

UNE MAJORITÉ D'ÉTUDIANTS EN BONNE SANTÉ MAIS CERTAINS EN GRANDE FRAGILITÉ

OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ DES ÉTUDIANTS DE GRENOBLE - OSEG

Créé en 2005, l'Observatoire de la Santé des Étudiants de Grenoble permet de disposer d'un tableau de bord de l'évolution de certains comportements, attitudes et perceptions liés à la santé. Ce dispositif d'enquêtes annuelles concerne tour à tour trois niveaux d'étude (première, deuxième et quatrième année) et permet ainsi de réactualiser les orientations de santé et de définir les besoins de soins et les missions de prévention.

Cette nouvelle enquête de l'OSEG a été réalisée en ligne, par questionnaire auto-administré, entre octobre et décembre 2018 auprès d'étudiants inscrits en première année à l'Université Grenoble Alpes, Grenoble INP ou Sciences Po Grenoble (à Grenoble ou Valence). Pour la première fois, les étudiants de l'UFR de Médecine étaient inclus dans l'enquête. Au total 2 305 questionnaires ont été validés soit un taux de réponses de 31%.

Cette enquête marque un changement de méthodologie par rapport aux précédentes enquêtes sur les étudiants de première année, jusqu'à présent réalisées au moment de l'inscription dans l'enseignement supérieur.

**OBSERVATOIRE DE LA SANTÉ
DES ÉTUDIANTS DE GRENOBLE**
Centre de santé
Communauté Université
Grenoble Alpes

180 rue de la Piscine
Domaine universitaire
38400 Saint-Martin-d'Hères

04 76 82 40-70

centre-de-sante@univ-grenoble-
alpes.fr

BULLETIN N° 13

Cette nouvelle enquête de l'OSEG dresse un état des lieux de la santé des étudiants à leur entrée dans l'enseignement supérieur. Elle confirme une fois encore la bonne santé générale des étudiants de première année.

Toutefois, elle met également en évidence un groupe d'étudiants plus fragiles que les autres d'un point de vue social, économique et/ou psychique. Ces étudiants, représentant près d'un quart des inscrits, se perçoivent en moins bonne santé que les autres, tant sur le plan physique que moral, et présentent une moins bonne hygiène de vie (privation de sommeil plus importante, pas de sport, alimentation moins équilibrée).

L'enquête révèle par ailleurs de fortes disparités de certains comportements de santé selon l'établissement, le type de cursus ou encore le domaine d'études. Compte tenu de la population interrogée et de la période de l'enquête, on ne peut pas considérer qu'il y ait une influence de l'université sur ces comportements mais il sera important de suivre leurs évolutions et de développer des actions de prévention ciblées.

HYGIÈNE DE VIE

AUTO-PERCEPTION DE LA SANTÉ

Les trois quarts des étudiants de première année se considèrent en bonne santé (note supérieure ou égale à 7 sur une échelle d'auto-perception allant de 1 [très mauvaise santé] à 10 [très bonne santé]).

Le sommeil et le sport sont deux éléments liés à la perception de la santé : une mauvaise qualité et/ou quantité de sommeil diminue le sentiment d'une bonne santé à l'inverse de la pratique sportive qui l'augmente.

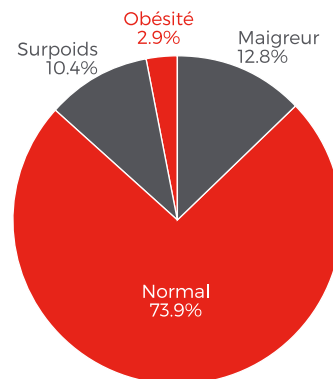
CORPULENCE

Près de 75% des étudiants ont une corpulence normale contre 13,3% en surpoids ou obèses, sans aucune différence significative entre les hommes et les femmes. Nous constatons une augmentation du surpoids et de l'obésité par rapport à l'enquête L1 2014 [1].

Il faut noter que 10,6% des étudiants considérés en sous-poids au vu de leur indice de masse corporelle (inférieur à 18,5) se perçoivent toutefois trop gros. Ces jeunes, dont une large

majorité de filles, ont donc une vision erronée de leur propre corps.

