57%).

Les attentes secondaires concernent : l'accès à de l'information fiable sur le sujet (36%), l'accès à des pratiques à côté de son domicile (23%), l'encadrement les tarifs des séances (18%).

Les attentes minoritaires concernent : l'information/l'action sur les dérives (7%) les "autres attentes" (4%), l'absence d'importance du sujet (1%), l'interdiction des pratiques (0,3%) ou du remboursement des pratiques (0,3%).

9. Des souhaits d'accès de proximité (domicile, travail, associations...)

Les souhaits prioritaires concernent : la proximité avec le domicile (90%), l'accès dans les établissements médicaux (80%), la proximité avec le lieu de travail (59%) et l'accès via des réseaux ou associations de secteurs (48%).

Les souhaits secondaires concernent : l'accès sur le lieu de travail (45%), via une plateforme de mise en relation (38%), en visio-séances pour les pratiques le permettant (35%), et "autres souhaits" (2%).

Les souhaits minoritaires concernent : l'exclusion des pratiques des plateformes (2%), des entreprises (1%), des établissements de santé (1%) ou plus largement du territoire (0,50%).

10. Des souhaits d'accès à de l'information "grand public"

Les souhaits prioritaires concernent : l'accès à : un site médical (78%), un site grand public (70%), des articles/livres grand public (61%), des émissions de radio (59%), les conférences grand public (50%).

Les souhaits minoritaires concernent : les sources scientifiques (42%) et les conférences professionnelles (38%).

11. Attentes d'avancées gouvernementales concernant des pratiques encadrées ou non

Les principales attentes concernent : la naturopathie (55%), l'ostéopathie (47%), l'acupuncture (31%), les médecines traditionnelles (26%), la réflexologie (25%), l'homéopathie (24%), le soutien psychologique (18%), l'hypnose (17%), la phytothérapie (16%), l'aromathérapie (15%).

Les attentes secondaires concernent : la diététique (14%), le sport (13%), la sophrologie (13%), les massages (13%), la méditation (11%), les compléments alimentaires (10%), le yoga (9%), d'autres (8%), le shiatsu (7%), la chiropraxie (5%).

Les attentes minoritaires concernent : la relaxation (5%), les art-thérapies (4%), l'auriculothérapie (4%), le coaching de vie (4%), les plantes et tisanes (3%), le Qi gong (2%), le coaching professionnel (2%), la socio-esthétique (1%) et le tai chi chuan (0,3%).

12. Des attentes pragmatiques en décalage avec les sujets ministériels

Les axes prioritaires concernent : la formation initiale et continue des praticiens (86%), l'accès économique (remboursement) (70%), l'information aux citoyens (60%), la réglementation de certaines pratiques (59%) et la régulation des pratiques dans les centres de santé (26%).

Les axes non prioritaires concernent : la lutte contre les dérives (26%), la compréhension du parcours patient (21%), la classification des pratiques et les terminologies officielles (18%), l'accès géographique (16%), l'évaluation scientifique (16%) et l'interdiction des pratiques (1%).

En outre, les attentes citoyennes sont pragmatiques et en partie en décalage avec les réflexions traitées dans le groupe ministériel. À ce titre, ils expriment une confiance relative envers l'apport potentiel du comité ministériel (3,2/5) et une confiance plus importante envers l'action menée par l'association A-MCA (4,1/5).

L'usage des pratiques complémentaires est un fait de société bien identifié et confirmé par ce sondage. Les répondants les utilisent **massivement (99%)**, **régulièrement ou très régulièrement (76%)** en **cumulant différentes pratiques (98%)** à l'égard desquelles ils expriment une **grande satisfaction (95%)**.

La **prévention** en santé (mode de vie sains, équilibre alimentaire, activité physique...) tient, quant à elle, une **place importante** dans le quotidien des citoyens, mais bon nombre d'entre eux rencontre des **difficultés à appliquer les bonnes pratiques (26%)** ou les méconnaît (4%). Ce constat va dans le sens des problématiques sociétales identifiées (sédentarité, malnutrition...) et à la **nécessité d'une pédagogie** à l'égard des bonnes pratiques.

Par ailleurs, les citoyens font un lien direct entre « prévention », « qualité de vie » et « pratiques complémentaires ». En effet, nombreux les utilisent à la fois dans un **contexte préventif** pour leur bien-être et en **complémentarité des soins médicaux** en cas de problème de santé et ce, pour une meilleure qualité de vie (70%). Ce lien conceptuel fait écho à la difficulté d'une séparation hermétique entre **des pratiques qui s'insèrent dans une même dynamique** : prévention (sport, modes de vie...), thérapies non médicamenteuses (diététique, kinésithérapie ...) et pratiques complémentaires (ostéopathie, massages ...).

Autrement dit, la complémentarité aux soins médicaux apparaît comme un principe d'usage en adéquation avec les motivations principalement liées à une **recherche de mieux être (70% à 89%)** et à la prise en charge de **symptômes mineurs (60% à 70%)** mais très minoritairement à celle de souffrances extrêmes (9% à 41%). Cela étant, un point d'alerte concerne les personnes en situation de fragilité qui chercheraient à **éviter la médecine** au profit de ces pratiques (15%). Ces situations renvoient à la **nécessité d'alerter et de sensibiliser** les citoyens à la distinction des approches (conventionnelles ou non conventionnelles) et par extension aux principes de différenciation d'interventions pour le bien-être vs à visée thérapeutique.

Concernant la prise en charge économique, si un peu plus de la moitié des répondants a déjà pu accéder à des pratiques à moindre coût et/ou a pu bénéficier d'un remboursement partiel ou total (55%), près de la moitié n'a jamais pu accéder à ce type d'avantages économiques (45%). Ce constat fait référence à **l'inégalité d'accès économique** aux pratiques complémentaires et à la **disparité des remboursements** actuels par les mutuelles. Pourtant, le remboursement par les complémentaires santé représente une demande centrale pour les répondants (91%) qui seraient prêts pour la grande majorité à **changer de mutuelle** en cas de meilleur remboursement (76%).

Par ailleurs, l'accès économique peut être mis en lien avec les catégories socio-démographiques des répondants qui ont majoritairement un haut niveau d'études, 89% ayant fait des études supérieures et pour lesquels l'accès économique n'a généralement jamais été un frein (20%).

En outre, les difficultés d'accès sont pointées par les usagers qui évoquent non seulement les limites d'accès économique mais aussi celles liées à l'identification des praticiens qualifiés considérée comme leur plus grande problématique (84%).

Finalement, en cohérence avec les deux aspects évoqués ci-dessus, le remboursement des pratiques complémentaires (89%), la possibilité de trouver « un praticien qualifié » (84%) et par extension la demande de normalisation de leur formation (76%) constituent les plus grandes attentes des répondants.

Ces difficultés peuvent en partie expliquer pourquoi une petite partie des usagers se disent mitigés à l'égard des pratiques utilisées et/ou des praticiens rencontrés (5%).

Incontestablement, les usagers expriment le **souhait d'un accès de proximité**. Ils souhaitent pouvoir y recourir près de leur domicile (90%) et de leur lieu de travail (59%), via des réseaux et associations de secteur (48%) et lorsqu'ils sont malades, directement dans les établissements médicaux (80%). Les souhaits de proximité renvoient à la fois aux **difficultés de repérage des praticiens** qualifiés, à **l'inégalité d'accès géographique** mais aussi au manque de structuration de l'offre en institutions (milieu de soin, associations, entreprises ...).

