

4 étudiants sur 5 de l'université de Caen pratiquent une activité physique

C'est ce qui ressort de l'enquête Sport Santé menée par l'université auprès de ses étudiants pour adapter au mieux leur offre d'activités physiques au service de la santé



Juin 2022 – En janvier dernier l'université de Caen, via le Service universitaire de médecine préventive et de promotion de la santé (SUMPPS) et le Service universitaire des activités physiques et sportives (SUAPS) lançait auprès de ses étudiants une grande enquête sur la santé et l'activité physique. Cette étude avait pour objectif d'explorer les habitudes et les attentes des étudiants afin de permettre à l'université de développer et d'adapter son offre d'activités physiques au service de la santé étudiante. 4290 étudiants ont répondu au questionnaire. Les premiers résultats viennent de tomber ! Et la citation de Montesquieu « une tête bien pleine dans un corps bien fait » est sans nul doute très représentative des résultats de cette enquête. Ainsi, globalement les étudiants de l'université pratiquent une activité physique (4 sur 5) et évaluent plutôt favorablement leur niveau de condition physique.

4 étudiants sur 5 pratiquent un sport

Pour le Ministère en charge des sports et des jeux olympiques et paralympiques, le sport-santé « recouvre la pratique d'activités physiques ou sportives qui contribuent au bien-être et à la santé du pratiquant conformément à la définition de la santé ».

Ainsi, 4 étudiants sur 5 ont eu une activité physique ou sportive au cours des six derniers mois. Parmi eux, 1 étudiant sur 2 pratiquait en autonomie, 1 sur 4 en club, et 1 sur 5 directement à l'université via le SUAPS.

Les étudiants évaluent plutôt favorablement leur niveau de condition physique, c'est-à-dire selon la Haute-autorité de santé (HAS) leur « *capacité générale à s'adapter et à répondre favorablement à l'activité physique* ». Près d'1 étudiant sur 2 a ainsi donné, sur une échelle de 1 à 10, une note supérieure ou égale à 7. Ce chiffre reste cependant à relativiser, puisqu'il montre également que près d'un étudiant sur deux donne une note inférieure à 7 sur 10 à sa condition physique.

Et la santé des étudiants dans tout ça ?

La santé des étudiants au sens large, c'est-à-dire selon l'OMS « *un état de complet bien-être physique, mental et social* » qui « *ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité* », montre aussi des signes encourageants, même au sortir de la crise sanitaire. En effet, sur une échelle de 1 à 10, 3 étudiants sur 5 ont donné une note égale ou supérieure à 7.

1 répondant sur 4 a également déclaré avoir une ou plusieurs maladies chroniques, c'est-à-dire, selon le Ministère des solidarités et de la santé, « *une maladie de longue durée, évolutive, avec un retentissement sur la vie quotidienne* ».

Obésité et maladies chroniques : l'université accompagne ses étudiants

Après avoir mis en place la prescription d'activité physique adaptée pour les étudiants en situation de surcharge pondérale ou d'obésité, avec un suivi nutritionnel effectué par le SUMPPS et un coaching personnalisé réalisé par le SUAPS, l'université s'apprête désormais à franchir une nouvelle étape.

Le SUMPPS et le SUAPS vont expérimenter une prise en charge en activité physique adaptée auprès d'un groupe test d'étudiants concernés par des maladies chroniques, et ce dès la rentrée universitaire prochaine, en septembre 2022. Si cette expérimentation est concluante, elle pourra conduire à la mise en place progressive d'un programme adapté à une plus grande échelle dans les prochaines années, tant en matière de coaching que de suivi médical.

Le sport à l'université

L'université de Caen, après une cotisation annuelle de 30 euros, permet aux étudiants (débutants à expérimentés) de s'inscrire à plus de 70 activités sur ses différents campus (activités aquatiques, de forme ou de pleine nature, sports collectifs, sports de combat et arts martiaux, danse, ...). Ainsi, les étudiants peuvent s'inscrire à deux créneaux par semaine dans l'activité de leur choix. L'université propose aussi des activités gratuites comme la piscine ou le padel et l'accès au Stadium avec des créneaux « vie de campus ».

Le SUAPS organise aussi tout au long de l'année des stages sportifs comme des stages de golf, de ski ou de plongée sous-marine par exemple, mais aussi met en place des semaines à thème comme la semaine de la forme.

Contact Presse Université de Caen Normandie :

Sandra Ammara : 06 79 92 71 34 – sandra.sacommunication@gmail.com



Normandie Université

CONTACT PRESSE

UNIVERSITE DE CAEN NORMANDIE

Sandra AMMARA

06 79 92 71 34 ·

sandra.sacommunication@gmail.com