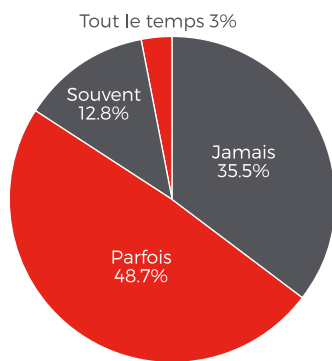
Figure 1
Corpulence des étudiants



SOMMEIL

Près de 16% des étudiants déclarent se priver fréquemment de sommeil au profit de leurs études. Ce manque de repos accentue les difficultés de sommeil (problèmes d'endormissement, de maintien ou de sommeil non réparateur) : 87,1% des étudiants qui se privent tout le temps de repos expriment souvent un sommeil de mauvaise qualité contre 24,4% de ceux ne s'en privant jamais.

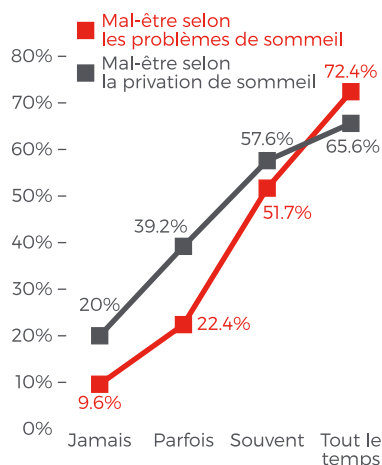
Figure 2
Fréquence de la privation de sommeil



L'enquête révèle que les étudiants de Sciences Po Grenoble sont les plus nombreux à se priver régulièrement de sommeil (43,4%). Contrairement à ce que l'on aurait pu croire, les étudiants en première année commune aux études de santé (PACES) ne privilégient pas davantage que les autres leurs études au détriment de leur sommeil.

Le sommeil est étroitement lié à la santé psychique. Différentes enquêtes confirment notamment qu'une mauvaise qualité et/ou quantité de sommeil accentue le risque de symptômes dépressifs.

Figure 3
Sentiment de mal-être selon le sommeil

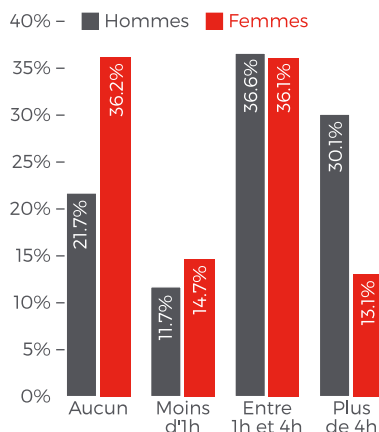


Lecture : 51,7% des étudiants déclarant souvent des problèmes de sommeil, expriment des signes de mal-être

ACTIVITÉ SPORTIVE

Près de 70% des étudiants ont pratiqué une activité sportive au cours des sept jours précédant l'enquête, avec comme toujours une pratique beaucoup plus répandue et plus importante chez les garçons.

Figure 4
Temps de pratique sportive par sexe



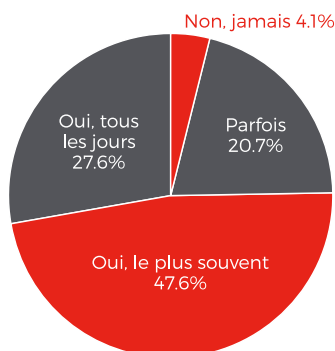
Lecture : 21,7% des hommes et 36,2% des femmes n'ont pas fait de sport au cours des sept derniers jours

À Grenoble INP et Sciences Po Grenoble, l'activité sportive fait partie intégrante du cursus de première année avec deux heures hebdomadaires obligatoires. Ceci explique que près de 90% des inscrits de ces deux établissements ont pratiqué plus d'une heure de sport au cours des sept derniers jours. Ce n'est pas le cas au sein de l'Université Grenoble Alpes, notamment en Licences Arts, lettres ou langues où nous observons le moins de sportifs (59,6%) et ce indépendamment du fait qu'il s'agisse de filières majoritairement féminines.

ALIMENTATION

Plus de la moitié des étudiants de première année estiment avoir une alimentation équilibrée bien que 15,4% considèrent que leur budget ne leur permet pas de manger de façon équilibrée.

Figure 5
Suffisamment de temps pour le repas de midi



Durant leur semaine de cours, 24,8% des étudiants n'ont pas toujours assez de temps pour leur repas de midi. Cette pause méridienne influe sur l'équilibre alimentaire puisque les étudiants qui n'ont pas toujours suffisamment de temps sont plus nombreux à déclarer ne pas avoir une alimentation équilibrée.

