

### Regards sur le Souffle 2025 : malgré 74% de Français informés, les comportements à risque persistent

*À Paris, le 9 avril 2026 – À l’occasion d’une conférence de presse organisée en partenariat avec le Ballon Generali de Paris, la Fondation du Souffle présente les résultats de la deuxième édition de “Regards sur le Souffle”, son baromètre OpinionWay consacré à la santé respiratoire des Français. Cette édition 2025 met en lumière une dynamique encourageante : les Français se déclarent mieux informés qu’en 2024 sur les risques qui pèsent sur leur souffle et identifient davantage les gestes utiles pour le préserver. Dans le même temps, le baromètre rappelle que les risques du quotidien restent très présents et que certains réflexes, pourtant reconnus comme utiles, ne sont pas encore pleinement installés.*

*Dans cette logique de sensibilisation et de prévention, le Ballon Generali annonce la mise en service d’un outil de mesure des pollens à bord de sa nacelle avec des résultats accessibles en temps réel.*

### Des symptômes respiratoires fréquents, qui disent beaucoup du quotidien des Français

Le premier enseignement du baromètre est simple : les troubles respiratoires font partie du quotidien de nombreux Français. **44% déclarent au moins un symptôme respiratoire.** Derrière ce chiffre, l’enquête raconte quelque chose de très concret : le souffle n’est pas seulement un sujet médical, c’est un sujet de vie quotidienne, fait de fatigue à l’effort, de gêne respiratoire, de signes que l’on finit parfois par banaliser alors qu’ils méritent d’être mieux repérés.

Le baromètre montre aussi que ces symptômes ne sont pas isolés d’un contexte plus large. Ils s’inscrivent dans des environnements de vie, dans des habitudes, dans des expositions qui pèsent sur le souffle, à la maison comme à l’extérieur. Il rappelle également que les maladies respiratoires concernent bien au-delà de situations exceptionnelles, y compris chez les enfants. Autrement dit, la santé respiratoire ne relève pas d’un sujet périphérique : elle touche au confort, à la qualité de vie, à la capacité à vivre, bouger et respirer, sans même y penser.

### Une sensibilisation qui progresse, mais des risques encore très présentes

Le signal positif de cette édition, c’est que les Français se disent aujourd’hui mieux informés. Les grands facteurs de risque sont davantage identifiés, tout comme les gestes jugés utiles pour préserver son souffle. Le souffle est mieux compris comme un marqueur de santé, davantage relié à l’environnement, au tabac, à l’air intérieur ou encore aux habitudes de vie.

Mais cette progression de l’information ne suffit pas, à elle seule, à faire reculer les expositions. Le baromètre montre qu’elles restent massives et souvent très concrètes : poussières, fumées, produits d’intérieur, polluants du quotidien. L’air intérieur apparaît d’ailleurs comme un révélateur particulièrement fort de ce décalage entre ce que l’on sait et ce que l’on fait. Des gestes très installés, parfois perçus comme anodins, continuent d’occuper une place importante dans la vie quotidienne, notamment chez les jeunes adultes.

C’est aussi ce que dit cette édition 2025 : les Français avancent, mais pas tous au même rythme ni dans les mêmes conditions. Les risques se distribuent différemment selon l’âge, les conditions de vie, les usages et les milieux sociaux. Cela appelle une prévention plus proche du réel, plus concrète, et davantage ajustée aux habitudes de chacun.

## Faire passer la prévention du repère au réflexe

C'est sans doute le point de bascule de cette nouvelle édition. Les Français connaissent mieux les risques, ils identifient mieux les bons gestes, mais certains réflexes de prévention ne sont pas encore pleinement entrés dans les habitudes. Toute la question est là : comment faire en sorte que l'information ne reste pas un acquis théorique, mais devienne une pratique simple, régulière, presque naturelle.

C'est précisément dans cette perspective que la Fondation du Souffle déploie sa campagne "Respirer sans même y penser" et met à disposition des outils accessibles, conçus pour aider chacun à mieux repérer les signaux respiratoires et à agir plus tôt. Parmi eux, le Soufflotest occupe une place centrale. Son principe est simple, faire le point sur son souffle en quelques minutes, et relier les sensations du quotidien à des leviers d'action immédiats.

Cette attente existe déjà, et elle se vérifie dans les usages : en 2025, plus de 50 000 personnes ont réalisé le Soufflotest, soit 13 000 de plus qu'à l'édition précédente. Ce changement d'échelle garantit une crédibilité scientifique forte et permet des analyses fines, notamment des croisements entre âge et comportements. Les signaux révélés sont éloquentes : 56,4% des répondants se disent rapidement fatigués à l'effort, 42,1% sont facilement essoufflés, et 66,8% somnolent au moins une fois dans la journée. Ces résultats confirment qu'il existe une réelle attente pour des outils de prévention pratiques, lisibles et directement utiles. Le souffle devient alors non plus seulement un symptôme que l'on subit, mais un véritable baromètre de santé quotidien, un repère que l'on apprend à écouter.

