HAL open science

Orthorexie et obésité : Dispositif pour une éducation thérapeutique du patient

Marie Dajon, Jean-Luc Sudres

To cite this version:

Marie Dajon, Jean-Luc Sudres. Orthorexie et obésité : Dispositif pour une éducation thérapeutique du patient. 7ème Congrès de la Société d'Education Thérapeutique Européenne (SETE), May 2019, Toulouse, France. hal-03170010

HAL Id: hal-03170010

https://univ-tlse2.hal.science/hal-03170010

Submitted on 15 Mar 2021

HAL is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

Distributed under a Creative Commons Attribution - NonCommercial - NoDerivatives 4.0 International License

Orthorexie et obésité :
Dispositif pour une éducation thérapeutique du patient

Marie DAJON & Jean-Luc SUDRES
Laboratoire CERPPS
Université Toulouse 2 Jean Jaurès

Revue de la littérature : les liens entre orthorexie et obésité

ORTHOREXIE

Obsession de la nourriture saine

(Bratman, 1997)

Corrélation positive : l'augmentation des symptômes orthorexiques correspondrait à un IMC plus élevé

(Aksoydan & Camci, 2009 ; Asil & Surucuoglu, 2015 ; Fidan *et al.*, 2010 ; Stochel *et al.*, 2013)

Effet du sexe : plus de risques de développer des symptômes orthorexiques chez les hommes obèses (Oberle, Samaghabadi, Hughes, 2017)

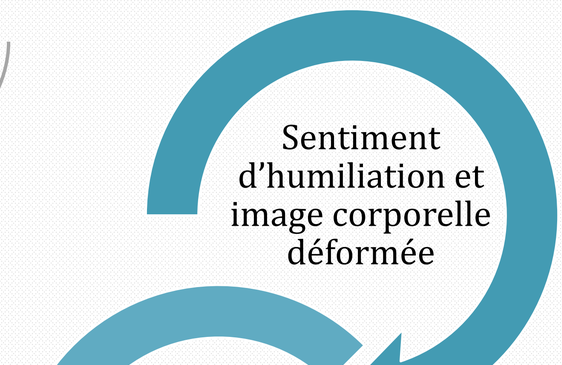
Prédiction : un IMC élevé associé à d'autres variables peut prédire le comportement orthorexique

(Arusoglu *et al.*, 2008)

L'IMC d'après l'OMS (1995)

IMC	Interprétation
Moins de 16,5	Dénutrition / anorexie
De 16,5 à 18,5	Maigreur
De 18,5 à 25	Poids idéal
De 25 à 30	Surpoids
De 30 à 35	Obésité modérée
De 35 à 40	Obésité sévère
Plus de 40	Obésité morbide

Facteurs explicatifs



Thérapie groupale brève : trame expérimentale des séances

Séance 1
- Thème : les croyances alimentaires
- Exercice : *brainstorming* sur les représentations face à l'alimentation
- Temps de construction sur les vérités alimentaires et application à la vie de tous les jours
- La recommandation de la semaine : phrase ou proverbe qui émerge de la séance

Séance 2
- Thème : les comportements alimentaires obsessionnels
- Exercice : relaxation / méditation pour apprendre à maîtriser le *craving* alimentaire
- Temps de construction sur les comportements alimentaires problématiques et application
- La recommandation de la semaine : phrase ou proverbe qui émerge de la séance

Séance 3
- Thème : les conséquences affectives et somatiques
- Projection de petits films à visée psychoéducative
- Temps de construction autour des conséquences de la maladie et application
- La recommandation de la semaine : phrase ou proverbe qui émerge de la séance

Séance 4
- Thème : l'impact social
- Exercice : jeu de rôle sur les interactions sociales
- Temps de construction autour de la perturbation des relations sociales et application
- La recommandation de la semaine : phrase ou proverbe qui émerge de la séance

Séance 5
- Thème : mise en synthèse et *debrief*
- Exercice : faire une fresque à partir de dessins et d'écritures des participants
- Discussion et évaluation des séances

Contacts

marie.dajon@univ-tlse2.fr
jeanlucsudres@univ-tlse2.fr