

## DOSSIER DE PRESSE

Vendredi 13 Juillet 2018

**« i-Share a 5 ans ! »**

**CHIFFRES, DÉCOUVERTES ET POINT D'ÉTAPE**



# SOMMAIRE

Communiqué de presse .....	p.3
i-Share, 5 ans déjà.....	p.4
○ Une cohorte de 19 000 étudiants.....	p.4
▪ La cohorte.....	p.4
▪ Les résultats attendus.....	p.4
▪ Des données sur la santé des étudiants.....	p.4
○ La communication.....	p.8
○ Des projets de promotion de la santé.....	p.10
Recherche pluridisciplinaire.....	p.11
○ Le succès de la biobanque.....	p.11
○ Les étudiants et la e-santé.....	p.14
○ Lien entre stress, tabagisme et santé mentale.....	p.18
Le conseil scientifique international.....	p.22
Découvrir l'étude i-Share .....	p.26
i-Share en quelques chiffres .....	p.29
Ils parlent de nous .....	p.30
Partenaires .....	p.31
Contacts .....	p.32

COMMUNIQUÉ DE PRESSE  
Le 13-07-2018

## La santé des étudiants ? C'est l'avenir !

**Pour ses 5 ans, l'étude i-Share sur la santé des étudiants dévoile de nombreux résultats. Etude comprenant une évaluation complète, tant sur le plan physique que psychologique, i-Share génère une quantité colossale d'informations pour les chercheurs de toutes disciplines.**

### L'épidémiologie, une science indispensable

Déterminer l'état de santé d'une population, les causes des maladies et les stratégies pour les prévenir sont autant d'objectifs de l'épidémiologie.

Cela se fait idéalement par l'observation sur plusieurs années d'un même groupe de personnes, une cohorte, comme l'étude i-Share. Il s'agit du dispositif le plus efficace et le moins biaisé pour étudier les liens entre des facteurs d'exposition et les événements de santé d'un groupe de personnes.

### Des résultats immédiats et des études à plus long terme

Une cohorte comme i-Share permet d'obtenir des informations sur la population concernée au fur et à mesure que le projet se déroule. Une douzaine d'articles ont déjà été publiés dans des revues scientifiques internationales. Des résultats sont attendus sur un terme plus long et voici deux exemples de résultats à court et long terme :

- **Des étudiants plutôt satisfaits de leur vie.** On apprend ainsi que 64% d'entre eux déclarent être plutôt voire tout à fait satisfaits de leur vie. Cependant, 82% des étudiants en médecine déclarent ne pas être heureux en général, montrant ainsi les fortes tensions auxquelles sont exposés les étudiants de certaines disciplines.
- **Etudier le cerveau des étudiants pour mieux comprendre le vieillissement cérébral.** En analysant la biobanque i-Share dans laquelle 2000 étudiants ont accepté d'avoir un examen du cerveau par une IRM de dernière génération ainsi qu'un prélèvement sanguin, les chercheurs espèrent mieux comprendre certains mécanismes fondamentaux entre maturation et vieillissement cérébral. De cette meilleure compréhension pourraient naître de nouvelles stratégies de prévention ou de traitement du vieillissement cérébral et de la maladie d'Alzheimer.

Ce descriptif porte sur 14 140 étudiants toutes filières confondues, participant à l'étude i-Share et inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur (75,4% de femmes, âge moyen : 21 ans). Le focus sur le bien-être des étudiants en médecine porte sur 2572 étudiants en médecine, participant à l'étude i-Share et inscrits à l'université de Bordeaux, l'Université de Nice Sophia-Antipolis ou l'Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines (72,8% de femmes, âge moyen : 22,7 ans).

#### **Contact :**

Elena MILESI

Responsable communication

E-mail : [elena.milesi@u-bordeaux.fr](mailto:elena.milesi@u-bordeaux.fr)

## **i-Share, 5 ans déjà**

### **Une cohorte de 19 000 étudiants**

#### **La cohorte**

Une cohorte est un groupe de sujets suivis dans le temps. Ce groupe est choisi en fonction d'un critère commun, par exemple la tranche d'âge et le fait d'être étudiant comme dans la cohorte i-Share.

L'étude de cette cohorte consiste alors à observer la survenue d'événements de santé au sein de cette population, ceci pendant plusieurs années. Ce qui permet d'étudier les liens entre des facteurs dits « d'exposition » (démographiques, biologiques, comportementaux, environnementaux, génétiques...) enregistrés au début de la cohorte et la survenue d'événements de santé.

#### **Les résultats attendus**

Une cohorte est un dispositif particulièrement puissant car cela permet de suivre des buts multiples:

- Mesurer l'état de santé d'une population et renseigner les politiques publiques ;
- Etudier avec le moins de biais possible des associations entre des facteurs d'exposition et des maladies, ce qui pourra déboucher à terme sur des stratégies de prévention ;
- Greffer des études ciblées de recherche fondamentale (génétique, imagerie, biologie) sur les mécanismes ou les biomarqueurs de certaines maladies ou affections ;
- Mettre en place des interventions pour améliorer certains problèmes de santé et mesurer l'impact de ces interventions.

Tous ces dispositifs sont déployés dans i-Share qui est également une plateforme ouverte aux collaborations multidisciplinaires.

#### **Des données sur la santé des étudiants**

Ce descriptif porte sur 14 140 étudiants, nommés « Sharers », toutes filières confondues, participant à l'étude i-Share et inscrits dans un établissement d'enseignement supérieur (75% de femmes ; âge moyen : 21 ans).

Le focus sur le bien-être des étudiants en médecine porte sur 2572 étudiants en médecine, participant à l'étude i-Share et inscrits à l'université de Bordeaux, l'Université de Nice Sophia-Antipolis ou l'Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines (73% de femmes ; âge moyen : 23 ans).

**24% des Sharers suivent des études en santé.**

- 17% des Sharers suivent des études en lettres, langues et sciences humaines.
- 12% des Sharers suivent des études en sciences.
- 8% des Sharers suivent des études en sciences économiques.
- 9% des Sharers suivent des études dans d'autres spécialités.
- 30% des Sharers n'ont pas renseigné cette information.

**68% des Sharers ne vivent plus chez leurs parents.**

- 29% des Sharers vivent seuls.
- 17% des Sharers rentrent moins de 2 fois par an chez leurs parents.

**79% des Sharers se disent satisfaits voire tout à fait satisfaits des ressources dont ils disposent.**

- 92% des Sharers se disent satisfaits voire tout à fait satisfaits de leur logement.
- 76% des Sharers se disent satisfaits voire tout à fait satisfaits de leurs possibilités de détente.
- 82% des Sharers se disent satisfaits voire tout à fait satisfaits de leur vie sociale.
- 90% des Sharers se disent satisfaits voire tout à fait satisfaits de leurs relations avec leurs parents.

**39% des Sharers travaillent plus de 4h par jour sur leur ordinateur.**

- 21% des Sharers passent moins de 4h par jour sur leur smartphone.
- 30% des Sharers passent de 30 min à 2h sur leur smartphone tous les jours.

**26% des Sharers pratique une activité sportive plus d'une fois par semaine.**

- 2% des Sharers prennent des produits aidant à la performance sportive. 30% d'entre eux le font régulièrement.
- 42% des Sharers utilisent le vélo pour leurs déplacements, les hommes (55%) l'utilisent plus que les femmes (38%).

**66% des Sharers fréquentant un établissement supérieur depuis au moins 3 mois ont une activité physique moins importante par rapport aux années lycées.**

- ⇒ Pour 76% d'entre eux par manque de temps
- ⇒ Pour 40% d'entre eux pas envie (d'y aller seul)
- ⇒ Pour 28% d'entre eux horaires d'ouverture non compatibles avec l'emploi du temps

**59% des Sharers ont le sentiment de manger équilibré.**

- 57% des Sharers affirment que la nourriture occupe une place dominante dans leur vie.
- 67% des Sharers consomment des légumes quotidiennement.
- 72% des Sharers consomment des fruits quotidiennement.
- 26% des Sharers consomment du poisson 2 à 3 fois par semaine.
- 73% des Sharers ne consomment des produits type fast-food qu'une fois par semaine ou moins.

