

ANALYSE

FPS - 2016

Anorexie mentale : pourquoi
les filles sont-elles plus
concernées ?



Femmes Prévoyantes Socialistes
www.femmesprevoyantes.be



Céline Orban,
Chargée de projets OLISa, réseau SOLIDARIS

Editrice responsable: Carmen Castellano, Place St-Jean, 1-2, 1000 Bruxelles.
Tel : 02/515 04 01



Introduction

Texte A travers cette analyse, nous allons essayer de comprendre pourquoi les jeunes filles sont plus concernées¹ que les garçons par l'anorexie mentale. Nous allons pour ce faire nous pencher sur l'influence des médias. A partir de diverses données, nous verrons que les images féminines représentées dans les médias ont des conséquences négatives pouvant déboucher sur le développement d'un trouble alimentaire.

Anorexie mentale : de quoi s'agit-il ?

Evacuons d'emblée une confusion qui pourrait se porter à notre lecteur: anorexie mentale et anorexie (tout court) sont deux choses différentes. L'anorexie est une perte de l'envie de manger. Il s'agit d'un symptôme dans de nombreuses maladies comme le cancer, certaines infections virales, des maladies de l'intestin², etc. L'anorexie mentale est un trouble mental et plus précisément un trouble des conduites alimentaires ou « TCA ». Dans son « Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux », plus communément appelé « DSM » pour « Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders », la Société américaine de psychiatrie décrit et classifie les troubles mentaux dont un chapitre est consacré aux TCA. Parmi ces troubles, nous retrouvons l'anorexie mentale donc, mais la boulimie également. L'un et l'autre présentent une série de différences, mais de nombreuses similarités aussi. A travers cette analyse, nous faisons un focus sur l'anorexie mentale, même si certains constats peuvent valoir pour la boulimie.

Les troubles des conduites alimentaires se caractérisent par des perturbations graves du comportement alimentaire. Selon le DSM 5³, les caractéristiques de l'anorexie mentale sont les suivantes :

- Refus de maintenir le poids corporel au niveau ou au-dessus d'un poids minimum normal pour l'âge et pour la taille ;
- Peur intense de prendre du poids ou de devenir gros, alors que le poids est inférieur à la normale ;
- Altération de la perception du poids ou de la forme de son propre corps, influence excessive du poids ou de la forme corporelle sur l'estime de soi ou déni de la gravité de la maigreur actuelle ;
- Et, chez les femmes post-pubères, aménorrhée, c'est-à-dire absence d'au moins trois cycles menstruels consécutifs.

¹ Godart , Perdereau, Jeammet, 2004

² « Anorexie mentale et boulimie. Brochure à l'attention des parents », Mutualité Socialiste, 2014.

³ « 5 » parce qu'il s'agit de la cinquième édition du DSM, la dernière, publiée en 2013.



Comme nous pouvons le lire, les personnes anorexiques présentent un poids très bas, sont obnubilées par celui-ci et se trouvent « grosses » malgré une maigreur indéniable. L'absence de règles est remise en question par certains spécialistes dans le sens où elles peuvent être rendues « artificielles » par l'usage d'un contraceptif.

L'anorexie touche dans 9 cas sur 10 les femmes et commence généralement au milieu ou à la fin de l'adolescence : de 14 à 18 ans⁴. Si l'estimation de la prévalence⁵ de l'anorexie varie en fonction des études, les chiffres de prévalence en fin d'adolescence et au début de l'âge adulte se situent tous entre 0,5 et 1 % des filles⁶. L'incidence⁷ de l'anorexie est mal connue, puisqu'elle varie en fonction des sources de recueil des données. On parle de 1 à 12 pour 100 000 sujets par an.

Pourquoi les filles sont-elles plus concernées ?

Selon de nombreux auteurs⁸, l'univers médiatique serait en partie responsable. La plupart des filles y sont minces, les garçons quant à eux sont musclés. Ces images influencent la perception que les filles ont de leur corps et peut avoir pour conséquence chez certaines une insatisfaction par rapport à leurs formes. Plusieurs données viennent à l'appui de cette théorie. L'enquête HBSC⁹, pour « Health Behaviour in School-Aged Children » ou « Comportements de santé des enfants en âge d'aller à l'école », montre que les filles sont plus nombreuses que les garçons à se trouver un peu ou beaucoup trop grosses et cet écart s'accroît avec l'âge. Nous pouvons le voir sur le schéma ci-dessous qui représente l'image de soi des jeunes par genre (« G » pour les garçons, « F » pour les filles) et par âge.

