

La santé des étudiants de CY Alliance

(Enquête 2022)

Synthèse – Novembre 2022

Afin d'établir un état des lieux sur l'état de santé des étudiants, l'OVE, Observatoire de la Vie Étudiante de Cergy Paris Université (CYU), a mis en place, en collaboration avec la Direction Formation de l'Université et les établissements de l'Alliance, une enquête menée en 2022, sur les thèmes de la santé physique et mentale, le handicap, l'alimentation, l'endométriose et les conséquences de la crise sanitaire.

Les principaux objectifs de cette enquête, dans un contexte post crise sanitaire sont :

- de connaître la perception des étudiants à l'égard de leur santé physique et mentale,
- d'en dresser un bilan,
- de mieux comprendre leurs comportements en matière de comportement alimentaire et d'hygiène de vie,
- d'appréhender l'utilisation et la perception du système de soins par les étudiants, ainsi que leur consommation de soins,
- de dégager les principaux facteurs associés à leur état de santé,
- de réaliser un focus sur les étudiants en situation de handicap et l'endométriose.

Les résultats constituent un outil d'aide à la décision en matière de politique de santé universitaire. Cette plaquette présente les principaux résultats de l'enquête.

Compléments méthodologiques

L'analyse retenue pour cette étude s'appuie sur trois indicateurs différents. D'abord l'Indice de Masse Corporelle (IMC), qui est le rapport du poids sur la taille élevée au carré. Ensuite à travers la perception que les étudiants ont de leur propre état de santé général. Enfin, à l'aide d'un indicateur synthétique qui englobe différents aspects de la santé, qui est basé sur le recueil des fréquences de divers troubles ressentis par les étudiants (solitude, fatigue, stress, etc.). L'analyse effectuée repose sur un traitement exclusivement statistique, elle est tantôt univariée (sur un seul facteur), tantôt multivariée (tris croisés sur deux variables et régressions logistiques sur plusieurs facteurs simultanément) selon les besoins et les objectifs recherchés.

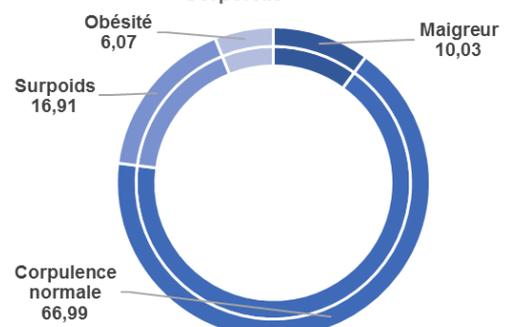
Les répondants à l'enquête et leur état de santé

3 042 étudiants ont ouvert le questionnaire et 2 023 l'ont complété dans son intégralité. Parmi les répondants de CYU, les femmes y sont surreprésentées, elles sont 67 % alors qu'elles étaient 54 % des inscrits en 2021/2022. L'âge médian des répondants est de 21 ans, soit une année plus jeune que pour l'ensemble des inscrits. Cette situation est due au fait que les plus âgés se sont moins mobilisés que leurs cadets. Il en est de même pour les étudiants de nationalité étrangère : ils représentent 13 % des répondants contre 15 % de l'ensemble des inscrits. Aussi, les étudiants qui poursuivent des études de second cycle d'une part, et ceux qui sont inscrits dans un cursus de 'Lettres, langues et sciences humaines' d'autre part, ont nettement moins pris part à cette enquête.

Les étudiants de CY Alliance sont plutôt sveltes.

L'IMC des étudiants est en moyenne de 22,8. La présence naturelle d'un surplus musculaire chez les hommes induit un certain écart vis-à-vis de ce résultat : la moyenne féminine est de 22,6 la masculine de 23,2. Par comparaison, une étude menée par ObEpi-Roche en 2020 indiquait une moyenne, pour la population française adulte, de 25,1 pour les femmes et 26 pour les hommes. Mais une moyenne d'âge jeune au sein de l'établissement invite à considérer ces deux séries comme quasi-similaires, car l'IMC augmente naturellement avec l'âge. Autrement dit, la population de CY Alliance semble suivre le modèle national (fig.1), sans toutefois être particulièrement atteinte par les phénomènes d'excès et d'insuffisance pondérale.

