



Dunkerque, le 16 octobre 2012

Madame, Monsieur,

Nous vous remercions d'avoir pris part à notre point presse réalisé pour le lancement de l'évènement Nutrisport 2012.

Vous trouverez dans le dossier joint, toutes les informations relatives au dispositif Universanté et aux Journées Nutrisport :

- Le communiqué de presse de l'évènement
- La présentation générale du projet Universanté :
  - o Les Journées Nutrisport : le Bilan de santé
  - o Les Journées Nutrisport : le Village santé
  - o Le projet associé
- Les financeurs et partenaires de l'évènement
- Les contacts
- L'étude nationale réalisée par la LMDE en 2011 portant sur la santé des étudiants
- Le questionnaire remis aux étudiants participants lors des journées Nutrisport

Nous restons à votre disposition pour toute demande ou tout complément d'information.

Cordialement

## UNIVERSANTE Les journées NUTRISPORT 2012

**UNIVERSANTÉ  
NUTRISPORT**

Pour connaître  
ton capital santé

Un événement unique en France

Echange  
avec un médecin,  
une infirmière,  
une assistante  
sociale,  
une diététicienne...

Evalue  
ton capital  
santé

Dépense toi  
sur les  
activités  
en accès libre

Un concours  
avec des lots à gagner  
à chaque journée

Certificat médical délivré  
de non contre-indication à la pratique d'un sport

Venez nous retrouver

Le 25 octobre  
**Berck/Mer**  
IFMK  
Avenue du Phare

Le 8 novembre  
**Boulogne/Mer**  
Ilot Saint Louis

Le 15 novembre  
**Calais**  
Gymnase  
Ferdinand Bultron  
220 rue Ferdinand Bultron

à partir de 9h30\* et jusque 17h  
\* 9h30 pour Berck/Mer

Le 22 octobre  
**Dunkerque**  
Maison de l'étudiant  
280, avenue de la Mer

Le 29 novembre  
**Saint Omer**  
Avenue Descartes/  
62500 Longuenesse

Renseignements : Mutualité Française Nord-Pas-de-Calais 03.20.62.79.42  
Avec le soutien du Conseil Régional Nord-Pas de Calais

# DOSSIER PRESSE

# Universanté

**Universanté est une démarche de santé publique** conduite par le Laboratoire de Recherche Littorale en Activités Corporelles et Sportives (RELACS-ER3S.EA4110), en partenariat avec la Mutualité Française Nord-Pas de Calais et le Service de Médecine Préventive de l'ULCO.

*Elle est destinée à tous les membres de l'université et des établissements de formation partenaires ou associés, personnels et étudiants. Elle cible particulièrement les étudiants de première année de Licence. Les étudiants bénéficient d'incitations à y participer (tombola, invitations, matériel...), les personnels peuvent y participer sur leur temps de travail.*

Le projet Universanté se développe à l'ULCO dans plusieurs axes :

## Les Journées NUTRISPORT,

Elles sont organisées une fois par an, en octobre et novembre. Une journée se déroule sur chaque site (Berck sur Mer, Boulogne sur Mer, Calais, Dunkerque, Saint Omer). Elles comportent deux aspects :



1. Chaque participant réalise un **bilan de santé** complet (au sens ou l'entend l'OMS). Il est réalisé à partir d'une batterie de tests et de questionnaires. Il conduit à une orientation, dès l'issue des tests, vers un ou des professionnels présents et permet ainsi une prise en charge immédiate et personnalisée. L'ensemble de ces bilans est par ailleurs colligé et permet un état des lieux épidémiologique qui fait l'objet d'une exploitation dans le cadre d'un observatoire de la santé des étudiants du littoral.
2. Une démarche de promotion de la santé, menée simultanément dans les mêmes lieux, intitulée « **Village Santé** ».

*Les journées sont organisées avec le soutien du Conseil Régional Nord-Pas de Calais*

## Le projet Associe

3. Une **démarche individuelle d'éducation et de conseil en santé** appelée projet « Associe », est menée simultanément dans les mêmes lieux pour les personnes chez qui des déterminants de santé péjoratifs ont été détectés au cours du bilan. Cette démarche est réalisée par les personnels de la MPES de l'ULCO, les enseignants chercheurs de RELACS, les réseaux de santé ou d'intervention sociale et le SUAPS. Elle constitue une première étape d'une prise en charge qui sera poursuivie tout au long de l'année.



# Universanté

## Les Journées Nutrisport : Le bilan de santé

Afin d'évaluer d'une façon globale et la plus exhaustive possible l'état de santé de chaque étudiant, **un circuit de mesures anthropométriques** (poids, taille, masse grasse, tension artérielle), biologiques (Cholestérol, triglycérides, glycémie.) ainsi que des **tests physiques généraux** (endurance par test de Léger boucher, explosivité par test de sergent, force segmentaire par hand Grip, shuttle run test, saut explosif sans élan) sont proposés. Des questionnaires validés sont administrés ; ils évaluent les habitudes de vie (Sommeil par le Horn et Osberg et le Epworth SS, pratique d'activité physique, conduites addictives dont les addictions de type Internet/médias, perception de la santé globale par le « general health »).

Un système de score (observable dans chacun des grands champs évalués par un schéma de type « radar ») permet de **détecter les risques les plus fréquemment retrouvés dans la population**, mais aussi une approche individuelle des conduites à risque de chaque sujet et élaborer avec lui le protocole de prise en charge le plus approprié.

Pour mieux garantir la qualité des réponses, **l'évaluation est anonyme**. Seul le score final et/ou l'effondrement d'une partie ou totalité de la courbe du radar permet à chaque étudiant, lors d'un échange singulier avec un expérimentateur, d'accepter la levée de l'anonymat afin d'être adressé immédiatement, sur place, à un des professionnels disponibles (médecin, psychologue, infirmière, assistante sociale etc.) ;

Cette première prise en charge immédiate pourra conduire à une orientation secondaire dans une filière de soin, de soutien psychologique ou social, ou dans un des programmes d'intervention du projet « Associe ».

**Toutes les données recueillies sont, en respectant l'anonymat (agrément CNIL) archivées et traitées au sein d'un observatoire de la santé des étudiants du Littoral**. Des publications scientifiques sur les thèmes de l'addiction, du sommeil, de la sédentarité notamment sont en cours.

D'autre part, la réalisation pratique de cette journée entre dans le cadre des contenus pédagogiques « Evaluation de la santé », « Intervention et activités physiques adaptées », « Education et promotion de la santé, santé publique, management social éthique » des étudiants du Master STAPS « Intégration Education Santé » et des Instituts de Formation en Soins Infirmiers (compétence éducation à la santé et santé publique). Ces journées constituent pour eux l'aboutissement d'une série de travaux pratiques auxquels ils sont très attachés et qu'ils réalisent avec un grand professionnalisme.

***Les journées sont organisées avec le soutien du Conseil Régional Nord-Pas de Calais***

# Universanté

## Les Journées NUTRISPORT: Le Village Santé

Le village santé s'inscrit dans la démarche de promotion de la santé du projet Universante.



