

**UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES**

**L'IMPACT DE LA PRATIQUE D'UN SPORT ESTHÉTIQUE SUR L'IMAGE  
CORPORELLE DE L'ADOLESCENT ATHLÈTE**

**ESSAI PRÉSENTÉ  
COMME EXIGENCE PARTIELLE DE LA**

**MAITRISE EN PSYCHOÉDUCATION**

**PAR**

**PAR EMY DECELLES**

**MAI 2025**

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire, de cette thèse ou de cet essai a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire, de sa thèse ou de son essai.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire, cette thèse ou cet essai. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire, de cette thèse et de son essai requiert son autorisation.

**UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES**  
**MAÎTRISE EN PSYCHOÉDUCATION (M. Sc.)**

**Direction de recherche :**

Julie Marcotte

---

Directeur de recherche

**Comité d'évaluation :**

Julie Marcotte

---

Prénom et nom

Directeur ou codirecteur de recherche

---

Chantal Plourde

Évaluateur

## Résumé

L'adolescence représente une période critique pour le développement de l'image corporelle, et l'insatisfaction corporelle à cet âge est fréquemment associée à divers enjeux d'adaptation ainsi qu'à des troubles de santé mentale. Les exigences propres aux sports esthétiques tels que la danse, la gymnastique ou le patinage artistique accentuent la vulnérabilité des jeunes athlètes à développer une image corporelle négative. Dans un contexte sociétal où les adolescents sont continuellement exposés à des idéaux corporels via les médias sociaux, cet essai vise à explorer dans quelle mesure la pratique d'un sport esthétique constitue un facteur de risque supplémentaire en matière d'insatisfaction corporelle. La recension de sept études a révélé une absence de différences significatives entre les adolescents pratiquant des sports artistiques et ceux pratiquant peu ou pas de sport. Toutefois, certaines caractéristiques propres aux milieux sportifs esthétiques susceptibles d'influencer la perception de l'image corporelle ont été mises en lumière. Des limites méthodologiques de ces études soulignent la nécessité d'approfondir les recherches dans ce domaine.

## Table des matières

Résumé.....	iii
Liste des tableaux et des figures.....	v
Remerciements.....	vi
Introduction.....	1
Cadre conceptuel.....	5
L'adolescence.....	5
L'image de soi et les troubles du comportement alimentaire.....	6
Les sport esthétiques.....	7
Objectifs.....	9
Méthode.....	10
Résultats.....	12
Discussion.....	18
Conclusion.....	22
Références.....	23
Appendice A. Résumé des résultats des études sélectionnées.....	29

### **Liste des tableaux et de figures**

Figure 1.....	11
---------------	----

## **Remerciements**

L’écriture de cet essai marque la fin de mon parcours universitaire. C’est avec fierté que je tourne ce chapitre rempli d’apprentissages, de développement personnel et de belles rencontres.

Je tiens à remercier ma directrice de recherche, Madame Julie Marcotte, pour son ouverture à mon sujet portant sur le milieu sportif. Son accompagnement m’a permis de réaliser cet essai tout en profitant pleinement de mon stage final.

Je ne peux passer sous silence l’aide précieuse des bibliothécaires, Madame Marjorie Bilodeau et Madame Julie Morin. Leur expertise et leur patience face à mes modestes compétences en informatique m’ont grandement facilité la tâche.

Enfin, je tiens à souligner le soutien essentiel de mes parents, de ma sœur, de mon amoureux, ainsi que de mes amis de l’équipe de cross-country des Patriotes de l’UQTR. Chacun à votre manière, vous m’avez permis de garder un équilibre tout au long de ces deux dernières années d’études.

## Introduction

L’adolescence est une période de transition marquée par de profonds changements physiques, psychologiques et émotionnels. Parmi ces changements, le développement identitaire est central et se caractérise par la mise en branle de processus de base tels l’exploration, l’engagement et la réévaluation des engagements (Branje *et al.*, 2021). Ces processus peuvent varier d’un individu à l’autre, et certains adolescents montrent des trajectoires plus instables, voire problématiques (Branje *et al.*, 2021). L’un des enjeux identitaires majeurs de cette période concerne l’image corporelle, qui joue un rôle central dans la construction de l’estime de soi et du bien-être psychologique des jeunes (Harter, 2012). Cette image est fortement influencée par l’environnement social, notamment par les standards de beauté véhiculés par les médias et la pression du regard des pairs (Claes et Lannegrand-Willems, 2014). L’adolescence constitue une période particulièrement sensible sur le plan de la perception de l’image corporelle, en raison des transformations physiologiques, des ajustements sociaux et des remaniements psychologiques caractéristiques de cette étape du développement (Toselli *et al.*, 2021). En revanche, l’insatisfaction corporelle durant cette période est souvent associée à des conséquences négatives, comme une faible estime de soi, de l’anxiété et un risque accru de développer des troubles du comportement alimentaire (Levesque, 2018).

