
8. Alimentation et santé des étudiants...

Une comparaison Normandie/France

O.R.F.S Université de Caen Basse-Normandie. Caroline Planquois. Jean-Michel Nicolas. Mai 2007

L'alimentation et l'hygiène sont des besoins triviaux mais néanmoins vitaux pour assurer des conditions de vie respectables. A la base des besoins humains physiologiques, rien ne peut être accompli sereinement sans les avoir satisfaits.

Toutefois, l'accès à ces besoins est très inégal selon les milieux sociaux dont les étudiants sont issus. Il va aussi souvent de pair avec les études suivies et les comportements face à elles, mais aussi avec les rapports au temps, à l'espace, à l'argent ou encore au travail.

Cette article s'attache ainsi à décrire l'alimentation et la santé des étudiants, tout en montrant les liens qui peuvent être établis avec le type d'études. Une comparaison entre la population étudiante nationale et la population normande est établie, et marque, quand il y a lieu, les divergences existantes entre ces deux populations.

On s'intéressera, tout d'abord, aux comportements alimentaires des étudiants, tant au niveau de la répartition et de la fréquence hebdomadaire des prises de repas qu'au niveau des lieux de restauration, mais aussi au niveau de la place et du coût qu'occupe l'alimentation chez les étudiants. Puis on s'attachera à décrire la santé des étudiants à travers différents aspects telles que la consommation de soins, la consommation de médicaments et les conduites à risques, comme la consommation d'alcool, de tabac ou encore la protection lors des relations sexuelles.

Cette étude s'appuie sur les données de l'enquête nationale "Conditions de vie des étudiants" effectuée par l'Observatoire national de la Vie Etudiante en 2003. Un questionnaire a été envoyé un échantillon représentatif de la population des étudiants inscrits dans les universités publiques et privées (dont les IUT), les STS et les CPGE, en France métropolitaine et dans les DOM.

A. Présentation générale de l'étude

- A1. Aspects historique et méthodologique p 2
- A2. Analyse socio-démographique des répondants p 3

B. Les comportements alimentaires

- B1. Les repas pris dans la semaine p 5
- B2. Les caractéristiques individuelles p 6
- B3. Les RU : fréquentation et image p 8
- B4. Repas simplifiés et repas supprimés p 9
- B5. Place et coût de l'alimentation p 11

C. La santé des étudiants

- C1. La consommation de soins p 12
- C2. Les conduites à risques p 14

D. Conclusions

p 17

A. Présentation générale de l'étude

A1. Aspects historique et méthodologique

L'Observatoire national de la Vie Etudiante (OVE) a été créé en 1989 par le ministre de l'Education nationale. Il a pour mission de donner une information aussi complète, aussi détaillée et aussi objective que possible sur les conditions de vie des étudiants et sur leur rapport avec le déroulement des études, de manière à éclairer la réflexion politique et sociale et à aider ainsi à la prise de décisions.

Cet Observatoire travaille à rassembler et synthétiser l'information disponible, il pilote et évalue des enquêtes, il effectue lui-même des travaux d'étude et de recherche. Il est en relation avec toutes les instances qui produisent ou recueillent des informations et des connaissances sur la vie étudiante. L'élément central de son dispositif d'observation est son enquête triennale, sans équivalent en France, sur les conditions de vie des étudiants. Les résultats de ces enquêtes peuvent donner lieu à des approfondissements thématiques et régionaux, au travers de partenariats locaux (CROUS, universités, collectivités territoriales, etc.).

L'Observatoire national de la Vie Étudiante est animé par un Conseil composé de membres des organisations syndicales représentatives des étudiants, de leurs mutuelles, de personnalités de l'enseignement supérieur et de représentants des collectivités territoriales. Le Directeur des enseignements supérieurs et le Directeur du CNOUS en sont les institutionnels permanents. Le Comité scientifique, composé de chercheurs choisis au sein des Universités ou de grands organismes de recherche, dirige les études réalisées par l'Observatoire ou à son initiative et contrôle leur qualité. Le Conseil et le Comité Scientifique s'appuient sur le travail d'une équipe opérationnelle qui assure le fonctionnement au quotidien.

L'enquête "Conditions de vie des étudiants" 2003 est la quatrième édition d'une enquête triennale réalisée pour la première fois en France en 1994. Cette enquête est intégrée au programme *Eurostudent* (des questions communes sont posées simultanément à des échantillons représentatifs dans 14 pays de l'U.E.).

En 1994, année où 78 universités (sur 83) avaient été associées à l'enquête, chaque établissement participant avait dû expédier lui-même les questionnaires à ses étudiants tirés au sort.

Afin d'alléger la tâche demandée aux universités et de bénéficier des avantages multiples d'un envoi centralisé, l'OVE a depuis sollicité une autorisation nationale d'accès aux adresses des étudiants, ce qui conduit à son agrément comme destinataire des informations nominatives contenues dans les fichiers "Apogée". Par ailleurs, tous les établissements n'étant pas site "Apogée", chaque fois que la

Aspects méthodologiques

Le questionnaire. Il comprend plus de 250 questions portant sur les thèmes suivants : reconstitution précise du cursus depuis l'obtention du baccalauréat ; conditions de travail scolaire ou universitaire ; emploi du temps, ressources et niveau de vie ; logement et transport ; alimentation et santé ; relations avec la famille d'origine ; concurrence entre travail rétribué et études ; insertion professionnelle ; activités culturelles, associatives et sportives ; connaissances de langues étrangères et séjours d'études internationaux ; vacances, loisirs ; signalétique (origine sociale et géographique, sexe, âge).

Il a subi peu de modifications au cours des années, l'objectif étant de mesurer l'évolution des conditions de vie et d'en établir la chronique. Ce questionnaire demande beaucoup plus aux étudiants de faire l'inventaire de leurs ressources, contraintes et occupations qu'il ne sollicite leurs opinions. Il les invite cependant à exprimer une appréciation sur leurs conditions d'existence ainsi que sur les conditions d'accueil dans les établissements.