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

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

**47% des Sharers prennent un mélange de vitamines au cours des 3 derniers mois.**

**25% des Sharers déclarent ne jamais utiliser de préservatif.**

- Parmi ceux qui en utilisent 44% déclarent ne pas en utiliser à chaque rapport.
- 51% des Sharers filles utilisent un contraceptif oral.
- 37% des Sharers filles ont déjà eu recours à la contraception d'urgence.
- 41% des Sharers filles ayant déjà eu recours à la contraception d'urgence l'ont utilisé 2 ou 3 fois.
- 10% des Sharers filles ayant déjà eu recours à la contraception d'urgence l'ont utilisé 3 fois ou plus.

**12% des Sharers déclarent avoir pris un traitement pour dormir au cours des 3 derniers mois**

⇒ dont 7% d'hommes contre 14% de femmes.

- 25% des Sharers qui ont pris un traitement pour dormir dans les 3 derniers mois l'ont fait au moins 1 fois par jour.

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

- 54% des Sharers affirment avoir consommé du cannabis au cours de leur vie.
- 18% des Sharers qui fument, ont la volonté d'arrêter de fumer dans l'année.
- 49% des Sharers qui fument, ont dit qu'ils arrêteront plus tard.
- 21% des Sharers qui fument, ne souhaitent pas arrêter.

**72% des Sharers déclarent consommer quotidiennement des fruits.**

- 21% des Sharers consomment de l'alcool 2 fois par semaine à tous les jours.
- 8% des Sharers n'ont jamais bu d'alcool.

**37% des Sharers ont renoncé aux soins.**

Les raisons de ce renoncement sont :

- ⇒ 62% des Sharers préféreraient que les choses aillent mieux d'elles-mêmes
- ⇒ 46% des Sharers par manque de temps
- ⇒ 24% des Sharers pour raisons financières

**50% des Sharers ne sont pas allés chez le dentiste dans l'année écoulée (alors que c'est recommandé au moins une fois par an).**

- 15% des Sharers ont renoncé à aller chez le dentiste.
  - ⇒ 33% des Sharers par manque de moyens financiers.
  - ⇒ 50% des Sharers par manque de temps.

**64% des Sharers disent qu'ils sont satisfaits de leur vie.**

- 50% des Sharers disent que leur vie correspond à peu près à leurs idéaux.

**79% des Sharers considèrent être en bonne ou très bonne santé.**

- 73% des Sharers filles déclarent s'être sentis tristes, vides pendant plusieurs jours de suite.
- 59% des Sharers garçons déclarent s'être sentis tristes, vides pendant plusieurs jours de suite.
- 6% des Sharers se disent extrêmement somnolents tous les jours ou presque au cours des 3 derniers mois.

**92% des Sharers déclarent avoir eu des maux de tête au cours de leur vie.**

- 47% des Sharers ayant eu des maux de tête au cours de leur vie disent avoir subi des crises de plusieurs heures ces 12 derniers mois.
- 73% des Sharers ayant eu des maux de tête au cours des 12 derniers mois ont eu des maux de tête intense qui les ont amenés à l'arrêt de leur activité en cours.
- 48% des Sharers ayant eu des maux de tête au cours des 12 derniers mois ont eu, dû à des maux de tête, une douleur d'un seul côté.
- 75% des Sharers ayant eu des maux de tête au cours des 12 derniers mois ont eu, dû à des maux de tête, une gêne occasionnée par la lumière.

**83% des Sharers ont été vaccinés contre la rougeole, les oreillons et la rubéole (ROR).**

- 69% des Sharers ont été vaccinés contre l'hépatite B.
- 52% des Sharers filles ont été vaccinés contre l'Human Papillomavirus.

**57% ne jouent jamais sur ordinateur (hors vacances).**

- 17% des Sharers travaillent sur ordinateur plus de 8h par jour (hors vacances).
- 21% des Sharers passent plus de 4h par jour sur leur smartphone (hors vacances).
- 18% des Sharers passent plus de 4h par jour devant la TV à regarder des séries, films ou émissions (hors vacances).

**FOCUS sur le bien-être des étudiants en médecine**

**82% des étudiants en médecine déclarent ne pas être heureux en général.**

- 52% des étudiants en médecine déclarent pratiquer une ou plusieurs activités sportives régulières mais ils sont 90% à souhaiter en pratiquer plus.
- 62% des étudiants en médecine ont déclaré s'être senti tristes, vides, sans énergie ou sans intérêt pour les choses pendant plusieurs jours de suite au cours des 12 derniers mois.
- 28% des étudiants en médecine déclarent s'être sentis extrêmement somnolents durant la journée 1 à 2 jours par semaine.
- 38% déclarent estimer manquer de sommeil plusieurs fois par semaine.
- 85% des étudiants en médecine déclarent ne pas se sentir généralement de bonne humeur ou aimable.
- 45% des étudiants en médecine déclarent se sentir généralement nerveux et agités.
- 63% des étudiants en médecine déclarent ne pas être généralement contents d'eux.
- 69% des étudiants en médecine déclarent avoir généralement l'impression que les difficultés s'accumulent tellement qu'ils ne peuvent pas les surmonter.

## La communication

La communication est centrale pour le recrutement et la fidélisation des étudiants, et leur participation aux projets de recherche associés. Elle est donc toujours riche et monitorée. La stratégie de communication repose sur une forte communication digitale avec :

- le site Internet [www.i-share.fr](http://www.i-share.fr) doté d'un espace personnel dédié où le participant a accès à ses questionnaires et à ses points i-Win
- une boîte mail [contact@i-share.fr](mailto:contact@i-share.fr)
- des réseaux sociaux :
  - Page Facebook <https://www.facebook.com/I.Share.fanpage/>
  - Compte Twitter [https://twitter.com/iShare\\_etude](https://twitter.com/iShare_etude)
  - Compte Instagram [https://www.instagram.com/ishare\\_etude/](https://www.instagram.com/ishare_etude/)
  - Compte LinkedIn <https://www.linkedin.com/company/etude-i-share/>
  - Chaîne Youtube <https://www.youtube.com/user/iShareEtude>
  - Compte Scoop-it <https://www.scoop.it/u/etude-i-share/curated-scoops>

En plus du digital, une communication de pair-à-pair a été mise en place dès 2013 avec le recrutement d'étudiants relais en charge de tenir des stands d'information sur les campus bordelais, niçois et versaillais. Les étudiants relais intervenaient également en cours et effectuaient de la remontée d'information terrain très précieuse sur l'accueil de l'étude i-Share auprès du public étudiant.

Des évènements gratuits ont ponctué les années dans le but de favoriser la promotion de l'étude et le contact avec la cible étudiante et jeune diplômée comme :

- le i-Share Day aux alentours du mois de mars chaque année depuis 2014
- la distribution de fruits et légumes abimés
- des séances de cinéma privatives
- la participation aux soirées Cinétudiantes organisées par l'UGC Bordeaux
- des actions de prévention et promotion de la santé
- i-Share Zen à l'UVSQ
- i-Share Diet à l'UVSQ

La communication print a été utilisée pour de l'affichage et en tant que support sur les stands des évènements (affiche, dépliant 3 volets, plaquette, flyer, oriflamme, nappe, bâche). L'étude i-Share a également investi dans l'achat d'objets promotionnels (stylo, règle de 15 cm, sticker, balle antistress, eco-cup, bracelet, clé usb, tote bag).

Le programme de fidélité Programme i-Win, lancé en 2014, a permis de maintenir l'attention des participants et de favoriser le suivi de la cohorte. Le principe est l'accumulation de points i-Win à chaque questionnaire rempli ou examen réalisé hors examen indemnisé, sur l'espace personnel du participant, échangeables contre des lots (places de cinéma, paniers fruits et légumes, places de théâtre, entrées parc accrobranches, matchs de hockey...).

