KANO × AndroAct

appinio

MOVEMBER 2026 | ÉTUDE « SANTÉ MASCULINE : LE GRAND ÉVITEMENT »

Signaux d'alerte ignorés : 43 % des hommes ont renoncé à une consultation utile au cours des 12 derniers mois

Ils attendent que ça passe, évitent de consulter, et taisent une partie de leurs symptômes, y compris face à leur médecin.

Paris, le 3 novembre 2026. Les hommes disent tenir à leur santé autant que les femmes. Dans les faits, ils l'évitent. Selon une étude Kano.care, AndroAct et Appinio menée du 11 au 17 octobre 2026 auprès de 1 000 hommes en France, 43 % ont renoncé au cours de l'année à une consultation qui leur aurait été utile. Et parmi ceux qui ressentent des symptômes (fatigue, troubles du sommeil, baisse de moral, troubles sexuels), près de sept sur dix n'en évoquent pas l'intégralité à leur médecin. À l'occasion de Movember, l'étude met au jour ce qui les retient : la norme du « je gère seul ».

43 %
ont renoncé en un an à une consultation qui aurait été utile

69 %
des hommes qui ressentent des symptômes n'en évoquent pas l'intégralité à leur médecin

40 %
jugent qu'« un homme doit régler ses problèmes seul »

« Ma santé compte », mais pas au point de consulter

Ils disent tenir à leur santé, mais plus de quatre sur dix ont renoncé cette année à une consultation qui leur aurait été utile.

Les hommes notent l'importance de leur propre santé 8,4 sur 10, autant que les femmes (8,5 dans le Baromètre Femmes de santé du CSA, 2025). Pourtant, 43 % ont eu dans l'année un problème de santé pour lequel ils n'ont pas consulté, alors qu'une consultation aurait probablement été utile. C'est le cas de près de deux jeunes hommes sur trois (64 % des 18-34 ans), contre 19 % des 65 ans et plus.

Le réflexe d'attendre

Face à un symptôme, beaucoup attendent que ça passe.

Deux freins dominent : les délais de rendez-vous (33 %) et l'espoir que cela passe tout seul (31 %), devant le coût (22 %) et le manque de temps (20 %). Quand ils finissent par consulter pour un symptôme inquiétant, 19 % ont attendu plus d'un mois. Et dans 41 % des cas, c'est quelqu'un d'autre qui les y a poussés, à commencer par leur conjointe ou conjoint.

Se taire, même chez le médecin

Parmi les hommes qui ressentent des symptômes, 69 % n'en évoquent pas l'intégralité à leur médecin.

Plus de huit hommes sur dix (83 %) ont ressenti régulièrement au moins un symptôme dans l'année : fatigue, troubles du sommeil et baisse de moral en tête.

Sur dix hommes qui ont des symptômes, trois seulement ont parlé de tous leurs symptômes à un médecin. Trois n'en ont évoqué qu'une partie. Et quatre n'en ont parlé à aucun médecin. Plus d'un homme sur quatre (27 %) reconnaît même avoir déjà évité, minimisé ou caché un problème de santé à son médecin.

Les normes masculines ont un coût

Un homme sur deux pense qu'encaisser la douleur sans se plaindre est un signe de force. Et plus un homme partage ces idées, plus il renonce à se soigner.

L'étude a testé cinq idées reçues sur ce qu'« être un homme » implique pour la santé. 51 % des hommes jugent qu'encaisser la douleur sans se plaindre est un signe de force, 40 % qu'un homme doit régler ses problèmes seul, 35 % qu'éviter les contrôles médicaux fait partie du fait d'être un homme, 32 % qu'un homme ne devrait pas montrer qu'il souffre, et 31 % qu'exprimer ses souffrances est une marque de faiblesse.

Ces idées ont des conséquences. À âge égal, 54 % des hommes qui en partagent au moins trois sur cinq ont renoncé à une consultation utile dans l'année, contre 33 % de ceux qui n'en partagent aucune. Et elles ne sont pas l'affaire des anciens : 39 % des 18-34 ans jugent qu'exprimer ses souffrances est une marque de faiblesse, contre 18 % des 65 ans et plus.

51 %

des hommes jugent qu'« encaisser la douleur sans se plaindre est un signe de force »



Après 45 ans, l'intime passé sous silence

Après 45 ans, un homme sur trois déclare une baisse du désir ou des troubles de l'érection, et beaucoup le gardent pour eux.

Parmi les hommes de 45 ans et plus, 31 % déclarent une baisse de libido ou des troubles de l'érection au cours de l'année. Ces troubles viennent rarement seuls : un sur deux se dit aussi fatigué. Pourtant, un sur trois n'a parlé d'aucun de ses symptômes à un médecin.

La prévention, angle mort

Moins d'un homme sur deux a fait un bilan, un contrôle ou un dépistage dans l'année. Près d'un sur cinq n'en a jamais fait.

Consulter sans symptôme, pour un bilan, un contrôle ou un dépistage : 47 % des hommes l'ont fait au cours des douze derniers mois. Pour 34 %, la dernière fois remonte à plus d'un an. Et 19 % ne l'ont jamais fait.