Concernant les souhaits d'accès à l'information, les usagers expriment clairement la **demande d'accès à des sources d'information grand public**. Outre, la volonté d'une vulgarisation fiable des informations sur un site médical (78%), les demandes sont principalement orientées sur l'accès à un site grand public (70%), des livres et articles grand public (61%) et des conférences grand public (50%). En revanche, ils accordent beaucoup moins d'importance aux ressources scientifiques (42%) et professionnelles (38%). Ces demandes font clairement écho à la **désinformation/surinformation** dans le domaine mais aussi à la **complexité des sources d'experts** qui rendent la compréhension du sujet inaccessible aux citoyens.

En pleine adéquation avec l'ensemble des points évoqués, les répondants sont en attente d'avancées gouvernementales prioritairement dans le domaine de la **formation des praticiens** (86%) (renvoyant là encore à leur principale difficulté d'identifier un praticien qualifié) ; dans le domaine de **l'accès économique** (70%) (renvoyant à la demande d'un meilleur remboursement par les mutuelles) ; à **l'information aux citoyens** (renvoyant à la volonté d'accès à des ressources grand public) ; et à la **réglementation des pratiques** (59%) (renvoyant à une demande plus générale de repères et la garantie d'un usage de qualité/sécurité dans le domaine).

Concernant la typologie des pratiques pour lesquelles les citoyens attendent des avancées gouvernementales, si plusieurs évoquées correspondent à des usages importants et ne bénéficient pas de cadre (ex. naturopathie, réflexologie, médecines traditionnelles...) pouvant expliquer cette attente, il est intéressant de noter que certaines en détiennent déjà un (ex. ostéopathie, acupuncture, homéopathie, soutien psychologique). Ce constat renvoie aux nombreuses difficultés de terrain bien identifiées des pratiques pourtant réglementées par la loi. Exemples :

- **Ostéopathie** : écoles d'ostéopathie agréées ou non, pratiquée par des ostéopathes exclusifs ou non, relevant en partie du ministère de la santé sans être profession de santé...
- **Homéopathie** : positionnement "d'entre deux" pour l'homéopathie considérée à la fois comme une pratique médicale (réservée à certaines professions médicales, relevant du "médicament", vendue en pharmacie...) et comme pratique complémentaire (forte approche préventive/intégrative, dé-remboursement...).
- **Psychologie** : débat récent autour du remboursement des séances de soutien psychologique, confusion sociétale entre les professions (psychologues, psychiatres, psychothérapeutes, psychopraticiens...).

Autrement dit, **la législation actuelle ne semble pas apporter l'ensemble des repères** aux répondants qui montrent ainsi leurs attentes concernant des avancées gouvernementales sur le sujet.

Finalement, les principaux sujets traités par le groupe ministériel correspondent à des attentes citoyennes secondaires, c'est-à-dire la régulation des pratiques dans les centres de santé (26%), la lutte contre les dérives (26%), la compréhension du parcours patient (21%), la classification des pratiques et terminologies officielles (18%) ; voire très subsidiaires comme l'évaluation scientifique (16%). Ce constat rend compte du **décalage des priorités gouvernementales** pour assurer la qualité/sécurité au long cours (classification, lutte contre les dérives...) et la demande immédiate des citoyens axée sur des **attentes pragmatiques** et de terrain : identifier un bon praticien (86%), être mieux remboursé (89%), rendre l'information accessible par exemple sur un site grand public (70%).

En outre, la confiance relative exprimée à l'égard du comité ministériel (3,2/5) peut être mise en lien avec l'adéquation partielle des sujets traités que les citoyens perçoivent comme secondaire. Au contraire, la confiance vis-à-vis de l'A-MCA (4,1/5) peut être comprise comme une réponse de terrain correspondant davantage aux attentes des répondants (identification des praticiens qualifiés, information grand public...).



PARTIE 1

MIEUX CONNAÎTRE LES USAGERS ET COMPRENDRE LEURS USAGES

1 SOCIOLOGIE DES RÉPONDANTS

PROFIL DES USAGERS, NIVEAU D'ÉTUDE ET PROFESSION

SEXE

83%

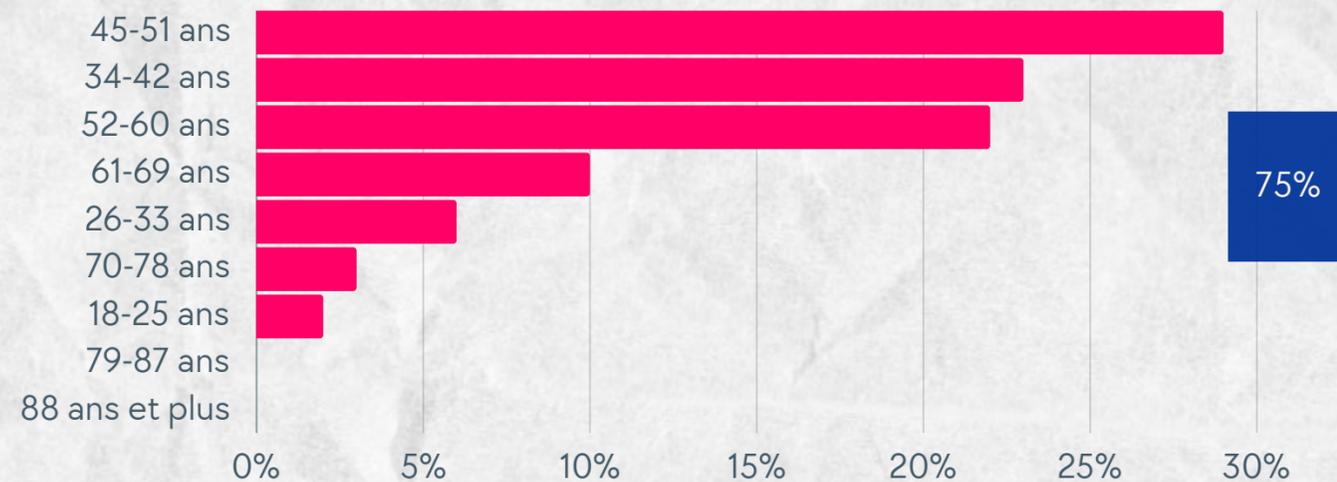


16%



ÂGE

■ Tranche d'âge



Les répondants sont en majorité des femmes pour la plupart âgées de 34 à 60 ans.

Les répondants sont principalement des femmes (83%). Les tranches d'âge majoritairement représentées sont respectivement celles des 43-51 ans (29%), des 34-42 ans (23%) et des 52-60 ans (22%). Les moins représentées sont celles de catégories plus jeunes soit les 18-25 ans (3%) et 26-33 ans (7%) ou les tranches des personnes les plus âgées comme la catégorie des 70-78 (4%). En revanche, on n'observe aucune réponse dans les catégories des 79-87 ans et des 88 et plus.