Ce sont les étudiants inscrits à Sciences Po qui sont les plus nombreux à estimer ne pas avoir assez de temps (44,4%).

24,7% des étudiants déclarent souvent manger pour compenser des émotions négatives (tristesse, anxiété, ennui, colère...) tandis que 20,8% expriment de fréquentes pertes de contrôle des quantités ingérées. Ces troubles du comportement alimentaire sont liés à un sentiment de mal-être.

SANTÉ PSYCHIQUE

Le Mental Health Inventory (MHI-5) mesure la santé psychique à travers cinq questions. La présence de troubles psychologiques est définie par un score inférieur ou égal à 52 (sur une échelle variant de 0 à 100 calculée de manière à ce qu'un score élevé indique un meilleur état de santé psychique) mais il ne s'agit en aucun cas d'un diagnostic psychiatrique.

Parmi les étudiants interrogés, 23,7% des hommes et 46,0% des femmes expriment des signes de mal-être.

En première année de médecine, près d'un étudiant sur deux souffre d'un sentiment de mal-être, soit deux fois plus qu'à l'IUT 1 (métiers de l'industrie et de la communication). Notons également que 43,8% des étudiants inscrits en Arts, lettres et langues déclarent des signes de souffrance psychique.

8,9% des étudiants ont déjà fait une tentative de suicide dont 1,1% au cours des douze derniers mois. Le suivi reste toujours très insuffisant puisque 46,2% des étudiants concernés n'ont bénéficié d'aucune prise en charge suite à leur geste (aucune consultation avec un médecin généraliste, ni de suivi psychologique ou psychiatrique, ni passage aux urgences ou hospitalisation).

Le sentiment de mal-être est en lien avec de moins bons comportements de santé (privation de sommeil plus fréquente, alimentation non équilibrée, moins de sport) mais pas avec la consommation de produits psychoactifs (hormis des ivresses moins fréquentes).

Tableau 1
Sentiment de mal-être et comportements de santé

	Odds-ratio	IC à 95%
Privation de sommeil au profit des études		
Jamais	1	
Parfois	2.6%***	[2.1 ; 3.2]
Souvent	5.5%***	[4.0 ; 7.4]
Tout le temps	7.7%***	[4.4 ; 13.5]
Activité sportive		
Aucune	1	
Moins de 1h	0.7*	[0.5 ; 1.0]
Entre 1h et 4h	0.6***	[0.4 ; 0.7]
Plus de 4h	0.3***	[0.2 ; 0.4]
Alimentation équilibrée		
Oui	1	
Non	2.0***	[1.7 ; 2.5]
Ne sait pas	2.2***	[1.7 ; 2.9]
Consommation de produits psychoactifs		
Tabac régulier	1.1	[0.9 ; 1.5]
Alcool régulier	1.0	[0.7 ; 1.3]
Ivresses régulières	0.7*	[0.5 ; 1.0]
Cannabis récent	1.2	[1.0 ; 1.6]

*** Signale les Odds-ratios significativement différents de 1 au seuil 0.001

Lecture : les étudiants en situation de mal-être sont 2 fois plus nombreux à ne pas avoir une alimentation équilibrée

Il faut noter un renoncement aux soins deux fois plus important des étudiants présentant des signes de souffrance psychique (14,3% versus 6,2% pour les autres, $p < 0,001$). Différentes enquêtes, ayant déjà mis en évidence ce lien entre le renoncement aux soins et les difficultés psychologiques, posent la question de la non-reconnaissance d'un besoin de soins ou de la difficulté à y accéder [2].

CONSOMMATION DE PRODUITS PSYCHOACTIFS

Les niveaux de consommation utilisés dans les enquêtes de l'OSEG ont été définis par l'Observatoire Française des Drogues et des Toxicomanies (OFDT) :

■ L'usage récent d'un produit correspond à au moins une consommation au cours des trente derniers jours.

■ La consommation régulière d'alcool et de cannabis équivaut à au moins dix usages au cours des trente derniers jours. En ce qui concerne le

tabac, il s'agit d'une consommation d'au moins une cigarette par jour.

■ Les ivresses régulières désignent le fait d'avoir connu au moins dix épisodes d'ivresses durant les douze derniers mois.

