



AF3M

Pays: France

E12119

Enquête sur l'activité physique et la nutrition auprès des adhérents AF3M atteints de Myélome Multiple





P O U R

Bernard DELCOUR

AF3M



P A R

Rose-Marie CARNEIRO

159 rue de Gallieni
92100 BOULOGNE-BILLANCOURT
rm.carneiro@aplusaresearch.com

Christelle MBORO

159 rue de Gallieni
92100 BOULOGNE-BILLANCOURT
c.mboro@aplusaresearch.com



S O M M A I R E

Chapitre	Page
I-LES OBJECTIFS	4
II-PROTOCOLE DE L'ETUDE	6
III-ANALYSE	9
A. Profil général des répondants	9
B. La maladie et son traitement	13
C. Les différents interlocuteurs autour des malades	18
D. Impact de la maladie sur le quotidien des malades	23
E. Profil général en termes d'activité physique et nutrition	26
F. L'activité physique	31
1. Focus sur les malades pratiquant une activité physique	32
2. Focus sur les malades ne pratiquant aucune activité physique	47
3. Opinions générales autour de l'activité physique	50
G. La nutrition, la diététique	57
IV-SYNTHESE ET POINTS CLÉ	71
V-ANNEXES	81



I - LES OBJECTIFS

Il s'agissait au travers de cette étude d'explorer la relation des malades du Myélome Multiple, adhérents à l'AF3M, à l'activité physique/sportive et à l'alimentation.

Les principaux objectifs étaient :

ACTIVITÉ PHYSIQUE

- Mesurer le niveau actuel d'activité physique et le % de personnes déclarant pratiquer cette activité physique
- Identifier le type d'activité physique pratiquée, la fréquence, les modalités (seul, à l'extérieur ...)
- Identifier qui a incité à pratiquer une activité physique
- Comprendre les motivations à pratiquer une activité physique
- Explorer le niveau de satisfaction par rapport à la pratique ainsi que les bénéfices ressentis
- Explorer les apports en termes de bienfaits sur la maladie (douleurs, fatigue, ...)
- Comparer ce ressenti entre malades pratiquant une activité Vs ceux qui n'en pratiquent pas

ALIMENTATION

- Mesurer le % de personnes déclarant avoir modifié leur alimentation suite à la maladie
- Identifier le type de modifications apportées
- Comprendre les motivations à modifier son alimentation
- Explorer les apports en termes de bienfaits sur la maladie (fatigue, constipation ...)
- Comparer ce ressenti entre malades ayant modifié leur alimentation vs ceux qui n'ont pas modifié



II - PROTOCOLE DE L'ETUDE

Méthode

Protocole et échantillon



473 questionnaires

- Malades du myélome multiple



Recueil online

- Auprès des membres de l'association AF3M (n=449)
- Et au travers du site internet de l'association (n=24)
- Lien unique envoyé à chaque membre de l'association
- Lien sur le site de l'association



Durée du questionnaire

20 minutes



Date du terrain

22 mars au 15 avril 2019

NOTE MÉTHODOLOGIQUE

Test de Significativité

- Khi2 pour les pourcentages, Fisher pour les moyennes
 - + → $p = 0,10$ (10 chances sur 100 pour que la différence soit due au hasard)
 - ++ → $p = 0,05$ (5 chances sur 100 pour que la différence soit due au hasard)
 - +++ → $p = 0,01$ (1 chance sur 100 pour que la différence soit due au hasard)
 - ++++ → $p = 0,005$ (5 chances sur 1 000 pour que la différence soit due au hasard)
 - +++++ → $p = 0,001$ (1 chance sur 1 000 pour que la différence soit due au hasard)
 - ns → différence non significative

Moyennes

- Notes de 1 à 10 ...
 - <5 : désaccord de l'échantillon
 - 5,5 : moyenne
 - 6 – 6,5 : position modérée neutre
 - > 7 : accord de l'échantillon
 - > 8 : très fort accord de l'échantillon

Tris étudiés

Situation actuelle par rapport au myélome (Q10)

Traité pour le myélome $n = 178$
En rémission sans traitement $n = 194$
En rémission avec traitement d'entretien $n = 101$

Attitude vis-à-vis de l'activité physique (Q21)

Pratiquant une activité physique $n = 386$
Ne pratiquant aucune activité physique $n = 76$

Changement d'alimentation (Q47)

Ayant changé d'alimentation $n = 239$
N'ayant pas changé d'alimentation $n = 234$

Sexe et âge



III - ANALYSE

A. Profil général des répondants

SEXE



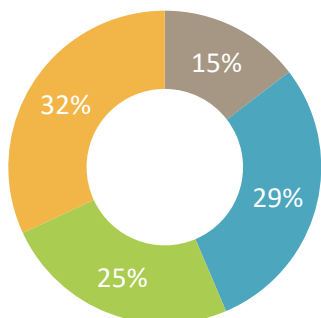
52%
Homme



48%
Femme

ÂGE

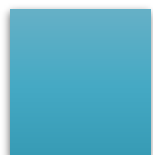
Âge moyen
65,7 ans



■ Moins de 56 ans ■ 56-65 ans ■ 66-70 ans ■ Plus de 70 ans

STATUT MARITAL

71%



En couple

18%



Seul(e)

10%



En famille

HABITAT



Dans une petite ville / ville de taille moyenne

46%

Dans une grande ville (+ de 100 000 habitants)

22%

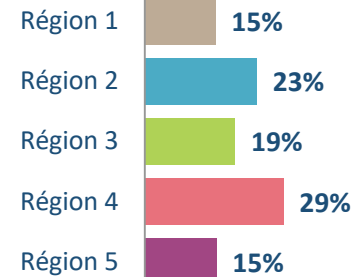
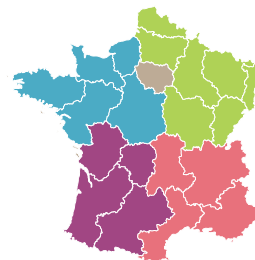
À la campagne

21%

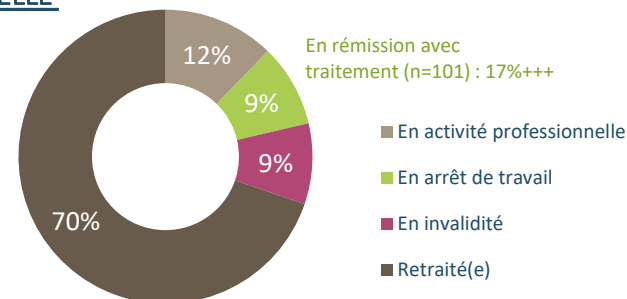
En région parisienne

11%

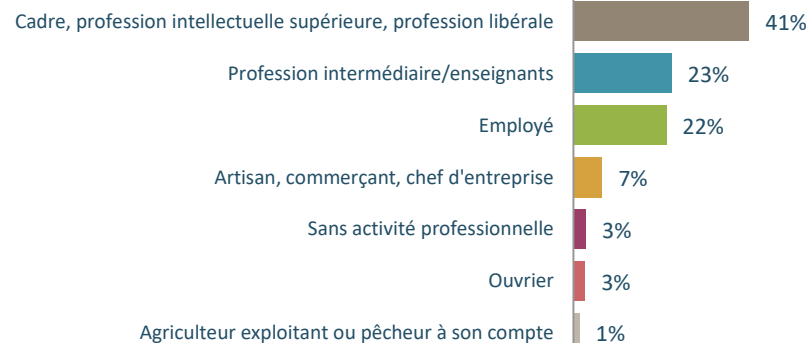
RÉGIONS (téléphoniques)



SITUATION ACTUELLE



PROFESSION



Données
INSEE 2018

18%

26%

27%

7%

0%

20%

2%

Des répondants équipés de différents outils informatiques : smartphone, ordinateur portable et tablette, et pour une partie utilisateurs des réseaux sociaux.

Base 473

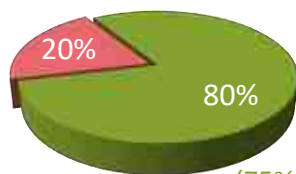
Dispose ?

Présence d'applications santé, compteur de pas ?

OUI - Smartphone
N= 379

OUI (smartphone + tablette + ordinateur portable) N = 458

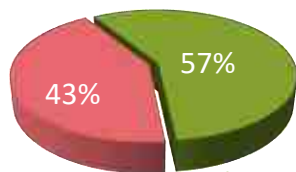
Smartphone



(75% des Français*)

■ OUI ■ NON

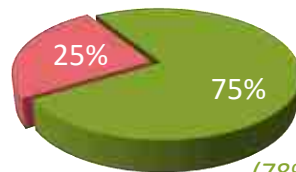
Tablette



(41% des Français*)

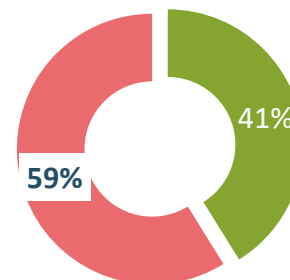
■ OUI ■ NON

Ordinateur portable



(78% des Français*)

■ OUI ■ NON



■ OUI
■ NON

60%

40%

20%

0%



29%

Facebook



24%

Messenger



6%

Instagram



5%

Twitter

WhatsApp
Snapchat
Skype

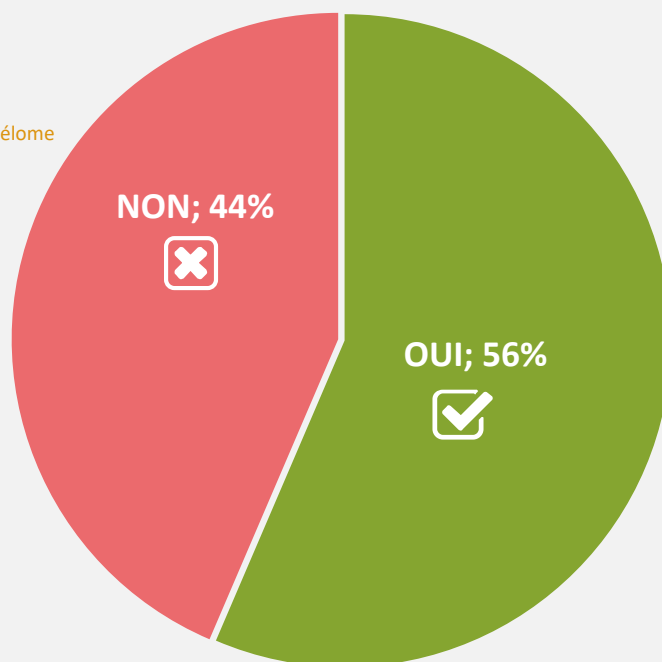
7%

Autres

*(Baromètre du numérique, au 30/06/2018)

Engagé/e sur le plan associatif ?

Traité pour le myélome
(n=178) : 49%++



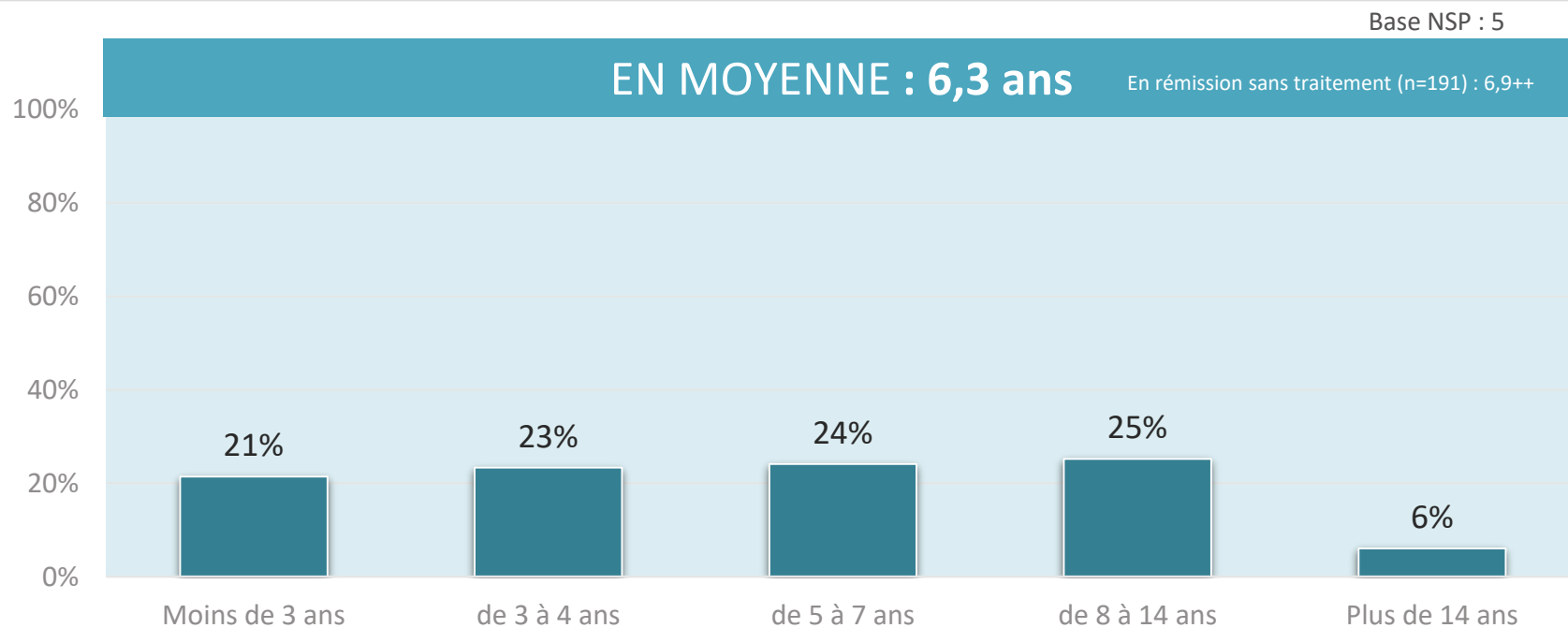


III - ANALYSE

B. La maladie et son traitement

Ancienneté du diagnostic

Base n=468

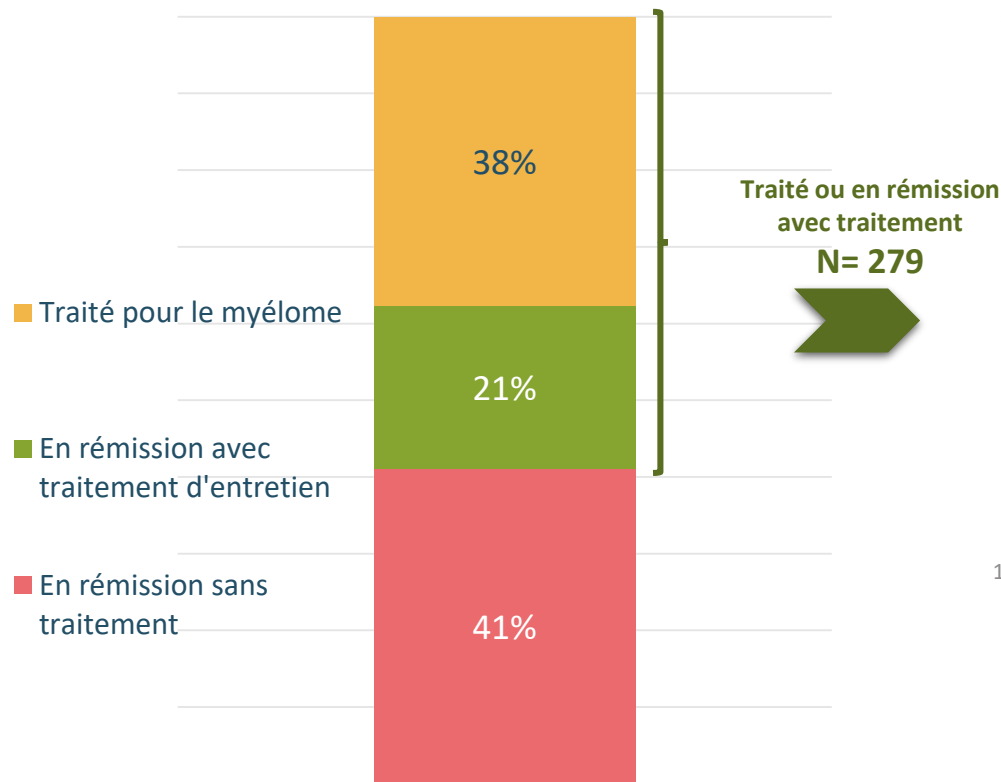


En majorité des malades actuellement traités (38%) ou en rémission sans traitement (41%), 52% des malades traités sont en traitement de rechute

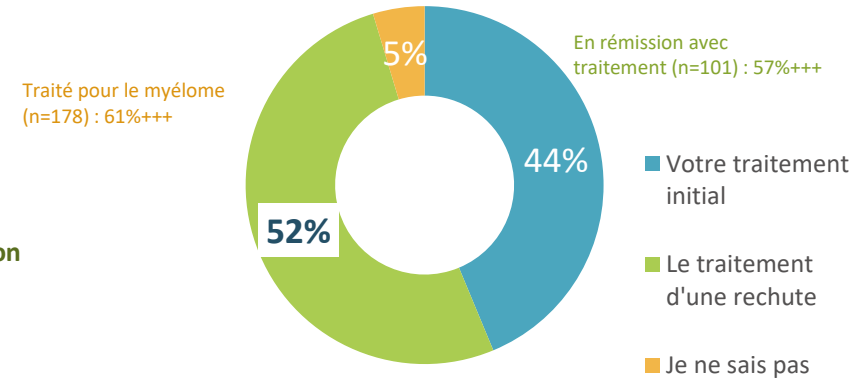
Base 473

Situation actuelle par rapport au myélome

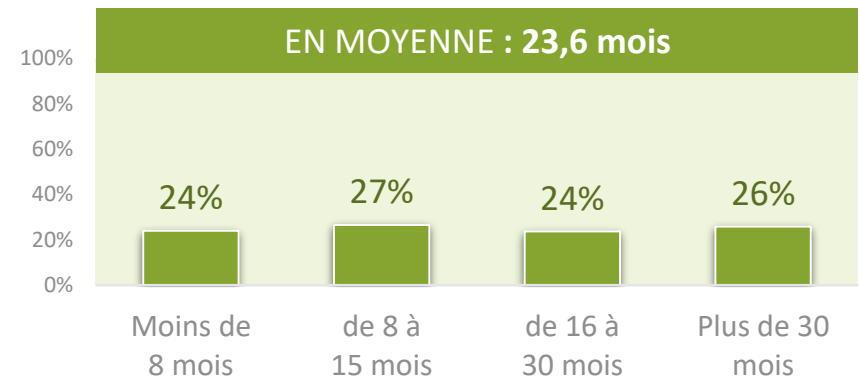
Situation actuelle



Type de traitement



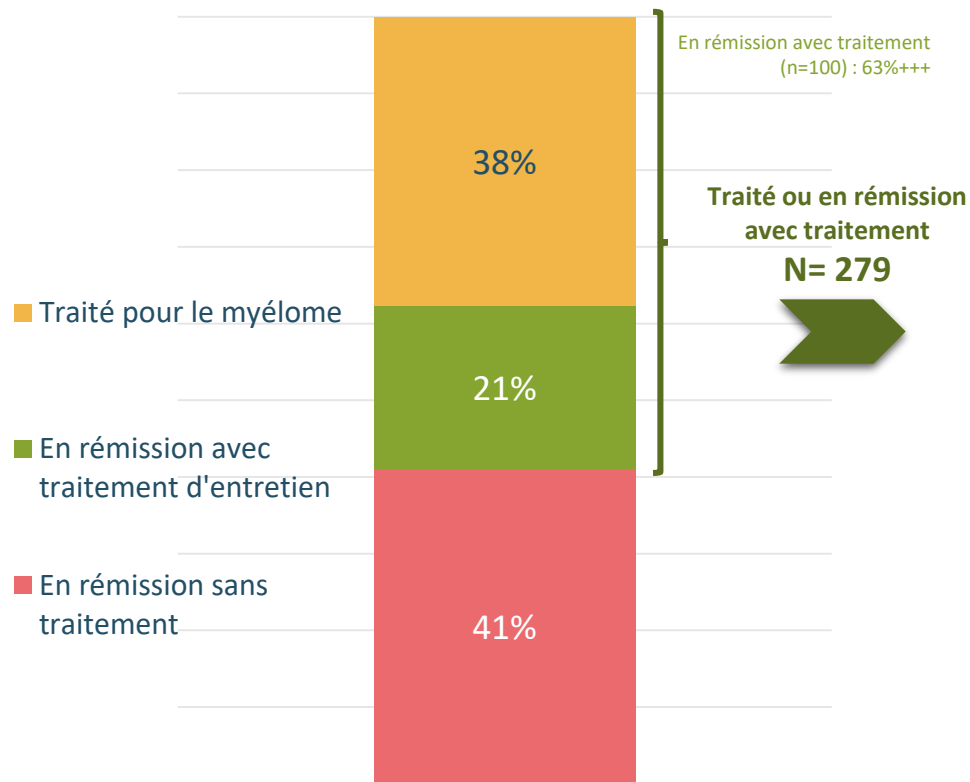
Date du traitement



Revlimid, principal traitement pris actuellement, notamment par les malades en rémission avec traitement d'entretien

Base 473

Situation actuelle



Traitement(s) pris actuellement N=274

	Traité ou en rémission avec traitement
Revlimid (Lenatidomide)	51%
Dexamethasone	27%
Darzalex (Daratumumab)	18%
Imnovid (Pomalidomide)	15%
Kyprolis (Carfizomib)	9%
Velcade (Bortezomib)	8%
Autre traitement	19%

« Je ne sais pas exactement » : 3%
(soit 8 répondants)

Hôpital / établissement de suivi

En rémission avec traitement (n=101) : 67%+++



- Centre Hospitalier Universitaire (CHU) / Centre hospitalier Universitaire Régional (CHUR)
- Autre hôpital public (hors CHU ou CHUR)
- Centre anti cancer / Centre de Lutte Contre le Cancer (CLCC)
- Clinique privée
- Hôpital privé
- Je ne sais pas exactement



