

DOSSIER DE PRESSE

SANTÉ MENTALE

QUAND EN PARLER, NE SUFFIT PLUS.

JUIN 2025



ANEPF

SOMMAIRE



MÉTHODOLOGIE	3
DÉFINITIONS	6
INTRODUCTION	7

1

**ÉTAT DE SANTÉ MENTALE
DES ÉTUDIANTS EN PHARMACIE 8**

2

**L'ÉTUDIANT FACE
AU MAL-ÊTRE D'AUTRUI 22**

3

**L'ÉTUDIANT FACE
AUX DIFFÉRENTS DISPOSITIFS 29**

CONCLUSION 34

CONTACT 35

STRUCTURE ET DIFFUSION DE LA CONSULTATION

Cette enquête a été élaborée via un Google Form. Le questionnaire, construit par le Bureau National 2024-2025 de l'ANEPF, a été rédigé autour de quatre grands axes :

1. L'état général de santé mentale des étudiants en pharmacie ;
2. L'environnement de l'étudiant sur sa santé mentale ;
3. La gestion de problématiques de santé mentale au comptoir ;
4. La gestion de problématiques de santé mentale d'autres étudiants.

L'es échelles de SCOFF et de HAD ont été utilisées pour évaluer les syndrômes dépressifs anxieux et les troubles du comportement alimentaire.

L'enquête a été diffusée le 09 février 2025, à l'occasion de l'Assemblée Générale de l'ANEPF qui a eu lieu à Lille. L'enquête a été relayée sur les réseaux sociaux (Facebook, Instagram...), ainsi que par mail grâce aux facultés ayant bien accepté de la diffuser à leurs étudiants. Celle-ci s'est clôturée exactement un mois plus tard, le 9 mars 2025.

LES BIAIS

La consultation a été réalisée de sorte à atténuer le plus possible les différents biais pouvant s'exercer sur les réponses de l'étude. Ainsi, afin de lutter contre les biais, notamment méthodologiques, différentes solutions ont été appliquées :

- Prendre du temps, mobiliser des moyens pour organiser le travail de collecte, d'analyse et de traitement de l'information.
- Poser des questions précises, courtes, neutres, sans ambiguïté et soigner les réponses proposées.
- Anticiper un questionnaire avec un délai de réponse rapide et instinctif.
- Biais de réponse : Désirabilité sociale : Les étudiants pourraient avoir tendance à répondre de manière à se conformer aux normes sociales ou aux attentes perçues, en minimisant par exemple leurs difficultés ou en exagérant leur bien-être.
- Le titre de l'enquête : Une personne ayant subi des problématiques de santé mentale aura davantage tendance à répondre à l'enquête, se sentant plus concernée qu'une personne n'y ayant jamais fait face.
- Biais affectif : Une déformation du jugement entraînée par l'influence des états affectifs sur les processus de raisonnement ou d'évaluation. Les émotions interfèrent avec le jugement moral.
- L'impact qu'a l'enquête sur l'état de l'étudiant. Plusieurs étudiants nous ont affirmé qu'ils étaient incapables de finir la consultation, tant elle était éprouvante émotionnellement.

AUDITIONS

À partir du mois d'avril, de nombreux acteurs, représentants d'associations et élus ayant pris part à améliorer la santé mentale d'un groupe de personnes ou de la population générale ont été auditionnés.

Ainsi nous remercions chaleureusement : Agnès Buzyn ; Sylvie Retailleau ; Alexis-Bataille Hembert ; Joël Aviragnet ; Josiane Corneloup ; Chantal Jourdan ; Magali Briane ; Pierre-Eric Sutter ; Delphine Carbonnelle ; Françoise Nazih ; Catherine Cornibert ; Sophie Roussel ; Yorick Berger ; Sylvie Chamberlain ; Isabelle Baglin ; Chloé Bessière ; pour leur partage d'expérience.

En parallèle, des groupes de travail en distanciel ont été réalisés avec les étudiants en pharmacie. Ce document est construit en fonction des thèmes abordés durant ces groupes de travail : la place de l'université ; l'éco-anxiété ; les structures nationales ; la santé mentale en mobilités et le rôle de l'étudiant dans le pair à pair en santé mentale.



