



Poster N°: 1120

## Habitudes Alimentaires et Mode de Vie selon le Sexe chez les Etudiants en Médecine

Souhir AYADI<sup>1</sup>, Narjess GARES<sup>2</sup>, Ahlem KOUKANE<sup>3</sup>, Syrine GALLAS<sup>3</sup>

1. Service de Prévention et de Sécurité de Soins, Hôpital Sahloul, Sousse  
 2. Hôpital de circonscription Chorbène, Mehdia  
 3. Service des Explorations Fonctionnelles, CHU Sahloul/ Faculté de Médecine de Monastir, Université de Monastir



Global Events & Training Solutions  
 www.ipgets.tn

### INTRODUCTION:

Les habitudes alimentaires et le mode de vie chez les jeunes peuvent être associés à la survenue et/ou à la prévention de plusieurs pathologies. En effet, les prévalences respectives du surpoids et de l'obésité dans la population tunisienne sont de 24,5 % et de 14,2 % avec une prédominance féminine de 21%. Les étudiants en médecine constituent des futurs professionnels de la santé qui doivent veiller à la prévention de différentes pathologies. Ainsi, les objectifs de cette étude étant de déterminer les habitudes alimentaires et le mode de vie chez les étudiants en médecine selon leur sexe.

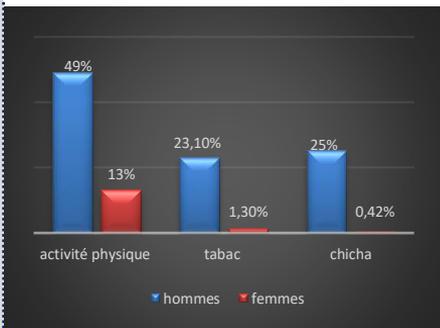
### MATERIELS ET METHODES:

Il s'agit d'une étude transversale descriptive intéressant tous les étudiants du premier cycle d'études médicales de l'année universitaire 2010-2011 de la Faculté de Médecine de Monastir. Un auto-questionnaire a été distribué à tous les étudiants présents à la fin des séances d'enseignements et ayant accepté de participer à l'étude. Ce questionnaire comprenait des données sur les caractéristiques socio-démographiques, les habitudes alimentaires et le mode de vie. Des analyses uni-variées ont été faites par l'intermédiaire du logiciel SPSS 18.0. Le seuil de signification statistique (p) a été fixé à 5%.

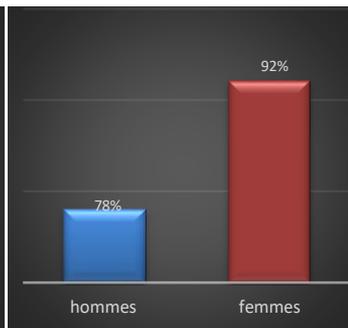
### RESULTATS:

L'étude a intéressé 343 étudiants inscrits au premier cycle d'études médicales. L'âge moyen était de  $20,34 \pm 0,82$  avec un sexe ratio (M/F) égal à 0,46.

Les hommes avaient un indice de masse corporelle (IMC) significativement plus élevé avec une proportion de sujets en surpoids plus importante que les femmes (20,6% vs 10,4%;  $p=0,034$ ) (Fig 2). La pratique d'une activité physique était très diminuée chez les femmes en comparaison aux hommes ( $p<10^{-3}$ ) (Fig 1). La consommation tabagique était rare chez les femmes ( $p<10^{-3}$ ) (Fig 1).

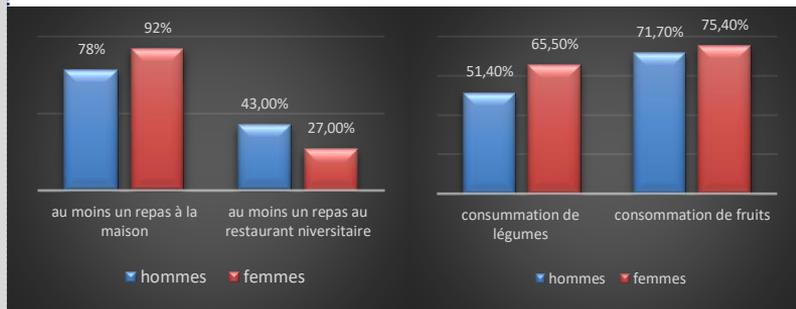


**Figure 1: Mode de vie selon le sexe des étudiants**



**Figure 2: Fréquence de l'obésité selon le sexe des étudiants**

La prise alimentaire était régulière chez les deux sexes dans 70 % des cas. La majorité des femmes (92,8%) prenaient au moins un repas à la maison alors que la majorité des hommes (43,51%) prenaient au moins un repas au restaurant universitaire. Dix pour cent de l'ensemble des étudiants sautaient le petit déjeuner mais sans différence significative selon le sexe. Seule la moitié des hommes consommaient des légumes de façon quotidienne contre 65,5% des femmes. Un bon état d'hydratation (apport d'eau >1,5l/jr) était trouvé plus chez les garçons que les filles (43,8%vs 19,4%;  $p<10^{-3}$ ).



**Figure 3: Répartition des étudiants selon lieu des repas**

**Figure 4: Consommation de fruits et de légumes selon le sexe**

### Conclusion:

Notre étude a montré des différences significatives selon le sexe des étudiants concernant leur mode de vie et leurs habitudes alimentaires. Environ 1 homme sur 5 est en surpoids contre 1 femme sur 10. Une activité physique régulière n'était exercée que par moins de 25% des étudiants. La prise régulière de 3 repas par jour était présente chez environ 70% des étudiants. Les femmes consommaient plus fréquemment de fruits et de légumes que les hommes mais leur consommation quotidienne d'eau était très faible. La prise du petit-déjeuner quotidien était bien respectée aussi bien par les femmes que par les hommes. Toutefois la consommation de lait n'a concerné que la moitié des étudiants. Ainsi, notre étude a montré différents éléments négatifs concernant le mode de vie et les habitudes alimentaires des étudiants en médecine. Ceci doit faire penser à intégrer une formation nutritionnelle adaptée à ces étudiants qui constituent de futurs professionnels de la santé.