III - ANALYSE

C. Les différents
interlocuteurs
autour des
malades

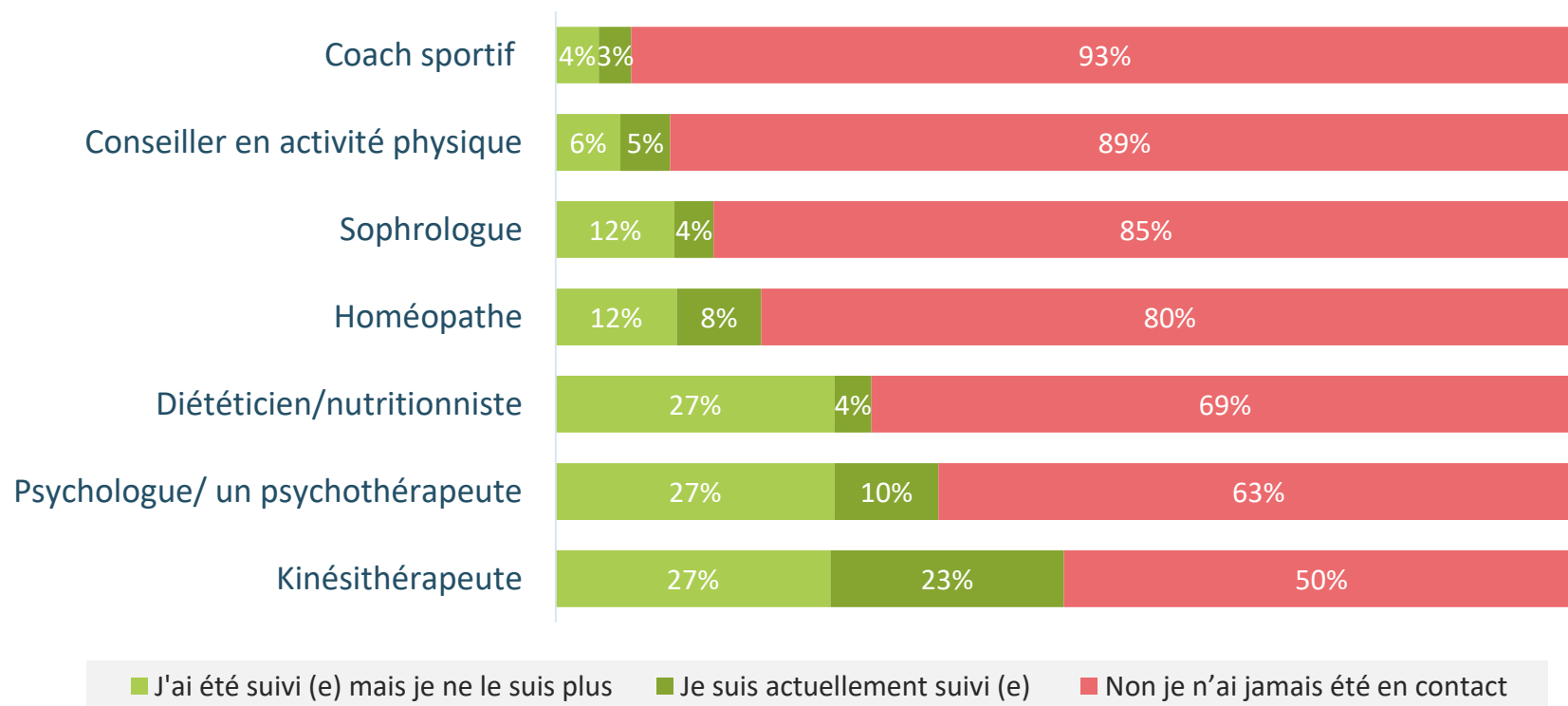
En dehors de l'hématologue, les malades interrogés déclarent être peu suivis par d'autres intervenants (sauf kinésithérapeute)

Base 473

32% des maladies déjà suivis par un diététicien/nutritionniste

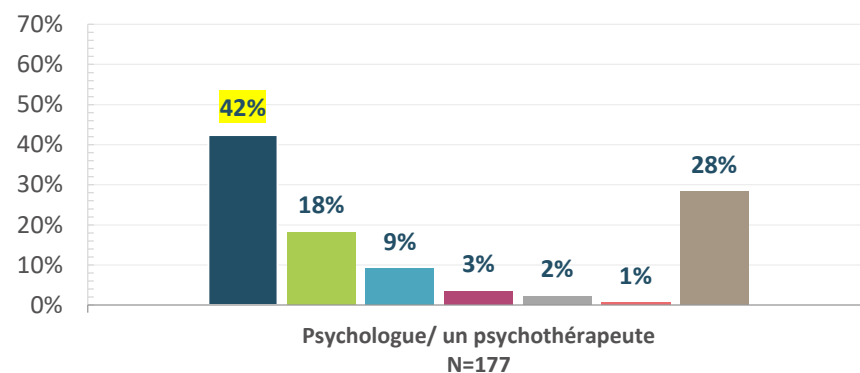
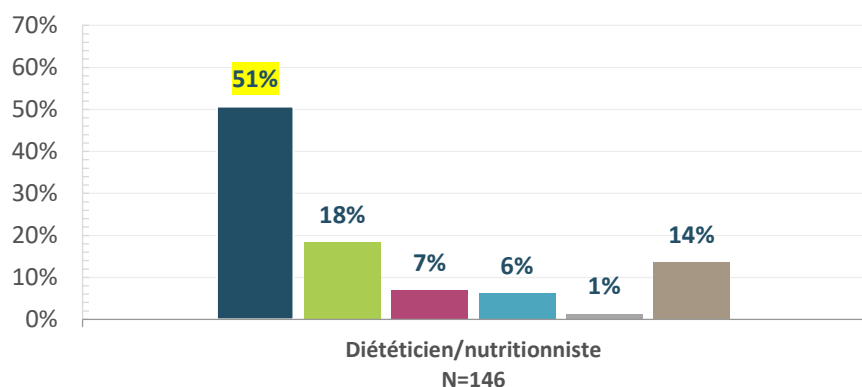
Mais seulement environ 10% ayant cité un conseiller en activité physique ou un coach

En contact ou suivi par des intervenants autres que l'hématologue ?

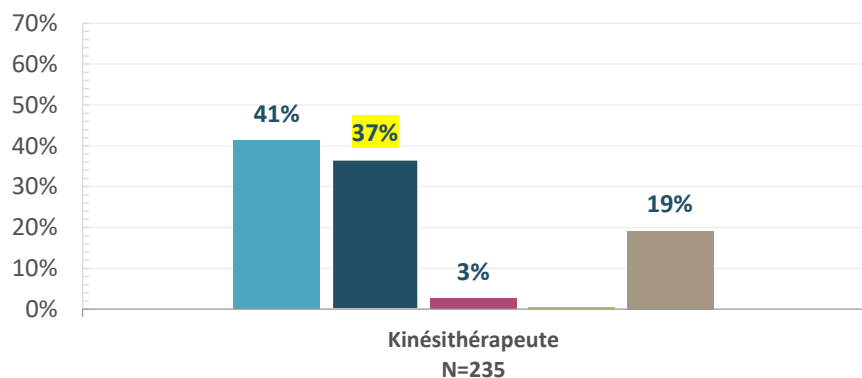


L'hématologue, principal point de relais entre le malade et le diététicien ou psychologue

Qui vous a mis en contact avec ce ou ces intervenant(s) ou vous a conseillé de les voir ?

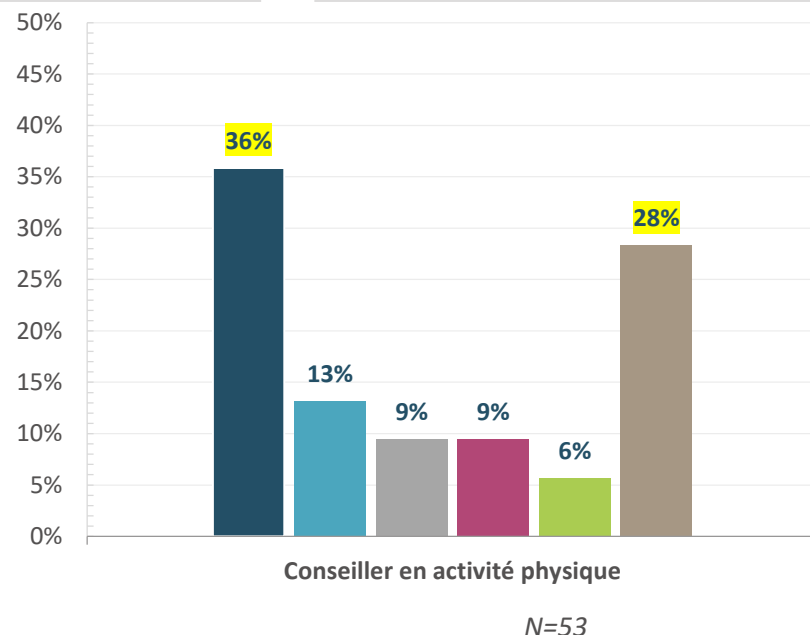
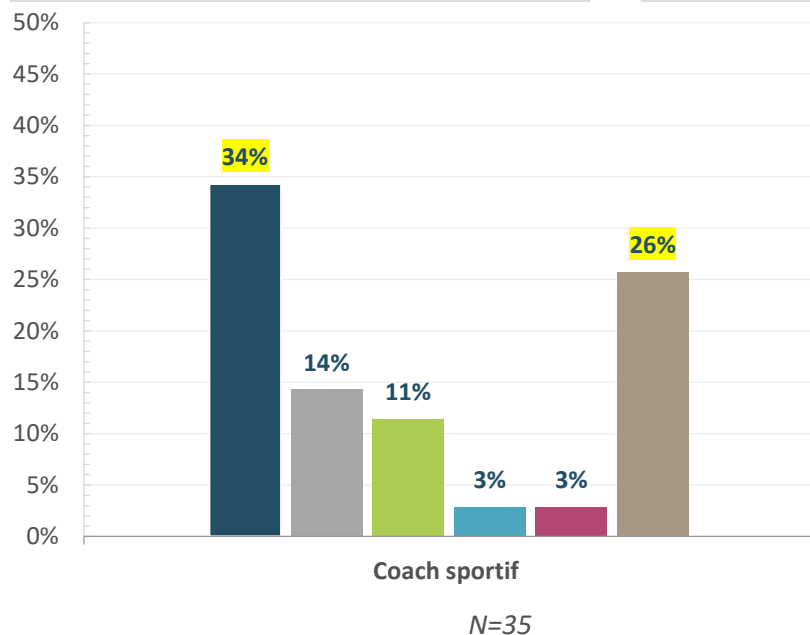


Légende



La mise en contact avec un coach sportif ou un conseiller en activité physique a été faite par l'hématologue ou le malade lui-même

Qui vous a mis en contact avec ce ou ces intervenant(s) ou vous a conseillé de les voir ?

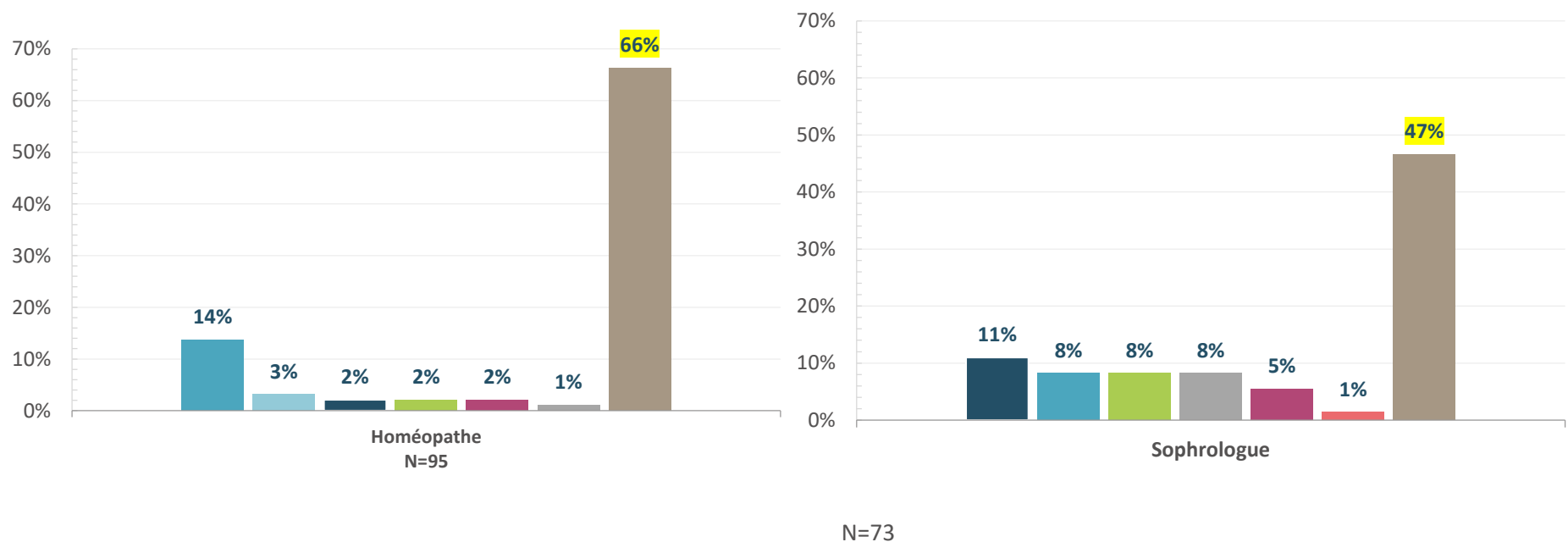


Légende



Homéopathe et sophrologue en revanche contactés par le malade directement

Qui vous a mis en contact avec ce ou ces intervenant(s) ou vous a conseillé de les voir ?



Légende

- Mon hématologue
- Mon médecin traitant
- Infirmier à l'hôpital
- Infirmier en ville
- Personnel paramédical (kiné, psychologue,...)
- Assistante sociale
- Association de patients
- Des patients
- Personne – je l'ai contacté par moi-même

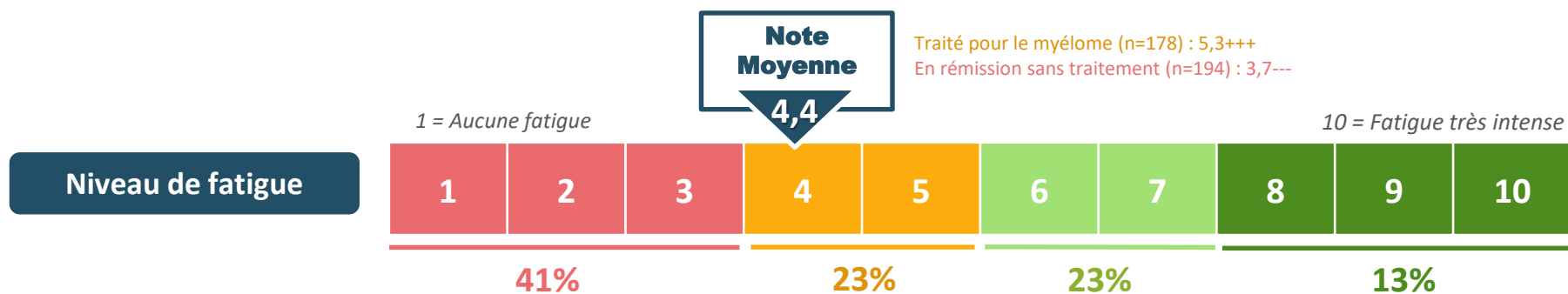
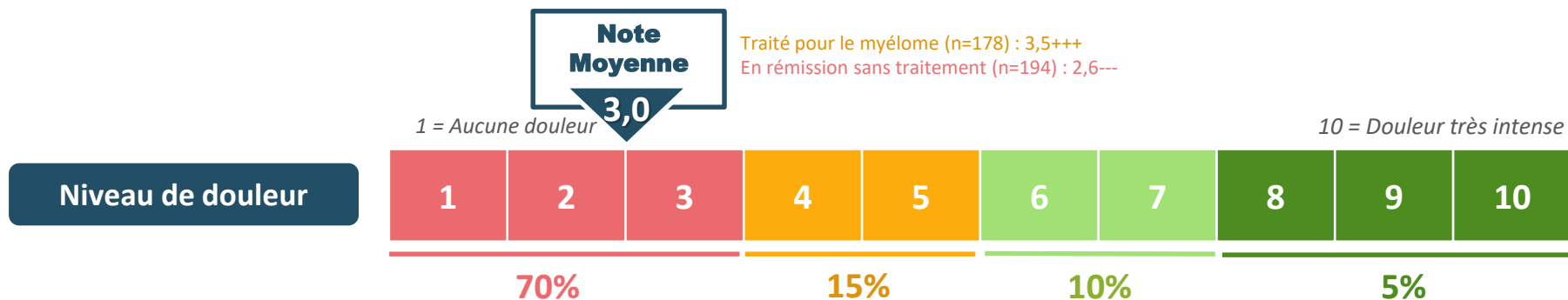


III - ANALYSE

D. Impact de la
maladie sur le
quotidien des
malades

Des douleurs jugées pas ou peu intenses pour 70% des répondants. 41% déclarent pas ou peu de fatigue ressentie

Base 473



Un malade sur deux présente une perte de masse musculaire, près d'un quart une perte de goût ou de poids, un sur six une perte d'appétit

Base 473

Problèmes présentés dans le cadre du myélome

Perte de masse musculaire

53%

47%

Perte de goût

23%

77%

Perte de poids

22%

78%

Perte d'appétit

15%

85%

■ OUI ■ NON



III - ANALYSE

E. Profil général
en termes
d'activité
physique et
nutrition

Sur 473 répondants à l'enquête

386 déclarent pratiquer une activité physique soit 81%

30% J'ai toujours pratiqué une activité physique régulière (au moins une fois par semaine) et je continue actuellement

29% J'ai toujours pratiqué une activité physique (marcher, jardiner ...) mais sans aller jusqu'à faire du sport régulièrement, et je continue actuellement

18% Depuis le diagnostic du myélome, j'ai arrêté certaines formes d'activité physique que j'ai remplacées par d'autres

3% Je n'ai commencé à pratiquer une activité physique que depuis que j'ai lu que c'était bénéfique (après diagnostic du myélome multiple)

1% Je n'ai commencé à pratiquer une activité physique que depuis qu'elle m'a été conseillée dans le cadre de ma maladie

4% Depuis le diagnostic du myélome, j'ai arrêté toute activité physique et sportive

414 déclarent faire attention à leur alimentation soit 88%

52% Je fais attention à mon alimentation mais il m'arrive de faire des écarts

28% J'ai toujours fait très attention à mon alimentation / à avoir une alimentation équilibrée

8% J'ai commencé à faire attention à mon alimentation depuis le diagnostic du myélome

239 déclarent avoir modifié leur alimentation soit 50 %

38% Depuis la mise sous traitement

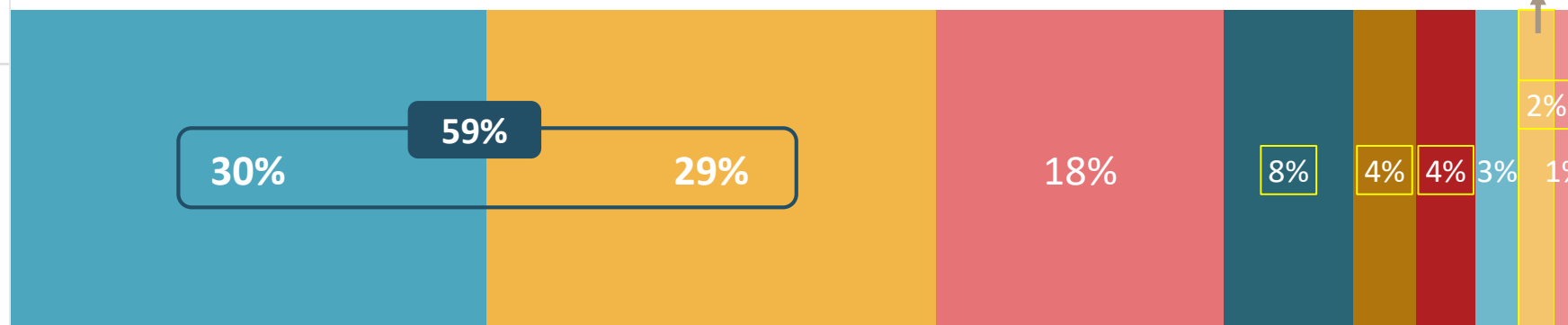
33% Depuis l'annonce du myélome

28% Depuis la rémission

Attitude face à la pratique d'une activité physique

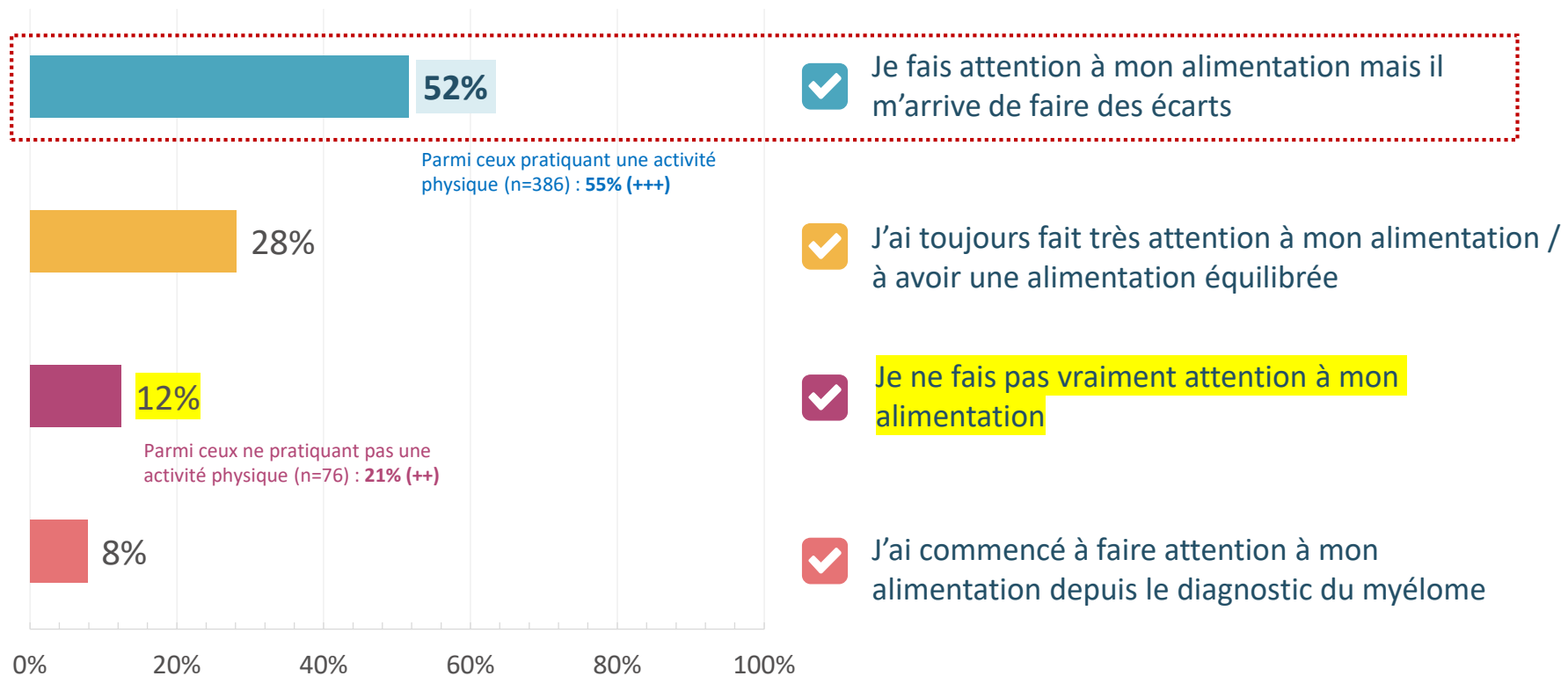
En rémission sans traitement (n=194) : 37%+++