AGNÈS BUZYN



**SYLVIE
RETAILLEAU**



**ALEXIS BATAILLE
HEMBERT**



JOËL AVIRAGNET



**JOSIANE
CORNELOUP**



**CHANTAL
JOURDAN**



MAGALI BRIANE



**PIERRE-ERIC
SUTTER**



**DELPHINE
CARBONNELLE**



**FRANÇOISE
NAZIH**



**CATHERINE
CORNIBERT**



**SOPHIE
ROUSSEL**



YORICK BERGER



**SYLVIE
CHAMBERLAIN**

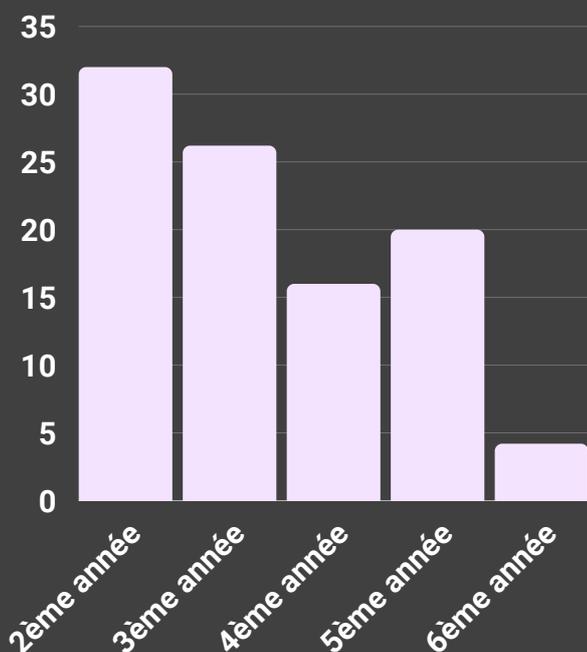


**ISABELLE
BAGLIN**

PROFIL DES RÉPONDANTS

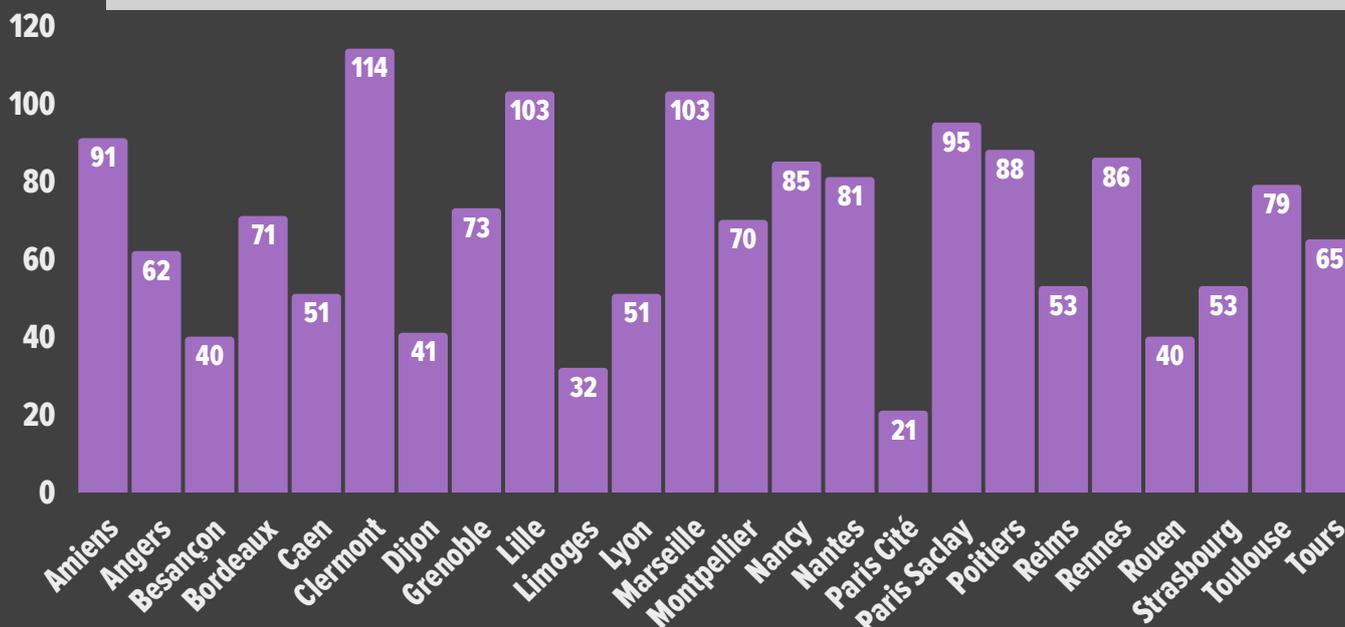
La population des répondants est principalement constituée de femmes (76,1%), ce qui correspond approximativement à la proportion d'étudiante femme dans les études de pharmacie.

ANNÉES D'ÉTUDES



Une consultation a été réalisée du 9 février au 9 mars, permettant de recueillir 1648 réponses étudiantes. D'après le SIES en 2023, nous décomptons 31 770 étudiants en pharmacie en France. Ainsi pour un risque d'erreur alpha de 5%, l'enquête est représentative des étudiants en pharmacie.

VILLES DES RÉPONDANTS



LA SANTÉ MENTALE

La santé mentale : état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté.

Le trouble dépressif : est un trouble mental courant. Il se caractérise par la présence d'une humeur dépressive ou d'une perte durable de la capacité à éprouver du plaisir ou de l'intérêt.

Les troubles anxieux : une maladie psychique fréquente qui s'exprime sous diverses formes (anxiété généralisée, phobies, trouble panique...) et perturbe fortement la vie quotidienne.

Les troubles du comportement alimentaire : une pratique alimentaire « anormale » associée à une grande souffrance psychique, qui s'installe durablement et dont les conséquences pour la santé de l'individu peuvent être graves.

Le stress post-traumatique : un trouble anxieux sévère, qui se développe à la suite d'un événement ayant entraîné une détresse intense. Ce trouble s'installe de manière durable, perturbe profondément la vie quotidienne et peut, s'il n'est pas soigné, se compliquer de dépression.

L'éco-anxiété : un terme qui rend compte des expériences d'anxiété liées aux crises environnementales.

Crise d'angoisse : Une attaque de panique (ou crise d'angoisse aiguë) est un épisode de peur soudaine et intense, bien délimité dans le temps.

La pair-aidance : une personne ayant une expérience de vie avec une maladie, un trouble psychique ou un handicap accompagne une autre personne traversant une situation similaire.

INTRODUCTION

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) définit la santé comme étant « un état de complet bien-être physique, mental et social, et qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité. ». La santé mentale n'est donc pas seulement l'absence de troubles mentaux ou de handicaps associés. Elle doit être conçue comme un état de bien-être qui permet à chacun de réaliser son potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie, de travailler avec succès et de manière productive, et d'être en mesure d'apporter une contribution à la communauté.

La santé mentale, longtemps ignorée ou reléguée au second plan des politiques publiques, s'est imposée comme un enjeu majeur de santé publique ces dernières années. En France, près d'une personne sur cinq est concernée chaque année par un trouble psychique, ou de santé mentale. Face à cette réalité, l'État a déployé ces dernières années une série d'initiatives.

Mais les besoins restent immenses et les réponses fragmentées.

En octobre 2024, la désignation de la santé mentale comme "Grande Cause Nationale" pour l'année 2025 constitue un signal fort. Il est essentiel de faire évoluer les consciences et de combattre les nombreux préjugés. L'ambition portée par le slogan « Parlons santé mentale » est claire : encourager la parole, lever les tabous et déstigmatiser la santé mentale.

Les étudiants en pharmacie ne sont pas épargnés par cette problématique.

Au-delà de leur propre vulnérabilité face aux risques psychosociaux liés à la formation, les étudiants en pharmacie sont également de futurs acteurs de premier recours en matière de santé mentale. Le pharmacien, en tant que professionnel de santé de proximité, joue un rôle central dans la détection, l'écoute, l'orientation et la prévention. Il est donc essentiel de considérer la santé mentale des étudiants en pharmacie comme un enjeu à part entière.

C'est dans cette perspective que l'ANEPF a conduit une consultation nationale auprès des étudiants en pharmacie. Cette démarche vise à mieux comprendre les difficultés rencontrées tout au long de leur parcours académique et social, mais aussi à identifier les conditions nécessaires pour former des professionnels capables de prendre soin de leur propre santé mentale... et de celle des autres.

À la suite de cette consultation, des groupes de travail et des auditions d'acteurs de la santé mentale ont été réalisés pour établir des propositions concrètes visant à améliorer l'état de santé mentale des étudiants en pharmacie.

SI PARLER DE SANTÉ MENTALE EST ESSENTIEL, IL DEVIENT URGENT D'AGIR CONCRÈTEMENT.

