DONNÉES RESALIB

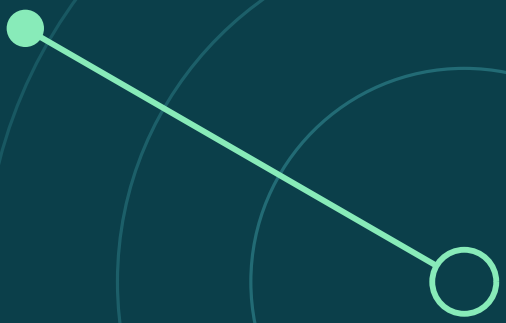
BAROMÈTRE BIEN-ÊTRE RESALIB

2023

Enquête bien-être & médecines complémentaires

Comment les Français s'informent sur les pratiques de bien-être, comment ils choisissent leur praticien, et ce qu'ils en attendent.

2 323 répondants | Enquête en ligne | 1er mars – 15 avril 2023



Édition initiale publiée en mai 2023 · Présentation actualisée en 2026

00 LE PRINCIPE DU BAROMÈTRE

Pourquoi faire ce baromètre du bien-être ?



Le bien-être et les médecines complémentaires occupent une place croissante dans le quotidien des Français. Pourtant, les données fiables sur les pratiques réelles restent rares.

Pourquoi nous l'avons lancé

Les études sur le sujet sont souvent ponctuelles, anciennes ou centrées sur le ressenti. En 2023, Resalib a lancé son baromètre pour combler ce manque : un rendez-vous annuel, ouvert au public, pour suivre ce que les Français pensent, consultent et attendent.

Ce que nous mesurons

- **Les usages**
  Pratiques consultées, fréquence, budget.
- **Les motivations**
  Pourquoi consulter, et comment choisir.
- **Les attentes**
  Image des pratiques, besoin d'information.

UN RENDEZ-VOUS ANNUEL DEPUIS 2023

2023 — 2024 — 2025 — 2026

Cette édition

NOTRE CONVICTION

L'équipe Resalib

Des chiffres partagés, c'est un secteur qui se comprend mieux et qui progresse.

Nous publions chaque édition en accès libre, avec sa méthodologie, pour que chacun puisse s'en servir. Avec plus de 80 000 praticiens référencés, nous voulons contribuer, à notre niveau, à faire évoluer le secteur du bien-être en France.

Ce que ces chiffres sont, et ne sont pas

Enquête en ligne auprès de personnes proches du bien-être : des indicateurs de tendances, pas une photographie représentative de la population française.

L'essentiel de l'édition 2023

Première édition du baromètre bien-être Resalib : une enquête en ligne menée au printemps 2023 pour comprendre comment les Français perçoivent les médecines complémentaires, comment ils choisissent leur praticien et ce qu'ils en attendent.

2 323	48 ans	86 %
répondants	âge moyen	de femmes

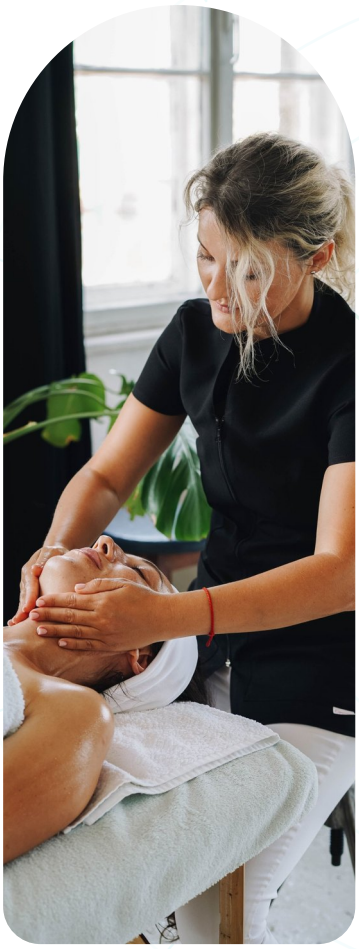
97 % ont une image positive des médecines complémentaires ou ne se prononcent pas.

38 % ne se sentent pas suffisamment informés sur ces pratiques.

64,1 % consultent pour leur développement personnel, première motivation citée.