Beaucoup d’adolescents s’adonnent à des activités sportives de nature compétitive (Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie, 2022). Or, les sports esthétiques, tels que la gymnastique, la danse classique, le patinage artistique ou encore la natation synchronisée, exigent non seulement des performances techniques élevées, mais également une conformité à des critères esthétiques précis, où l’apparence du corps occupe une place centrale (Petrie *et al.*, 2007). Il est possible de croire que cette réalité sportive puisse jouer un rôle dans l’intensité des préoccupations des adolescents envers leur image corporelle. Ainsi, les adolescents pratiquant des sports esthétiques sont exposés à une double pression : celle des transformations physiques à la puberté et celle des exigences esthétiques associées à leur sport.

Dans notre société actuelle, les adolescents sont largement influencés par les réseaux sociaux, lesquels peuvent avoir un impact significatif sur leur image corporelle. Une revue systématique a montré que de nombreuses études ont établi des liens préoccupants entre l'utilisation des médias sociaux, l'image corporelle et les troubles alimentaires (Holland & Tiggemann, 2016). L'insatisfaction corporelle aurait un lien direct avec le temps passé sur les réseaux sociaux. Concrètement, plus l'adolescent passe de temps sur les médias sociaux, plus sa satisfaction face à son image corporelle diminuerait (Hock *et al.*, 2025). L'étude de Charmaraman et ses collègues (2021) montrent que les adolescents rapportent se comparer plus fréquemment à leurs pairs qu'à des célébrités lorsqu'ils naviguent sur les plateformes sociales. Toutefois, les résultats montrent également que l'exposition à des célébrités, bien que moins fréquente, est fortement corrélée à une plus grande insatisfaction corporelle. Cela suggère que les standards de beauté souvent inaccessibles qui circulent sur ces plateformes peuvent créer une pression constante pour se conformer à des idéaux physiques (Charmaraman *et al.*, 2021).

Dans le contexte social québécois actuel, où la connexion constante aux réseaux sociaux dans nos écoles pose des enjeux sérieux à plusieurs égards, il devient particulièrement pertinent de considérer la situation des jeunes pratiquant des sports esthétiques. Ces disciplines reposent fortement sur la performance physique, mais aussi sur l'apparence corporelle, ce qui peut exposer les adolescents à une pression supplémentaire. Les recherches existantes portant sur l'impact de la pratique de sports artistiques sur l'image de soi des adolescents soulignent certaines limites.

D'une part, l'hétérogénéité des échantillons rend l'interprétation des résultats complexe. En effet, les études incluent souvent des athlètes de divers sports et niveaux de pratique (Turgeon & Meilleur, 2023). D'autre part, l'étendue d'âge des participants, allant de 15 à 60 ans, limite la généralisation des conclusions qui pourraient concerner les adolescents. Il est donc plus difficile d'établir un consensus sur les effets des sports esthétiques sur l'image corporelle (Turgeon & Meilleur, 2023). Des recherches plus ciblées doivent être menées afin de mieux comprendre les effets des sports esthétiques sur l'image corporelle des adolescents. Dans ce contexte, il est pertinent de se questionner à savoir comment la pratique d'un sport esthétique d'élite

comparativement à un autre sport élite ou à un sport amateur influence l'image de soi et plus particulièrement l'image corporelle des adolescents, et quels sont les facteurs qui influencent positivement ou négativement l'image corporelle des adolescents athlètes pratiquant un sport esthétique ?

## Cadre conceptuel

Ce cadre conceptuel s'articule autour de quatre concepts principaux : l'adolescence, l'image corporelle et les troubles du comportement alimentaire ainsi que les sports esthétiques.

### *L'adolescence*

L'adolescence est une phase de transition entre l'enfance et l'âge adulte (Balleys, 2018). Elle peut être divisée en trois stades, soit le début de l'adolescence (10 à 13 ans), le milieu de l'adolescence (14 à 16 ans) et la fin de l'adolescence (17 à 19 ans). Cette période de vie constitue une période sensible du développement au cours de laquelle les adolescents sont confrontés à des transformations à la fois physiques, émotionnelles et psychologiques (Toselli, 2021).

Au niveau émotionnel, l'adolescence est souvent marquée par des fluctuations importantes. Les adolescents expérimentent des émotions intenses liées à la recherche de leur identité et à la gestion de leurs relations sociales. D'après les chercheurs, la volatilité de l'humeur chez les adolescents pourrait être attribuée à un contexte de vie souvent stressant, ainsi qu'à une sensibilité accrue à ce qui se passe dans leur environnement (Dahl & Gunnar, 2009 ; Romeo, 2010).

