Les comportements orthorexiques et les maladies chroniques

Pourquoi étudier les comportements orthorexiques ?

L'orthorexie est un nouveau comportement alimentaire caractérisé par un intérêt pour une alimentation saine. Les études récentes ont distingué l'orthorexie saine de l'orthorexie pathologique, caractérisée comme une obsession extrême pour une alimentation saine. Alors que cette dernière peut mener à de la malnutrition, une altération du fonctionnement social et du bien-être psychologique, l'orthorexie saine est récemment proposée comme un comportement alimentaire adapté et de protection contre les troubles de l'alimentation.

Pourquoi les maladies chroniques ?

La distinction entre ces deux dimensions de l'orthorexie étant très récente, la différence des facteurs susceptibles de les induire ou d'influencer leurs développements est très peu connue. Par exemple, l'alimentation saine est un élément important de la prise en charge de certaines maladies chroniques (cancer, diabète de type 2, hypertension, maladies cardiovasculaires, etc.). Certains régimes « bon pour la santé » sont souvent conseillés voire prescrits par les autorités de santé aux personnes atteintes de ces maladies. Or, l'orthorexie (saine ou pathologique) n'a jamais été étudiée dans le cadre de ces maladies nécessitant un suivi diététique précis et régulier.

Comment procédons-nous ?

Un questionnaire en ligne est diffusé aux participants qui sont ensuite répartis en groupes en fonction de la présence ou non des maladies chroniques. Ces questionnaires visent à évaluer différentes variables (comportements orthorexiques, estime de soi, symptômes anxio-dépressifs, motivations influençant les choix alimentaires, l'alimentation intuitive, la flexibilité alimentaire, types et modalités des régimes suivis, etc.).

Que saurons-nous après l'étude ?

Notre projet vise à évaluer et à comparer la présence des comportements orthorexiques (sains et/ou pathologiques) chez les personnes « saines » et celles atteintes des maladies chroniques, ainsi qu'à examiner le rôle des variables étudiées et des régimes médicalement prescrits dans le développement et l'évolution de ces comportements.

Les résultats obtenus pourront être utiles pour la mise en place des moyens de prévention ou des prises en charge des comportements orthorexiques pathologiques chez les individus affectés par des maladies chroniques.

projet est mené par Ecem Yakın, Patrick Raynal et Henri Chabrol.