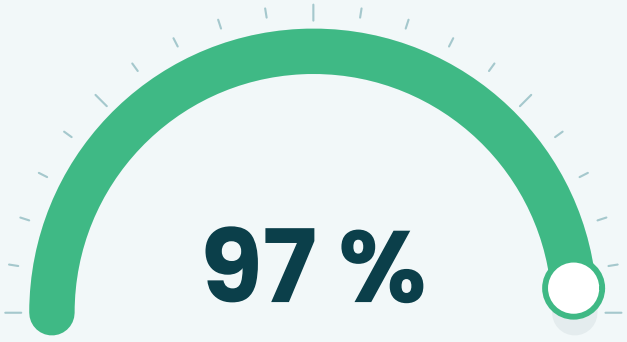
74,1 % choisissent leur praticien grâce aux recommandations de leurs proches.

92 % préfèrent consulter en cabinet.



Enquête en ligne, échantillon de répondants volontaires, non représentatif de la population française.

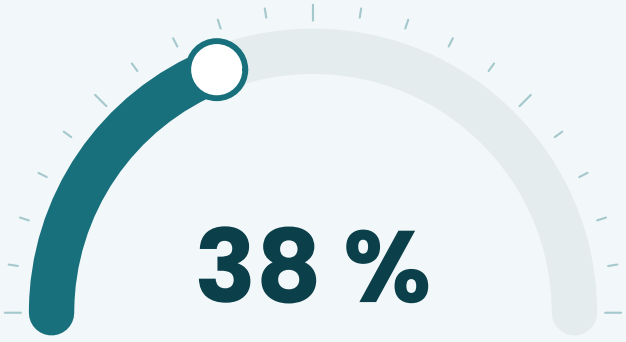
Une image positive, un besoin d'information



97 %

ont une image positive des médecines complémentaires, ou ne se prononcent pas.

Les avis négatifs restent marginaux.



38 %

ne se considèrent pas suffisamment informés sur ces pratiques.

Près de quatre répondants sur dix.

Base : 2 323 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2023, enquête en ligne du 1er mars au 15 avril 2023 (échantillon non représentatif).

LE REGARD DE RESALIB

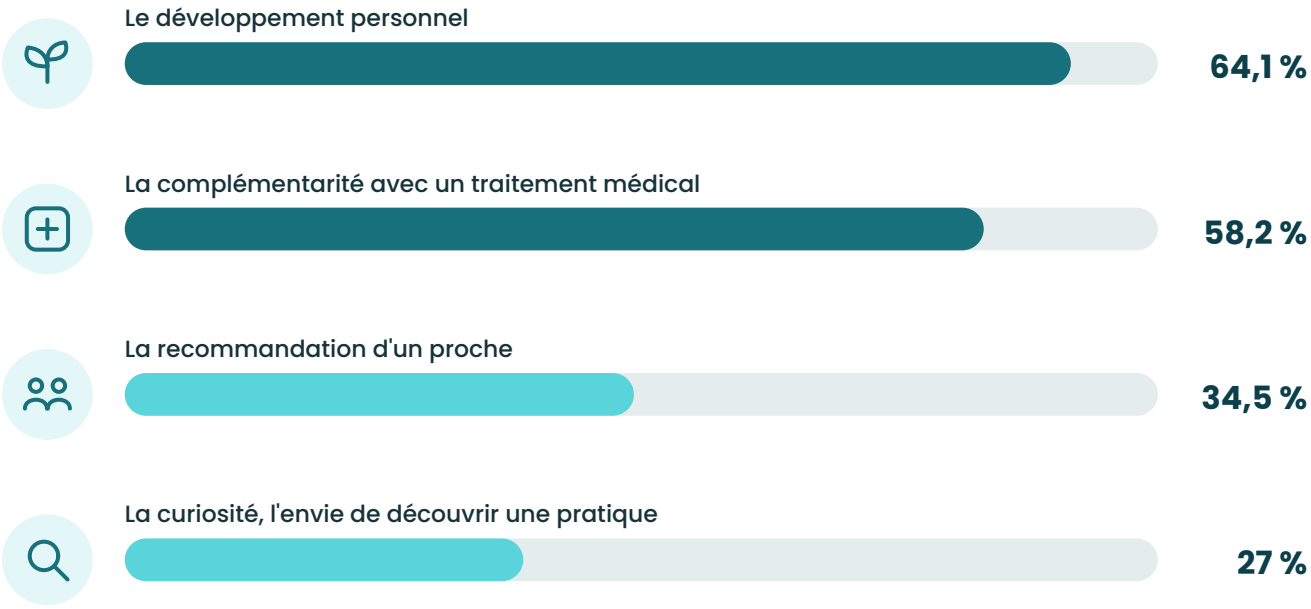
En 2023, l'adhésion ne pose pas question : la quasi-totalité des répondants a une image favorable des médecines complémentaires ou n'a pas d'avis tranché. Le sujet se situe ailleurs. Près de quatre répondants sur dix estiment manquer d'informations claires sur ces pratiques, et attendent qu'on les aide à s'y repérer.