Au niveau psychologique, les adolescents développent des capacités de raisonnement plus abstraites, sont capables de penser à des concepts plus généraux et commencent à réfléchir à des questions morales et éthiques (Inhelder & Piaget 1955).. Ces changements cognitifs permettent une plus grande autonomie intellectuelle, mais peuvent aussi entraîner des conflits internes alors que les adolescents cherchent à définir qui ils sont (Cloutier *et al.*, 2022).

Au niveau physique, l'adolescence est marquée par la puberté. Celle-ci se définit comme un ensemble de transformations physiques et hormonales culminant avec l'acquisition de la maturité sexuelle et reproductive (Best, 2021). Pendant la puberté, le jeune en transition peut éprouver des inquiétudes face aux nombreux changements qu'il traverse. Sa perception de lui-même évolue, l'amenant à apprivoiser sa nouvelle image corporelle (Yurgelun-Todd, 2007).

Celle-ci peut être influencée par plusieurs facteurs, notamment l'importance qu'il accorde à son apparence et les normes sociales véhiculées par son entourage et les médias (Claes et Lannegrand-Willems 2014). Cet essai se penche plus particulièrement sur le développement de l'image corporelle de l'adolescent.

### ***L'image corporelle et les troubles du comportement alimentaire***

L'image corporelle, une dimension de la conception de soi, renvoie à la représentation interne que l'individu peut avoir de sa propre apparence (Grogan, 2010). Il s'agit d'un concept complexe qui inclut des aspects cognitifs, perceptuels, comportementaux et affectifs, et qui est largement influencé par l'environnement (McCabe & Ricciardelli, 2004; Thompson, 1999). L'apparence physique occupe une place essentielle dans la construction de l'image personnelle des adolescents et dans leur valorisation sociale (Harter, 2012 ; Mayeux & Kleiser, 2019). Les transformations physiques liées à la puberté rendent l'adolescent particulièrement réceptif au regard des autres sur son image corporelle et constituent l'un des éléments clés de l'estime de soi à cette étape de la vie (Mayeux & Kleiser, 2019).

La satisfaction corporelle se définit par la dimension affective de l'image corporelle. Ils'agit de la réponse aux questions suivantes : est-ce que j'aime l'apparence de mon corps ? Est-ce que les autres aiment l'apparence de mon corps ? (Cloutier *et al.*, 2022). De son côté, l'insatisfaction corporelle est considérée comme un facteur de risque aux problèmes d'adaptation et de santé mentale à l'adolescence (Geiger & Davis, 2019). Parmi ceux-ci, la dépression (Geiger & Davis, 2019 ; Maughan *et al.*, 2013), l'anxiété et les troubles du comportement alimentaire (TCA), et ce, surtout lorsque l'insatisfaction corporelle est liée à l'usage des réseaux sociaux (Charmaraman *et al.*, 2021). L'insatisfaction à l'égard de l'image corporelle constitue un enjeu particulièrement préoccupant à l'adolescence, dont la prévalence est en hausse tant dans les pays développés que dans les pays en développement. Les données disponibles indiquent qu'environ 50 % des adolescentes et 30 % des adolescents se déclareraient insatisfaits de leur apparence physique (Bornioli *et al.*, 2019).

Certains chercheurs considèrent que les préoccupations relatives à l'image corporelle constituent un facteur déterminant dans le développement des troubles du comportement alimentaire, tels que l'anorexie mentale et la boulimie, plutôt qu'une conséquence secondaire ou une corrélation accidentelle (Cattarin et Thompson 1994 ; Haddad *et al.*, 2019 ; Keel *et al.*, 2007 ; Ohring *et al.*, 2002). De plus, des auteurs ont montré que les symptômes des troubles alimentaires sont influencés par l'interaction entre la pression sociale liée à la minceur, une auto-évaluation négative et des affects négatifs. Toutefois, l'insatisfaction corporelle joue un rôle de médiateur dans la relation entre ces facteurs de risque et le développement des troubles alimentaires (Bornioli *et al.*, 2019).

Ainsi, il est essentiel d'inclure des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux dans l'analyse du développement des troubles du comportement alimentaire. Autrement dit, une approche biopsychosociale permet de mieux comprendre la façon dont les différents facteurs interagissent de manière complexe (Cloutier, *et al.*, 2022).

### ***Les sports esthétiques***

La littérature propose plusieurs classifications des pratiques sportives selon leurs caractéristiques dominantes (Beals *et al.*, 1999). Parmi celles-ci, on y trouve notamment la classification qui répertorie les sports selon les six catégories suivantes : les sports d'endurance, les sports esthétiques, les sports dépendant du poids, les sports de balles, les sports de puissance et les sports techniques (Monthuy-Blanc, 2019). Les sports esthétiques se distinguent par le fait que la qualité de la performance peut être impactée par la forme corporelle de l'athlète (Petrie *et al.*, 2007). Le patinage artistique, la nage synchronisée, la danse et la gymnastique sont quelques exemples.

