



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

## **Pour la première fois depuis la crise sanitaire, la santé des dirigeants fragilisée : 82 % souffrent de maux physiques ou psychologiques**

La 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 1515 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. Alors qu'un sondé sur quatre confie avoir déjà été confronté à une addiction, seule une minorité choisit de se faire aider.

### **82 % des dirigeants connaissent des troubles physiques : leur santé montre des signes préoccupants de dégradation**

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

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, avec d'importantes disparités selon les secteurs mais aussi selon l'âge de l'entreprise ou le capital détenu**

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 particuliers 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 delta qui pourrait laisser entrevoir une forme 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.

**Le renoncement aux soins reste une constante : 1 dirigeant sur 3 a renoncé à consulter sur l'année et 1 sur 10 ne voit jamais de médecin**

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.

**Focus 2025 - Consommations à risque d'alcool, tabac, drogues et médicaments**

Après avoir étudié le renoncement (aux soins, à la parentalité, à aider un proche) et le rapport à la maladie longue comme le cancer, cette édition 2025 lève un nouveau tabou sociétal en questionnant les femmes et hommes dirigeants sur leur consommation d'alcool, de tabac, de stupéfiants ou de médicaments. Les résultats de l'enquête sont mis en miroir avec les statistiques publiques des Français (Santé Publique France ; Observatoire Français des Drogues et Tendances Addictives ; INRS).

	Chez les dirigeants	Chez les Français 18-75 ans
Alcool	52 % (au moins 1 fois/mois)	37 % (hebdomadaire) <sup>1</sup>
<b>Tabac</b> (cigarette et vapotage)	21 %	23 % <sup>2</sup>
<b>Médicament</b> (contre l'anxiété et la dépression)	5%	21 % <sup>3</sup>
<b>Stupéfiants</b> (cannabis, cocaïne, amphétamines...)	2 %	3,4 % <sup>4</sup>

**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.**

**52 % des dirigeants indiquent qu'ils consomment de l'alcool au moins une fois par mois** et parmi eux, 65 % consomment de manière hebdomadaire. **7 % des sondés consomment quotidiennement de l'alcool**, une part **identique à la tendance nationale**.

**Une part très minoritaire de dirigeants font usage de stupéfiants et de médicaments**

Une partie très minoritaire des sondés (2 %) confie consommer des drogues illégales, en-dessous de la moyenne nationale de 3,4 %. De même, l'étude révèle que les chefs d'entreprises sont très peu nombreux (5%) à prendre des médicaments contre la dépression et l'anxiété. Un taux remarquablement bas comparé à la moyenne nationale de 21 %.

<sup>1</sup> OFDT, Consommation d'alcool en France en 2023 – Novembre 2024  
<sup>2</sup> OFDT, Drogues et addictions, chiffres clés - Janvier 2025  
<sup>3</sup> INRS  
<sup>4</sup> Baromètre de Santé publique France 1992-2021 - exploitation OFDT ; EROPP 2023 (France hexagonale)

## **L'habitude et l'envie de « décompresser », premières raisons invoquées par les dirigeants. La quête de performance reste très à la marge**

Interrogés sur les occasions où ils consomment alcool, tabac ou drogue, les dirigeants évoquent à 30 % les 'mondanités professionnelles', à 52 % des festivités personnelles et à 40 % plutôt chez soi. Pour 24 % des sondés, la consommation n'est liée à aucun contexte particulier.

Sur les raisons qui les amènent à consommer, les dirigeants vont plutôt évoquer une quête de plaisir (40 %), de détente (42%) ou par habitude (49 %). La notion de performance (« tenir le rythme ») est finalement très à la marge, évoquée à 8 %.

## **Près d'1 chef d'entreprise sur 4 démontre une consommation à risque**

Cette enquête nous révèle in fine que 23 % des chefs d'entreprises interrogés ont une consommation à risque d'alcool, tabac, drogue ou médicament.

Par consommation à risque s'entend :

- Plus de 8 verres d'alcool par semaine
- (et/ou) Fumeur quotidien
- (et/ou) Consommation de drogue au moins une fois par mois
- (et/ou) Consommation de médicaments au moins une fois par mois

## **Des dirigeants massivement convaincus que leur consommation n'impacte pas leur travail et encore moins leur entreprise**

**Parmi ces chefs d'entreprise avec une consommation à risque, seule une poignée reconnaît un impact sur son quotidien (8 % des sondés 'à risque') et sur son entreprise (4%).**

Ils font alors état de conséquences plutôt négatives pour eux-mêmes (baisse de la productivité, fatigue chronique) mais des effets plutôt positifs pour leur entreprise (meilleure relation client, hausse du chiffre d'affaires, meilleures relations collaborateurs).