NIVEAU D'ÉTUDE

41%

BAC+5

27%

BAC+3

15%

BAC+2

7%

BAC

7%

BAC +8

4%

BEP/CAP

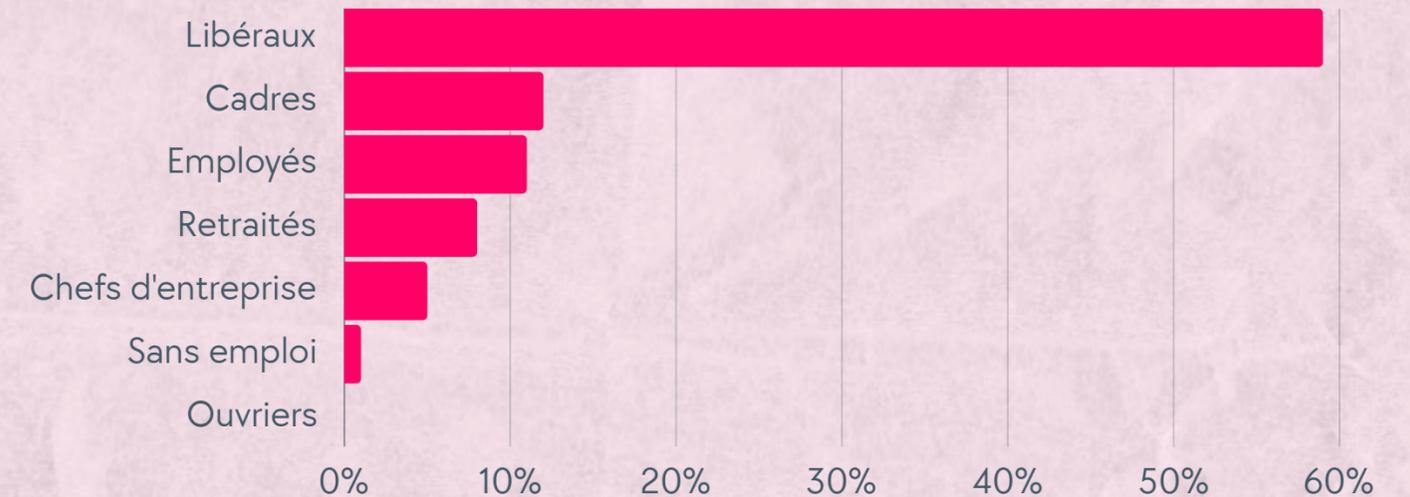
Les répondants présentent majoritairement un niveau d'études supérieur (89%).

Ils ont principalement un niveau bac+5 (41%) ou bac+3 (27%) et minoritairement un niveau bac+2 (15%) ou Bac+8 (7%).

Le niveau bac reste très minoritaire (7%) tout comme le niveau BEP/CAP (4%).

PROFESSION

■ Profession

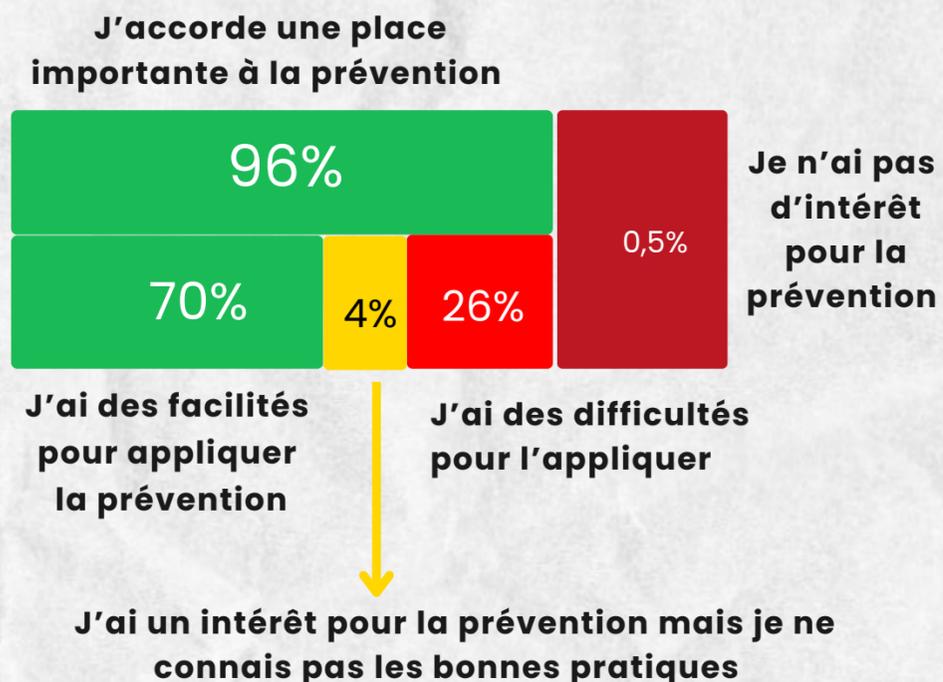


Ils sont essentiellement libéraux, cadres ou employés.

Parmi les statuts professionnels les plus représentés, la profession libérale est majoritaire (59%) suivie des statuts de cadres (12%) et d'employés (12%).

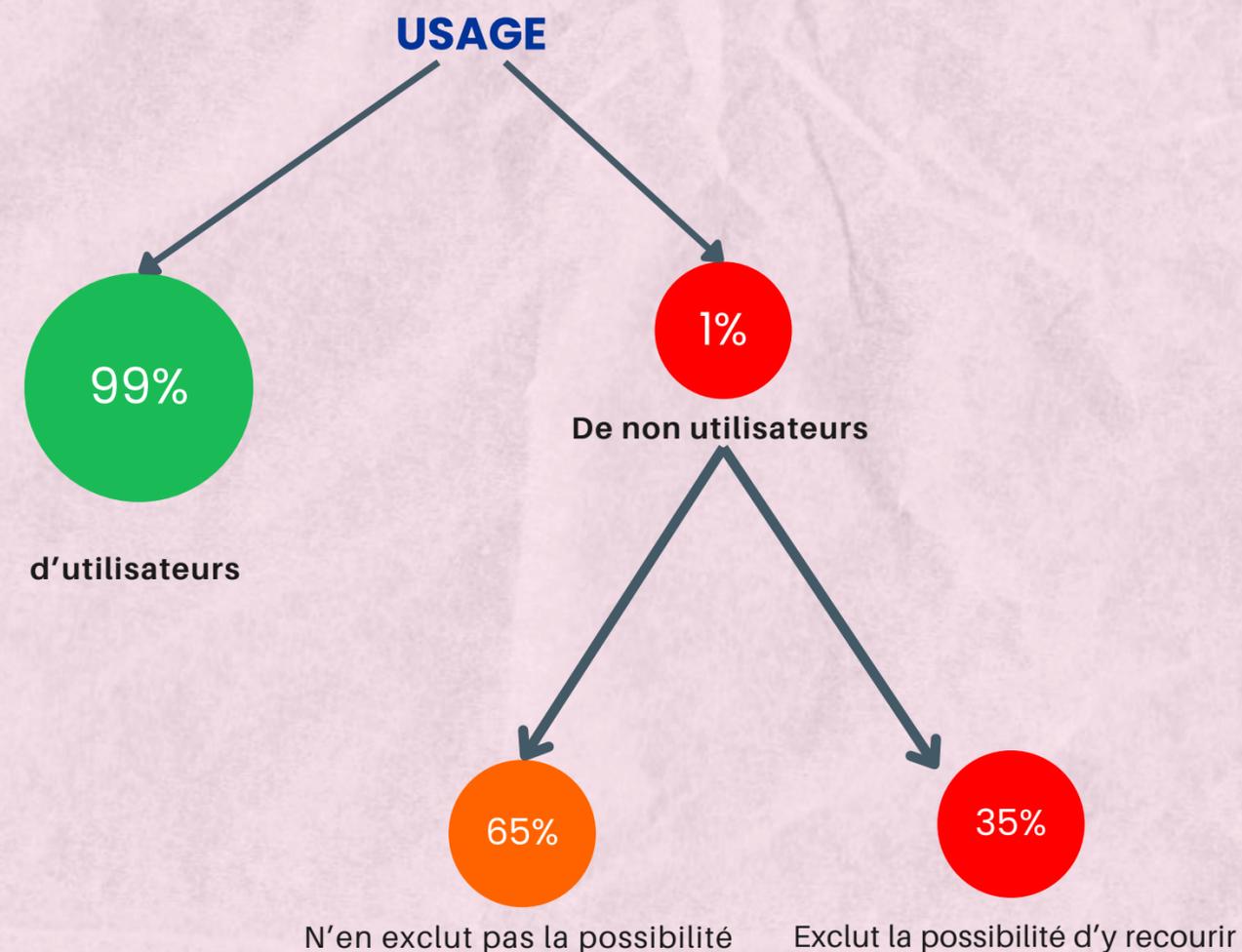
Les usagers sont plus rarement retraités (8%), chefs d'entreprise (5%) ou sans emploi (2%). Aucun des répondants n'est ouvrier (0%).

