



## MAUX DE DOS ET DOULEURS ARTICULAIRES : UN REEL IMPACT SUR LA QUALITE DE VIE

*Etude sur la connaissance et perception de la chiropraxie,  
qui séduit de plus en plus les français*

Alors que l'assurance maladie se mobilise contre la lombalgie à travers une campagne visant à combattre l'idée reçue qui associe mal de dos et repos et ainsi installer le comportement du maintien de l'activité physique, l'association française de chiropraxie salue cette orientation et se satisfait que la brochure destinée aux professionnels se réfère aux recommandations internationales en termes de traitement de la lombalgie.

Parallèlement, **l'association française de chiropraxie a souhaité mesurer la connaissance de la chiropraxie en France et l'impact du mal de dos et des douleurs articulaires**, en menant une étude par l'IFOP, du 15 au 17 novembre 2017<sup>1</sup>.

Cette étude a permis d'évaluer la prévalence et l'impact des maux de dos et des douleurs articulaires sur : **la mobilité au quotidien, la capacité à exercer une activité physique, le sommeil, la qualité de travail, le rôle du stress dans la survenance des douleurs et les bénéfices de la prise en charge chiropratique.**

Alors que 7 Français sur 10 se plaignent de maux de dos et douleurs articulaires, ils sont encore peu à avoir recours à la chiropraxie (8%<sup>1</sup>) mais la plupart qui connaissent cette thérapie manuelle estiment qu'elle a un réel impact positif sur ces différentes dimensions.

Il en ressort les principaux enseignements suivants.

<sup>1</sup> Etude IFOP auprès d'un échantillon de 1018 répondants représentatifs de la population française âgée de 18 ans et plus (représentativité assurée par la méthode des quotas sur le sexe, l'âge, la région, la taille d'agglomération et la CSP)

## >> MAUX DE DOS ET DOULEURS ARTICULAIRES : UN IMPACT SIGNIFICATIF SUR LE QUOTIDIEN<sup>1</sup>

48%



Ces douleurs ont un impact négatif notable sur le quotidien, notamment chez les actifs.

La **capacité à exercer une activité physique** est impactée par les douleurs pour 48% des répondants.

Les maux de dos et douleurs articulaires ont un **impact significatif voire un fort impact sur la mobilité au quotidien** pour 40% des répondants.

La qualité de sommeil et la qualité de travail sont également impactées par ces douleurs (respectivement pour 39% et 37% des répondants).

## >> STRESS : UN ROLE IMPORTANT DANS LE MAL DE DOS ET LES DOULEURS ARTICULAIRES



81%

81% des français<sup>1</sup> considèrent que le stress joue un rôle dans le mal de dos et les douleurs articulaires.

## >> CHIROPRAxie : DES BENEFICES RECONNUS

94%



Parmi les personnes qui connaissent la chiropraxie au moins de nom, 8 à 9 sur 10 estiment son impact positif sur les quatre dimensions testées (mobilité au quotidien, capacité à exercer une

activité physique, qualité du sommeil et qualité du travail).

Les personnes ayant consulté un chiropracteur sont significativement plus nombreuses à considérer que **la chiropraxie a un réel impact sur ces mêmes dimensions**.

Ainsi :

- 94% de ceux qui ont eu recours à la chiropraxie sont d'accord avec le fait que cette prise en charge a un impact bénéfique sur la mobilité au quotidien (57% sont tout à fait d'accord)
- 93% sont d'accord avec le fait que cette prise en charge a un impact bénéfique sur la capacité à exercer une activité physique (44% tout à fait d'accord)
- 86% sont d'accord avec le fait que cette prise en charge a un impact bénéfique sur la qualité de sommeil (42% tout à fait d'accord)
- 85% sont d'accord avec le fait que cette prise en charge a un impact bénéfique sur la qualité de travail (39% tout à fait d'accord).