Des caractéristiques des milieux des sports esthétiques font en sorte que leur pratique est aujourd'hui considérée comme un facteur propice au développement d'une relation négative avec son image corporelle (Francisco *et al.*, 2013). D'abord, les résultats obtenus par l'athlète de sport esthétique dépendent de la notation d'un jury. Petrie et ses collaborateurs (2007) soutiennent que

cette subjectivité peut être perçue, particulièrement chez les athlètes féminines, comme de fortes pressions à développer des caractéristiques corporelles qui correspondent aux normes de leur sport (Petrie *et al.*, 2007). Ensuite, la pratique d'un sport esthétique implique la plupart du temps le port d'une tenue révélatrice, telles que des maillots échancrés ou des robes à jupes courtes et le dos dénudé. L'exposition du corps peut ajouter aux préoccupations de l'athlète qui souhaite atteindre les caractéristiques corporelles idéales (Teixidor-Batlle *et al.*, 2020). Enfin, les athlètes de sports esthétiques atteignent leur sommet de performance plus jeunes que les athlètes d'autres types de sports (Patinage Québec, 2021).

## **Objectifs**

Cette recension des écrits vise à répondre à deux questions de recherche. D'une part : Comment la pratique d'un sport esthétique d'élite comparativement à un autre sport élite ou à un sport amateur influence l'image de soi et plus particulièrement l'image corporelle des adolescents ? D'autre part : Quels sont les facteurs qui influencent positivement ou négativement l'image corporelle des adolescents athlètes pratiquant un sport esthétique ?

## Méthode

La recherche documentaire a été effectuée en novembre 2024 sur les bases de données suivantes : PsychInfo, SportDiscuss, Scopus et Érudit. Des références pertinentes ont été sélectionnées à partir de citations dans des lectures scientifiques trouvées dans les bases de données.

Les mots clés suivants ont été utilisés pour effectuer la recension : « Aesthetic sport\* » OR «Artistic sport\* OR « Figure skating » OR « Fancy skating » OR« iceskating » OR « Ice-skating » OR « Artistic skating » OR « Gymnastic » OR « Diving » OR « Artistic swimming » OR « synchronized swimming OR “Synchronized swimming” OR « freestyle skiing » AND (competition OR «sport competition » OR « competitive sport ») AND « adolescen\* » OR youth OR « teen» OR « 12-17 years old » AND«self image » OR « self-image » Or « body image » OR « body representation » OR « body identit\*» OR « body schema ».

## Critères d'inclusion et d'exclusion

Dans le cadre de cette recension des écrits, des critères d'inclusion ont été établis afin de sélectionner les études pertinentes répondant à la question de recherche. Une étude a été retenue si elle répondait aux critères suivants :

- Il s'agit d'un article scientifique publié entre 2014 et 2024.
- L'étude porte sur des adolescents âgés de 12 à 18 ans.
- Les participants pratiquent un sport artistique.
- L'article est rédigé en français ou en anglais.

Des critères d'exclusion ont également été établis afin d'écartier les études ne répondant pas à la question de recherche. Une étude a été exclue si elle correspondait à l'un des critères suivants :