ÉTAT DE SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANTS EN PHARMACIE

1

ÉTAT DE SANTÉ MENTALE DES ÉTUDIANTS EN PHARMACIE



A. UN CURSUS EXIGEANT

Le cursus de pharmacie, de part sa longueur et son intensité, est un cursus exigeant qui nécessite un investissement aussi bien physique que mental.

68,7%

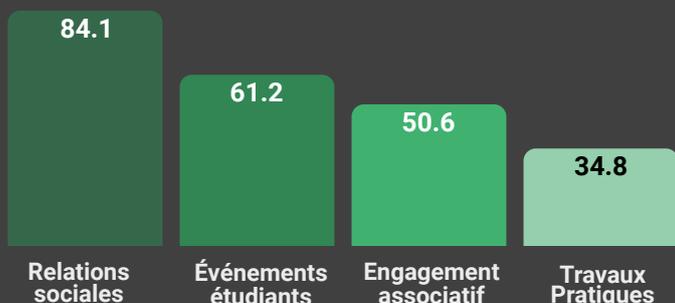
des étudiants en pharmacie estiment que leur cursus a eu un impact positif sur leur santé mentale

85,1%

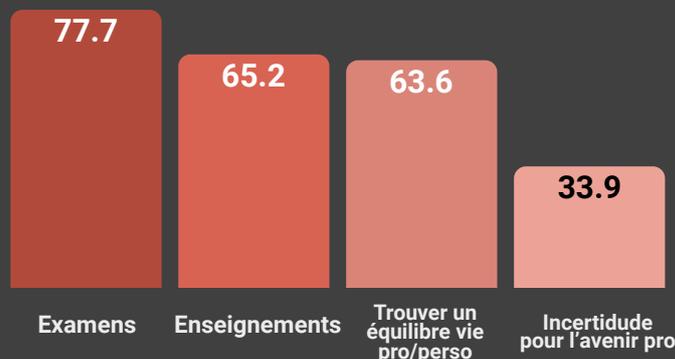
des étudiants en pharmacie estiment que leur cursus a eu un impact négatif sur leur santé mentale.

Question à choix multiple : 57,9% des étudiants estiment que leurs études a eu un impact aussi bien négatif que positif, 27,2% uniquement de manière négative par leur cursus, 10,8% uniquement de manière positive et 4,0% considèrent que leurs études n'ont pas eu d'influence sur leur santé mentale.

Les raisons de l'impact positif



Les raisons de l'impact négatif



Nos propositions

- ▶ La formation continue des équipes pédagogiques et administratives aux risques psycho-sociaux, à leur repérage et à l'accompagnement des étudiants en détresse.
- ▶ L'organisation, une fois par an, d'un temps d'échange local sous forme de table ronde, réunissant étudiants, enseignants et personnels administratifs pour discuter des problématiques spécifiques à chaque faculté.
- ▶ La création d'une liste d'enseignants référents volontaires sur les questions de santé mentale, clairement identifiés et visibles par les étudiants, avec pour mission de contacter et orienter les étudiants en situation de fragilité (absences répétées, redoublement, isolement...), en lien avec les SSE (Services de Santé Étudiante).

Témoignages

La charge des cours et des examens/concours peut être très lourde et sont parfois difficiles à gérer même en étant entouré.

J'adore mes études, le fait d'apprendre sur des choses qui m'intéressent et savoir que le métier me plaira.

Heureusement qu'il y a les associations parce que sinon ma santé mentale serait au plus bas.

Je suis actuellement triplante et ce n'est pas facile tous les jours. J'ai au moins une fois par jour des remarques sur le fait que j'ai triplé et que c'est ma dernière chance et c'est un peu compliqué à supporter.

Je sais que même si c'est dur, je suis dans le cursus qui me permettra d'exercer le métier que je veux !!

Ce qui aide c'est quand les profs sont pédagogues et qu'ils rendent les TP et TD intéressants, que l'on apprend des choses sans nous mettre la pression, quand ils sont compréhensifs.

La 2ème année a été très dure mentalement, avec un stress ingérable/ perte de poids, j'ai trouvé ça plus dur mentalement, beaucoup de remises en question (est ce que ces études me plaisent? est ce que j'ai le niveau pour être là? est ce que je suis capable de tenir mentalement comme ça pendant encore au moins 4 ans ? ...

Très heureux d'avoir été accepté en pharmacie ça m'a beaucoup soulagé mais maintenant je fais face au stress général des études et c'est compliqué à gérer je vais voir un psy pour garder la tête hors de l'eau.

Avant un examen je me suis déjà volontairement blessé à la main pour ne pas avoir à le passer.

Entrer dans la vie étudiante marque un véritable tournant : on adopte un nouveau mode de vie et on s'éloigne du cocon familial. Cet éloignement peut entraîner une profonde transformation. La santé ne se limite pas à l'aspect physique ou mental, elle englobe aussi la dimension sociale. L'isolement peut fragiliser cet équilibre global.

CATHERINE CORNIBERT

B. QUEL IMPACT SUR L'ÉTUDIANT ?



1 étudiant sur 3 a déjà envisagé d'arrêter ses études à cause de son mal-être.

Ce chiffre montre que la santé mentale a un impact réel sur le cursus. Quand s'installe une détresse mentale, il devient difficile de suivre les cours, de se concentrer, de rester motivé. Prendre soin de sa santé mentale n'est pas un sujet secondaire : c'est une condition essentielle pour réussir ses études.

Pour faire face à ce mal-être les étudiants en pharmacie :



Face à ce mal-être, de nombreux étudiants essaient de trouver leurs propres solutions : parler à leurs proches, consulter un professionnel, s'informer, adapter leur rythme. Ces démarches d'auto-soin sont précieuses et méritent d'être reconnues. Il est donc essentiel de faciliter l'accès aux ressources existantes, de les rendre visibles, compréhensibles et accessibles, et de valoriser ces initiatives individuelles.

Témoignages

J'ai pensé à arrêter mes études chaque semaine.

Je pleure souvent pour « un rien », je n'arrive plus à me lever, je suis constamment fatiguée.

J'adore mes études et je ne me verrais pas faire autre chose. Mais c'est difficile de tout gérer. C'est beaucoup de sacrifices, et c'est parfois pas évident de savoir si on en est capable. C'est beaucoup de questionnement. Et on se sent perdu.

Je me sens bien globalement, mais je suis quand même très stressée en période de partiels.