⁴ Simon, 2008 ; Scheen, 1999

⁵ A savoir, le nombre de personnes actuellement malades par an.

⁶ Godart, Perdereau et Jeammet, 2004

⁷ A savoir, le nombre de nouveaux cas par an.

⁸ Simon-Baïssas I., « L'anorexie, la boulimie, les troubles du comportement alimentaire : contexte socio-culturel. Idées reçues/réalités », PPT présenté lors d'une journée-débat organisée le 15 mars 2016 par la Clinique La Ramée (réseau EPSYLON), le Centre Hospitalier Le Domaine (ULB) et l'association de parents MIATA intitulée « L'Anorexie, la Boulimie, les Troubles du Comportement Alimentaire »

⁹ Moreau N., de Smet P., Godin I. La santé des élèves de l'enseignement secondaire : résultats de l'enquête HBSC 2010 en Fédération Wallonie- Bruxelles. Service d'Information Promotion Éducation Santé (SIPES), ESP-ULB, Bruxelles, février 2013.

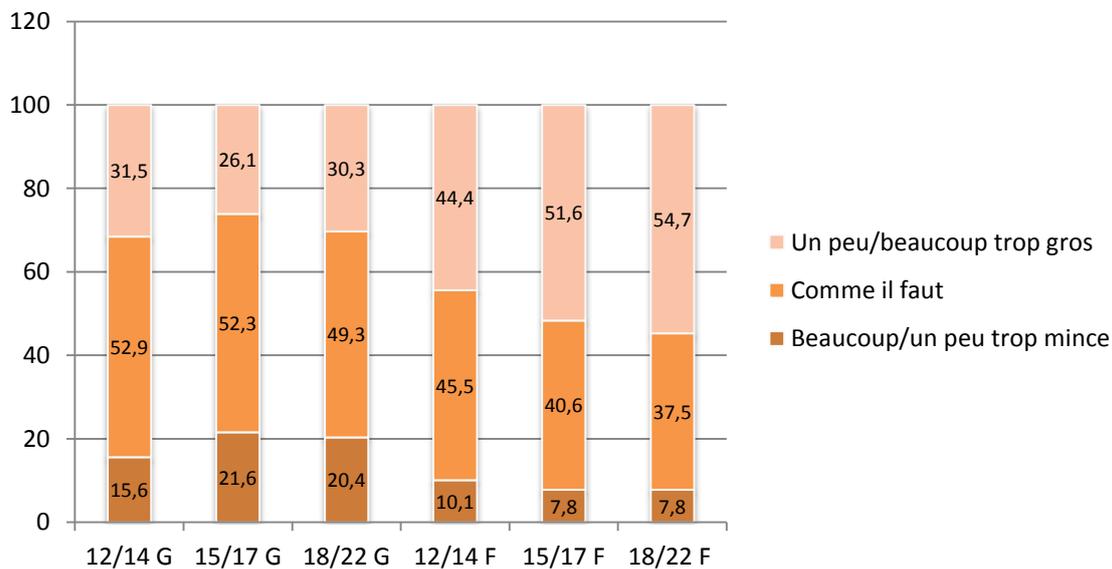


Figure 1 Image de soi par genre et par âge en %

Cette enquête nous apprend également que la pratique d'un régime aminçissant est deux fois plus fréquente parmi les filles que les garçons. Une étude réalisée dans les Iles Fidji au moment de l'arrivée de la télévision par satellite en 1995 a notamment démontré qu'avant 1995 (avant l'arrivée de la télévision donc), les régimes étaient pratiquement inexistantes et les Fidjiens valorisaient les rondeurs. En 1998, 74 % des jeunes filles se trouvaient trop grosses et 62 % étaient au régime¹⁰. Force est de reconnaître l'influence de la télévision (dans ce cas) sur les filles et sur la perception de leur corps. Il a été démontré que dans les séries télévisées, 33 % des actrices étaient maigres. Dans la réalité, 2 % des femmes le sont¹¹. Cela signifie que nous nous identifions à des images qui ne correspondent pas à la réalité. Celles-ci sont d'autant plus trompeuses que 99 % des photos des magazines sont retouchées. Et pour nous faire croire que les filles représentent une certaine normalité, elles sont amincies, mais les traces de maigreur (os saillants par exemple) sont effacées.

