



## Nota de prensa

27 de junio de 2023

### 1ère édition de l'Observatoire International des Microbiotes

**Les microbiotes, essentiels pour la santé mais peu connus dans le monde. Les Mexicains ont une meilleure connaissance des microbiotes, et sont parmi ceux qui adoptent le plus de comportements pour préserver leur microbiote**

**Sondage sous embargo jusqu'au 27 juin, 05h00 du matin**

*Le microbiote est composé de milliards de microorganismes (bactéries, virus, champignons...) vivant en symbiose avec notre corps. Nous avons un microbiote intestinal mais aussi un microbiote de la peau, un microbiote de la bouche, des poumons, un microbiote urinaire, vaginal... Ces microbiotes jouent un rôle essentiel pour notre santé. Mais que savent aujourd'hui nos concitoyens du rôle du microbiote ? Que connaissent-ils des comportements à adopter pour prendre soin de leur microbiote ? Souffrent-ils aujourd'hui de problèmes de santé qu'ils associent à leur microbiote ? Quel rôle a aujourd'hui le professionnel de santé dans l'information des patients sur les comportements à avoir pour préserver l'équilibre de ses microbiotes ? C'est pour répondre à ces questions que **le Biocodex Microbiota Institute a confié à Ipsos la réalisation d'une grande enquête internationale menée auprès de 6 500 personnes dans 7 pays (France, Espagne, Portugal, Etats-Unis, Brésil, Mexique et Chine) : l'Observatoire International des Microbiotes. Au-delà des disparités géographiques sur les comportements, cette enquête exclusive révèle une méconnaissance globale du rôle des microbiotes sur la santé et souligne la place essentielle du professionnel de santé dans cette bonne compréhension.** Les résultats ont été présentés le 27 juin 2023, à l'occasion de la Journée Mondiale du Microbiome.*

### Un faible niveau de connaissance sur le rôle des microbiotes pour la santé...

- **Seule 1 personne sur 5 déclare connaître la signification exacte du terme microbiote (21%).** Le microbiote intestinal demeure le plus connu avec 53% des sondés qui connaissent le terme mais seulement 24% qui déclarent savoir exactement ce que

c'est. Les autres microbiotes sont beaucoup plus méconnus avec, dans l'ordre, le microbiote vaginal (45% des interviewés connaissent le terme et seulement 18% en ont une connaissance exacte), le microbiote bucco-dentaire (43% le connaissent de nom mais 17% savent ce que c'est) ou encore le microbiote de la peau (40% connaissent le terme mais seuls 15% savent ce que c'est).

- 3 interviewés sur 4 ont conscience qu'un risque de déséquilibre des microbiotes peut avoir des conséquences importantes pour la santé (75%). 74% des personnes interviewées déclarent que notre alimentation a des conséquences importantes sur l'équilibre de notre microbiote et 72% que le microbiote joue un vrai rôle dans les mécanismes de défense immunitaire.
- **Mais plus d'1 personne sur 3 n'a pas conscience que les antibiotiques ont un impact sur nos microbiotes (34%).** La grande majorité des interviewés ignore que certaines maladies non digestives comme la maladie de Parkinson, la maladie d'Alzheimer ou encore l'autisme pourraient avoir un lien avec les microbiotes (75%).