*Ces nouvelles données démontrent l'impact des maux de dos et des douleurs articulaires sur la qualité de vie. Les bénéfices de la prise en charge chiropratique sont multiples, tant sur la diminution des douleurs que sur l'amélioration de la mobilité ».*

Caroline LAMBERT  
Vice-Présidente de l'association  
française de chiropraxie

## >> LA CHIROPRAxie, UNE THERAPIE MANUELLE ENCORE MAL CONNUE, QUI SEDUIT DE PLUS EN PLUS LES FRANÇAIS



1/2

En effet, la chiropraxie est une discipline connue d'un Français sur deux environ et seul un français sur cinq connaît précisément ce qu'elle traite<sup>1</sup>.

Ainsi, les contours de la profession gagneraient à être clarifiés.

**Cependant la chiropraxie est une médecine alternative qui séduit les Français.**

En effet, selon le dernier Baromètre santé Pages Jaunes<sup>2</sup>, les chiropracteurs font parties des professionnels de la santé dont les recherches sur pagesjaunes.fr ont le plus augmenté cette année, avec **une augmentation de 151%**, par rapport à 2015.

---

Médecine manuelle de référence pour les soins du dos et des articulations, **la chiropraxie a pour objet la détection, le traitement et la prévention des dysfonctionnements du squelette et de ses conséquences**, notamment au niveau de la colonne vertébrale et des membres. Le traitement chiropratique peut contribuer à corriger les dysfonctionnements mécaniques. Au-delà des manipulations vertébrales, qui sont le pilier de la chiropraxie, les soins chiropratiques englobent des techniques incluant les mobilisations des articulations, les conseils posturaux (comment s'asseoir, marcher... pour limiter les tensions) et d'hygiène de vie, les exercices thérapeutiques...

Ces conseils prodigués et exercices recommandés par le chiropracteur favorisent une meilleure gestion de la douleur par le patient, quel que soit son âge ou sa condition.

**Les chiropracteurs ont vocation à travailler en complémentarité avec les autres professionnels de santé, et notamment avec les médecins.**

La chiropraxie est préconisée dans le traitement et la prévention de nombreux troubles fonctionnels ou pathologiques de l'appareil locomoteur qui se

traduisent notamment par des contractures, des douleurs ou une limitation du mouvement. A titre d'exemple, la chiropraxie peut remédier aux affections les plus répandues du rachis tels que les cervicalgies, les sciatiques ou les lombagos, mais également aux affections des articulations (tendinites, syndrome du canal carpien...).

Les dysfonctionnements de l'appareil locomoteur peuvent avoir des conséquences très diverses, comme les maux de tête et certains troubles viscéraux. Le traitement chiropratique peut donc soulager ces désordres associés. La chiropraxie peut constituer une alternative thérapeutique naturelle aux traitements conventionnels.

---

La chiropraxie est dispensée en France par 1000 chiropracteurs. Les chiropracteurs sont les seuls thérapeutes non-médecins habilités à pratiquer des manipulations vertébrales en première intention, c'est-à-dire sans avis médical préalable.

Les chiropracteurs formés en France ont suivi, sur cinq ans, près de 5 000 heures d'enseignements théoriques et pratiques, incluant quinze mois de stage clinique.

La formation de chiropracteur est dispensée par une seule école, l'Institut franco-européen de chiropraxie. Strictement contrôlée par les instances internationales de la profession, la formation de chiropracteur assure un niveau maximal de qualité et de sécurité des soins dispensés par tous les professionnels diplômés.

---

**Plus d'infos sur [www.chiropraxie.com](http://www.chiropraxie.com)  
Dossier de presse de l'association française de chiropraxie sur demande**

Contact presse PRPA : Damien Maillard - [damien.maillard@prpa.fr](mailto:damien.maillard@prpa.fr) / 06 80 28 47 70

---

<sup>2</sup> Baromètre réalisé par PagesJaunes, s'appuyant sur les 296 millions de recherches de professionnels de santé effectuées en France Métropolitaine en 2016 sur PagesJaunes (fixes et mobiles) au regard des données (nombre, spécialités et

localisation) concernant les 400.000 professionnels de santé référencés sur pagesjaunes.fr.