

Chez la majorité des jeunes atteints d'un trouble alimentaire, la maladie est survenue après un régime.

**66 % DES JEUNES** de 12 à 17 ans sont insatisfaits de leur poids et désirent être plus minces.

**6 % DES JEUNES** souffrent, soit d'anorexie ou de boulimie ce qui place les troubles alimentaires au 3<sup>e</sup> rang des maladies chroniques chez les adolescentes et les adolescents.

Les jeunes éprouvent le **BESOIN DE PARLER** de leur trouble alimentaire, mais ont le sentiment que leurs proches ne pourront les comprendre et les aider.

L'anorexie débute vers l'âge de 12 ou 13 ans, tandis que la boulimie commence plutôt vers 17 ou 18 ans.



# Les troubles alimentaires et les jeunes

## LES TROUBLES DE CONDUITE ALIMENTAIRE

### Anorexie

Les personnes atteintes d'anorexie éprouvent et adoptent un comportement caractérisé par une obsession de la minceur, un faible poids et d'importantes restrictions alimentaires qui leur procure un sentiment de contrôle.

### Accès hyperphagique

Les personnes atteintes d'accès hyperphagique vivent à répétition des épisodes incontrôlables de consommation de grandes quantités de nourriture.

### Boulimie

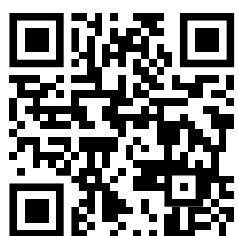
Les personnes atteintes de boulimie souffrent de compulsions alimentaires accompagnées d'une obsession de la minceur. Les épisodes de compulsions alimentaires sont compensés par des vomissements provoqués, l'utilisation de laxatifs, des jeûnes ou de l'exercice excessif.

### Bigorexie

Les personnes atteintes de bigorexie ont l'impression d'être trop minces ou jamais assez musclées. Ce trouble alimentaire touche plus particulièrement les hommes et les personnes dans le milieu sportif qui peuvent s'imposer des règles strictes face à l'alimentation, à l'entraînement (surentraînement) et à la prise de suppléments. Elles peuvent éprouver des sentiments de culpabilité et de honte lorsqu'elles ne réussissent pas à suivre leurs entraînements. Les loisirs et moments de détente peuvent être mis de côté au profit des entraînements.

### Orthorexie

Les personnes atteintes d'orthorexie sont obsédées par l'alimentation saine. Les personnes souffrant de ce trouble alimentaire mettront beaucoup d'énergie à choisir les aliments et à les préparer. Elles peuvent également vivre de l'isolement social en raison de l'aspect excessif de leurs comportements.



Prenez part  
au mouvement  
le 6 avril 2022!

**PARTICIPEZ!**

[anebados.com/a-bas-les-troubles-alimentaires](https://anebados.com/a-bas-les-troubles-alimentaires)



Pour de plus amples renseignements,  
contactez [info@anebquebec.com](mailto:info@anebquebec.com)

**aneb35**  
ans  
Anorexie et boulimie Québec

#abaslesta @anebquebec