La population étudiée. L'ensemble des inscrits dans les établissements d'enseignement supérieur métropolitain et des DOM en 2003 :

- Universités publiques et privées, en prenant en compte toutes leurs composantes (trois cycles, ensemble des filières disciplinaires (IUT, autres écoles ou instituts rattachés, antennes et centres délocalisés) - Sections de Techniciens Supérieurs (STS publiques) - Classes Préparatoires aux Grandes Ecoles (CPGE publiques).

Echantillonnage et passation de l'enquête. L'échantillon est réalisé en trois étapes :

- Pour les Universités : tirage aléatoire d'un nom sur 20 dans la base de données de chaque universités des inscrits de l'année en cours.

- Pour les STS : le questionnaire est diffusé à un échantillon raisonné prenant en compte le type d'établissement, la famille disciplinaire et la localisation régionale. Les questionnaires sont envoyés à tous les étudiants de 1/20ème des établissements de STS publiques.

- Pour les CPGE : de même, les questionnaires sont envoyés à tous les étudiants de 1/10ème des établissements publics ayant une CPGE.

Au total, 80 000 questionnaires ont été envoyés par courrier en mars 2003 (l'étudiant répond gratuitement à l'enquête, une enveloppe timbrée lui est remise). Le taux de réponse moyen, légèrement supérieur à 30%, a permis de recueillir près de 25 000 réponses exploitables au niveau national. Le taux de retour est différent selon le sexe (les filles répondant plus que les garçons) et selon les filières d'études. Au niveau normand*, le taux de réponse est légèrement inférieur à 30% et permet d'obtenir un peu plus de 1 100 réponses exploitables.

** Basse et Haute-Normandie confondues. Quand il y a lieu, les données sont présentées distinctement.*

légitimité de l'assimilation d'un fichier d'établissement aux nouveaux fichiers standards suscitait le moindre doute, l'OVE s'est assuré, en consultant la CNIL (Commission Nationale de l'Informatique et des Libertés), de la possibilité d'interpréter favorablement les déclarations de fichier qui lui avaient été adressées. Grâce à ces démarches, dès la 3^{ème} édition (enquête 2000 à laquelle ont participé toutes les universités françaises), tous les établissements ont pu être déchargés par l'OVE du soin d'expédier eux-même les questionnaires.

A2. Analyse socio-démographique des répondants

Au niveau national, comme pour les répondants normands, il n'y a pas de différences significatives entre la répartition homme/femme. Plus nombreuses

dans les deux populations, les femmes représentent environ 55% des effectifs. En revanche, elles sont surreprésentées parmi la population bas-normande (58% vs 52% pour la Haute-Normandie).

L'origine sociale des étudiants est relativement différente entre les Normands et les autres. Les étudiants normands sont en majorité issus de parents “*ouvrier*” (parents de référence), tandis qu'au niveau national ce sont les enfants issus de parents “*cadre, professions libérales*” qui sont majoritaires. Cette écart peut s'expliquer partiellement par la forte présence des étudiants d'Ile-de-France au niveau national. En effet, ils représentent un quart de la population totale interrogée et sont dans 43% des cas issus de parents de classes favorisées.

Comme pour l'ensemble des étudiants, les Normands sont en majorité titulaires d'un baccalauréat général, et plus particulièrement d'un baccalauréat scientifique, S. La répartition des deux autres filières générales (L et ES) est quasiment identique entre les deux populations. Les bacheliers professionnels restent, quant à eux, marginaux. Parmi les bacheliers technologiques on constate une différence sensible entre les deux populations : alors que cette population représente 20% des inscrits au niveau national, les étudiants normands en constituent 29%.

La population des répondants que ce soit en Normandie ou ailleurs est d'abord composée d'étudiants suivant des études dans une UFR ou un Institut de l'Uni-

Aspects méthodologiques (suite)

Pondérations.

L'échantillon est redressé par la Direction de l'Evaluation, de la Prospective et de la Performance (DEPP) du Ministère de l'Education Nationale (à partir des données administratives transmises, après clôture des inscriptions, par l'ensemble des établissements), afin d'éliminer les biais visibles associés à l'inégalité des taux de réponse selon l'âge, le sexe, la région, le type d'établissement, le cycle, le type d'études suivies (Lettres, Sciences, etc.) et le type de baccalauréat obtenu.

La taille très importante de l'échantillon, la pondération opérée selon sept variables majeures à partir des bases de données les plus fiables sur la population totale, la prise en compte dans le contenu et la forme du questionnaire des préoccupations et attitudes de sous-populations étudiantes habituellement réticentes à l'égard des investigations, permettent d'estimer raisonnablement que l'enquête de l'Observatoire atteint un bon degré de représentativité du champ étudié.

Compte tenu de la faible représentativité de la population des étudiants étrangers, ceux-ci ne sont pas pris en compte ici.

L'enquête présente des limites pour l'étude de la réussite : en effet, elle porte uniquement sur les “survivants”*. On mesure plus l'échec relatif, à travers le retard accumulé, par exemple. Elle permet néanmoins d'identifier ce qui peut compromettre ou faciliter la réussite dans l'enseignement supérieur.

L'enquête couvre ainsi 1 600 000 étudiants sur 2 millions. Les 400 000 restants sont ceux en école privée de l'enseignement supérieur, les écoles d'art, etc.. Au niveau normand, la population totale est constituée d'un peu moins de 70 000 étudiants, la population des Haut-Normands étant majoritaire avec une différence de 7 000 étudiants par rapport aux Bas-Normands.

* C'est à dire ceux qui sont restés dans le système de formation.

versité, avec cependant une nette différence entre les deux populations (67% pour les Normands, 78% au niveau national). Cette différence engendre, pour les Normands, une surreprésentation des étudiants en BTS ou en CPGE.

De même, si la majorité des répondants est constituée d'étudiants de 1^{er} cycle, la population normande y est surreprésentée (64% vs 55%).

B. Les comportements alimentaires

B1. Les repas pris dans la semaine

- **Répartition selon les lieux de restauration.** Le choix des lieux de restauration pour les repas de la semaine ne diffère pas beaucoup au niveau national et au niveau normand. Sur l'ensemble de la semaine, la majorité des étudiants (68%), dans un cas comme dans l'autre, prend le repas à domicile (chez les parents, chez eux ou chez un membre de leur famille autre que leurs parents). Cependant une nette différence entre la répartition des repas du midi et ceux du soir est constatée. En effet, le midi seule un peu plus de la moitié mange à domicile alors que c'est le cas le soir pour plus de huit étudiants sur dix.