USAGE DE LA PRÉVENTION



Les répondants accordent une place importante à la prévention (96%).

- 96% des sondés accordent de l'importance à la prévention et seulement 0,5% d'entre eux déclare ne pas avoir d'intérêt pour le sujet.
- Si 70% ont des facilités pour appliquer des bonnes pratiques au quotidien, 29% des répondants rencontrent des difficultés, soit d'application (26%), soit liées à une méconnaissance des pratiques (4%).
- Enfin, ils sont 4% à déclarer un intérêt pour la prévention sans en connaître les pratiques.

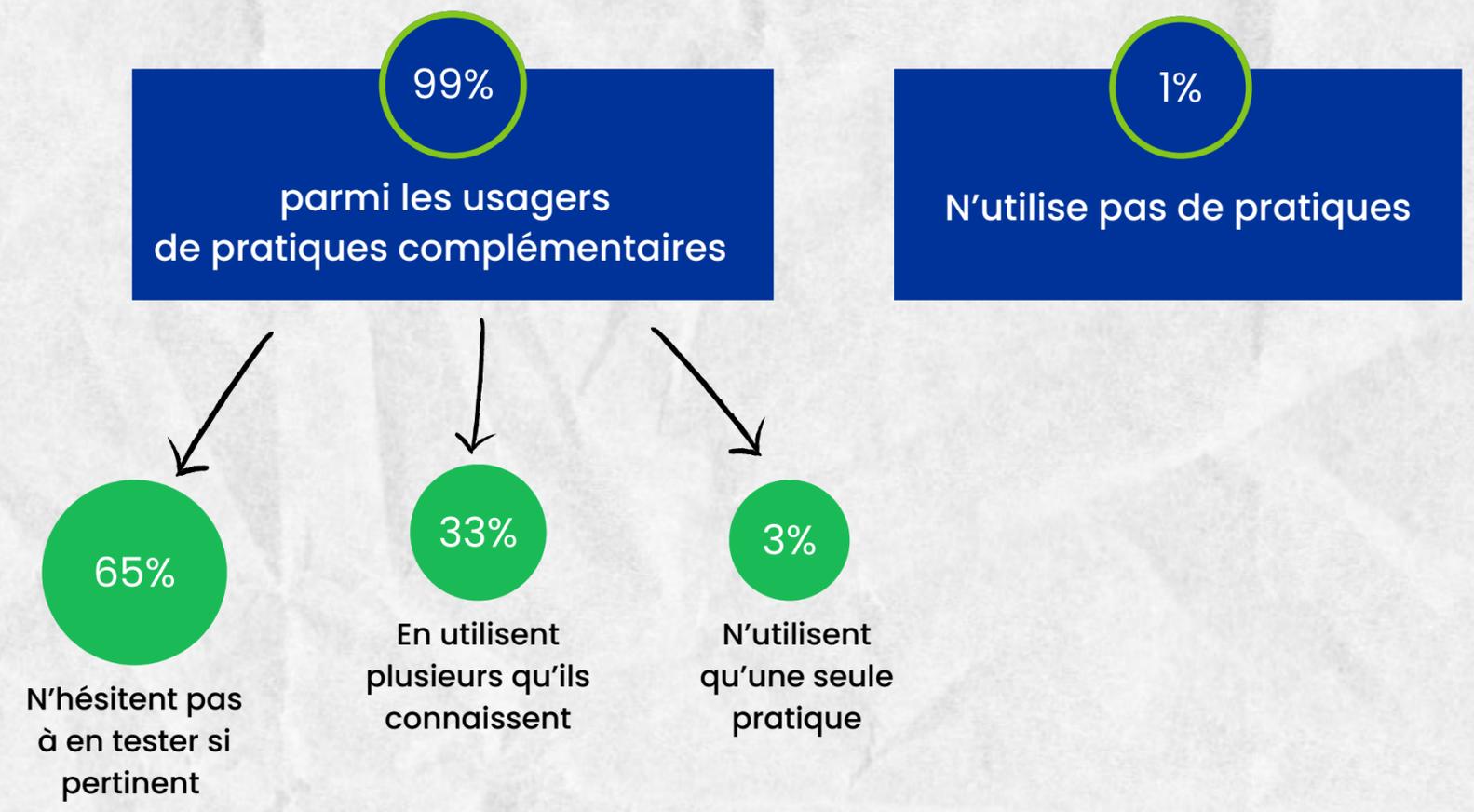


Un usage massif aux pratiques complémentaires (99%).

Le sondage révèle 99% d'usagers des pratiques complémentaires. Une minorité n'utilise pas de pratiques complémentaires (1%) mais 65% d'entre eux n'excluent pas la possibilité de recourir à ces pratiques.

