



i-Share : la santé des étudiants en question

12 août 2015

[Edgar Sarvat, Etudiant ingénieur](#)



Bien qu'à la fleur de l'âge, les étudiants français ne semblent pas tous au top de leur forme ! Ce sont en tout cas les premières conclusions dressées par l'étude i-Share, dont le dessein est d'établir un état des lieux de la santé des étudiants afin de proposer des solutions sur-mesure aux jeunes adultes.

Les étudiants en école de commerce, d'ingénieur ou en médecine n'ont jamais fait l'objet d'une étude de grande ampleur concernant la qualité de leur vie. En ce sens, Christophe Tzourio, professeur à l'Université de Bordeaux et instigateur du projet i-Share constate que « les instituts de sondage s'intéressent aux personnes âgées, aux enfants, aux femmes enceintes, mais rarement aux jeunes adultes ».

Avec 7817 participants actuels et 30.000 visés à l'horizon 2018, le projet i-Share a l'ambition de rendre compte de la santé générale des étudiants, mais aussi de prévenir les maladies dont la prévalence est anormalement accrue à cet âge. « On pense, à tort, que les étudiants de 20 ans sont en parfaite santé », poursuit Christophe Tzourio. Or, l'étude montre déjà que 50% des étudiants sondés manquent de sommeil et 20% ont déjà pris un traitement contre l'anxiété, le stress ou la dépression au cours des 3 derniers mois.

Plusieurs indicateurs de qualité de vie viennent compléter le constat sur la santé : 42% des étudiants travaillent parallèlement à leurs études ; un étudiant sur trois vit en colocation ; un étudiant sur trois est fumeur ; 50% pratiquent un sport régulièrement et 12% ont recours aux somnifères.

Plus qu'une simple étude descriptive, le projet i-Share a vocation à proposer des solutions pratiques en terme de traitement et de prévention sur quatre grandes thématiques : la migraine, les infections sexuelles, la santé mentale ainsi que les conduites à risque. Aussi, les épidémiologistes impliqués dans ce projet soulignent que de nombreux soucis de santé qui interviennent bien plus tard, trouvent leur origine à cet âge, dans la mesure où plusieurs comportements à risque se mettent en place dès la petite vingtaine.

Pour motiver les étudiants à prendre part à cette entreprise, les organisateurs ont imaginé un système de points convertibles en cadeaux santé et en places de cinéma, et s'engagent à communiquer aux étudiants des informations pertinentes au sujet de leur santé, de manière à pouvoir se situer par rapport aux autres participants.

Crédits photo : RP / Université Montréal