

Style de vie des étudiants en Médecine à l'Université catholique de Louvain (UCL)

Maëlle Serrano¹

Promoteurs: Guy Beuken MD, Louis Van Maele MD²

FR

INTRODUCTION

De nombreux travaux ont montré que les études de médecine sont réalisées dans des conditions peu optimales, qui pourraient même être néfastes à la santé des étudiants. Le but de cette étude est donc d'évaluer le style de vie global des étudiants en médecine à l'Université catholique de Louvain (UCL), et de voir si le style de vie des cohortes en début et en fin d'études est différent.

MÉTHODES

Une étude transversale a été effectuée via le questionnaire d'évaluation du style de vie « FANTASTIC ». Ce questionnaire a été proposé aux étudiants de médecine à l'UCL entre la 2^e et la 6^e année sous la forme d'un questionnaire en ligne auto-administré, disponible pendant 15 jours en octobre 2015. Les réponses ont été collectées automatiquement puis étudiées via les programmes Excel et SPSS.

RÉSULTATS

Le score FANTASTIC moyen global obtenu est de 68,78 (sur 100 points), ce qui est considéré comme étant un « bon » style de vie (taux de participation de 57,9% (N=1231)). Il n'y a pas de différence significative entre les hommes et les femmes en fonction du score total, mais une grande divergence a été révélée dans les sous-domaines du style de vie. Il y a une

différence significative de style de vie entre les années de médecine, allant de 67,06±8,83 pour la 2^e année à 69,74±8,63 pour la 6^e année (p=0,004, Effect size = 0,013). Parmi les données démographiques, l'indice de masse corporelle (IMC), le pays d'origine, et la présence d'une pathologie chronique nécessitant une prise quotidienne de médicaments paraissent tous significativement liés au score. L'estimation personnelle de son propre style de vie semble être un bon reflet du style de vie objectivé par le FANTASTIC.

CONCLUSION

D'après cette étude, il apparaît que théoriquement le style de vie des étudiants en médecine est significativement meilleur dans les dernières années d'études que dans les premières, tout en ayant un retentissement faible en réalité. Beaucoup de différences entre les domaines ont aussi été démontrées, confirmant entre autres le lien mis en évidence dans la littérature entre le niveau de stress ressenti par les étudiants de médecine et leur style de vie. La question reste donc de comprendre la raison de la diminution du stress ressenti chez les étudiants à l'UCL, contrairement à l'augmentation généralement constatée. Une ébauche d'explication de ce paradoxe pourrait être la transition entre un programme des études médicales en 7 ans, à un programme en 6 ans dans les cohortes considérées. D'autres explications pourraient être avancées, et de nouvelles recherches devraient être effectuées pour expliquer ce résultat inattendu.

Lifestyle of Medical Students at the catholic University of Louvain (UCL)

BACKGROUND

Many studies have shown that medicine is generally taught in sub-optimal conditions that may have an effect on the health of the students themselves. The aim of this study is therefore to evaluate the global lifestyle of medical students at the Université catholique de Louvain (UCL), and to see whether or not the lifestyles of student cohorts at the beginning and end of their studies are different.

METHODS

A cross-sectional study was carried out using the FANTASTIC Lifestyle Assessment Inventory, or "FANTASTIC". It was given out to UCL medical students between the 2nd and 6th years as an online self-administered questionnaire. It was available during 15 days in October 2015. Responses were automatically compiled and studied via Excel and SPSS programs.

RESULTS

The mean FANTASTIC score obtained was 68.78 (out of 100 points), which is considered as a « good » lifestyle (57.9% participation rate (N=1231)). There was no significant difference between men and women according to the global lifestyle score, yet many differences were encountered when examining individual lifestyle domains. The lifestyle score improves for student cohorts between the beginning and end of their studies,

starting at $67.06 \pm 8.83/100$ for 2nd year students and rising to $69.74 \pm 8.63/100$ for 6th year students ($p=0,004$, Effect size = 0,013). Demographic factors have an impact on the scores observed: a student's body mass index (BMI), their country of origin and the absence of chronic illness needing daily medication were three factors which significantly affected the results. One's personal estimation of one's lifestyle corresponds well with the objective evaluation obtained by the FANTASTIC.

CONCLUSION

According to this study, it appears that theoretically, the lifestyle of medical students is significantly better at the end of their studies than it is at the beginning. However, in reality the observed difference is very small, and may have only limited meaning. That being said, many differences between lifestyle domains were encountered, and the observed link in literature between stress and student's lifestyle was indeed found. The resulting question stays: why the reduced stress levels in UCL students, when other studies show an increase in stress as the years of study go by? A possible explanation to this question could be the transition between a 7 year program to a 6 year one, between the studied medical cohorts. Many other reasons could account for this paradox, and further studies should be carried out to explain these unexpected findings.

AFFILIATIONS

- ¹ Université catholique de Louvain , B-1200 Bruxelles
- ² Université catholique de Louvain, Centre académique de médecine générale, B-1200 Bruxelles