Par ailleurs, les magazines associeraient la minceur à la santé. Pour nous en convaincre, nous avons mené une recherche rapide dans Google Images à partir des termes « magazine santé juillet 2016 ».

¹⁰ Becker A., Burwell R., Herzog D., Hamburg P., Gilman S., "The Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls", *British Journal of Psychiatry* 180 (6), 509-514, 2002

¹¹ Simon-Baïssas I., « L'anorexie, la boulimie, les troubles du comportement alimentaire : contexte socio-culturel. Idées reçues/réalités », PPT présenté lors d'une journée-débat organisée le 15 mars 2016 par la Clinique La Ramée (réseau EPSYLON), le Centre Hospitalier Le Domaine (ULB) et l'association de parents MIATA intitulée « L'Anorexie, la Boulimie, les Troubles du Comportement Alimentaire »

Voici le résultat imagé que nous avons obtenu :



Figure 2 Recherche dans Google Images le 13 juillet à 09h05 : "Magazine santé juillet 2016"

Que nous disent les couvertures ? Tout d'abord, les onze couvertures illustrent des femmes. Les thèmes « corps » « alimentation » sont présents sur chacune d'entre elles. Sur les onze couvertures, six consacrent leur titre principal au thème « minceur/régime » :

- A. « Mincir tout de suite », Santé magazine
- B. « - 4 kilos en 15 jours », Santé magazine
- C. « S'affiner du bas... mais oui, on peut ! », Top santé
- D. « Mincir sans efforts », Féminin santé
- E. « - 3 kilos en 2 semaines avec les bonnes associations d'aliments », Santé magazine
- F. « Mincir tout de suite ! 30 solutions qui marchent vraiment », Santé magazine

Trois autres couvertures consacrent un encadré à ce thème :

- A. « Ventre plat. Nos valeurs sûres pour perdre 1 kilo », Santé revue
- B. « Ventre plat. Bien associer les aliments », Pratique santé
- C. « Kilos en trop. Retrouver son poids de forme », Santé seniors

Une couverture fait référence à une bonne nutrition : « Savoir bien manger », Hors-série de Santé magazine et une autre au corps : « Mon corps comme j'aime », Top santé. Si nous nous penchons sur les titres, quatre des six premières couvertures citées proposent de perdre du poids rapidement (A, B, E et F). Les deux autres font référence à la facilité du régime (C et D). Sur les trois titres en encadré, deux portent sur la perte de poids (A et C) et le troisième lie les thèmes « minceur et alimentation » (B). Si cette recherche n'a pas de valeur scientifique, elle pose tout de même des constats intéressants: omniprésence du thème « corps/alimentation » en première de couverture,



illustration féminine systématique et rapidité de la perte de poids suggérée. Nous savons par ailleurs que les régimes ont des conséquences désastreuses : perte de la masse musculaire et du capital osseux, instabilité de l'humeur et souvent, reprise de poids. Ces kilos repris diminuent encore davantage l'estime qu'ont les jeunes filles d'elle-même et de leur corps. Elles recommencent donc un régime et ainsi de suite. Si la minceur est associée à la santé, elle serait aussi gage de réussite, de succès professionnel et de contrôle de soi ; tandis que l'obésité serait considérée comme un manque de volonté et de la passivité. C'est toute une « idéologie valorisatrice » qui entoure la minceur. Ne félicite-t-on pas quelqu'un qui a perdu quelques kilos ?

La société pousse à la minceur et la valorise même. Les filles se comparent aux images proposées dans les médias et développent *de facto* une insatisfaction pour leur propre corps. Une jeune fille insatisfaite de son corps commence un régime et la spirale infernale est enclenchée. En effet, les troubles alimentaires dont l'anorexie commencent souvent par un simple régime !