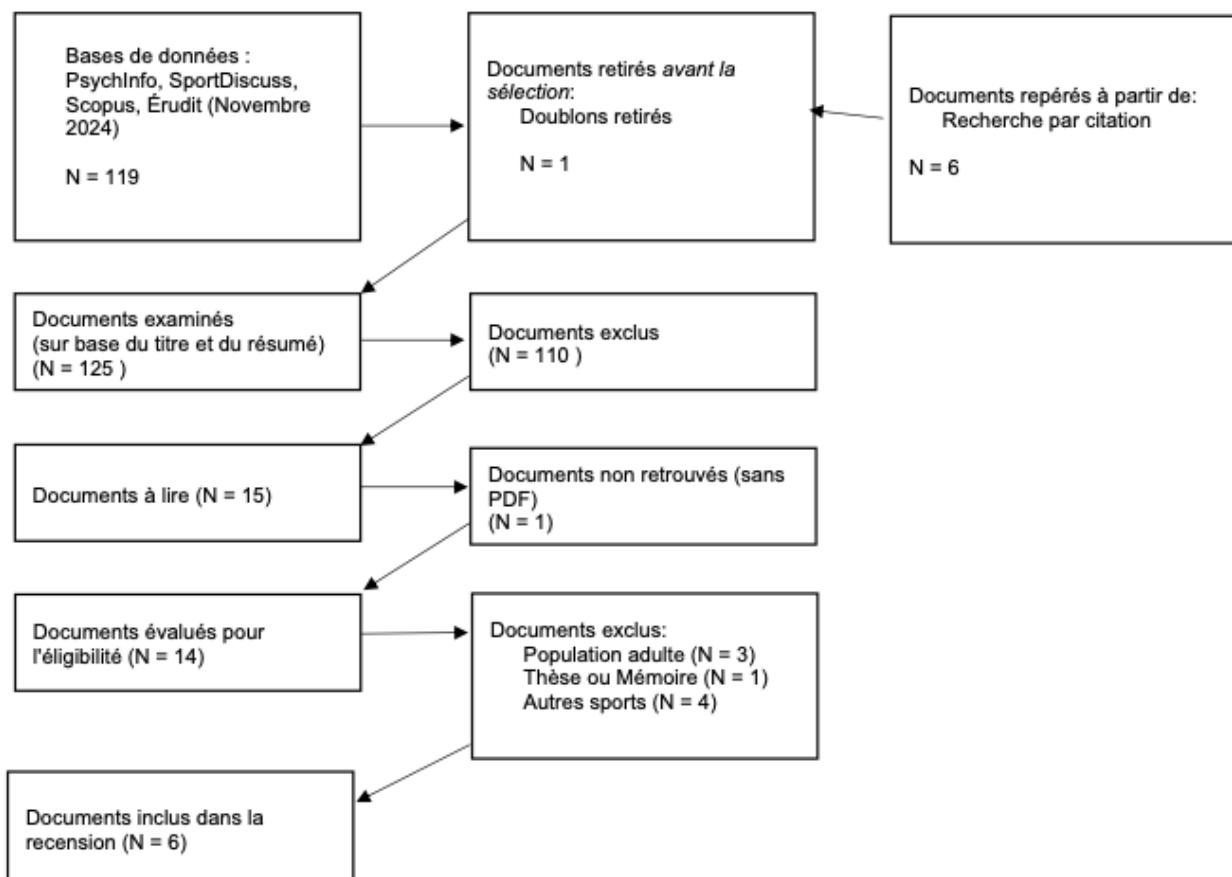
- Il s'agit d'une thèse ou d'un mémoire.
- L'article porte sur une population adulte.
- Les participants ne pratiquent pas de sport artistique.

## Processus de recension

Un total de 125 articles a été identifié, dont 119 à partir des bases de données et des mots-clés, et 6 par la recherche de citations. Après l'élimination des doublons, 124 articles ont été retenus pour l'analyse initiale. Parmi ceux-ci, 110 ont été exclus après la lecture du titre et du résumé, car ils ne répondaient pas à la question de recherche. Sur les 14 articles restants, un a été éliminé en raison de l'indisponibilité du fichier PDF. Enfin, après une lecture complète des 14 articles, 6 ont été sélectionnés et analysés pour cette recension des écrits.

**Figure 1**

*Diagramme de flux*



## Résultats

### **Comment la pratique d'un sport esthétique d'élite comparativement à un autre sport élite ou à un sport amateur influence l'image de soi et plus particulièrement l'image corporelle des adolescents ?**

Des études ont remis en question l'idée largement répandue selon laquelle les adolescents pratiquant des sports esthétiques seraient plus vulnérables à des enjeux d'insatisfaction liés à l'image de soi. En effet, plusieurs recherches ont comparé non seulement des adolescents athlètes à des pairs pratiquant peu ou pas d'activité sportive, mais également des adolescents engagés dans différents types de sports, permettant ainsi de nuancer cette perception (Porlier & Meilleur, 2023 ; Turgeon *et al.* 2015).

### ***Les adolescents - athlètes de sports esthétiques et les adolescents non-athlètes***

Deux études rapportent une absence de différence significative sur l'intensité des comportements alimentaires inappropriés entre les adolescentes qui pratiquent un sport esthétique de compétition et les adolescentes qui pratiquent peu ou pas d'activité physique (Porlier & Meilleur, 2023 ; Turgeon *et al.* 2015). Les résultats obtenus aux échelles du Eating Disorder Examination Questionnaire (EDE-Q) (Fairburn & Beglin, 1994) et du Eating Disorder Inventory-3 (EDI-3) (Garner, 2004) montrent que les moyennes des athlètes et des non-athlètes sont similaires sur les dimensions liées à la restriction alimentaire, à la préoccupation pour le poids et à l'insatisfaction corporelle. De plus, la proportion de participantes obtenant un score cliniquement significatif sur ces échelles est faible et ne diffère pas entre les groupes (Turgeon *et al.*, 2015). L'étude de Porlier et Meilleur (2023) indique des résultats en ce sens. Dans cette étude, la recherche de minceur, les comportements boulimiques et l'insatisfaction corporelle ont été mesurés à l'aide de l'Eating Disorder Inventory-2 (EDI-2) (Garner, 1991). Les résultats obtenus à partir de ces échelles ont montré qu'il n'y avait pas de différences significatives entre les athlètes et les non-athlètes sur ces trois dimensions (Porlier & Meilleur, 2023). Autrement dit, les athlètes de sports esthétiques ne rapportent pas plus de désir de minceur, de comportements boulimiques ou de mécontentement face à leur corps que les adolescentes non-athlètes.