Pour les repas pris hors domicile le midi, les étudiants normands sont un peu plus nombreux à utiliser les services universitaires que les autres. En effet, ils sont 43% à manger dans une cafétéria ou un restaurant universitaire en Normandie contre 39% au niveau national. Les Normands sont aussi plus nombreux à utiliser les réfectoires de lycée, les cantines de travail, les cafés et à déjeuner chez des amis. Cependant, ils déjeunent moins souvent que les autres étudiants dans les restaurants et les fast-food. En effet, selon l'étude similaire réalisée en 2000 par l'OVE, ce sont les étudiants parisiens qui ont la plus forte propension à déjeuner dans un fast-food ou un restaurant.

Pour les repas du soir, ce sont les invitations à l'extérieur (les amis) qui constituent la part la plus importante dans les deux populations, avec une propension un peu plus élevée chez les Normands (45% contre 39%).

L'ensemble des étudiants français continue donc à avoir une alimentation qu'on pourrait qualifier de "domestique" qui ne correspond pas totalement aux différents clichés liés à l'alimentation des jeunes, qui se nourriraient fréquemment dans les fast-food en négligeant les repas familiaux.

- **Fréquences hebdomadaires.** Au cours de la semaine, pour l'ensemble de la population, la moitié des étudiants a mangé chez elle au moins quatre fois. Les repas pris à l'extérieur, dans la famille ou encore chez des amis, sont surtout

des repas occasionnels qui correspondent dans la plupart des cas à des invitations ou des dépannages.

La restauration dans les fast-food, le midi, semble occasionnelle. En effet, dans les deux populations, environ 70% des étudiants qui sont allés dans un fast-food le midi n'y sont allés qu'une seule fois. De même, pour la répartition des repas pris dans un café le midi ou dans un restaurant. Mais, les déjeuners pris au restaurant sont tout de même plus fréquents chez les étudiants normands ; 12% des Normands qui déjeunent au restaurant y sont allés au moins quatre fois contre 7% pour les autres étudiants.

Les Normands mangent plus régulièrement dans les lieux de restauration proposés par le CROUS, le midi. En effet, ceux qui déclarent déjeuner dans une cafétéria universitaire sont 29% à y prendre au moins quatre repas et c'est aussi le cas pour 42% de ceux qui déjeunent dans un RU contre respectivement 23% et 35% au niveau national.

Ainsi, s'aperçoit-on que dans les deux populations les lieux de restauration les moins habituels sont aussi les moins fréquentés par les étudiants. Cependant, le midi, les Normands déjeunent moins régulièrement chez eux ou dans leur famille, ou encore au réfectoire du lycée que le reste des étudiants. A l'inverse, ils semblent manger plus fréquemment sur leur lieu d'études ou de travail, avec des amis, dans un café ou un restaurant.

Pour les uns et les autres, les repas du soir sont plus souvent pris à domicile, avec, cependant, une fréquence moins élevées pour les Normands.

Vis à vis des autres lieux de restauration, les répartitions sont quasiment identiques entre les deux populations. Les étudiants qui ont dîné chez eux le soir le font de manière plus régulière : plus des trois quarts y ont mangé au moins quatre fois dans la semaine. Les repas correspondant probablement à des sorties du week-end sont plus occasionnels dans les deux populations. Pour l'ensemble, un peu plus de 60% des étudiants qui ont dîné chez des amis y sont allés une seule fois, et environ 80% de ceux qui fréquentent les fast-food le soir y sont allés une seule fois. Enfin, 84% des étudiants (89% pour les Normands, 83% pour les autres), qui ont dîné dans un restaurant, y sont allés, eux aussi, une seule fois dans la semaine.

B2. Les caractéristiques individuelles

Tant au niveau national qu'au niveau normand, la répartition des repas varie en fonction de plusieurs variables, telles que le sexe, l'âge, le type de logement, le type d'études...

Ainsi, dans les deux populations, les filles déjeunent-elles et dînent-elles plus

souvent à domicile que les garçons. On remarque pour tous, sur l'ensemble des repas, que ce sont les repas chez les parents qui occupent la première place avec des proportions quasiment égales entre les filles et les garçons (environ 33%), tandis que chez les Normands ce sont les repas dans le propre logement qui sont privilégiés par les filles (37%) et les repas chez les parents par les garçons (39%). En Normandie les filles chercheraient-elles plus à se détacher de leurs parents que les garçons ? Feraient-elles preuve de plus de maturité ?.. Pour les deux populations et sur l'ensemble des repas, ce sont les filles qui mangent le moins souvent dans un restaurant ou une cafétéria universitaire, ainsi qu'au fast-food, et qui prennent des repas plus souvent sur le pouce que les garçons.

En Normandie comme dans le reste de la France, le nombre d'étudiants qui prennent leur repas chez leurs parents diminue avec l'âge, l'indépendance accrue expliquant pour une large part ce constat.

Ainsi, la part d'étudiants qui a pris leur repas dans les services du CROUS (restaurants ou cafétérias universitaires) diminue avec l'âge tandis que les repas pris à la cantine du travail augmente. En effet, ce sont les plus âgés qui sont les plus nombreux à avoir une activité rémunérée régulière.

Pour les repas pris chez des amis, la part des dîners augmente jusqu'à 24 ans puis diminue dans les deux populations. Ceci s'expliquerait-il par le fait que les plus âgés éprouvent moins le besoin de sortir, étant aussi les plus nombreux à vivre en couple ?

En revanche, la part des repas pris au restaurant augmente régulièrement avec l'âge, surtout après 24 ans, même si elle reste faible dans les deux populations, alors que celle des repas pris dans un fast-food a tendance à diminuer. Peut-on l'interpréter par le fait que plus les étudiants sont âgés, plus ils recherchent une certaine qualité nutritionnelle et un environnement qu'on pourrait qualifier de plus classique pour manger ?

