

L'activité physique chez les étudiants à l'université : vers de nouveaux challenges de santé publique. Une étude dans deux universités françaises

Joël Ladner^{1,2}, Alessandro Porrovecchio³, Philippe Masson³, Gauthier Zunquin⁴,
Rémy Hurdie⁴, Thierry Pezé⁴, Denis Theunynck^{4,†}, Marie-Pierre Tavalacci^{1,5}

1 - INSERM UMR 1073 – Université de Rouen – Rouen – France.

2 - Département d'Epidémiologie et de Promotion de la Santé – Pôle de Santé

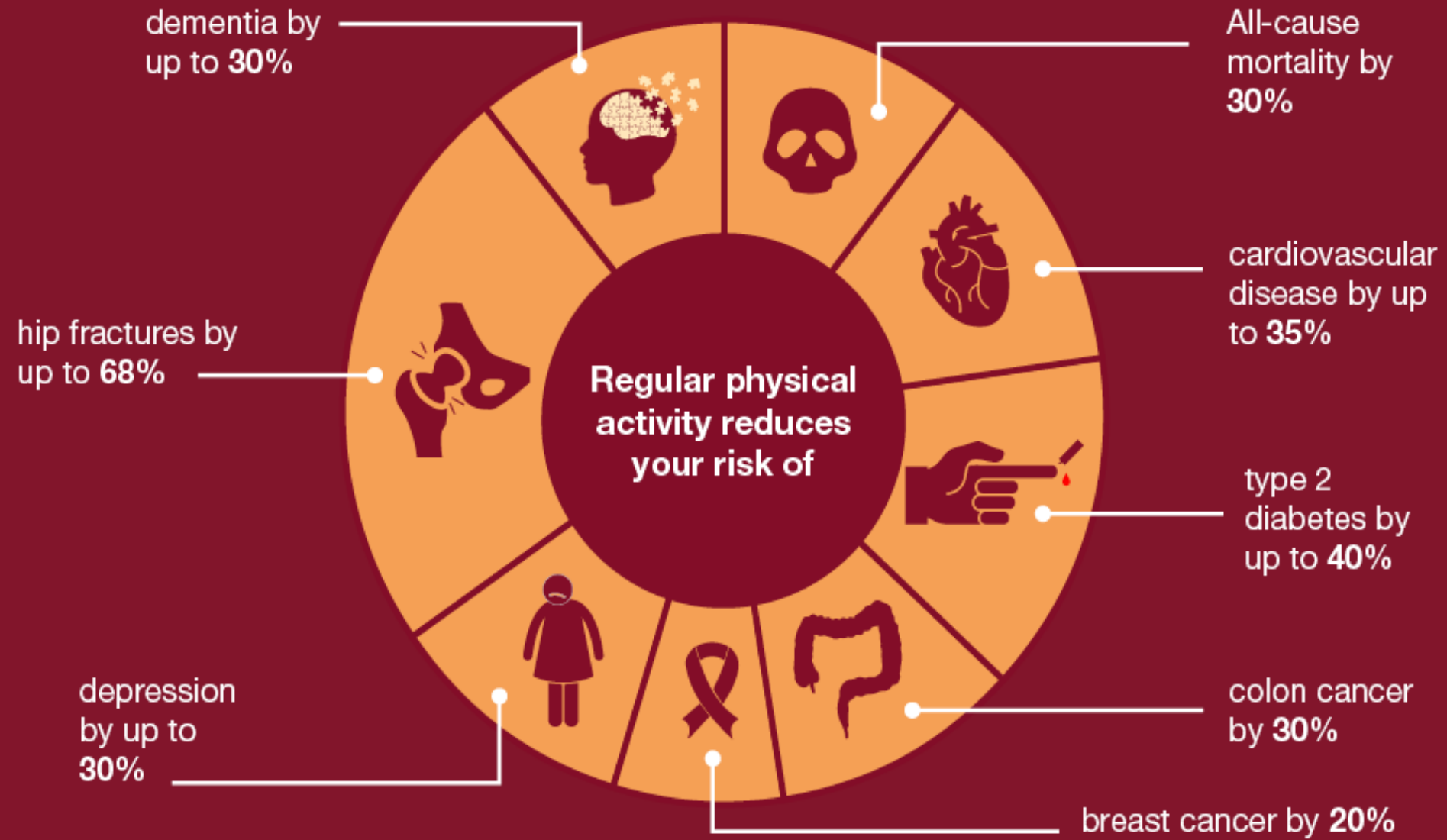
3 - URePSSS EA 7369 – Université de Lille 2 – Lille – France.