Toutefois, qu'elles soient athlètes ou non, certaines adolescentes adoptent des comportements alimentaires inappropriés (Turgeon *et al.*, 2015). L'exercice physique excessif est la stratégie la plus couramment utilisée pour contrôler le poids ou la silhouette, tant chez les athlètes que chez les non-athlètes. L'usage de laxatifs ou la provocation de vomissements est moins fréquent et aucune différence significative n'est observée entre les deux groupes (Turgeon *et al.*, 2015).

### ***Les types de sport***

Les résultats de l'étude de Borowiec et ses collaborateurs (2023) remettent en question les idées préconçues selon lesquelles les athlètes de sports esthétiques seraient les plus à risque de TCA. En effet, il s'agirait plutôt des athlètes engagés dans des sports non esthétiques tels que l'athlétisme, la natation, le karaté et le taekwondo qui présentent le risque le plus élevé de TCA.

Pour évaluer ce risque, les auteurs se sont appuyés sur le Eating Attitudes Test-26 (EAT-26) (Garner *et al.*, 1982). Les résultats de cette analyse ont révélé une différence significative selon la catégorie de sport. Plus précisément, les athlètes évoluant dans les sports non esthétiques, par exemple la natation, l'athlétisme et le taekwondo présentaient un risque de TCA 11,5 fois plus élevé comparativement aux athlètes pratiquant des sports esthétiques ou des sports collectifs. Cette relation était statistiquement significative (Borowiec *et al.*, 2023).

Selon les auteurs, cette situation pourrait s'expliquer par la pression importante exercée dans les sports minces non esthétiques pour maintenir un poids faible, non pas pour des raisons esthétiques, mais pour optimiser la performance sportive (Borowiec *et al.*, 2023).

### **Quels sont les facteurs qui influencent positivement ou négativement l'image corporelle des adolescents athlètes pratiquant un sport esthétique ?**

Pour répondre à la seconde question de cet essai, cette recension des écrits a mis en lumière divers facteurs qui sont susceptibles d'influencer l'image corporelle et l'estime de soi chez les adolescents athlètes.

### ***L'identité athlétique***

L'identité athlétique correspond au degré auquel une personne s'identifie au rôle d'athlète, en intégrant certains attributs associés à la performance sportive (Brewer *et al.*, 1993). Elle constitue une composante multidimensionnelle de l'identité personnelle, influencée par les expériences et les contextes liés à la pratique sportive (Brewer *et al.*, 2000). Porlier et Meilleur ont évalué l'identité athlétique auprès d'athlètes féminines à l'aide de l'Athletic Identity Questionnaire (AIQ) (Brewer *et al.*, 1993) plus précisément la sous-échelle portant sur l'identification à l'apparence athlétique. Les données ont révélé que les athlètes s'identifient significativement plus à leur apparence athlétique que les non-athlètes (Porlier & Meilleur, 2023). Cela signifie que pour ces athlètes de sports esthétiques, leur apparence corporelle et le fait d'avoir un « corps d'athlète » étaient des éléments centraux de la façon dont elles se percevaient.

Cette identification plus forte à l'identité athlétique pourrait jouer un rôle important dans la relation que ces jeunes filles entretiennent avec leur corps (Porlier & Meilleur, 2023). Même si elles ne rapportent pas davantage de comportements alimentaires problématiques que les non-athlètes, le fait de valoriser leur apparence d'athlète pourrait influencer la manière dont elles réagissent aux pressions du milieu sportif et pourrait potentiellement devenir un facteur de risque ou de protection, selon le contexte (Porlier & Meilleur, 2023).

### ***Le cycle de la saison de compétition***

Une étude longitudinale menée auprès de gymnastes adolescentes a examiné l'évolution de leur insatisfaction corporelle au cours d'une saison de compétition. Les résultats ont montré que ce sentiment variait en fonction des différentes périodes de l'année (Neves *et al.*, 2017). Avant le début de la saison, 25 % des gymnastes rapportaient une insatisfaction corporelle. Ce taux augmentait de manière marquée durant la période de compétition, atteignant 45 %, pour ensuite redescendre à 25 % après la fin de la saison (Neves *et al.*, 2017). Cette fluctuation suggère que la période compétitive représente un moment particulièrement à risque pour le développement de préoccupations liées à l'apparence corporelle.

L'étude a également révélé que cette insatisfaction corporelle était étroitement liée à des comportements alimentaires désordonnés, au perfectionnisme et à l'état d'humeur des gymnastes, ces facteurs ayant tendance à s'accentuer durant la compétition. (Neves *et al.*, 2017).

