

## COMMENT ALLEZ-VOUS? BIEN, MERCI!

Alors que la population vieillit et que l'actualité mondiale ne favorise pas le bien-être psychique, une nette majorité de la population vaudoise déclare être en bonne voire en très bonne santé en 2022. Toutefois, la santé mentale des jeunes se détériore et le stress augmente chez les personnes actives. Les habitudes de consommation néfastes pour la santé sont stables, voire diminuent. Enfin, les seniors se sentent plutôt bien, notamment grâce au soutien social. Si la pandémie de Covid-19 a affecté un certain nombre de personnes, la majorité de la population ne mentionne pas de conséquences à long terme sur sa santé psychique et physique.

Lorsque l'on se penche sur le thème de la santé de la population, plusieurs déterminants entrent en jeu. Si les prédispositions génétiques et le système de soins jouent bien entendu un rôle, les conditions socioéconomiques et environnementales, ainsi que les comportements à risque (habitudes de consommation et d'activités) ont également une influence. En termes statistiques, l'âge, le sexe et le niveau de formation sont donc des variables à considérer. De même, le passé migratoire, le statut social ou le secteur d'activité peuvent également parfois être pris en compte.

L'Enquête suisse sur la santé (voir page 6) permet d'analyser l'état de santé des Vaudoises et des Vaudois depuis trente ans. Chaque étape de la vie présente des dispositions et un environnement propres qui favorisent, ou au contraire desservent, la santé. Cet article est structuré en plusieurs parties afin d'étudier successivement les différentes phases de vie. La santé des jeunes (de 15 à 25 ans) est d'abord examinée pour arriver à celle des seniors (65 ans et plus), en passant par celle des personnes en âge de travailler (de 26 à 64 ans).

grande qu'au niveau suisse (un sur huit) [F1]. Ces troubles touchent plus souvent les jeunes femmes (29%) que les jeunes hommes (13%). Pour ce qui est de la détresse psychologique, 29% de jeunes en souffrent de façon moyenne ou élevée, avec le même différentiel entre jeunes femmes et jeunes hommes. Cet indicateur de mal-être a crû ces dix dernières années (17% en 2012).

L'évolution du sentiment de solitude est aussi frappante. Il a presque triplé en dix ans; 15% des jeunes disent se sentir assez ou très fréquemment seuls, contre 5% en 2012. Autre signe d'un mal-être psychique chez les jeunes, le fait de se sentir souvent submergé par les problèmes (37%) est non seulement plus fréquent que dans les classes d'âges plus élevées, mais également qu'il y a dix ans (20%).

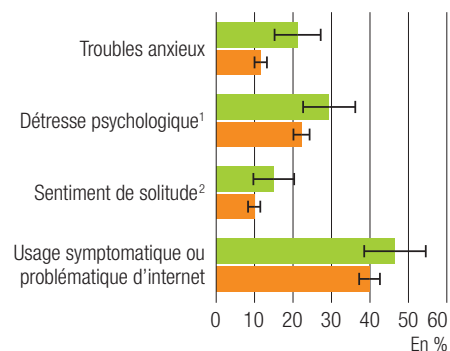
Les causes de ces maux sont multiples. Souvent évoquée, la pandémie de Covid-19 peut en être une. Un jeune de 15 à 25 ans sur cinq déclare que son bien-être psychique est plus mauvais qu'avant la pandémie. Cette part ne se démarque pas de celle des personnes en âge de travailler.

### DE 15 À 25 ANS: ENTRE MAL-ÊTRE ET DÉPENDANCES

#### UN JEUNE SUR CINQ SOUFFRE DE TROUBLES ANXIEUX

Au sein de la jeune génération, soit entre 15 et 25 ans, une très grande majorité déclare être en bonne ou en très bonne santé (93%) en 2022. Si 16% souffrent d'une maladie chronique ou d'un problème de santé de longue durée, ce sont plutôt les indicateurs de santé mentale qui interpellent. Les troubles anxieux affectent un jeune sur cinq dans le canton, une part presque deux fois plus

#### [F1] BIEN-ÊTRE PSYCHIQUE ENTRE 15 ET 25 ANS, 2022



<sup>1</sup> Moyenne ou élevée.

<sup>2</sup> Très ou assez fréquent.

## UN USAGE D'INTERNET PROBLÉMATIQUE POUR UN JEUNE SUR DEUX

En s'apparentant à une dépendance, l'usage problématique d'internet<sup>1</sup>, qui touche près d'un jeune sur deux (contre 22% des 26-64 ans) [F1], peut notamment avoir un effet sur l'énergie et le bien-être psychique. Parmi les jeunes ayant déclaré avoir une énergie faible (41%), 60% ont un usage symptomatique ou problématique d'internet. L'utilisation excessive des réseaux sociaux et des jeux vidéo fait partie de ces usages problématiques.