4 - URePSSS EA 7369 – Université du Littoral et de Côte d'Opale – Dunkerque

5 - Centre d'Investigation Clinique – CHU – Hôpitaux de Rouen – Rouen – France

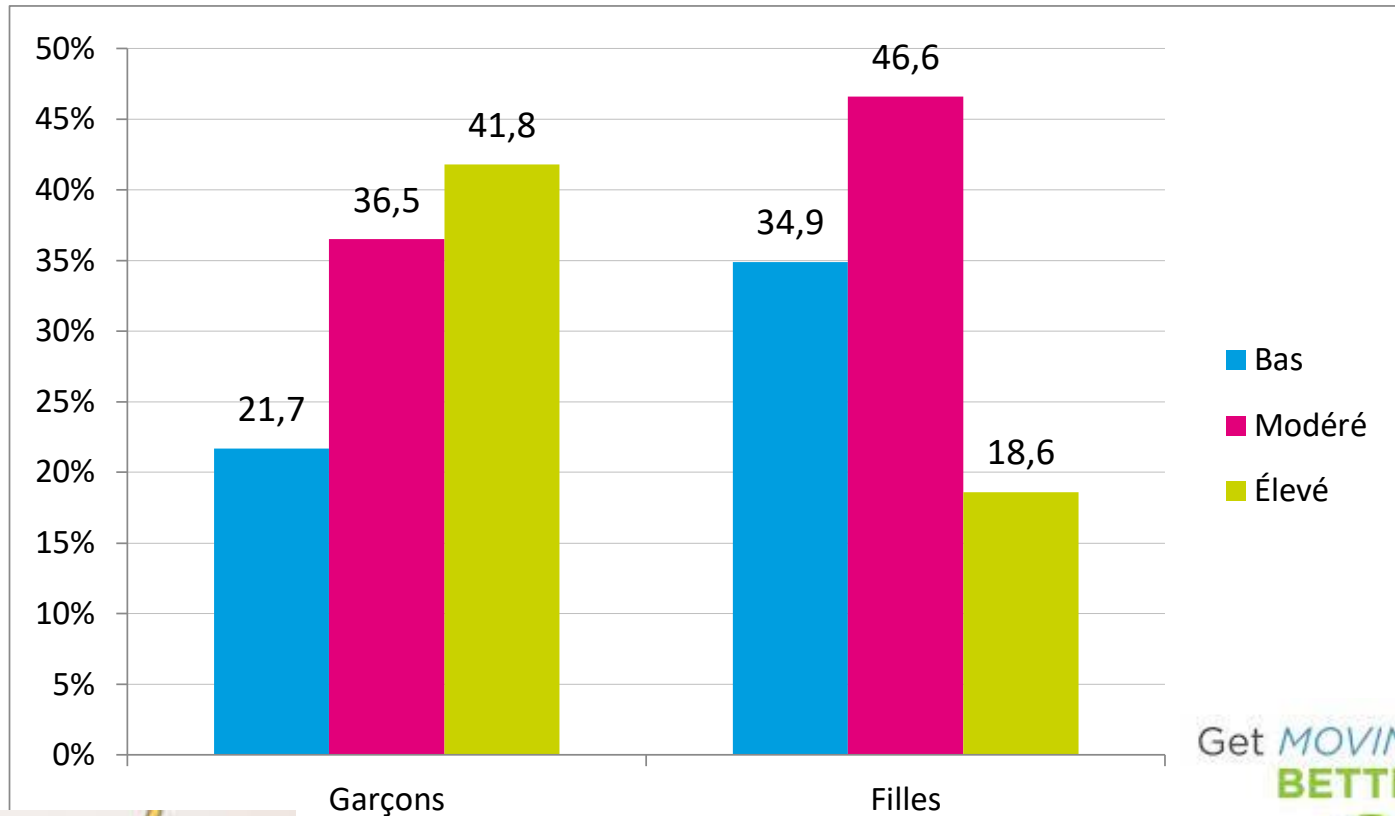
Contexte (1)

What are the health benefits of physical activity?



Contexte (2)

Figure 5 - Adolescents de 15 à 17 ans selon le niveau d'activité physique et le sexe en 2006



Source : Étude ENNS 2006



Get **MOVING** toward
BETTER HEALTH



Contexte (3)

- La pratique régulière d'une activité physique (AP) améliore le bien-être physique et émotionnel, la qualité de vie et la perception et estime de soi
- Rôle important dans la prévention des risques cardiovasculaires, des cancers, du surpoids et obésité, etc.
- Les comportements à risque chez les étudiants ont été plus étudiés ces dernières années
- Les facteurs ou les comportements « protecteurs » ont été moins investigués
- À notre connaissance, très peu d'études ont été conduites en France ces dernières années sur la pratique d'une activité physique dans la population étudiante à l'université et sur les comportements à risque associés à l'AP