Le type de logement est aussi une variable influente dans la répartition des repas. Loger chez les parents pendant les études incite les étudiants à y prendre la plupart de leurs repas. Que ce soit au niveau national ou normand, presque la moitié des étudiants dans ce cas déjeune chez les parents et près des trois quarts y dînent. Que ce soit en Normandie ou dans le reste de la France, on s'aperçoit que parmi les décohabitants (ceux qui n'habitent pas chez leurs parents) manger chez soi devient majoritaire. Cependant, ceux qui habitent en logement indépendant mangent plus souvent chez eux, alors que ceux qui sont en résidence collective mangent plus souvent au RU.

La nature des études influe elle aussi fortement sur la localisation des repas. Au niveau national, comme au niveau normand, ce sont logiquement les étudiants

en CPGE et en BTS qui déjeunent le moins souvent chez leurs parents mais le plus souvent dans les réfectoires de lycée.

Les étudiants inscrits dans une UFR déjeunent le plus souvent à domicile. Parmi ces étudiants, ce sont en majorité ceux de STAPS ou de Lettres ou Sciences humaines qui déjeunent le plus à domicile et les étudiants en Sciences qui déjeunent le plus au RU (23% en Normandie et 20% ailleurs).

Le soir, les repas sont à la fois liés au type d'études et au type de logement. En effet, les CPGE dînent plus souvent au réfectoire du lycée, puisque ce sont aussi les plus nombreux à être internes. Néanmoins, on constate une nette différence entre les deux populations : au niveau national, 25% des CPGE dînent au réfectoire et seulement 7% en Normandie. Cet écart s'explique essentiellement par l'offre d'hébergement (présence ou non d'internat).

De même, les étudiants en Santé (Médecine et autres disciplines de la santé) sont ceux qui dînent le plus souvent chez eux (57% en Normandie et 47% ailleurs) puisqu'ils sont aussi les plus nombreux à habiter dans un logement indépendant (59% en Normandie contre 54% ailleurs).

Les étudiants en STS, quant à eux, sont ceux qui dînent le plus souvent chez leurs parents. Ce sont aussi ceux qui y habitent le plus souvent (66% en Normandie et 59% pour les autres).

B3. Les RU : fréquentation et image

- **La fréquentation.** Bien que la fréquentation des RU soit, parmi les repas pris hors domicile, majoritaire, **une minorité d'étudiants mangent régulièrement au RU***. Cependant, les Normands les fréquentent un peu plus que les autres (17% contre 14%) et particulièrement les Bas-Normands où plus d'un étudiant sur cinq déclare manger régulièrement au RU (21% et 14% en Haute-Normandie).

Contrairement à l'ensemble des étudiants, en Normandie, les filles mangent plus régulièrement au RU que les garçons. En revanche, en Normandie comme au niveau national, la probabilité de manger au RU régulièrement diminue avec l'âge. Ainsi, ce sont les étudiants en couple et ceux qui ont une activité rémunérée régulière qui mangent moins souvent au RU ; ce sont donc les étudiants qui se rapprochent d'un mode de vie "standard" qui ont le moins de probabilité de manger régulièrement au RU

Les étudiants vivant en résidence collective ont la plus forte probabilité de manger régulièrement au RU. Et cette probabilité augmente quand le temps de trajet domicile-études augmente.

* Au moins trois fois dans la semaine, le midi et/ou le soir.

Alimentation/santé : comparaison Normandie/France

Mais la fréquentation régulière des RU n'est pas seulement due au mode de vie de l'étudiant mais aussi aux études qu'il suit et à la charge de travail qu'il fournit.

Ainsi, au sein de l'Université ce sont les étudiants en Lettres ou Sciences humaines qui mangent moins régulièrement au RU et c'est en Sciences, en Santé et en IUT que la probabilité d'y manger régulièrement est la plus forte. C'est donc dans des filières plutôt exigeantes qu'on trouve les plus fortes probabilités de manger régulièrement au RU.

Ce constat est à mettre en parallèle avec le temps de travail de l'étudiant. Plus l'étudiant suit d'heures de cours pendant la semaine plus il a de probabilité de manger régulièrement au RU ; ainsi la probabilité est-elle plus élevée chez les étudiants qui font plus de 20 heures de travail personnel pendant la semaine.

En résumé, on dira que le fait de manger régulièrement au RU est une caractéristique des plus jeunes, qui n'ont pas encore de mode de vie standard, mais aussi de ceux qui ont plus de charge de travail dans les études.

- **L'évaluation.** On a demandé à tous les étudiants, qu'ils fréquentent ou non les RU, de les noter selon différents critères ; cette note pouvant aller de 1 à 5 (1 correspondant à "tout à fait insatisfait" et 5 à "tout à fait satisfait"). **Ainsi, sur l'ensemble des étudiants, ce sont les étudiants bas-normands qui attribuent la meilleure "appréciation générale" aux RU** (moyenne : 3,5 pour les Bas-Normands et 3,2 pour l'ensemble).

Pour tous, les notes les plus élevées concernent toujours, dans l'ordre, "*la proximité par rapport au lieu d'études ; note attribuée : 4*" et le "*prix ; note attribuée : 3,8*". Viennent ensuite, soit la "*quantité de nourriture ; note attribuée : 3,5*" au niveau national, soit l' "*hygiène, la propreté des locaux ; note attribuée : 3,6*" au niveau normand. Arrivent en dernier la "*qualité diététique ; note attribuée : 2,7*", la "*qualité de la cuisine ; note attribuée : 2,7*" et enfin la "*durée d'attente ; note attribuée : 2,6*".

B4. Repas simplifiés et repas supprimés

Dans les précédentes études faites par l'OVE, les travaux avaient montré que loin d'être "déstructurée", comme l'on pouvait peut-être s'y attendre, l'alimentation des étudiants ne s'écartait guère de l'usage établi, du moins pour les repas principaux. Il semble que les choses n'aient guère évolué.

En effet, au niveau national comme au niveau normand, la proportion de repas de midi non pris (en pourcentage des repas pris pendant la semaine) n'excède pas 4%. Pour le repas du soir ces proportions tournent aux alentours de 2%. Sur l'ensemble, comme au niveau de la seule Normandie, neuf étudiants sur

dix n'ont sauté aucun repas de midi ; le soir le taux atteint 98%.