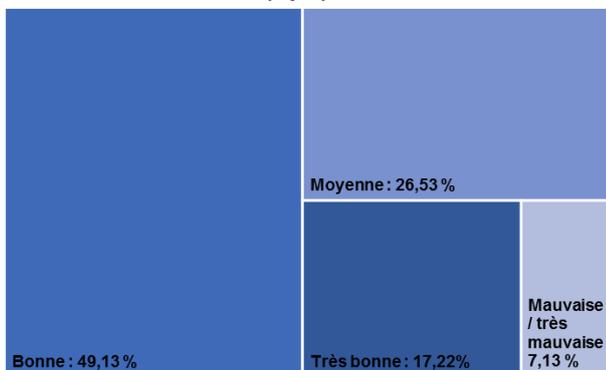
Figure 1 : Répartition selon l'Indice de Masse Corporelle



L'état de santé général est plutôt mitigé.

Dans le cadre de cette étude, nous avons demandé aux étudiants à quel niveau ils pouvaient situer leur état de santé.

Figure 2 : Répartition selon la perception de l'état de santé physique

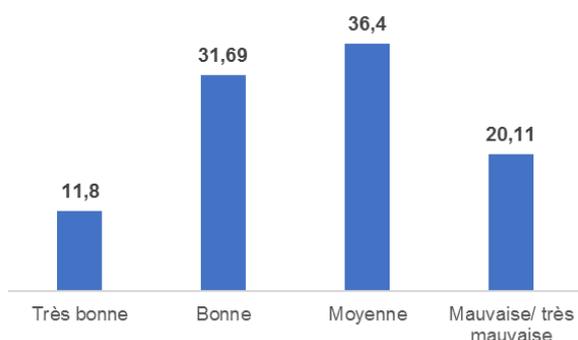


Dans l'ensemble, la majorité des étudiants affirme se sentir en bonne santé physique (49,1 %), voire en très bonne santé (17,2 %) et moins d'un étudiant sur dix se considère être en très mauvaise santé (7,1 %) (fig.2).

Cette appréciation personnelle varie en fonction du genre : les femmes sont à la fois moins nombreuses (proportionnellement parlant) à se percevoir en très bonne santé (13,9 % contre 23,7 % pour les hommes) et plus nombreuses à se considérer en mauvaise santé (8,0 % contre 5,3 %).

Un effet d'âge est également constaté. Les étudiants plus âgés (25 ans et plus) se considèrent davantage en mauvaise santé que les plus jeunes (10,4 % contre 6,3 %).

Figure 3 : Répartition selon la perception de l'état de santé mentale



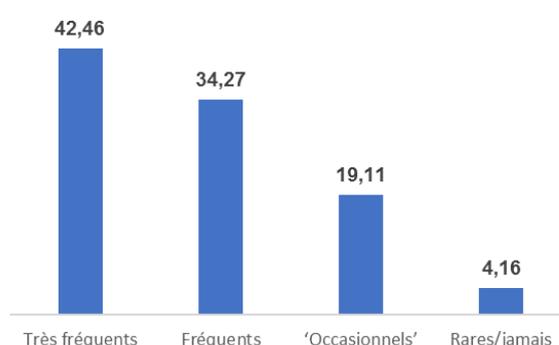
La perception de l'état de santé mentale apparaît plus négative. Davantage d'étudiants considèrent avoir une très mauvaise santé mentale qu'une très bonne (20,1 % contre 11,8 %).

Un tiers seulement la considère 'bonne' (fig.3).