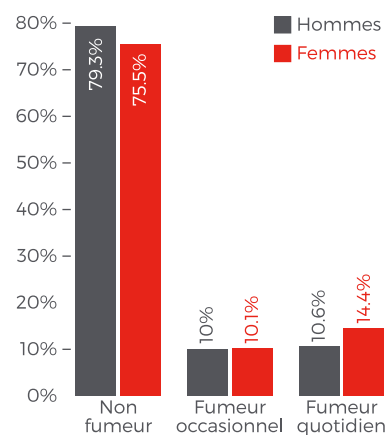
■ L'alcoolisation ponctuelle importante (API) est le fait d'avoir bu au moins cinq verres en une seule occasion.

TABAC

12,7% des étudiants de première année fument quotidiennement du tabac (moyenne de 7 cigarettes par jour) ce qui montre un recul par rapport à l'enquête L1 2014 [1]. On peut se poser la question de l'influence de la campagne Moi(s) sans tabac créée en 2016. Le Baromètre Santé 2017 montre en effet que 19% des tentatives d'arrêt sont liées au Moi(s) sans tabac et cette campagne a d'autant plus d'effets chez les jeunes [3].

Pour la première fois depuis la création de l'OSEG en 2005, nous observons une différence du tabagisme régulier entre les hommes et les femmes, celles-ci étant plus nombreuses à fumer tous les jours.

Figure 6
Consommation de tabac



Lecture : 14,4% des femmes fument quotidiennement

La prévalence du tabagisme quotidien est deux fois plus faible parmi les étudiants grenoblois que chez les jeunes au niveau national où 25,1% des jeunes de 17 ans déclarent une consommation régulière [4].

Seuls 2,7% des étudiants interrogés utilisent une cigarette électronique, peut-être dans un processus de sevrage tabagique. La cigarette électronique est en effet l'outil d'aide au sevrage tabagique le plus utilisé par les fumeurs souhaitant arrêter de fumer [5].

ALCOOL ET IVRESSES

La consommation régulière d'alcool concerne 8,4% des étudiants de première année et 11,9% déclarent connaître des ivresses de façon régulière. Les hommes restent toujours de plus grands consommateurs d'alcool tant en terme de fréquence de consommation que de fréquence des ivresses.

41,9% des étudiants déclarent au moins une alcoolisation ponctuelle importante au cours des 30 derniers jours. Ce concept est proche du binge drinking qui consiste à atteindre l'ivresse le plus rapidement possible. Cette pratique, de façon répétée, peut provoquer des atteintes à la substance blanche et avoir des conséquences néfastes sur la santé des jeunes [6].

Les étudiants grenoblois sont aussi nombreux à déclarer une consommation régulière d'alcool qu'au niveau national (8,4% des jeunes de 17 ans [4]).

Tableau 2
Consommation d'alcool par sexe

	Hommes	Femmes	Ensemble
Alcool régulier	11,6%	5,5%***	8,4%
Ivresses régulières	15%	9,1%***	11,9%
API régulières	2%	1,1%	1,5%

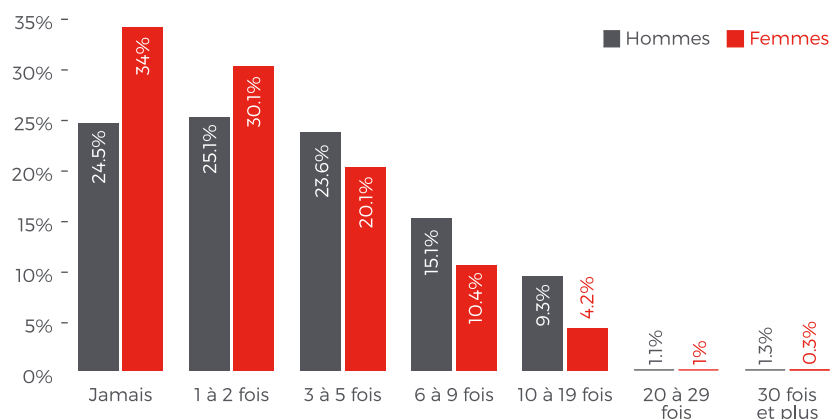
*** Signale les différences statistiquement significatives au seuil 0,001 entre les sexes

L'enquête révèle une consommation régulière d'alcool deux fois plus répandue à Grenoble que parmi les étudiants de Valence (respectivement 8,6% et 4,2%).