En revanche, pour ce qui concerne les repas réduits (par exemple, seulement une soupe, une salade, un yaourt, etc.) ainsi que l'omission du petit déjeuner, il semble que ces deux pratiques soient beaucoup plus courantes. En Normandie 45% des étudiants déclarent avoir simplifié leur repas de midi durant la semaine précédant l'enquête (52% au niveau national).

Dans les deux populations, un étudiant sur cinq qui a réduit son déjeuner l'a fait au moins trois fois dans la semaine précédant l'enquête. Pour les repas du soir, les repas réduits sont un peu moins fréquents mais tout de même nombreux : 59% des Normands déclarent avoir pris au moins un repas réduit (56% pour les autres), et dans les deux populations, environ 15% des étudiants qui ont réduit un dîner l'ont fait au moins trois fois. De même pour l'omission du petit déjeuner, qui est une pratique plus courante pendant la semaine que pendant le week-end. Au niveau national et normand, quatre étudiants sur dix ont sauté au moins un petit déjeuner pendant la semaine et trois étudiants sur dix pendant le week-end. Ils sont la moitié à avoir sauté au plus deux petits déjeuners sur l'ensemble des petits déjeuners sautés, mais tout de même 15% à l'avoir sauté tous les jours de la semaine.

Dans les deux populations, supprimer ou simplifier un repas semble être une caractéristique des étudiants qui se conforment aux normes physiques. Les filles ont plus de probabilités de réduire un repas, ainsi que les étudiants qui surveillent leurs poids. En revanche, dans les deux cas ils ont la plus faible probabilité de sauter le petit déjeuner.

Réduire ou omettre un repas est aussi un comportement lié aux contraintes financières de l'étudiant, puisque ce sont les étudiants dont les parents ont des revenus inférieurs à 1 000 € et ceux qui ont une activité rémunérée régulière qui ont la plus faible probabilité de sauter et de réduire les repas.

Ce type de comportement apparaît aussi dépendant des conditions de vie matérielle et sociale de l'étudiant. La probabilité de sauter des repas augmente quand le temps de trajet entre le lieu d'étude et le domicile augmente. De même pour ceux qui sont célibataires. Les étudiants qui vivent chez leurs parents ont moins de probabilité de simplifier ou supprimer un repas que ceux qui vivent seul. Ainsi, plus l'étudiant se rapprocherait d'un mode de vie standard plus il aurait des usages standards en matière de repas.

Comme on pouvait s'y attendre, c'est chez les étudiants de CPGE, une des filières la plus exigeante et la plus encadrée, qu'on trouve la probabilité la plus faible d'omettre ou de réduire les déjeuners. A l'inverse c'est chez les étudiants en Lettres ou en Sciences humaines qu'elle est la plus élevée.

De façon plus générale, la probabilité que l'étudiant supprime ou simplifie ses repas

est plus faible quand celui-ci suit plus de 30 heures de cours par semaine. De même, lorsqu'il travaille personnellement, en plus de ses cours, plus de 20 heures par semaine, la probabilité est plus faible de sauter le petit déjeuner ou le déjeuner. **Ainsi, s'aperçoit-on que la pratique standard des repas va aussi de paire avec une vie studieuse...**

B5. Place et coût de l'alimentation

- **La cuisine au quotidien.** Huit étudiants sur dix déclarent cuisiner "*tous les jours ou presque*". La probabilité de cuisiner est nettement plus forte chez les filles que chez les garçons. Elle est aussi plus forte pour ceux qui surveillent leurs poids. Enfin, la probabilité de cuisiner augmente avec l'âge.

Cuisiner semble fortement lié aussi à la nature des études. En effet, la probabilité de cuisiner est plus élevée pour les étudiants en STAPS, peut-être pour des raisons d'équilibre alimentaire, nécessaire pour un sportif ? La probabilité la moins élevée est attribuée aux CPGE et aux STS, population assez jeune, dont on peut supposer qu'elle est moins encline à cuisiner ou tout simplement ces étudiants n'ont-ils pas le temps ? Ce sont plutôt les étudiants, qui sont dans des filières exigeantes et où le nombre d'heures de cours est assez important, qui cuisinent le moins.

- **Les dépenses alimentaires.** Si au niveau national un étudiant dépense en moyenne par semaine 43 € pour son alimentation, en Normandie les dépenses sont légèrement moindres (41 €) et en particulier en Basse-Normandie (38 €).

En Normandie, comme dans le reste de la France, trois étudiants sur dix dépensent entre 15 € et 30 €, un peu plus d'un quart des étudiants dépensent entre 31 € et 50 € ; ils sont tout de même un sur cinq à dépenser moins de 15 € par semaine.

Ces dépenses alimentaires sont fortement liées au genre. Que ce soit en Normandie ou dans les autres régions, les filles dépensent en moyenne moins que les garçons (respectivement 41 € et 45 €).

L'aide des parents, par la fourniture de provisions alimentaires par exemple influe sur les dépenses alimentaires. En effet, moins l'étudiant reçoit de provisions alimentaires plus sa dépense en alimentation augmente : celui qui reçoit souvent des provisions dépense en moyenne 36 €, tandis que celui qui n'en reçoit jamais dépense en moyenne 50 €.

Enfin, d'un point de vue financier, que ce soit en Normandie ou dans le reste de la France, les étudiants cuisinent nettement plus souvent quand leur famille paie la totalité des dépenses en alimentation plutôt que pas du tout.

C. La santé des étudiants

C1. La consommation de soins

- **Les différences individuelles et sociales.** Les trois quarts des étudiants sont inscrits au régime général de la Sécurité sociale étudiante et ils possèdent dans la plupart des cas une mutuelle complémentaire, celle-ci étant majoritairement celle de leurs parents.

Il n'y a pas de nettes différences entre la Normandie et le reste de la France en ce qui concerne les consultations médicales. Cependant les Normands ont une plus forte propension à consulter un généraliste que les autres, surtout les Bas-Normands.