Objectifs

Dans la population étudiante

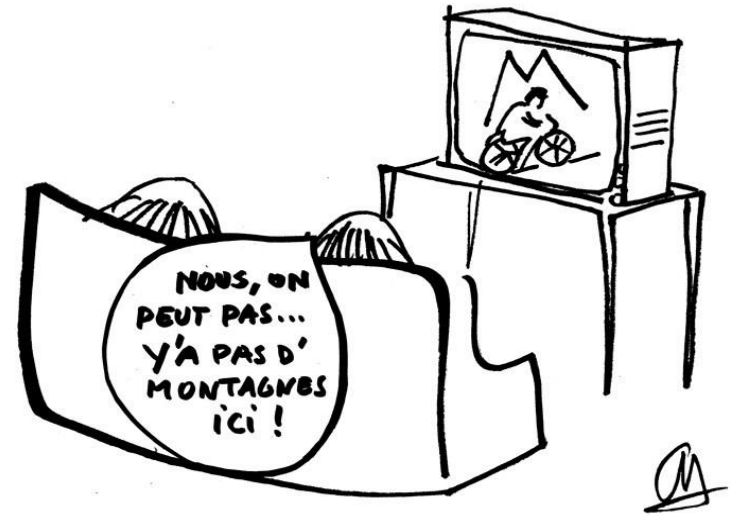
1. Mesurer la prévalence de AP sportive
2. Caractériser les profils d'activité physique
3. Identifier les comportements à risque associés



Crédit illustration : Gérard Missonnier

Méthodes

- Etude transversale
- Deux universités : ULCO et Rouen
- Auto questionnaire anonyme
 - ULCO : papier
 - Rouen : papier et en ligne
- Trois catégories d'AP
 - Aucune AP déclarée
 - AP modérée (0,5 à 3 heures/semaine)
 - AP intense (> 3 heures/semaine)
- Informations sociodémographiques
 - Age, sexe
- Informations sur les comportements
 - Tabac, alcool (binge drinking, ADOSPA), IMC, stress (PPS Cohen), TCA (SCOFF)



Crédit illustration : Gérard Missonnier

Résultats (1)

- Au total, 2787 étudiants inclus : 1878 à Rouen, 909 à ULCO
- Sexe ratio H:F = 0,56
- Age moyen : 21,0 ans (ET=3,5, M=20,0).
- Les principales filières universitaires représentées étaient médicales et paramédicales, droit, gestion et sciences économiques, sciences de l'ingénieur et techniques et sciences techniques des activités physiques et sportives (STAPS), sans différence significative entre les deux sites



Résultats (2)

Tableau I : Caractéristiques des comportements de santé et à risque chez les 2787 étudiants inclus, Université du Littoral et de la Côte d'Opale et Université de Rouen, 2013 et 2014.

	Effectif	%
Activité physique		
Aucune	1090	41,8
Modérée	1001	38,4
Intense	518	19,8
Classification IMC		
< 18,5	165	9,0
18,5-25,0	1457	79,4
25,0-30,0	182	9,9
> 30	32	1,7
Consommation de tabac		
Oui	658	23,8
Non	2106	76,2
Expérimentation du cannabis		
Oui	1050	61,6
Non	1184	38,4
Consommateur régulier de cannabis		
Oui	196	21,1
Non	731	78,9
Consommation d'alcool		
Jamais	411	14,8
Moins de 1 fois/mois	653	23,5
1 à 3 fois/mois	1186	42,7
1 fois/semaine et plus	525	18,9
Pratique du <i>binge drinking</i>		
Jamais	1019	36,8
Moins d'une fois/mois	706	25,5
1 à 3 fois/mois	619	22,3
1 fois/semaine et plus	427	15,4
Mésusage de la consommation d'alcool		
Oui	721	27,5
Non	1902	72,5
Risque de TCA		
Oui	633	23,0
Non	2115	77,0

Résultats (3)

Tableau II : Comparaisons sociodémographiques et des comportements à risque chez les étudiants selon leur niveau d'activité physique, Université du Littoral et de la Côte d'Opale et Université de Rouen, 2013 et 2014.