Tandis que, en général, les réseaux sociaux captivent plutôt les jeunes femmes, les jeux vidéo sont davantage l'apanage des jeunes hommes. En moyenne nationale, 30% des jeunes femmes passent plus de deux heures par jour sur les réseaux sociaux (contre 18% des jeunes hommes) et 14% des jeunes hommes consacrent autant de temps aux jeux vidéo (contre 3% des jeunes femmes).

## LES JEUNES VAUDOIS MOINS SPORTIFS QU'EN MOYENNE SUISSE

En ajoutant aux heures passées sur internet les heures de cours, la moitié des jeunes passent au moins 8 heures par jour en position assise. C'est autant de temps non consacré aux activités physiques. Les jeunes Vaudois, hommes comme femmes, exercent moins souvent des activités sportives qu'en moyenne suisse. Par ailleurs, dans le canton de Vaud, les jeunes hommes sont plus sportifs que les jeunes femmes. La plus grande partie d'entre eux (47%) exercent une activité physique intense au moins trois fois par semaine alors que pour la plus grande partie des jeunes femmes (36%), la fréquence est bihebdomadaire.

## MOINS DE BOISSONS SUCRÉES, MAIS PLUS SOUVENT EN SURPOIDS OU OBÈSES

L'hygiène de vie des jeunes se détériore sur certains aspects, mais s'améliore sur d'autres. Ainsi, la consommation de boissons sucrées baisse depuis la dernière enquête; un jeune sur dix déclare boire une boisson sucrée tous les jours dans le canton en 2022 contre près d'un sur six en 2017. Le surpoids et l'obésité continuent toutefois de s'étendre et touchent 22% des 15 à 25 ans contre 14% dix ans plus tôt.

## ALCOOL ET TABAC EN BAISSÉ CHEZ LES JEUNES HOMMES

La plus grande partie des jeunes de 15 à 25 ans (un tiers) consomment de l'alcool une à deux fois par semaine. C'est la même proportion que chez les personnes de 26 à 64 ans. Si les jeunes hommes étaient de plus grands consommateurs d'alcool que les jeunes femmes dans le passé, l'écart s'est sensiblement réduit au cours des dernières années pour ne plus présenter de différence significative. Depuis 2012, les jeunes hommes tendent à baisser leur consommation d'alcool.

Côté tabagisme (cigarettes électroniques exclues), on assiste même à une inversion des tendances: alors que la part des jeunes femmes qui fument stagne à 34% entre 2012 et 2022, les jeunes hommes sont désormais moins nombreux qu'elles à fumer (18% contre 46% en 2012). Qui plus est, les jeunes hommes commencent moins souvent à fumer que les jeunes femmes; 78% d'entre eux n'ont jamais fumé alors que les jeunes femmes ne sont que 60% dans ce cas. Chez elles, cette part est

d'ailleurs inchangée depuis 2012, alors qu'elle était seulement de 53% pour les jeunes hommes. Concernant les cigarettes électroniques, elles seraient consommées par 12% des jeunes.