3 CUMUL DES PRATIQUES ET FRÉQUENCE D'USAGE

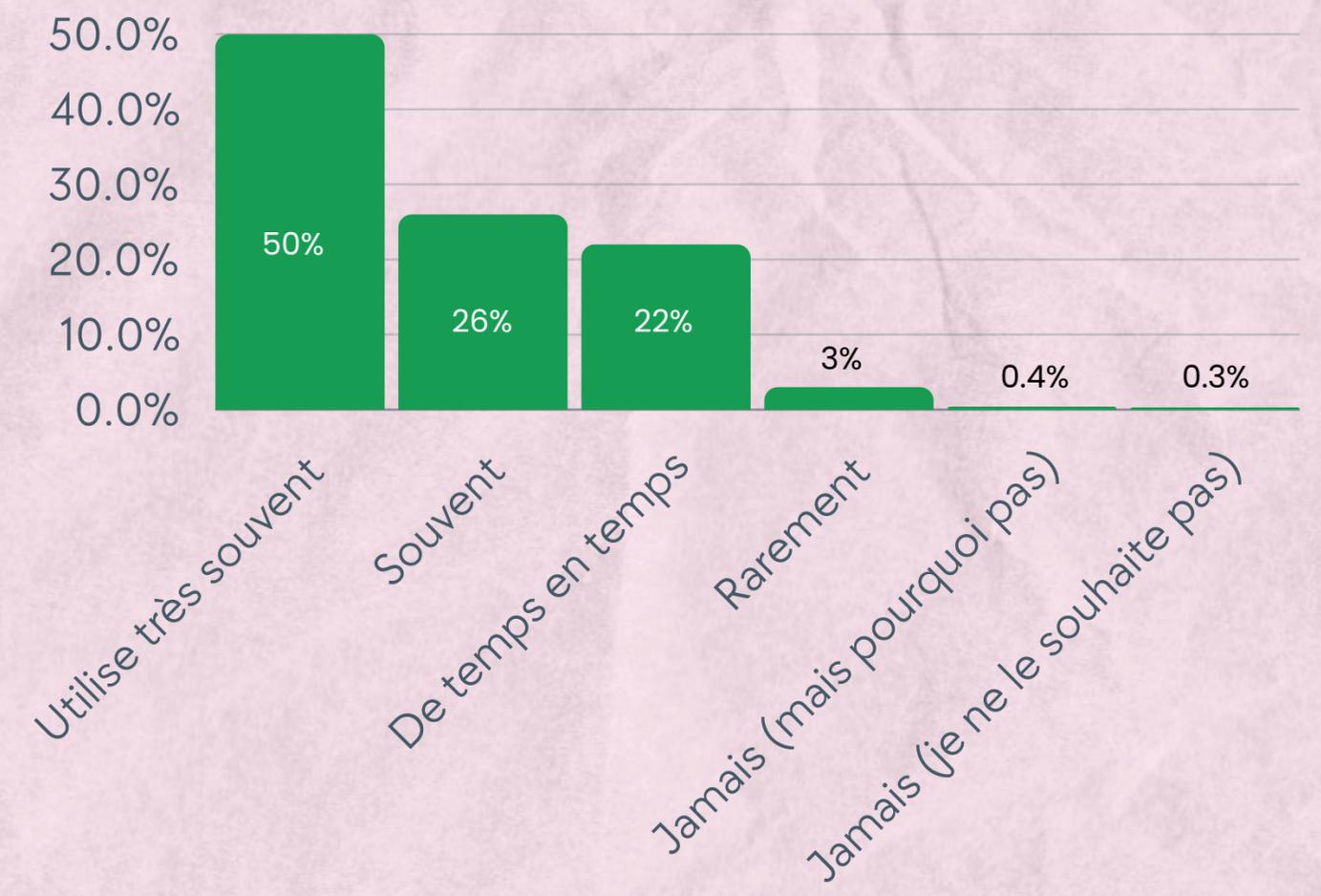
CUMUL DES PRATIQUES



Les usagers cumulent différentes pratiques complémentaires.
La plupart du temps, les usagers (99%) cumulent les pratiques complémentaires : ils n'hésitent généralement pas à en tester de nouvelles lorsque cela leur semble pertinent (65%) ou utilisent plusieurs pratiques qu'ils connaissent déjà (33%).

En outre, seulement 3% des utilisateurs ne recourent qu'à une seule pratique complémentaire. Et 1% n'en utilise aucune car ils jugent les pratiques complémentaires inintéressantes.

FRÉQUENCE D'USAGE



L'usage des pratiques complémentaires est très régulier ou régulier
Parmi les usagers (99%), la majorité déclare recourir aux pratiques très souvent (50%) à souvent (26%) autrement dit, plusieurs fois par mois ou en moyenne une fois par mois.

- 22% y ont recours de temps en temps (une fois par trimestre en moyenne)
- 3% rarement (une fois par an en moyenne).
- Ils sont 0,4% à ne jamais les utiliser sans toutefois exclure cette possibilité
- et 0,3% à ne pas les utiliser et ne pas l'envisager.

4 TYPE DE PRATIQUES UTILISÉES ET SATISFACTION

LES PRATIQUES LES PLUS UTILISÉES



LES PLUS UTILISÉES

- OSTÉOPATHIE (82%)
- MASSAGES (76%)
- COMPLÉMENTS ALIMENTAIRES (67%)
- PLANTES/TISANES (66%)
- HOMÉOPATHIE (66%)
- SPORT (62%)
- NATUROPATHIE (62%)
- ACUPUNCTURE (61%)
- RÉFLEXOLOGIE (59%)
- AROMATHÉRAPIE (56%)



SECONDAIREMENT UTILISÉES

- YOGA (56%)
- MÉDITATION (55%)
- PHYTOTHÉRAPIE (52%)
- RELAXATION (47%)
- MÉDECINE TRADITIONNELLE (45%)
- HYPNOSE (42%)
- SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE (41%)
- SOPHROLOGIE (40%)
- DIÉTÉTIQUE (37%)
- SHIATSU (27%)



LES MOINS UTILISÉES

- QI GONG (24%)
- AURICULOTHÉRAPIE (17%)
- CHIROPRIXIE (16%)
- AUTRES PRATIQUES (15%)
- COACHING PROFESSIONNEL (14%)
- COACHING DE VIE (12%)
- ART-THÉRAPIES (12%)
- TAÏ CHI CHUAN (12%)
- SOCIO-ESTHÉTIQUE (2%)
- AUCUNE : (0,6%)

L'utilisation des pratiques se décomposent en trois sous catégories :

- les pratiques les plus utilisées (entre 56 et 82%),
- les pratiques utilisées dans une moindre proportion (entre 27 et 56%)
- et les pratiques les moins utilisées (entre 2 et 24%).

On remarque que les pratiques les plus utilisées font majoritairement intervenir l'ingestion de substances (ex. compléments alimentaires : 67%, homéopathie : 66% ...) ou un rapport au corps qui implique un contact (ex. massages: 76%, réflexologie : 59%...) ou du mouvement (ex. sport: 62%).

L'on retrouve ces données a minima au sein des pratiques qui sont proportionnellement un peu moins utilisées mais il ressort surtout des techniques faisant intervenir le domaine psychologique (méditation : 55%, hypnose : 42%, soutien psychologique: 41%...).

Par ailleurs, parmi les pratiques les plus utilisées, on remarque que plusieurs sont réglementées par la loi (ostéopathie : 82%, homéopathie : 66%, acupuncture : 66%).

Les pratiques les moins plébiscitées sont variées et sont peut-être à considérer comme des techniques moins connues ou moins accessibles pour le grand public (ex. Tai chi : 12%). Enfin, 15% des usagers ont recours à des pratiques non identifiées ici.



Les usagers sont en grande majorité très satisfaits de leurs usages (94%).

Les sondés sont 94% à ressentir de la satisfaction à l'égard des pratiques utilisées et des praticiens rencontrés. 5 % seulement se disent mitigés et 0,4% insatisfaits.

0.6% n'évalue pas leur satisfaction ou se déclare a priori insatisfaits sans même avoir eu recours à une pratique.

SATISFACTION

94%

5%

0.4%

0,6%

PRATIQUES PRATICIENS



TRÈS SATISFAITS



MITIGÉS



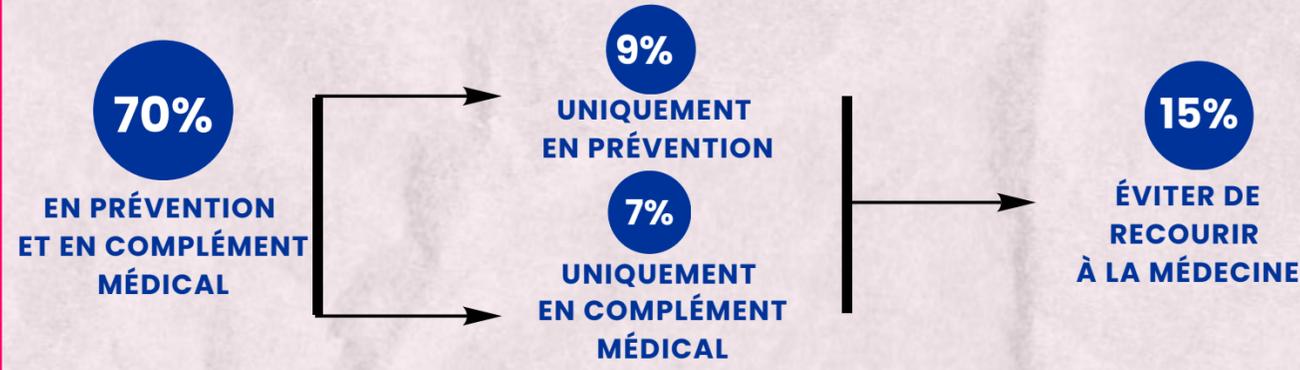
INSATISFAITS



NE SE PRONONCE PAS

CONTEXTES

CONTEXTES D'USAGES



Une démarche à la fois préventive et complémentaire à la médecine (70%)

70% des usagers ont recours aux pratiques à la fois pour leur bien-être (usage préventif) et dans un objectif de maintien/amélioration de la qualité de vie en complément de soins médicaux (contexte de fragilité). Ils ne sont que 9% à les utiliser exclusivement pour de la prévention et 7% exclusivement en complément des soins. Une minorité (15%) a tendance à éviter la médecine officielle.