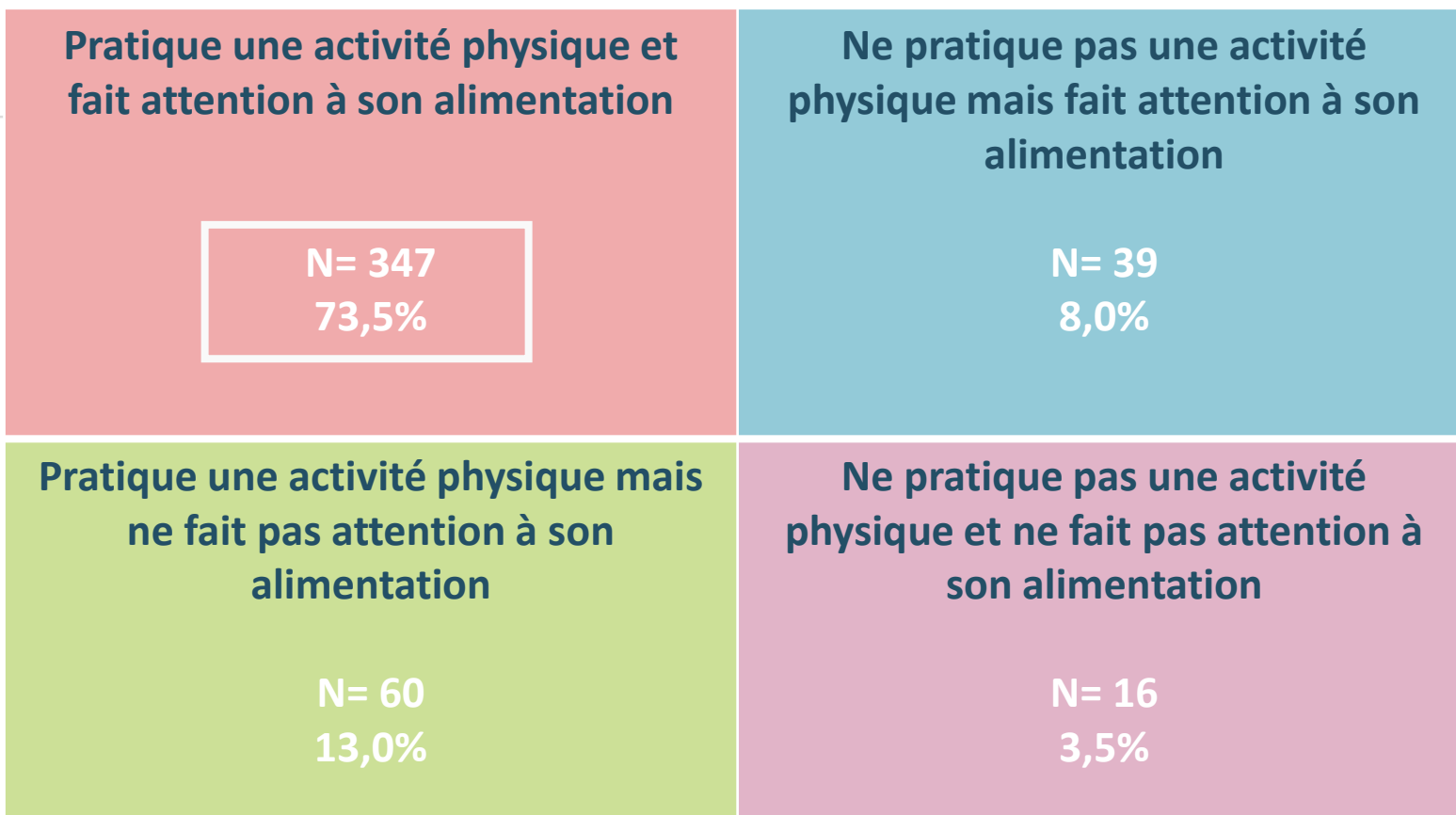
Traité pour le myélome (n=178) : 5%++



- J'ai toujours pratiqué une activité physique régulière (au moins une fois par semaine) et je continue actuellement
- J'ai toujours pratiqué une activité physique (marcher, jardiner ...) mais sans aller jusqu'à faire du sport régulièrement, et je continue actuellement
- Depuis le diagnostic du myélome, j'ai arrêté certaines formes d'activité physique que j'ai remplacées par d'autres
- Je suis dans l'incapacité de pratiquer une activité physique en raison de mon état de santé actuel (fatigue intense, douleurs ...)
- Depuis le diagnostic du myélome, j'ai arrêté toute activité physique et sportive
- Je n'ai jamais pratiqué d'activité physique/sportive
- Je n'ai commencé à pratiquer une activité physique que depuis que j'ai lu que c'était bénéfique (après diagnostic du myélome multiple)
- Je présente un handicap qui ne me permet pas de pratiquer une activité physique
- Je n'ai commencé à pratiquer une activité physique que depuis qu'elle m'a été conseillée dans le cadre de ma maladie

Attitude face à quelques habitudes alimentaires





(*2% : Je présente un handicap qui ne me permet pas de pratiquer une activité physique)



III - ANALYSE

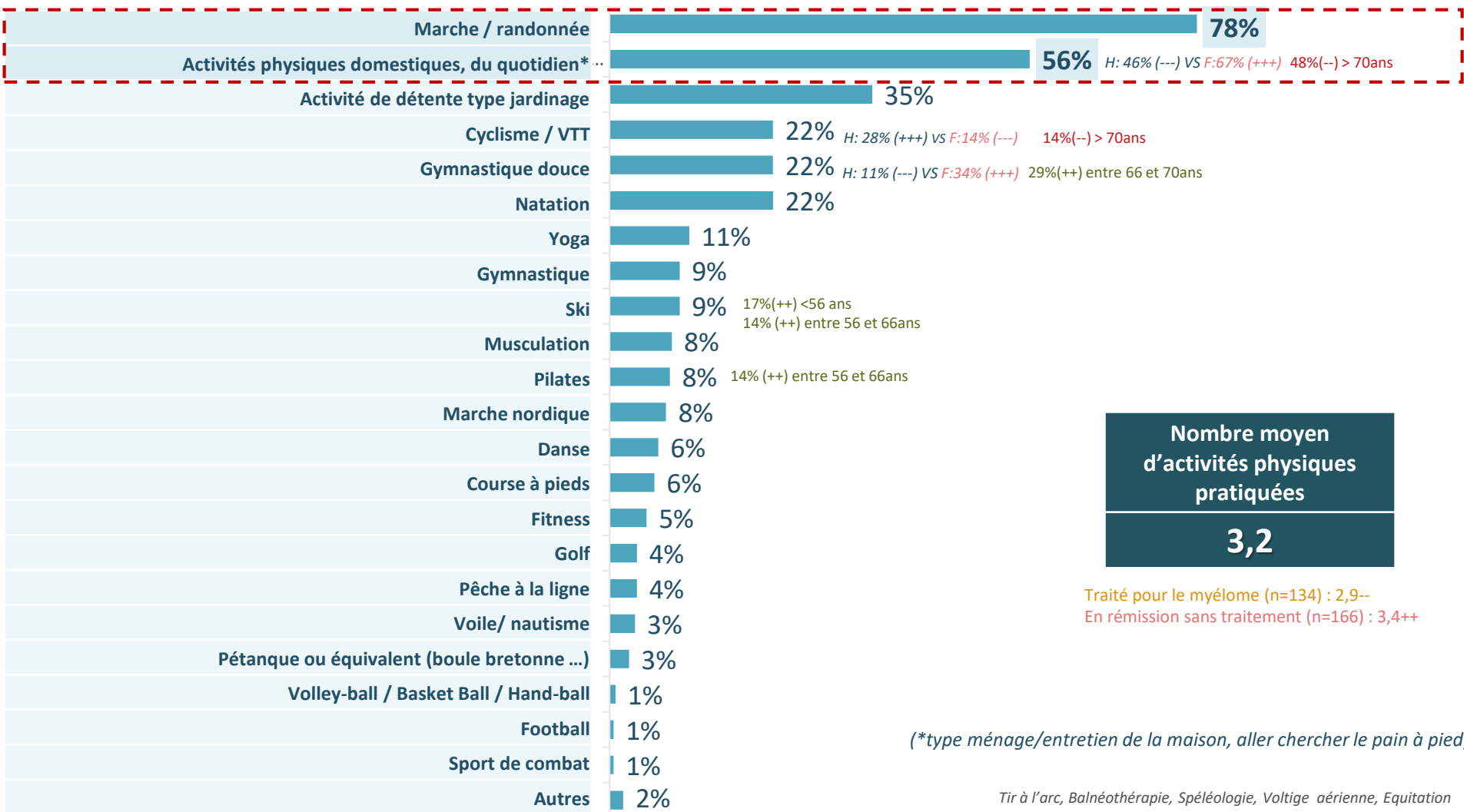
F. L'activité physique

1

Focus sur les malades pratiquant une activité physique (base 386)

La marche/randonnée en tête des activités pratiquées régulièrement ou occasionnellement. Puis les activités physiques domestiques, du quotidien

Base 386

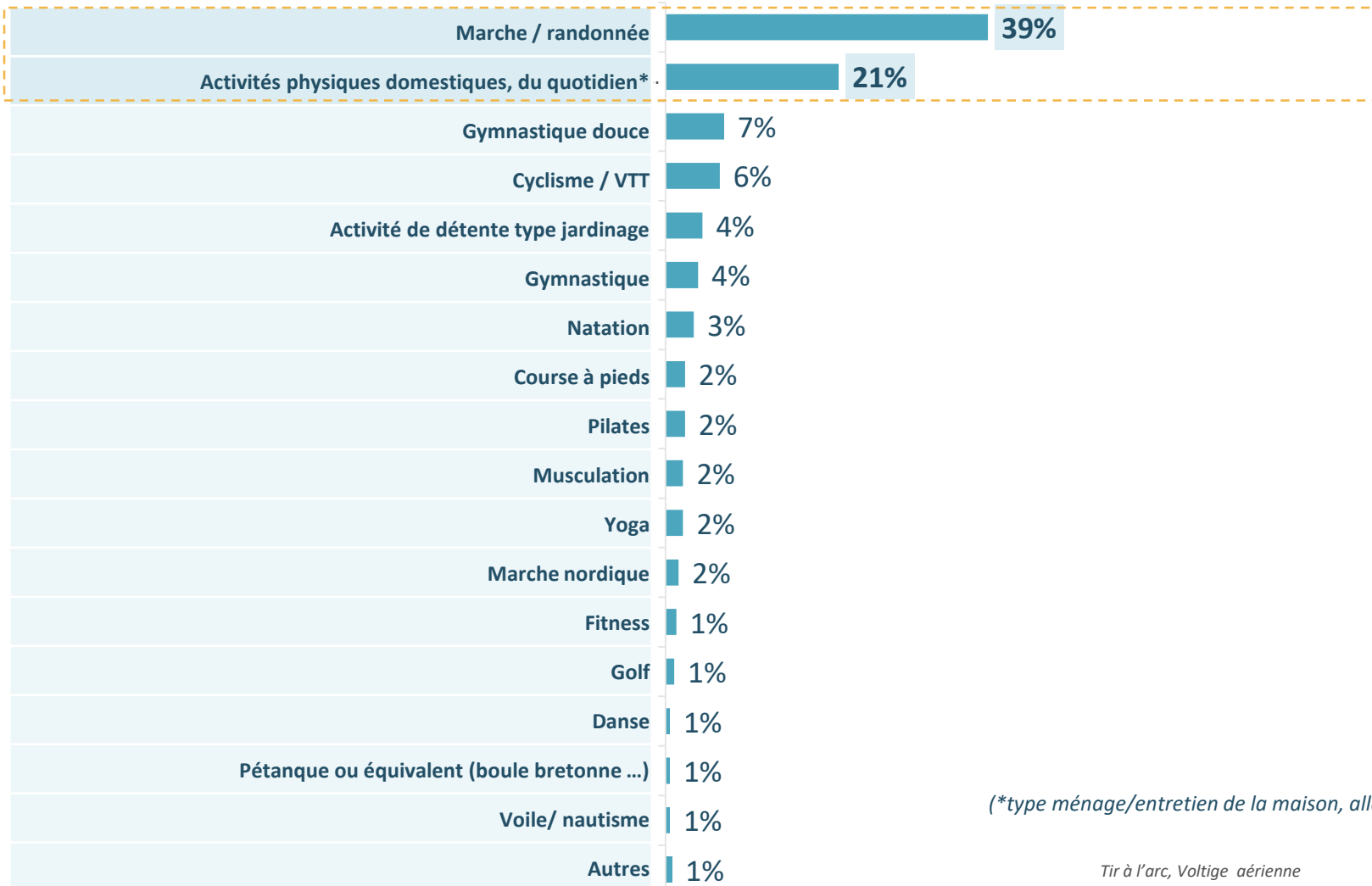


Tir à l'arc, Balnéothérapie, Spéléologie, Voltige aérienne, Equitation

La marche/randonnée est pratiquée le plus régulièrement ; suivie des activités domestiques

Base 386

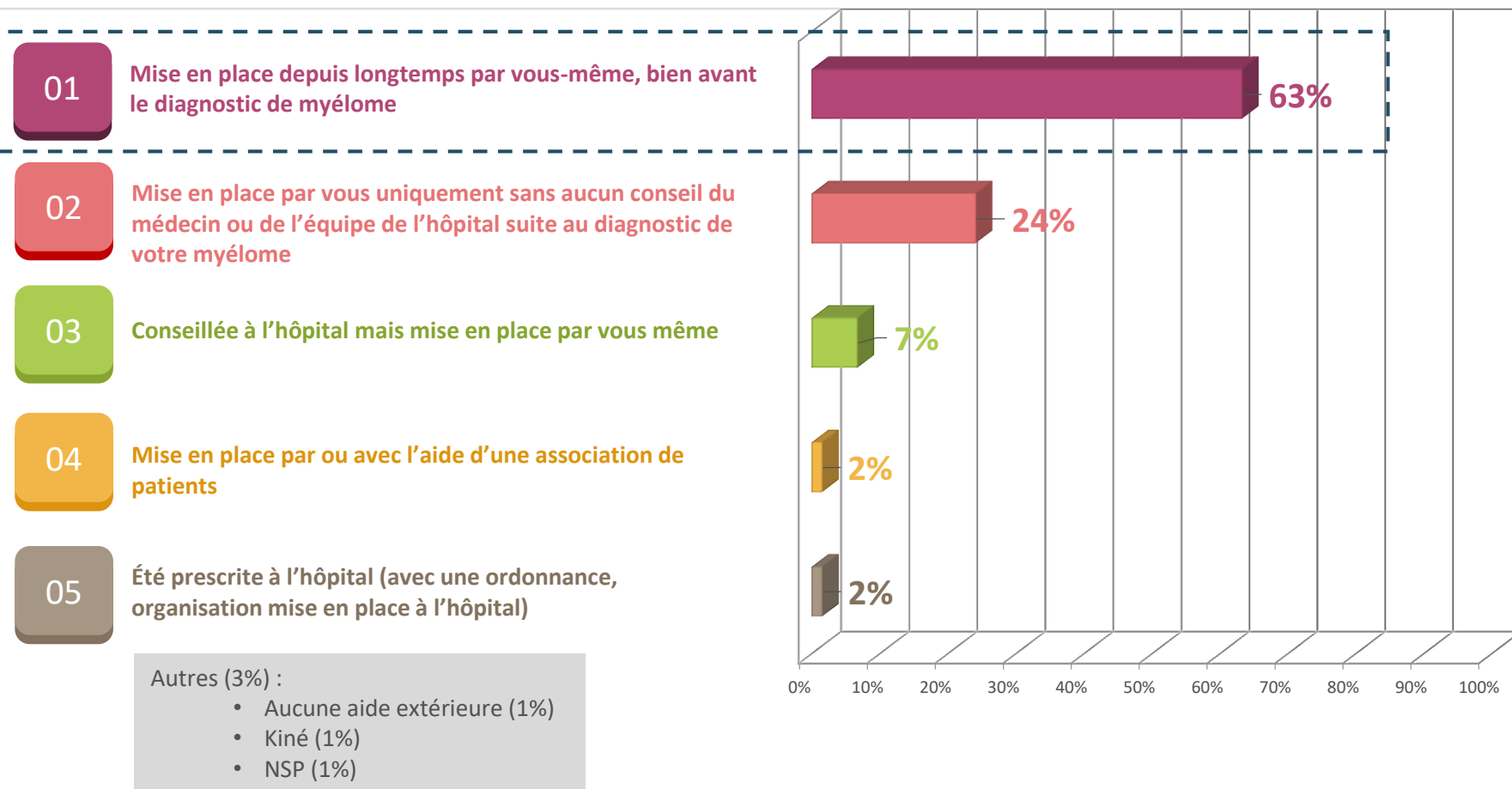
Activité physique pratiquée le plus régulièrement



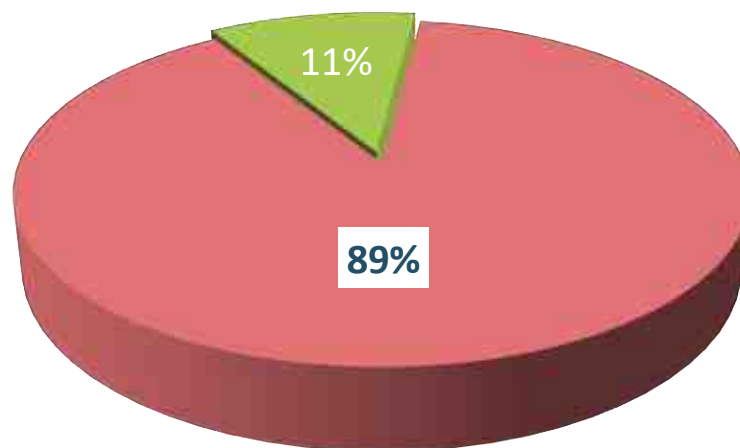
(*type ménage/entretien de la maison, aller chercher le pain à pied)

Tir à l'arc, Voltige aérienne

Cette activité physique a-t-elle été... ?



Bilan d'évaluation pour déterminer un accompagnement en matière d'activité physique ?