Il poursuit un double objectif :

- **Informer- sensibiliser** les étudiants et le personnel aux thématiques de l'alimentation, des addictions et de l'activité physique.  
*Rappeler les messages de prévention santé, délivrer des conseils simples à mettre en œuvre afin de susciter le changement d'habitude, découverte d'activité physique et saveurs par la mise en place animation et de dégustation.*
- Relayer l'offre locale sur les thématiques abordées.

Il est organisé en 3 pôles thématiques :

- Le pôle alimentation est composé à minima d'une diététicienne, de la CLCV, de la Maison du Pain, du Restaurant Universitaire et de la MGEN Pas de Calais/ Nord. A cette base s'ajoute les partenaires locaux.
- Le pôle activité physique est composé du SUAPS et de la présence d'une sophrologue.
- Le pôle addiction est composé a minima de Vie libre, LMDE et en fonction du territoire sont associés l'Association Michel, ABDC drogue, BDI drogue.

*Les journées sont organisées avec le soutien du Conseil Régional Nord-Pas de Calais*

# Universanté

## Le projet « Associé »

Il décline différents types d'interventions tout au long de l'année universitaire, et sur les différents sites.

### Interventions et activités physiques

Elles sont utilisées comme outil d'approche, de rassemblement et de socialisation, ainsi que de vecteur trans-disciplinaire d'intervention pour toutes les conduites à risque identifiées. Elles sont mises en œuvre de façon plus spécifique (SUAPS Adapté) chez les sujets ne présentant pas de risque dans les champs IMC, Sommeil ou Addictologie, mais ayant une forte sédentarité.

Les sujets sont regroupés dans le cadre de CEMHaVi par pathologie en ce qui concerne les IMC élevés\* (nécessité d'un cadre adapté pour ces sujets), ou par sites et créneaux horaires, en évitant les groupes par affinité chez les sujets présentant des problèmes de sommeil\*\* ou de conduites addictives\*\*. Les sujets présentant une forte sédentarité\*\*\* sont orientés sur des créneaux de Sport Universitaire.

Les pratiques sportives (CEMHaVi) sont proposées en dehors des horaires de cours (soirées, jeudi après midi, samedi et vacances universitaires). Les étudiants choisissent leur pratique qui est mise en œuvre par cycles de six semaines. Des pratiques de plein air et de piscine sont proposées. Le rythme est de une séance de 1h30 par semaine, chaque séance est suivie de 30 minutes de débriefing donnant sens aux thématiques abordées dans les interventions « éducation à la santé » (cf. infra).

Les sujets dits « sédentarité\*\*\* » sont pris en charge le Jeudi après midi sur des créneaux de FFSU (sport universitaire), dans une pratique sportive de leur choix, avec des adaptations en cohérence avec leur condition physique.

### Interventions et éducation à la santé

Le programme d'éducation à la santé comprend une séance de 1h tous les mois. Pour cette partie, nous nous basons sur le PATH Program (Physical Activity Teenage Health) du Pr. Paul Fardy du Queens College de New York.

Des supports podcastables sont fournis aux étudiants avec plusieurs thématiques développées en terme d'anatomie et de physiologie du cœur, des facteurs de risques de maladies cardiovasculaires, et les effets de conduites à risque.

- Un support sur « L'activité physique » développe différents questionnements : comment faire de l'exercice ? A quelle intensité ? Nous expliquons aussi, les bienfaits de l'activité physique, et comment construire un programme d'exercices sur une semaine.
- Un autre concerne « La nutrition ». Au cours de ce chapitre, nous expliquons les différents nutriments (protéines, lipides, et glucides) avec leurs rôles dans le corps humain, l'importance de l'eau dans l'alimentation, le cholestérol et ses liens avec les maladies cardiaques, la pyramide alimentaire, et l'importance du petit déjeuner.
- Le chapitre sur « Le stress », a pour but de fournir des informations à propos du stress, des éléments stressants, d'identifier le bon et le mauvais stress, les techniques possibles pour le gérer, les effets de l'activité physique et de la relaxation sur ce dernier.
- Dans « Le sommeil », il s'agit d'expliquer la relation qui existe entre l'activité physique, le sommeil, le stress et les facteurs de bonne santé. Les « comportements addictifs » sont abordés afin de donner à chaque individu des outils lui permettant une prise de conscience individuelle, puis dans un deuxième temps de l'orienter vers une prise en charge spécialisée (risque majeur) ou vers un suivi itératif dans le cadre de ce programme.

Pour chacun de ces items, des rencontres de suivi, individuelles (coaching personnalisé) ou par groupe de (travail par équipes) sont proposées aux sujets présentant des difficultés ou facteurs de risque.

# Universanté et les Journées Nutrisport

## Porteurs - Financeurs



### L'intervention régionale

L'intervention régionale est légitimée par un état de santé dégradé, notamment en ce qui concerne les cancers et une moindre espérance de vie de la population, indicateurs qui restent préoccupants, même si la situation a tendance à s'améliorer, par exemple en ce qui concerne la santé des jeunes.

Il faut continuer à se mobiliser et à travailler pour mieux prévenir et mieux guérir, pour permettre à tous d'adapter les comportements de consommation, plus particulièrement en ce qui concerne le tabac et l'alcool, pour se convaincre ou convaincre son entourage de ne pas toujours reporter une consultation médicale pourtant nécessaire, pour se décider à participer à un dépistage du cancer...

L'intervention de la Région, sa mobilisation, sont décisifs dans la mise en oeuvre des grands programmes de santé déclinés ou initiés à l'échelle régionale, en partenariat avec les Conseils généraux du Nord et du Pas-de-Calais (dans le cadre de la Charte de partenariat pour la promotion de la santé des habitants), ainsi qu'avec l'Etat, l'assurance maladie, les médecins libéraux, avec lesquels, après avoir mis en oeuvre les Programmes régionaux de santé (PRS), jusqu'en 2006, elle s'est associée pour l'élaboration d'un plan régional de santé publique (PRSP).



### Le service prévention et promotion de la santé :

Chaque année, l'équipe prévention élabore un programme d'actions de prévention promotion de la santé.

Ce programme s'appuie sur les priorités des mutuelles, prend en compte les priorités de la FNMF en lien avec la Priorité Santé Mutualiste et tient compte des priorités nationales et régionales de santé publique.

Le programme s'articule autour de 6 grandes priorités de santé : Maladies Cardiovasculaires, Cancer, Addictions, Maintien de l'autonomie, Santé visuelle et Santé et environnement.



L'université du Littoral Côte d'Opale (ULCO) est soucieuse de la santé et du bien être de ses étudiants et de son personnel, c'est pourquoi, depuis 2006, L'ULCO soutien le projet NUTRISPORT.

Les journées NUTRISPORT ont lieu une fois par an. Elles sont ouvertes à l'ensemble des étudiants et du personnel de l'ULCO et offrent la possibilité à chacun d'effectuer un bilan de santé, de discuter avec des professionnels et de participer aux animations du village santé.