Cette perception est renforcée par les résultats, plus "objectifs", apportés par l'indicateur synthétique de

santé mentale. Ils indiquent qu'environ trois quarts des étudiants (42,46+34,27= 76,7 %) souffrent fréquemment voire très fréquemment de divers troubles (fig.4), ce qui constitue un décalage certain avec les résultats issus des ressentis subjectifs.

Figure 4 : Répartition selon la fréquence des troubles



Compléments méthodologiques

L'indicateur synthétique de santé mentale est construit à partir de la fréquence de divers troubles de mal-être que sont la solitude, le stress, l'anxiété, la déprime et la fatigue.

Comportements des étudiants en matière de santé

Un équilibre et des pratiques alimentaires plutôt bonnes, mais une quantité parfois problématique.

Dans l'ensemble, les étudiants considèrent que leur équilibre alimentaire est plutôt bon, voire tout à fait correct : 60,2 % au total. Ce qui signifie que quatre étudiants sur dix estiment avoir de mauvaises pratiques alimentaires.

Le petit déjeuner est sauté tous les jours par un tiers des étudiants et 69 % le sautent au moins une fois par semaine. Les étudiants qui mangent 'plutôt à la maison' sautent moins de repas que ceux qui mangent 'plutôt à l'extérieur' (54 % contre 44 %).

Parmi les étudiants à qui il arrive de sauter un repas (déjeuner et dîner), 15 % indiquent rencontrer des difficultés financières pour s'alimenter.

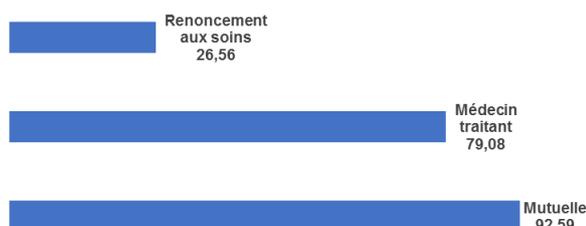
Une activité sportive modeste (périmètre CYU)

La pratique régulière (plusieurs fois par semaine) d'une activité physique ou sportive ne concerne que 39,7 % des étudiants de CYU et autant ne pratique jamais de sport (37,8 %). Les raisons évoquées sont le manque de temps (63,8 %), le manque d'envie (47,1 %) et le manque d'argent (26 %).

Un accès au système de soins et un niveau de consommation de soins corrects.

La moitié des étudiants interrogés ont eu un ou des problèmes de santé au cours de l'année universitaire. Parmi eux, 83 % ont consulté et 10 % auraient aimé consulter ; pour 64,9 % un médecin généraliste et pour 68,4 % un médecin spécialiste.

Figure 5 : Répartition selon l'accès aux soins



Dans l'ensemble, la quasi-totalité des étudiants déclare disposer d'une mutuelle (individuelle ou celle des parents) et 8 étudiants sur 10 ont un médecin traitant (fig.5).

Le renoncement aux soins concerne plus d'un étudiant sur quatre (26,6 %). Parmi eux, 41 % renoncent à se soigner pour raison financière et 42 % indiquent des délais de consultations trop longs. La moitié d'entre eux (51,3 %) déclarent également renoncer aux soins par manque de temps. Le renoncement aux soins concerne proportionnellement plus de femmes (31,0 % contre 18,4 % des hommes) et des étudiants plus âgés : 36,2 % des étudiants de 25 ans et plus déclarent avoir renoncé à se soigner (contre 25,0 % pour les moins de 20 ans).

Le non recours aux soins touche également davantage les étudiants boursiers (31,8 % contre 24,1 % pour les non boursiers), les étudiants salariés (35,5 % contre 25,1 % pour les non-salariés) et les étudiants du domaine d'inscription (Sise) 'Lettres, langues et sciences humaines' (32 % contre 21,9 % pour ceux de 'Sciences et sciences de l'ingénieur').