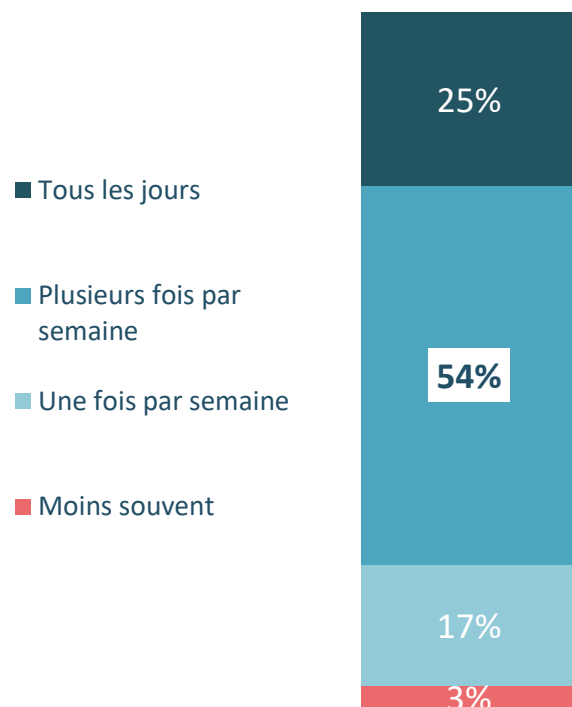


■ OUI ■ NON

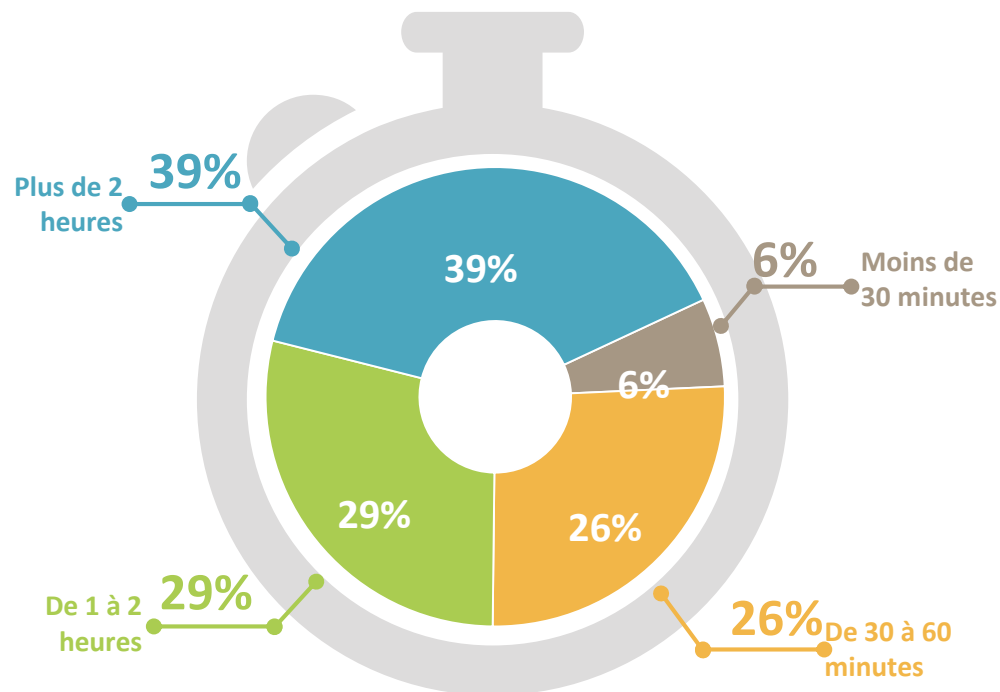
Une pratique très régulière (plusieurs fois par semaine pour 54%) et de plus d'une heure par semaine pour 68% des répondants

Base 386

Fréquence de pratique de l'activité physique

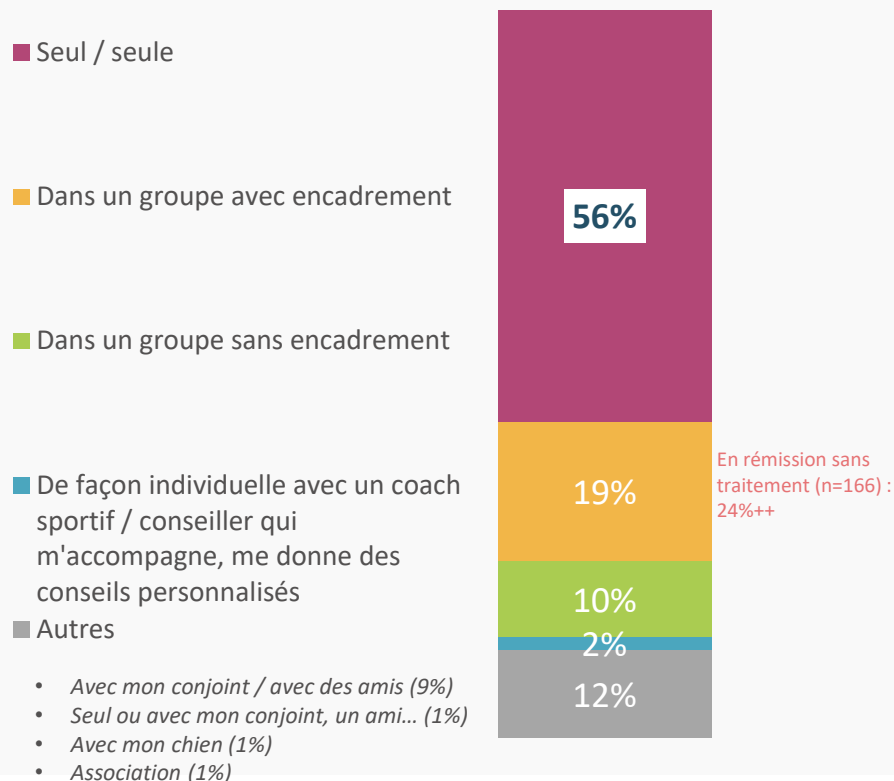


Temps consacré à l'activité physique en moyenne par semaine

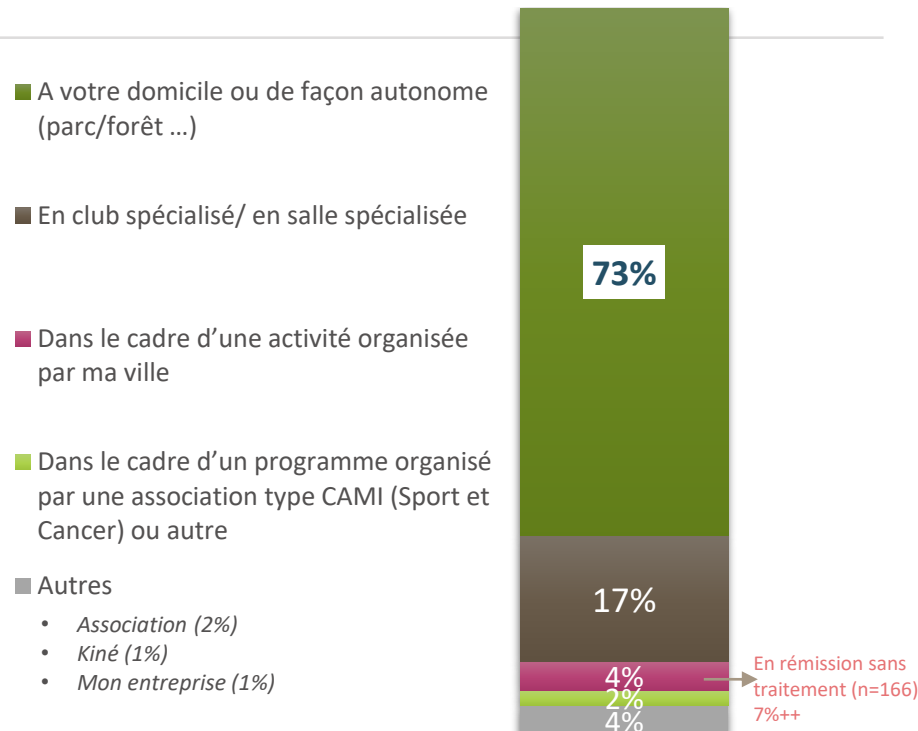


Contexte et cadre dans lequel est pratiquée l'activité physique

Dans quel contexte ?



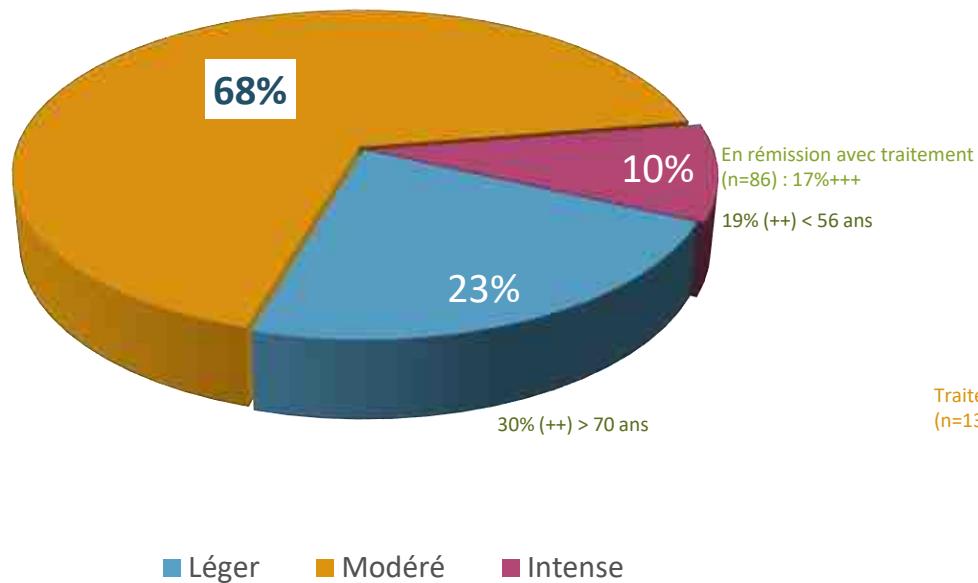
Dans quel cadre ?



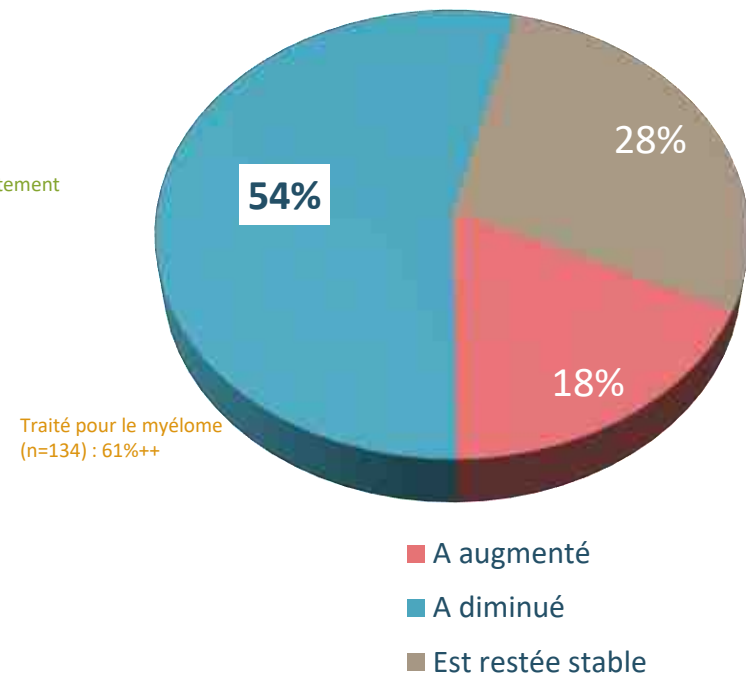
Une activité physique d'intensité modérée pour 68% des répondants, et une fréquence qui a diminué avec le myélome (54%)

Base 386

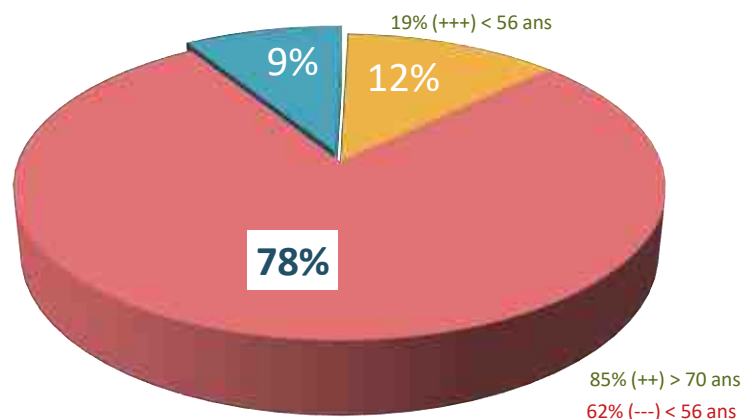
Degré d'intensité de l'activité physique



Fréquence de l'activité physique avec le myélome multiple

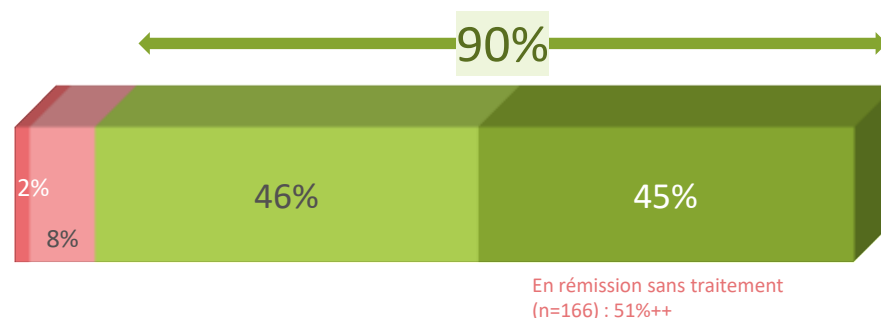


Encadrement de l'activité physique



- Est bien encadrée, par des professionnels compétents sur le plan sportif et qui connaissent bien les besoins des malades
- Est bien encadrée, par des professionnels compétents sur le plan sportif mais qui ne connaissent pas bien les besoins des malades
- N'est pas encadrée par des professionnels

Niveau de satisfaction vis-à-vis de l'activité physique pratiquée

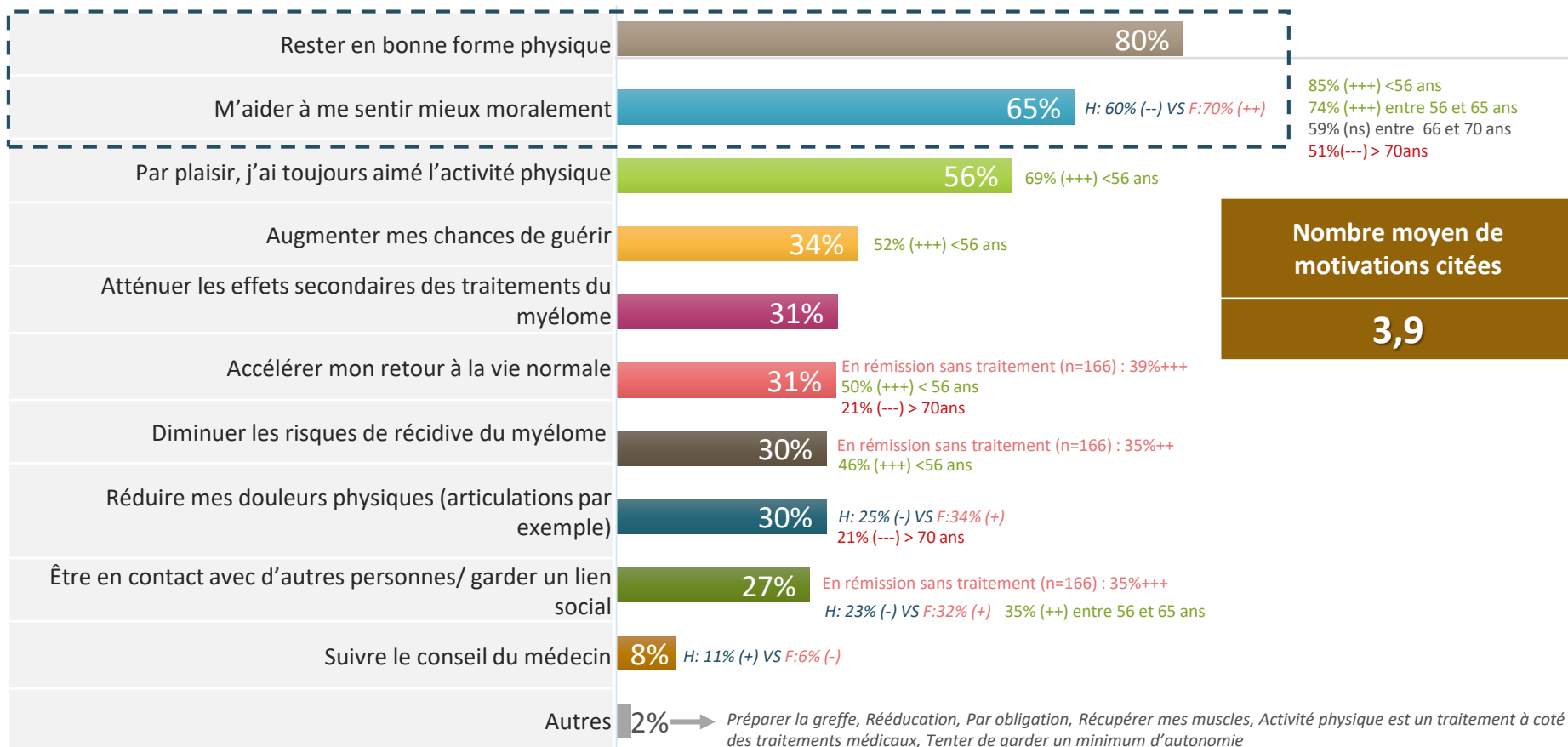


- Répond mal à vos attentes
- Répond plutôt mal à vos attentes
- Répond plutôt bien à vos attentes
- Répond bien à vos attentes

Plusieurs motivations à pratiquer une activité physique, parmi les principales : rester en forme, se sentir mieux moralement

Base 386

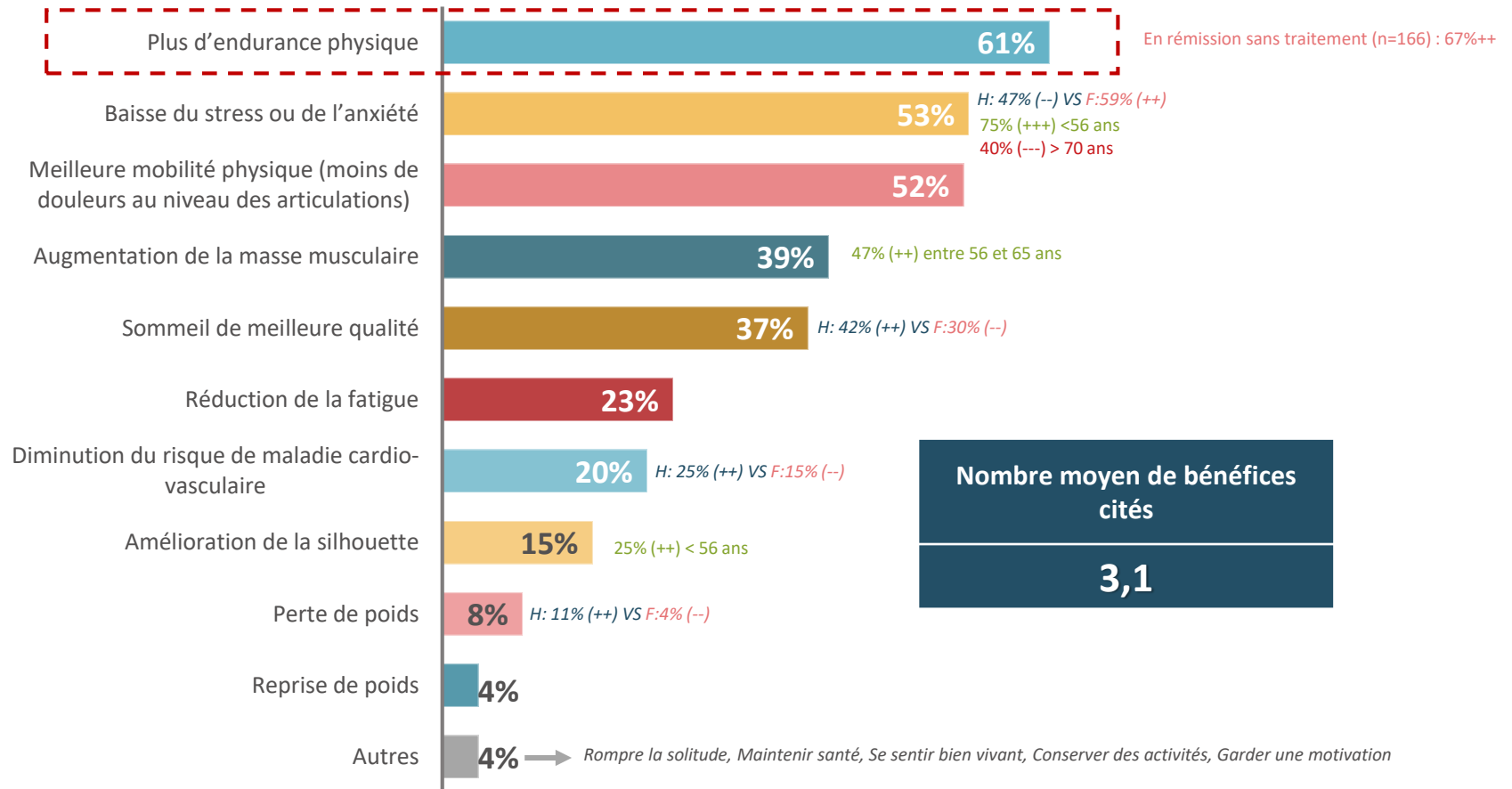
Motivations à pratiquer l'activité physique



L'endurance physique est le principal bénéfice évoqué devant la baisse du stress et une meilleure mobilité physique

Base 386

Bénéfices / bienfaits de l'activité physique



Corrélation motivations/bénéfices de l'activité physique

Quelles sont ou ont été vos motivations à pratiquer cette activité physique ? (Top 2)		Que vous apporte la pratique d'une activité physique en termes de bénéfices/bienfaits ?									
		Plus d'endurance physique	Baisse du stress ou de l'anxiété	Meilleure mobilité physique (moins de douleurs au niveau des articulations)	Augmentation de la masse musculaire	Sommeil de meilleure qualité	Réduction de la fatigue	Diminution du risque de maladie cardio-vasculaire	Amélioration de la silhouette	Perte de poids	Reprise de poids
	TOTAL	61%	53%	52%	39%	37%	23%	20%	15%	8%	4%
Rester en bonne forme physique	80%	93% (+++)	83%	84% (++)	87%(+++)	91% (+++)	88% (++)	89%(++)	91%(++)	84%	86%
M'aider à me sentir mieux moralement	65%	70% (+++)	85%(+++)	68%	73%(+++)	79%(+++)	80%(+++)	71%	79%(++)	71%	86%

Un impact non négligeable de l'activité physique sur la perception du niveau de douleurs et la fatigue

Base 473

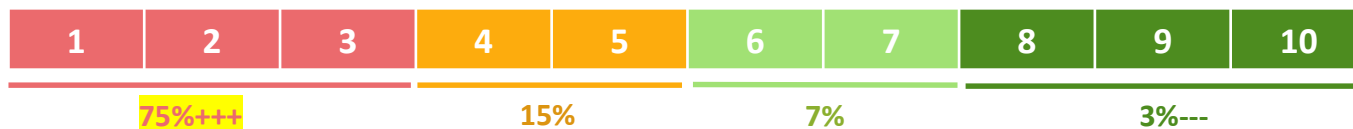
Niveau de douleur

Pratiquant une activité physique (n=386)

Note moyenne : 2,7---

1 = Aucune douleur

10 = Douleur très intense

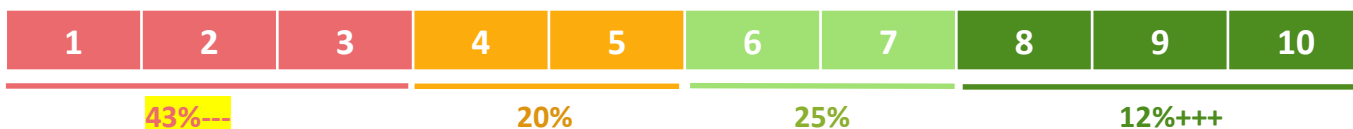


Ne pratiquant pas d'activité physique (n=76)

Note moyenne : 4,3+++

1 = Aucune douleur

10 = Douleur très intense



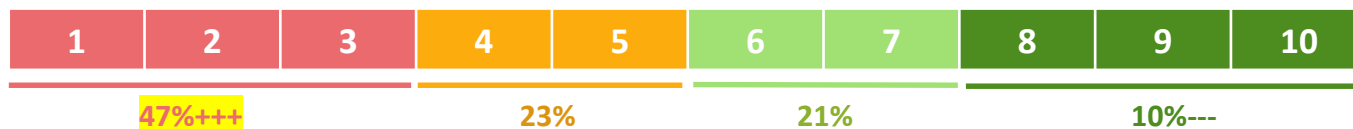
Niveau de fatigue

Pratiquant une activité physique (n=386)

Note moyenne : 4,1---

1 = Aucune fatigue

10 = Fatigue très intense

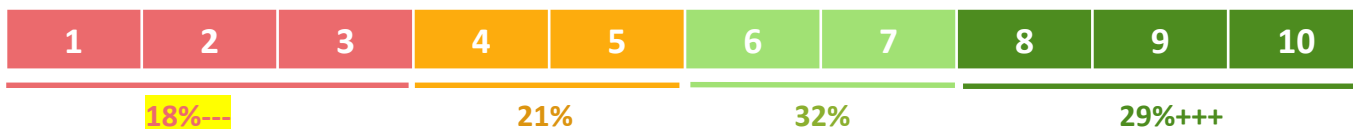


Ne pratiquant pas d'activité physique (n=76)

Note moyenne : 5,9+++

1 = Aucune fatigue

10 = Fatigue très intense



Un impact non négligeable de l'activité physique sur la perte de masse musculaire et la perte de goût, poids et appétit

Base 473

Présentation des problèmes ci-dessous ?