## Partenaires



### Le concept

Les étudiants de Master STAPS option " Education et santé " de l'ULCO et le laboratoire Relacs sont des partenaires actifs des journées " Nutrisport " depuis 2009.

Ces journées, qui entrent désormais dans le cadre du projet " Universanté ", ont pour objet d'évaluer l'état de santé des participants et de les sensibiliser à des comportements leur permettant de l'améliorer.

### Sa mise en œuvre

Afin d'évaluer d'une manière globale et la plus exhaustive possible l'état de santé des participants, un circuit de mesures (poids, taille, tension, analyse sanguine...) et des tests physiques leur sont proposés, ainsi que des questionnaires évaluant leur habitus de vie.

Des professionnels de santé (médecin, psychologue, diététicien...) participent à ces journées pour aider les visiteurs qui le souhaitent à analyser leur état de santé, les conseiller et leur proposer, si nécessaire, un accompagnement.

D'autres intervenants sont aussi présents sur les lieux (relaxation, nutrition, addictions, sport universitaire...).

### A plus long terme

Ces études permettront aux chercheurs du laboratoire Relacs de faire le point sur l'évolution de la condition physique des étudiants au fil des années et d'évaluer des programmes de prise en charge adaptée comme le programme CEMHaVi.



Acteur de santé reconnu, la MGEN, à travers son entité ADOSEN Prévention Santé MGEN, développe sa politique globale de santé par des actions de prévention orientées autour de priorités de Santé Publique destinées à améliorer, en amont, l'efficacité du système de soins, l'état de santé des personnes dont elle assure la protection et de contribuer au progrès de la science médicale. Pour cela sa politique novatrice et volontariste de santé s'appuie sur l'écoute des besoins identifiés.

Elle se traduit sur le terrain par le financement et la contribution active à de nombreuses actions de prévention (+ de 700 sur tout le territoire) et de recherche dans le cadre de missions de service public et d'intérêt général en se reposant sur 3 axes : la promotion de la santé (communication), l'éducation à la santé (apprentissage de la " bonne santé ") et la prévention (éviter ou réduire l'aggravation de maladies).

La multiplicité de ses partenaires lui permet , également, de sensibiliser un public diversifié sur des thèmes variés comme le montre l'organisation, en cette année 2011, de journées de prévention autour de la santé au travail (en partenariat avec le Rectorat, et l'Inspection Académique du Nord et du Pas-de-Calais) , de conférences sur la violence et la maltraitance et d'une action sur le thème de la sécurité routière (avec la MGET, la MNT et la MNH).

Mais la prévention à la MGEN, c'est aussi :

- Le réseau PAS (prévention, aide et suivi) avec la création en 2010 d'un espace d'accueil et d'écoute apportant un soutien psychologique et une proximité aux personnes fragilisées par des difficultés personnelles ou professionnelles (stress, souffrance et violence au travail...),
- La fondation MGEN Santé s'impliquant plus particulièrement dans le domaine de la recherche,
- Des modules interactifs et ludiques, sur Internet, dédiés à la prévention pour aborder de façon simple et accessible les sujets qui vous intéressent.



La LMDE mène depuis 2005, des actions de prévention adaptées aux problématiques de santé des étudiants.

Un réseau de chargés de prévention répartis en régions, en collaboration avec les partenaires les plus actifs du milieu de la santé et de l'éducation, permet d'accompagner les jeunes dans une réflexion sur leurs propres comportements en matière de santé.

Tout au long de l'année, la LMDE aborde et développe de nombreuses thématiques variées

- La sexualité : contraception et IVG : lutte contre le VIH et les MST.
- La sécurité routière et le partage de la route
- Les conduites addictives (alcool, tabac, cannabis et autres drogues)
- Le respect et l'égalité : lutte contre toutes les discriminations (racisme, sexisme, homophobie) et pour le droit des femmes.
- L'audition : risques liés à l'écoute de musique amplifiée.
- La nutrition et la promotion du bien-être

- Le handicap

De plus, la LMDE participe de façon active et originale à la mise place d'actions spécifiques, lors des événements nationaux phares, tels que : la Marche des Fiertés, la fête de l'humanité, les salons étudiants...

L'objectif de la LMDE n'est pas de moraliser ou de culpabiliser les étudiants mais, au contraire, de les sensibiliser, et les responsabiliser aux problèmes liés à la santé par une démarche "d'information par les pairs", permettant d'instaurer une proximité, une légitimité et une confiance de notre public.



**Preval est une association de prévention du diabète et des maladies cardio-vasculaires.**

Preval propose une prise en charge selon des critères médicaux validés par le médecin traitant.

La prise en charge est éducative. Elle est proposée sous forme d'ateliers de groupe de plusieurs participants inscrits à Preval, souhaitant recevoir une information pour les aider à mieux gérer leur(s) problème(s) de santé.



**Mouvement national de buveurs guéris, d'abstinents volontaires et de sympathisants**

Centre d'accueil, d'entraide et de prévention de la dépendance à l'alcool.

[En savoir plus ...](#)



Créée en 1952, la CLCV (Consommation, Logement et Cadre de Vie) est l'une des plus importantes associations nationales de consommateurs et d'usagers.

La CLCV est présente au niveau local, départemental, régional, national et international. Elle est notamment membre du Bureau Européen des Unions de Consommateurs et de Consumers International.

Indépendante des partis politiques, des syndicats et organisations professionnelles, des groupements philosophiques et religieux, elle intervient dans les domaines du logement privé et social, de la consommation et de l'environnement.

La CLCV agit pour améliorer la qualité de la vie, pour des produits sains et loyaux accessibles à tous, pour des modes de production et de distribution respectueux de la santé, de la sécurité et de l'environnement.

Depuis son origine, son action se situe dans ce que l'on appelle aujourd'hui la consommation éco-citoyenne et le développement durable.

La CLCV s'appuie sur la compétence de ses experts et la force d'un réseau de 400 associations locales, qui tient plus de 50 000 heures de permanences et d'accueil des consommateurs par an.

Ce réseau mène de nombreuses actions, dont certaines centrées sur l'alimentation. Elles visent à informer les consommateurs de manière très pratique sur le choix et la qualité des produits, l'équilibre alimentaire, la publicité, la cuisine...



# UNIVERSANTÉ NUTRISPORT

## Pour connaître ton capital santé

Un événement unique en France

Echange  
avec un médecin,  
une infirmière,  
une assistante  
sociale,  
une diététicienne...

