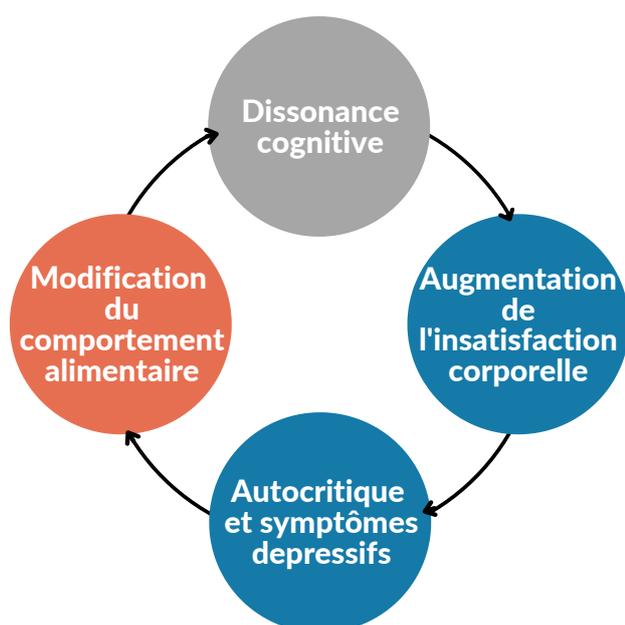
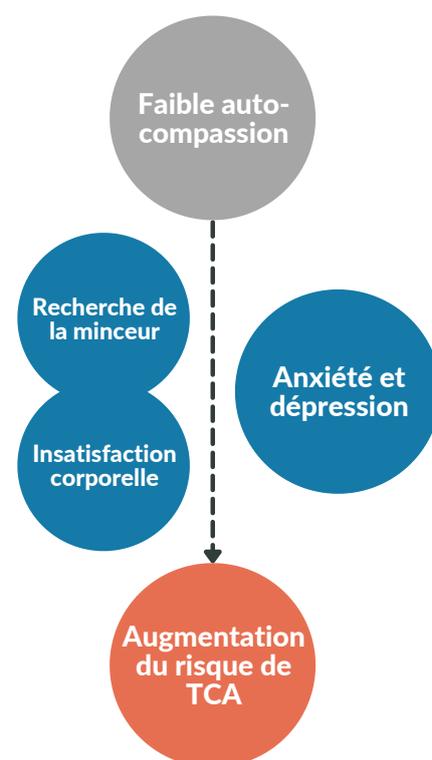


Lien entre Traits de personnalité, TCA et obésité

La littérature scientifique a mis en évidence que les **relations interpersonnelles** ou certains traits de personnalité comme l'**autocompassion**, la **dissonance cognitive**, le **perfectionnisme** ou encore l'**impulsivité** pouvaient constituer des facteurs de risque et de maintien des TCA et de l'obésité.¹

L'AUTOCOMPASSION

Une faible **autocompassion** a été associée à une **augmentation** de l'**insatisfaction corporelle**, à une **recherche** accrue de la **minceur** mais aussi à des symptômes associés aux **TCA** et à l'**obésité**.² En effet, une faible autocompassion contribue à une **altération** du **traitement des émotions négatives** induisant une augmentation de la **dépression** et de l'**anxiété** qui sont des facteurs de risque importants de ces pathologies³ (cf. *anxiété et dépression*).

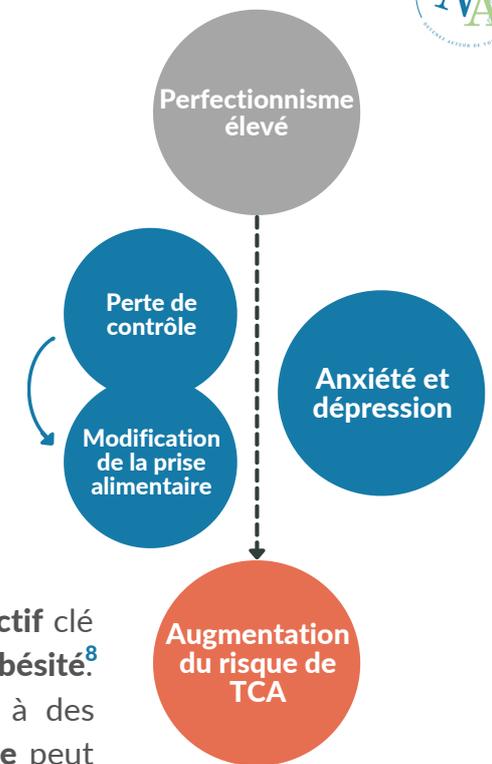


LA DISSONANCE COGNITIVE

La **dissonance cognitive** est un **état affectif négatif** qui peut être ressenti lorsque nos actes sont en **désaccord** avec nos **croyances, valeurs, objectifs**.^{4,5} Cet état affectif conduit généralement à une augmentation de l'**insatisfaction corporelle** mais aussi à de l'**anxiété** et des émotions négatives d'ores et déjà associés à une augmentation du risque de TCA et d'obésité dans la littérature scientifique⁶ (cf. *fiche émotions*).