Perte de masse musculaire



Perte de goût



Perte de poids

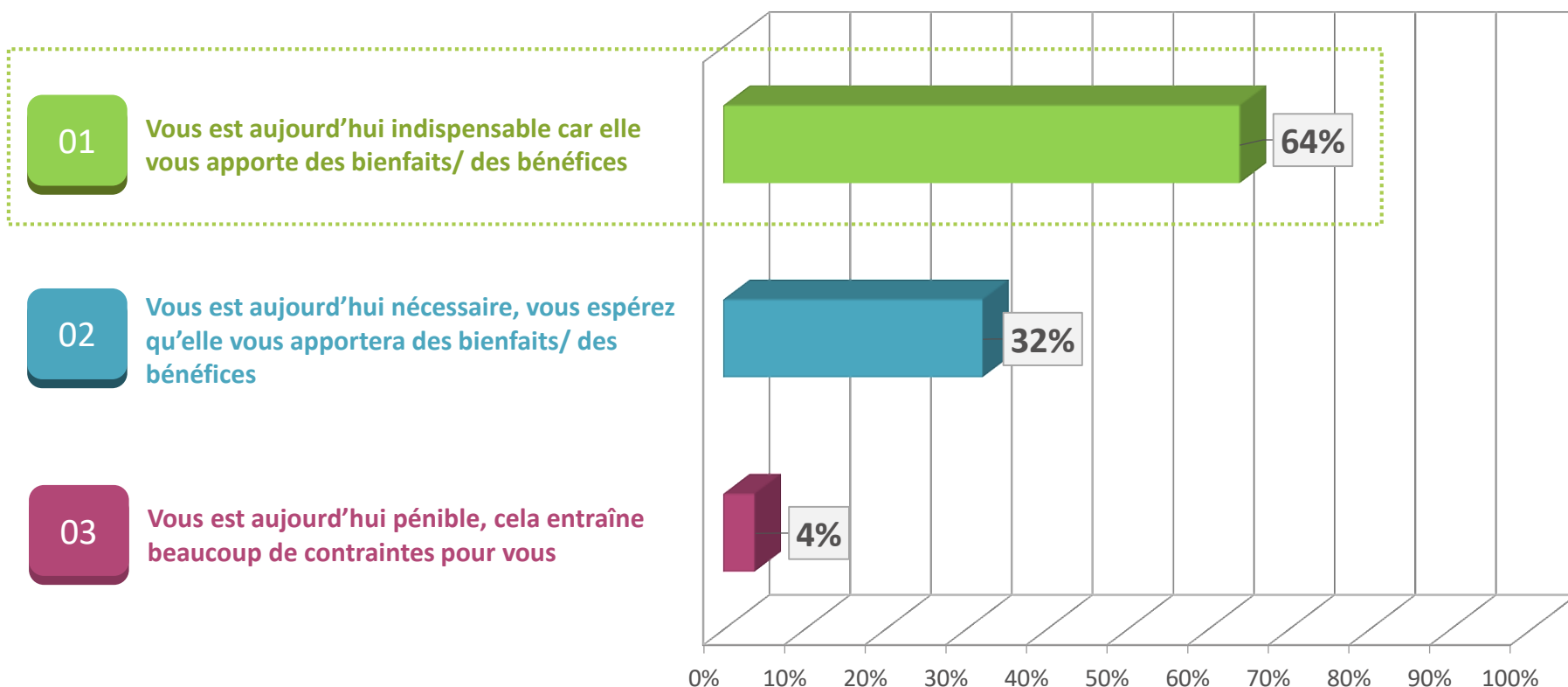


Perte d'appétit



■ OUI ■ NON

Au final, vous diriez que cette activité physique...



2

Focus sur les malades ne pratiquant
aucune activité physique (base 76)

Les principales raisons évoquées sont médicales, notamment la fatigue, les douleurs ou essoufflements liés à la maladie

Base 76

Raisons de non pratique d'une activité physique

Raisons médicales	88%
Fatigue liée à la maladie/aux traitements	63%
Essoufflements, gêne respiratoire	49%
Douleurs type douleurs articulaires, arthrosiques	43%
Crainte que cela ne soit pas compatible avec ma maladie : peur de tomber, fractures...	34%
Difficultés à me déplacer / mobilité réduite	25%
Autres types de douleurs	21%
Fréquents séjours à l'hôpital	5%
Contre-indications médicales (médecin me l'a déconseillé)	5%
Mon médecin est réticent à ce que je pratique une activité physique	5%

Raisons personnelles	50%
Manque de courage, d'enthousiasme	30%
Personne pour m'accompagner / pas envie d'y aller seule /seul	22%
Je n'ai jamais aimé le sport	12%
Manque de temps	5%
Obligations familiales (je dois m'occuper de mon conjoint/ mes parents / petits-enfants ...)	5%

Raisons logistiques / d'organisation	24%
Eloignement des structures de sport/ trop loin de chez moi	9%
Je ne suis pas véhiculé(e) / personne pour m'y conduire	3%

Raisons financières	
Coûte trop cher / je n'ai pas les moyens financiers	12%

Manque d'information	
Je ne savais pas qu'il était conseillé de pratiquer une activité physique	12%

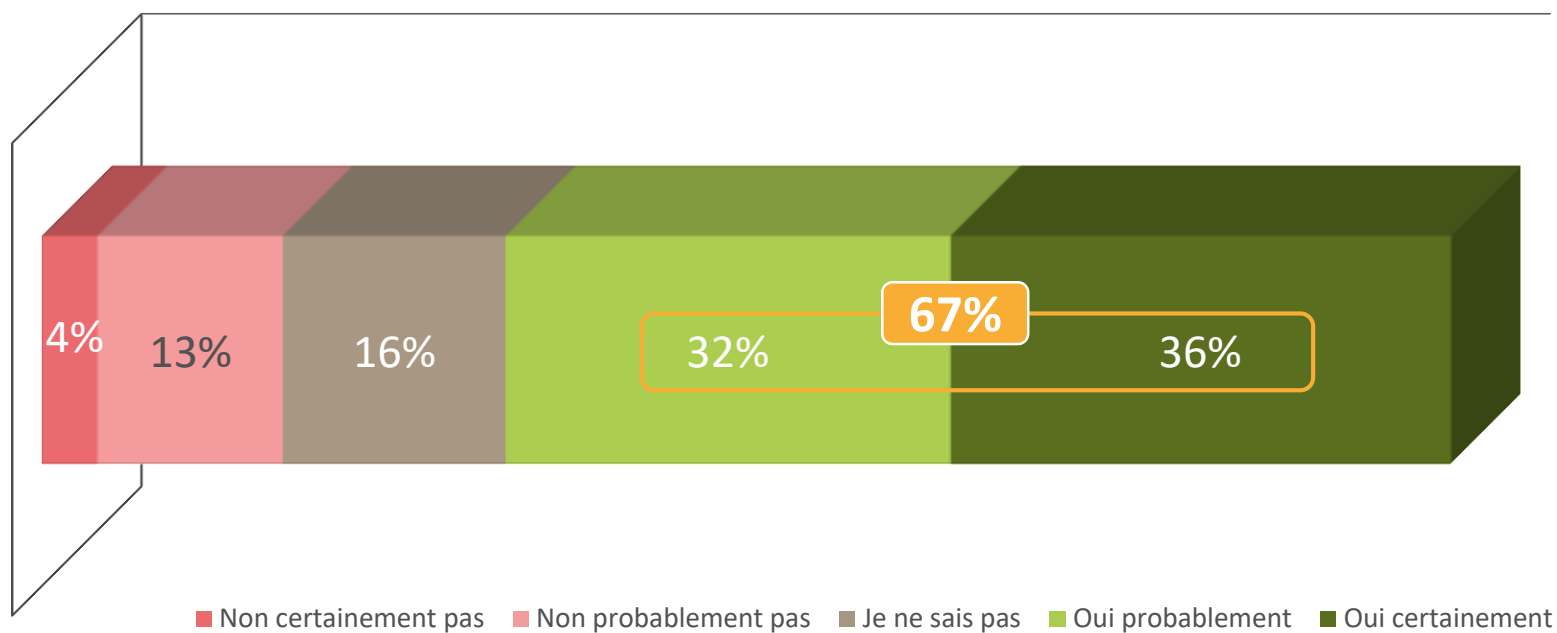
Nombre moyen de
raisons citées

3,6

Près de 7 malades sur 10 envisagent la pratique d'une activité physique à l'avenir, dont un tiers de façon certaine

Base 76

Intention de pratiquer une activité physique



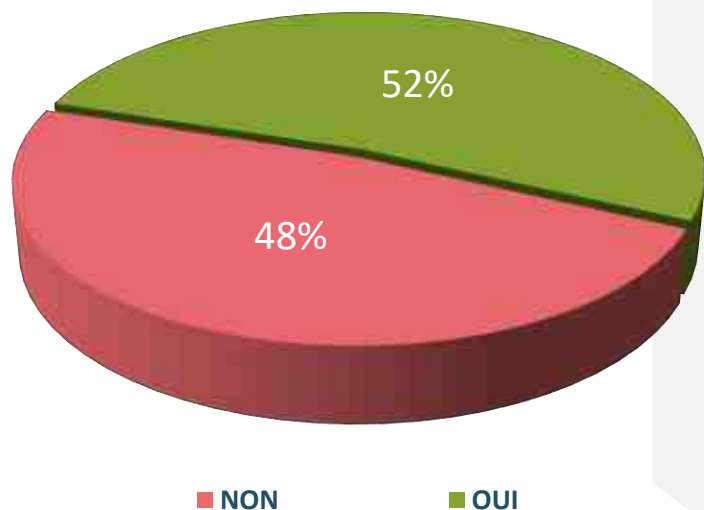
3

Opinions générales autour de l'activité physique

La moitié des malades interrogés déclarent avoir cherché à s'informer sur l'activité physique, via leur hématologue essentiellement

Base 473

Recherche d'information sur l'activité physique ?



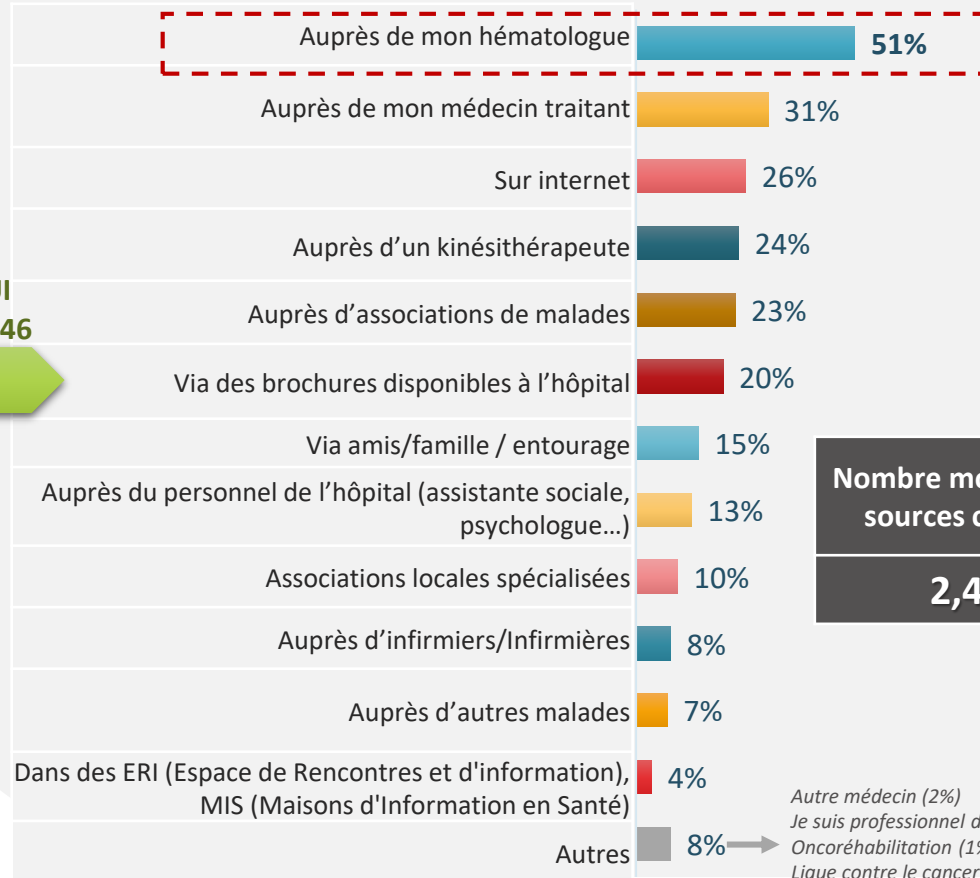
■ NON

■ OUI

Note : Pas de différence significative entre les 2 profils

Vecteurs d'information

OUI
N= 246



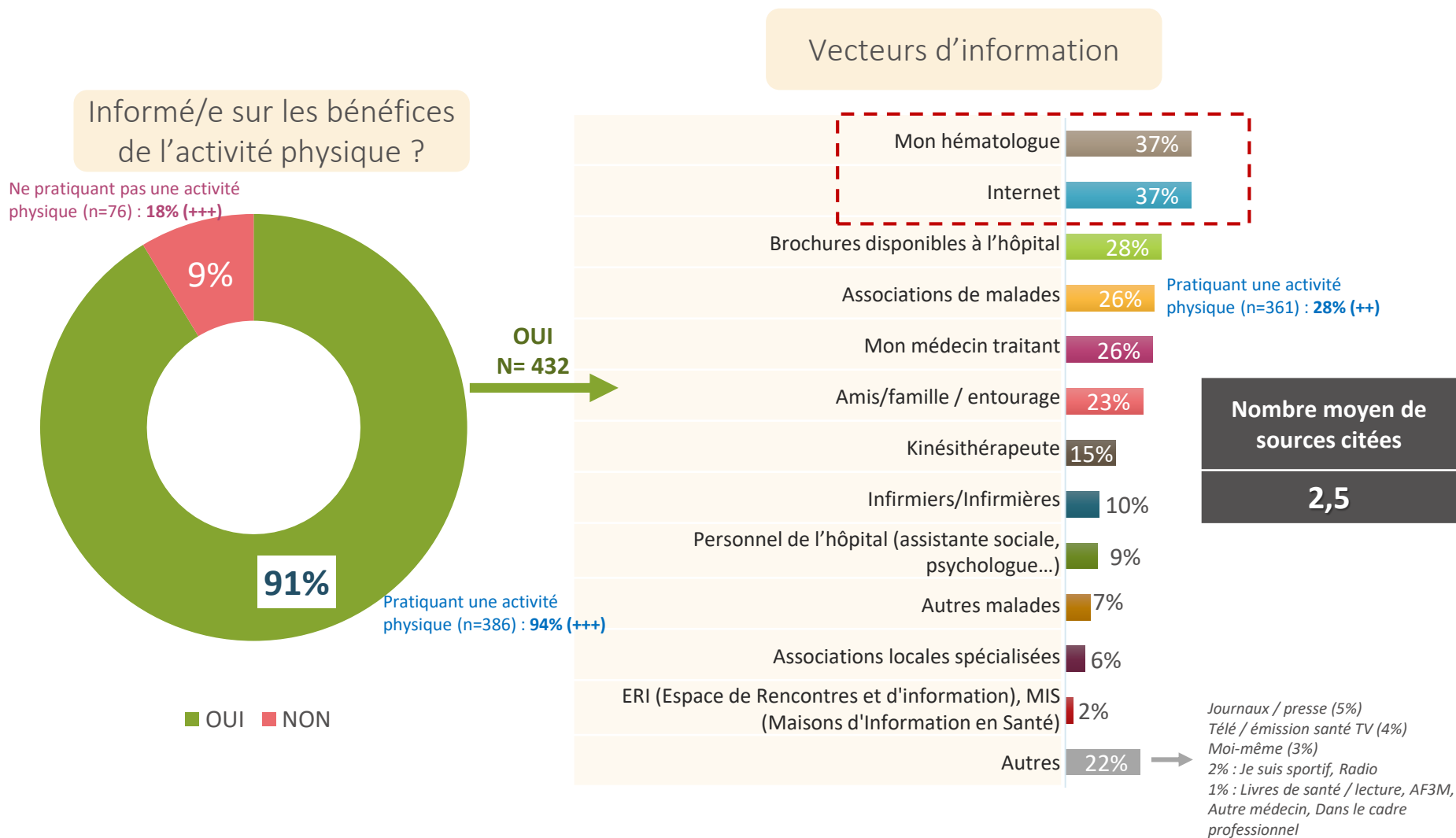
Nombre moyen de sources citées

2,4

Autre médecin (2%)
Je suis professionnel de santé (1%)
Oncoréhabilitation (1%)
Ligue contre le cancer (1%)
AF3M (1%)

Des malades globalement bien informés sur les bénéfices de l'activité physique, en particulier via leur hématologue et internet

Base 473

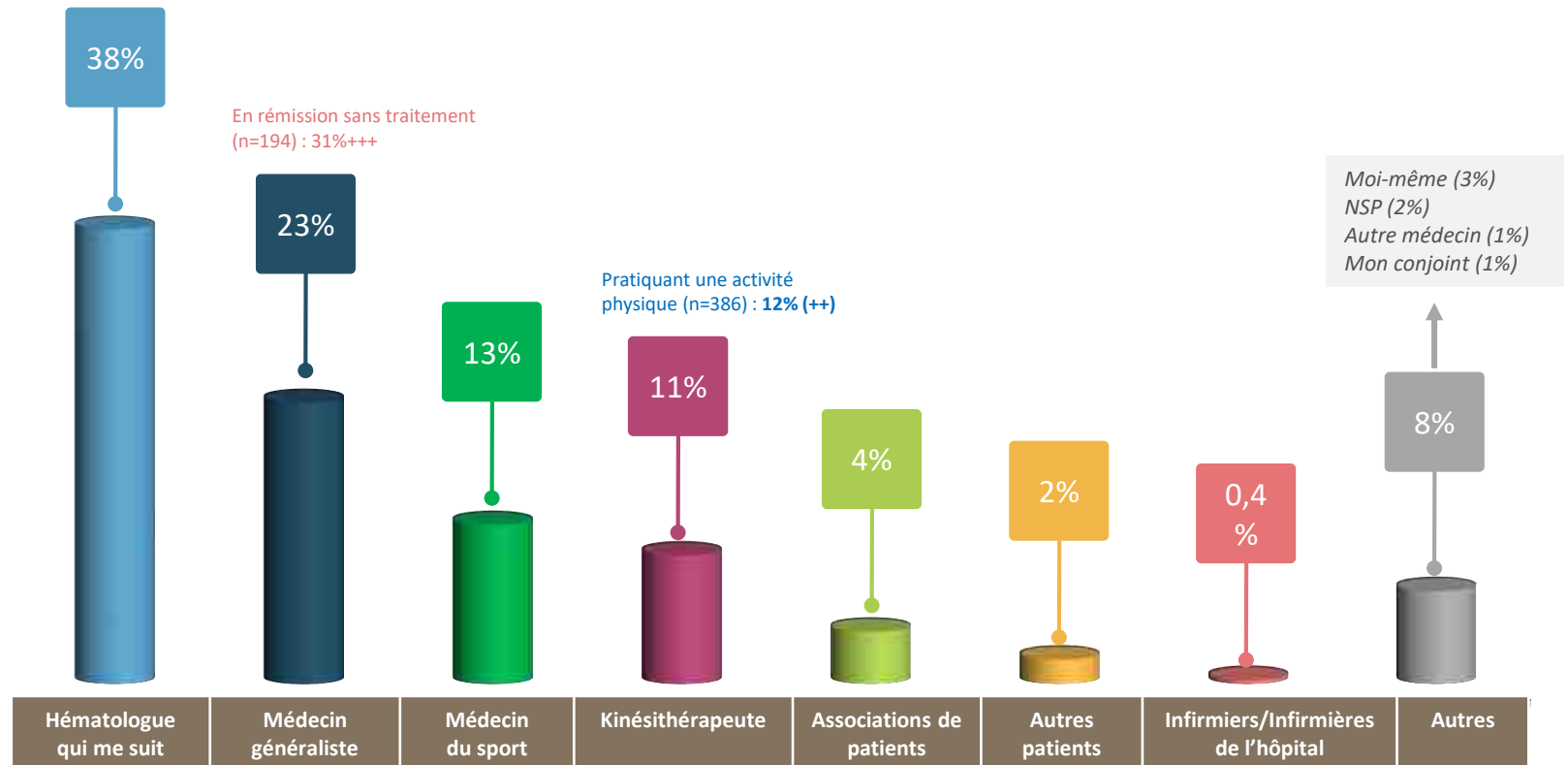


L'hématologue est le mieux placé pour conseiller une activité physique, puis le médecin traitant (en particulier pour les malades en rémission sans traitement)