« Mon bilan prévention », le rendez-vous gratuit de l'Assurance Maladie, est inconnu de 37 % des hommes, et de plus de la moitié de ceux qui n'ont jamais fait de bilan (55 %).

L'habitude manque dès le départ. Entre 18 et 24 ans, une jeune femme consulte en moyenne 4,7 professionnels de santé par an (CSA, 2025), un jeune homme 2,9 : c'est l'écart le plus grand de toute la vie adulte. Et les spécialistes de la santé masculine restent méconnus : près de neuf hommes sur dix ne savent pas précisément ce que soigne un andrologue.

Santé mentale : la porte s'ouvre, la gêne reste

Plus d'un homme sur trois a déjà consulté pour sa santé mentale. Mais la gêne freine encore ceux qui voient dans la souffrance une faiblesse.

La santé mentale est l'un des trois combats de Movember, et la grande cause nationale de 2025, prolongée en 2026. 37 % des hommes ont déjà consulté un professionnel pour leur santé mentale, et plus d'un sur deux chez les 18-34 ans (54 %). Mais parmi les 31 % qui jugent qu'exprimer ses souffrances est une marque de faiblesse, la gêne ou la honte est citée presque deux fois plus souvent comme frein (24 % contre 13 %). Et 63 % des hommes aimeraient avoir plus de personnes à qui parler de ce qu'ils vivent vraiment.

63 % des hommes aimeraient avoir plus de personnes à qui parler de ce qu'ils vivent vraiment

Cancers masculins : des idées fausses

Moins d'un homme sur quatre sait qu'il n'existe pas de dépistage organisé du cancer de la prostate, et quatre sur dix n'ont jamais entendu parler de l'auto-palpation des testicules.

CANCER DE LA PROSTATE

22 %

savent qu'il n'existe pas de dépistage organisé du cancer de la prostate

Il n'existe pas en France de dépistage organisé et systématique du cancer de la prostate, avec invitation de l'Assurance Maladie : la Haute Autorité de santé ne le recommande pas. Seuls 22 % des hommes le savent ; les autres croient qu'il existe ou l'ignorent. Cela n'exclut pas une détection précoce individuelle, recommandée par l'Association Française d'Urologie et décidée avec son médecin après information sur les avantages et les limites. Or, parmi les hommes ayant déjà réalisé un examen de la prostate (dosage PSA ou toucher rectal), 57 % seulement disent avoir reçu une explication claire.

CANCER DES TESTICULES

41 %

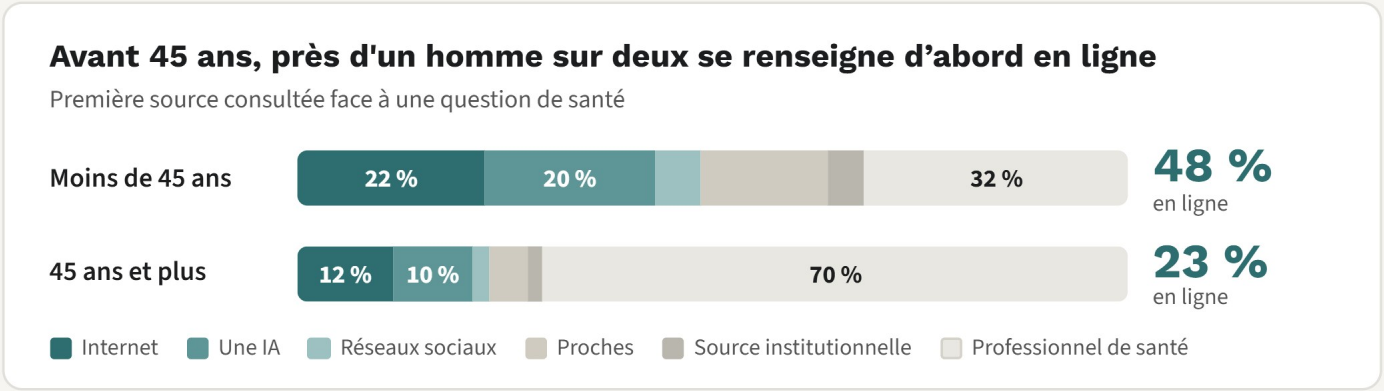
n'ont jamais entendu parler de l'auto-palpation des testicules

Ce cancer touche surtout les hommes jeunes : le pic d'incidence se situe entre 30 et 34 ans (Fondation ARC). Interrogés sur la tranche d'âge la plus touchée, 10 % seulement répondent « 25-35 ans ». 41 % n'ont jamais entendu parler de l'auto-palpation, et seulement 5 % la pratiquent régulièrement.

Ils cherchent ailleurs : en ligne, et déjà auprès de l’IA

Avant 45 ans, un homme sur deux cherche d’abord sa réponse en ligne, et un sur cinq la demande d’abord à une IA.

Après 45 ans, au contraire, sept hommes sur dix s’adressent d’abord à un professionnel de santé. Les moins de 45 ans sont aussi deux fois plus nombreux à déclarer avoir déjà pris une décision de santé sur la foi d’une information qui s’est révélée inexacte (54 % contre 28 %).