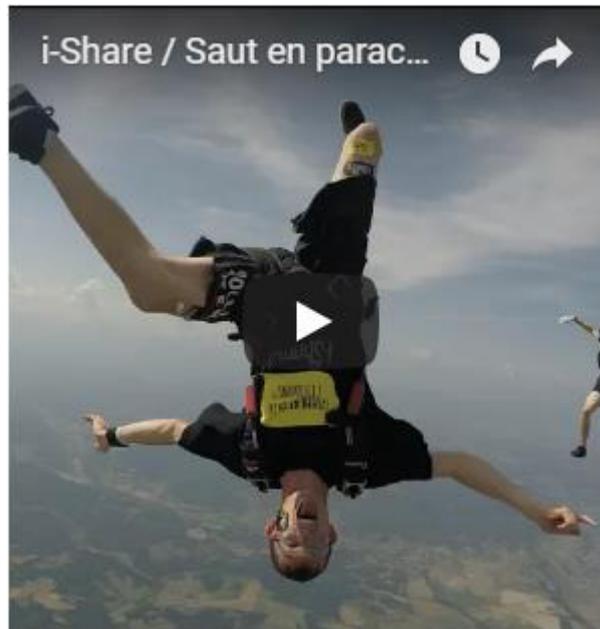
Le tissage d'un lien fort avec les associations étudiantes est venu compléter le dispositif afin que le bouche-à-oreilles participe efficacement au rayonnement de l'étude auprès des étudiants. Cela

donnait parfois lieu à des collaborations plus poussées comme avec l'ANEMF (Association Nationale des Etudiants en Médecine de France) avec la signature d'une convention (résultats agrégés sur la santé de la population des étudiants de médecine dans la cohorte).

Une forte synergie avec l'Espace santé étudiants de Bordeaux a permis une forte collaboration notamment pour la production d'outils de promotion de la santé comme la série #Sécupliqué sur la sécurité sociale étudiante en 2016.

L'étude i-Share a également été présente comme partenaire dans un certain nombre d'événements à forte visibilité comme la course Burdi Color, organisée sur le campus bordelais, le Reggae Sun Ska Festival en août 2016, Station Campus, etc.

L'équipe de France de parachutisme Vol Relatif à 4 (VR4) a accepté de parrainer l'étude i-Share.  
« *En tant que sportifs de haut niveau, la santé des jeunes nous importe, c'est l'avenir. Alors nous allons faire faire le grand saut à i-Share !* »



## Des projets de promotion de la santé

Engagée pour la santé des étudiants, l'étude i-Share a été à l'origine de nombreux projets innovants de promotion de la santé souvent en partenariat avec l'Espace santé étudiant de l'université de Bordeaux. Parmi ces projets on comptait l'Escape Room Santé sur les troubles dépressifs, la série vidéo #Sécupliqué sur la sécurité sociale étudiante, la vidéo « C'est quoi la santé mentale ? » ou encore dernièrement l'évènement « Choquez-nous ! » sur la sensibilisation au massage cardiaque et à l'utilisation du défibrillateur.

**#Sécupliqué, août 2016** : une série de 4 vidéos qui revient en quelques minutes sur l'ensemble de la sécurité sociale étudiante en vigueur à l'époque. Elle permet de mieux comprendre les rouages de celle-ci. Comment ça marche ? Consultation et hospitalisation, qui paie quoi ? Mes frais de santé à la pharmacie, je paie tout ou rien ? Les yeux et les dents, est-ce pris en charge complètement ? Tant de questions auxquelles la série répond pour éclairer les étudiants et leurs parents.

**Escape Room Santé, avril 2017** : un escape game à visée préventive pour utiliser une stratégie de jeu gamifiant afin de sensibiliser les jeunes à la santé mentale via une méthode qui saura marquer les esprits. A travers cette stratégie, ce n'est plus la prévention qui vient à l'individu, mais bien l'individu qui se tourne vers la prévention à travers le jeu. Alors acteur, la sensibilisation est plus forte. Cette nouvelle forme d'action répond à un besoin réel de moderniser les stratégies préventives, en passant notamment par des stratégies de «gamification».

**« C'est quoi la santé mentale ? », mars 2018** : une vidéo pour définir la santé mentale, la dédramatiser, en parler et dire qu'il faut s'en occuper comme de la santé physique.

**« Choquez-nous ! », juin 2018** : un évènement qui scande que nous pouvons « tous devenir les héros de demain » animé par les étudiants en médecine de l'université de Bordeaux place Pey Berland à Bordeaux. Malgré les efforts des associations et du gouvernement, il y a encore de très nombreuses personnes qui ne connaissent pas le massage cardiaque et qui souhaitent l'apprendre. Leur idée est que les étudiants en médecine, formés dès la deuxième année aux gestes de premiers secours, pourraient devenir les formateurs au massage cardiaque de toute la population. Le projet s'appuie sur un dispositif simple, créé par des collègues de l'université de Kyoto, permettant d'expliquer rapidement et de s'entraîner au massage cardiaque et à l'utilisation d'un défibrillateur efficacement.

## Recherche pluridisciplinaire

### Le succès de la biobanque

Comblent le manque de données sur la santé des étudiants tel est l'enjeu de l'étude i-Share.

Pour compléter l'ensemble des données de santé récoltées via les questionnaires annuels, l'étude i-Share s'est dotée d'une banque de données biologiques et d'une banque de données d'imageries cérébrales par IRM (imagerie par résonance magnétique) auprès de 2000 étudiants.

Ces nouvelles données vont enrichir les connaissances sur la santé des étudiants.

#### La recherche

Les chercheurs savent que les jeunes adultes peuvent être exposés à des maladies qui ont parfois des conséquences sérieuses sur leur santé et un retentissement sur leurs activités quotidiennes ou leurs études.

De plus, certaines habitudes de vie qui se mettent en place à cet âge peuvent avoir un impact sur la survenue de maladies chroniques plus tard dans la vie, comme par exemple les maladies cardiovasculaires ou les maladies neurodégénératives.

Par conséquent, l'objectif des recherches adossées à la biobanque i-Share consiste à mieux appréhender ces éléments afin de pouvoir améliorer la santé des étudiants et mieux prévenir la survenue de maladies à un âge plus avancé.

Les données biologiques, dont peuvent être également dérivés des marqueurs génétiques, et les données d'imagerie cérébrale constituent des « biomarqueurs » extrêmement utiles pour comprendre plus finement l'état de santé des étudiants et appréhender les facteurs qui pourraient influencer la survenue de maladies à un âge plus avancé. Ils permettent par ailleurs de pointer directement sur les voies biologiques impliquées, ce qui est intéressant en vue de développer, à terme, de nouvelles approches thérapeutiques.

#### Les données biologiques

Sous la responsabilité du Professeur Stéphanie Debette, les données biologiques récoltées permettront :

- de tester certaines hypothèses scientifiques sur les fondements biologiques de la maturation et du vieillissement cérébral, les mécanismes d'apparition des maladies et les circuits biologiques impliqués, en vue de faciliter le développement de nouvelles approches thérapeutiques.

- d'étudier des déterminants biologiques (facteurs de risque et facteurs protecteurs) de certaines affections, pouvant toucher les jeunes ou survenir à un âge plus avancé, afin de mieux déceler les personnes à risque en vue de stratégies de prévention.



Stéphanie Debette ©i-Share

*« La biobanque i-Share est un projet très novateur et unique en son genre. Il permettra d'une part de mieux connaître l'état de santé des étudiants en étudiant divers paramètres biologiques sanguins. D'autre part, grâce entre autres à des analyses génomiques de dernière génération, ce projet va contribuer à comprendre les phénomènes biologiques précoces influant la survenue de certaines maladies pour mieux les prévenir. Il est important de noter qu'il ne s'agit pas de dépister des maladies mais plutôt, à l'échelle de la population, de comprendre les mécanismes biologiques impliqués pour mieux savoir les combattre à un stade précoce, et d'identifier des groupes d'individus à plus haut ou plus faible risque pour mieux cibler les stratégies de prévention. »*

Un conseiller éthique indépendant, a été nommé spécialement pour cette recherche afin de vérifier qu'elle est conforme aux normes éthiques nationales et européennes à chaque étape du projet.

## **Les IRM**

Menées par le Professeur Bernard Mazoyer, les recherches à partir des IRM cérébrales vont permettre d'explorer le fonctionnement cérébral, de caractériser la variabilité morphologique et fonctionnelle du cerveau chez le jeune adulte.

Il s'agit là d'une étape fondamentale pour comprendre le fonctionnement du cerveau et ses maladies.