Le motif de recours répond principalement à une recherche de bien-être (89%)

Avec une tendance plus importante pour une quête de bien-être global (89%) suivie du bien-être physique (81%) et du bien-être psychique (75%).

Par ailleurs, lorsque l'utilisation intervient dans un contexte de symptomatologie, on observe un recours plus important en cas de symptômes mineurs et transitoires (43 à 70%) que majeurs et à risque de chronicité (4 à 41%).

Autrement dit, la complémentarité aux soins officiels est un principe d'usage

Si une minorité de citoyens utilise ces pratiques en évitant de recourir à la médecine, elle cible principalement un bien-être global, ce qui va dans le sens d'un usage adapté.

MOTIVATIONS

MOTIVATIONS D'USAGES

BIEN-ÊTRE GLOBAL	SYMPTÔMES LÉGERS	SYMPTÔMES INTENSES
Bien-être général 89%	Douleurs mineures 70%	Fatigue chronique 41%
Bien-être physique 81%	Fatigue passagère 59%	Stress permanent 36%
Bien-être psychique 75%	Émotions à gérer 51%	Souffrance psychique 33%
	Situation de stress 49%	Douleurs majeures 32%
	Baisse de moral 43%	Burn out 21%
		Addictions 9%
		Autre 4%

L'ACCÈS ET LES LIMITES ÉCONOMIQUES

PAS D'ACCÈS MOINDRE COÛT

45%

...n'ont jamais eu accès à des pratiques à moindre coût

26%

20%

FREIN ÉCONOMIQUE

NE REPRÉSENTE PAS UN FREIN

...d'entre eux ont été confrontés à un frein économique

ACCÈS À MOINDRE COÛT

55%

...ont déjà eu accès à des prestations à moindre coût

49%

3%

2%

MUTUELLE

prise en charge partielle ou intégrale de leur mutuelle

BAISSE DES TARIFS PRATICIENS

AUTRES

AVIS SUR LE REMBOURSEMENT DES MUTUELLES

91%

...pensent qu'elles devraient être mieux remboursées

7%

2%

ESTIMENT QUE LEUR MUTUELLE ...

...ne devrait pas prendre en compte les remboursements

SANS AVIS sur la question

CHANGEMENT DE MUTUELLE ENVISAGÉ

76%

...seraient prêts à changer de mutuelle pour être mieux remboursés

17%

7%

SANS AVIS sur la question

NE CHANGERAIENT PAS même avec un meilleur remboursement

ACCÈS À MOINDRE COÛT

Près de la moitié n'a jamais pu bénéficier d'accès à moindre coût (45%)

que ce soit grâce à la participation de leur mutuelle, d'une baisse des tarifs proposés par le praticien ou de tout autre dispositif. Au final, **le coût trop élevé des pratiques a déjà représenté un frein** pour 26% de ces usagers.

À l'inverse, **55% des usagers ont déjà eu accès à des prestations à moindre coût** en raison d'une prise en charge partielle ou intégrale de leur mutuelle (49%), ou de dispositifs spécifiques (baisse des tarifs praticiens : 3%, autres : 2%).

1% des répondants n'est pas concerné car n'a jamais utilisé de pratiques complémentaires et 0,10% coche "autre".

AVIS SUR LE REMBOURSEMENT PAR LES MUTUELLES

Pour la plupart des usagers, les mutuelles devraient mieux rembourser (91%)...

En effet, ils sont **91% à considérer que leur mutuelle devrait mieux rembourser** les prestations de pratiques complémentaires contre seulement 2% estimant que leur mutuelle ne le devrait pas. Enfin, 7% des usagers n'ont pas d'avis sur la question.

CHANGEMENT DE MUTUELLE ENVISAGÉ

...et ils sont massivement prêts à changer de mutuelle (76%) !

76% des usagers se déclarent prêts à changer de mutuelle si cette dernière venait à proposer un meilleur remboursement des pratiques.

À l'inverse, seulement 7% d'entre eux n'en changeraient pas en cas de meilleur remboursement. Enfin, 17% n'ont pas d'avis sur la question.



PARTIE 2

REMONTER LES DIFFICULTÉS ET LES ATTENTES CITOYENNES

1 LES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES

LES PLUS GRANDES DIFFICULTÉS RENCONTRÉES PAR LES USAGERS

LES 3 PLUS GRANDES DIFFICULTÉS

- ➔ **84%** **TROUVER** un « bon praticien »
- ➔ **63%** **CONNAÎTRE** l'utilité d'une pratique
- ➔ **58%** **ACCÉDER** à des informations fiables dans le domaine

LES 3 DIFFICULTÉS SECONDAIRES

- POUVOIR** être conseillé/orienté **51%** ←
- TROUVER** un praticiens proche de chez soi **48%** ←
- RISQUE** de rencontrer un charlatan **45%** ←

LES 3 DIFFICULTÉS MINORITAIRES

- ➔ **19%** **DÉRIVES** sectaires dans le domaine
- ➔ **18%** **DIFFICULTES** pour identifier les pratiques validées
- ➔ **15%** **AUTRE**

Interrogés sur les 4 plus grandes difficultés rencontrées dans le domaine des pratiques complémentaires, les usagers ont apporté des réponses qui permettent de les classer en 3 sous-catégories de 3 grandes difficultés.

LES TROIS PRINCIPALES DIFFICULTÉS

Identifier le bon praticien, l'utilité de la pratique et des informations fiables

il ressort effectivement 3 difficultés principales qui concernent le sujet général de l'information lorsqu'elle vise une bonne orientation vers un praticien ou une pratique. En tête des difficultés vient celle de trouver un bon praticien (84%), de savoir quelle pratique peut être utile (63%) et de trouver des informations fiables sur le sujet (58%).

LES DIFFICULTÉS SECONDAIRES

Être conseillé, y accéder près de chez soi et éviter les charlatans

Viennent ensuite dans une sous-catégorie de 3 difficultés plutôt secondaires qui combinent tant les faiblesses de l'information dans le domaine que de dialogue et partage d'expériences entre professionnels qui ignorent souvent qui fait quoi et dans quel objectif (parvenir à se faire conseiller et/ou orienter dans le domaine : 51%), L'évitement d'orientation par méconnaissance majore le risque de rencontrer un professionnel non qualifié voire un charlatan (parvenir à trouver un praticien proche de chez soi : 48% et le risque de rencontrer un charlatan : 45%).