Conclusion

C'est donc sur les images qui nous sont données à voir qu'il faut agir. En 2007, à l'initiative de Catherine Fonck, Ministre de l'Enfance, de l'Aide à la Jeunesse et de la Santé à l'époque, une Charte pour lutter contre l'anorexie mentale et troubles apparentés avait été proposée à l'attention du monde de la mode et signée par une série de magazines et agences de mode¹². En 2013, une proposition de résolution visant à mieux prévenir et combattre l'anorexie mentale a été déposée par une série de députés¹³. Celle-ci souhaitait notamment évaluer et actualiser la Charte et formaliser des engagements à prendre en la matière afin de pouvoir en assurer le suivi. Ces initiatives sont positives, mais elles doivent être contraignantes et réellement suivies de faits. En France, plus récemment, une loi contre la maigreur excessive des mannequins a été votée. Elles devront disposer d'un certificat médical attestant de leur bon état de santé (évalué par l'IMC¹⁴) pour pouvoir défiler. Egalement, les photographies de mannequins dont l'apparence corporelle a été modifiée (afin d'affiner ou d'épaissir leur silhouette) devront être accompagnées de la mention « Photographie retouchée ». Voilà qui pourrait peut-être inspirer nos législateurs...

¹² New Models Agency, Dominique Models Agency, Claudia Trucco, C'est Chic Agency, Elle Belgique, Lou, Comstrat, Point Virgule, Flair, Femmes d'Aujourd'hui, Fast, Lowe, Victoire, Weekend Le Vif/L'Express, Green Models Agency

¹³ Graziana Trotta, Jacques Morel, André Du Bus De Warnaffe, Olga Zihren, Yves Reinkin et Julie De Grootte

¹⁴ A savoir, l'indice de masse corporelle.



Bibliographie

- Becker A., Burwell R., Herzog D., Hamburg P., Gilman S., “The Eating behaviours and attitudes following prolonged exposure to television among ethnic Fijian adolescent girls”, *British Journal of Psychiatry* 180 (6), 509-514, 2002.
- Cohen A., « Le médecin généraliste face aux troubles alimentaires, retour d’expérience », PPT présenté lors d’une journée-débat organisée le 15 mars 2016 par la Clinique La Ramée (réseau EPSYLON), le Centre Hospitalier Le Domaine (ULB) et l’association de parents MIATA intitulée « L’Anorexie, la Boulimie, les Troubles du Comportement Alimentaire »
- Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5, F50.0 [307.1] Anorexie mentale (Anorexia nervosa), 675-690
- Godart N., Perdereau F., Jeammet P., « Données épidémiologiques : anorexie chez l’adolescent », *Journal de pédiatrie et de puériculture* 17, 327–330, 2004
- Moreau N., de Smet P., Godin I. « La santé des élèves de l’enseignement secondaire : résultats de l’enquête HBSC 2010 en Fédération Wallonie- Bruxelles », Service d’Information Promotion Éducation Santé (SIPES), ESP-ULB, Bruxelles, 2013.
- Scheen A.J., « L’anorexie mentale, une maladie grave spécifique de la femme jeune », *Rev Med Liège*, 54 : 4, 255-261, 1999
- Simon Y., « Épidémiologie et facteurs de risque psychosociaux dans l’anorexie mentale », *Nutrition clinique et métabolisme* 21, 137–142, 2008
- Simon-Baïssas I., « L’anorexie, la boulimie, les troubles du comportement alimentaire : contexte socio-culturel. Idées reçues/réalités », PPT présenté lors d’une journée-débat organisée le 15 mars 2016 par la Clinique La Ramée (réseau EPSYLON), le Centre Hospitalier Le Domaine (ULB) et l’association de parents MIATA intitulée « L’Anorexie, la Boulimie, les Troubles du Comportement Alimentaire ».

QUI SOMMES-NOUS ?

Nous sommes un mouvement féministe de gauche, laïque et progressiste, actif dans le domaine de la santé et de la citoyenneté. Regroupant 10 régionales et plus de 200 comités locaux, nous organisons de nombreuses activités d'éducation permanente sur l'ensemble du territoire de la Fédération Wallonie-Bruxelles.

En tant que mouvement de pression et de revendications politiques, nous menons des actions et militons pour les droits des femmes: émancipation, égalité des sexes, évolution des mentalités, nouveaux rapports sociaux, parité, etc.

Nous faisons partie du réseau associatif de Solidaris. En tant que mouvement mutualiste, nous menons des actions et militons contre les inégalités de santé.

Toutes nos analyses et nos études sont disponibles sur notre site :

www.femmesprevoyantes.be



Avec le soutien de :