03 LES MOTIVATIONS

Pourquoi consulter un praticien ?

Plusieurs réponses étaient possibles : le total dépasse donc 100 %.



Base : 2 323 répondants. Plusieurs réponses possibles.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2023, enquête en ligne du 1er mars au 15 avril 2023 (échantillon non représentatif).

64,1 %
citent le développement personnel : la première motivation.

58,2 %
consultent aussi en complément d'un traitement médical.

LE REGARD DE RESALIB

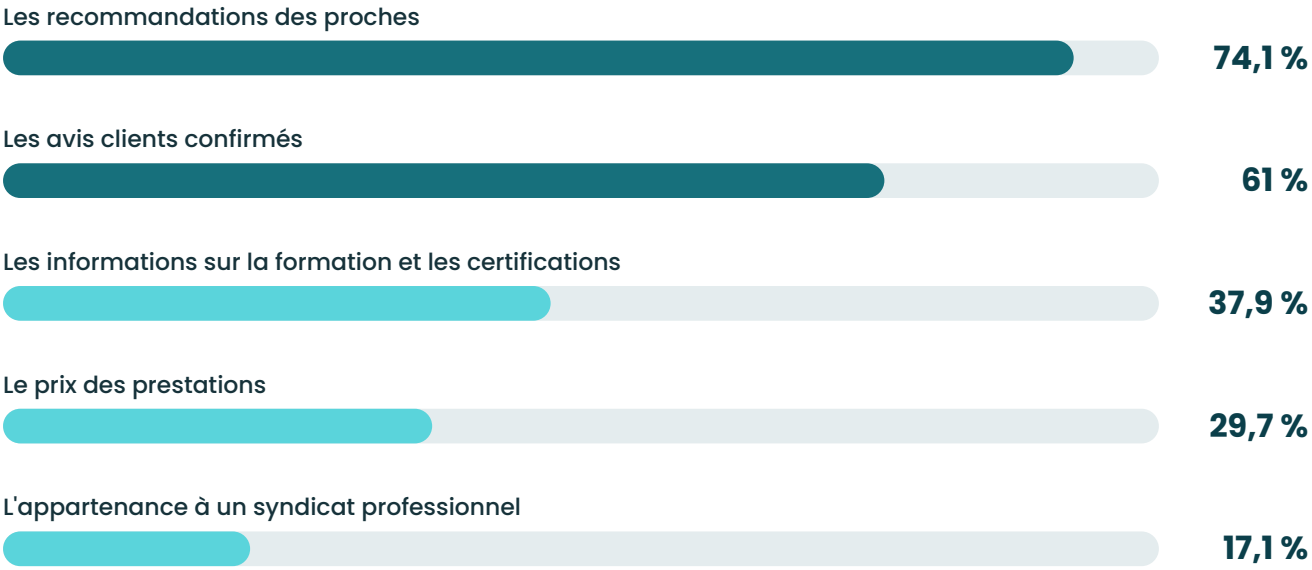
Plus d'un répondant sur deux cite chacune de ces deux motivations. Les médecines complémentaires apparaissent comme une démarche d'abord personnelle, souvent menée en complément d'un suivi médical. La recommandation d'un proche et la curiosité ouvrent la porte à une partie du public.

04 LE CHOIX DU PRATICIEN

Comment choisit-on son praticien ?

Les critères les plus importants

Plusieurs réponses possibles



Où prend-on rendez-vous ?

Mode de consultation préféré



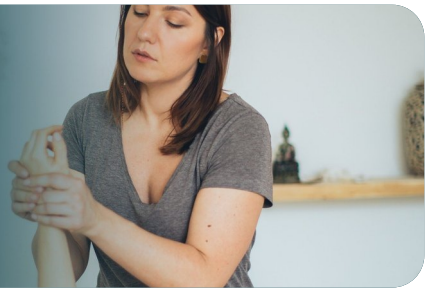
3,5 %
téléconsultation et domicile

1,2 %
séances de groupe

Base : 2 323 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2023, enquête en ligne du 1er mars au 15 avril 2023 (échantillon non représentatif).