Une connaissance moyenne et une utilisation satisfaisante des services universitaires de santé (périmètre CYU).

Le Service de Santé Universitaire (SSU) dédié aux étudiants de CYU n'est connu que par 21,3 % d'entre eux. Les informations délivrées en début d'année universitaire sont citées par un tiers des étudiants (36,5 %) comme moyen de connaissance du SSU. Le site internet de l'université est mentionné

par 16,2 % et le guide de l'étudiant par 12,2 %. Parmi les étudiants connaissant les SSU, un peu moins de la moitié l'a fréquenté (43,4 %). La quasi majorité indique être bien accueillie (93,2 %) et pour 82,7 %, leur venue correspond à leurs attentes. La prise de rendez-vous, considérée 'facile' par 85,6 %, s'effectue majoritairement via la plateforme dédiée (57,5 %), 23,9 % directement sur place et 18,9 % par téléphone. Les horaires de consultation du SSU conviennent à ¾ des étudiants le fréquentant.

Focus sur les étudiants en situation de handicap

Les étudiants en situation de handicap majoritairement en difficultés dans leurs études.

5,1 % des étudiants interrogés ont déclaré être en situation de handicap ou d'avoir un trouble de santé invalidant. Parmi 117 étudiants en situation de handicap, 79 % ont un handicap et 21 % cumulent deux ou trois handicaps. Les résultats indiquent que presque trois quarts des étudiants en situation de handicap jugent que leur handicap les met en difficultés dans leurs études.

40 % des étudiants en situation de handicap aimerait un accompagnement à la formation et plus d'informations sur les aides. Un quart aimerait un accompagnement à la vie universitaire. En moyenne, ils veulent 1,3 aides supplémentaires et 47,6 % ne souhaitent pas d'aide supplémentaire.

Focus sur l'endométriose

Une maladie connue des étudiants, qui touche près d'un quart des étudiantes.

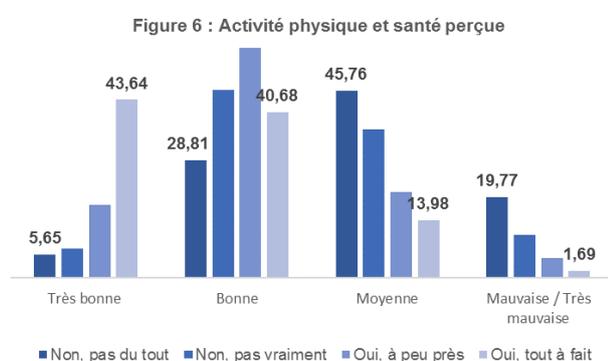
L'endométriose est une maladie gynécologique chronique de la femme en âge de procréer qui se caractérise par le développement d'une muqueuse utérine (l'endomètre) en dehors de l'utérus, colonisant d'autres organes avoisinants. Parmi les répondants, 81,4 % ont déjà entendu parler de l'endométriose et 74,8 % savent de quoi il s'agit. Parmi les femmes qui ont répondu à l'enquête, 22,6 % indiquent être atteintes d'endométriose. Parmi elles, 12,7 % se sont senties discriminées par rapport à leur maladie. Les douleurs de règles ont des conséquences sur les études des étudiantes. Pour 80,8 % des répondantes, leurs douleurs ont des conséquences sur leur travail personnel, 55,2 % sur leur présence en cours et 29,6 % sur les travaux de groupe. Pour 65,6 % des

étudiantes atteintes d'endométriose, leurs douleurs de règles ont des conséquences sur leur présence en cours, soit + 15,8 points par rapport à celles non atteintes.

Etat de santé perçue et facteurs associés

Sport et équilibre alimentaire : source de bonne santé.

Comme on pouvait s'y attendre, le fait de pratiquer une activité sportive agit sur la santé physique. 3 étudiants sur dix (26,7 %) pratiquant plusieurs fois par semaine sont en très bonne santé, pour 1 sur dix (11,1 %) pour ceux qui n'en font jamais.