Base 473

Intervenant le mieux placé pour conseiller une activité physique

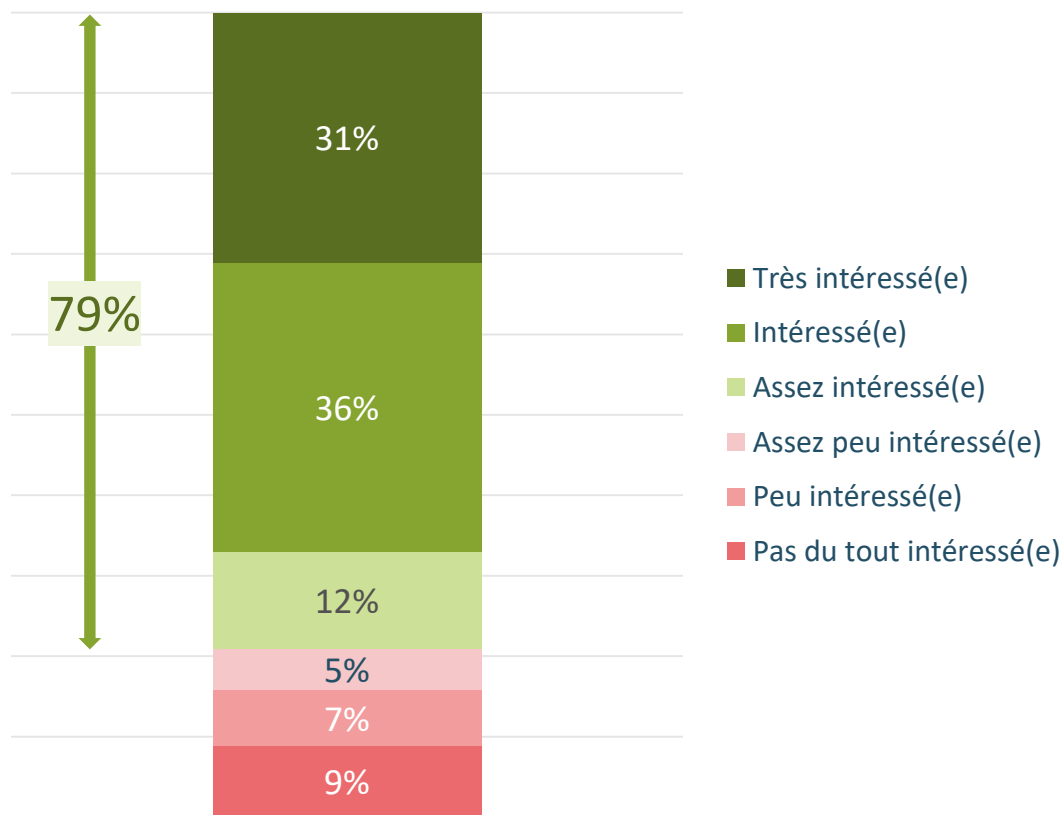
Ne pratiquant pas une activité physique (n=76) : 51% (+++)



Près de 8 malades sur 10 se disent intéressés pour recevoir de l'information sur l'activité physique, dont un tiers très intéressés

Base 473

Intérêt pour l'information sur l'activité physique



Note : Pas de différence significative entre les 2 profils

L'information autour des activités les plus adaptées à la maladie est privilégiée

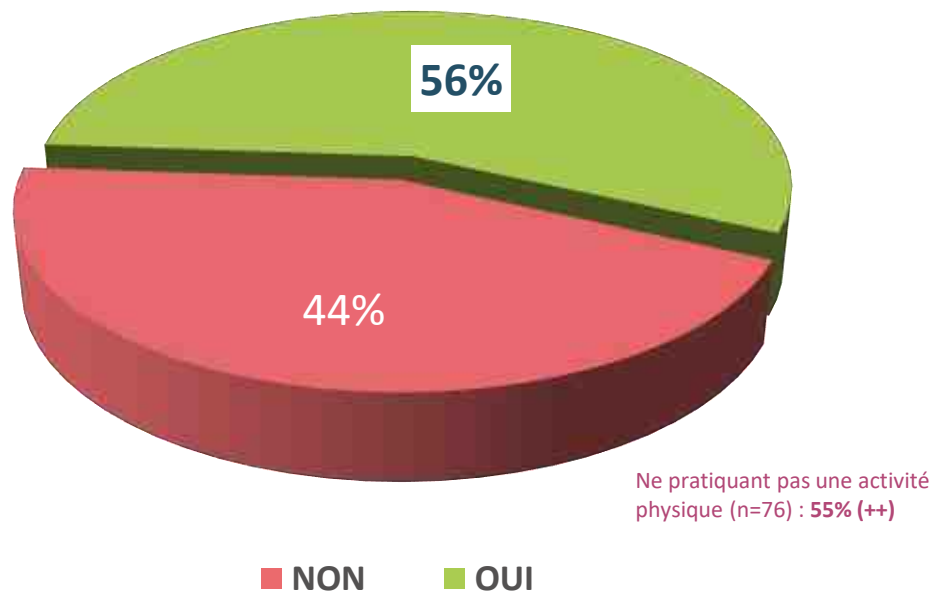
Malades se disant peu à très intéressés pour recevoir de l'information sur l'activité physique
N=431

Activités, exercices recommandés / les plus adaptées à la maladie	54%
Ce qui est conseillé / ce qui est préconisé / les sports ou activités à privilégier	38%
Activités compatibles avec la fragilité osseuse (sans risquer d'autres fractures)	8%
Exercices à faire pour le maintien musculaire	2%
Quel sport est le mieux adapté avec un très grand essoufflement	1%
Quelles activités je peux faire chez moi	1%
Activité qui pourrait me donner plus d'endurance	1%
Modalités, cadre de la pratique physique et sportive	19%
Fréquence des activités	5%
Lieux où pratiquer une activité physique adaptée / Type de structure le proposant	5%
Activité à proximité du domicile	5%
Intensité des activités	3%
Avec quel professionnel	3%
Durée autorisée	2%
Quelle activité physique pratiquer en cas de fatigue	2%
Comment mieux supporter les neuropathies via l'activité physique	1%
Comment lutter contre la douleur	1%
Quand pratiquer	1%

Activités déconseillées / contre-indiquées / Risques	16%
Ce que je dois éviter de faire	13%
Quelles sont les limites à ne pas dépasser? / informations sur les précautions à prendre	2%
Risques	1%
Intérêt de pratiquer des activités physiques	11%
Bénéfices de la pratique du sport sur la maladie	7%
Efficacité de la pratique du sport sur les risques de récurrences	1%
J'aimerais savoir pourquoi il est nécessaire de pratiquer une activité physique lorsque l'on souffre d'un cancer	1%
Autres	13%
Infos sur certains sports / certaines activités	5%
Rencontres avec d'autres malades / témoignages	3%
Brochure	1%
Quels types d'APA favorables aux malades du myélome ?	1%
Savoir si les activités peuvent entrer dans la thérapie et être prises en charge	1%
Tout m'intéresse !	1%
Aucun	2%
NSP	9%

Entendu parler de « sport sur ordonnance » ?

Pratiquant une activité
physique (n=386) : 58% (++)



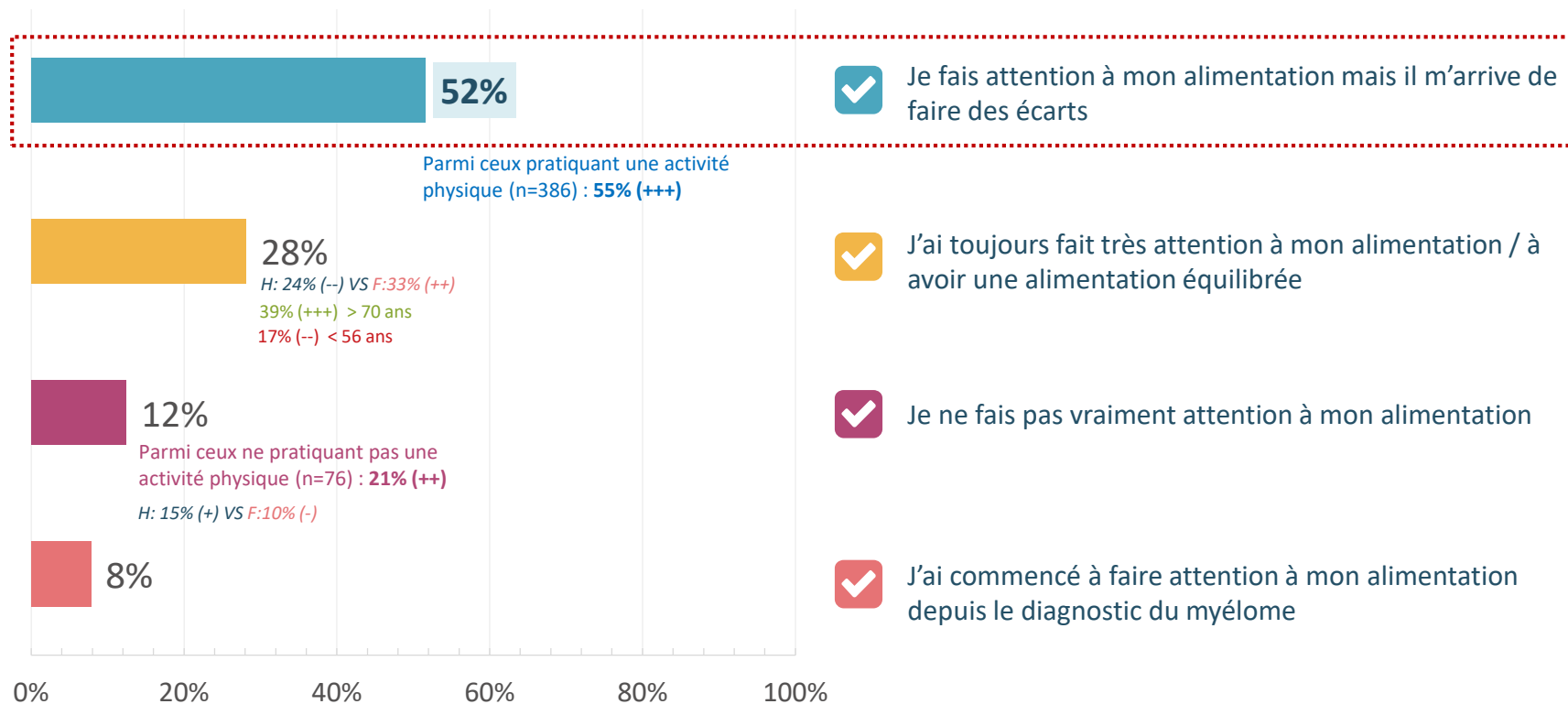
Ne pratiquant pas une activité
physique (n=76) : 55% (++)



III - ANALYSE

G. La nutrition, la diététique

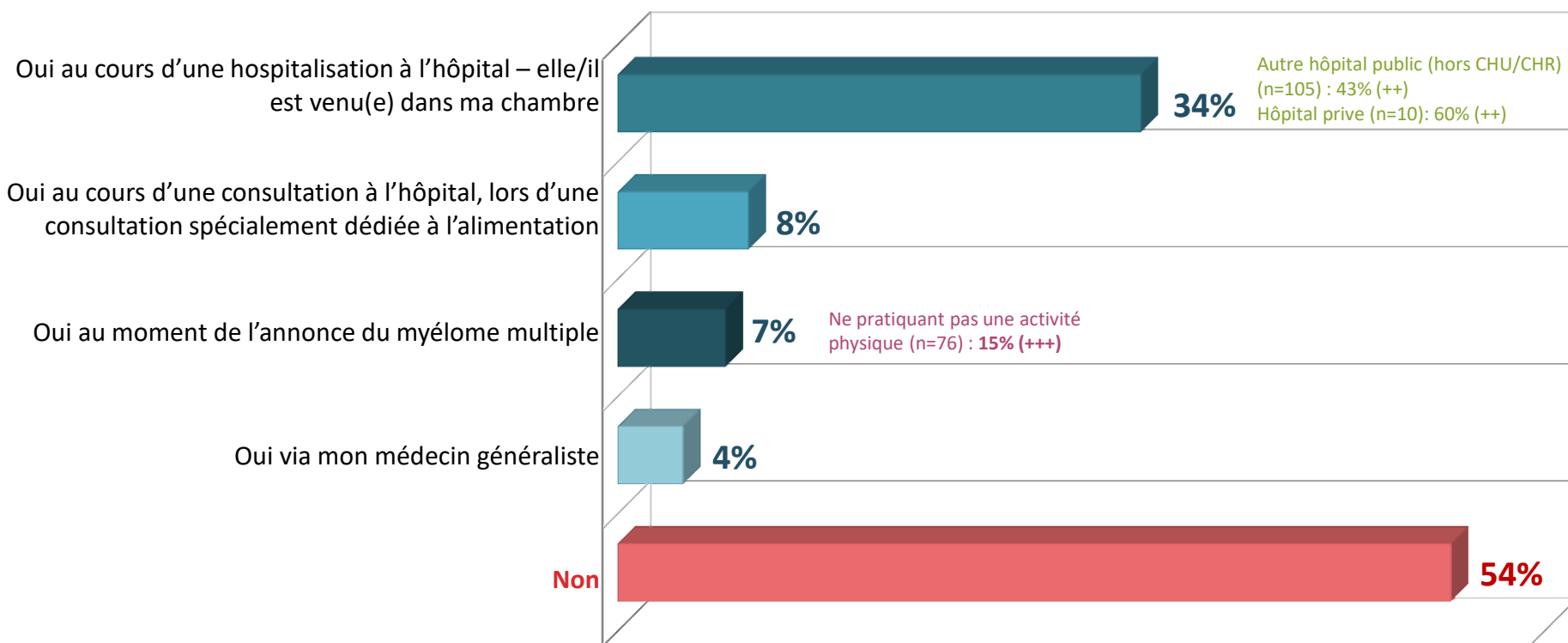
Attitudes face aux habitudes alimentaires



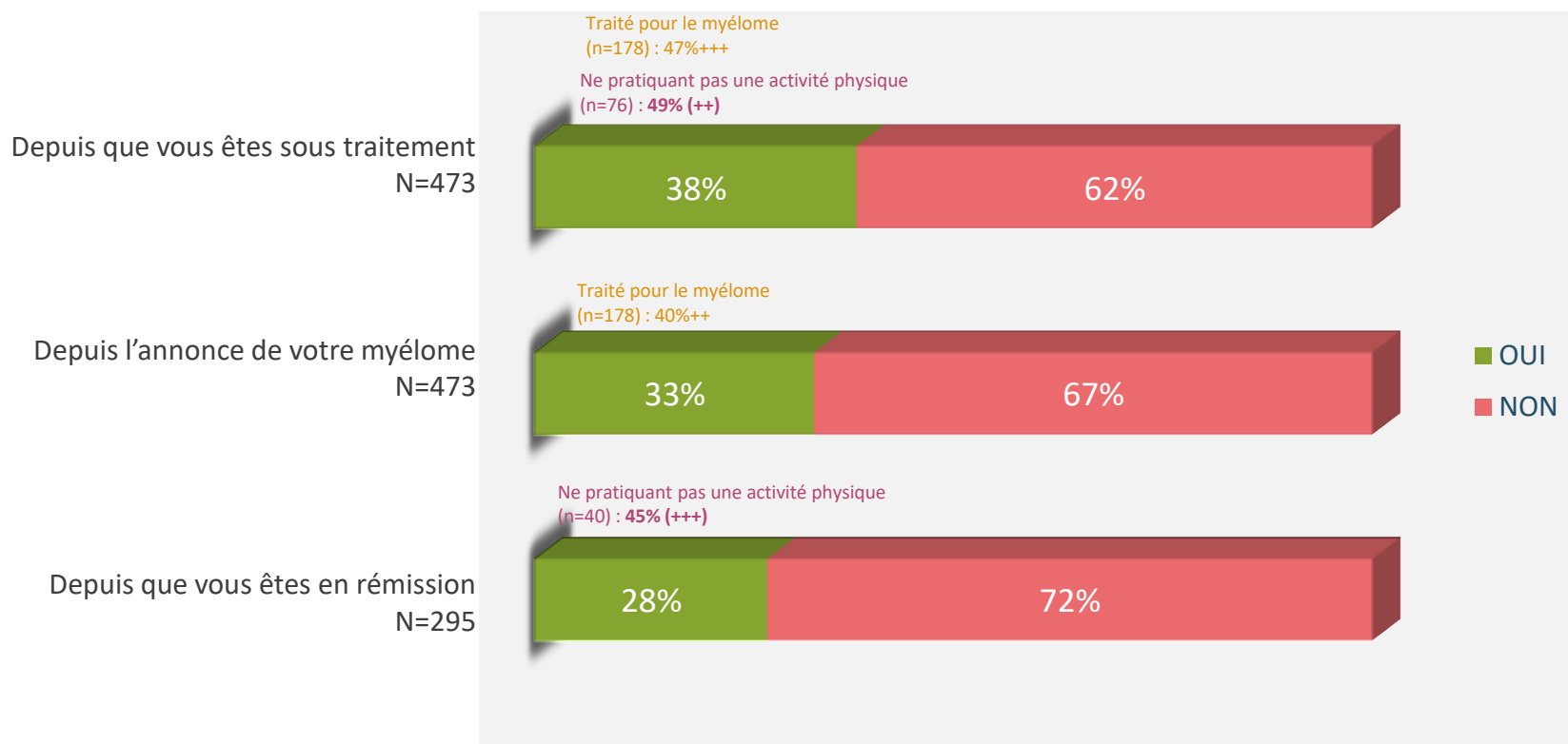
Près d'un répondant sur 2 déclare avoir bénéficié des conseils d'une diététicienne (le plus souvent au cours d'une hospitalisation)

Base 473

Conseils / accompagnement d'une diététicienne ?



Modification de l'alimentation ?



De nombreuses modifications mentionnées en termes de quantité, qualité, diversité

Base : malades ayant modifié leur alimentation
(N=239)

Nature des modifications apportées à l'alimentation

Quantité

97%

J'ai diminué la quantité de sel	56%
J'ai diminué la quantité de sucre	55%
Je mange moins de charcuterie	53%
Je mange moins de viande rouge	49%
J'ai diminué la quantité d'alcool	38%
Je mange moins (réduction des portions alimentaires)	37%
Je mange plus souvent (augmentation du nombre des repas/encas/collation)	13%
Je mange moins souvent (réduction du nombre des repas/encas/collation)	6%
Je mange plus (augmentation des portions alimentaires)	5%

Qualité

95%

Je privilégie les aliments frais (pas de plats préparés)	82%
Je mange bio autant que possible	65%
Je fais très attention à la provenance des aliments que j'achète	63%
Je privilégie les circuits d'approvisionnement courts	51%

Diversité

88%

Je mange plus de fruits et légumes	73%
Je mange moins de viandes	52%
Je mange plus de poissons	49%
Je mange moins de poissons	6%
Je mange moins de fruits et légumes	4%
Je mange plus de viandes	3%

Cuisson / cuisine

79%

Je fais plus souvent la cuisine (ou mon conjoint)	58%
Je fais très attention au mode de cuisson (pas de friture, plus de cuisson vapeur ...)	50%

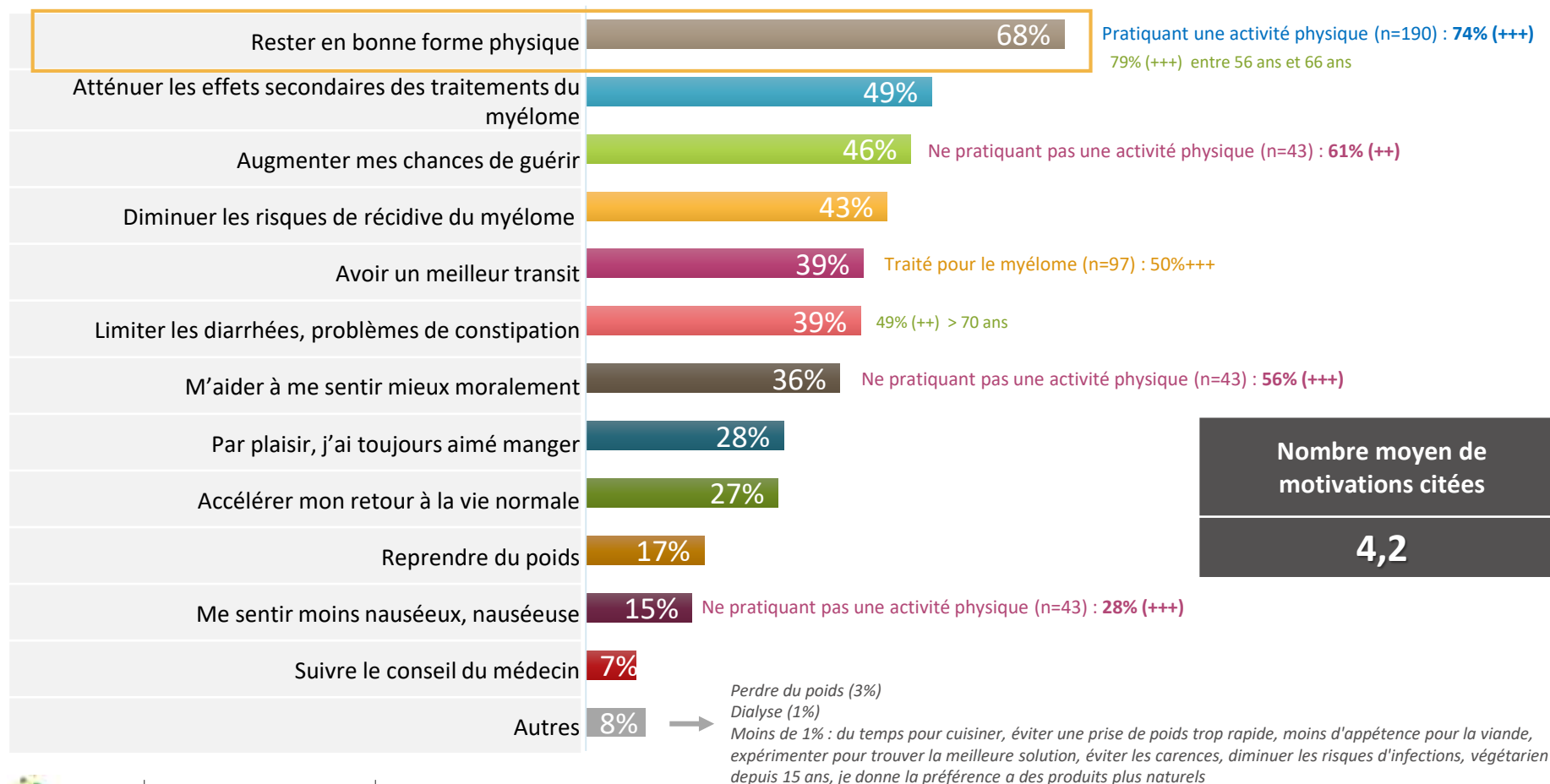
Nombre moyen de
modifications citées

8,7

La motivation première à modifier son alimentation est de rester en bonne forme physique, devant l'atténuation des effets secondaires des traitements et l'augmentation des chances de guérison

Base : malades ayant modifié leur alimentation
(N=239)