Ça va beaucoup mieux cette année parce que je redouble et que j'ai très peu de matières à repasser, mais l'année dernière aux examens je suis arrivée avec 30 mg de prazépam dans le sang.

Ce sont des études longues et compliquées, les gens ne s'en rendent pas compte et pensent que nous sommes juste des vendeurs de Doliprane, ce manque de reconnaissance peut-être assez négatif pour les étudiants.

En ce moment tout se passe bien mais il y a quelques semaines j'ai eu une grande période de déprime, due à une accumulation d'évènements personnels et universitaires, cependant grâce à la semaine de vacances j'ai pu reprendre du temps pour moi et être mieux aujourd'hui.

78%

des étudiants en pharmacie considèrent que leurs études aggravent leur niveau d'anxiété.

Chez les jeunes, un autre problème se pose : la pression sociale sur le parcours d'orientation.

Il est crucial de dédramatiser l'échec, de normaliser les changements de voie, les réorientations, les arrêts et reprises d'études.

Il faut donner aux jeunes les outils d'orientation nécessaires, leur permettre de se tromper, de recommencer, de prendre du recul. Il faut casser les normes rigides, favoriser les envies de s'investir dans d'autres sphères – associative, professionnelle, sociale – et faire de la période étudiante un moment d'exploration, de souplesse, de construction. C'est en valorisant cette diversité que l'on peut permettre à chacun de trouver sa place.

SYLVIE RETAILLEAU

Les études de pharmacie sont longues et exigeantes, mais elles offrent une grande diversité de débouchés. Il est donc essentiel que chaque étudiant puisse s'approprier ce parcours, le construire à son rythme, selon ses besoins. Cela peut passer par une année de césure, un stage hors du cursus classique, ou un aménagement du parcours. Prendre le temps de réfléchir, de découvrir, ne devrait jamais être perçu comme un échec, mais comme une manière de se construire, tant sur le plan professionnel que personnel.

Nos propositions au niveau des universités

- ▶ Le déploiement des campagnes de sensibilisation nationale par les universités et des UFR de santé en adaptant leur contenu au public étudiant, en collaboration étroite avec les associations étudiantes et les élus étudiants.
- ▶ La mise en place de groupes de parole animés par un psychologue, au sein des SSE/SSU (Services de Santé Universitaire).
- ▶ La généralisation d'une présence d'un psychologue sur chaque campus avec une permanence hebdomadaire physique et avec la possibilité de téléconsultation.

C. LES TROUBLES PSYCHIQUES

LES TROUBLES ANXIEUX

Test HAD*

52,20%

présentent une symptomatologie anxieuse douteuse.

23,1%

des étudiants en pharmacie présentent une symptomatologie anxieuse certaine.

50,20%

des étudiants en pharmacie ont déjà fait une crise d'angoisse pendant l'année.

DÉPRESSION

Test HAD*

18,7%

présentent une symptomatologie dépressive douteuse.

14,0%

des étudiants en pharmacie présentent une symptomatologie dépressive certaine.

MUTILATION

10,1%

des étudiants en pharmacie indiquent s'être fait du mal.

17,2%

ont déjà pensé à se faire du mal.

PENSÉES SUICIDAIRES

36
étudiants en
pharmacie

sont passés à l'acte.

31,3%

ont déjà eu des pensées suicidaires.

TROUBLES ANXIEUX

Crises d'angoisse très fréquentes et sensation d'oppression quasi tout le temps.

C'est la constante angoisse de ne pas assez réviser. Même dormir paraît être une perte de temps.

Examen et oppression sociale. Je revenais de mon repas du midi à la BU, et des gens se sont mis à côté de ma place, je me suis senti oppressé par ce monde avec le stress des exams et j'ai fait une crise de panique à partir vite de la BU pour aller chez moi et me calmer, ça a duré plus de 1h pour reprendre mon calme et je me sentais mal le reste de l'après-midi.

Manifestation physique : chute de cheveux, eczéma...

Enfer...

Période où je ne gérais plus rien. Je ne montrais rien. Mais de retour chez moi souvent je faisais des crises je n'arrivais plus à respirer. J'avais l'impression que j'allais mourir.

Les crises de panique sont apparues à mon entrée en études supérieures. J'en faisais déjà avant mais c'était peu courant alors que là c'est quasi tous les jours.

Difficile à gérer lorsqu'il devient difficile de se procurer suffisamment de médicaments pour y pallier

DÉPRESSION

Je ne suis plus moi-même. Les études m'ont bouffées, je ne fais que dormir, manger, réviser ou être mal parce que je ne révise pas.

J'ai eu des périodes où je pleurais plusieurs fois par jour et je faisais des crises d'angoisse tous les jours. Je tremblais tout le temps. J'étais fatiguée en permanence et n'avais plus goût à rien.

J'arrive plus à apprécier ce qui m'entoure, les choses, les sorties, les amies, je trouve ça angoissant de pas réussir à être excitée/réjouie par quelque chose qui me rendait heureuse. Je suis terrifiée à l'idée de ne jamais réussir à apprécier / ressentir de nouveau tout ça même si je travaille dessus en ce moment.

Seules les drogues illégales ou non et l'abus de substances psychotropes permettent de faire le vide.

J'ai banalisé le fait de pouvoir aller mal, à force de trop laisser traîner, j'arrive à avoir des périodes où je vais beaucoup mieux mais je ne vis pas forcément ces périodes beaucoup mieux par appréhension de la prochaine rechute.

J'ai de plus en plus de mal à prendre du plaisir dans mes loisirs... La culpabilité de ne pas travailler l'emporte sur tout le reste : de la curiosité scientifique à l'appétence pour les arts. Je ne sais plus apprécier un roman, ou profiter du beau temps pour sortir. À force d'entendre ce sempiternel discours qui stipule que les étudiantes ne travaillent pas assez, n'entendent rien à rien, qu'avant c'était beaucoup plus difficile mais que les résultats étaient meilleurs, que pour réussir, il faut toujours travailler plus. Je crois que je n'ai plus rien à sacrifier sinon du sommeil (et encore...).

MUTILATION ET PENSÉES SUICIDAIRES

En préparant le concours PHBM, j'ai eu des idées morbides (parents ou amis morts, images violentes). C'était très perturbant et m'a fait peur.

J'ai souvent des idées noires de vouloir disparaître ou bien mourir.

À un moment donné, durant cette année où je n'allais vraiment pas bien, en allant dormir je me faisais des scénarios, parfois des scénarios où je tombais du haut de la faculté, et dans un sens ça me terrifiait de penser ça mais d'un autre je me disais bon, finalement si c'est peut-être la solution.