Bernard Mazoyer ©i-Share

*« Un des objectifs majeurs de l'analyse des IRM dans l'étude i-Share est de savoir si certains participants présentent précocement des anomalies cérébrales connues pour être des marqueurs de maladies liées au vieillissement. L'analyse des IRM permettra en particulier d'évaluer le retentissement éventuel de ces anomalies sur le fonctionnement cérébral, et de déterminer si la présence de ces anomalies est associée à certains marqueurs biologiques ou comportementaux. »*

## **En pratique**

La constitution de la biobanque i-Share a fait appel à 2000 participants de l'étude i-Share volontaires qui se sont rendus à 3 RDV :

- Une visite d'inclusion avec un médecin : présentation du concept, réponses aux éventuelles questions et vérification de l'éligibilité du participant, campus Carreire de l'université de Bordeaux ou à l'Espace Santé Etudiant (Pessac) - 30 min.
- Un prélèvement sanguin à jeun au centre de prélèvement du CHU Pellegrin (Bordeaux) - 30 min. Vous recevrez des résultats des dosages de routine (cholestérol total, HDL-cholestérol, LDL-cholestérol, triglycérides, glycémie) par courrier si vous le souhaitez.
- Une IRM cérébrale suivie de quelques tests neuropsychologiques sur tablette au bâtiment IBIO, campus Carreire de l'université de Bordeaux – 2h.

Dans le cadre légal s'appliquant à toute étude de recherche clinique, une évaluation des contraintes subies a lieu et donne parfois recours à une indemnisation du participant. C'est le cas pour les banques de données i-Share dont l'indemnisation s'élevait à 80€ (40€ pour le prélèvement sanguin et 40€ pour l'IRM).

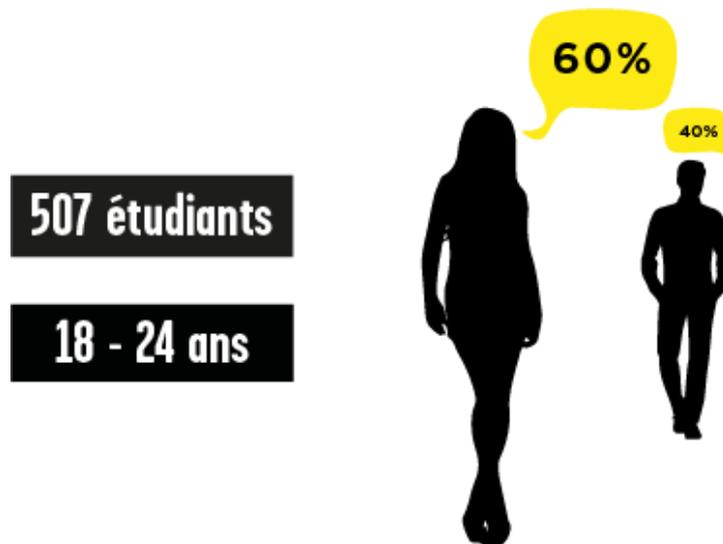
## Les étudiants et la e-santé

Montagni I, Cariou T, Feuillet T, Langlois E, Tzourio C. Exploring Digital Health Use and Opinions of University Students: Field Survey Study. JMIR mHealth and uHealth 6:e65.

Au printemps 2017, une **enquête de terrain** a été réalisée dans les campus universitaires de Bordeaux pour **explorer les pratiques d'utilisation et recueillir l'opinion des étudiants concernant la santé numérique**.

Au total, **507** étudiants (dont 60% de filles) âgés de 18 à 24 ans ont répondu à un questionnaire en face-à-face.

Toutes les filières d'étude étaient représentées.



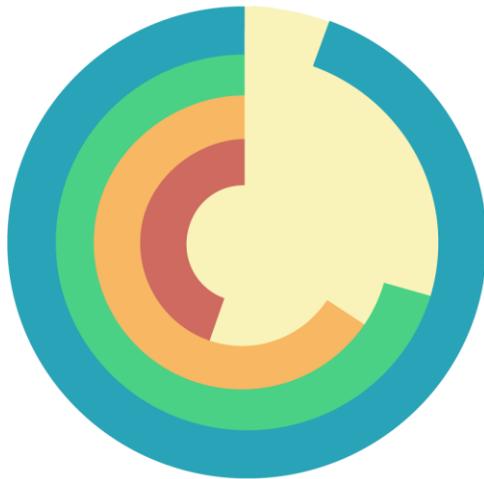
**Un tiers** de l'échantillon possédait au moins **une application mobile santé**, surtout concernant **l'activité physique** comme le footing.

Seulement **4%** des étudiants interrogés possédaient un **objet santé connecté**.

**Internet** était l'outil numérique le plus utilisé pour la recherche d'informations et conseils en matière de santé.



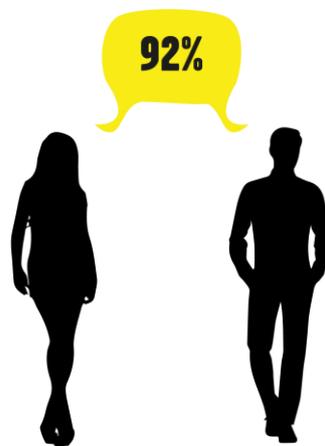
## Au cours des 12 derniers mois ...



- 95% des étudiants se sont informés sur leur santé
- 68% ont cherché des conseils en nutrition
- 64% ont cherché des conseils sur des douleurs et maladies
- 48% ont cherché des conseils sur le stress, l'anxiété ou la dépression

Presque tous les participants (95%) avaient cherché des **informations sur la santé et le bien-être** au moins une fois au cours des 12 derniers mois.

Les sujets les plus recherchés étaient la **nutrition** (68%), les **douleurs/maladies** (64%), et le **stress, l'anxiété ou la dépression** (48%).