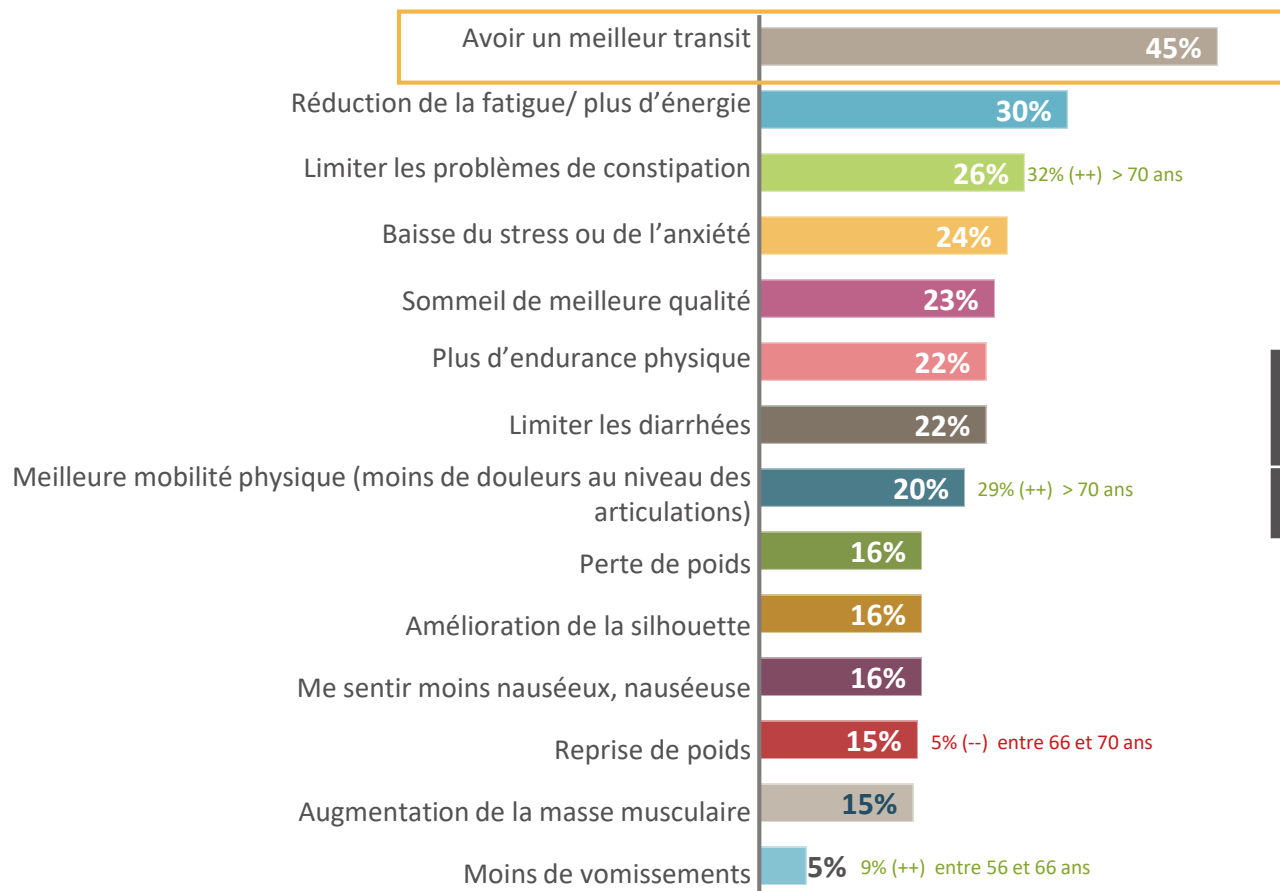
Motivations à modifier l'alimentation



Parmi les principaux bénéfices retirés : un meilleur transit/moins de problèmes de constipation et une réduction de la fatigue

Base : malades ayant modifié leur alimentation
(N=239)

Bénéfices retirés de la modification de l'alimentation



Nombre moyen de bénéfices cités

3,0

Là encore des bénéfices en phase avec les motivations principales

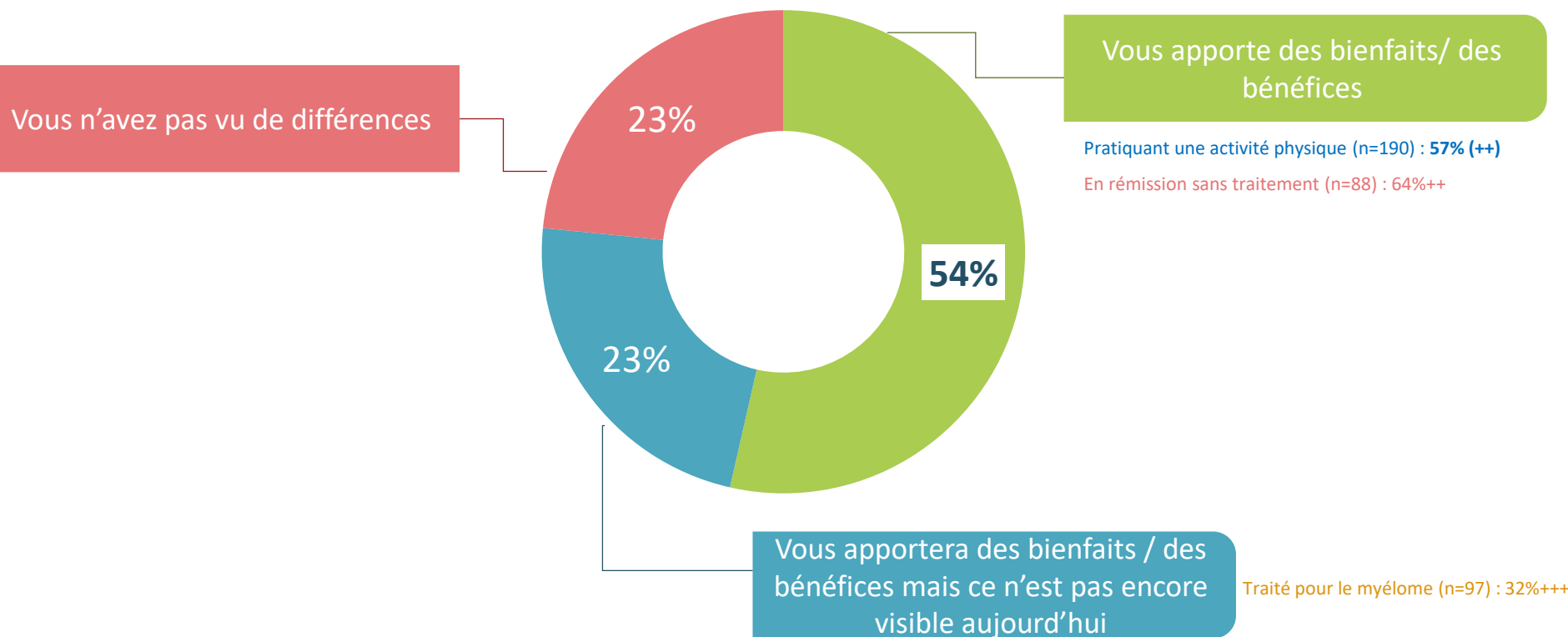
Corrélation motivations/bénéfices de la modification du régime alimentaire

Quelles sont ou ont été vos motivations à modifier votre alimentation ? (TOP 4)		Quels bénéfices retirez-vous de la modification de votre alimentation ?													
		Avoir un meilleur transit	Réduction de la fatigue/ plus d'énergie	Limiter les problèmes de constipation	Baisse du stress ou de l'anxiété	Sommeil de meilleure qualité	Plus d'endurance physique	Limiter les diarrhées	Meilleure mobilité physique	Perte de poids	Amélioration de la silhouette	Me sentir moins nauséeux, nauséuse	Reprise de poids	Augmentation de la masse musculaire	Moins de vomissements
	TOTAL	45%	30%	26%	24%	23%	22%	22%	20%	16%	16%	16%	15%	15%	5%
Rester en bonne forme physique	68%	75%(++)	88%(+++)	68%	83%(+++)	87%(+++)	89%(+++)	76%	91%(+++)	79%	76%	76%	62%	86%(++)	64%
Atténuer les effets secondaires des traitements du myélome	49%	55%(+)	57%	63%(++)	50%	44%	51%	60%(+)	52%	42%	42%	63%(+)	60%	64%	55%
Augmenter mes chances de guérir	46%	51%(+)	54%(++)	52%	57%(+)	64%(+++)	72%(+++)	45%	67%(+++)	47%	53%	47%	41%	69%(+++)	18%(-)
Diminuer les risques de récidence du myélome	43%	44%	54%(++)	38%	59%(+++)	58%(+++)	62%(+++)	43%	67%(+++)	53%	40%	37%	32%	53%	18%(-)

Une personne sur deux ayant changé son alimentation en voit des bienfaits/bénéfices

Base : malades ayant modifié leur alimentation
(N=239)

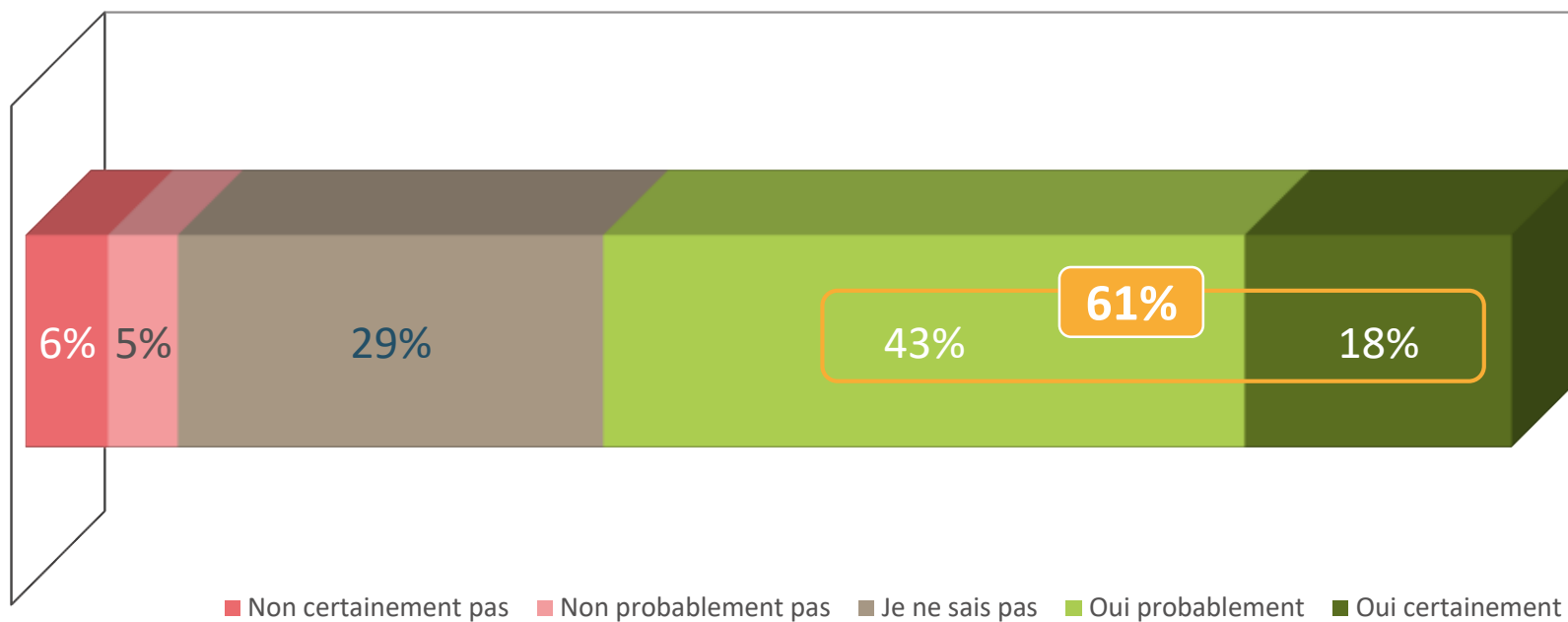
Apport du changement d'alimentation



Parmi ceux n'ayant pas modifié leur alimentation, 61% envisagent de le faire

Base : malades n'ayant pas modifié leur alimentation
(N=234)

Intention de modifier l'alimentation ?

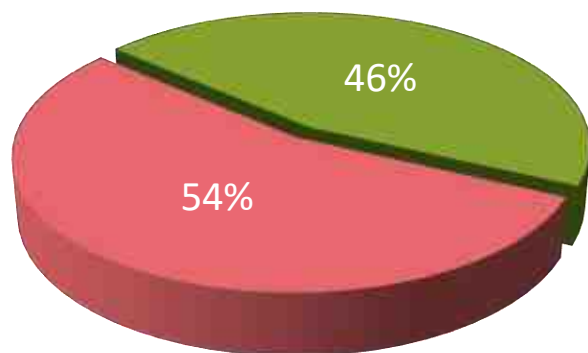


Près d'une personne sur deux a déjà recherché des information sur nutrition et MM, sur internet, auprès de l'hématologue

Base 473

Recherche d'information autour de la nutrition dans le cadre du myélome multiple

Recherche d'information sur la nutrition à la suite du diagnostic de myélome multiple ?

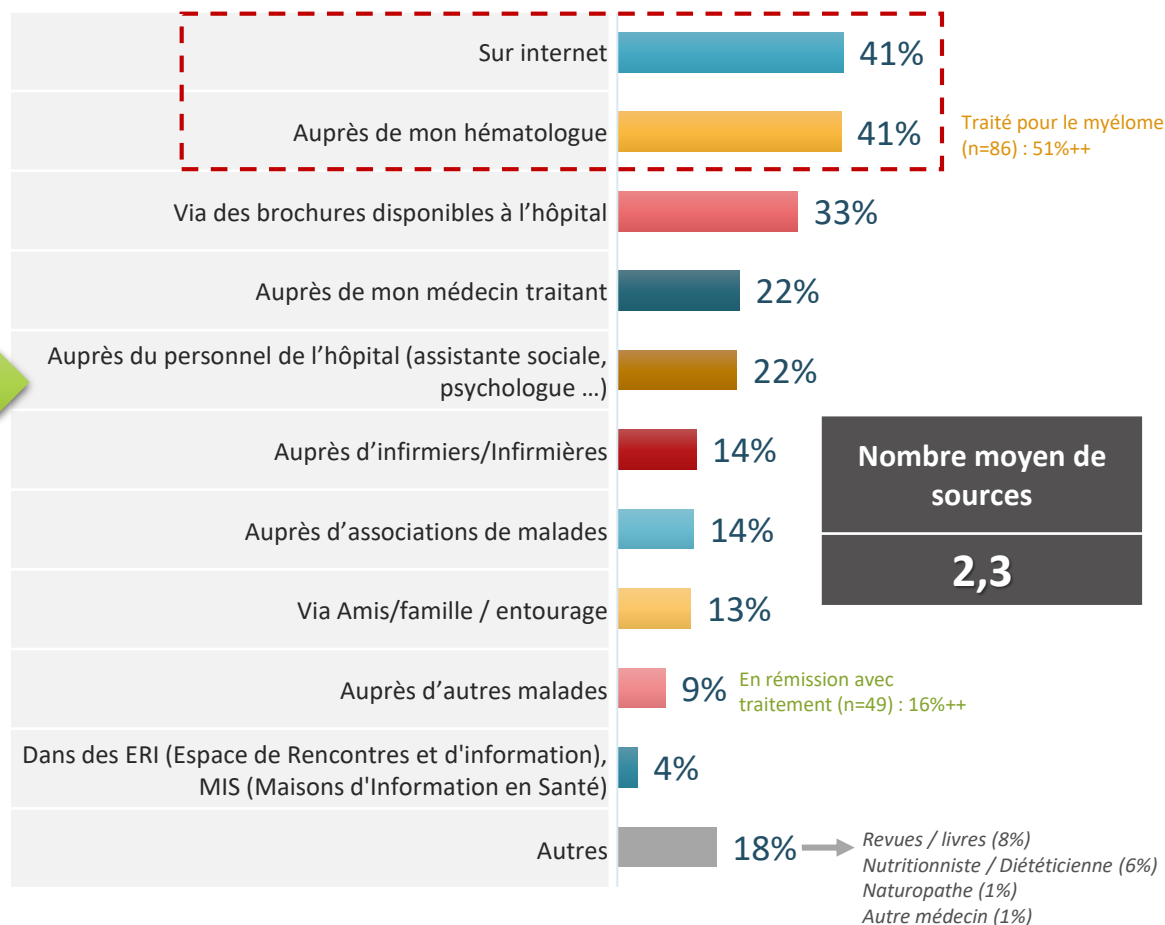


■ NON

■ OUI

OUI
N= 216

Vecteurs d'information

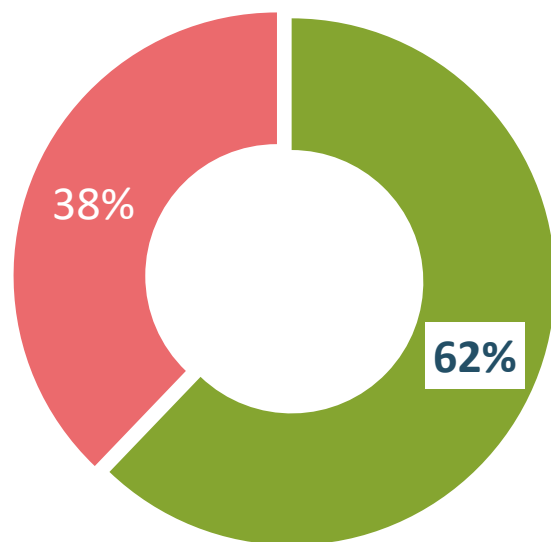


62% des malades disent avoir eu des informations sur les bénéfices d'une alimentation adaptée aux malades atteints d'un cancer, via internet au premier plan

Base 473

Information sur les bénéfices d'une alimentation adaptée pour les malades atteints de cancer

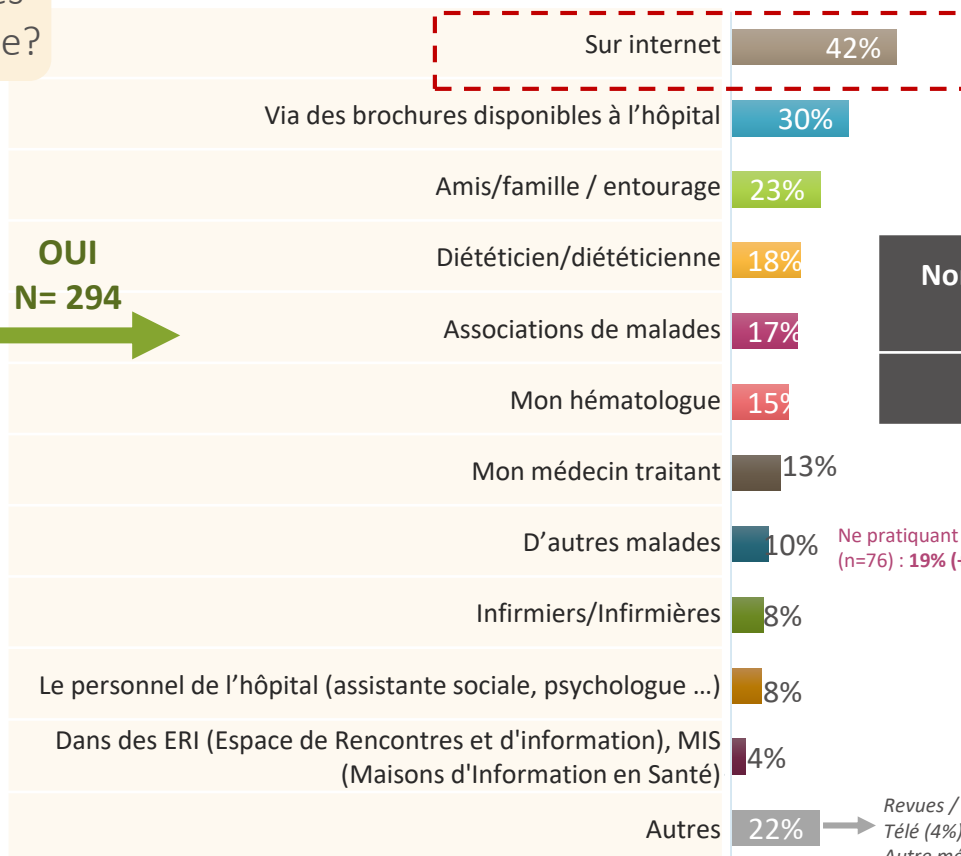
Entendu parler ou lu des infos sur les bénéfices d'une alimentation adaptée?