## DE 26 À 64 ANS: EXPOSITION AUX RISQUES LIÉS AU TRAVAIL

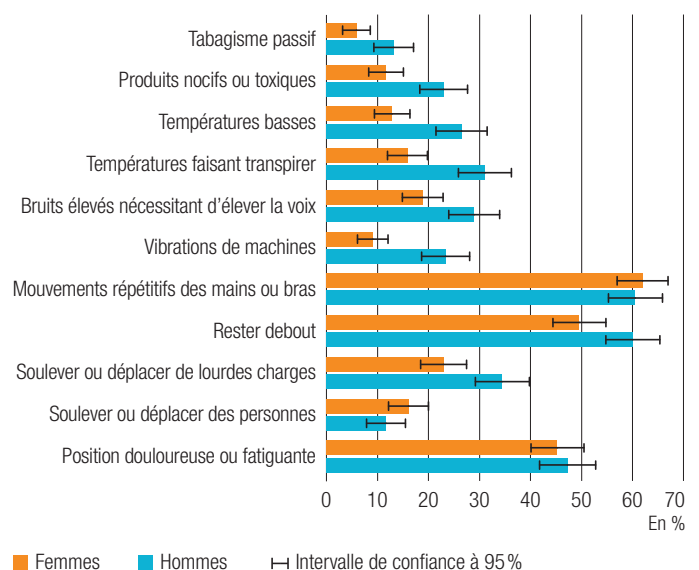
### DES RISQUES PHYSIQUES AU TRAVAIL POUR DEUX PERSONNES ACTIVES SUR CINQ

Avec l'entrée dans la vie active, d'autres problèmes de santé peuvent apparaître, notamment en raison de conditions de travail difficiles. Si la tertiarisation a permis de faire évoluer le marché du travail et par conséquent les métiers, et que l'automatisation a soulagé les efforts dans l'industrie notamment, la part de personnes devant faire face à un ou plusieurs risques au travail n'a pas diminué depuis 2012. Dans le canton, deux personnes actives sur cinq sont exposées à au moins trois risques physiques (sur une liste de dix), parmi lesquels on retrouve principalement les mouvements répétitifs des mains ou des bras, une position douloureuse ou fatigante ou encore le fait de devoir rester debout. Les hommes, surreprésentés dans les secteurs de l'industrie et de la construction, sont plus souvent confrontés à au moins trois risques que les femmes (45% contre 32%) [F2].

### UN QUART DES PERSONNES ACTIVES STRESSÉES

Non moins dangereux pour la santé, les risques psychosociaux sont relativement élevés pour la population active vaudoise et suisse en général. Plus de 40% des personnes actives, hommes comme femmes, déclarent devoir travailler au moins les trois quarts du temps à des cadences élevées, et plus d'un quart ressentent du stress la plupart du temps au travail [F3].

### [F2] RISQUES PHYSIQUES AU TRAVAIL<sup>1</sup> ENTRE 26 ET 64 ANS, VAUD, 2022



<sup>1</sup> Durée: au moins le quart du temps.

En dix ans, cette part a gagné dix points de pourcentage chez les femmes (16 % en 2012). La proportion des hommes stressés a également augmenté durant cette période, mais dans une moindre mesure (+8 points).

### DIFFICULTÉ CROISSANTE DE CONCILIER TRAVAIL ET VIE FAMILIALE POUR LES FEMMES

La hausse du stress pourrait en partie s'expliquer par la difficulté de concilier travail et obligations familiales. Entre 2012 et 2022, la part de femmes déplorant être face à cette difficulté la plupart du temps est passée de 9 % à 21 % (chez les hommes: de 9 % à 15 %). Pour les femmes, la part est plus élevée qu'en moyenne suisse (14 % en 2022).

### DAVANTAGE D'ÉPUISEMENT AU TRAVAIL DANS LE CANTON DE VAUD QU'EN SUISSE

L'épuisement physique et émotionnel au travail, facteur de risque de burnout, est plus présent dans le canton de Vaud (30 %) qu'en moyenne suisse (22 %). En termes de souffrances liées au travail, notons encore que les cas d'intimidation, de harcèlement moral ou de mobbing ont touché 15 % des personnes actives au cours des douze mois qui ont précédé l'enquête. En outre, près d'une personne active sur dix déclare avoir été confrontée à des discriminations liées au sexe, à la nationalité ou à l'origine ethnique dans le cadre de son travail.

Si un quart des personnes actives vaudoises estiment que le travail a un impact négatif sur leur santé, seules 4 % se disent très insatisfaites. A l'inverse, 43 % sont très satisfaites de leur travail. Le canton de Vaud présente d'ailleurs une part largement inférieure à la moyenne suisse de personnes déclarant devoir accomplir des tâches en contradiction avec leurs valeurs personnelles (7 % contre 24 %).

### DOULEURS PHYSIQUES PLUS FRÉQUENTES CHEZ LES FEMMES

Alors que 87 % des personnes de 26 à 64 ans estiment que leur état de santé est bon ou très bon, plus d'une sur quatre (28 %) se plaint de troubles physiques importants<sup>2</sup>. Le mal de dos, le

sentiment de faiblesse et les douleurs aux épaules ou à la nuque sont les maux les plus fréquents et touchent environ deux personnes sur cinq. Les femmes en sont plus souvent affectées; elles éprouvent notamment plus souvent des maux de tête (40 %) et de ventre (39 %), des insomnies (47 %) ou un sentiment de faiblesse (55 %) que les hommes [F4].

Lorsqu'une ou plusieurs de ces douleurs deviennent pathologiques, la santé mentale peut en être affectée.

### UN QUART DES 26 À 64 ANS SOUFFRENT DE DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE

Un quart des Vaudoises et des Vaudois en âge de travailler se trouvent dans une détresse psychologique moyenne ou élevée, une part supérieure à celle observée en moyenne suisse (19 %). En outre, 17 %, sans différence entre femmes et hommes, présentent des troubles anxieux (10 % au niveau suisse). Autre indicateur de mal-être psychique dans le canton de Vaud, la part de personnes déclarant se sentir très ou assez souvent seules a plus que triplé en vingt ans pour atteindre 10 % contre 3 % en 2002. En moyenne nationale, la part a doublé, passant de 3 % à 6 %.