Les comportements alimentaires interviennent également très nettement sur la santé des étudiants. Plusieurs indicateurs le montrent : la perception de l'équilibre alimentaire ; les désordres alimentaires rencontrés ; les troubles des conduites alimentaires et l'IMC.

Les étudiants considérant ne pas avoir du tout un bon équilibre alimentaire sont plus nombreux à se percevoir en mauvaise ou très mauvaise santé physique ; 19,8 % contre 1,7 % pour ceux avec un très bon équilibre alimentaire (fig.6)

Les variations de poids rencontrées au cours de l'année universitaire impactent assez logiquement la perception de l'état de santé physique. Un étudiant sur dix, déclarant avoir perdu ou pris du poids se trouve en mauvaise, voire très mauvaise santé. Cette même proportion est quasi nulle chez les étudiants déclarant un poids stable. Parmi ces derniers, un quart (25,5 %) se considère en très bonne santé physique, contre seulement 7,5 % des étudiants ayant eu une prise de poids.

L'Indice de Masse Corporelle (IMC), dont la méthode de calcul a été expliqué précédemment, est logiquement corrélé à la perception de l'état de santé physique. Les étudiants en surpoids ou en excès de poids sont proportionnellement plus nombreux à se sentir en mauvaise, voire en très mauvaise santé physique que les étudiants en corpulence normale. Il est à noter que les étudiants dont l'IMC indique une insuffisance pondérale ont une perception de leur santé physique proche de celle des étudiants en corpulence normale.

Le renoncement aux soins est un facteur associé à l'état de santé.

Quelle que soit la raison du renoncement aux soins, les étudiants indiquant avoir déjà renoncé à se faire soigner sont moins nombreux à se percevoir en bonne ou très bonne santé physique : un peu moins de la moitié contre les trois quarts pour les étudiants n'ayant jamais renoncé aux soins.

La santé physique impactée par la qualité de vie.

De manière générale, la moitié des étudiants se dit souvent stressée, spécifiquement à cause des études. Ces étudiants se perçoivent en moins bonne santé que les étudiants ressentant peu ou pas de stress. La qualité du sommeil est également corrélée à la perception de l'état de santé. Les étudiants qui ont des difficultés pour dormir se considèrent en effet en moins bonne santé.

La santé mentale et physique indissociables.

La santé physique et la santé mentale sont indissociables et forment un équilibre représentant l'état de santé général d'une personne. Selon la définition de la Constitution de l'OMS, 'la santé est un état de complet bien-être physique, mental et social, et ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité'.

Ainsi, globalement les étudiants considérant avoir une bonne santé mentale se perçoivent en bonne santé physique.

L'impact de la crise sanitaire.

La crise sanitaire de la Covid-19 et les confinements successifs ont fortement impacté le quotidien des étudiants et a interféré sur l'état de santé physique des étudiants. En effet, 12,6 % des étudiants indiquant que la crise sanitaire a eu de manière générale

un fort effet impact négatif se perçoivent en mauvaise, voire très mauvaise santé, contre 4,3 % des étudiants indiquant aucun effet.

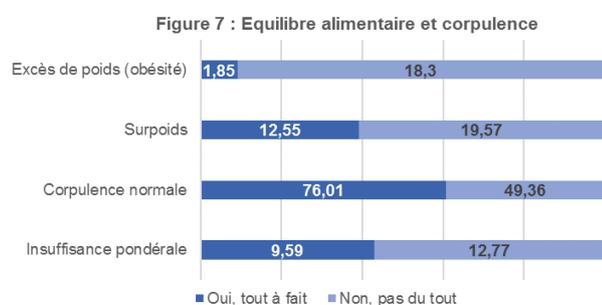
Indice de masse corporel (IMC) et facteurs associés

L'IMC est corrélé au genre. Les femmes sont un peu plus nombreuses, proportionnellement, à être en insuffisance pondérale (11,3 % contre 7,7 % pour les hommes). Tandis que les hommes sont un peu plus nombreux en corpulence normale (68,4 % contre 66,4 % pour les femmes) et en surpoids (18,2 % contre 16,1 %).