Ce n'est pas une question de vouloir mourir, juste que la souffrance s'arrête.

On tient pour quelque chose pour quelqu'un, jusqu'au moment où ça ne suffira peut-être plus.

J'essaie par tous les moyens d'éviter de me faire du mal car je sais que je le regretterai, mais des fois c'est plus fort que moi, j'ai besoin d'une douleur physique pour calmer cette douleur émotionnelle mais sans que ce soit visible pour ne pas empirer la douleur émotionnelle.

Je me suis déjà demandé si cela ne serait pas plus facile, en conduisant sur l'autoroute par exemple, de mettre un grand coup de volant pour que ça, cette boucle infernale, se termine enfin.
Je suis épuisée.

C. LES TROUBLES PSYCHIQUES

ÉCO-ANXIÉTÉ

47,9%

se déclarent inquiets à la perspective des enjeux environnementaux

6,3%

se disent angoissés face à ces enjeux.

TROUBLE DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

Test SCOFF*

43%

des étudiants en pharmacie présentent une suspicion forte à un trouble du comportement alimentaire.

SYNDROME POST-TRAUMATIQUE

47 Viols

90 Agressions sexuelles

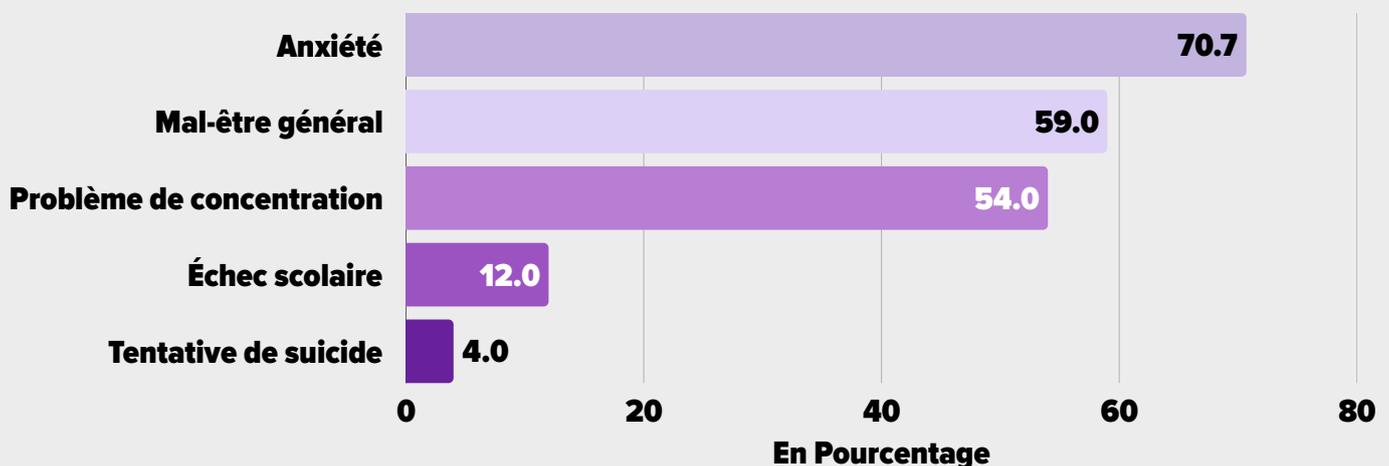
51 Agressions physiques

113 Harcèlement moral

123 Agressions verbales

302 Étudiants endeuillés

Ces événements ont des impacts sur l'étudiant et son cursus :



Témoignages

ÉCO-ANXIÉTÉ

J'essaye de rester un max informée sur le sujet pour savoir comment adapter mon quotidien, mais plus je me renseigne, plus cela m'angoisse.

Quand je me concentre réellement sur l'état de l'environnement, trop de négatif arrive et je n'arrive pas à gérer.

Plein de choses mais par rapport à l'orientation professionnelle, je voulais travailler en labo, j'ai vu le nombre de cônes en plastique jetés en une journée, ça fait se remettre en question par rapport à ses valeurs.

TROUBLE DU COMPORTEMENT ALIMENTAIRE

Quand je vais mal je mange beaucoup et après je me fais vomir.

J'ai l'impression que je "mange mes émotions", dès que je stress ou que j'ai une émotion trop forte je mange même si je n'ai pas faim.

Cela s'empire... je ne sais pas quoi faire, je n'arrive pas à garder la nourriture si c'est « trop calorique », ça m'est déjà arrivé de me faire vomir à la fac après un repas classique, ça m'est déjà arrivé de le faire plusieurs fois sur une journée.

Entre les sorties, le travail, le crous, le manque de temps, le sport, les problèmes de santé c'est quasi impossible d'avoir un mode de vie sain. Parfois ne pas manger longtemps c'est une question de contrôle, je dirais. Et certains jours ça va, en famille, entre amis. Seule, rien ne va.

SYNDROME POST-TRAUMATIQUE

J'ai perdu mon grand père cette année, j'ai pu en parler librement à mes amis et j'ai reçu plus ou moins de soutien.

Une fille de ma promotion a voulu sauter du 3e étage et je passais par ces escaliers à ce moment-là.

À la suite d'une soirée j'ai accompagné une étudiante suspectée de soumission chimique, à l'hôpital aucun test n'a été réalisé, quelques mois après, cette étudiante a perdu la vie, malgré l'insistance des associations étudiantes et des élus, quasiment rien n'a été entrepris, ça nous a tous énormément impactés.

Décès, la veille des partiels, de parents proches, aucun aménagement possible.

J'ai subi des agressions sexuelles et je n'arrive pas à passer à autres choses, j'y repense tous les jours.

J'ai perdu une personne très proche, ça fait à peine 1 an et je vis toujours avec. Honnêtement j'attendais pas grand chose de la fac, ils peuvent rien faire mais j'ai pu déplacer mon tp pour aller à l'enterrement donc c'est cool.

Je me suis faite piquer en boîte de nuit mais mes amis m'ont pris en charge après et rien de plus n'est arrivé mais après je faisais que d'y penser et je ne suis pas retournée en boîte pendant longtemps après.

