



À bas les troubles alimentaires

Prenez part
au mouvement!

5 avril
2023

MYTHES

OU

RÉALITÉS

A

Les hommes ne sont pas touchés par les troubles alimentaires.

B

La personne qui souffre d'un trouble alimentaire est en dessous de son poids santé.

C

La personne qui souffre d'un trouble alimentaire ne mange pas.

D

Forcer une personne qui souffre d'un trouble alimentaire à manger va l'aider.

E

La cause des troubles alimentaires est la pression de la société et les images véhiculées dans les médias.

F

Un trouble alimentaire, c'est pour toute la vie!

G

La personne qui souffre d'un trouble alimentaire se sent seule et incomprise.



À bas les troubles alimentaires

Prenez part
au mouvement!

5 avril
2023

RÉPONSES

A

Mythe : Les troubles alimentaires sont souvent associés aux femmes, mais les études évaluent à 10 % le pourcentage d'hommes parmi les personnes qui souffrent de troubles alimentaires, soit 1 homme pour 9 femmes.

B

Mythe : Les personnes souffrant de troubles alimentaires ne sont pas toutes en sous-poids, contrairement à ce que l'on peut penser. Une personne peut donc sembler en parfaite santé à première vue et pourtant souffrir d'un trouble alimentaire.

C

Mythe : Il est vrai que l'anorexie se caractérise par une privation de nourriture. Cependant, un trouble alimentaire peut impliquer d'autres comportements mal adaptés, comme la compulsions alimentaires et l'utilisation de moyens compensatoires visant la perte de poids ou le contrôle excessif de son alimentation.

D

Mythe : Forcer une personne aux prises avec un trouble alimentaire à manger risque d'augmenter son stress et de l'inciter à développer d'autres méthodes de contrôle. Le fait d'inciter la personne à manger, de la forcer ou encore de lui offrir des récompenses ne mènera à rien.

E

Mythe : Les images de corps de femmes et d'hommes présentées dans les médias ainsi que la pression de la société à correspondre à un idéal de beauté font partie des facteurs de risques de développement d'un trouble alimentaire, mais ils ne sont pas les seuls. Les troubles alimentaires sont multifactoriels.

F

Mythe : Plusieurs facteurs peuvent influencer le rétablissement ou le maintien d'un trouble alimentaire. La durée et le succès du rétablissement varient d'une personne à l'autre.

G

Réalité : Les personnes souffrant d'un trouble alimentaire se sentent en effet souvent seules et incomprises par leurs amis et leurs proches. Les proches peuvent aussi se sentir exclus de la vie de la personne malade et se sentir impuissants.

aneb

Anorexie et boulimie Québec
#abaslesta @anebquebec