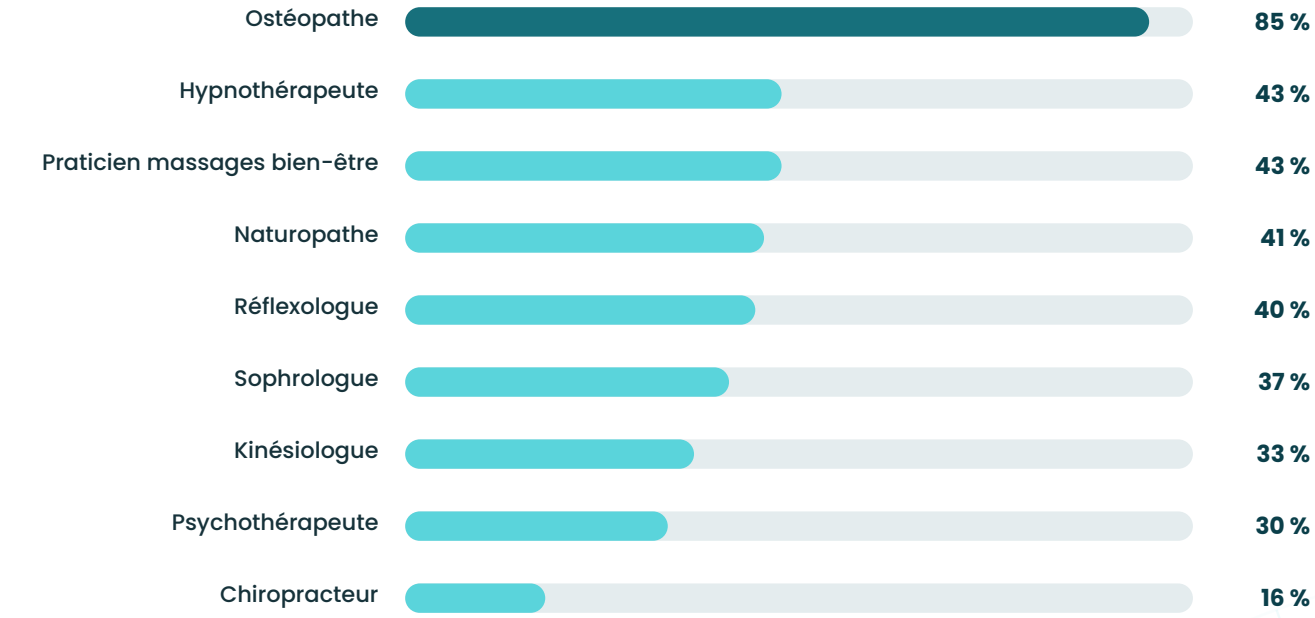
LE REGARD DE RESALIB

Le bouche-à-oreille pèse plus lourd que les titres : les recommandations de proches et les avis clients confirmés devancent nettement la formation, le prix et l'appartenance syndicale. Le cabinet reste le lieu de rendez-vous de référence, loin devant la téléconsultation et le domicile.



Les pratiques bien-être les plus consultées

Part des répondants ayant consulté chaque pratique. Plusieurs réponses possibles.



Les 14 autres pratiques consultées

Professeurs de yoga	**29,3 %**	Étiopathes	**9,5 %**
Praticiens Reiki	**28,5 %**	Géobiologues	**9 %**
Praticiens en médecine chinoise	**27,8 %**	Praticiens ayurvéda	**9 %**
Praticiens shiatsu	**19 %**	Fasciathérapeutes	**6 %**
Diététiciens nutritionnistes	**18 %**	Psychopraticiens	**6 %**
Conseillers en fleurs de Bach	**15 %**	Art-thérapeutes	**6 %**
Coachs professionnels certifiés	**10,2 %**	Gestalt-thérapeutes	**3,5 %**

Base : 2 323 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2023, enquête en ligne du 1er mars au 15 avril 2023 (échantillon non représentatif).

