



# ASSEMBLÉE NATIONALE

15ème législature

## Rythme biologique des étudiants

Question écrite n° 43482

### Texte de la question

Mme Corinne Vignon appelle l'attention de Mme la ministre de l'enseignement supérieur, de la recherche et de l'innovation sur le fonctionnement des établissements relevant de sa compétence. Les positionnements convergeant de chronobiologistes, scientifiques, chercheurs et médecins sur le constat que les jeunes ont tendance, de par leurs rythmes de vie, leurs obligations professionnelles et scolaires et leurs vies sociales à retarder l'heure à laquelle ils s'endorment. Il n'est plus à nier que les jeunes adultes ont un endormissement plus tardif soumis à une plus grande sensibilité à la lumière vespérale entre 17 et 25 ans. La consommation des écrans se rajoute au problème. Le matin, ils ont objectivement les mêmes contraintes qu'un travailleur en matière de transport pour définir leur heure de réveil. Leur comportement intrinsèque les place en restriction de sommeil, induisant une altération de leur performance scolaire et de multiples pathologies qui affectent leur santé présente et avenir et diminue leur espérance de vie. Le corps médical semble se rejoindre sur un traitement qui ne méprise pas les coutumes, qui s'adapte aux obligations, sans charge financière pour la nation, en décalant d'une heure le début des cours. Aussi, elle souhaiterait savoir si le ministère a déjà été destinataire d'un rapport en la matière, si des expérimentations ont été menées et si le Gouvernement entend se pencher sur ce sujet.

### Données clés

**Auteur :** [Mme Corinne Vignon](#)

**Circonscription :** Haute-Garonne (3<sup>e</sup> circonscription) - La République en Marche

**Type de question :** Question écrite

**Numéro de la question :** 43482

**Rubrique :** Santé

**Ministère interrogé :** [Enseignement supérieur, recherche et innovation](#)

**Ministère attributaire :** [Enseignement supérieur et recherche](#)

### Date(s) clé(s)

**Question publiée au JO le :** [11 janvier 2022](#), page 132

**Question retirée le :** 21 juin 2022 (Fin de mandat)