**Mais que disent les chiffres ?**

COMMENT ÇA VA, L'ÉTUDIANT ?
i-Share.fr
TA SANTÉ EN QUESTIONS
5 ans déjà !

**Les chiffres ci-dessous portent sur 14 140 étudiants !**

À quoi ressemble la cohorte i-Share au bout de 5 ans ?

## QUI SONT-ILS ?

L'étudiant qui participe à i-Share (Sharer) est majoritairement...
**une étudiante !**

*“ Bah alors les gars, vous êtes où ? ”*

**75%**

**25%**

Les Sharers ont en moyenne

**21 ANS**

et font des études de...

- **12%** Sciences
- **24%** Santé
- **8%** Sciences Eco
- **17%** Lettres
- **9%** Autres
- **30%** Non renseigné

## CONDITIONS DE VIE

**68%**

ne vivent plus chez leurs parents

dont...

**29%** vivent seuls

**17%** rentrent moins de 2 fois par an chez leurs parents

Ils se disent satisfaits voire tout à fait satisfaits :

à **79%** des ressources dont ils disposent

de leur logement à **92%**

à **76%** de leurs possibilités de détente

de leur vie sociale à **82%**

à **90%** des relations avec leurs parents

## SANTÉ GLOBALE

Parmi les Sharers...

**26%** pratiquent une activité sportive plus d'une fois par semaine

**55%** **38%** font du vélo

**2%** prennent des produits aidant à la performance sportive

dont... **30%** le font régulièrement

**66%**

fréquentant un établissement supérieur depuis au moins 3 ans ont une activité physique moins importante qu'au lycée

car...

**40%** n'ont pas envie d'y aller seul

**76%** manquent de temps

**28%** n'ont pas d'horaire compatible

**37%** de la cohorte a renoncé aux soins car les Sharers ...

- **62%** Attendent que ça passe
- **46%** N'ont pas le temps
- **24%** N'ont pas l'argent

**79%** se considèrent en bonne santé

Ceux qui sont extrêmement somnolents tous les jours sont **6%**

## UTILISATION DES APPAREILS NUMÉRIQUES

Hors vacances...

**18%** passent plus de 4h par jour devant des séries, films et émissions

Ceux qui passent plus de 4h par jour sur leur smartphone sont **21%**

**17%** travaillent sur ordinateur plus de 8h par jour

**57%** ne jouent jamais sur ordinateur

# NUTRITION

**59%** ont le sentiment de manger équilibré

La nourriture occupe une place dominante dans la vie de **57%**

**67%** consomment des légumes quotidiennement

Ceux qui mangent des fruits tous les jours sont **72%**

**26%** consomment du poisson 2 à 3 fois par semaine

Ceux qui ne vont au fast-food qu'une fois par semaine ou moins sont **73%**

Parmi ceux qui suivent un régime alimentaire particulier... **47%** ... le font pour perdre du poids

**36%** estimant avoir une alimentation non-équilibrée le justifie par manque de temps pour cuisiner

Au cours des 3 derniers mois, un mélange de vitamines a été pris par **47%**

# VIE ACTIVE ET SEXUALITÉ

**25%** déclarent ne jamais utiliser de préservatif

Parmi ceux qui en utilisent

**44%** déclarent ne pas en utiliser à chaque rapport

Et chez les Sharers filles ?

Un contraceptif oral est utilisé par **51%**

**37%** ont déjà eu recours à la contraception d'urgence

Parmi elles...

**41%** l'ont utilisée 2 ou 3 fois

**10%** l'ont utilisée 3 fois ou plus

# STRESS / MAL-ÊTRE ET SOMMEIL

Est-ce qu'ils dorment bien?

Au cours des 3 derniers mois

**12%**

déclarent avoir pris un traitement pour dormir

dont...

**7%** **14%**

**73%** contre **59%**

se sont sentis tristes, vides pendant plusieurs jours de suite

# PRODUITS PSYCHOACTIFS

**69%** ne consomment pas de tabac, les autres en consomment ou sont en train d'arrêter.

Parmi ceux qui fument...

**18%** ont la volonté d'arrêter de fumer dans l'année

**49%** ont dit qu'ils arrêteront plus tard

**21%** ne souhaitent pas arrêter

Ceux qui affirment avoir consommé du cannabis au cours de leur vie sont **54%**

**21%** consomment de l'alcool 2 fois par semaine ou plus

Ceux qui n'ont jamais bu d'alcool sont **8%**

# HYGIÈNE BUCCO-DENTAIRE

**50%** ne sont pas allé chez le dentiste *(alors que c'est recommandé au moins une fois pas an)*

Ceux qui ont renoncé à aller chez le dentiste sont **15%**

Pourquoi ont-ils renoncé ?

**33%** par manque de moyens financiers

**50%** par manque de temps

malgré la nécessité !

# BIEN-ÊTRE

**50%** disent que leur vie correspond à peu près à leurs idéaux

Ceux qui disent qu'ils sont satisfaits de leur vie sont **64%**

# MAUX DE TÊTE

Des maux de tête au cours de leur vie ?

Oui, pour 92% des Sharers

De quelle intensité ?

**47%**

déclarent avoir subit des crises de plusieurs heures dans l'année écoulée

Des maux de tête cette année ?

Oui

A quel point ?

**73%**

ont dû arrêter toute activité en cours

# VACCINATION

**69%**

vaccinés contre l'hépatite B

**83%**

vaccinés contre la rougeole, les oreillons et la rubéole (ROR)

**52%**

des filles ont été vaccinées contre l'Human Papillomavirus

# FOCUS BIEN-ÊTRE MÉDECINE

L'étudiant en médecine qui participe à i-Share est majoritairement...

**une étudiante !**

" **2572** *étudiants en médecine participent à l'étude !* "

Les Sharers en médecine ont en moyenne

**23 ans**

**52%** déclarent pratiquer une ou plusieurs activités sportives régulières

mais **90%** souhaitent en pratiquer plus

Au cours des 12 derniers mois...

**62%** ont déclaré s'être senti tristes, vides, sans énergie ou sans intérêt pour les choses pendant plusieurs jours de suite

Ceux qui déclarent s'être sentis extrêmement somnolents durant la journée 1 à 2 jours par semaine sont **28%**

**38%** déclarent estimer manquer de sommeil plusieurs fois par semaine

Ceux qui déclarent ne pas se sentir généralement de bonne humeur ou aimable sont **85%**

**45%** déclarent se sentir généralement nerveux et agités

Ceux qui déclarent ne pas être généralement contents d'eux sont **63%**

**69%** déclarent avoir généralement l'impression que les difficultés s'accumulent tellement qu'ils ne peuvent pas les surmonter

Ceux qui déclarent ne pas être heureux en général sont **82%**

La plus grande étude jamais réalisée sur la santé des étudiants.
Pour réussir, elle a besoin de vous.
Rejoignez-nous sur i-Share.fr


CONSTITUEZ VOTRE DOSSIER SANTÉ
université BORDEAUX
INSERM U1219 BORDEAUX POPULATION HEALTH
i-Share.fr