LE REGARD DE RESALIB

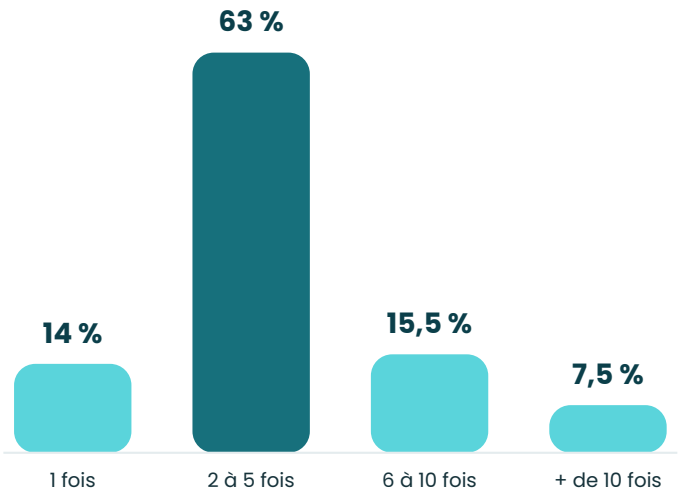
L'ostéopathie est la pratique la plus consultée en 2023, à 85 %. Hypnothérapeutes, praticiens en massages bien-être, naturopathes et réflexologues suivent entre 40 % et 43 %. Ces résultats portent sur le panel interrogé, des personnes déjà proches du bien-être, interrogées notamment via la plateforme Resalib.



Fréquence et budget annuel

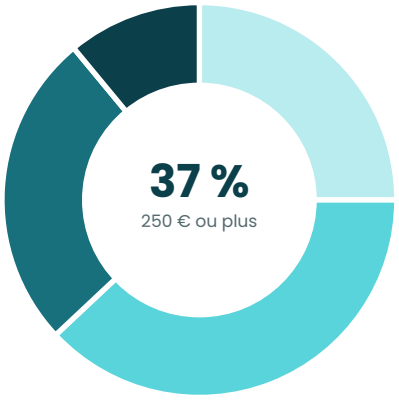
Consultations par an

Répartition des répondants



Budget annuel

Part des répondants par tranche



Moins de 100 €	25 %
100 à 250 €	38 %
250 à 500 €	26 %
Plus de 500 €	11 %

Base : 2 323 répondants.
Source : Baromètre bien-être Resalib 2023, enquête en ligne du 1er mars au 15 avril 2023 (échantillon non représentatif).

63 % consultent entre deux et cinq fois par an.

37 % consacrent 250 € ou plus par an à leur bien-être.

LE REGARD DE RESALIB

Pour une partie des répondants, consulter est une pratique installée : près de deux sur trois voient un praticien entre deux et cinq fois par an. Côté budget, 63 % dépensent moins de 250 € par an (25 % moins de 100 €, 38 % entre 100 et 250 €), et plus d'un tiers consacre 250 € ou plus à son bien-être.



Méthodologie et précautions de lecture

L'enquête

COLLECTE

Questionnaire en ligne (formulaire Google), ouvert au grand public du 1er mars au 15 avril 2023.

RÉPONDANTS

2 323 personnes, âge moyen de 48 ans, 86 % de femmes.

DIFFUSION

Plateforme Resalib, réseaux sociaux et partenaires professionnels du secteur.

PARTICIPATION

Libre, anonyme et gratuite.

Comment lire les résultats

Le baromètre est un questionnaire **auto-administré**, diffusé auprès de personnes déjà proches du bien-être et des médecines complémentaires. Il ne s'agit pas d'un sondage au sens statistique : l'échantillon n'est **pas représentatif** de la population française.

Les résultats sont des **indicateurs de tendances** au sein d'une population engagée dans ces pratiques.

Citer ce baromètre

« Baromètre bien-être Resalib 2023, enquête en ligne auprès de 2 323 répondants, 1er mars – 15 avril 2023. Source : Resalib »

https://www.resalib.fr/etude-donnee-resalib/barometre-bien-etre-2023

À PROPOS DE RESALIB

Resalib est le premier réseau de médecines douces en France, avec plus de 80 000 praticiens référencés. Chaque année, le baromètre bien-être recueille l'avis des Français sur leurs pratiques, leurs attentes et leur information. Les autres éditions et études de Resalib sont réunies sur resalib.fr.

Photographies : Pexels.