D. NOS PROPOSITIONS FACE AUX TROUBLES DE SANTÉ MENTALE

Nos propositions au niveau des universités

- ▶ L'attribution de minimum 4 jours d'absence par an, sans justification, pour tous les étudiants, à utiliser librement hors périodes d'examens, pour répondre aux problématiques de santé mentale (deuil, souffrance psychique...).
- ▶ La création d'un dispositif de suivi, permettant à tout étudiant se sentant en détresse de s'inscrire volontairement sur une liste de suivi, afin de recevoir régulièrement des contacts de professionnels ou de secouristes en santé mentale, en lien avec les SSE/SSU.
- ▶ Le respect du texte D.714-21.-I. demandant d'effectuer un bilan médical complet à l'entrée dans les études supérieures, comprenant un volet dédié à la santé mentale, en lien avec les SSE/SSU durant une durée suffisante et par un professionnel de santé compétent en santé mentale.
- ▶ L'augmentation du nombre de médecins généralistes, de psychologues et de psychiatres présents dans les SSE ou proposer une liste de médecins généralistes, psychologues et psychiatres conventionnés secteur 1 partenaires de l'université.

Nos propositions au niveau des facultés

- ▶ La distribution d'un livret papier à tous les étudiants de deuxième année dès leur rentrée, présentant les ressources existantes et les modalités pour y accéder (psychologues, BAPU, ERS, SSE/SSU référents...).



L'ÉTUDIANT FACE AU MAL-ÊTRE D'AUTRUI

L'ÉTUDIANT FACE AU MAL-ÊTRE D'AUTRUI



A. D'ÉTUDIANT À ÉTUDIANT

1 ÉTUDIANT SUR 3

affirme avoir déjà pris en charge un autre étudiant concernant sa santé mentale

Sur un terrain non pathologique, avoir un étudiant formé, qui a envie d'aider ses pairs, c'est très bien. L'intérêt d'avoir un référent issu de la formation, c'est qu'il connaît la filière et les étudiants.

ISABELLE BAGLIN

Afin de vaincre le tabou et la honte de consulter pour une problématique de santé mentale, la pair-aidance représente une porte d'entrée pour une prise en charge. Toutefois, il n'est pas sans conséquence sur l'étudiant pair-aidant si celui-ci n'est pas lui-même accompagné.

1 ÉTUDIANT SUR 2

s'est senti démuni face au mal-être d'un autre étudiant.

La pair-aidance doit être vue comme un complément au travail des professionnels de santé, et non comme un substitut. Il n'est pas envisageable de remplacer un psychiatre par un dispositif de pair-aidance.

AGNÈS BUZYN

Engagés dans l'écoute, l'accompagnement et la prévention, les pairs-aidants occupent une place précieuse dans la vie universitaire. Pourtant, cet engagement, souvent bénévole et émotionnellement exigeant, reste encore trop peu encadré. Assurer leur bien-être, c'est aussi garantir la pérennité et la qualité de ces dispositifs de solidarité entre étudiants.

Témoignages

Plusieurs de mes amis sont angoissés, soit à cause des cours, de l'asso, d'agressions.., j'essaie d'être là mais c'est vrai que c'est déprimant.

J'ai géré une étudiante victime de viol qui à chaque fois qu'elle buvait était prise de violentes crises.

J'ai suivi la formation PSSM. Quelques mois plus tard, une amie qui était en dépression m'a fait part de ses idées suicidaires. J'ai suivi les conseils donnés lors de la formation donc je dirais qu'elle a été utile car j'ai su comment réagir dans cette situation.

Au début, ça semble surmontable, on se dit que pour cette personne, on peut tenir et écouter. Et rapidement, on est dépassé et on se sent mal.

J'ai aidé une étudiante qui avait des idées suicidaires, à ce moment-là je n'étais pas suffisamment formé donc je ne savais pas quoi faire dans cette situation.

Une étudiante qui était venue me voir car un garçon avait essayé de la violer. J'étais contente de l'aider et en même temps j'avais peur de mal faire, ça m'a rappelé des choses passées, je ne savais pas vraiment comment m'y prendre au mieux.

J'ai plusieurs de mes amies qui se sont faites agressées, des fois même par des étudiants de notre fac qu'on croise tous les jours, et c'est très pesant mentalement.

Nos propositions

- ▶ La mise en place obligatoire d'un suivi au long terme par les SSE/SSU pour les Étudiants Relais Santé, et l'ensemble des étudiants réalisant une pair-aidance, de part leur engagement associatif ou universitaire.
- ▶ Un accès facilité et prioritaire aux professionnels de santé mentale universitaires (psychologues, BAPU...) pour l'ensemble des étudiants réalisant de la pair-aidance en raison de la charge émotionnelle que peut représenter leur engagement.
- ▶ L'ouverture de formations dans une démarche préventive par l'université pour tous les étudiants, sur les thématiques suivantes :
 - "Comment bien vivre ses études",
 - "Comment orienter un pair en difficulté vers les bonnes ressources".
- ▶ Le déploiement des dispositifs ERS sur l'ensemble du territoire, avec l'objectif d'assurer une présence sur tous les campus, et d'au minimum deux étudiants engagés par composante.
- ▶ L'intégration des rôles d'Étudiants Relais Santé, Étudiants Sentinelles, et responsables bien-être des associations étudiantes (tels que les vice-présidents aux affaires sociales) dans le Régime Spécial Étudiant (RSE).

1 ÉTUDIANT SUR 2

ont rencontré un patient en situation de mal-être au comptoir.

En pharmacie, l'exposition à la souffrance des autres est réelle. Surtout qu'ils ne s'y attendent pas forcément, contrairement à une professionnel de santé dans un service qui traite des pathologies lourdes comme le cancer. De plus, il a été prouvé que nos neurones miroirs font que, lorsqu'on est exposé à la souffrance d'autrui, ce sont les mêmes zones du cerveau qui s'activent que lors de notre propre souffrance.

MAGALI BRIANE

58,3% des étudiants ayant rencontré une situation de mal-être estiment ne pas avoir été formés.

TANDIS QUE **34%**

estiment être formés grâce à une formation réalisée dans un cadre personnel.

1 ÉTUDIANT SUR 2

ayant été confronté à une situation de mal-être au comptoir a été impacté à fortement impacté.

Dans un contexte de pénurie de professionnels de santé, le pharmacien apparaît comme un acteur central du système de soins, souvent premier recours pour les patients. Face à cette réalité, certaines tâches notamment de santé mentale doivent lui être organisées pour recentrer son action sur des missions à forte valeur ajoutée.

En formant, au plus tôt, les étudiants en pharmacie aux problématiques de santé mentale au comptoir, on protège autant les patients que les soignants.

Témoignages

Difficile de savoir quoi faire quand un patient te dit cash qu'il veut se suicider alors que tu es en stage de 3A ou qu'une ado se met à pleurer car elle est enceinte.