### ... et une timide prise de conscience sur les « bons » comportements à avoir pour prendre soin de ses microbiotes

- Ils savent qu'il faut avoir une alimentation équilibrée (84%), pratiquer une activité physique (76%) et éviter de fumer (72%) pour rester en bonne santé et par déduction que ces comportements ont un impact favorable sur les microbiotes.
- **En revanche, lorsqu'il s'agit de comportements plus spécifiques, le niveau de connaissance s'effondre :** seulement 1 personne sur 3 sait qu'il vaut mieux ne pas se laver deux fois par jour pour préserver le microbiote de sa peau (35%). Moins d'1 femme sur 2 sait qu'il faut éviter les douches vaginales parce qu'elles sont mauvaises pour leur microbiote vaginal (42%).
- Plus d'1 personne sur 2 déclare aujourd'hui avoir adopté des comportements dans sa vie de tous les jours pour conserver l'équilibre de ses microbiotes (57%).
- **Il faut saluer cette prise de conscience, même s'il convient de la relativiser aussi.** D'abord parce que seulement 1 individu sur 7 dit le faire « beaucoup » (15%), les autres disent pour la plupart le faire seulement « un peu » (42%). Ensuite parce que 43% des personnes interrogées disent n'avoir adopté aucun comportement spécifique. Les résultats de l'Observatoire International des Microbiotes montrent qu'il reste beaucoup à faire dans ce domaine-là.

### Le microbiote expliqué par les professionnels de santé : la clé du succès pour adopter des bons comportements !

- **Seule 1 personne sur 3 déclare que son médecin lui a déjà appris ce qu'était le microbiote et ce à quoi il servait (37%).** Moins d'1 patient sur 2 déclare que son médecin lui a déjà expliqué les bons comportements pour maintenir son microbiote équilibré (44% mais seulement 19% ont eu ces explications plus d'une fois).
- L'information délivrée par les médecins lors de la prescription d'antibiotiques illustre bien à quel point celle-ci reste encore insuffisante. Moins d'1 patient sur 2 dit avoir été informé par son médecin sur les risques d'éventuels troubles digestifs liés à la prise d'antibiotiques (41%). Seul 1 patient sur 3 déclare avoir reçu de son professionnel de santé des conseils pour limiter le plus possible les conséquences négatives de la prise d'antibiotiques sur ses microbiotes (34%) ou avoir été informé que la prise d'antibiotiques pouvait avoir des conséquences négatives sur l'équilibre de ses microbiotes (33%).
- **En revanche, à partir du moment où un patient a eu l'ensemble des informations et de manière répétée sur le sujet, son rapport au microbiote change beaucoup.** Plus de 9 personnes sur 10 (95%) ayant bénéficié de l'information auprès de leur professionnel de santé ont par la suite adopté un comportement pour maintenir un microbiote équilibré contre 57% des personnes n'ayant pas été informées.

### Des seniors peu informés alors qu'ils sont plus fragiles !

- **Alors même qu'ils sont à un âge où les problèmes de santé liés au vieillissement vont, pour bon nombre d'entre eux, devenir de plus en plus présents, les seniors (les personnes âgées de 60 ans et plus) sont ceux qui savent le moins ce qu'est précisément le microbiote intestinal (20%, -4 points par rapport au global).**
- Ils sont aussi ceux qui ont le moins adopté de comportements pour garder leur microbiote équilibré (seulement 50% contre 57% au global).
- Là encore, face à ce décalage, les médecins ont un rôle essentiel à jouer pour amener les seniors à changer leurs comportements. Or, ce sont des sujets dont ils parlent peu. Seul 1 sénior sur 3 s'est déjà vu expliquer par son médecin les bons comportements à avoir pour conserver un bon équilibre de son microbiote (32% contre 58% pour les 25-34 ans). 1 sénior sur 4 dit avoir déjà eu des explications sur ce qu'est le microbiote (26% contre 50% pour les 25-34 ans). Il y a urgence à changer la donne.

