

# Adaptation psychologique et adaptation aux études des étudiant(e)s collégiaux face à la crise de la COVID-19

## Portrait des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe pendant la pandémie



Nombre de participant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe : **1 780 étudiant(e)s**

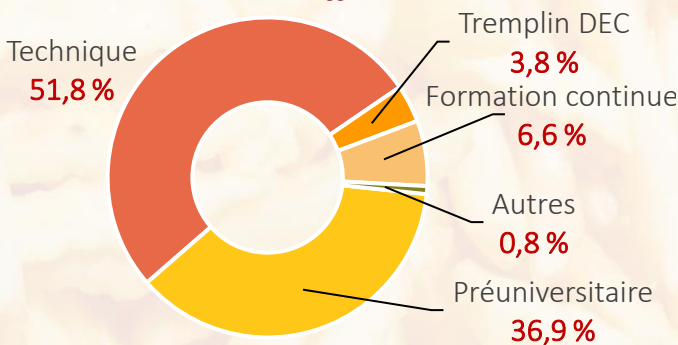


Nombre total de participant(e)s dans les 18 cégeps : **8 581 étudiant(e)s**

### Âge

	Malbouffe	Total
17 ans et moins	19,1 %	19,5 %
18 à 19 ans	42,1 %	41,8 %
20 ans et plus	38,8 %	38,7 %

### Secteur d'études des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe



### Genre

	Malbouffe	Total
♀	76,6 %	73,0 %
♂	22,0 %	25,4 %
♂*	1,3 %	1,2 %

\*Non binaire, fluide dans le genre, bispirituel(le) et autres

**47,5 %** des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe ont ressenti plus **d'effets négatifs sur le stress pour les examens en ligne en mode synchrone**, ce qui est **supérieur** à la situation chez l'ensemble des participant(e)s (**41,0 %**).

### Abandon



**39,3 %** des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe ont **songé à abandonner tous les cours**, ce qui est **supérieur** à l'ensemble des participant(e)s (**29,7 %**).



	Malbouffe	Total
Appartement/chambre	35,2 %	31,9 %
Domicile familial	56,0 %	58,9 %
Résidences étudiantes	5,0 %	5,0 %
Autre	3,8 %	4,2 %

### Lieu de résidence

Les étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe sont proportionnellement **plus nombreux(-euses)** à demeurer **en appartement/chambre (35,2 % contre 31,9 %)**, tandis qu'ils (elles) sont proportionnellement **moins nombreux(-euses)** à résider **au domicile familial (56,0 % contre 58,9 %)**.

**70,8 %** des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe ont indiqué que leur **charge de travail collégiale a considérablement augmenté** en comparaison à **57,9 %** pour l'ensemble des participant(e)s, ce qui représente un **écart de 13 points de pourcentage**.



**61,4 %** des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe ont déclaré avoir **accès à un lieu propice aux études** pour suivre leurs cours à distance, alors que chez l'ensemble des participant(e)s, il s'agit de **69,6 %**, ce qui représente un **écart de 8 points de pourcentage**.



## Santé mentale

### Niveau de détresse psychologique



	Malbouffe	Total
<b>Pas</b> de détresse	15,9 %	26,0 %
<b>Peu</b> de détresse	51,6 %	51,3 %
<b>Beaucoup</b> de détresse	32,6 %	22,8 %

**55,3 %** des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe ont déclaré que la crise sanitaire a eu un **impact négatif** sur la perception d'eux-mêmes (elles-mêmes), ce qui est **plus élevé** que chez l'ensemble des participant(e)s (**47,4 %**.)



### Présence d'anxiété

Malbouffe	Total
53,6 %	41,1 %



### Présence de dépression

Malbouffe	Total
65,5 %	49,5 %

Les étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe sont **plus nombreux(-euses)** à manifester de l'anxiété et de la dépression que l'ensemble des participant(e)s.







### Diminution de l'activité physique

Malbouffe	Total
70,5 %	62,0 %



### Consommation



Je consomme plus...	Malbouffe	Total
<b>Alcool</b> 	22,5 %	16,7 %
<b>Tabac</b> 	17,7 %	13,3 %
<b>Cannabis</b> 	13,7 %	10,0 %
<b>Autres drogues</b> 	4,9 %	3,5 %
<b>Jeux de hasard</b> 	5,5 %	3,9 %
<b>Jeux vidéos</b> 	37,1 %	28,0 %

Les étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe ont aussi augmenté leur consommation des produits ci-haut comparativement à avant la pandémie.

Toutes les différences sont significatives.



Pour citer ce document :

Manil, C., Houle, V., Blackburn, M.-È., Gallais, B., Gaudreault, M., Dubois-Bouchard, C. et A. Roy. (2021). *Adaptation psychologique et adaptation aux études des étudiant(e)s collégiaux face à la crise de la COVID-19 : portrait des étudiant(e)s ayant augmenté leur consommation de malbouffe* [infographie]. ÉCOBES – Recherche et transfert, Cégep de Jonquière.