La titulaire a directement pris la patiente en charge et tout s'est bien passé.

On n'est pas formés pour faire face à un patient qui souhaite mettre fin à ses jours, les enseignants sont à des années lumières de ce que peuvent ressentir certains patients, heureusement qu'on est certains à avoir suffisamment souffert pour comprendre le patient et l'aider par la parole.

Un patient m'a annoncé qu'il voulait mettre fin à sa vie avec du Doliprane, je n'ai pas su comment réagir.

Impactée car j'ai eu beaucoup de peine et d'empathie pour ses gens, mais cela m'a confortée dans le choix de mon métier qui va être d'aider les gens au quotidien.

On n'est pas du tout préparé à recevoir un patient qui arrive en pleurant après avoir vu son père mourir et demande de l'aide pour tenir le coup ou à avoir des gens addicts ou violents au comptoir. C'est dur de savoir réagir pour prendre en charge la personne qui vit un moment difficile, de ne pas s'impliquer émotionnellement, ou de savoir se protéger face à des patients qui peuvent être instables.

C'est arrivé plusieurs fois et j'ai su réagir grâce à la formation PSSM. Dans ma formation j'ai pour l'instant pas entendu parler de ce genre de choses et c'est grave je trouve parce que c'est régulier.

Nos propositions pour la pharmacie d'officine

- ▶ Le déploiement dans toutes les officines de fiches-outils, incluant les questionnaires de repérage rapide et les circuits de prise en charge adaptés, notamment via des structures de soins pluriprofessionnelles de santé et validées par la HAS.
- ▶ La formation des pharmaciens à intervenir dans les plans territoriaux de santé mentale (PTSM).
- ▶ La valorisation de l'implication des pharmaciens dans les actions de pair-aidance et de prévention.
- ▶ Inscrire dans la certification périodique des professionnels de santé une évaluation des connaissances en santé mentale et en santé au travail.

Nos propositions pour les futurs pharmaciens

- ▶ La création d'une cellule d'écoute ou de supervision dédiée aux étudiants confrontés à des situations sensibles face à des patients par des professionnels formés à ce sujet, en lien avec les SSU/SSE.
- ▶ La formation des maîtres de stage à l'accueil, au soutien et à la réorientation des étudiants en situation de mal être.
- ▶ L'intégration d'un module obligatoire "Santé mentale et rôle du pharmacien" dans les maquettes dans l'objectif de former à la détection précoce des troubles mentaux chez les patients, à l'écoute active, et à l'orientation vers les professionnels compétents.
- ▶ La généralisation dans toutes les universités des projets de sensibilisation à la santé mentale dans le cadre du service sanitaire.
- ▶ L'introduction de cas pratiques de prise en charge de patients en souffrance psychique dans les stages officinaux et hospitaliers.



LES ÉTUDIANTS FACE AUX DIFFÉRENTS DISPOSITIFS

LES ÉTUDIANTS FACE AUX DIFFÉRENTS DISPOSITIFS



Conscients des problématiques grandissantes de Santé Mentale chez les étudiants, les institutions publiques ont mis en place des dispositifs afin de prévenir et d'accueillir au mieux les problématiques de santé mentale.

A. TABOU DE PRENDRE SOIN DE SOI

58,1%

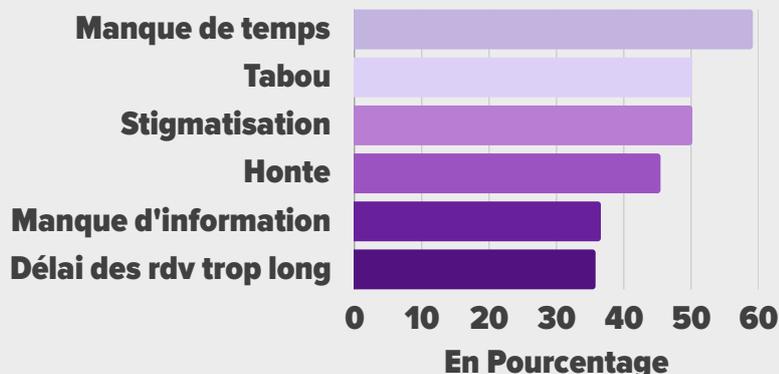
des étudiants ne se sentent pas suffisamment informés sur les aides existantes.

62,1%

des étudiants exprimant un mal-être n'ont pas consulté un professionnel de santé.

Parmis les obstacles pour parler de ce mal-être :

Le manque de temps (59,16%), la stigmatisation (50,18%), le tabou (50,18%) et la honte (45,45%) sont les principaux obstacles que rencontrent les étudiants pour demander de l'aide.



Nos propositions

- ▶ Le lancement de campagnes nationales de sensibilisation à la santé mentale des étudiants, ciblant spécifiquement les étudiants venant en aide à d'autres étudiants afin de mieux faire connaître les dispositifs d'accompagnement existants auprès de ce public.
- ▶ Le lancement de campagnes nationales ciblant la santé mentale des étudiants en santé, pour promouvoir une culture du soin de soi parmi les soignants de demain.
- ▶ La mise en place de campagnes de communication grand public sur la santé mentale, afin de lutter contre les préjugés, et de normaliser le recours à l'accompagnement psychologique.
- ▶ La création d'un Observatoire de la santé mentale des étudiants en santé et son déploiement. , isolement...), en lien avec les SSE (Services de Santé Étudiante).

Témoignages

J'ai pris rendez-vous avec le psy par le dispositif soutien psy, mais je n'ai jamais été remboursé de ma séance.

J'ai contacté ma tutrice POP qui a pris très à cœur la situation.

Je suis allée faire un entretien de soutien psy avec une infirmière. Pour qu'elle m'oriente vers un psy. C'était en novembre. J'ai mis 3 mois à prendre le rdv. C'était super difficile. J'ai deux numéros à appeler. Ça me paraît impossible. C'était déjà tellement dur là je dois tout refaire.

Il faudrait dédramatiser la chose qu'est de voir un psychologue car c'est encore très tabou dans la société actuelle.

Je me suis longtemps appuyé sur mes amis pour essayer d'aller mieux, ils ont pu me donner de précieux conseils quand je n'arrivais pas à sauter le pas pour aller voir un psy.

Gros point positif d'avoir une psy gratuite directement sur le campus, ça aide à sauter le pas plutôt que cogiter à savoir par exemple qu'après les cours il faut aller à un autre endroit trouver une place de stationnement etc alors que là on peut y aller entre 2 cours ou sur le temps du midi, et le fait que ça soit gratuit c'est un point positif.