■ OUI ■ NON

OUI
N= 294

Vecteurs d'information



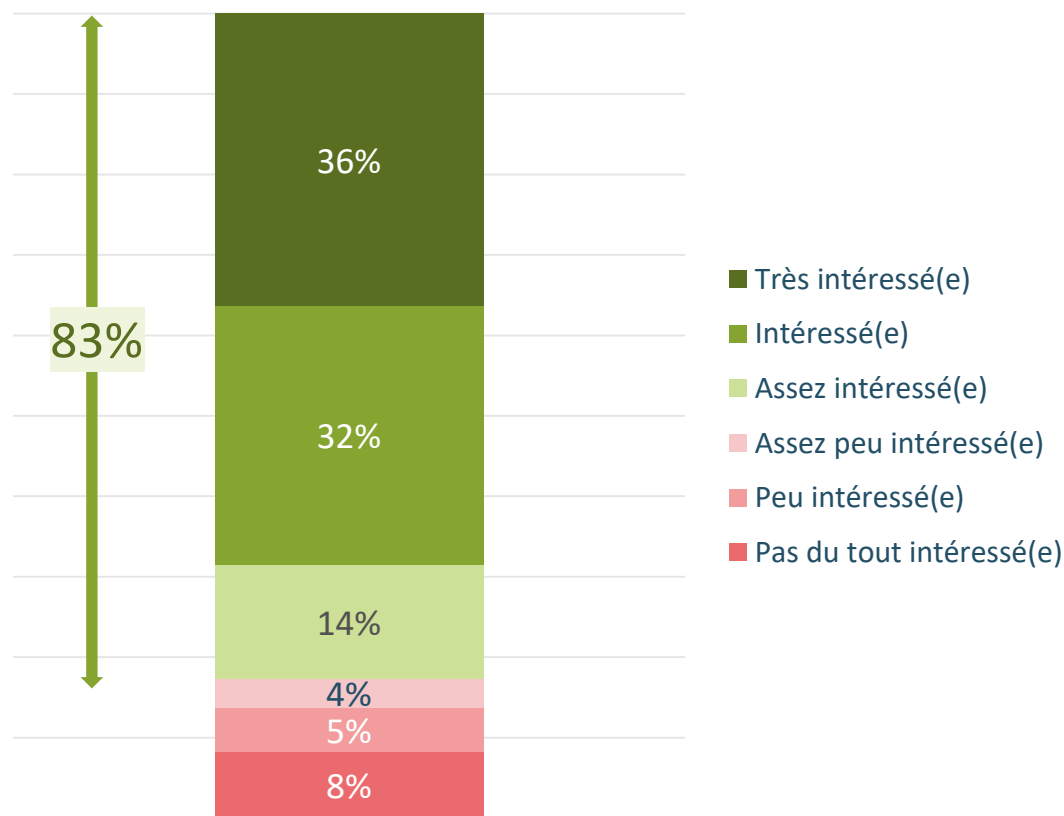
Nombre moyen de sources

2,1

Ne pratiquant pas une activité physique
(n=76) : 19% (++)

Revue / livres / presse / journaux (14%)
Télé (4%)
Autre médecin (2%)
1% : Nutritionniste, Radio, Moi-même

Intérêt pour l'information sur la nutrition, la diététique



En majeur, une information attendue sur les aliments à privilégier ou à éviter dans le MM

Malades se disant peu à très intéressés pour recevoir de l'information sur la nutrition
N=434

Aliments à privilégier ou à éviter / bannir	64%
Aliments à privilégier	43%
Aliments à privilégier	31%
Menus type / idées recettes	8%
Aliments susceptibles d'aider à la rémission	1%
Quels aliments privilégiés pour booster le système immunitaire	1%
Aliments contre perte musculaire	1%
Que manger pour être plus énergique	1%
Régime adapté à mon importante prise de poids	1%
Aliments à éviter ou à restreindre	28%
Aliments interdits, à éviter ou à limiter	25%
Aliments éventuellement contre-indiqués pendant les traitements	3%
Aliments à éviter ou à limiter pour éviter la récurrence ou prolonger la rémission / pour mieux résister au myélome	2%
Aliments à privilégier pour atténuer ou compenser les ES des traitements	8%
Comment réguler les fonctions digestives	4%
Traitement du myélome et prise de poids (prise de corticoïdes)	3%
Comment pallier au problème de la perte de goût	1%
Comment limiter la fatigue	1%
Interrogations / informations sur des aliments spécifiques	5%
Est ce que le sucre est tellement diabolique	3%
Viande, poisson	1%
Alcool	1%
L'impact des produits laitiers sur l'évolution de la maladie	1%

Informations générales	25%
Information sp	10%
Quelle influence de l'alimentation sur le myélome ?	6%
Y a-t-il un régime spécial recommandé dans le myélome ?	4%
Conseils d'alimentation adaptés à la maladie	3%
Conseils pour avoir une alimentation équilibrée / bonnes pratiques	3%
Autres	8%
Précisions sur les compléments alimentaires	2%
Quel intérêt sur l'évolution de la maladie du jeûne total ?	1%
Rythme des repas	1%
Aucun	3%
NSP	8%



IV-SYNTHESE ET POINTS CLÉ

Les adhérents AF3M sont-ils différents des Français en matière d'activité physique ?

Non globalement dans la même tendance, plus actifs que la moyenne toutefois

Adhérents AF3M

81%

pratiquent une activité physique/sportive

(63% mise en place avant le diagnostic, 24% suite au diagnostic de MM)

Types d'activité pratiquées :

78%

Marche/ronnée

56%

Activités physiques domestiques

35%

Activités de détente (jardinage)

22%

Cyclisme / Gym/Natation

56%

Pratiquent seuls/seules

73%

À domicile ou de façon autonome
(parc/forêt)

54%

Plusieurs fois par semaine
(fréquence qui a diminué avec le MM : 54%)

80%

Pour rester en bonne forme physique

65%

Pour se sentir mieux moralement

83%

Parmi ceux qui ne font pas d'activité physique :

Évoquent une raison médicale

(fatigue : 63%, essoufflement : 49%, douleurs 43%)

- En 2018, **66 %** des Français de plus de 15 ans ont eu une pratique sportive au cours des 12 derniers mois
- La **course et la marche** (40 % de Français déclarent pratiquer une activité qui en est issue), les activités de la forme et de la gymnastique (22 %), les sports aquatiques et nautiques (20 %) et les sports de cycles et motorisés (18 %) sont les univers de pratiques sportives les plus souvent cités
- Une majorité des sportifs est engagée dans une pratique sportive amateur **régulière** et **autonome**, et cherche davantage à **se maintenir en bonne santé**, ou à **se détendre**, qu'à se dépasser ou à avoir des sensations extrêmes.
- Le manque de goût pour le sport est le principal frein à la pratique déclaré, devant les problèmes de santé : ceux qui ne pratiquent pas et n'ont jamais pratiqué expliquent cette situation par un manque d'appétence pour le sport,

(issu de « Baromètre national des pratiques sportives 2018 »,
Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire (INJEP))

Les bienfaits de l'activité physique sont reconnus par les pratiquants, 2/3 déclarent que cette activité leur est aujourd'hui indispensable

Les bienfaits de l'activité physique sont largement en phase avec les motivations à la pratiquer

MOTIVATIONS A PRATIQUER UNE ACTIVITE PHYSIQUE		BÉNÉFICES / BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE	
Rester en bonne forme physique	80%	Plus d'endurance physique	93%*
M'aider à me sentir mieux moralement	65%	Baisse du stress ou de l'anxiété	85%*

* Parmi ceux qui l'ont cité en motivation

La comparaison entre population « active/sportive » vs « non active/sportive » confirme par ailleurs l'impact positif sur le niveau de douleur, de fatigue ressenties ainsi que sur d'autres problèmes liés à la maladie (perte de masse musculaire, perte de poids, de goût et même d'appétit ...)

	Population active	Population non active
Niveau de douleur moyen	2,7* (75%+++)	4,3*(43% ---)
Niveau de fatigue moyen	4,1* (47%+++)	5,9* (18%---
Perte de masse musculaire	49%	76%
Perte de poids	19%	39%
Perte de goût	19%	39%
Perte d'appétit	10%	38%

Quasiment 2 fois plus de répondants déclarent une absence (ou quasi absence) de douleur / fatigue parmi la population active

- *Note moyenne sur 10
1= pas du tout de douleur/fatigue, 10 = beaucoup
- (75%) = % de notes de 1 à 3

Une annonce de la maladie qui modifie plus les habitudes alimentaires que sportives (déjà bien installées)

33%

ont modifié leurs habitudes alimentaires depuis l'annonce du myélome

Je n'ai commencé à pratiquer une activité physique que depuis que j'ai lu que c'était bénéfique (après diagnostic du myélome multiple) ➔ **3%**

Des adhérents globalement attentifs à leur alimentation, sans pour autant adopter un régime strict puisque la moitié d'entre eux se permettent parfois des écarts

28%

Attentifs à
leurs
alimentation

Se permettent
des écarts

52%

Une modification qui consiste à :

**Diminuer la quantité
de certains produits**

(sel, sucre, charcuterie, viande rouge ...)

97%



**Consommer des produits de
qualité (frais, bio...)**

95%



**Diversifier
l'alimentation**

(plus de fruits et légumes,
moins de viandes ...)

88%



54%

Parmi ceux qui ont modifié leur alimentation
estiment cela leur apporte des bienfaits/ des bénéfices

Une motivation principale : rester en bonne forme physique

68%

Atténuer les effets secondaires des traitements du myélome

49%

Augmenter mes chances de guérir

46%

Diminuer les risques de récidence du myélome

43%

Avoir un meilleur transit

39%

Limiter les diarrhées, problèmes de constipation

39%

Principaux bénéfices retirés

Meilleure mobilité physique : 91%

Plus d'endurance physique : 89%

Réduction de la fatigue/Plus d'énergie: 88%

Limiter les problèmes de constipation : 63%

Se sentir moins nauséeux : 63%

Plus d'endurance physique : 72%

Augmenter la masse musculaire : 69%

Meilleure mobilité physique : 67%

Quel rôle pour les professionnels de santé autour de l'activité physique et alimentation ?

31% des répondants ont déjà été en contact avec un diététicien/ nutritionniste (vs seulement 11% avec un conseiller en activité physique et 7% avec un coach sportif)

Activité physique

- Pour **36%** de ceux ayant été en contact avec un conseiller en activité physique, c'est **l'hématologue** qui les a mis en contact avec cet intervenant (vs **28%** - intervenant contacté par le malade directement)
- Parmi ceux qui pratiquent une activité physique
 - **7%** de déclarent qu'elle a été conseillée à l'hôpital (mais mise en place par eux directement), **2%** qu'elle a été prescrite et mise en place à l'hôpital
 - **11%** ont bénéficié d'un bilan d'évaluation

- **91% se déclarent informés sur les bienfaits d'une activité physique**
 - Source : l'hématologue pour 37%, internet pour 37%
 - 56% ont déjà entendu parlé de « sport sur ordonnance »
- **52% ont déjà recherché des informations sur l'activité physique**
 - Source : 51% auprès de l'hématologue, 31% auprès du médecin traitant, 26% sur internet

Intervenant le mieux placé pour conseiller une activité physique

- Hématologue : 38%
- Médecin Généraliste : 23%

Nutrition

- Pour **51%** de ceux ayant été en contact avec un diététicien/ nutritionniste, c'est **l'hématologue** qui les a mis en contact avec cet intervenant
- Un contact le plus souvent au cours d'une hospitalisation (dans la chambre d'hôpital) (**34%**)

- **62% se déclarent informés sur les bienfaits d'une alimentation adaptée**
 - Source : internet pour 42%, brochures pour 30%
- **46% ont déjà recherché des informations sur la nutrition à la suite du diagnostic de myélome multiple**
 - Source : 41% sur internet, 41% auprès de l'hématologue, 33% via des brochures

- Cette enquête montre l'intérêt porté par les malades, adhérents à l'AF3M, à l'activité physique et à une alimentation adaptée
- Un intérêt qui se traduit directement en bienfaits ressentis parmi ceux qui déclarent une activité physique, avec des différences significatives en termes de bénéfices :
 - Moins de douleurs ressenties, moins de fatigue déclarée, moins de perte de masse musculaire
- Et parmi ceux qui ont adapté leur alimentation :
 - Meilleure endurance physique, limitation des problèmes de constipation, de nausées
- L'hématologue (et l'équipe de prise en charge?) est perçu comme le pivot d'information sur ces 2 thématiques



V - ANNEXES

Quelques
différences entre
activité physique
et nutrition

Des sources d'influence et d'informations différentes entre activité physique et nutrition.

Hématologue en 1^{ère} ligne pour l'activité physique, internet pour la nutrition

Recherche d'information sur...

	Activité physique	Nutrition
Base	473	473
Oui	52% (+)	46% (-)
Non	48% (-)	54% (+)

Vecteurs d'information au sujet de...

	Activité physique	Nutrition
Base	246	216
Auprès de mon hématologue	51%(++)	41% (--)
Auprès de mon médecin traitant	31% (++)	22% (--)
Auprès du personnel de l'hôpital (assistante sociale, psychologue...)	13% (--)	22% (++)
Auprès d'infirmiers/Infirmières	8% (--)	14% (++)
Sur internet	26% (---)	41% (+++)
Via des brochures disponibles à l'hôpital	20% (---)	33% (+++)
Dans des ERI (Espace de Rencontres et d'information), MIS (Maisons d'Information en Santé)	4%	4%
Auprès d'autres malades	7%	9%
Auprès d'associations de malades	23% (++)	14% (--)
Via amis/famille / entourage	15%	13%

Déjà entendu parler ou lu des infos sur les bénéfices de...

	Activité physique	Nutrition
Base	473	473
Oui	91% (+++)	62% (---)
Non	9% (---)	38% (+++)

Vecteurs d'information au sujet des bénéfices de ...

	Activité physique	Nutrition
Base	432	294
Mon hématologue	37% (+++)	15% (---)
Mon médecin traitant	26% (+++)	13% (---)
Le personnel de l'hôpital (assistante sociale, psychologue ...)	9%	8%
Infirmiers/Infirmières	10%	8%
Sur internet	37%	42%
Via des brochures disponibles à l'hôpital	28%	30%
Dans des ERI (Espace de Rencontres et d'information), MIS (Maisons d'Information en Santé)	2%	4%
D'autres malades	7%	10%
Associations de malades	26% (+++)	17% (---)
Amis/famille / entourage	23%	23%

Des motivations différentes entre activité physique et nutrition

Motivations à pratiquer une activité physique / modifier l'alimentation

	Activité physique	Nutrition
Base	386	239
Rester en bonne forme physique	80% (+++)	68% (---)
M'aider à me sentir mieux moralement	65% (+++)	36% (---)
Augmenter mes chances de guérir	34% (---)	46% (+++)
Diminuer les risques de récurrence du myélome	30% (---)	43% (+++)
Atténuer les effets secondaires des traitements du myélome	31% (---)	49% (+++)
Accélérer mon retour à la vie normale	31%	27%
Par plaisir, j'ai toujours aimé l'activité physique / manger	56% (+++)	28% (---)
Suivre le conseil du médecin	8%	7%

Intention de pratiquer une activité physique / modifier l'alimentation à l'avenir ?

Malades ne pratiquant pas/n'ayant pas modifié leur alimentation

	Activité physique	Nutrition
Base	76	234
Très intéressé (e)	36% (+++)	18% (---)
Intéressé (e)	32% (-)	43% (+)
Assez intéressé (e)	16% (--)	29% (++)
Assez peu intéressé (e)	13% (++)	5% (--)
Peu intéressé (e)	4%	6%

Intéressé/e pour recevoir l'information sur l'activité physique / nutrition ?

	Activité physique	Nutrition
Base	473	473
Très intéressé (e)	31% (-)	36% (+)
Intéressé (e)	36%	32%
Assez intéressé (e)	12%	14%
Assez peu intéressé (e)	5%	4%
Peu intéressé (e)	7%	5%
Pas du tout intéressé (e)	9%	8%



V - ANNEXES

I. Autres tris croisés

“Ceux qui déclarent avoir changé d'alimentation”



- Ont surtout commencé à faire attention à leur alimentation depuis le diagnostic du myélome
- Davantage suivis par un diététicien/nutritionniste
- Disent avoir bénéficié de l'accompagnement d'une diététicienne
- Très intéressés pour recevoir des infos sur la nutrition/diététique
- Présentent, plus que les autres, une perte de poids, de goût, de masse musculaire, d'appétit
- Pratiquent davantage le yoga
- Ont, en majorité :

Cherché à s'informer sur l'activité physique à la suite du diagnostic du myélome multiple

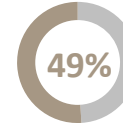
Cherché à s'informer au sujet de la nutrition à la suite du diagnostic du myélome multiple, via le personnel de l'hôpital notamment

Déjà entendu parler des bénéfices de l'activité physique, notamment via les infirmiers et ERI/MIS

Déjà entendu parler des bénéfices d'une alimentation adaptée, notamment via une diététicienne et d'autres malades

- Ont dû arrêter certaines formes d'activité physique qu'ils ont remplacées par d'autres
- Motivations les plus différenciantes à pratiquer l'activité physique :
 - Atténuer les effets secondaires des traitements du myélome
 - Diminuer les risques de récurrence du myélome
- Bénéfices/bienfaits principaux de la pratique de l'activité physique :
 - Baisse du stress ou de l'anxiété
 - Diminution du risque de maladie cardio-vasculaire

“Ceux qui déclarent ne pas avoir changé d'alimentation”



- Plus âgés, en moyenne 67 ans
- Ne font pas vraiment attention à leur alimentation
- Disent ne pas avoir bénéficié de conseils ou de l'accompagnement d'une diététicienne
- Moins impliqués dans la recherche d'information autour de l'activité physique et la nutrition
- Le maintien d'un lien social/le contact avec d'autres personnes, principale motivation à pratiquer une activité physique

Quelques différences significatives entre les 2 profils en terme de suivi : les malades ayant changé leur alimentation sont plus suivis (diététicien, psychologue, homéopathe, sophrologue)

Base 473

En contact ou suivi par des intervenants autres que l'hématologue ?

Coach sportif

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



Conseiller en activité physique

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



Sophrologue

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



Homéopathe

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



Diététicien/nutritionniste

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



Psychologue/ un psychothérapeute

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



Kinésithérapeute

Changement alimentation (n=239)



Pas de changement (n=234)



■ J'ai été suivi (e) mais je ne le suis plus ■ Je suis actuellement suivi (e) ■ Non je n'ai jamais été en contact

Les malades qui ont modifié leur alimentation ont tendance à être plus informés sur la nutrition et ses bénéfices

	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Age moyen	65,7	64,8 (--)	66,5 (++)

Traitements pris actuellement	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	274	147	127
IMNOVID (Pomalidomide)	15%	11% (--)	21% (++)
NINLARO (Ixazomib)	5%	8% (++)	2% (--)

Niveau de fatigue	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Moyenne	4,4	4,7 (+++)	4,1 (---)

Présentation de ces problèmes - % OUI	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Perte de poids	22%	29% (+++)	15% (---)
Perte de goût	23%	30% (+++)	16% (---)
Perte d'appétit	15%	18% (++)	11% (--)
Perte de masse musculaire	54%	59% (+++)	47% (---)

Recherche d'information au sujet de la nutrition			
	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Oui	46%	62% (+++)	29% (---)
Non	54%	38% (---)	71% (+++)

Vecteurs d'information au sujet de la nutrition			
	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	216	149	67
Auprès du personnel de l'hôpital (assistante sociale, psychologue ...)	22%	26% (++)	13% (--)

Déjà entendu parler ou lu des infos sur les bénéfices d'une alimentation adaptée			
	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Oui	62%	75% (+++)	50% (---)
Non	38%	26% (---)	50% (+++)

Vecteurs d'information au sujet d'une alimentation adaptée			
	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	294	178	116
Dietéticien/diététicienne	18%	23% (+++)	10% (---)
D'autres malades	10%	12% (++)	5% (--)

Les malades qui ont modifié leur alimentation ont tendance à être plus informés sur l'activité physique et ses bénéfices

Activités physiques pratiquées	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	386	190	196
Yoga	11%	15% (+++)	6% (---)

Recherche d'information sur l'activité physique	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Oui	52%	59% (+++)	44% (---)
Non	48%	41% (---)	56% (+++)

Déjà entendu parler ou lu des infos sur les bénéfices de l'activité physique			
	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Oui	91%	95% (+++)	87% (---)
Non	9%	5% (---)	13% (+++)

Vecteurs d'information au sujet des bénéfices de l'activité physique			
	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	432	228	204
Infirmiers/Infirmières	10%	13% (++)	6% (---)
Dans des ERI (Espace de Rencontres et d'information), MIS (Maisons d'Information en Santé)	2%	4% (++)	1% (---)

	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	473	239	234
Depuis le diagnostic du myélome, j'ai arrêté certaines formes d'activité physique que j'ai remplacées par d'autres	18%	23% (++)	14% (---)
Je suis dans l'incapacité de pratiquer une activité physique en raison de mon état de santé actuel (fatigue intense, douleurs ...)	8%	11% (++)	5% (---)

Degré d'intensité de l'activité physique	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	386	190	196
Léger	23%	20%	25%
Modéré	68%	73% (++)	63% (---)
Intense	10%	7% (-)	12% (+)

Motivations à pratiquer l'activité physique	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	386	190	196
Augmenter mes chances de guérir	34%	38% (+)	30% (-)
Diminuer les risques de récurrence du myélome	30%	35% (++)	25% (---)
Atténuer les effets secondaires des traitements du myélome	31%	37% (++)	25% (---)
Être en contact avec d'autres personnes/ garder un lien social	27%	21% (---)	33% (+++)

Bénéfices de l'activité physique	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	386	190	196
Baisse du stress ou de l'anxiété	53%	58% (++)	47% (---)
Diminution du risque de maladie cardio-vasculaire	20%	25% (++)	16% (---)
Amélioration de la silhouette	15%	18% (+)	12% (-)

Raisons de non pratique d'une activité physique	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	76	43	33
Fatigue liée à la maladie/aux traitements	63%	81% (+++)	39% (---)

Intention de pratiquer une activité physique à l'avenir ?	Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base	76	43	33
Oui certainement	36%	47% (++)	21% (---)

Les malades ayant changé leur alimentation disent être davantage attentifs à leur alimentation, très intéressés pour recevoir de l'information sur la nutrition, ont plus souvent été accompagnés par un/e diététicien/ne

				A bénéficié de conseils/accompagnement d'un/e diététicien/ne ?					
		Total	Changement alimentation	Pas de changement			Total	Changement alimentation	Pas de changement
Base		473	239	234	Base		473	239	234
J'ai commencé à faire attention à mon alimentation depuis le diagnostic du myélome					Oui au moment de l'annonce du myélome multiple	7%	10% (++)	4% (--)	
	8%	15% (+++)	0% (---)		Oui au cours d'une hospitalisation à l'hôpital – elle/il est venu(e) dans ma chambre	34%	38% (++)	30% (--)	
	12%	5% (---)	21% (+++)		Oui au cours d'une consultation à l'hôpital, lors d'une consultation spécialement dédiée à l'alimentation	8%	12% (+++)	5% (---)	
Je ne fais pas vraiment attention à mon alimentation					Oui via mon médecin généraliste	4%	7% (+++)	2% (---)	
					Non	54%	44% (---)	64% (+++)	
Intéressé/e pour recevoir l'information sur la nutrition / diététique ?		Total	Changement alimentation	Pas de changement					
Base		473	239	234					
Très intéressé (e)		36%	41% (++)	31% (--)					



HEALTHCARE MARKET RESEARCH WORLDWIDE

Paris

159 rue Gallieni
92641 Boulogne Cedex
France

+33 (0) 146 035 452

Lyon

2 avenue Lacassagne
69003 Lyon
France

+33 (0) 478 622 323

London

Building 3, Chiswick Park
566 Chiswick High Road
London, W4 5YA - UK

+44 (0) 208 899 6590

Munich

Max-Planck-Str. 4
85609 Dornach
Germany

+49 (0) 89 716 718 797

New York Metro

570 Broad Street, Suite 502
Newark, NJ 07102
United States

+1 (862) 327-9667

Los Angeles

199 West Hillcrest Drive,
Thousand Oaks, CA 91320
United States

+1 (862) 327-9667