Nous notons également une consommation d'alcool bien plus importante à Sciences Po Grenoble où l'usage régulier d'alcool, de même que les ivresses régulières, concernent 30% des inscrits.

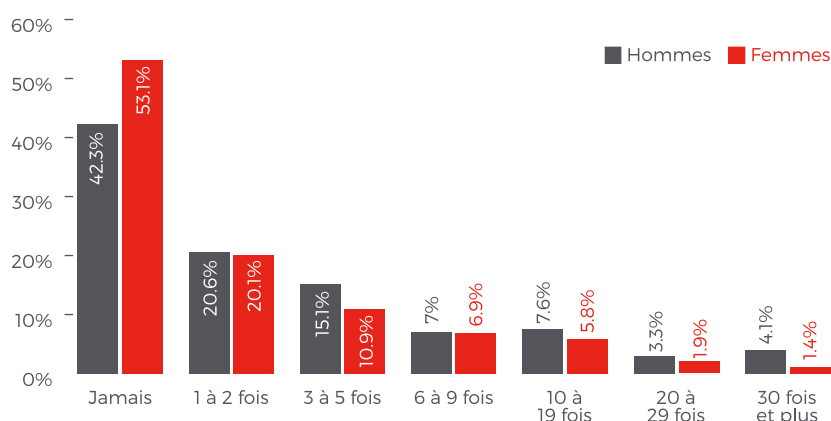
Un tiers des étudiants consommateurs d'alcool (70,5% des étudiants) a déjà constaté qu'il n'était plus capable de s'arrêter de boire tandis que 40% ne pouvaient pas se rappeler ce qui s'était passé durant la soirée.

Figure 7
Fréquence mensuelle de la consommation d'alcool



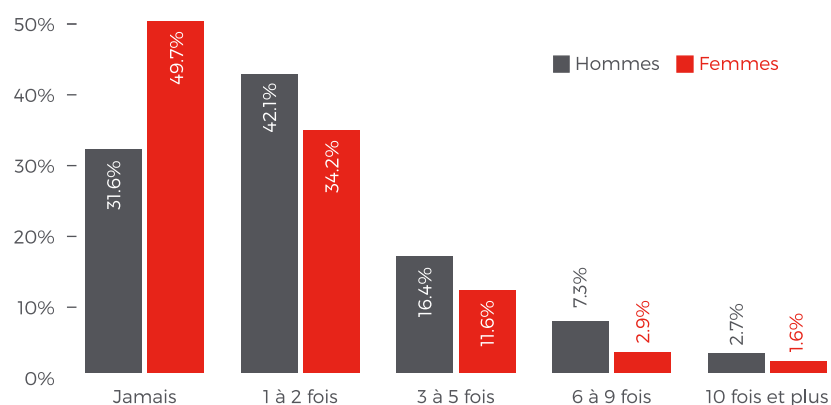
Lecture : 34,0% des femmes n'ont pas consommé d'alcool au cours des 30 derniers jours

Figure 8
Fréquence annuelle des ivresses



Lecture : 53,1% des femmes n'ont pas connu d'épisode d'ivresse au cours des 12 derniers mois

Figure 9
Fréquence mensuelle des alcoolisations ponctuelles importantes (parmi les consommateurs d'alcool)



Lecture : 2,7% des hommes consommateurs d'alcool ont déclaré plus de 10 API au cours des 30 derniers jours

CANNABIS

14,2% des étudiants déclarent une consommation récente de cannabis dont 4,0% sont consommateurs réguliers. Cet usage est plus répandu chez les hommes, qu'il soit régulier ou non.

La consommation de cannabis est moindre à Grenoble qu'au niveau national où 21% des jeunes de 17 ans se déclarent consommateurs dont 7,2% de façon régulière [4].

Tout comme pour l'alcool, les étudiants de Sciences Po sont les plus nombreux à déclarer consommer du cannabis (22,1% de consommateurs).