	Aucune activité physique (n=1080)	Activité physique modérée (n=996)	Activité physique intense (n=516)	p
Sexe-ratio H : F	0,33	0,50	1,72	<10 ⁻⁴
Age moyen (ET)	21,1 (3,6)	21,1 (3,7)	20,6 (3,1)	0,02
IMC %				
<18,5	12,4	8,5	5,1	<10 ⁻⁴
18,5-25,0	73,8	81,7	84,1	
>25	13,8	9,8	10,8	
Tabagisme %	24,4	21,6	20,5	0,001
Expérimentation du cannabis %	35,5	39,6	42,9	0,01
Consommateur régulier de cannabis %	23,7	19,4	22,5	0,37
Consommation d'alcool %				
Jamais	18,1	11,6	13,7	<10 ⁻⁴
Moins de 1 fois/mois	25,7	23,5	20,5	
1 à 3 fois/mois	41,6	44,7	41,4	
1 fois/semaine et plus	14,6	20,2	24,4	
Pratique du <i>binge drinking</i> %				
Jamais	42,0	34,0	29,4	<10 ⁻⁴
Moins d'une fois/mois	25,3	28,5	20,0	
1 à 3 fois/mois	20,6	21,1	28,8	
1 fois/semaine et plus	12,1	16,4	21,8	
Mésusage de la consommation d'alcool %	23,8	29,6	32,4	0,0006
Risque de TCA %	25,8	22,7	17,8	0,002
Stress moyen (ET)	16,9 (7,1)	15,7 (7,0)	14,3 (7,2)	<10 ⁻⁴

Résultats (4)

Tableau III : Facteurs prédictifs d'une activité physique modérée et intense chez les étudiants, Université du Littoral et de la Côte d'Opale et Université de Rouen, 2013 et 2014 (régression logistique).

	Pas d'AP ORA	ORA	AP modérée IC à 95 %	p	ORA	AP intense IC à 95 %	p
Genre							
Homme	1,0	1,0			1,0		
Femme	—	0,78	0,55 – 1,10	0,15	0,28	0,18 – 0,43	<10 ⁻⁴
Âge	1,0	0,98	0,94 – 1,03	0,37	0,92	0,87 – 0,99	0,02
Tabagisme							
Non	1,0	1,0			1,0		
Oui		0,60	0,43 – 0,82	0,002	0,54	0,36 – 0,81	0,003
Consommateur de cannabis							
Non	1,0	1,0			1,0		
Oui		0,86	0,58 – 1,27	0,45	0,87	0,54 – 1,39	0,56
Consommation d'alcool							
Jamais	1,0	1,0			1,0		
Moins de 1 fois/mois		1,31	0,95 – 1,80	0,10	0,98	0,65 – 1,47	0,98
1 à 3 fois/mois		1,53	1,10 – 2,14	0,01	0,97	0,62 – 1,52	0,97
1 fois/semaine et plus		1,93	1,17 – 2,93	0,002	1,18	0,69 – 2,00	0,55
Pratique du binge drinking							
Jamais	1,0	1,0			1,0		
Moins d'une fois/mois		1,31	0,87 – 1,47	0,35	1,02	0,71 – 1,48	0,95
1 à 3 fois/mois		0,95	0,70 – 1,29	0,72	1,49	1,00 – 2,22	0,05
1 fois/semaine et plus		1,14	0,77 – 1,67	0,52	1,44	0,89 – 2,34	0,14
Risque de TCA	1,0						
Non		1,0			1,0		
Oui		0,89	0,45 – 1,98	0,36	0,75	0,51 – 0,91	0,02
Stress moyen	1,0	0,94	0,87 – 0,98	0,03	0,91	0,85 – 0,96	0,01

Conclusion

- Plus de 4/10 étudiants n'ont aucune AP, comportement plus fréquent chez les femmes (1/2 femme)
- L'AP semble être associé à des comportements à risque, notamment à une consommation plus fréquente d'alcool et à des pratiques de *binge drinking*
- Une approche potentielle de l'AP en tant qu'éléments d'une stratégie de contrôle des conduites à risque et des addictions est posée
- Nécessité d'avoir une meilleure compréhension pour élaborer des stratégies d'intervention adaptées aux populations jeunes, prenant en compte de nouvelles approches de santé publique



Daily Physical Activity!

It can happen!

« Objective 10,000 » : Three challenges

3 challenges per team (154 teams) et 3 individual

1. The best walker
2. The best progression (between W1 and M6)
3. The best online reporting



Objective of the intervention evaluation

The objective was to evaluate the impact of promotion of physical activity in hospital professionals



Results (1)

- A total of 1005 hospital professionals (HP) included
- 44.3% were nurses, 25.1% in administrative section, 21.6% were technical and 9.0% were physicians
- Mean age : 41.6 years (SD=10.7),
- Sex ratio M:W was 0.16
- 54% of HP did sport regularly

**Number total of feet during the
6 months de « Objective 10,000 »**
209 273 469 pas = 94 173 km

*More than 2 times
around the World*



Results (2)

Evolution of the mean number of steps according to time and health professional categories (multivariate analysis*)

	Mean daily steps (95% CI)	p
Time		
W1	0	
M1	374 (45 - 702)	0.03
M6	696 (356 -1037)	0.0001
Health professional		
Administrative	0	
Physicians	964 (-500 - 2428)	0.21
Nurses	752 (-108 - 1611)	0.09
Technical	921 (-174 to 2015)	0.10

* Adjusted on age, sexe, physical activity