## **Alors qu'1 dirigeant sur 4 reconnaît souffrir ou avoir souffert d'une addiction, seul un petit tiers a cherché à se faire aider**

**1 dirigeant sur 4 confie souffrir ou avoir déjà souffert d'une addiction dans sa vie. Une grande majorité d'entre eux (60%) n'a pas souhaité se faire aider.** Est-ce par crainte de fragiliser leur image et celle de leur entreprise, ou par habitude de gérer leurs problèmes seuls ? Parmi celles et ceux qui ont souhaité être aidés, **74 % se sont orientés vers un professionnel de santé.**

**Sylvie Bonello, déléguée générale de la Fondation MMA Entrepreneurs du Futur :** « *Alors qu'ils font preuve d'une force de résilience absolument remarquable depuis la Covid, les femmes et hommes dirigeants montrent de premiers signes d'essoufflement, qu'il nous faudra surveiller et accompagner. Nous avons choisi de dédier notre focus sociétal annuel aux problématiques de consommations de tabac, alcool, drogue et médicaments, qui peuvent avoir un impact dramatique sur la santé. Un chiffre nous met particulièrement en alerte car il dit beaucoup de la relation des dirigeants à leurs problématiques de santé : 25 % des dirigeants souffrent ou ont souffert d'une addiction et la majorité ne sont pas aidés. Un enseignement clé que nous devons intégrer aux actions de sensibilisation que nous menons tout au long de l'année.* »

**Élise Tissier, directrice Bpifrance le Lab :** « *La santé des dirigeants de TPE/PME, souvent propriétaires de leur entreprise, est le premier actif hors bilan de l'entreprise. Or, cet actif s'est nettement dégradé en un an, encore plus pour les chef(fe)s d'entreprise qui sont seul(e)s actionnaires, preuve de la pression exercée lorsque patrimoine et revenus de l'entreprise reposent sur les épaules d'une seule et même personne. Deux éclaircies dans ce baromètre : l'industrie et les créateurs d'entreprise. La santé mentale est meilleure chez les dirigeants industriels et les fondateurs. Et la bonne nouvelle du focus de l'année : entreprendre est bon*

*pour la santé, puisqu'il permet aux dirigeants de ne pas (ou très peu) consommer d'anxiolytiques ! L'alcool n'est pas plus présent dans le quotidien des dirigeants que dans celui des Français en général, alors qu'il reste encore souvent lié aux événements professionnels.*

**[Étude complète disponible sur demande]**

#### **Méthodologie**

Etude réalisée par Occurrence pour la Fondation MMA des Entrepreneurs du Futur et Bpifrance le Lab auprès d'un échantillon de 1 515 chefs d'entreprises, directeurs, gérants de TPE, PME et ETI (1 à 4 999 salariés) et membres de CODIR/COMEX d'ETI.

L'échantillon a été interrogé du 7 avril au 12 mai 2025 par téléphone. La représentativité de l'échantillon est assurée sur la base de quotas représentatifs des entreprises de 1+ salariés en termes de secteur, taille, dispersion géographique.

#### **A propos de la Fondation d'entreprise MMA des Entrepreneurs du Futur**

La Fondation d'entreprise MMA des Entrepreneurs du Futur est un Do Tank qui a pour ambition de soutenir et encourager les initiatives, l'innovation et la capacité des entrepreneurs et des territoires à tirer parti des grandes mutations et disruptions en cours. La Fondation MMA a pour champ de réflexion et d'action la personne de l'entrepreneur, sa forme physique et mentale et les interactions nourricières que cette personne entretient avec son entreprise et son territoire. Elle se veut moteur des dynamiques entrepreneuriales engagées et responsables dans les territoires.

#### **A propos de Bpifrance le Lab**

Investir, innover, exporter, recruter, orienter, manager...

La prise de décision est essentielle pour les dirigeants d'entreprises. Or, dans un monde globalisé, l'information surabondante, les idées reçues et les fausses informations nuisent à une prise de décision éclairée.

**La mission de Bpifrance Le Lab est d'éclairer la décision des dirigeants d'entreprise et des acteurs de leur écosystème.**

Notre collectif d'experts décrypte des sujets variés, de l'économie à la psychologie du dirigeant, en passant par la gestion de l'entreprise, en produisant des connaissances fiables issues de méthodes scientifiques et rigoureuses. Le Lab contribue à l'épanouissement des dirigeants, au développement des entreprises et de l'économie française, à servir l'avenir.

[www.bpifrance.fr](http://www.bpifrance.fr) - [www.lelab.bpifrance.fr](http://www.lelab.bpifrance.fr) - <https://presse.bpifrance.fr>

#### **CONTACTS PRESSE**

**Fondation MMA des Entrepreneurs du futur**  
**(Agence Coriolink)**

Urielle Dutartre

[urielle.dutartre@coriolink.com](mailto:urielle.dutartre@coriolink.com) / 06 62 82 71 62

Loréane Cabezuelo

[loreane.cabezuelo@coriolink.com](mailto:loreane.cabezuelo@coriolink.com) / 07 86 80 45 26

**Bpifrance**

Raphaëlle Renaudin

[raphaelle.renaudin@bpifrance.fr](mailto:raphaelle.renaudin@bpifrance.fr) / 06 58 53 89 76