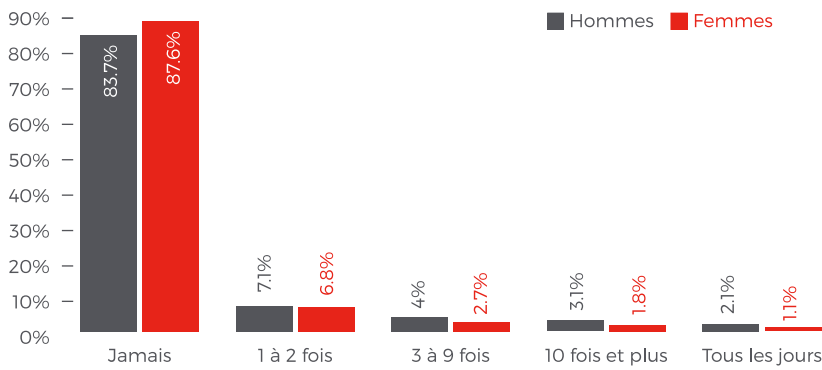
MÉDICAMENTS PSYCHOTROPES ET AUTRES DROGUES

11,2% des étudiants de première année ont pris des médicaments psychotropes au cours des douze derniers mois (antidépresseurs, neuroleptiques, hypnotiques ou anxiolytiques). Près de 40% d'entre eux ont déjà pris ces médicaments sans ordonnance. Pour ces étudiants, le recours à de tels médicaments semble donc hors d'un cadre thérapeutique et on peut alors se poser la question d'un usage détourné de ces substances.

Les femmes sont plus nombreuses à avoir pris à ce type de médicaments (12,5% versus 9,6% des hommes).

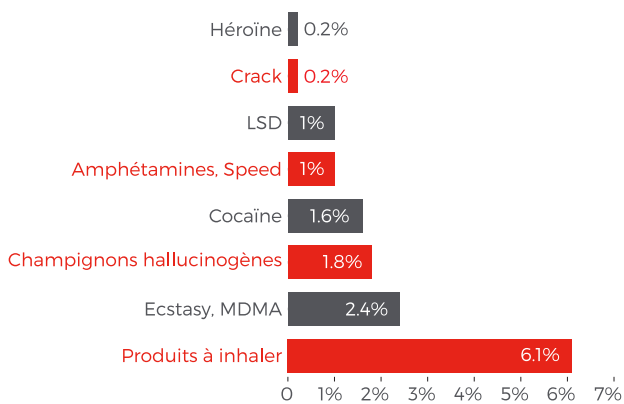
Concernant les drogues, à l'exception du cannabis, les plus répandues sont les produits à inhaler tels que les poppers, colles ou solvants avec 6,1% des étudiants qui déclarent une consommation dans l'année. Pour les autres drogues (champignons hallucinogènes, amphétamines, cocaïne...), l'enquête révèle moins de 2,5% de consommateurs ce qui correspond aux niveaux observés chez les 18-25 ans au niveau national [7].

Figure 10
Consommation mensuelle de cannabis



Lecture : 83,7% des hommes ne consomment pas de cannabis

Figure 11
Consommation de drogues au cours des 12 derniers mois



CONDITIONS DE VIE

SITUATION DE VULNÉRABILITÉ SOCIALE

La situation de vulnérabilité sociale est établie d'après le score d'Évaluation de la Précarité et des Inégalités de santé pour les Centres d'Examens de Santé (EPICES) qui repose sur onze questions renseignant sur les déterminants matériels et sociaux de la précarité. Un score EPICES supérieur à 30,17 indique une précarité sociale, sur une échelle variant de 0 (absence de fragilité) à 100 (maximum de fragilité).

En première année, 17,4% des étudiants interrogés déclarent rencontrer des difficultés financières à certaines périodes du mois et plus d'un quart connaît une situation de vulnérabilité sociale. Cela montre bien que le score EPICES ne traduit pas seulement une précarité financière mais révèle plus largement une fragilité sociale.

Les étudiants internationaux ou ceux boursiers sur critères sociaux ont plus de risques que les autres de déclarer des difficultés financières et plus généralement de connaître une situation de précarité sociale.