Également, les étudiants ayant plus de 24 ans sont davantage en surpoids et en excès de poids (22,7 % et 10,6 %) que les autres catégories d'âge.

Les comportements alimentaires agissent sur l'IMC.

Les trois quarts des étudiants n'ayant pas de trouble des conduites alimentaires (TCA) sont de corpulence normale. Alors que ceux ayant des TCA se retrouvent plus dans les extrêmes : 12,4 % en insuffisance pondérale et 16,2 % en excès de poids.



Les étudiants considérant ne pas avoir un bon équilibre alimentaire sont plus nombreux à être en surpoids ou en excès de poids par rapport à ceux avec un bon équilibre alimentaire (19,6 % contre 12,5 et 18,3 % contre 1,8 %) (fig.7).

Indicateur synthétique de mal-être et facteurs associés.

Pour rappel, nous avons fait le choix de construire un indicateur synthétique basé sur les faits déclarés par les étudiants relatifs aux symptômes/troubles de mal-être, que nous avons appelé 'troubles ressentis'. Il s'agit de la fréquence à laquelle est ressenti par les étudiants le sentiment de solitude, de fatigue,

de stress, de déprime et d'anxiété. Cet indicateur objectif apparaît fortement corrélé avec un ensemble de facteurs que nous allons présenter ci-dessous.

Le mal-être corrélé au genre.

Les femmes sont à la fois moins nombreuses (proportionnellement parlant) à rarement ou jamais à ressentir ces troubles (1,7 % contre 8,7 % pour les hommes) et plus nombreuses à les ressentir très souvent (51,6 % contre 26,1 %).

L'état de santé physique et sa prise en charge liés fortement aux troubles ressentis.

La perception de l'état de santé physique est également fortement corrélée à la fréquence des troubles ressentis. La quasi-totalité des étudiants se percevant en mauvaise ou très mauvaise santé physique ressentent assez souvent, voire très souvent des troubles du type solitude, anxiété, stress, déprime et fatigue.

La santé mentale indissociable de la santé physique s'illustre également par le lien établi entre les problèmes de santé rencontrés au cours de l'année universitaire et notre indicateur synthétique de mal-être. Plus de la moitié (56,9 %) des étudiants indiquant avoir souffert de problèmes de santé, durant l'année écoulée, ressent très fréquemment les troubles divers énoncés précédemment, contre 27,8 % pour les étudiants n'ayant pas rencontré de problèmes de santé.

Le renoncement aux soins, qui, rappelons-le, concerne un quart des étudiants, impacte la fréquence des troubles ressentis. La proportion passe du simple au double ; 63,1 % des étudiants ayant renoncé à se soigner ressentent très souvent des symptômes de mal-être, contre 33,8 % pour les étudiants non concernés par le renoncement aux soins.

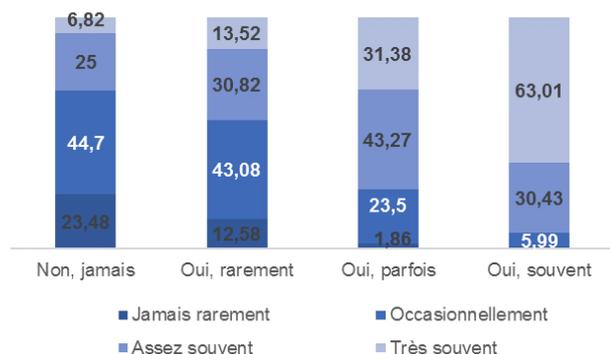
La qualité de vie déterminante.