considèrent des sites tels que

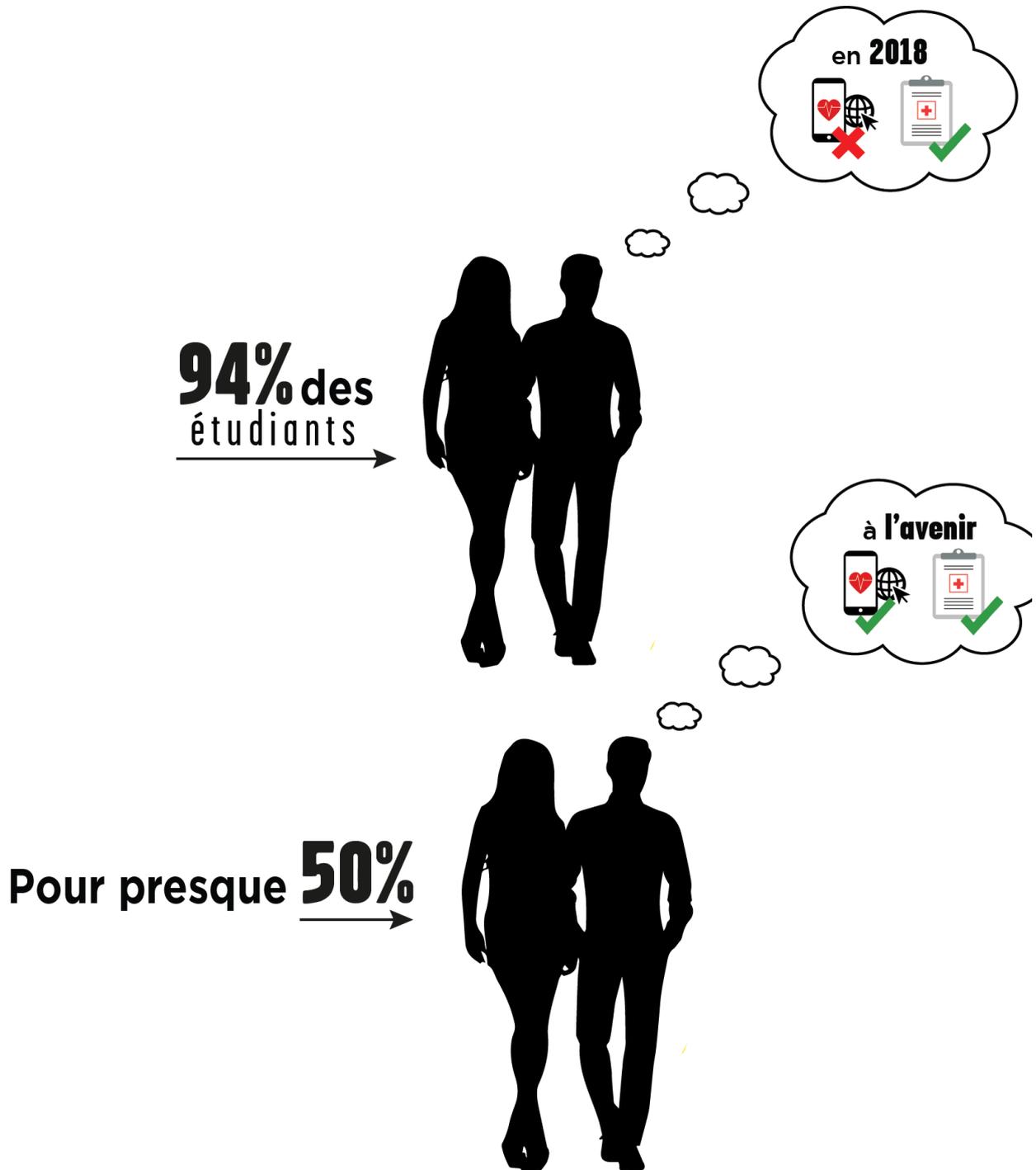
**HAS**

HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ

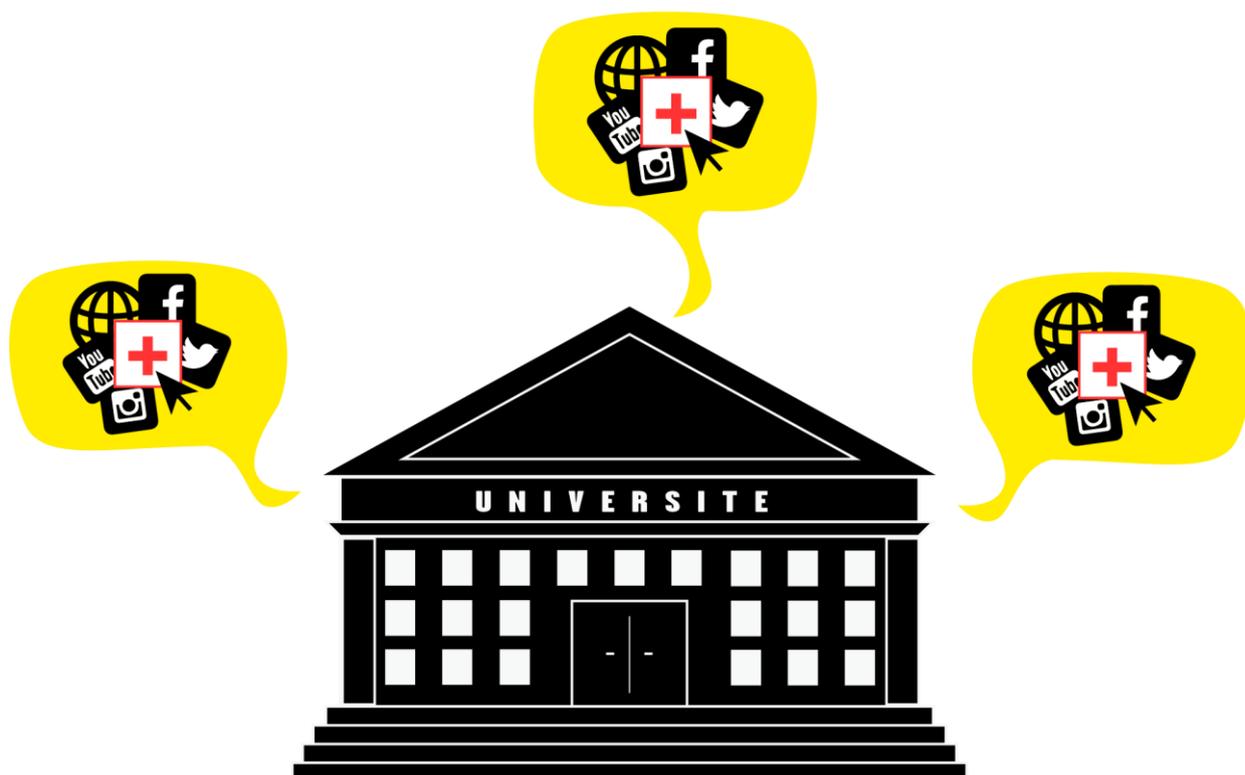
comme les sources les plus crédibles

Bien que Wikipédia et les sites consacrés à la santé, comme Doctissimo, aient été cités comme les sources d'information les plus consultées, presque tous les étudiants (92%) ont considéré les **sites institutionnels/officiels** (par exemple le site de l'Haute Autorité de Santé) **comme les sources les plus crédibles**.

Les **filles et les étudiants provenant des filières santé** utilisaient plus que leurs pairs l'**Internet santé**, mais tous les étudiants, indépendamment de leur état de santé physique et mentale, avaient recours à la **santé numérique**.



Enfin, bien que pour **94%** des étudiants **Internet et les nouvelles technologies** ne peuvent **pas encore remplacer** les **services de santé** et les **consultations médicales traditionnels**, pour presque **la moitié d'entre eux** cela sera possible à l'avenir à condition que les outils de santé numériques soient promus par des **institutions fiables**.

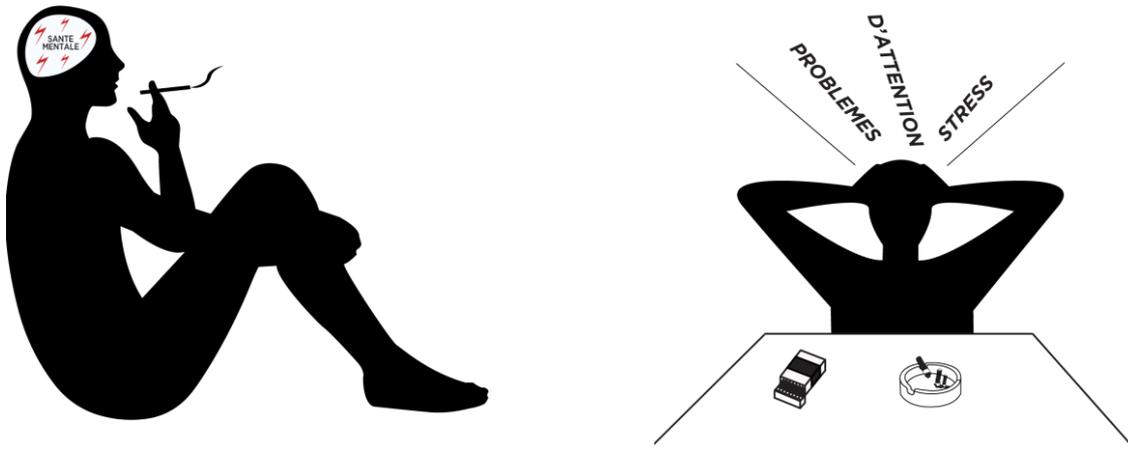


Ces résultats devraient aider à mieux concevoir et mettre en place des interventions digitales pour promouvoir la santé dans le milieu universitaire.

## Lien entre stress, tabagisme et santé mentale

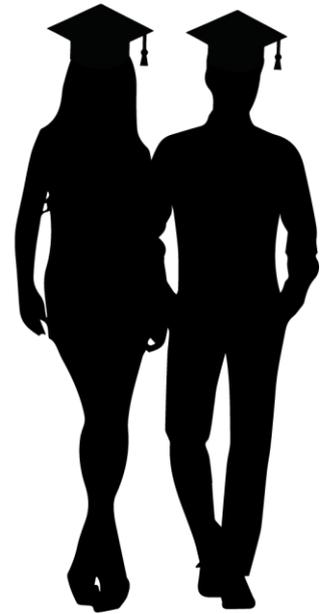
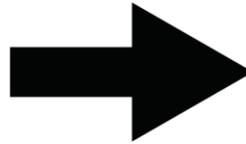
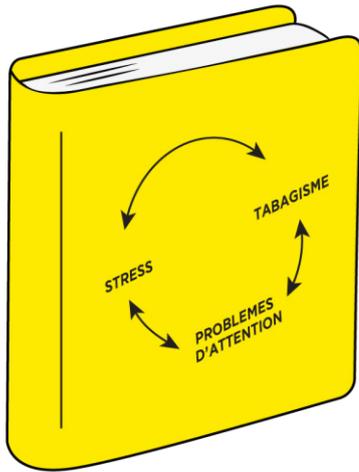
Galéra C, Salla J, Montagni I, Hanne-Poujade S, Salamon R, Grondin O, Guichard E, Bouvard MP, Tzourio C, Michel G (2017). Stress, attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) symptoms and tobacco smoking: The i-Share study. *European Psychiatry* 46

Les **problèmes de santé mentale** sont associés à un **risque élevé de tabagisme**. Chez les personnes stressées ou atteintes de **problèmes d'attention**, on observe notamment un risque important de tabagisme.