En filigrane, c'est toute l'ambition de "Regards sur le Souffle" qui se dessine : mieux comprendre pour mieux prévenir, mieux informer pour mieux accompagner, et faire du souffle un véritable indicateur de santé dans la vie de tous les jours.

*"Cette deuxième édition de 'Regards sur le Souffle' nous dit quelque chose de très concret : les Français avancent, ils sont mieux informés, mais l'information ne suffit pas. Notre responsabilité collective est désormais de transformer ces connaissances en réflexes du quotidien. C'est précisément pour cela que nous mettons à disposition des outils comme le Soufflotest, qui permettent à chacun de faire le lien entre ce qu'il ressent et ce qu'il peut faire, simplement, concrètement. Le souffle est un véritable baromètre de santé : apprendre à l'écouter, c'est se donner les moyens d'agir plus tôt. Et agir plus tôt, c'est protéger la vie."* - **Pr. Bruno Crestani, Chef du service Pneumologie à l'hôpital Bichât et Président de la Fondation du Souffle**

### **Le Ballon Generali mesure désormais les pollens en temps réel**

Après un an de campagne expérimentale menée à bord du Ballon Generali, **un outil de mesure des pollens est désormais installé de façon pérenne**, avec des résultats accessibles en temps réel sur le site [Ballondeparis.com](http://Ballondeparis.com).

L'appareil repose sur une technique de comptage optique et d'identification des particules fines et des pollens à partir de leurs propriétés optiques spécifiques.

Cette expérimentation, conduite avec **l'instrument Beenose couplé au LOAC2** et analysée par Jean-Baptiste Renard, directeur de recherche au CNRS, a permis d'établir des profils verticaux de pollens jusqu'à 150 mètres d'altitude au-dessus de Paris. L'étude a notamment montré **que la concentration de pollens diminue en moyenne de 11 % tous les 10 mètres et qu'une couche secondaire de pollens apparaît vers 100m d'altitude au printemps** (issus de la forêt de Meudon). Des résultats qui confirment l'intérêt d'une information locale, mesurée en temps réel, pour mieux refléter l'exposition réelle des citoyens.

### **Contacts presse**

Olga Tess - [olga.tess@agenceproches.com](mailto:olga.tess@agenceproches.com) - 06 73 46 90 76

Yassine Mechehar - [yassine.mechehar@agenceproches.com](mailto:yassine.mechehar@agenceproches.com) - 06 95 54 76 55

Elise Sagnard - [elise.sagnard@lesouffle.org](mailto:elise.sagnard@lesouffle.org) - 07 64 44 36 99

### **Ballon Generali/ Aérophile**

Tristan Houdet – [tristan@agencethedesk.com](mailto:tristan@agencethedesk.com) – 07 81 73 16 38

### **À propos de la Fondation du Souffle**

La Fondation du Souffle, reconnue d'utilité publique, est la fondation de référence pour la lutte contre les maladies respiratoires, qui touchent près de 10 millions de Français et constituent la 3ème cause de mortalité dans le monde. Face à ces maladies encore trop souvent méconnues et sous-diagnostiquées, et à l'impact croissant des agresseurs du souffle comme la pollution ou le tabac, la Fondation agit chaque jour pour protéger la santé respiratoire et permettre à chacun de mieux respirer. La Fondation du Souffle est la seule fondation mobilisée contre l'ensemble des maladies respiratoires, elle agit grâce à la générosité de ses donateurs, particuliers et mécènes.

### **À propos d'Aérophile**

Fondée en 1993 par Jérôme Giacomoni et Matthieu Gobbi, deux polytechniciens passionnés d'aérostation, Aérophile est aujourd'hui le leader mondial du vol en Ballon captif. Présente dans 40 pays, avec plus de 120 Ballons vendus et plus de 12 millions de passagers transportés, cette entreprise française conçoit, fabrique et exploite des attractions aériennes innovantes et durables. En 2024, elle a conçu le Ballon-vasque installé aux Tuileries à l'occasion des Jeux Olympiques de Paris. Depuis 2021, Aérophile a également franchi une nouvelle étape avec le développement du Para-PM, une technologie de dépollution de l'air unique au monde. Que ce soit dans les airs ou pour l'air, Aérophile poursuit son aventure d'innovation avec la même ambition depuis plus de 30 ans : proposer des solutions inspirantes, accessibles et respectueuses de l'environnement. Plus d'infos sur [www.aerophile.com](http://www.aerophile.com)