La consommation de soins médicaux apparaît fortement liée au genre, que ce soit au niveau national ou au niveau normand : de façon générale, les filles consultent plus souvent que les garçons.

Ainsi les filles ont-elles nettement plus de probabilités que les garçons de consulter un généraliste, en particulier, les étudiantes bas-normandes qui consultent trois fois plus souvent.

Il en est de même pour la consultation d'un spécialiste ce qui peut en partie s'expliquer par une part importante des consultations de gynécologues.

La consultation chez le psychologue est, pour les Normandes, quatre fois plus fréquentes que pour les garçons. Au niveau national, cette différence n'est que de l'ordre de deux. Cette différence peut-elle s'expliquer par la plus forte proportion des Normandes à déclarer être insatisfaites de leur vie sociale ?

En Normandie, les étudiantes ont plus de probabilités de consulter un dentiste ou d'avoir recours au médecines douces que les hommes, tout comme dans le reste de la France.

La probabilité de consulter un généraliste décroît avec l'âge, que ce soit au niveau normand ou national ; à l'inverse celle de consulter un spécialiste ou un psychologue croît avec l'âge.

L'effet de l'origine sociale est le même pour les Normands que pour les autres. Dans ces deux populations se sont les étudiants dont le parent de référence est "cadre" ou "agriculteur" qui consultent le moins un généraliste.

Au niveau national, comme au niveau normand, les étudiants qui exercent une activité rémunérée régulière vont plus souvent chez le dentiste.

Alimentation/santé : comparaison Normandie/France

En Normandie, comme dans le reste de la France, ce sont les étudiants qui bénéficient d'une couverture mutualiste qui consultent le plus souvent un généraliste, un spécialiste ou un dentiste. Ce qui semble assez logique puisque les frais de consultation sont dans ce cas remboursés.

Les étudiants boursiers sont les moins nombreux, qu'ils soient Normands ou non, à avoir consulté dans les six derniers mois précédents l'enquête (31%). Dans les deux populations, les boursiers consultent moins souvent un spécialiste ou un dentiste.

La nature des études est une variable très influente sur la consommation de soins. Que ce soit en Normandie ou ailleurs, un étudiant en STAPS a plus de probabilités de consulter un généraliste ou un spécialiste qu'un étudiant en Lettres ou Sciences humaines ; il y est sans doute aussi plus contraint (certificats obligatoires...). Les étudiants en Santé, en revanche, ont une probabilité réduite de consulter un spécialiste et encore moins un généraliste ; sans doute pratiquent-ils l'auto-consultation ? Au niveau national les probabilités de consulter un psychologue sont nettement plus fortes pour un étudiant en Lettres ou Sciences humaines alors qu'en Normandie ce sont les élèves de CPGE.

Le fait qu'un étudiant décohabite réduit sa probabilité de consulter, que ce soit un généraliste, un spécialiste ou encore un dentiste. Rester dans la cellule familiale favoriserait-il le suivi médical et le bien-être en général ? En effet, un cohabitant à moins de risques de consulter un psychologue ; ils se dit aussi moins souvent insatisfait du rythme de vie et de la vie sociale que les décohabitants.

- **La consommation médicamenteuse.** La consommation de médicaments peut être vue comme un indicateur du mal-être étudiant. **En Normandie, comme dans le reste de la France, 17% des étudiants ont l'habitude de prendre des stimulants avant les examens** (19% en Basse-Normandie contre 15% en Haute-Normandie). Par ailleurs, la consommation de psychotropes (selon le regroupement proposé par l'OVE : les calmants, les antidépresseurs et les somnifères) est le fait de 17% de la population.

Pour les Normands, comme pour les autres, la consultation d'un psychologue est associée à la consommation de psychotropes, mais les Normands ont une plus nette tendance que les autres à prendre des stimulants quand ils consultent. Les psychologues normands inciteraient-ils à la prise de ces substances ?

Par ailleurs, la pratique de la consultation psychologique va de pair avec celle des médecines douces (43% au niveau national), mais dans une moindre mesure pour les Normands (23%).

Au niveau national et normand, c'est chez les filles, chez les étudiants habitant seul

en location, chez ceux qui surveillent leur poids et chez ceux qui ont un rythme de vie ou une vie sociale insatisfaisante qu'on trouve la plus forte probabilité de prendre des stimulants et des psychotropes. On retrouve à peu de choses près ces mêmes caractéristiques chez les étudiants qui consultent un psychologue.

Pour l'ensemble, la consommation de psychotropes et de stimulants est fortement liée au type d'études. En Normandie, comme dans le reste de la France, la prise de psychotropes est plus probable pour les étudiants en Lettres ou en Sciences humaines que pour les autres, tout comme la consultation d'un psychologue. Les étudiants en STAPS sont ceux qui ont le moins de risques d'user de psychotropes, sans doute ont-ils un rapport privilégié avec la santé de leur corps car participant à des compétitions ? Par ailleurs, ceux qui participent à des activités sportives au sein de l'universitaire ou de l'établissement scolaire, ont moins de chances de consulter un psychologue que ceux qui n'y participent pas.

A l'inverse, la consommation de stimulants est plus probable chez les étudiants en Médecine, en Droit, en AES, en Sciences économiques et les étudiants en CPGE que chez les étudiants en Lettres ou en Sciences humaines. Ces disciplines, où la charge de travail et le niveau d'exigence sont assez élevés, semblent engendrer des stimulations plus fréquentes. En revanche, pour l'ensemble de la population, la probabilité de prendre des stimulants est plus faible pour les étudiants les plus âgés, qui sont aussi les plus nombreux à exercer une activité rémunérée régulière. Mais, à l'inverse, la probabilité de prendre des psychotropes augmente avec l'âge, tout comme la probabilité de consulter un psychologue.

C2. Les conduites à risque

- **La protection contre le SIDA.** Les étudiants disent se protéger contre le SIDA dans 87% des cas ; taux légèrement inférieur pour les Bas-Normands (84%).