Pourtant, il existe **peu de travaux de recherche** s'intéressant en même temps aux relations entre stress, problèmes d'attention et tabagisme. Ceci est d'autant plus notable chez les **étudiants** alors que cette période particulière de leur vie est non seulement associée à un stress important mais aussi à des comportements d'expérimentations de substances comme le tabac.



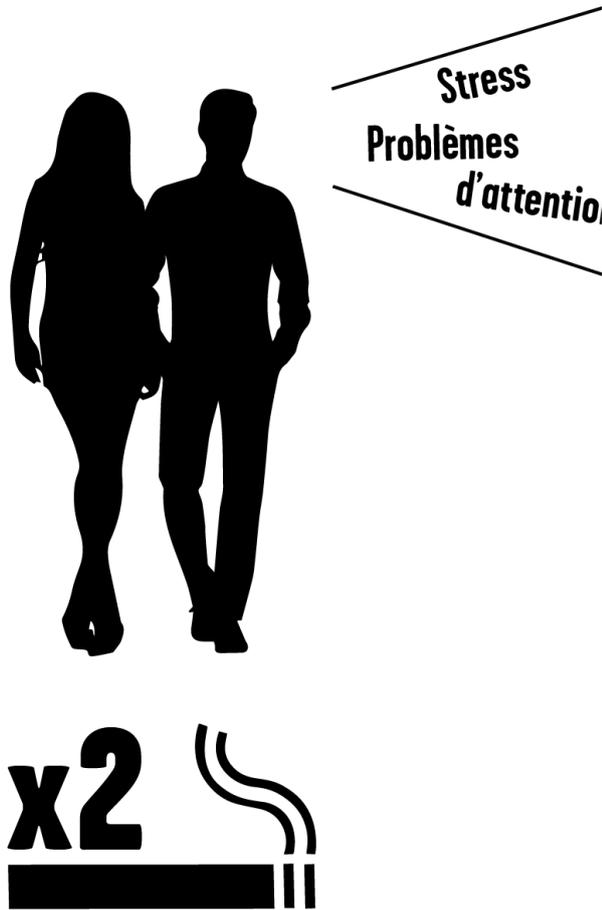


Afin de mieux comprendre les liens entre stress, problèmes d'attention et tabagisme chez les étudiants une **recherche épidémiologique** a été menée auprès de **8110 étudiants** de l'étude française i-Share.

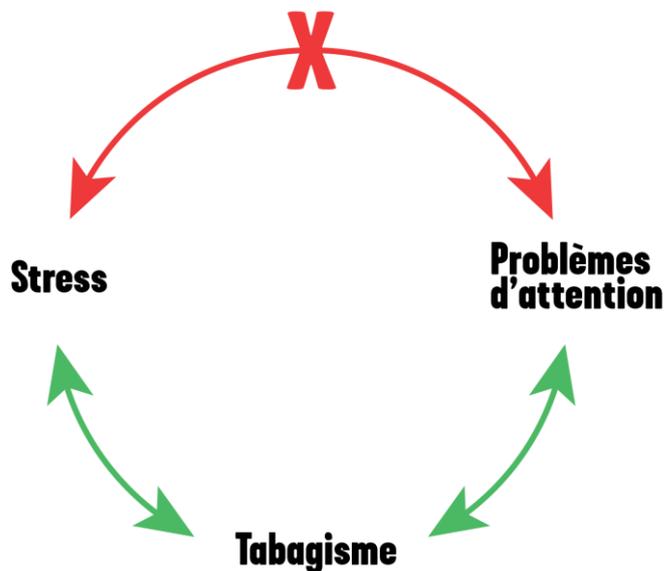


**8110 étudiants**

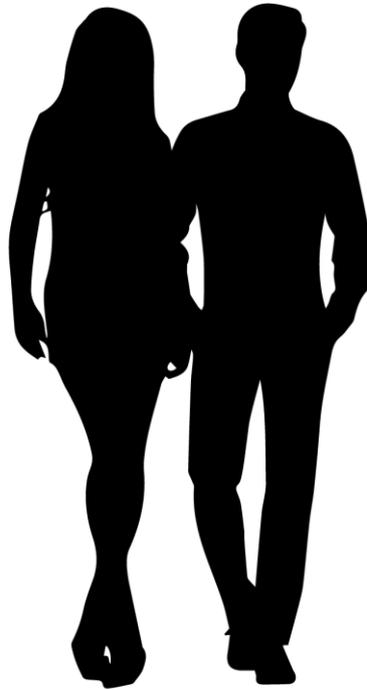
Cette enquête a mis en évidence le fait qu'à la fois le **stress et les problèmes d'attention** sont **associés à 2 fois plus de risque de tabagisme** qu'en l'absence de stress ou de problèmes d'attention.



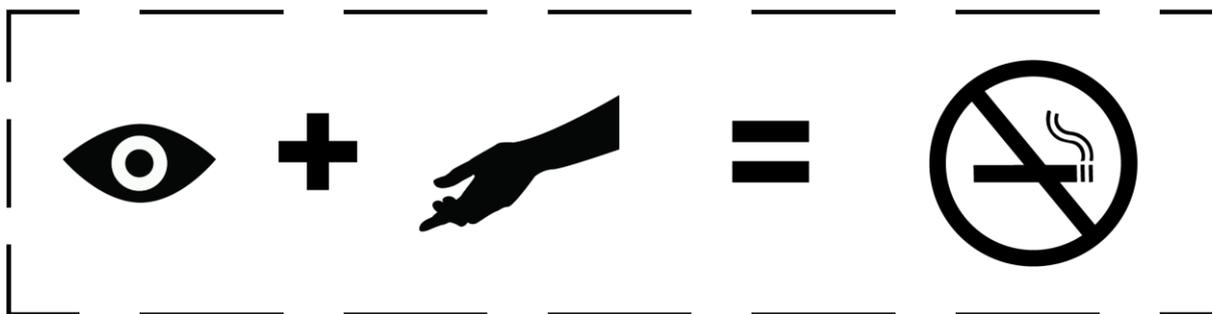
Le point notable est **que stress et problèmes d'attention** sont **liés au tabagisme de façon indépendante** l'un de l'autre.



Ces résultats soulignent l'importance de repérer et accompagner les étudiants présentant un stress élevé et/ou des problèmes d'attention afin de prévenir le risque de tabagisme.



**Stress**  
**Problèmes**  
**d'attention**



## Le conseil scientifique international

Comme tout grand projet de recherche, i-Share s'est dotée d'un Conseil Scientifique International (CSI) pour l'aider à réfléchir à sa stratégie de développement.

L'étude i-Share souhaitait un regard expert réellement indépendant, c'est pourquoi elle a décidé que son CSI comprendrait uniquement des chercheurs étrangers de très haut niveau, travaillant dans des domaines proches de i-Share et avec lesquels il n'y avait aucune collaboration en commun.

Sandro Galéa, doyen de l'école de santé publique de l'Université de Boston et un des plus grands experts mondiaux dans le domaine de l'épidémiologie et de la santé publique, a accepté de présider ce CSI.

Trois autres experts (biographies ci-dessous) en neurosciences, santé mentale et maladies métaboliques, venant du Canada et du Danemark, ont également accepté l'invitation.

Le CSI a reçu tous les documents sur i-Share et s'est déplacé en avril 2018 pendant deux jours dans nos locaux à Bordeaux afin d'avoir une vue complète et détaillée du projet de recherche, des collaborations et des projets en cours, et de la réflexion stratégique de l'équipe de coordination.