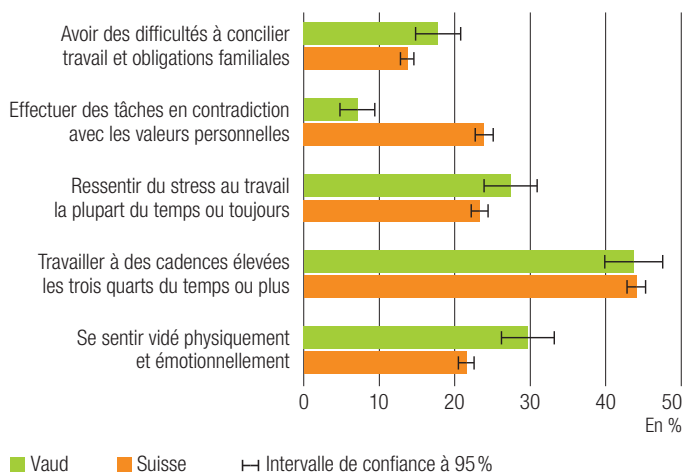
### CONSOMMATION D'ALCOOL ET DE TABAC MOINS PROBLÉMATIQUE

La consommation d'alcool semble stable au fil du temps et les résultats vaudois ne se démarquent pas des résultats suisses. Comme il y a cinq ou dix ans, un tiers de la population vaudoise boit de l'alcool une ou deux fois par semaine. C'est la fréquence de consommation d'alcool la plus courante.

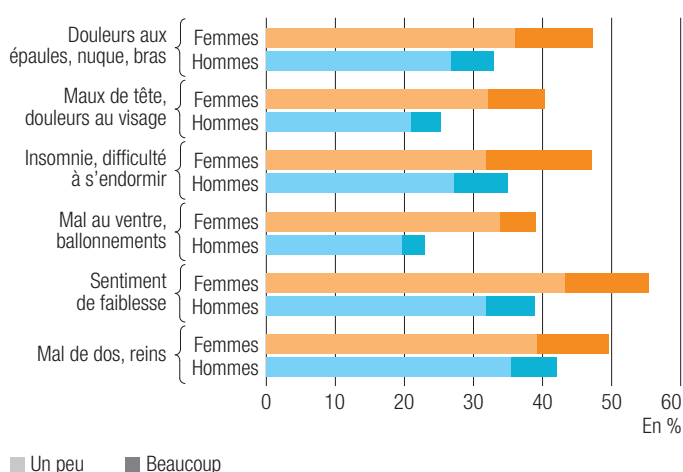
La consommation d'alcool chronique à risque<sup>3</sup> baisse depuis 2012 chez les 26 à 64 ans, pour concerner 4 % d'entre eux (7 % en 2012). Les femmes adoptent moins souvent un comportement à risque dans ce domaine.

Pour ce qui concerne la consommation de tabac, la part de fumeuses équivaut à celle des fumeurs (un quart) depuis dix ans déjà. Une amélioration réside dans la diminution de la part de personnes fumant plus d'un paquet de cigarettes ou plus par jour, qui passe de 8 % en 2012 à 5 % en 2022.

#### [F3] RISQUES PSYCHOSOCIAUX AU TRAVAIL ENTRE 26 ET 64 ANS, 2022



#### [F4] PRINCIPAUX TROUBLES PHYSIQUES ENTRE 26 ET 64 ANS, VAUD, 2022



## CINQ PORTIONS DE FRUITS ET LÉGUMES POUR 17 % DES VAUDOISES ET DES VAUDOIS

L'alimentation est le carburant indispensable au fonctionnement physiologique. L'attention qu'on y prête a par conséquent des impacts sur la santé. En prenant comme références les recommandations de la Société suisse de nutrition (SSN), des tendances à la fois positives et négatives ressortent.

Dans l'apport de fruits et légumes par exemple, 17 % de la population vaudoise de 26 à 64 ans indique en manger cinq portions par jour. Cette part est supérieure chez les femmes (20 % contre 15 % chez les hommes). Elle a toutefois fortement baissé chez ces dernières en dix ans (31 % en 2012), alors qu'elle est stable chez les hommes. A cet égard, le niveau de formation a une forte influence: plus il est élevé, plus cette part est importante.