Les réponses à cette question sont assez difficiles à interpréter. En effet, plusieurs types de répondants peuvent être envisagés. Il faut distinguer ceux qui sont prudents (estiment avoir des relations risquées et se protègent) de ceux qui n'ont pas de relations sexuelles et qui considèrent que le préservatif est la meilleure manière de se protéger. Parmi ceux qui répondent par la négative, il faut distinguer ceux qui sont imprudents (estiment avoir des relations sexuelles risquées mais ne se protègent pas) de ceux qui n'ont pas de relations sexuelles ou qui vivent en couple (partenaire respectif supposé fidèle, dépistage du SIDA déjà fait), donc sans risque a priori, et qui considèrent qu'ils n'ont pas à se protéger.

Que ce soit en Normandie ou ailleurs, la probabilité que l'étudiant se protège est beaucoup plus faible (cinq fois moins souvent) quand il vit en couple. De même, la probabilité de se protéger décroît avec l'âge.

Par ailleurs, les étudiants qui sont sortis en discothèque ou qui ont participé à une soirée étudiante dans le mois qui a précédé l'enquête sont beaucoup plus nombreux à déclarer se protéger du SIDA.

Comme pour l'ensemble de la population, les étudiantes normandes se protègent moins contre le SIDA que les garçons. La probabilité la plus élevée est celle des étudiants qui surveillent leur poids, sans doute prêtent-ils plus attention à leur santé ? De même, les étudiants en Santé ont plus de chances de se protéger que les étudiants en Lettres ou sciences humaines. Les étudiants de CPGE sont ceux qui se protègent le moins, peut-être est-ce dû au fait que ce sont en majorité des étudiants jeunes et qu'ils ont des rapports sexuels moins fréquents ?

- L'addiction au tabac. En France, en 2002, il y a 44% des jeunes de 18-25 ans qui fument, toute population confondue. **La population étudiante fume moins que l'ensemble des jeunes.** Cependant les étudiants normands fument plus que les autres (32% contre 27%), et plus encore les Bas-Normands (36%).

En moyenne, en Normandie, comme dans le reste de la France, 40% des étudiants fument entre 6 à 14 cigarettes par jour. Les "gros fumeurs" (plus de 15 cigarettes/jour) représentent près du quart de la population et les "petits fumeurs" (moins de 5 cigarettes/jour) près du tiers. C'est en Haute-Normandie qu'il y a le plus de "gros fumeurs" (28%) et en Basse-Normandie qu'il y a le plus de "petits fumeurs" (38%).

Dans les deux populations, la consommation est nettement liée au genre : en général, les filles ont moins de risques de fumer que les garçons. Cependant, en Normandie, les filles ont environ deux fois plus de risques d'être de "grosses fumeuses" que les garçons, tandis que dans le reste de la France les filles ont légèrement plus de risques d'être de "grosses fumeuses" que les garçons.

Les étudiants qui surveillent leur poids prennent moins le risques de fumer, tant les Normands que les autres.

Les plus de 24 ans présentent eux aussi des risques moindres de tabagie. Si la probabilité de fumer augmente jusqu'à l'âge de 24 ans dans la population nationale, au niveau normand elle croît seulement jusqu'à 20-21 ans. La population des étudiants normands s'arrête donc de fumer plus tôt, cependant, les plus âgés qui décident de continuer de fumer sont aussi ceux qui ont le plus de risques d'être de "gros fumeurs". On retrouve ce mouvement au niveau national.

Au niveau national et en Haute-Normandie ce sont les enfants dont le parent de référence est "*cadre*" ou "*artisan, commerçant, chef d'entreprise*" qui ont le plus de probabilités de fumer. Tandis qu'en Basse-Normandie, ce sont les enfants de parent "*profession intermédiaire*" ou "*ouvrier*".

La consommation de tabac est nettement liée au type d'études, et ce, dans les deux populations. Les étudiants en Médecine ont moins de risques de fumer et de fumer beaucoup que les étudiants en Lettres ou en Sciences humaines. A l'inverse la probabilité de fumer est beaucoup plus élevée chez les étudiants en STS. Et contrairement à la population nationale, les étudiants normands en STAPS ont plus de probabilités de fumer que les étudiants en Lettres ou en Sciences humaines ; ce qui peut paraître étonnant puisque le fait de fumer réduit les performances...

La consommation de tabac n'est pas due à un surmenage ou au stress, comme on aurait pu le penser : plus les étudiants suivent d'heures de cours, plus ils consacrent d'heures à leur travail personnel pendant la semaine et moins le risque de fumer est grand.

On constate également, que ce soit en Normandie ou dans le reste de la France, que la consommation de tabac est lié à un phénomène groupal. En effet, les étudiants qui se disent satisfaits de leur vie sociale ont plus de risques de fumer que les autres. Et ceux qui ont une activité associative, syndicale ou encore politique, présentent plus de risque de tabagisme que les autres.

- L'addiction à l'alcool. Près du tiers de la population étudiante déclare consommer de l'alcool au moins une fois par semaine. Pour les Bas-Normands, ce taux passe à 39%. En général, les filles ont une consommation moins régulière que les garçons, que l'on prenne en compte la consommation journalière ou hebdomadaire.

Alors qu'au niveau national la probabilité de consommer de l'alcool augmente avec l'âge, en Haute-Normandie ce sont les 20-21 ans et en Basse-Normandie les moins de 20 ans qui consomment le plus.

Au niveau national, ce sont les enfants de "cadre" ou d' "agriculteur" qui ont le plus de probabilité de boire, tandis qu'au niveau normand ce sont les enfants d' "*artisan, commerçant, chef d'entreprise*" ou de "*profession intermédiaire*".

En Normandie, comme ailleurs, les enfants dont les parents ont les plus bas salaires ont le moins de probabilité de boire. De même, les étudiants boursiers, que ce soit au niveau national ou au niveau normand, ont une plus faible probabilité de boire, et de boire régulièrement, que les non boursiers. De la même manière, les étudiants qui ont une activité rémunérée régulière ont plus de probabilité de boire et de boire de façon journalière que les autres (ce sont aussi les plus âgés).

Au niveau national, le fait de vivre avec ses parents joue une sorte de freins aux conduites addictives, alors qu'en Normandie ceci ne semble pas avoir d'effet sur la consommation d'alcool. Dans les deux populations ce sont les résidents collectifs qui consomment le moins quotidiennement de l'alcool.