Evalue  
ton capital  
santé

Dépense toi  
sur les  
activités  
en accès libre

**UN CONCOURS**  
avec des lots à gagner  
à chaque journée

**Certificat médical délivré**  
de non contre indication à la pratique d'un sport

Venez nous retrouver

Le 25 octobre  
**Berck/Mer**

IFMK  
Avenue du Phare

Le 8 novembre  
**Boulogne/Mer**

Îlot Saint Louis

Le 15 novembre  
**Calais**

Gymnase  
220 rue Ferdinand Buisson

à partir de 9h30\* et jusque 17h

\* 8h30 pour Berck/Mer

Le 22 octobre  
**Dunkerque**

Maïson de l'étudiant  
280. avenue de la Mer

Le 29 novembre  
**Saint Omer**

Avenue Descartes  
62500 Longuenesse

Renseignements : Mutualité Française Nord Pas-de-Calais 03.20.62.79.42

Avec le soutien du Conseil Régional Nord-Pas de Calais

# Universanté et les Journées Nutrisport

*Pour nous suivre*

<http://www.universante.univ-littoral.fr>

## **Contacts**

### **Laboratoire RELACS**

Pr. Denis Theunynck

[Denis.theunynck@univ-littoral.fr](mailto:Denis.theunynck@univ-littoral.fr)

06.80.62.77.07

### **Service de Médecine Préventive**

[smppsdk@univ-littoral.fr](mailto:smppsdk@univ-littoral.fr)

03.28.23.71.61

### **Mutualité Française Nord-Pas de Calais**

Bailly Cédric

[cedric.bailly@mutualite-npdc.fr](mailto:cedric.bailly@mutualite-npdc.fr)

06 83 11 54 72

Habitudes alimentaires,

alcool,

contraception,

sexualité...

tabac,



... quel est l'état  
de



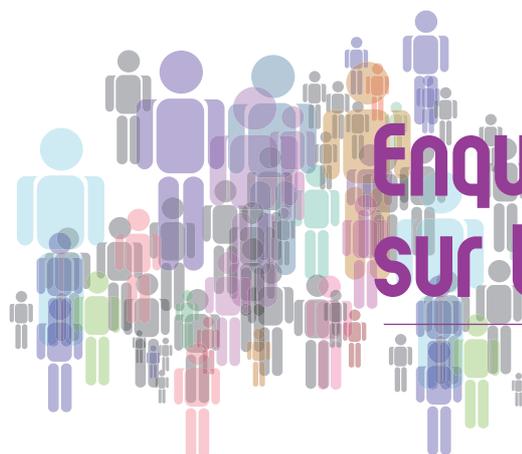
santé



des étudiants en

France ?





# Enquête Nationale sur la Santé des Etudiants

---

En 2005, devant l'absence de structure nationale d'expertise de la santé des étudiants, la LMDE a créé l'Observatoire Expertise et Prévention pour la Santé des Etudiants (EPSE). Cet observatoire a pour ambition de dresser, en collaboration avec les milieux universitaires et de santé, un état des lieux des conditions de vie et de la santé des étudiants.

Deux premières enquêtes nationales sur la santé des étudiants ont été menées par l'observatoire EPSE en 2005 et 2008. Les résultats très riches de ces études ont permis à la LMDE de disposer d'une solide base d'informations sur laquelle s'appuyer pour définir les prestations et services à offrir aux étudiants, interpeller les pouvoirs publics et élaborer des revendications.

10 ans après la 1<sup>ère</sup> étude commandée par la LMDE, voilà les premiers résultats de la 3<sup>ème</sup> Enquête Nationale sur la Santé des Etudiants (ENSE3) réalisée en 2011 et présentés au cours des 3<sup>èmes</sup> Assises nationales sur la santé des étudiants.

Plus de 100 000 de ces étudiants affiliés à la LMDE ont été sollicités. Parmi eux, plus de 8400 ont répondu. Les données recueillies ont été redressées sur les critères de sexe, d'âge et d'académie. Le redressement a pour but de corriger les biais de l'échantillonnage, en donnant à chaque sous-échantillon le poids réel qu'il a dans la population consultée, améliorant ainsi la représentativité de l'échantillon.

## Sommaire :

Le profil des répondants	p 3
La situation sociale : Plus de 1 étudiant sur 4 a du mal à joindre les deux bouts	p 3
La santé, Les pratiques et habitudes médicales	p 5
Sexualité : protection et dépistage	p 7
Tabac : Une politique de hausse des prix qui influence peu la consommation	p 8
Alcool : Une consommation occasionnelle et dans un cadre convivial	p 8
Cannabis et autres substances psychoactives	p 9
Regard sur la société : Les étudiants expriment un malaise quant à la société qui les entoure	p 10
Le regard des étudiants sur leur parcours universitaire et leur insertion professionnelle	p 10

# Le profil des répondants

Parmi les 8423 questionnaires traités se dégagent les profils variés des répondants : l'âge, le sexe, le cursus et les habitudes des personnes interrogées constituant un premier élément d'analyse qu'il est utile de rappeler ici, pour faciliter la compréhension des résultats.

En premier lieu, les femmes sont plus représentées que les hommes (56% contre 44%) dans cette étude. Les étudiants âgés de 20 à 22 ans constituent la catégorie qui a le plus répondu à cette enquête (44% de l'échantillon), devant ceux âgés de 19 ans et moins (38%). A l'inverse, les étudiants âgés de 23 à 25 ans (14%) et a fortiori ceux de 26 ans et plus (2%) sont plus nettement minoritaires.

**L'échantillon est donc assez jeune et plutôt féminin.**

En matière de mode de vie, un peu plus d'un répondant sur deux déclare vivre hors du cadre familial (55%), 40% des étudiants vivent néanmoins encore chez leurs parents. La décohabitation se fait principalement seul (34%) plutôt qu'en couple (7%) ou en colocation (11%).

S'agissant des études, 69% des étudiants déclarent poursuivre leurs études à l'Université. Les autres étudiants se partagent entre les classes préparatoires (6%), les lycées (8%) ou encore les écoles de commerce ou d'ingénieur (9%). En ce qui concerne les filières, les sciences et technologies – science pour l'ingénieur sont le domaine le plus représenté (17%), devant les sciences humaines et sociales (11%) et le droit-sciences politiques (11% également).

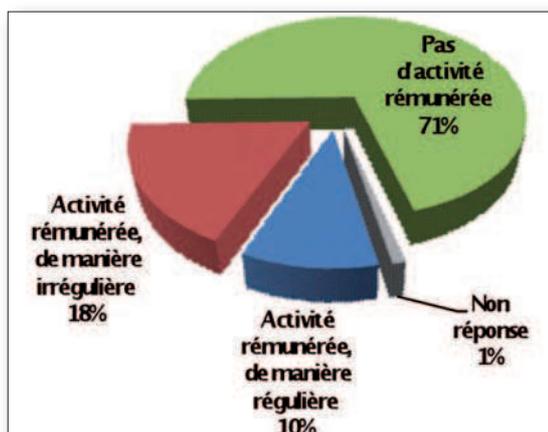
Enfin, notons que près de la moitié de l'échantillon est composé d'étudiants en Bac +1 ou 1<sup>ère</sup> année de licence (46%), sans surprise vu la relative « jeunesse » de l'échantillon.