LES DIFFICULTÉS MINORITAIRES

Éviter les dérives ou identifier les pratiques validées

Enfin, la dernière sous-catégorie de 3 grandes difficultés qui semblent minoritaires pour les usagers, concernent des sujets plus loin de leurs préoccupations personnelles comme la présence de dérives sectaires dans le domaine (19%), la difficulté à identifier les pratiques validées scientifiquement (18%) ou sont "autres" pour 15%.

LES PRINCIPALES ATTENTES DES USAGERS

LES 4 PLUS GRANDES ATTENTES

- ➔ 89% **REMBOURSER** les pratiques
- ➔ 63% **REPÉRER** les praticiens qualifiés
- ➔ 58% **IMPOSER** des normes de formation aux praticiens
- ➔ 58% **ENCADRER & SÉCURISER** par la réglementation de certaines pratiques

LES 4 ATTENTES SECONDAIRES

- ACCÉDER à de l'information fiable 36% ←
- PROXIMITÉ du domicile ou lieu de travail 23% ←
- TARIFS encadrés des séances 18% ←
- AGIR & INFORMER sur les risques et dérives 7% ←

LES 4 ATTENTES MINORITAIRES

- ➔ 4% **AUTRE**
- ➔ 2% **NON IMPORTANCE** du sujet
- ➔ 0.3% **INTERDIRE** ces pratiques jugées inutiles
- ➔ 0.3% **INTERDIRE** le remboursement

En accord avec les difficultés qu'ils rencontrent, les usagers ont des attentes qui concordent avec leurs besoins et préoccupations.

LES PRINCIPALES ATTENTES

Remboursement, repérage des praticiens, formation et législation

Les 4 grandes attentes qui apparaissent donc comme principales concernent l'accès financier et notamment l'intervention des mutuelles dans ce domaine (rembourser certaines pratiques, notamment par le biais des mutuelles : 89%), l'information nécessaire pour une identification sécurisée des praticiens qui passerait, à la fois, par de l'information (pouvoir identifier facilement les praticiens qualifiés : 86%) et par une réglementation et des normes de formation (imposer a minima des normes de formation pour les praticiens en l'absence de réglementation : 76%, et de réglementer certaines pratiques par la loi pour les encadrer/sécuriser : 58%).

LES ATTENTES SECONDAIRES

Information, accès de proximité, tarifs et prévention des risques

Bien que secondaires, les attentes suivantes restent relatives à l'importance de l'information, sa fiabilité et également celle qui concerne risques, dérives et actions sur ces thématiques (pouvoir accéder à de l'information fiable sur le sujet : 36%, agir et informer plus particulièrement sur les risques et dérives : 7%). Enfin, la question de l'accès financier ou facilité géographiquement reste une attente des usagers (pouvoir accéder aux pratiques à proximité du domicile ou du travail : 23%, d'encadrer les tarifs des séances : 18%)

LES ATTENTES MINORITAIRES

Interdiction des pratiques, interdiction des remboursements

Enfin, les attentes minoritaires ne sont pas toutes clairement définies car correspondent à la réponse "autres" (4%) et/ou à la perception d'un sujet qui n'est pas important (2%). Encore plus rare, quelques répondants évoquent l'interdiction des pratiques qu'ils considèrent comme inutiles (0,3%), de même que l'interdiction de leur remboursement (0,3%).

LES SOUHAITS D'ACCÈS GÉOGRAPHIQUES ET À L'INFORMATION

LES 5 PLUS GRANDS SOUHAITS



GÉOGRAPHIQUES

- ★ 90% Proximité du domicile
- ★ 80% Dans les centres médicaux
- ★ 59% Proximité du lieu de travail
- ★ 48% Via les réseaux/associations
- ★ 45% Sur le lieu de travail



LES SOUHAITS LES MOINS IMPORTANTS

- ★ 38% via une plateforme de mise en relation
- ★ 35% en visio-séances
- ★ 2% ou autres souhaits
- ★ 2% leur exclusion des plateformes
- ★ 1% leur exclusion des entreprises
- ★ 2% leur exclusion des centres de santé
- ★ 0.5% leur exclusion du territoire



À L'INFORMATION

- ★ 78% Un site médical
- ★ 70% Un site grand public
- ★ 61% Des publications grand public
- ★ 59% Des émissions radio/TV
- ★ 45% Des conférences grand public



- ★ 42% des sources scientifiques
- ★ 38% via conférences professionnelles
- ★ 2% ou autres sources

ACCÈS GÉOGRAPHIQUE

Une demande d'accès de proximité (domicile, travail, associations...)

En terme d'accès géographique, les 4 plus grands souhaits des usagers rejoignent les préoccupations soulevées par le biais des difficultés et des attentes identifiées :

La proximité du domicile (90%) et dans les centres médicaux (80%), la proximité avec le lieu de travail (59%) suivi de l'accès via les réseaux et associations de secteur (48%) ou directement sur le lieu de travail (45%).

Même si plutôt secondaires, les souhaits d'accès via une plateforme de mise en relation (38%), en visio-séances si la pratique le permet (35%) restent des souhaits importants de facilitation d'accès aux pratiques.

Enfin, les souhaits à la marge, qui ressortent plutôt minoritaires sont liés à d'autres souhaits (2%) notamment d'exclusion des pratiques : des plateformes (2%), des entreprises (1%), des établissements de santé pour ceux qui pensent qu'elles n'ont rien à y faire (1%) et plus largement du territoire (0,5%).

Une demande d'information pour le grand public

En ce qui concerne les sources d'information sur les pratiques complémentaires, les principaux souhaits des usagers afin de les rendre fiables sont sur un site médical qui les intégrerait (78%), sur un site internet grand public dédié au sujet (70%), dans des articles et des livres grand public (61%) et dans des émissions radio/TV ou sur des podcast/vidéos sur le web (59%) ou encore des conférences grand public (45%).

Les souhaits qui apparaissent comme moins importants pour les usagers pour rendre les sources d'information plus fiables sont, dans des sources scientifiques (42%) ou via des conférences professionnelles (38%) et "autres sources" (2%).

UNE DEMANDE D'AVANCÉES CONCERNANT LES PRATIQUES

LES 10 PRATIQUES AUX ATTENTES MAJORITAIRES

- la naturopathie (55%)
- l'ostéopathie (47%)
- l'acupuncture (31%)
- les médecines traditionnelles (26%)
- la réflexologie (24%)
- l'homéopathie (24%)
- le soutien psychologique (18%)
- l'hypnose (17%)
- la phytothérapie (16%)
- l'aromathérapie (15%)

LES 10 PRATIQUES AUX ATTENTES SECONDAIRES

- la diététique (14%)
- le sport (13%)
- les massages (13%)
- la sophrologie (13%)
- la méditation (11%)
- les compléments alimentaires (10%)
- le yoga (9%)
- autres (8%)
- le shiatsu (7%)
- la chiropraxie (5%)

LES PRATIQUES AUX ATTENTES MINORITAIRES

- la relaxation (5%)
- le coaching de vie (4%)
- les art-Thérapies (4%)
- l'auriculothérapie (4%)
- les plantes et tisanes (3%)
- le Qi gong (2%)
- le coaching professionnel (2%)
- la socio-esthétique (1%)
- le taï-chi chuan (0,3%)
- n'en utilisent pas (0,4%)

ATTENTES D'AVANCÉES GOUVERNEMENTALES

Des attentes envers les pratiques déjà réglementées ou non

Parmi les 28 pratiques proposées, toutes font l'objet de demandes d'avancées étatiques, plus ou moins prononcées.

