

## OU EN EST LA SANTÉ DES DIRIGEANTS ?

**Pour la première fois depuis la période Covid, les indicateurs sur la santé physique et psychologique des dirigeants, femmes et hommes, sont en baisse...**

**L**a *Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur et Bpifrance Le Lab* livrent les enseignements du baromètre annuel sur la santé physique et psychologique des dirigeants de TPE, PME et ETI en France. Une enquête réalisée par l'institut Occurrence auprès de 1 515 dirigeants au printemps 2025. Cette édition charnière révèle pour la première fois depuis la crise sanitaire une dégradation de la santé physique et psychologique des décideurs. Des femmes et des hommes qui, après avoir affronté tant de crises depuis la Covid, montrent des signaux palpables d'essoufflement. Cette édition interroge également les dirigeants sur leur rapport à la consommation d'alcool, de tabac, de drogues et de médicaments (voir encadré).

### 82% des dirigeants connaissent des troubles physiques...

Si la grande majorité des dirigeants estiment encore être en bonne santé physique (85% vs. 90% en 2024), 82% des sondés déclarent ressentir au moins un trouble physique ou psychologique, un taux en hausse de 11 points sur un an (71% en 2024) et de plus de 20 points sur 3 ans (59% en 2021). Dans le détail des secteurs d'activités, on observe d'importantes disparités : 91% des agriculteurs et 88% des dirigeants du secteur

santé/social évoquent des souffrances, contre 77% dans le secteur public ou 78% dans les transports. Tous secteurs confondus, le mal de dos (52%, +5pts), les troubles du sommeil (48%, +11pts) et les troubles anxieux (48%) touchent désormais la moitié des dirigeants. Notons également que les douleurs articulaires (+7pts) ou encore les migraines (+5pts) et troubles digestifs (+5pts) sont plus durement ressentis cette année.

### 1 dirigeant sur 3 en mauvaise forme psychologique

Depuis 2021, le taux de dirigeants en bonne forme psychologique oscille entre 76 et 80%. Cette année, ce taux chute à 68%, soit 8 points de moins qu'en 2024. Si une personne interrogée sur trois en moyenne (32%) évoque une mauvaise forme psychologique, l'étude révèle des réalités contrastées d'un secteur à l'autre (39% dans les services aux particulier vs. 25% dans l'industrie) mais aussi selon le capital détenu (37% chez les dirigeants avec 100% du capital vs. 22% chez les non-actionnaires). L'âge de l'entreprise apparaît également comme facteur impactant. Plus la date de création/reprise s'éloigne, plus l'état de santé psychologique du dirigeant se dégrade. 35% sont en mauvaise forme lorsque l'entreprise a entre 15 et 20 ans vs. 17% lorsque l'entreprise a moins de 3 ans. Un indicateur qui pourrait laisser entrevoir une forme

### FOCUS CONSOMMATION À RISQUE...

La moitié des dirigeants consomme de l'alcool au moins une fois par mois. Ils ne fument pas plus que la moyenne nationale et sont 4 fois moins nombreux à prendre des médicaments contre l'anxiété et la dépression. Une partie très minoritaire des sondés (2%) confie consommer des drogues illégales, en-dessous de la moyenne nationale de 3,4%. Alors qu'un sondé sur quatre confie avoir déjà été confronté à une addiction, seule une minorité choisit de se faire aider.

d'optimisme pour les dirigeants qui entament leur projet, et à l'inverse une fatigue mentale installée après de longues années à la tête de l'entreprise.

### 1 dirigeant sur 3 a renoncé à consulter sur l'année

Faut-il y voir une cause ou une conséquence de la dégradation de leur santé ? Le comportement des dirigeants vis-à-vis de leur suivi médical reste dans tous les cas constant : 11% des décideurs ne vont jamais voir de médecin (un taux qui s'élève jusqu'à 18% dans l'hôtellerie restauration et 16% dans l'industrie). 34 % ont annulé une consultation médicale dans l'année par manque de temps (cité à 68%) ou pour privilégier leur activité (cité à 34 %). Un constat strictement identique aux dernières années.

Source : Baromètre Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur & Bpifrance Le Lab « Santé des dirigeants de TPE, PME et ETI – Focus Consommations à risque » - Mai 2025