## La situation sociale : Plus de 1 étudiant sur 4 a du mal à joindre les deux bouts

**Plus du quart des étudiants déclarent exercer une activité rémunérée en parallèle des études (28%).**

Parmi eux, 10% travaillent de manière régulière (au moins une fois par semaine). Les femmes (31%), les étudiants les plus âgés (36% à 40% pour les étudiants de plus de 23 ans), et ceux vivant en couple (38%) constituent les catégories les plus concernées par l'exercice d'une activité rémunérée en parallèle de leurs études.

**Déclaration d'activité(s) rémunérée(s), au cours de l'année universitaire (hors stage liés aux études).**



**Des étudiants salariés sous-représentés dans l'étude**

*Le Régime Etudiant de Sécurité Sociale ne couvre pas aujourd'hui les étudiants salariés qui travaillent au cours de toute l'année universitaire plus de 60 h par mois ou 120 h par trimestre. N'étant que peu présents au sein des affiliés de la LMDE, ils sont peu représentés dans l'étude.*

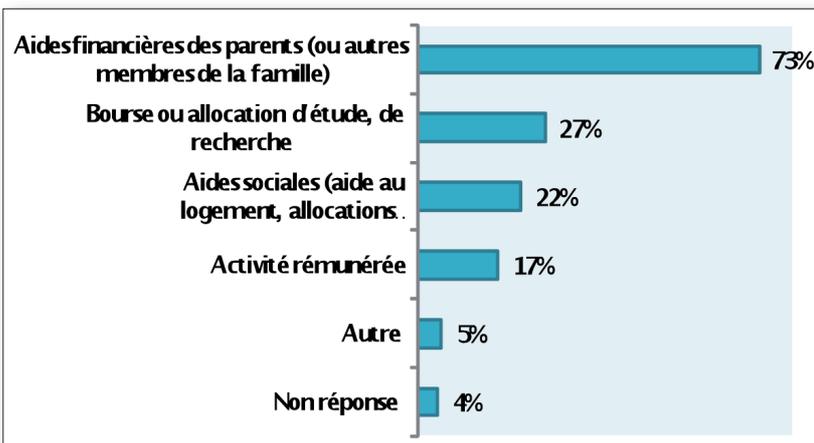
## Des aides sociales insuffisantes, une forte dépendance familiale

**La famille constitue l'un des soutiens principaux pour les étudiants.** Pour près des trois quarts (73%) d'entre eux, la cellule familiale est en effet la première source de revenus.

**Les aides sociales constituent le second apport financier le plus répandu chez les étudiants.**

27% des étudiants déclarent bénéficier des bourses ou d'allocation d'étude ou de recherche, 22% bénéficient des aides sociales (aide au logement, allocations familiales...)

### D'où proviennent vos ressources financières ?



### Déclaration de revenus

Seulement 9% des étudiants interrogés déclarent leurs revenus indépendamment de ceux de leurs parents.

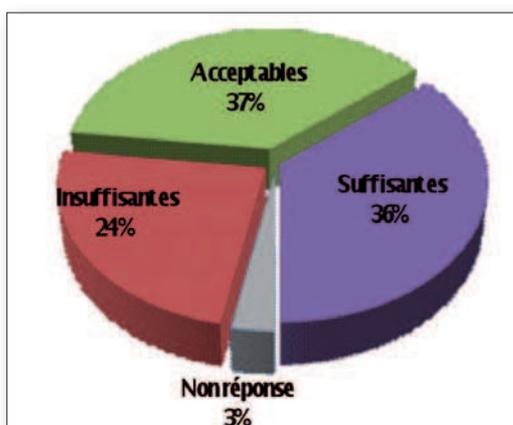
A l'inverse, 82% des étudiants sont rattachés à la déclaration de revenus de leurs parents, et 6% des étudiants déclarent ne pas savoir.

*Signe de leur précarisation, 26% des étudiants interrogés déclarent rencontrer de réelles difficultés financières (loyer, alimentation...).*

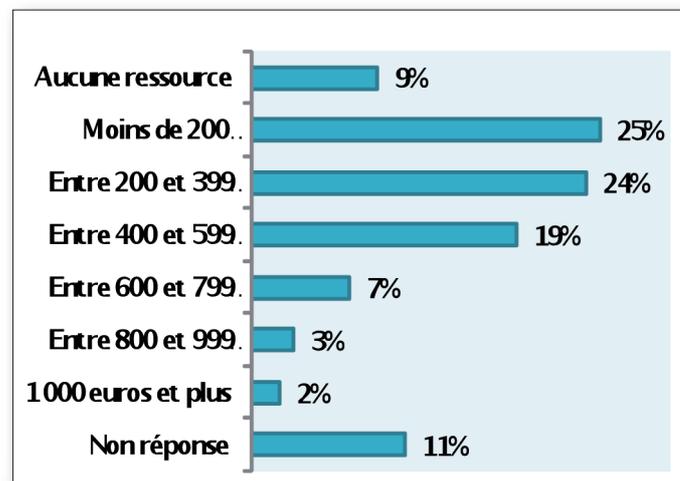
Près d'un quart des étudiants (24%) jugent leurs ressources financières insuffisantes, 36% les jugent « suffisantes » et 37% « acceptables ».

Près de la moitié des étudiants vivent avec moins de 400 euros par mois. Salaires, bourses, aides sociales ou aide familiale représentent moins de 200 euros mensuels dans 25% des cas, et entre 200 et 399 euros pour 24% des répondants.

### Comment qualifiez-vous vos ressources financières ?



### Ressources financières perçues au cours du mois précédent l'enquête



Parmi les étudiants particulièrement concernés par un faible niveau de revenus (moins de 400 euros par mois), se distinguent d'une part ceux vivant chez leurs parents (58%) et d'autre part ceux qui exercent une activité rémunérée (54%).

**Le seuil de pauvreté, qui correspond à 60% du niveau de vie médian de la population, s'établit à 954 euros mensuels en 2009.**

Non seulement l'activité rémunérée ne permet pas pour une part importante des étudiants d'éviter les difficultés réelles à faire face aux dépenses quotidiennes, mais 20% y voient également une entrave à la bonne réussite des études.

## La santé, les pratiques et habitudes médicales

### *Des étudiants plutôt en bonne santé...*

**82% des étudiants évaluent leur état de santé général comme étant « bon » mais 20% des étudiants jugent leur état de santé plutôt moins bon par rapport à l'année précédente.**

84% des 19 ans et moins estiment leur état de santé comme bon contre 79% des 23-25 ans. Les hommes s'estiment en bien meilleure santé que les femmes (87% contre 79%).

### *... mais un renoncement aux soins important.*

**12% des étudiants déclarent ne pas avoir consulté un médecin généraliste au cours des douze derniers mois.** Plus d'un étudiant sur deux a consulté un dentiste (57%). En revanche, pour les autres secteurs de la médecine les consultations sont plus rares : 43% des étudiantes ont consulté un gynécologue, quand 36% des étudiants ont eu recours à un ophtalmologue, 22% à un dermatologue et moins de 15% à d'autres spécialités.