### ***Le niveau de performance***

L'étude de Salas-Morillas *et al.* (2024), menée auprès de gymnastes acrobatiques féminines de niveau national, a mis en lumière l'impact du niveau de performance sur le risque de troubles du comportement alimentaire (TCA) et l'insatisfaction corporelle.

Dans cette étude, les participantes ont été réparties en deux groupes selon leur catégorie de compétition, soit le groupe « Youth » et le groupe « Age Group ». Les gymnastes du groupe « Age Group » évoluent à un niveau plus avancé et font face à des exigences techniques et physiques plus élevées. Les données ont été recueillies à l'aide du Body Shape Questionnaire (BSQ) (Cooper *et al.*, 1987) pour mesurer l'insatisfaction corporelle. D'autres outils ont été employés pour évaluer la préoccupation pour la minceur et les comportements boulimiques.

Les résultats montrent que 79,7 % des gymnastes ne présentaient aucune insatisfaction corporelle. Toutefois, 24,3 % ont rapporté une certaine insatisfaction, généralement modérée, et 5,4 % affichaient un niveau plus élevé, pouvant indiquer un risque clinique potentiel (Salas-Morillas *et al.*, 2024). En comparaison, il est possible de constater que les gymnastes du groupe Age Group sont davantage concernées par ces problématiques. Effectivement, 34,2 % d'entre elles exprimaient une obsession pour la minceur, contre 25 % dans le groupe « Youth ». Finalement, 26,3 % présentaient un risque de boulimie, contre 19,4 % chez les gymnastes « Youth » (Salas-Morillas *et al.*, 2024).

### ***Les pressions externes***

L'exploration de l'expérience des adolescentes pratiquant la danse compétitive a permis d'identifier les discours dominants entourant l'image corporelle. L'étude de Doria et Numer

(2022) visait à comprendre comment la danse compétitive influence la relation de ces adolescentes avec leur corps.

Pour cette étude qualitative, des entrevues semi-structurées ont été réalisées auprès de danseuses afin de recueillir leurs témoignages. Les résultats montrent que plusieurs éléments propres à l'environnement de la danse exercent une surveillance constante sur leur corps (Doria et Numer, 2022). Plus précisément, les miroirs et les tenues révélatrices renforcent les préoccupations des athlètes à l'égard de leur apparence physique (Doria & Numer, 2022).

Ensuite, les participantes soulignent le rôle crucial de l'entraîneur dans la perception de leur image corporelle. Certains entraîneurs auraient tendance à faire des commentaires sur le poids et l'apparence de leurs athlètes, soit sous forme de remarques explicites, soit par des suggestions plus subtiles (Doria & Numer, 2022). Les remarques explicites consistent en des critiques directes sur le poids ou la forme du corps, telles que « *Rentre ton ventre / Suck it in* ». Les suggestions implicites prennent la forme de messages indirects encourageant la restriction alimentaire : « *Je me disais que ce n'était pas grave, que je pouvais sauter ce repas pour rentrer dans mon costume* » (Doria & Numer, 2022).

Les parents exercent également une influence indirecte en surveillant le corps de leurs filles, parfois en faisant des blagues ou en commentant le physique d'autres danseuses, ce qui alimente un climat de comparaison (Doria & Numer, 2022). De plus, les relations entre pairs au sein du groupe de danse jouent un rôle important dans la normalisation du « *fat talk* » (Doria & Numer, 2022). Ce phénomène se traduit par des discussions où les danseuses dénigrent leur propre corps ou celui des autres, renforçant l'idée que l'insatisfaction corporelle est une norme (Doria & Numer, 2022).

Ensemble, ces pressions externes contribuent à une insatisfaction corporelle chez les athlètes. L'étude met également en évidence des comportements alimentaires préoccupants chez

certaines danseuses, qui perçoivent la restriction alimentaire comme une stratégie pour mieux correspondre aux attentes de leur environnement (Doria & Numer, 2022).

## Discussion

Cette recension des écrits visait à répondre à deux questions de recherche. D'une part : Comment la pratique d'un sport esthétique d'élite comparativement à un autre sport élite ou à un sport amateur influence l'image de soi et plus particulièrement l'image corporelle des adolescents ? D'autre part : Quels sont les facteurs qui influencent positivement ou négativement l'image corporelle des adolescents athlètes pratiquant un sport esthétique ?