**Les Mexicains ont des niveaux de connaissances supérieurs aux autres et des comportements plus vertueux, probablement dus à une plus forte implication des médecins dans l'éducation des patients**

- **Le Mexique est probablement l'un des pays qui, avec le Brésil, affiche aujourd'hui un niveau d'éducation les plus élevés** sur ce qu'il faut savoir et faire pour bien préserver ses microbiotes. En Amérique latine, ce sont les termes de « flore intestinale » (68% au Brésil et 73% au Mexique) et de « flore vaginale » (52% au Brésil et 43% au Mexique) qui sont d'ailleurs véritablement connus.
- **Les Mexicains font partie de ceux qui ont les meilleures connaissances sur le rôle des microbiotes.** Ainsi, ils comptent parmi ceux qui savent le plus que le déséquilibre des microbiotes peut avoir dans certains cas des conséquences importantes sur la santé (81% contre 75% au global), que notre alimentation a des conséquences importantes sur l'équilibre de notre microbiote (81% contre 74% au global) ou encore qu'il joue un rôle important dans les mécanismes de défense immunitaire (78% contre 72% au global).
- **Avec les Brésiliens (64%) et les Chinois (64%), ils déclarent le plus avoir adopté des comportements spécifiques pour préserver l'équilibre de leur microbiote (62% contre 57% au global).** Ils sont ceux qui connaissent le plus avec les Brésiliens l'importance d'avoir une alimentation équilibrée (90%) et une activité physique (83%). Surtout, ils sont particulièrement sensibilisés à l'importance de consommer des probiotiques (80% contre 62% au global) et des prébiotiques (70% contre 51% au global).
- **Les Mexicains ont beaucoup plus tendance que les autres à faire le lien entre certains problèmes de santé et leur microbiote.** Sur les 8 problèmes médicaux testés, il y en a 5 pour lesquels une majorité de Mexicains font le lien avec les microbiotes. C'est le cas par exemple pour les gastro-entérites (69%), les épisodes de troubles intestinaux (69%), les diarrhées post-antibiotiques (66%) ou encore les troubles du système digestif (65%),
- **Surtout, les Mexicains échangent beaucoup plus que les autres avec les professionnels de santé sur ce sujet,** ainsi ils déclarent beaucoup plus se faire prescrire des probiotiques et des prébiotiques par leur médecin (71% contre 46% au global), s'être fait expliquer les bons comportements à avoir pour maintenir le plus possible un bon équilibre au sein de leur microbiote (63% contre 44% au global) ou encore avoir été sensibilisés sur l'importance de préserver le plus possible l'équilibre de leur microbiote (56% contre 42% au global).

**Murielle Escalmel, directrice du Biocodex Microbiota Institute :**

« Cet observatoire, premier du genre, nous livre de riches enseignements sur les connaissances, comportements mais aussi attentes des populations mondiales sur les microbiotes humains. Retenons également le rôle clé joué par les professionnels de santé dans la sensibilisation aux bons comportements pour prendre soin des microbiotes. Ce que montre l'enquête, c'est qu'à partir du moment où le patient reçoit l'information par son professionnel de santé, son rapport au microbiote change. Mieux, des comportements vertueux s'enclenchent. Il convient donc de renforcer l'accompagnement des professionnels de santé pour que le microbiote fasse partie intégrante de la prise en charge des patients. »

**Découvrez les résultats de l'Observatoire International des Microbiotes sur :**

→ [www.international-microbiota-observatory.com](http://www.international-microbiota-observatory.com)

**À propos du Biocodex Microbiota Institute**

Le Biocodex Microbiota Institute est un carrefour international de connaissances ayant pour but de promouvoir une meilleure santé en communiquant sur le microbiote humain. Pour ce faire, il s'adresse aux professionnels de santé ainsi qu'au grand public afin de les sensibiliser au rôle central de cet organe encore méconnu.

→ [www.biocodexmicrobiotainstitute.com/fr](http://www.biocodexmicrobiotainstitute.com/fr)



**Contact presse Biocodex Microbiota Institute**

Olivier Valcke, Relations publiques et responsable éditorial

+33 6 43 61 32 58

→ [o.valcke@biocodex.com](mailto:o.valcke@biocodex.com)

**Contact presse Ipsos**

Etienne Mercier, Directeur du pôle Opinion et Santé - Ipsos

+33 6 23 05 05 17

→ [etienne.mercier@ipsos.com](mailto:etienne.mercier@ipsos.com)