## MOINS DE VIANDE

A l'inverse, une consommation excessive de viande est considérée comme néfaste pour la santé, toujours selon les recommandations de la SSN. Chez les personnes de 26 à 64 ans, la part des personnes qui mangent de la viande ou de la charcuterie tous les jours continue de baisser au fil des ans (14 % en 2012, 10 % en 2022). En partant avec un niveau de consommation plus élevé que les femmes, ce sont les hommes qui ont fait diminuer ce taux, et ce quel que soit le niveau de formation.

Pour ce qui est du sel dans l'alimentation, son excès peut contribuer à une tension artérielle élevée. Les Vaudoises et les Vaudois indiquent plus souvent être attentifs à réduire le sel dans leur alimentation qu'en moyenne suisse (58 % contre 47 % en moyenne suisse).

## ACTIVITÉ PHYSIQUE INTENSE EN HAUSSE

L'activité physique est un autre facteur permettant de se maintenir en bonne santé. Depuis vingt ans, des améliorations notables ont été observées en Suisse comme dans le canton de Vaud, réduisant toujours plus la part de personnes inactives ou peu actives. La plus grande partie de la population vaudoise (41 %) est ainsi suffisamment active<sup>4</sup>. Un changement significatif réside en outre dans la part de personnes avec une activité physique intense. Elle a passablement augmenté autant chez les hommes que chez les femmes depuis 2012, pour atteindre respectivement 34 % et 24 %, des parts similaires à la moyenne suisse (contre 24 % et 16 % dix ans plus tôt).

## 42 % EN SURPOIDS OU OBÈSES

Une alimentation trop riche et un manque d'activité physique peuvent contribuer à une surcharge pondérale, avec des conséquences potentielles sur d'éventuelles pathologies. En 2022, 42 % des personnes de 26 à 64 ans sont en surpoids (30 %) ou obèses (12 %). Cette part est semblable à la moyenne suisse et elle est relativement stable depuis vingt ans.

## AVEC L'AVANCÉE EN ÂGE, LE DÉBUT DE CERTAINES MALADIES

### CHOLESTÉROL ET TENSION ARTÉRIELLE AUGMENTENT AVEC L'ÂGE

En 2022, trois personnes de 26 à 64 ans sur dix souffrent d'une maladie chronique ou de longue durée. Cette part, stable dans

le temps, augmente de manière significative avec l'âge. Entre 26 et 44 ans, 23 % des Vaudoises et des Vaudois sont concernés. Cette part monte ensuite à 37 % parmi les personnes de 45 à 64 ans. L'arthrose, l'hypertension, un taux de cholestérol trop élevé ou encore le diabète suivent ce même schéma [F5]. Entre 45 et 64 ans, 29 % de la population est affectée par un taux de cholestérol trop élevé, une part identique par une tension artérielle trop haute et une personne sur cinq souffre d'arthrose. D'autres pathologies moins fréquentes, telles que l'arthrite, le cancer ou le diabète, touchent à chaque fois environ 6 % des 26 à 64 ans.

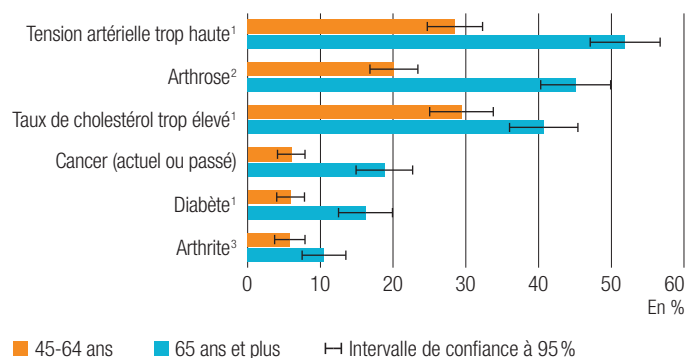
## DÉPISTAGES DÈS 50 ANS

L'enquête fournit également des informations sur la part des personnes ayant effectué différents dépistages. Dans le canton, des programmes sont proposés aux plus de 50 ans. Ceux-ci semblent avoir un effet pour lever certains obstacles (financiers ou accès à l'information par exemple), puisqu'on ne note pas de différence dans la participation selon le niveau de formation, l'élément le plus souvent observé comme discriminant.

