



Tous ces facteurs qui influencent notre santé

Sommes-nous seuls et uniques responsables de notre état de santé ? On l'a longtemps cru. En réalité, de nombreux facteurs extérieurs sont déterminants, à commencer par le milieu socio-économique.

Par **Audrey Vaugrente** Illustration **Guillaume Reynard**

LES FACTEURS COMPORTEMENTAUX

Activité physique, alimentation, vie sociale, tabagisme... Les bonnes habitudes de vie contribuent sans conteste à un meilleur état de santé. Mais c'est un facteur particulier, lui-même sous l'influence de nombreux autres comme les facteurs économiques, biologiques, etc.



LES FACTEURS SOCIO-ÉCONOMIQUES ET CULTURELS

Revenu, niveau d'éducation, emploi... Ce sont les principaux déterminants de notre santé qui conditionnent l'accès aux soins, le cadre de vie et même nos comportements individuels. De faibles revenus sont ainsi associés à une espérance de vie plus courte.



LES FACTEURS ENVIRONNEMENTAUX

Environnement urbain ou rural, qualité de l'eau, de l'air, du logement... Ils nous exposent plus ou moins à des polluants (métaux lourds, PFAS, microplastiques...) et aux effets du changement climatique (canicules, catastrophes).



LES FACTEURS BIOLOGIQUES

Âge, sexe biologique, génétique, antécédents... Ils peuvent favoriser l'apparition de certaines maladies ou être protecteurs. Ainsi, les femmes sont plus sujettes aux maladies auto-immunes.



LES FACTEURS INDIVIDUELS

Genre, origine, religion... Ils peuvent faciliter ou compliquer l'accès aux soins, au logement ou à l'emploi, mais aussi les bonnes habitudes de vie. Certaines personnes sont ainsi moins bien soignées en raison de clichés racistes.



LES FACTEURS MÉDICAUX

Accès physique et économique aux soins, qualité des soins, offre de prévention... Le système de soins peut faciliter ou non le repérage précoce des maladies et leur prise en charge efficace. Le progrès des soins est aussi un élément majeur.