Tableau 3
Facteurs liés aux difficultés financières

Effet	Odds-ratio	IC à 95%
Nationalité		
Français	1	
Étranger	4,2***	[2,8 ; 6,1]
Bourse sur critères sociaux		
Non	1	
Oui	2,1***	[1,6 ; 2,6]

*** Signale les Odds-ratios significativement différents de 1 au seuil 0.001

Tableau 4
Facteurs liés à la précarité sociale

Effet	Odds-ratio	IC à 95%
Nationalité		
Français	1	
Étranger	7,0***	[4,7 ; 10,5]
Bourse sur critères sociaux		
Non	1	
Oui	2,4***	[1,9 ; 2,9]

*** Signale les Odds-ratios significativement différents de 1 au seuil 0.001

Lecture : les étudiants internationaux ont 7 fois plus de risques de connaître une situation de précarité sociale que les Français

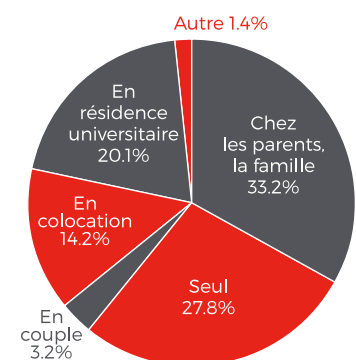
Cette précarité est liée à l'état de santé des étudiants aussi bien au niveau physique que psychique. Ainsi les étudiants en situation de précarité sociale ou ayant des difficultés financières se perçoivent en moins bonne santé et sont plus nombreux à exprimer des signes de souffrance psychique.

Les étudiants inscrits en licences d'arts, de lettres ou de langues sont les plus précaires aussi bien d'un point de vue social (38,2% versus 26,5% sur l'ensemble des étudiants) que financier (25,1% versus 17,4%). On remarque également que 22,7% des étudiants de Sciences Po Grenoble déclarent des difficultés financières sans pour autant connaître une situation de précarité sociale.

LOGEMENT

68,8% des étudiants de première année sont décohabitants, c'est-à-dire qu'ils ne vivent pas avec leurs parents ou chez un membre de leur famille.

Figure 12
Mode de logement des étudiants



Les étudiants en situation de précarité sociale sont davantage décohabitants puisque 77,5% d'entre eux vivent hors du foyer familial contre 63,1% des non-précaires (p<0,001).

Les étudiants boursiers sur critères sociaux sont trois fois plus nombreux que les autres à vivre en résidence universitaire (30,6% versus 10,2%, $p < 0,001$) ce qui est cohérent au vu des critères d'attribution de ces logements.

ACTIVITÉ RÉMUNÉRÉE

En première année à l'université, un quart des étudiants exerce une activité rémunérée (hors alternance et stages) dont 2,1% travaillent plus d'un mi-temps. Les activités les plus courantes restent le baby-sitting et les emplois dans le commerce ou la restauration.

Le travail salarié n'est pas lié à la bourse ni à une situation de précarité sociale mais seulement aux difficultés financières. Les étudiants déclarant avoir du mal à faire face à leurs dépenses sont plus nombreux à exercer une activité rémunérée en parallèle de leurs études (30,1% versus 24,7%, $p < 0,05$).

Il est à noter que travailler plus d'un mi-temps est en lien avec l'état de santé puisque les étudiants concernés se perçoivent en moins bonne santé et sont plus nombreux à exprimer un sentiment de souffrance psychique. De plus, ces étudiants se privent davantage de sommeil que les autres.

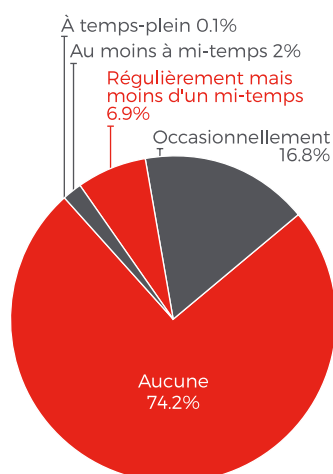
L'enquête révèle que les étudiants de Sciences Po Grenoble sont plus nombreux à exercer une activité rémunérée (39,3%) essentiellement occasionnelle. Ceci est certainement en lien avec les difficultés financières exprimées.

RENONCEMENT AUX SOINS

Depuis septembre 2018 et la suppression progressive de la sécurité sociale étudiante, tous les jeunes primo-inscrits en première année dans l'enseignement supérieur sont affiliés à la sécurité sociale générale. La protection sociale des étudiants s'exprime également par leur couverture complémentaire, or 14,2% des étudiants interrogés n'ont pas de mutuelle. Cette absence de complémentaire santé est associée à des difficultés financières et à une situation de précarité sociale.

Il faut noter une importante disparité entre les étudiants français et internationaux puisque ces derniers sont trois fois plus nombreux à ne pas avoir de mutuelle (44,8% versus 12,3%, $p < 0,001$).