**Plus du tiers des étudiants interrogés (34%) énoncent également avoir renoncé à consulter un médecin au cours des douze derniers mois.** que ce soit par manque de temps, de moyens financiers ou parce qu'ils se reportaient sur l'automédication...

Enfin, 8% des étudiants ont renoncé à d'autres postes de dépenses pour se soigner.

#### Au cours des douze derniers mois, avez-vous consulté...?

	OUI
Un médecin généraliste	88%
Un dentiste	57%
Un gynécologue	43%
Un ophtalmologue	36%
Un dermatologue	22%

#### La couverture complémentaire des étudiants

**19% des étudiants déclarent ne pas bénéficier d'une assurance maladie complémentaire.** Les étudiants âgés de 19 ans et moins sont nombreux (16%), à déclarer ne pas savoir s'ils bénéficient d'une complémentaire santé. Parmi ceux en bénéficiant, 15% l'ont choisie eux-mêmes, et 83% bénéficient d'une complémentaire choisie par leurs parents.

## Un recours à l'automédication

Au cours des douze derniers mois, **92% des étudiants déclarent s'être soigné eux-mêmes, sans consulter un médecin**. Les étudiants ont alors eu recours en majorité à des médicaments en vente libre en pharmacie (65%), à des médicaments antérieurement prescrits par un médecin (47%) et à de l'homéopathie ou de la phytothérapie (22%).

*Par ailleurs, bien que les étudiants interrogés déclarent être dans un état d'esprit plutôt bon, près d'un tiers pourtant montre des signes de mal-être.*

**Au cours des douze derniers mois, près de quatre étudiants sur dix ont ressenti un sentiment constant de tristesse et de déprime (38%)**, les femmes (43% contre 31% pour les hommes), et les étudiants âgés de 26 ans et plus (44%), sont les plus concernés par ce sentiment de mal-être.

**12% des répondants ont pensé au suicide au cours des douze derniers mois, 8% ont fait des projets de suicide, et 1,5% des étudiants ont déjà fait une tentative au cours de leur vie.**

Au cours des douze derniers mois, **16% des étudiants ont déclaré avoir consulté un professionnel de santé pour des problèmes émotifs**, nerveux, psychologiques ou psychiatriques, principalement un médecin généraliste (10%), puis un psychologue (4%) ou un psychiatre (2%).

**Pourtant, seulement 8% des étudiants déclarent connaître les Bureaux d'Aide Psychologique Universitaire (BAPU).**

Un quart des étudiants déclarent avoir pris, au cours des 12 derniers mois, de la phytothérapie ou de l'homéopathie, en lien avec le sentiment de mal-être.

**Durant la même période, la consommation d'anxiolytique (prescrits ou non) est déclarée par 8% des étudiants, la consommation d'hypnotique par 5%, et la consommation d'antidépresseurs par 3%.**

## Une alimentation plutôt équilibrée, un recours à la restauration universitaire limité

9 étudiants sur 10 déclarent ne pas voir d'habitudes alimentaires spécifiques (végétariens, allergies alimentaires,...), ils sont 18% à déclarer avoir déjà fait un ou des régimes pour maigrir.

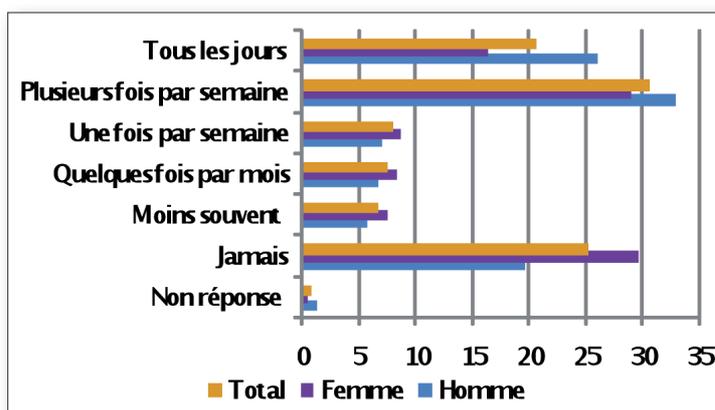
61 % des étudiants déclarent que leur alimentation est équilibrée. Parmi les étudiants ne considérant pas leur alimentation comme équilibrée, 44 % estiment que c'est par manque de temps, et 27% n'ont pas l'envie de faire la cuisine.

### Indice de masse corporelle et Perception du corps

*Lorsque l'on calcule l'Indice de Masse Corporelle des étudiants, il apparaît que 70% d'entre eux sont de corpulence normale, et que 11% ont une corpulence maigre. A l'inverse, 9% des étudiants sont en surpoids, d'après l'IMC, et 2% ont un statut pondéral supérieur à 30 kg/m<sup>2</sup>, marquant une morphologie obèse.*

*Les étudiants de corpulence normale, se déclarent majoritairement (59%) être 'à peu près d'un bon poids', mais plus d'un quart (29%) d'entre eux se trouvent 'un peu trop gros(se)'.*

### Fréquentation du restaurant universitaire suivant le sexe



La moitié des étudiants (51 %) mange plusieurs fois par semaine au restau U ou à la cantine de leur établissement scolaire, en revanche, un quart des étudiants (25 %) déclare ne jamais y manger. Les raisons évoquées concernant cette non fréquentation sont la possibilité de rentrer chez soi pour déjeuner (40 %), le temps d'attente (29 %), le fait de préférer manger dans un autre lieu (23 %), le manque de temps pour y aller (17 %), et le prix (12 %).

## Sexualité : protection et dépistage

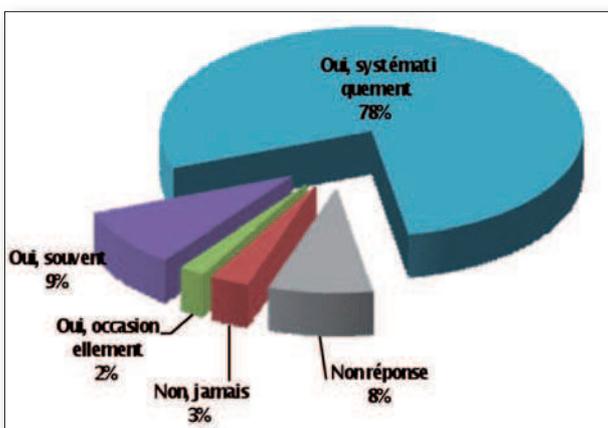
*Des étudiants sexuellement actifs mais qui pâtissent de certaines lacunes théoriques sur le Sida et les IST et qui se font très peu dépister*

**66% des répondants ont déjà eu des rapports sexuels au cours de leur vie. Parmi eux, 90% des étudiants déclarent avoir eu des rapports sexuels au cours des douze derniers mois.** En moyenne, l'âge du premier rapport sexuel est de 16,9 ans.