### Les 4 membres du CSI

Toutes ont l'expérience des grandes cohortes longitudinales (suivi du groupe de personnes dans le temps).



Sandro Galea ©PopTech in 2012 Wikipedia

**Sandro Galea**, médecin épidémiologiste, a été urgentiste au Canada et est intervenu en Somalie dans le cadre de missions avec Médecins Sans Frontières.

Cependant, il a décidé de donner la priorité à sa carrière académique.

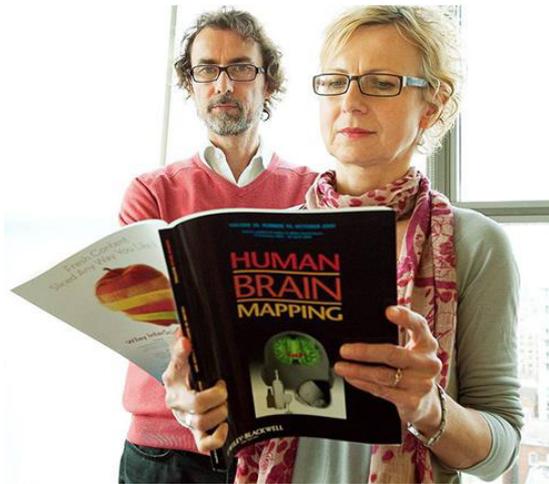
Ancien président de l'école de santé publique de l'Université de Columbia, actuel doyen de l'école de santé publique de l'Université de Boston et professeur lauréat de la chaire Robert A.Knox, S.Galea a été nommé comme l'un des chercheurs les plus influents du monde par l'agence de presse Thomson Reuters en 2015. Il a également été, entre autres, vice-président de la Society for Epidemiologic Research et membre élu de l'American Epidemiological Society.

Il fut élu à la National Academy of Medicine en 2012 et il présida 2 des plus récents rapports sur la santé mentale dans l'armée pour l'Organisation Internationale pour les migrants.

Ses recherches s'intéressent principalement à la santé en population urbaine, plus particulièrement à la santé mentale, aux troubles anxieux courants et à la toxicomanie.

Il s'est également penché de près sur les conséquences des traumatismes de masse et des guerres dans le monde (le 11 septembre 2001, Ouragan Katrina, conflits sub-saharien en Afrique, guerre en Irak et Afghanistan).

Il a publié plus de 500 articles scientifiques et pas moins de 10 livres.



Zdenka Pausova et Tomáš Paus  
©Jennifer Roberts pour The Globe and Mail

**Zdenka Pausova** a étudié à l'Université McGill et à l'Université de Montréal à Montréal (Canada).

Elle est actuellement professeure investigatrice senior à l'hôpital des enfants de Toronto et elle enseigne au sein du département des sciences nutritives et physiologiques de l'Université de Toronto (Canada).

Z.Pausova a reçu le prix d'excellence de la recherche de la Heart and Stroke Foundation du Canada. Elle est également membre élu de l'American Heart Association.

Ses recherches se concentrent sur les causes et les conséquences de l'obésité chez les adolescents et les adultes.

Elle co-dirige l'étude scientifique sur les jeunes du Saguenay-Lac-Saint-Jean, étude de cohorte composée de 1000 jeunes canadiens francophones vivant dans la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean de la province de Québec.

L'objectif est de comprendre comment les gènes et l'environnement agissent sur le cerveau, le comportement et la santé cardiovasculaire et métabolique à l'adolescence. Z.Pausova a publié 125 articles.

**Tomáš Paus** est titulaire de la chaire Tanenbaum en neurosciences à l'hôpital Baycrest de Toronto (Canada), institution à la pointe de la recherche sur la mémoire et les neurosciences cognitives.

Il est professeur de psychologie et de psychiatrie à l'Université de Toronto.

T.Paus a reçu le Royal Society Wolfson Merit Award ainsi que la médaille d'or de l'Université Masaryk de Brno (Rép. Tchèque) et il est membre élu du Symposium International de Neuropsychologie.

T.Paus est également, entre autres, rédacteur adjoint pour les revues scientifiques Human Brain Mapping et Social Neuroscience.

Ses recherches ont porté pendant 20 ans sur l'organisation fonctionnelle et structurelle du cerveau humain.

T.Paus s'est appuyé sur différentes approches comme l'étude de cohortes de personnes porteuses de lésions cérébrales, de patients présentant des troubles psychiatriques ou encore la stimulation cérébrale.

Au cours des 10 dernières années, ses travaux se sont largement basés sur l'étude de cohortes en Amérique du nord, en Amérique du sud et en Europe dans les domaines des neurosciences et de la génétique afin d'en savoir plus sur la santé mentale des enfants et des jeunes.

T.Paus a publié près de 160 articles et a été cité dans plus de 37 000 publications scientifiques.



Christiane Stock ©ResearchGate

**Christiane Stock**, professeure de santé publique, a été nommée en 2000 pour le Carl-Grotemeyer Award pour l'excellence de son enseignement à l'Université de Bielefeld (Allemagne).

Elle dirige le programme de santé publique de l'Université du Danemark du Sud depuis 2007 et elle a développé le mooc intitulé « Health Promotion Planning » pour le master du Circumpolar Health Programme de l'Université d'Oulu (Finlande).

Ses domaines de recherche se concentrent sur une approche globale de la promotion de la santé, sur le lien entre privation et santé, et sur les déterminants de la santé et les comportements à risques chez les élèves et les étudiants.

C.Stock s'intéresse particulièrement à la thématique de l'alcool, la consommation de drogues, le stress et l'activité physique.

## Quels résultats ?

À l'issue de la concertation, le CSI a remis un rapport et une lettre au comité directeur de l'étude soulignant le caractère unique et indispensable de la plateforme i-Share qui permettra aux chercheurs du monde entier d'avancer dans le domaine de la santé des étudiants.

Le CSI insiste sur l'importance de ce domaine de recherche puisque l'expérience de vie à l'université est en train de devenir l'expérience formatrice clé de la prochaine génération de dirigeants du monde.

Les membres du CSI ont également noté qu'il est très difficile d'étudier la population étudiante (jeune, hyper sollicitée, changeante, « huileuse » comme le soulignent les communicants).

Et ils ont vanté le dispositif de communication de l'étude qui, selon eux, est impressionnant et efficace, un savoir-faire utile pour de futures cohortes d'étudiants.

De plus, le projet de la biobanque avec ses 2000 IRM et prélèvements sanguins réalisés est, selon eux, une ressource unique de très haute qualité qui permettra à la recherche d'effectuer un immense pas en avant.

Enfin, les membres du Conseil Scientifique ont conseillé de développer les expériences innovantes favorisant la fidélisation des participants et ont encouragé le développement des collaborations scientifiques pour davantage de publications scientifiques combinant des données biologiques et des données déclaratives et s'intéresser de près au comportement des étudiants avec l'outil numérique.

## Découvrir l'étude i-Share

i-Share (*pour Internet-based Students' Health Research Enterprise*) est une étude sur la santé des étudiants francophones. Portée par l'université de Bordeaux en partenariat avec l'université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines, elle est en partie financée dans le cadre de l'appel d'offres "Programme Investissements d'Avenir". Ayant pour objectif de réunir une cohorte de 30 000 étudiants francophones d'ici 2019, sa cohorte, composée de plus de 19 175 participants, la hisse au statut de **plus grande étude sur la santé des étudiants au monde**.

### A- Objectifs

Ce projet unique au monde et programmé sur 10 ans a pour but premier de mieux comprendre la santé des jeunes adultes.

Cette étude fournit également une plateforme de recherche extrêmement riche comprenant des informations sociales et médicales, des échantillons sanguins, des données génétiques et d'imageries cérébrales permettant de multiples collaborations avec des structures de recherche de plus en plus nombreuses.

L'étude i-Share, c'est aussi une cohorte exceptionnelle, permettant de tester des hypothèses scientifiques spécifiques sur les mécanismes physiopathologiques de survenue de certaines maladies.

Enfin, au vu des différents résultats apportés au cours de ces 10 ans, l'étude i-Share sera en conséquent un indicateur clé des politiques de prévention à adopter envers les jeunes.