Globalement, dans les deux populations, nationale ou normande, les étudiants en Lettres ou en Sciences humaines ont la plus forte probabilité de boire quotidiennement de l'alcool alors que les étudiants en Santé l'une des plus faibles.

Au niveau national, ce sont les étudiants en CPGE et les étudiants en Sciences qui ont la plus faible probabilité de boire régulièrement et les étudiants en STS qui ont la plus élevée. En Normandie, ce sont les étudiants en STAPS qui ont la plus forte probabilité de boire régulièrement ; c'était déjà le cas pour la consommation de tabac.

Dans les deux populations, plus l'étudiant suit d'heures de cours et plus il fait d'heures personnelles de travail pendant la semaine, moins il a de probabilités de boire régulièrement ; c'était aussi le cas pour la consommation de tabac. De même, les étudiants qui boivent régulièrement, ou tous les jours, sont plus nombreux à sauter des petits déjeuners.

La consommation de tabac semble aussi être liée à celle de l'alcool. En effet, un étudiant qui est un "gros fumeur" a nettement plus de risques de consommer régulièrement de l'alcool.

Enfin, il apparaît que les caractéristiques de la consommation d'alcool soient quasiment les mêmes que celles du tabagisme : ce sont d'abord les étudiants qui surveillent moins leur santé, qui ont plus de temps personnel et qui sont plus indépendants. La consommation d'alcool semble aussi liée à un phénomène de groupe, puisque les étudiants qui se déclarent satisfaits de leur vie sociale boivent plus régulièrement.

C. Conclusions

L'alimentation. Elle correspond finalement assez peu aux clichés relatifs à l'alimentation des jeunes, c'est à dire une alimentation où les repas fami-liaux se feraient plus rares et où les repas dans les fast-foods seraient fréquents.

Au contraire, les étudiants, qu'ils soient Normands ou d'autres régions, ont dans la majorité des cas une alimentation "domestique", comme la plupart des français : les étudiants prennent plus de la moitié de leurs repas de midi et plus de 80% de leurs repas du soir à domicile.

Les lieux de restauration les moins habituels sont aussi les moins fréquentés par les étudiants. Leurs choix de lieux de restauration sont fortement influencés par leurs conditions de vie, que ce soit par rapport aux types d'études suivies, à leur charge de travail ou à encore leur mode de logement. Habiter chez ses parents inciterait à

y prendre la plupart de ses repas. De même, suivre des études exigeantes, telles qu'une CPGE ou une filière de la Santé, avec beaucoup d'heures de cours, semble inciter l'étudiant à déjeuner sur son lieu d'études.

Loin d'être "déstructurée", l'alimentation des étudiants ne s'écarte guère des modèles habituels. Ainsi, sauter ou prendre un repas sur le pouce est une pratique peu fréquente. Cependant, en Normandie comme dans le reste de la France, prendre des repas réduits ou sauter le petit déjeuner est une pratique assez courante : près de la moitié des étudiants déclare simplifier leur repas le midi et plus de la moitié les repas du soir ; quatre étudiants sur dix déclarent avoir sauté au moins un petit déjeuner pendant la semaine et trois étudiants sur dix le week-end. Supprimer ou simplifier un repas est une caractéristique des étudiants qui se conforment aux normes physiques, mais aussi de ceux qui ont des contraintes financières.

Enfin, on pourra proposer cette conclusion assez normative : plus l'étudiant se rapproche d'un mode de vie standard, et studieux, plus il standardise son comportement vis-à-vis des repas.

Les soins. La consommation de soins des étudiants normands n'est pas très différente de celle des étudiants du reste de la France : dans trois cas sur quatre ils ont consulté un généraliste dans les six mois précédents l'enquête.

Cette consommation est très fortement liée au genre, les filles ayant plus de probabilités de consulter, mais aussi à l'âge, à l'origine sociale, aux contraintes financières, au type d'études et au type de logement de l'étudiant.

Ainsi, les étudiants en Santé ont-ils le moins de probabilité de consulter un généraliste ou un spécialiste alors que les étudiants en STAPS ont la plus forte.

Habiter chez les parents favorise le suivi médical de l'étudiant et son bien-être, car il a plus de probabilités de consulter un généraliste, un spécialiste ou un dentiste, mais moins de probabilités de consulter un psychologue.

La consommation de médicaments, en lien fort avec la consultation d'un psychologue, est aussi à mettre en relation avec la pression due à la charge de travail "scolaire" de l'étudiant, puisque cette charge favorise la prise de stimulants, quand elle est importante, et semble inciter à la prise de calmants quand elle moins importante.

Près de neuf étudiants sur dix déclarent se protéger contre le SIDA en général parce qu'ils estiment avoir des comportements à risques. Les couples apparaissent moins préoccupés par cette question.

Alimentation/santé : comparaison Normandie/France

C'est par rapport à la consommation de tabac et d'alcool qu'on trouve le plus de différences entre les Normands et les autres. Les Normands fument plus que les autres, surtout les Bas-Normands. De plus, ils sont plus souvent de “gros fumeurs” en particulier les Hauts-Normands.

Pour ce qui concerne la consommation d'alcool, la population étudiante normande est plus souvent amenée à boire, en particulier les Bas-Normands qui semblent avoir une consommation d'alcool plus régulière.

Par ailleurs, la consommation de tabac et celle d'alcool sont à mettre en relation. En effet, un étudiant qui est un “gros fumeur” a nettement plus de risques de consommer régulièrement de l'alcool. Ce lien n'est pas étonnant, il est fréquemment constaté dans les services spécialisés dans les conduites addictives.

Enfin, il apparaît que les caractéristiques individuelles liées à la consommation d'alcool sont quasiment les mêmes que celles liées au tabagisme : ce sont des étudiants qui font moins attention à leur santé, qui ont plus de temps personnel, qui ont moins de charge de travail, qui ont moins de discipline personnelle et qui sont plus indépendants. On constate également que les consommations de tabac et d'alcool sont renforcées quand il y a un investissement social fort (association, syndicat...) de l'étudiant.