

Titre du résumé : Addiction à l'exercice physique en lien avec la santé mentale et la pratique professionnelle des internes en médecine de France.

Co-auteurs : P.Pruvost ¹, A.Dervaux^{2,3,4}, M.Guillou ^{5,6,7}, B.Angerville ^{2,3,4}

1. Université de Paris Cité, Faculté de Santé UFR de Médecine, Paris 75006, France
2. EPS Barthélémy Durand Etampes 91150 (Essonne), France
3. Laboratoire de recherche PSYCHOMADD, Centre Hospitalier Paul Brousse, Villejuif 94800, France
4. Université Paris Saclay, Faculté de médecine Centre Hospitalier Kremlin-Bicêtre 94270., France
5. Centre Hospitalier Régional Universitaire de Brest 29200, France
6. Unité de recherche SPURBO, Université de Bretagne Occidentale, Brest 29238, France
7. Université de Bretagne Occidentale, Faculté de médecine et sciences de la Santé Brest 29238, France

Auteur principal : Pierre Pruvost, Faculté de Santé UFR de Médecine, Université Paris Cité, 75006 Paris, France, pierre.pruvost@etu.u-paris.fr

Introduction : Les internes en médecine font face à une charge de travail importante, de fortes responsabilités et un vécu émotionnel intense. La pratique d'activités physiques peut améliorer la santé et constituer une stratégie de gestion du stress. Cependant, cette pratique peut devenir problématique voire addictive (bigorexie). A notre connaissance, aucune étude n'a évalué la fréquence de la dépendance à l'exercice physique chez les internes de médecine français.

Objectifs : L'objectif principal était de déterminer la fréquence de l'addiction à l'exercice physique chez ces internes. Les objectifs secondaires incluaient l'évaluation de variables associées telles que les conditions de travail et les symptômes anxieux et dépressifs.

Matériels et méthodes : Une étude descriptive et transversale a été menée à l'aide d'un questionnaire anonyme en ligne diffusé entre le 23 mai et le 10 juillet 2024 via les réseaux sociaux comprenant l'EDS-R (Exercice Dependence Scale-Revised) pour mesurer la dépendance à l'exercice et l'HADS (Hospital anxiety and depression scale) pour évaluer l'anxiété et la dépression.

Résultats et conclusions : 840 internes ont accédé au questionnaire dont 503 (60%) ont répondu complètement. Parmi les 67 participants ayant complété l'EDS-R, 4 % avaient des scores indiquant une dépendance à l'exercice, représentant 0,6 % de l'échantillon. 23 % de l'échantillon avait des scores HADS-A ≥ 11 suggérant un trouble anxieux et 6 % avait des scores HADS-D ≥ 11 suggérant un trouble dépressif. De plus, 98 % des internes ont rapporté des symptômes de mal-être psychique durant leur internat. Ces résultats suggèrent des fréquences d'anxiété et de dépression plus faibles que celles observées dans d'autres populations similaires. Enfin, il apparaît important de promouvoir l'accès aux soins psychiatriques et addictologiques chez les sujets ayant des scores élevés à l'EDS-R.

Liens d'intérêts : Aucun lien d'intérêt n'a été déclaré par les différents auteurs concernant ce travail.