Les citoyens attendent des avancées gouvernementales concernant des pratiques généralement non réglementées comme la naturopathie (55%), la réflexologie (24%) ou encore l'hypnose (17%).

Ils réclament aussi des avancées pour des pratiques qui sont déjà légalisées comme l'ostéopathie (47%), l'acupuncture (31%) ou encore l'homéopathie (24%).

On observe une demande similaire pour des pratiques recommandées par la Haute Autorité de Santé (HAS) et bénéficiant d'une forte reconnaissance telle que le soutien psychologique (18%), la diététique (14%) ou encore le sport (13%) qui révèlent des attentes spécifiques à l'égard de pratiques pourtant bien ancrées.

Parallèlement, de nombreuses autres pratiques non éprouvées/non encadrées font également l'objet d'attentes, comme les massages (13%), la sophrologie (13%) et le yoga (9%).

En somme, la demande d'avancées gouvernementales concernant des pratiques à la fois réglementées et non réglementées, montre l'insuffisance de connaissances dans ce domaine et répond à la nécessité d'apporter des repères plus structurants.

DES ATTENTES CITOYENNES D'AVANCÉES GOUVERNEMENTALES



DOMAINES PRIORITAIRES

DOMAINES NON PRIORITAIRES

86% **La formation des praticiens**

26% **Lutte contre les dérives**

70% **Accès économique**

26% **Régulation dans les centres de santé**

59% **Règlementation des pratiques**

21% **Compréhension du parcours patient**

60% **Information aux citoyens**

16% **Évaluation scientifique des pratiques**

ACTIONS PRIORITAIRES

Des attentes prioritaires d'accès et de sécurité

Les attentes citoyennes se focalisent principalement sur la formation des praticiens (86%), l'accès économique (70%), la réglementation des pratiques (59%) et l'accès à l'information (60%).

Moins d'intérêt pour l'évaluation scientifique ou la notion de parcours patient

Les sujets perçus comme subsidiaires par les citoyens sont, en particulier l'évaluation scientifique (16%), et la compréhension du parcours patient (21%) tout d'abord, puis, la lutte contre les dérives (26%) et la régulation des pratiques dans les centres de santé (26%) ensuite. Ce qui semble cohérent au regard du temps généralement provisoire passé dans les lieux de soin et qui s'oppose à la problématique d'accès en dehors de ces lieux.

La formation est un enjeu (86%)

Autrement dit, l'enjeu de formation des praticiens est au coeur de la demande des citoyens (86%).

On observe globalement un décalage entre les thèmes de la feuille de route ministérielle et les attentes pragmatiques des citoyens.

Les sujets de terrain, très concrets, restent prioritaires pour les citoyens qui disent par-là leur besoin de repères, de qualité et de sécurité pour l'usage des pratiques.

6 CARACTÉRISTIQUES DES USAGES

PLACE DE LA PRÉVENTION ET DES PRATIQUES COMPLÉMENTAIRES (SYNTHÈSE)

USAGES

- ✓ La prévention tient une place importante pour les citoyens (96%)
- ✓ Ils utilisent massivement les pratiques complémentaires (99%)
- ✓ Parmi les rares non usagers (1%), une partie n'exclut pas d'y recourir (65%)
- ✓ L'usage des pratiques est très régulier ou régulier, 1 à plusieurs fois/mois (75%)
- ✓ la tendance de l'usage est en majorité multi-pratique (98%)



LIMITES

- ! Ils ont des difficultés à appliquer les pratiques de prévention (26%) ou les méconnaissent (4%)
- ! Ils méconnaissent les pratiques complémentaires potentiellement utiles (29%)
- ! Près de la moitié n'a jamais bénéficié de coût réduit (45%)
- ! L'absence de prise en charge économique a freiné des usages (26%)
- ! Ils sont prêts à changer de mutuelle pour un meilleur remboursement (76%)

SYNTHÈSE DES 749 PROPOSITIONS CITOYENNES

1

IMPOSER DES NORMES DE FORMATION

Nécessité d'uniformiser les parcours de formation des praticiens - socle de connaissances - interdire les formations express

2

RÉGLEMENTER LES PRATIQUES COMPLÉMENTAIRES

Définir une réglementation - imposer des règles - définir un encadrement pour les pratiques

3

INFORMER LES USAGERS ET LES PROFESSIONNELS DE SANTÉ

Informers les différents publics dont l'école - développer les moyens d'information - informer les professionnels de santé

4

ENCOURAGER UNE CULTURE PRÉVENTIVE

Changer de paradigme pour aller vers l'assurance santé - prévenir plutôt que guérir - passer par l'information - s'inspirer des modèles internationaux

5

REMBOURSER LES PRATIQUES

Impliquer les mutuelles pour un remboursement - Inclure plus de pratiques - difficulté d'accès pour les plus fragiles/ malades

6

INTERDIRE L'EXERCICE DE PRATICIENS AUTO-PROCLAMÉS

Sécuriser les usages en interdisant l'exercice de praticiens auto-proclamés et insuffisamment formés.

En termes de propositions citoyennes, les usagers sont 60% à avoir contribué aux éléments de réponses. Les thématiques qui se dégagent principalement sont celles de la formation des praticiens, de la réglementation des pratiques, de l'information aux différents publics, de l'instauration d'une culture préventive plutôt que curative, du remboursement des pratiques et de l'interdiction d'exercer pour les praticiens auto-proclamés.

Concernant la formation, ils défendent une idée de généralisation des savoirs, le développement d'un socle des connaissances à rendre obligatoire, uniformiser pour mieux former. De cette première imposition de règles découle celle de réglementer les pratiques, de définir un encadrement structuré pour les pratiques et les praticiens.

La thématique de l'information, très représentée, suppose de développer de l'information auprès de différents publics en commençant par les écoles pour éduquer à la prévention dès le plus jeune âge mais également informer sur les modèles internationaux de médecine intégrative (Allemagne, Suisse, Australie, Inde) et surtout d'information et de formation des professionnels de santé pour une pluridisciplinarité gagnante pour les patients d'institutions qui ont recours aux pratiques complémentaires. Les intégrer au système de soin ou les rembourser grâce aux mutuelles font partie des propositions des citoyens (parfois malades) dont le recours est cher et moins accessible géographiquement. L'interdiction d'exercer pour les praticiens auto-proclamés représente aussi une proposition pour sécuriser usages et usagers convaincus par des expériences fâcheuses.

Les citoyens ont également été interrogés au sujet des pratiques qu'ils jugeaient dangereuses et qu'il conviendrait d'interdire. Si nombre de pratiques, plus ou moins connues sont citées (dont certaines déjà interdites ou dénoncées par la miviludes) comme access bar, la méthode Hamer, la kinésiologie, les ventouses humides, le jeûne, le coaching de vie ou encore la thérapie de l'enfant cigogne, l'idée qui revient majoritairement est la dangerosité du praticien - au-delà de celle liée à certaines pratiques - en raison de l'absence ou insuffisance de formation (non formés, non diplômés, mal intentionnés, charlatans...). En somme, ils prônent l'interdiction d'exercice des pseudo-praticiens en pointant que l'absence de réglementation et de normes de formation peut rendre toute pratique dangereuse selon qui la dispense, comment et pour quel usage.

NOUS CONTACTER

A-MCA



Agence des Médecines
Complémentaires Adaptées

RC-MCA



Réseau Citoyen des Médecines
Complémentaires Adaptées



En savoir plus sur l'A-MCA

contact@agencemca.fr

www.agencemca.fr