Figure 13
Temps de travail rémunéré des étudiants



9% des étudiants ont renoncé à des soins au cours des douze derniers mois dont près d'un quart a renoncé à consulter un médecin généraliste. Les principales raisons de ce renoncement sont tout d'abord l'incompatibilité avec des contraintes personnelles ou professionnelles (emplois du temps, travail salarié...) (36,3%) puis viennent les difficultés financières (30,5%) et les délais de rendez-vous trop longs (26,8%).

Ce renoncement est bien moindre à Grenoble qu'au niveau national où il concerne environ une personne sur 4 dans la population étudiante [2]. Rappelons que cette enquête de l'OSEG concerne des jeunes primo-inscrits dans l'enseignement supérieur (donc lycéens l'année précédente).

Le renoncement aux soins est évidemment lié à l'absence de complémentaire : le risque de renoncer à des soins est multiplié par 1,6 pour les étudiants sans mutuelle ($p < 0,05$).

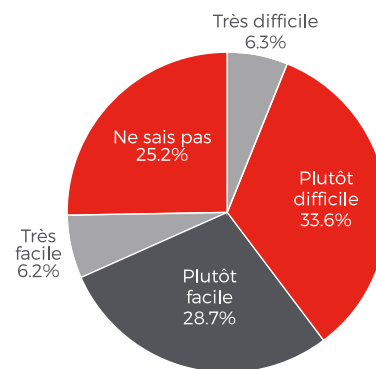
39,3% des étudiants interrogés connaissent le Centre de santé interuniversitaire. Il existe une forte disparité entre les filières puisque plus de 70% des étudiants de Sciences Po connaissent le Centre de santé, ceci étant le résultat d'un partenariat privilégié avec les responsables de l'établissement.

OPINIONS SUR LES DÉBOUCHÉS PROFESSIONNELS

Dès le début de leur première année dans l'enseignement supérieur, 39,9% des étudiants ont une opinion négative face à leur avenir et

estiment déjà qu'il leur sera difficile de trouver des débouchés professionnels.

Figure 14
Opinion sur les possibilités d'insertion professionnelle



Le rapport à l'avenir des étudiants est très marqué par la filière suivie. En effet les étudiants inscrits dans une « grande école » (Grenoble INP ou Sciences Po Grenoble) et ceux en médecine évaluent de manière positive leurs chances d'insertion professionnelle. A l'inverse, c'est en arts, lettres et langues au sein de l'UGA que l'on observe le pessimisme le plus important.

BIBLIOGRAPHIE

- [1] Centre de santé Communauté Université Grenoble Alpes, «La santé des primo-inscrits.» 2016.
- [2] J.-F. Giret, C. Van de Velde et E. Verley, Les vies étudiantes : Tendances et inégalités, Paris: La documentation française, 2016.
- [3] R. Guignard, J.-B. Richard, A. Pasquereau, R. Andler, P. Arwidson, O. Smadja et V. Nguyen-Thanh, «Tentatives d'arrêt du tabac au dernier trimestre 2016 et lien avec Mois Sans Tabac : Premiers résultats observés dans le Baromètre Santé 2017.» BEH, pp. 298-303, 29 mai 2018.
- [4] S. Spilka, O. Le Nézet, E. Janssen, A. Brissot, A. Philippon, J. Shah et S. Chyderiotis, «Les drogues à 17 ans : analyse de l'enquête ESCAPAD 2017.» Tendances, Février 2018.
- [5] F. Bourdillon, «1,6 million de fumeurs en moins en 2 ans, des résultats inédits.» BEH, pp. 270-271, 28 Mai 2019.
- [6] M. Naassila, «Alcool & Santé - Lutter contre un fardeau à multiples visages.» 3 Mars 2016. [En ligne]. Available: <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/alcool-sante>.
- [7] S. Spilka, J.-B. Richard, O. Le Nézet, E. Janssen, A. Brissot, A. Philippon, J. Shah, S. Chyderiotis, R. Andler et C. Cogordan, «Les niveaux d'usage des drogues illicites en France en 2017.» Tendances, Novembre 2018.
- [8] P.-H. Luppi, «Sommeil - Faire la lumière sur notre activité nocturne.» 7 Septembre 2017. [En ligne]. Available: <https://www.inserm.fr/information-en-sante/dossiers-information/alcool-sante>.