Ce qui les ferait venir

Pour faire venir les hommes, il faut aller vers eux.

Leurs attentes sont concrètes : un coût moindre (26 %), que leur médecin le leur propose (23 %), des créneaux en dehors des heures de travail (22 %, et un tiers des moins de 55 ans), un rappel ou une invitation (15 %).

Dr Sam Ward, urologue-andrologue, directeur médical de Kano.care :

« Les hommes ne sont pas indifférents à leur santé. Ce qui leur manque, ce n'est pas la motivation, c'est l'occasion. Défaire des réflexes hérités et installer des habitudes de prévention prend du temps, mais ce n'est pas hors de portée. Cessons de leur demander d'être plus courageux, commençons à leur ouvrir une porte. »

Dr Céline Candillier, psychiatre et sexologue, présidente et cofondatrice d'AndroAct :

« Après 45 ans, beaucoup d'hommes vivent avec des symptômes dont ils ne parlent à personne. Fatigue, baisse du désir, troubles de l'érection, moral en berne : ils les mettent sur le compte de l'âge et se taisent. Ce sont pourtant des signaux qui méritent un vrai bilan. La santé des hommes commence le jour où l'on pense à leur poser la question. »

Cinq réflexes pour Movember

1. Parler de tous ses symptômes à son médecin traitant, y compris ceux qu'on met sur le compte de l'âge : fatigue qui dure, sommeil, moral, désir, érection, troubles urinaires.
2. Profiter de « Mon bilan prévention », gratuit à 18-25, 45-50, 60-65 et 70-75 ans. 37 % des hommes n'en ont jamais entendu parler.
3. Prostate : en parler avec son médecin à partir de 50 ans, dès 45 ans en cas de facteurs de risque (antécédents familiaux, origine africaine ou antillaise), pour décider ensemble d'un dosage du PSA.
4. Testicule : apprendre à connaître ses testicules et consulter rapidement devant toute grosseur ou modification inhabituelle.
5. Moral : en parler à un proche ou à son médecin. En cas d'idées suicidaires, le 3114 répond 24 h/24.

Résultats détaillés de l'étude
En accès libre, avec des vues régionales

Consulter l'étude →

MÉTHODOLOGIE DE L'ÉTUDE

Étude conduite en ligne du 11 au 17 octobre 2026 auprès de 1 000 hommes de 18 ans et plus résidant en France métropolitaine, interrogés via le panel Appinio. Représentativité assurée par quotas sur l'âge, la région et la catégorie socioprofessionnelle. Marge d'erreur maximale de ± 3,1 points sur l'ensemble de l'échantillon, plus élevée sur les sous-groupes. Les comparaisons « à âge égal » sont standardisées sur l'âge. Comparaisons féminines : Baromètre Femmes de santé, CSA, terrain de septembre à octobre 2025, 1 003 femmes.

À propos de Kano.care

Kano.care est une clinique en ligne française dédiée à la santé masculine : troubles de l'érection, éjaculation précoce, troubles urinaires. Kano.care propose un parcours de soins complet : consultation avec un médecin en ligne, solutions livrées à domicile, accompagnement digital personnalisé via l'app KANO, et suivi continu. Sous la direction médicale du Dr Sam Ward, Kano.care a accompagné plus de 6 000 hommes depuis son lancement, dont plus de 80 % consultent pour la première fois. Kano.care obtient une note de 4,7/5 sur Avis Vérifiés. Pour faire avancer sa mission, Kano.care publie régulièrement des études et données inédites sur la santé des hommes en France.

CONTACT PRESSE

Dr Sam Ward
sam@kano.care
01 59 13 13 13

kano.care

À propos d'AndroAct

AndroAct est une plateforme française de santé masculine dédiée aux hommes à partir de 45 ans. Son premier parcours est consacré au déficit en testostérone. Tout commence dans l'application AndroAct par un test gratuit, le questionnaire ADAM. L'homme qui le souhaite prend ensuite rendez-vous dans une clinique partenaire. Lors d'une première venue, sur une demi-journée, il bénéficie d'une évaluation multidisciplinaire : consultation infirmière, évaluation nutritionnelle et de l'activité physique, examens biologiques, examen clinique complet par un médecin spécialiste. Le médecin établit ensuite le diagnostic et, le cas échéant, prescrit un traitement, avec un suivi à 3, 6 et 12 mois. AndroAct est présidée par le Dr Céline Candillier, psychiatre et sexologue ; sa direction médicale est assurée par le Dr Carol Burté, andrologue.

CONTACT PRESSE

Dr Céline Candillier
celine.candillier@androact.com
06 62 11 85 58

androact.com

À propos d'Appinio

Appinio est un institut d'études international qui allie une expertise méthodologique scientifiquement éprouvée à une technologie de pointe, pour offrir une solution d'études de marché nouvelle génération. Sa plateforme intuitive et tout-en-un permet d'obtenir des insights consommateurs fiables en temps record, grâce à un panel global couvrant plus de 190 marchés.

CONTACT PRESSE

Margot Bres
margot.bres@appinio.fr
06 22 32 70 13

appinio.com

KANO × AndroAct

appinio