### B- Ses recherches

i-Share s'intéresse à la santé des étudiants et plus particulièrement à des éléments récurrents de cette cohorte, à savoir ; la migraine, la santé mentale, les comportements à risques, ainsi que les maladies infectieuses (Papillomavirus & Chlamydiae).

La cohorte grandissante de l'étude i-Share représente une base de données riche et fiable sur la santé des étudiants. Des données qui attirent de plus en plus de chercheurs, qui puisent dans les données de i-Share, matière pour leurs recherches. L'étude i-Share ne cesse donc de s'enrichir grâce à la collaboration de chercheurs de plus en plus nombreux, ayant en point commun : la santé des étudiants.



## **La migraine**

La migraine est une maladie très commune qui touche jusqu'à 20% de la population et plus particulièrement les jeunes. En effet, 1 étudiant sur 3 se déclare migraineux.

L'enjeu de cette étude est d'abord, d'évaluer l'impact de la migraine sur la qualité de vie, la vie sociale et universitaire. Puis, d'analyser les possibles conséquences directes de la migraine sur le cerveau. Enfin, d'observer via l'imagerie par résonance magnétique (IRM)\*, si la migraine entraîne des changements morphologiques du cerveau. Le tout afin de proposer in fine une série de solutions et de conseils pour gérer la migraine au quotidien.



## **La santé mentale**

A travers l'étude sur la santé mentale, ce sont le suicide, l'anxiété, le stress, la dépression et les troubles du déficit de l'attention qui sont étudiés.

Les objectifs de cette recherche sont tout d'abord d'évaluer les conséquences personnelles, sociales et économiques de ces affections sur la réussite universitaire, la santé et le bien être des étudiants. Puis, d'étudier les impacts de ces maladies sur la structure cérébrale. Ce afin d'évaluer la fréquence ainsi que les facteurs de risque de ces derniers et de proposer des programmes de prévention et de dépistage.

## **IST Les maladies infectieuses**

Les infections sexuellement transmissibles sont fréquentes chez les jeunes adultes et peuvent avoir de lourdes conséquences sur la santé, notamment sur la fertilité des jeunes femmes.

En développant cet axe de recherche, les chercheurs étudient d'abord comment les micro-organismes responsables de ces infections sont susceptibles d'interagir entre eux et avec les défenses immunitaires. Puis, ils tentent d'anticiper les stratégies de prévention et de vaccination qui seront les plus pertinentes dans les années à venir.

Actuellement, l'étude i-Predict a pour objectif d'évaluer si un dépistage systématique (par ex tous les ans) et traitement des infections génitales à Chlamydia (chez les jeunes femmes) permet de réduire les risques de complications de cette infection.

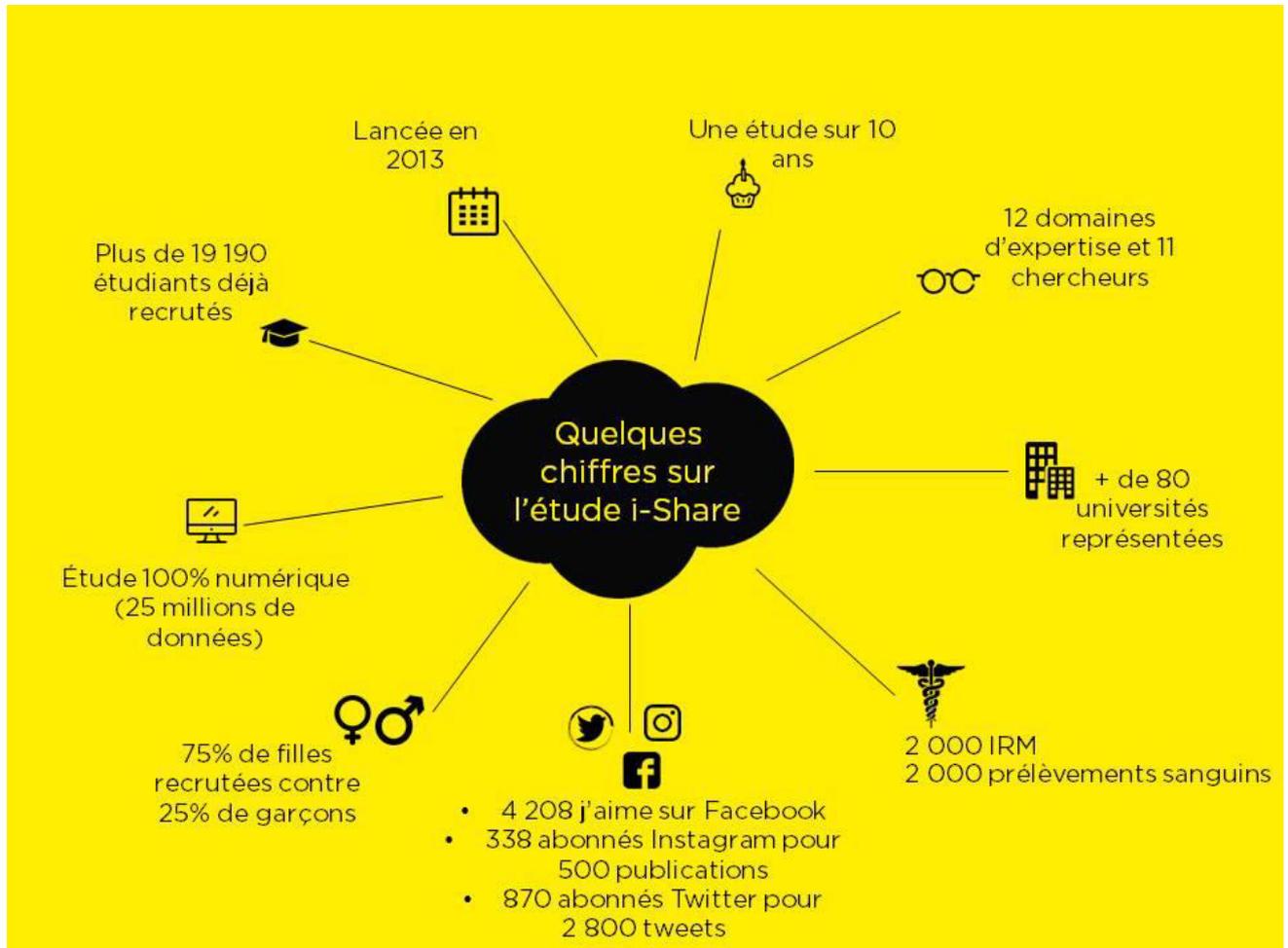


## **Les comportements à risque**

Les jeunes sont exposés à des comportements à risque illustrés ici par la prise de tabac, de drogues ou d'alcool. Si de nombreux chiffres sont connus, les impacts de ces comportements addictifs et excessifs sur les études et la vie sociale sont encore peu connus.

L'étude i-Share se donne alors comme objectif d'évaluer la prise de ces substances psychoactives par les étudiants, tout en étudiant leurs effets. Cela dans le but de proposer des politiques d'interventions ciblées et des campagnes de sensibilisation plus efficaces.

## i-Share en quelques chiffres



Ils parlent de nous

**LE FIGARO** *Le Monde*

madmoiZelle **L'OBS**

**Studyrama**  
Réussir son avenir

**digiSchool**  
the learning touch

**VOICES OF YOUTH**

LE VOIX DES JONES  
LE VOIX DES JONES  
البيان

**radio campus** FRANCE  
RADIOCAMPUS.FR

**CLUB LA TRIBUNE**  
BORDEAUX - AQUITAINE

france **3** aquitaine

**20**  
minutes

**SUD OUEST**

Et d'autres...

## Partenaires



L'étude i-Share est une étude portée par l'université de Bordeaux en partenariat avec l'Université de Versailles Saint-Quentin-en-Yvelines.

Projet financé par l'ANR – N°ANR-10-COHO-05-01



Collaborent également à l'étude :



Participent à la promotion de l'étude :



## Contacts

**Elena MILESI**

Communication étude i-Share

Tél : 05.47.30.42.25

Mail : [elena.milesi@u-bordeaux.fr](mailto:elena.milesi@u-bordeaux.fr)

Plus d'infos sur : <http://www.i-share.fr/>

Retrouvez l'étude i-Share sur :