## RECOURS À LA MAMMOGRAPHIE ET À LA COLOSCOPIE EN HAUSSE

En ce qui concerne la mammographie et la coloscopie, examens pour lesquels le canton de Vaud contacte les personnes de 50 à 69 ans<sup>5</sup>, la part de personnes ayant passé un examen au cours des douze derniers mois augmente significativement à partir de 50 ans. La moitié des femmes de 50 à 59 ans ont ainsi fait une mammographie contre 19 % des femmes âgées de 40 à 49 ans. Moins répandue, la coloscopie, qui permet de détecter un éventuel cancer colorectal (2<sup>e</sup> cancer le plus fréquent chez la femme après le cancer du sein au niveau suisse, 3<sup>e</sup> chez l'homme après celui de la prostate et des poumons<sup>6</sup>), a été faite par 14 % des personnes de 50 à 59 ans au cours de l'année contre 5 % dans la tranche d'âges précédente. A noter par ailleurs que la part de personnes, tous âges confondus, n'ayant jamais fait de coloscopie a fortement baissé depuis 2007, passant de 75 % à 58 %, potentiellement en lien avec la mise en œuvre du programme cantonal de dépistage en 2015.

### [F5] PERSONNES SOUFFRANT DE PATHOLOGIES DIVERSES, VAUD, 2022



<sup>1</sup> Diagnostic médical.

<sup>2</sup> Par exemple: usure de l'articulation du genou ou de la hanche.

<sup>3</sup> Par exemple: goutte, inflammation douloureuse des articulations, spondylarthrite.

## EXAMENS DE LA PROSTATE ET DE LA PEAU PLUS FRÉQUENTS

En dehors de ces programmes de dépistage, d'autres examens de prévention sont également plus fréquents avec l'avancée en âge. Concernant les examens de la prostate par exemple, 52 % des hommes de 50 à 59 ans n'en ont encore jamais fait [F6]. Cette part diminue à 30 % dans la classe d'âges suivante. Si les examens de la peau sont plus fréquents qu'il y a vingt ans, la moitié de la population vaudoise âgée de plus de 15 ans n'est encore jamais allée faire un tel contrôle (70 % en 2002). Le niveau de formation joue ici un rôle significatif, puisque parmi les personnes sans formation post-obligatoire, deux tiers ne l'ont encore jamais fait. Cette part s'abaisse à 53 % parmi les personnes détentrices d'un diplôme du secondaire II et à 38 % chez les personnes avec un diplôme supérieur.

## MOINS BONNE SANTÉ PHYSIQUE MAIS BON MENTAL APRÈS 65 ANS

### UNE SANTÉ JUGÉE BONNE POUR 72 % DES SENIORS VIVANT À DOMICILE

Avec l'augmentation de l'espérance de vie, les personnes arrivées à l'âge de la retraite peuvent espérer vivre une vingtaine d'années en moyenne. La perspective d'entrer dans un établissement médico-social est donc encore lointaine, même si leur santé physique peut être atteinte plus ou moins fortement. Après 64 ans, une personne sur deux dit d'ailleurs souffrir d'une maladie chronique ou de longue durée. La santé psychique, pour sa part, semble meilleure que chez les plus jeunes. Parmi les personnes enquêtées, vivant toutes à domicile, un quart des plus de 65 ans qualifient leur santé de moyenne et 72 % la jugent encore bonne voire très bonne.

La moitié des seniors ont une tension artérielle trop élevée, 45 % de l'arthrose [F5] et près d'une personne sur cinq combat ou a combattu un cancer au cours de sa vie. Cette classe d'âges est pourtant celle qui présente le taux le plus bas de symptômes dépressifs modérés à sévères (6 % contre 14 % des 26-64 ans). En outre, à peine 6 % ont exprimé se sentir assez souvent ou très fréquemment seuls (contre 10 %).

### UN TROISIÈME ÂGE RELATIVEMENT AUTONOME

Dans le canton, les personnes de 65 à 74 ans vivant chez elles sont en très grande majorité complètement autonomes. Une minorité (15 %) mentionne quelques difficultés dans les activités fonctionnelles (voir, entendre, parler ou marcher) ou avoir besoin d'aide (12 %) dans les activités instrumentales de la vie quotidienne (préparer ses repas, téléphoner, faire ses achats, sa lessive, des petits travaux ménagers, faire sa comptabilité ou encore utiliser les transports publics). Après 74 ans, ces parts passent respectivement à 25 % et 21 %. Dans le même temps, une personne sur trois rencontre beaucoup de difficultés ou est même incapable de mener les activités de la vie quotidienne (manger, se coucher, s'habiller, aller aux toilettes, se laver). A 65 ans, on estime que les femmes peuvent espérer vivre encore 20,3 ans sans incapacité sévère, et les hommes 18,5 ans<sup>7</sup>.

