

La santé mentale chez les étudiants

Priorité de la stratégie nationale de santé, la question de la santé mentale est prédominante chez les adultes jeunes et les étudiants. L'étude i-Share*, avec son évaluation exhaustive des questions de santé mentale, permet de répondre à l'objectif stratégique de mesure et de suivi d'un problème de santé majeur dans cette population. Elle comprend des approches variées, illustrées à partir de 6 projets développés sur la plateforme.

La santé mentale, et particulièrement le risque de suicide, est un sujet grave et fréquent dont on parle peu alors qu'il s'agit de la 2^{ème} cause de mortalité chez les jeunes. Méconnaissance, déni, stigmatisation et fausses vérités entourent ces questions.

La phrase de Spinoza « Ni rire, ni pleurer mais comprendre » s'applique particulièrement à ce sujet : il ne s'agit ni de s'apitoyer, ni de négliger ou de sourire de ces questions qui sont centrales chez tous et particulièrement chez ces jeunes adultes en construction, mais de les comprendre afin de prévenir le risque de maladie mentale grave. Mais il y a une autre facette également importante : le stress, l'anxiété, la dépression peuvent perturber leur apprentissage, leur réussite et leur vie quotidienne. Mieux comprendre ces questions de santé mentale c'est donc aussi ouvrir la possibilité de les aider à s'épanouir dans leur vie d'étudiant et à affronter les défis de demain.

Le projet i-Share s'inscrit dans cette perspective d'une meilleure compréhension des questions de santé mentale chez les jeunes et, comme il ne peut y avoir de réponse unique à un problème aussi complexe, l'aborde de différentes façons qui sont autant de projets de recherche. Nous avons voulu illustrer cette approche en expliquant brièvement 6 projets qui vont d'une meilleure mesure de ces questions dans la population avec des outils et des échelles validés (Projet 1) à l'analyse de mécanismes par la biologie et l'IRM cérébrale (Projet 5). Mais cela comprend également l'étude de l'estime de soi en relation avec la santé (Projet 2), la prédiction de la dépression via des techniques d'intelligence artificielle appliquées à des données recueillies sur smartphone (Projet 3), ou la comparaison entre étudiants français et japonais pour déterminer des invariants (Projet 4). Enfin, comprendre c'est aussi parfois agir et mesurer le résultat et c'est que nous faisons à travers la création d'une vidéo interactive sur le suicide et son évaluation (Projet 6).

D'autres projets en cours ne sont pas détaillés ici et comprennent par exemple une intervention de grande ampleur sur le stress des étudiants en médecine, des études preuve de concept en marketing social, la création d'une application smartphone pour mesurer les fluctuations de la santé mentale dans la vie de tous les jours.

Tous ces projets sont en ce moment menés de front par les chercheurs de 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 comprend plus de 18 800 participants, ce qui en fait la plus grande étude sur la santé des étudiants au monde.*

CONTACT

Elena MILESI - Communication i-Share - +33 (0)5 47 30 42 25 / 06 24 02 32 02 – elena.milesi@u-bordeaux.fr