J'ai réussi à m'exprimer une seule fois mais j'ai pas réussi à reparler à quelqu'un d'autre après. Je me masque devant les autres pour pas que cela se voit quand je sors dehors faire les courses ou à la fac mais je veux mourir.

B. AU NIVEAU DES FACS ET DES UNIVERSITÉS



32,8% des étudiants en pharmacie n'ont pas connaissance des services des universités ou estiment qu'ils n'existent pas.

Le pivot, ce sont les services de santé des étudiants. Ils doivent être pensés à la fois comme ressources de proximité pour les étudiants, mais aussi comme animateurs locaux de la politique de santé mentale dans les formations. Ils pourraient devenir de véritables centres de compétences, avec des contenus de formation, des outils, et des intervenants spécialisés.

ALEXIS BATAILLE-HEMBERT

34,9% des étudiants en pharmacie n'ont pas connaissance des services des facultés ou estiment qu'ils n'existent pas.

La santé mentale est un enjeu majeur pour les jeunes. Bien qu'on pense qu'ils sont plus ouverts sur le sujet, cela reste encore difficile à aborder. Il est essentiel de créer des espaces d'écoute, en formant les étudiants, les pairs, mais aussi les personnels présents dans les lieux de vie comme les bibliothèques universitaires ou les restaurants universitaires.

SOPHIE ROUSSEL

Les universités, UFR et départements de pharmacie constituent les principaux lieux de vie des étudiants en pharmacie. Afin de favoriser un environnement d'études sain, il est essentiel d'y développer des actions en faveur de la santé mentale et de les faire connaître.

La santé mentale doit être l'affaire de tous, en intégrant des dispositifs de sensibilisation, de prévention et de réorientation, dans toutes les composantes universitaires. Tout en s'assurant d'accompagner les personnes mettant en place ces actions.

B. AU NIVEAU NATIONAL : LA CNAÉ

La Coordination Nationale d'Accompagnement des étudiants (CNAÉ), est un dispositif qui vise à accompagner et orienter les étudiants confrontés à des situations de mal-être, de violences ou de discriminations.

En complément de sa ligne d'écoute gratuite et anonyme (0 800 737 800), la CNAÉ a déployé des enseignants référents dans chaque UFR ou département des filières de santé, avec pour mission d'agir localement tout en faisant remonter les problématiques au niveau national.

Malgré son ambition et sa pertinence, le dispositif fait face à plusieurs limites. Le numéro d'écoute reste largement méconnu des étudiants, et le suivi des référents locaux apparaît aujourd'hui insuffisant, voire inexistant. Convaincue du potentiel de la CNAÉ, mais préoccupée par ses dysfonctionnements actuels, l'ANEPF appelle à une refonte du dispositif pour en garantir l'efficacité, la visibilité et la pérennité au service des étudiants en pharmacie.

Nos propositions pour la CNAE

- ▶ Encadrer, par arrêté, la Coordination nationale d'accompagnement des étudiantes et étudiants (CNAÉ) en fixant clairement ses missions, ses obligations en tant que service public, sa gouvernance, ainsi que des indicateurs d'évaluation et de performance. Cet encadrement doit également permettre l'existence de voies de recours en cas de manquements graves.
- ▶ La mise à jour de la liste des référents CNAÉ au niveau local, en instaurant leur élection lors des conseils d'UFR, avec un renouvellement annuel.
- ▶ La création et la mise à disposition d'un protocole de signalement accessible à tous les étudiants dans les cellules d'écoute en cas de difficulté rencontrées au niveau du référent CNAÉ.
- ▶ L'intervention des représentants CNAÉ en début d'année universitaire dans les facultés, pour présenter les dispositifs existants, sensibiliser aux enjeux de santé mentale, et informer sur les relais locaux.

CONCLUSION

Malgré tous ces obstacles, aujourd'hui je vais très bien c'est une grande fierté et en plus je suis fière de mon futur métier.

Cette enquête met en lumière un état de santé mentale préoccupant chez les étudiants en pharmacie. Une proportion importante de ces étudiants fait face à des problématiques de mal-être. Ces chiffres ne sont pas qu'une statistique : ils révèlent des souffrances qui impactent directement le quotidien de chacun de ces étudiants, tant sur le plan personnel que professionnel.

De plus, nombre d'étudiants ne savent pas vers qui se tourner ou ignorent les structures disponibles, renforçant le risque de renfermement en cas de mal-être. Il est crucial de lever ces tabous, de normaliser la discussion autour de la santé mentale et de rendre les ressources plus accessibles et visibles. Les structures d'aide se doivent d'adapter, sur leur terrain, leur fonctionnement aux réels besoins des étudiants.

La formation peut parfois placer très tôt les étudiants en pharmacie dans des situations lourdes, qu'il s'agisse de prendre en charge des patients souffrant de troubles psychiques ou en détresse psychologique.

Dans ces situations, l'absence de soutien de l'équipe, de formation sur la gestion de ses propres émotions face à la souffrance ou sur la prise en charge et l'orientation du patient, peut impacter de façon permanente un étudiant.

La filière pharmacie peut vraiment être un pilier dans la démocratisation de la santé mentale. Avec une bonne formation et une sensibilisation efficace les étudiants en pharmacie peuvent réellement contribuer à sensibiliser la population à cette question/problématique.

Les étudiants eux-mêmes sont aussi des acteurs de la santé mentale de leurs pairs : les former et les sensibiliser est indispensable. Ils attendent des réponses concrètes : un accès simplifié aux aides, un cadre d'études plus sain, et une reconnaissance institutionnelle à la hauteur des enjeux.

Les demandes des étudiants sont claires : améliorer l'accès aux ressources d'aide, rendre la prise en charge plus accessible, visible et immédiate, et créer un environnement académique plus sain, où la santé mentale est une priorité. La reconnaissance de ces problématiques par les institutions est essentielle pour permettre aux étudiants de se sentir soutenus et pour leur garantir un cursus plus serein, contribuant à la formation de futurs professionnels de santé acteurs dans la prise en charge et la prévention des problématiques de santé mentale.

**NOUS APPELONS À
UNE MOBILISATION
COLLECTIVE.**

CONTACT



VALENTIN MASSERON

PORTE PAROLE

presse@anepf.org

06 58 01 35 51

CLÉMENCE TARRILLON
VICE-PRÉSIDENTE EN CHARGE
DES AFFAIRES SOCIALES

affaires.socials@anepf.org

06 28 54 55 89