Le stress lié aux études, au devenir et à l'insertion professionnelle, la qualité du sommeil et l'impact de la crise sanitaire sont autant d'éléments expliquant une fréquence élevée des troubles ressentis.

Quasiment les deux tiers (63,01 %) des étudiants reconnaissant du stress en lien avec leurs études éprouvent très souvent des sentiments de mal-être.

Cette proportion est de 6,8 % pour les étudiants non concernés par ce type de stress (fig.8).

Figure 8 : Le stress lié aux études et les troubles de mal-être



L'inquiétude liée à l'insertion professionnelle est observable quasiment dans les mêmes proportions où 60,8 % des étudiants inquiets vis-à-vis de leur avenir professionnel ont fréquemment des troubles de type solitude, déprime, fatigue, stress et anxiété.

Les étudiants ayant encore des difficultés pour dormir au moment de l'enquête sont proportionnellement plus nombreux (63,1 %) à ressentir divers troubles du mal-être que les étudiants n'ayant jamais ce type de problème (22,1 %).

Comportement à risque et soutien psychologique.

Les étudiants souffrant de troubles des conduites alimentaires (TCA) ressentent très souvent pour deux tiers d'entre eux, des sentiments de mal-être (69 % contre 30 % pour les étudiants non concernés). Les étudiants ayant indiqué ne pas savoir sont plus de la moitié à avoir très fréquemment des troubles de mal-être (52,7 %).

La consommation de substances psychoactives est fortement corrélée à la fréquence des troubles de mal-être. 8 étudiants sur 10 consommant souvent des substances telles que les somnifères, anxiolytiques ou antidépresseurs éprouvent très fréquemment des sentiments de mal-être du type solitude, déprime, fatigue, stress et anxiété.

Un soutien psychologique peut s'avérer nécessaire et concerne près de 40 % des étudiants (861/2172= 39,6 %). Parmi ces étudiants, plus de la moitié souffrent fréquemment des troubles de mal-être.

Les étudiants ayant consulté pour des problèmes émotifs, nerveux, psychologiques ou des problèmes de consommation de substances ont quasiment tous très fréquemment des signes de mal-être (96,8 %).

L'impact de la crise sanitaire sur la santé mentale.

Comme déjà évoqué, la crise sanitaire a eu de nombreuses conséquences sur la vie étudiante. De manière générale, les étudiants évaluant un fort impact négatif de cette crise sur leur quotidien au moment de l'enquête, sont plus nombreux à déclarer des signes de mal-être (63,8 % contre 29,5 % pour les étudiants évaluant aucun effet).

Ce qu'il faut retenir...

L'état de santé général des étudiants est partagé. Certains sont en bonne santé et d'autres présentent des troubles (fatigue, solitude, déprime, anxiété, stress) et se perçoivent en mauvaise santé de manière assez récurrente.

Une perception sous-estimée de la santé mentale par une partie des étudiants, constaté par un certain décalage entre les estimations subjectives et des faits déclarés plus objectifs.

Un ensemble de facteurs, plus ou moins interdépendants, contribue à définir la santé des étudiants : le bien-être psychologique, la situation socio-économique, la crise sanitaire ou encore l'alimentation et l'activité physique.

Retrouvez l'ensemble des résultats issus de l'enquête Santé et vie de campus 2022 :

- 'La santé des étudiants de CY Alliance - Enquête 2022' Rapport d'enquête Octobre 2022) ;
- 'La vie de campus des étudiant de CYU' - Synthèse Novembre 2022 ;
- 'La précarité des étudiants de CYU' - Synthèse Novembre 2022.

Et l'ensemble de nos travaux sur le site de l'OVE : <https://www.cyu.fr/observatoire-de-la-vie-etudiante>

Contacts : Observatoire de la Vie Étudiante - Pôle Information de la Direction Pilotage

observatoire@cyu.fr – 01 82 31 13 44 / 43