## TROUBLES PHYSIQUES CROISSANTS AVEC L'ÂGE

A partir de 65 ans, deux fois plus de personnes souffrent d'arthrose et d'arthrite que durant la période de vie précédente (respectivement 45 % et 11 % contre 20 % et 6 % chez les 26 à 64 ans). Pour ce qui est du cancer et du diabète, pathologies moins fréquentes, les parts sont trois fois plus élevées par rapport aux 26-64 ans pour atteindre 19 % et 16 %. L'hypertension artérielle passe de 29 % à 52 % et le taux de cholestérol trop élevé, de 29 % à 41 %. En plus de ces maladies, le troisième âge voit d'autres douleurs et pathologies s'installer. Ainsi, l'ostéoporose touche une femme sur dix. L'incontinence urinaire concerne 14 % des seniors vaudois et 8 % ont par ailleurs vécu un infarctus durant leur vie. D'autres douleurs peuvent en revanche baisser avec l'âge. Ainsi, les maux de ventre ou les maux de tête sont moins fréquents après 65 ans.

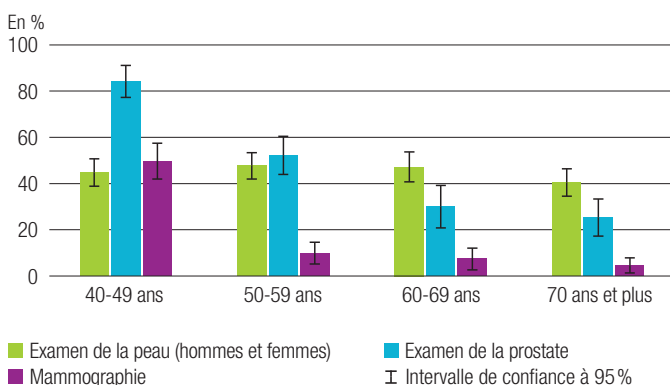
## AIDE FORMELLE ET INFORMELLE SE COMPLÈTENT

Dans le canton de Vaud, la population âgée peut bénéficier d'aide formelle et informelle afin de surmonter les obstacles de la vie quotidienne et continuer à vivre à domicile. Entre 65 et 74 ans, environ une personne sur dix reçoit de l'aide de manière informelle. Cette part augmente à 20 % à partir de 75 ans. Dans huit cas sur dix, l'aide provient d'une personne du ménage. Elle peut venir aussi, pour près de 60 % des personnes soutenues, de membres de la famille ne vivant pas dans le ménage ou encore, mais moins souvent, de voisins ou de connaissances (28 %). L'aide à domicile formelle, c'est-à-dire celle prodiguée notamment par des organismes de soins à domicile, concerne à peine 6 % des personnes de 65 à 74 ans. Dès 75 ans, une personne sur cinq en bénéficie, que ce soit comme seule aide ou comme complètement à l'aide informelle. L'aide, aussi bien formelle qu'informelle, est apportée pour la moitié des cas plusieurs fois par semaine.

## CONCLUSION: POPULATION VAUDOISE EN BONNE SANTÉ MAIS MOINS QU'EN MOYENNE SUISSE

Les comportements à risque et une santé mentale fragile aux jeunes âges, ainsi que les troubles physiques et psychiques potentiellement rencontrés au cours de la vie active, peuvent avoir des

### [F6] PERSONNES N'AYANT ENCORE JAMAIS FAIT DE TELS EXAMENS, VAUD, 2022



conséquences sur l'arrivée de maladies. Le tabagisme, l'alcool, le stress, l'excès de viande ou de sel dans l'alimentation ou le manque de fibres, associé à un manque d'activité physique, sont les principaux facteurs conduisant aux maladies les plus courantes, et notamment aux maladies cardio-vasculaires, qui sont la première cause de mortalité en Suisse.

Pour conclure, la population vaudoise se porte bien de manière générale. Dans bien des aspects cependant, sa santé est plus atteinte qu'en moyenne nationale. La santé mentale, le stress, mais aussi les difficultés à concilier travail rémunéré et obligations familiales ressortent notamment. A noter que si la pandémie de Covid-19 restera dans les mémoires de tout un chacun pour son caractère soudain et inédit, ses effets n'auront pas eu de conséquences à long terme sur la santé physique ou psychique de la majorité de la population (voir encadré ci-contre).

<sup>1</sup> Une série de questions permet de définir l'usage problématique d'internet, telles qu'avoir du mal à s'arrêter lors d'une connexion, manquer de sommeil à cause de l'utilisation d'internet, avoir essayé, sans succès, de passer moins de temps sur internet ou encore avoir négligé certaines choses (par exemple les études, le travail, des activités en famille ou avec des amis) pour passer du temps sur internet.

<sup>2</sup> Personnes ayant déclaré avoir beaucoup souffert, au cours des quatre semaines ayant précédé l'enquête, d'au moins un des dix troubles recensés.

<sup>3</sup> Conformément au monitoring suisse des addictions de 2017, la « consommation d'alcool chronique à risque » commence à 2 verres standard par jour en moyenne pour les femmes et à 4 verres standard pour les hommes.

