



L'ACTUALITÉ
POUR LES JEUNES

FICHE PÉDAGOGIQUE

SÉRIE : TROUBLES | Grandir avec un trouble du comportement alimentaire

PUBLICATION : 30 JANVIER 2023

NOTE : Il est fort probable qu'un.e ou plusieurs de vos élèves soient touché.e.s par un TCA. [Voici quelques conseils](#) et [une liste de livres](#) ressources pour vous aider.

VIDÉO
VIDÉO
VIDÉO
VIDÉO
VIDÉO
VIDÉO



CLIQUEZ SUR L'IMAGE POUR VISIONNER LA VIDÉO



QUESTIONS DE DISCUSSION

Visionnez la série. Discutez ensuite des questions suivantes.

1. Quelles informations sur les troubles du comportement alimentaire (TCA) étaient nouvelles pour toi?
2. Quelles autres informations aurais-tu voulu découvrir sur ce sujet?
3. Quelles émotions as-tu ressenties pendant le visionnement?
4. Dans le premier épisode, on voit la statistique suivante : « Depuis mars 2020, les hospitalisations pour troubles alimentaires chez les filles de 10 à 17 ans ont augmenté de près de 60 % au Canada. »
 - a. À ton avis, comment est-ce que la pandémie aurait provoqué cette hausse?
 - b. Est-ce que cette hausse serait liée à d'autres événements ou facteurs?
5. Comment la dénutrition peut affecter le fonctionnement de notre cerveau?*
6. Est-ce que tu peux te mettre dans la peau des personnes présentées dans la série, dont les jeunes ayant souffert d'un TCA?
 - a. Comment se sentent-ils, à ton avis?

- b. Pense aux **proches** dans la série (parents, ami.e.s, frères et sœurs, médecins).
Selon toi, quelles sont les **meilleures façons de soutenir quelqu'un** touché par un trouble alimentaire?
7. Est-ce qu'un **témoignage** ou un **propos** en particulier t'a marqué.e? Pourquoi?
8. Dans l'épisode 3, l'ex-mannequin Victoire dit : « Ce que la mode fait est criminel. »
a. Que veut-elle dire, selon toi?
b. Es-tu d'accord? Pourquoi?
9. Les intervenant.e.s ont identifié plusieurs **défis liés à la guérison** d'un TCA.
a. Lesquels peux-tu nommer?
b. Lequel t'a le plus marqué.e? Pourquoi?
10. Selon toi, **pourquoi cette série a-t-elle été produite**? Justifie ta réponse.

*RÉPONSE :

5. Pour une personne souffrant d'anorexie, la dénutrition peut entraîner des changements au niveau de la structure du cerveau, ce qui peut mener à une vulnérabilité à des pensées envahissantes, à l'anxiété et à la dépression.

LEXIQUE

LEXIQUE

LEXIQUE

anorexie : un trouble de santé mentale se caractérisant par une brusque perte de poids résultant de régimes drastiques, de jeûnes, de vomissements provoqués, d'utilisation de laxatifs ou d'exercice physique excessif. L'anorexie mentale est également associée à une peur intense de prendre du poids ainsi qu'à une distorsion de l'image corporelle.

bigorexie : aussi nommée anorexie inversée, c'est un trouble de santé mentale qui se caractérise par une impression d'être trop mince ou jamais assez musclé.e. Il s'agit d'un trouble alimentaire qui touche plus particulièrement les hommes ainsi que les personnes dans le milieu sportif.

LEXIQUE

LEXIQUE

LEXIQUE

boulimie : un trouble de santé mentale qui se caractérise par la présence de compulsions alimentaires (*binge*), suivies de méthodes compensatoires telles que des vomissements provoqués ou des exercices excessifs (*purge*), entre autres.

gaver : forcer quelqu'un à manger dans le but d'augmenter son poids.

hyperphagie boulimique : un trouble de santé mentale qui se caractérise par la présence de compulsions alimentaires, mais sans méthodes compensatoires.

LEXIQUE

LEXIQUE

LEXIQUE

orthorexie : un trouble alimentaire caractérisé par une obsession de manger sainement. La personne souffrant de ce trouble met beaucoup d'énergie concernant le choix des aliments et s'impose beaucoup de restrictions alimentaires.

TCA : trouble du comportement alimentaire