**Seuls 45% des étudiants déclarent entretenir actuellement une relation affective.**

**78% des étudiants ayant déjà eu des rapports sexuels indiquent utiliser systématiquement un préservatif lors de relations avec un nouveau partenaire.** Seulement 3% des étudiants déclarent ne jamais en utiliser.

### *Utilisation d'un préservatif avec un nouveau partenaire.*



### **Un recours au dépistage qui reste très faible**

*Aujourd'hui, seuls 44% des étudiants, ayant déjà eu des relations sexuelles, ont effectué un test de dépistage du VIH/SIDA au cours de leur vie et 22% seulement au cours des 12 derniers mois. 22% ont effectué un dépistage pour une autre IST.*

Sur les questions liées à la sexualité, on observe que si 82% des étudiants se sentent bien informés sur le sida, le niveau d'information peut encore être accru sur les autres Infections Sexuellement Transmissibles (IST), puisqu'ils ne sont que 57% à s'estimer bien informé sur le sujet.

### *Un modèle contraceptif dominé par la pilule*

Parmi les étudiantes ayant déjà eu des rapports sexuels, près de la moitié utilise uniquement la pilule pour éviter une grossesse (46%), et 30% déclarent recourir au préservatif et à la pilule. Le préservatif masculin seul est cité par 17% de ces étudiantes, les autres moyens de contraception ne recueillant qu'un nombre marginal de citations.

Dans près d'un cas sur deux, le gynécologue est à l'origine de la prescription du contraceptif (47%), le médecin généraliste étant cité par 31% des étudiantes.

7% des étudiants ayant eu des rapports sexuels ont rencontré des difficultés pour se procurer un moyen de contraception, essentiellement parce qu'ils n'ont pas osé demander à un médecin (32%, et 57% chez les étudiantes âgées de 19 ans et moins) ou par manque de moyens financiers (30%).

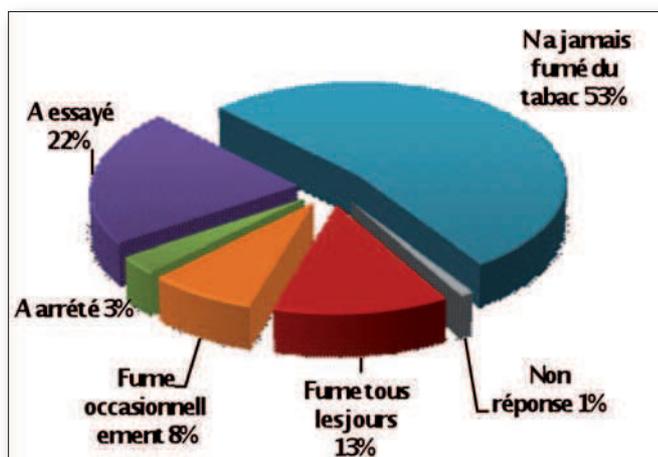
**35% des étudiantes ont déjà eu recours à la pilule du lendemain.**

## Tabac : Une politique de hausse des prix qui influence peu la consommation

Actuellement, **21% des étudiants fument du tabac. Plus précisément, 13% d'entre eux fument tous les jours, et 8% le font occasionnellement.** Au vu des déclarations des répondants, l'âge moyen de consommation de la première cigarette est de 15,4 ans. Pour les fumeurs quotidiens, 8 cigarettes sont consommées par jour en moyenne.

Les hausses du prix du tabac ont eu peu d'effet sur la consommation des étudiants : 17% seulement ont diminué leur consommation pour cette raison.

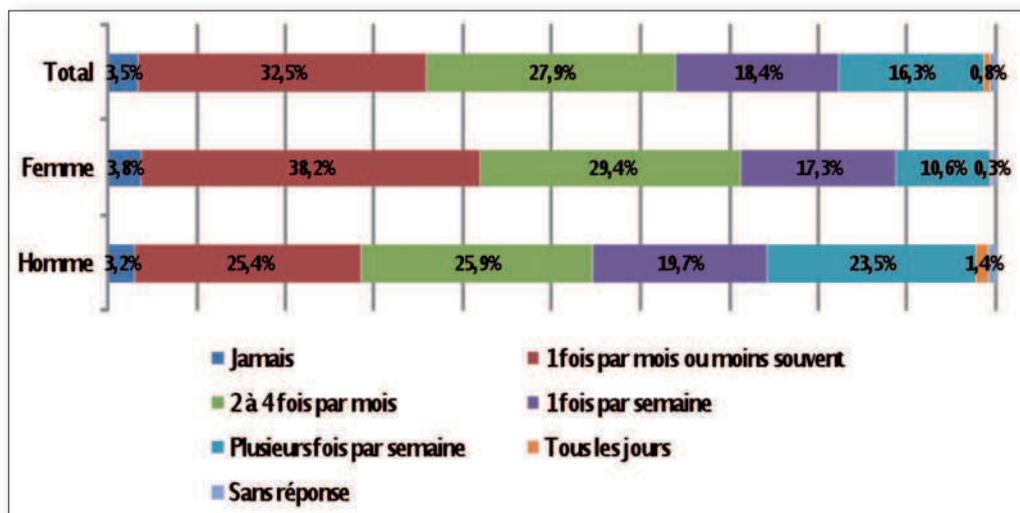
Consommation de tabac.



## Alcool : Une consommation occasionnelle et dans un cadre convivial

S'agissant de l'alcool, 91% des étudiants ont déjà consommé de l'alcool au cours de leur vie. **Près de 80% des étudiants ont des consommations d'alcool occasionnelles** : 18% des étudiants ont consommé des boissons alcoolisées une fois par semaine au cours des douze derniers mois, 28% ont bu de l'alcool 2 à 4 fois par mois et 33% des étudiants déclarent une consommation égale ou inférieure à une fois par mois.

Fréquence de consommation d'alcool des étudiants suivant le sexe au cours des douze derniers mois.



51% ont déjà été ivres au cours des douze derniers mois. La dernière ivresse a eu lieu essentiellement dans un cadre privé : chez soi ou chez des amis (60% des cas d'ivresses), les soirées étudiantes ou les discothèques n'étant citées que par respectivement 17% et 8% des répondants.

Les dimensions sociales et festives apparaissent comme des composantes de premier plan dans la consommation de l'alcool. Les étudiants déclarent ainsi consommer de l'alcool pour faire la fête, s'amuser (78%), la recherche d'ivresse en tant que telle n'étant évoquée que par 13% des étudiants.

## Cannabis et autres substances psychoactives

*Les étudiants expérimentent les substances psychoactives plus qu'ils ne les consomment.*

Un tiers des étudiants a consommé du cannabis au cours de sa vie (34%), expérimenté à un âge moyen de 16,4 ans. 21% des étudiants ont fumé au cours des douze derniers mois, 11% déclarent une consommation de cannabis au cours des trente derniers jours, et seuls 3% une consommation régulière de cannabis, supérieure à une fois par semaine.