<sup>4</sup> Est considérée comme suffisamment active la personne qui pratique 150 minutes d'activité physique modérée par semaine ou une activité physique intense deux fois par semaine.

<sup>5</sup> Le Canton a mis en place deux programmes de dépistage (du cancer du côlon et du cancer du sein). Les tests sont presque totalement pris en charge par l'assurance-maladie, avec exemption de la franchise.

<sup>6</sup> Le cancer en Suisse, rapport 2021 – Etat des lieux et évolutions, OFS, Neuchâtel.

<sup>7</sup> Calculs StatVD. Plus d'informations disponibles sur cette page.

Source des données : OFS, Enquête suisse sur la santé.



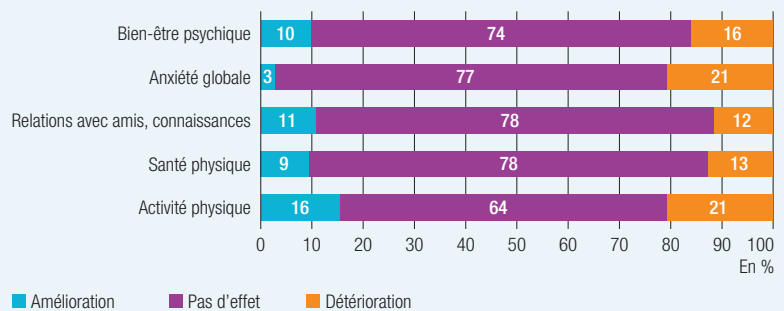
### Enquête suisse sur la santé (ESS)

L'enquête suisse sur la santé est réalisée tous les cinq ans depuis 1992 par l'Office fédéral de la statistique (OFS). La dernière édition a eu lieu en 2022. Il s'agit d'une enquête par échantillonnage effectuée au niveau national auprès d'environ 22 000 personnes âgées de 15 ans ou plus vivant en ménage privé (1675 personnes à l'échelle vaudoise). Les personnes vivant en ménage collectif, comme les établissements médico-sociaux par exemple, sont donc exclues. Les personnes enquêtées ont d'abord répondu à des questions par téléphone puis ont rempli un questionnaire par écrit.

## EFFETS DU COVID SUR LE BIEN-ÊTRE DE LA POPULATION VAUDOISE

La pandémie de Covid-19 a eu des atteintes sur différents aspects de la santé de la population. Les mesures sanitaires ont non seulement eu un impact à court terme sur la vie quotidienne, mais aussi à plus long terme sur les relations sociales et la manière de gérer les incertitudes liées en particulier à des événements extérieurs. Initiée en pleine pandémie, l'édition 2022 de l'Enquête suisse sur la santé a posé explicitement des questions sur de potentiels impacts ou changements de comportement en matière de santé. Entre 15 et 64 ans, environ six personnes sur dix ont été infectées par le coronavirus. Parmi les seniors (65 ans et plus), moins d'un tiers l'ont été. Les symptômes ont duré entre quelques jours et une semaine pour près des deux tiers des personnes infectées et entre une et deux semaines pour un peu plus d'un quart d'entre elles.

### IMPACT DE LA PANDÉMIE DE COVID-19 SUR DIFFÉRENTS ASPECTS DE LA SANTÉ, VAUD, 2022



Le bien-être psychique s'est détérioré pour 16% des Vaudoises et des Vaudois et l'anxiété générale a augmenté pour 21% de la population par rapport à avant la pandémie. Un peu plus d'une personne sur dix déclare que les relations avec ses amis ou ses connaissances sont moins bonnes, mais une part semblable déclare qu'elles sont meilleures. Par ailleurs, la pandémie n'a pas aggravé la consommation d'alcool. Seules 8% des personnes enquêtées ont indiqué que leur consommation d'alcool avait augmenté. Une part semblable a, quant à elle, diminué sa consommation. En termes de santé physique, 13% estiment qu'elle est plus mauvaise qu'auparavant. Aussi, un cinquième de la population déclare faire moins de sport qu'avant la pandémie contre 16% devenue plus sportive. Autre changement notable, sur le plan professionnel, 15% des personnes ont augmenté leur taux d'occupation.

## Pour en savoir plus

- Les chiffres clés de la santé - [vd.ch/stat-sante\\_popul](https://www.vd.ch/stat-sante_popul)
- Les résultats de l'Enquête suisse sur la santé - [vd.ch/stat-sante\\_popul](https://www.vd.ch/stat-sante_popul)
- Glossaire - [vd.ch/stat-glossaire](https://www.vd.ch/stat-glossaire)