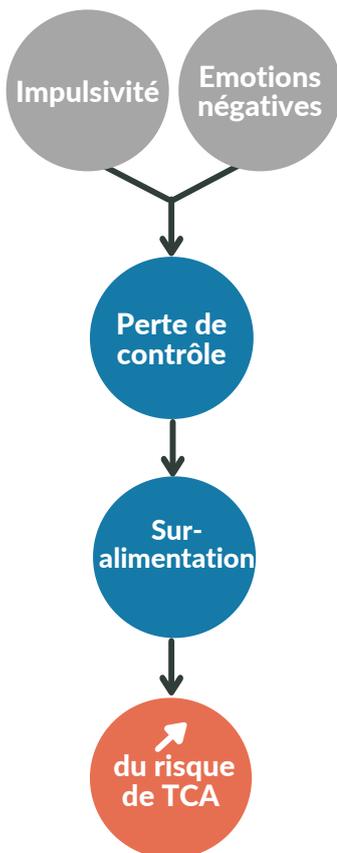
LE PERFECTIONNISME

Un **perfectionnisme** élevé est généralement associé aux **formes restrictives de TCA**.⁷ En effet, un perfectionnisme élevé induit une augmentation de l'**anxiété** et de la **dépression** qui contribuent eux même à une augmentation du risque de TCA. De plus, le perfectionnisme peut renforcer l'envie de **contrôler son corps et son image** amenant au fur et à mesure, à une **perte de contrôle** et à une **réduction** importante de la **prise alimentaire** (cf. *fiche alimentation*). A terme, la **perte de poids** devient **obsessionnelle** et peut être associée à une **altération du système de récompense**.



L'IMPULSIVITE

L'**impulsivité** semble être un **facteur prédictif** clé du développement du **surpoids** et de l'**obésité**.⁸ Lorsque cette impulsivité est combinée à des émotions négatives, une **perte de contrôle** peut être observée, et est généralement associée à une **suralimentation**.



LES RELATIONS INTERPERSONNELLES

Pour finir, de **mauvaises relations interpersonnelles** ont été identifiées comme un facteur de risque d'apparition et du maintien des troubles de l'alimentation. En effet, il existe une probabilité plus élevée de créer des **relations insécurisés et pathologiques** chez les personnes souffrant de TCA et d'obésité.⁹

Ainsi, l'**étude de la personnalité** pourrait faciliter l'**identification** des **populations à risque** et ainsi favoriser la prévention à l'aide d'un screening orienté. De plus, l'identification de ces facteurs de risque permettra d'**optimiser la prise en charge** du patient.

SOURCES :

- Dufresne L, Bussières EL, Bédard A, Gingras N, Blanchette-Sarrasin A, B egin PhD C. Personality traits in adolescents with eating disorder: A meta-analytic review. *Int J Eat Disord*. 2020 Feb;53(2):157-173. doi: 10.1002/eat.23183. Epub 2019 Oct 21. PMID: 31633223.
- Ferreira, C., Pinto-Gouveia, J., & Duarte, C. (2013). Self-compassion in the face of shame and body image dissatisfaction: Implications for eating disorders. *Eating behaviors*, 14(2), 207-210.
- Fresnics, A. A., Wang, S. B., & Borders, A. (2019). The unique associations between self-compassion and eating disorder psychopathology and the mediating role of rumination. *Psychiatry research*, 274, 91-97.
- Festinger L. Cognitive dissonance. *Sci Am*. 1962 Oct;207:93-102.
- Ong AS, Frewer L, Chan MY. Cognitive dissonance in food and nutrition-A review. *Crit Rev Food Sci Nutr*. 2017 Jul 24;57(11):2330-2342. doi: 10.1080/10408398.2015.1013622. PMID: 25976736.
- Stice E, Yokum S, Waters A. Dissonance-Based Eating Disorder Prevention Program Reduces Reward Region Response to Thin Models; How Actions Shape Valuation. *PLoS One*. 2015 Dec 7;10(12):e0144530
- Sanchez-Ruiz, M. J., El-Jor, C., Abi Kharma, J., Bassil, M., & Zeeni, N. (2019). Personality, emotion-related variables, and media pressure predict eating disorders via disordered eating in Lebanese university students. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 24(2), 313-322.
- Anderluh, M. B., Tchanturia, K., Rabe-Hesketh, S., & Treasure, J. (2003). Childhood obsessive-compulsive personality traits in adult women with eating disorders: defining a broader eating disorder phenotype. *American Journal of Psychiatry*, 160(2), 242-247.
- Faber, A., Dube, L., & Kn auper, B. (2018). Attachment and eating: A meta-analytic review of the relevance of attachment for unhealthy and healthy eating behaviors in the general population. *Appetite*, 123, 410-438.