Usage et consommation de cannabis des étudiants par sexe (%)

	Homme	Femme	Ensemble
<b>Cannabis expérimentation</b>	<b>35,7%</b>	<b>32,2%</b>	<b>33,8%</b>
<b>Cannabis au cours de l'année</b>	<b>23,9%</b>	<b>19,5%</b>	<b>21,4%</b>
<b>Cannabis au cours du dernier mois</b>	<b>13,8%</b>	<b>9,6%</b>	<b>11,4%</b>
Tous les jours	1,3%	0,5%	0,8%
Régulièrement (1 à 3 fois par semaine)	2,8%	1,6%	2,2%
De temps en temps (moins d'une fois par semaine)	3,9%	2,8%	3,2%
Moins souvent	5,8%	4,7%	5,2%

Si les informations sur le tabac et l'alcool sont jugées suffisantes pour respectivement 94% et 92% des étudiants, cependant ils sont seulement 79% à s'estimer bien informé concernant le cannabis.

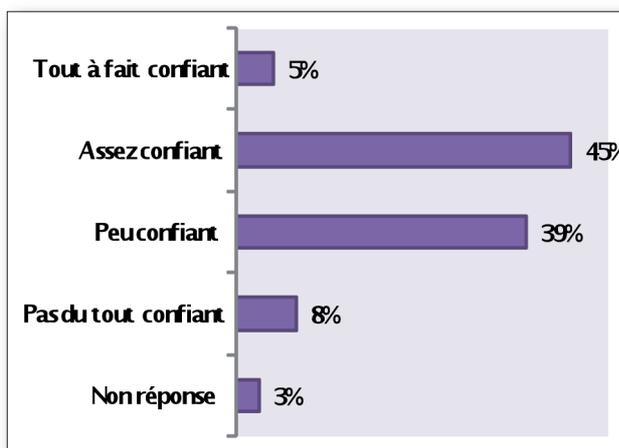
Le poppers et les champignons hallucinogènes apparaissent comme des psychotropes moins consommés, mais expérimentés au cours de la vie par respectivement 12% et 3% des étudiants. L'expérimentation des autres substances psychoactives existant sur le marché (produits à inhaler, cocaïne) apparaît très marginale au sein de la population étudiante.

## Regard sur la société : Les étudiants expriment un malaise quant à la société qui les entoure

72% des étudiants estiment que la société n'est pas favorable à leur génération. 63% des jeunes pensent que la société actuelle ne leur permet pas de réussir dans la vie.

**La moitié des étudiants interrogés déclare avoir confiance dans l'avenir (50%),** même si seulement 5% ont « tout à fait » confiance. Les hommes (56%) se révèlent beaucoup plus confiants que les femmes (44%).

*D'une manière générale en pensant à l'avenir, vous êtes ?*



## Le regard des étudiants sur leur parcours universitaire et leur insertion professionnelle

*Des étudiants satisfaits de leur cursus et de leur orientation, mais qui pour autant partagent une vision inégale de leur chance de réussite dans le monde professionnel.*

En moyenne, les étudiants situent leur niveau de satisfaction à l'égard de leur cursus scolaire ou universitaire à 7,3 sur une échelle de 1 à 10 (10 étant le meilleur score). Cette moyenne croît avec l'avancement du niveau d'études (jusqu'à 8,3 pour ceux ayant dépassé le niveau Bac +5).

**Ce bon niveau de satisfaction est également à rapprocher de la moyenne de la satisfaction à l'égard de l'orientation choisie, soit 7,6 sur 10.**

Bien qu'ils soient convaincus et satisfaits de leur formation, **l'évaluation de leurs chances d'insertion professionnelle se situe à un niveau moindre, en moyenne à 6,7 sur 10.**

**Le regard porté par les étudiants sur la parité hommes-femmes dans la société est mitigé.** S'ils estiment que cette égalité existe dans les études (72%) et dans une moindre mesure dans la société en général (55%), les répondants sont une minorité à croire qu'elle permet une répartition plus juste des responsabilités parentales (44%) ou des tâches domestiques (24%), et sont encore moins dupes sur la parité dans le monde du travail (19% seulement).

Dans le détail, le sentiment d'égalité hommes-femmes en général est davantage relayé par les hommes (58%) que les femmes (52%), et décroît avec l'âge des répondants, passant de 56% pour les étudiants âgés de 19 ans et moins à 51% pour ceux de 26 ans et plus.

## **Méthodologie**

**Consultation d'un échantillon de 111 181 affiliés de la LMDE, sélectionnés aléatoirement dans la base des étudiants affiliés et/ou adhérents à la LMDE, invités à répondre à un questionnaire en ligne.**

**La représentativité de l'échantillon a été assurée par tirage aléatoire après stratification par académie.**

**Les interviews ont eu lieu par questionnaire auto-administré.**

**Au total, 8423 questionnaires ont été complétés sur l'interface.**

**L'étude, confiée à l'Ifop, a été passée du 16 novembre 2010 au 31 janvier 2011.**

## **Observatoire EPSE, « Expertise et Prévention pour la Santé des Etudiants »**

### **Historique**

L'Observatoire EPSE, 'Expertise et Prévention pour la Santé des étudiants », est une association créée le 29 septembre 2003 par la Mutuelle des Etudiants (LMDE).

Face au manque de données relatives à la santé des étudiants, l'Observatoire a été mis en place pour contribuer à accroître les connaissances en la matière. La création de l'Observatoire permet d'associer à la réflexion sur la santé des étudiants tous les acteurs compétents en la matière (chercheurs, universités, associations, mutualités, ...).

### **Son rôle**

La mission de l'Observatoire est de mettre à disposition des données spécifiques sur la santé des étudiants afin de pouvoir proposer aux pouvoirs publics des recommandations en matière de santé publique, à l'appui des données recueillies. L'Observatoire est un prestataire de service répondant aux sollicitations de ces membres, mais également à celles des

organismes extérieurs désireux de mieux connaître les spécificités de la santé des étudiants.

Les travaux de l'EPSE sont un outil d'aide à la décision pour les acteurs des champs sanitaire, social et éducatif. Ils doivent contribuer à l'élaboration de plans de prévention spécifiques aux étudiants.

Aujourd'hui sont membres de l'Observatoire 'Expertise et Prévention pour la Santé des Etudiants' les organisations suivantes :

- La Mutuelle des Etudiants (LMDE)
- La Mutuelle Générale de l'Education Nationale (MGEN)
- La Fédération des Mutuelles de France (FMF)
- L'Union Nationale des Etudiants de France (UNEF)
- L'Union Nationale des Lycéens (UNL)
- La Fédération des Conseils des Parents d'Élèves (FCPE)
- La Fondation de l'avenir
- La Fondation Santé des Etudiants de France (FSEF)

## **Contact :**

### **Observatoire Expertise et Santé des étudiants (EPSE)**

**37 rue Marceau  
94 200 Ivry sur Seine  
Tel : 01.56.20.84.18**

### **La Mutuelle des Etudiants (LMDE)**

**Direction Santé et Prévention  
37 rue Marceau  
94 200 Ivry sur Seine**



[www.lmde.com](http://www.lmde.com)