De manière générale, les résultats montrent que ces jeunes sportifs ne sont pas plus susceptibles de développer des troubles du comportement alimentaire que ceux qui pratiquent peu ou pas de sport (Porlier & Meilleur, 2023 ; Turgeon *et al.*, 2015). De plus, ils ne sont pas plus à risque que les athlètes évoluant dans d'autres types de disciplines (Borowiec *et al.*, 2023). En réalité, ce sont les adolescents pratiquant des sports dits « minces non-esthétiques » qui semblent être les plus vulnérables (Borowiec *et al.*, 2023). Par ailleurs, plusieurs facteurs propres aux sports esthétiques influencent la satisfaction corporelle des jeunes athlètes, notamment leur identité athlétique (Porlier & Meilleur, 2023), le cycle de la saison de compétition (Neves *et al.*, 2017), le niveau de performance (Salas-Morillas *et al.*, 2024) ainsi que les pressions externes exercées par l'environnement sportif et social (Doria & Numer, 2022).

Il peut être intéressant de comparer les résultats de cet essai avec d'autres études qui ne portent pas spécifiquement sur le thème de cet essai mais qui permettent tout de même de poser un regard contemporain sur les enjeux soulevés. L'étude de Lucibello et ses collaborateurs (2021) visant à explorer comment les adolescentes athlètes évoluant en hockey, rugby, volleyball, basketball, soccer et water-polo vivent le « *body talk* » dans le contexte de leur sport et l'impact sur l'image corporelle a mis en lumières des résultats similaires à l'étude de Doria et Numer (2022). Effectivement, tout comme les athlètes de sports esthétiques, les athlètes de sports non esthétiques rapportent que les entraîneurs font souvent des commentaires négatifs ou compliments sur le corps, liés à la performance ou au poids, ce qui accentue l'auto-surveillance corporelle (Lucibello, *et al.*, 2021). Aussi, les coéquipières participent à du « *fat talk* », banalisé qui renforce les comparaisons sociales négatives (Lucibello, *et al.*, 2021). Bref, il est plausible de

croire que tout comme les adolescents, l'insatisfaction corporelle et les troubles qui y sont associés émergent, cela se traduit par les pressions et le regard de l'entourage (Cloutier *et al.*, 2022; Doria & Numer, 2022). Toutefois, pour les athlètes, cette pression s'exerce davantage à travers les commentaires des entraîneurs et des coéquipiers.

Par ailleurs, une étude récente réalisée par Hock et ses collaborateurs (2025), une équipe de recherche de l'Université de Waterloo et de l'Université Laval a rapporté des résultats alarmants quant aux risques de la fréquentation des réseaux sociaux pour la perception de l'image corporelle chez les adolescents. L'enquête a été réalisée en 2019 et 2020 auprès de 21 277 jeunes âgés de 10 à 17 ans, résidant en Australie, au Canada, au Chili, aux États-Unis, au Mexique et au Royaume-Uni. Elle portait sur plusieurs aspects liés à l'image corporelle, notamment la perception du corps, l'idéal corporel, l'insatisfaction corporelle, les moqueries liées au poids ainsi que l'utilisation des médias sociaux. Les principaux résultats ont démontré que seulement 45 % des adolescents de cette étude étaient satisfaits de leur image corporelle. En ce sens, 55% des adolescents de cette étude ressentaient une insatisfaction corporelle allant de légère à élevée. La majorité des adolescents passaient entre 0,5 et 3 heures par jour sur les médias sociaux. Les analyses ont révélé que la satisfaction par rapport à l'image corporelle diminuait en fonction du temps passé sur les réseaux sociaux. Plus les jeunes passaient de temps sur les médias sociaux, plus leur satisfaction corporelle diminuait (Hock *et al.*, 2025). Les études recensées dans le cadre de cet essai ne se sont pas penchées sur la réalité des réseaux sociaux et leur influence potentielle sur les adolescentes athlètes. Toutefois, il est raisonnable de croire que l'usage de ces plateformes agit de la même manière pour les athlètes et les non athlètes suggérant que la pratique d'un sport esthétique ne soit pas, en soi, une source spécifique d'insatisfaction corporelle. Il serait pertinent de savoir si l'usage et la nature des réseaux sociaux fréquentés par les adolescents athlètes sont différents ou ont une incidence différente sur leur image de soi comparativement aux adolescents non-athlètes.

Ces résultats mettent en lumière la vulnérabilité des adolescents face aux pressions environnementales, qu'elles proviennent du milieu sportif ou des médias sociaux. Que ce soit

dans les sports esthétiques, les sports non esthétiques ou les réseaux sociaux, les adolescents semblent exposés à des normes corporelles qui influencent la satisfaction de leur image corporelle. Les attentes liées à l'apparence, qu'elles soient transmises par les entraîneurs, les coéquipiers ou la culture des réseaux sociaux, semblent contribuer à l'intériorisation d'idéaux corporels et à une surveillance de leur corps. Bien que les sports esthétiques aient souvent été pointés du doigt pour leurs impacts négatifs sur l'image corporelle des athlètes, ces résultats suggèrent que les risques liés à l'insatisfaction corporelle n'existent pas seulement dans le cadre de ces disciplines. D'autres contextes, comme les sports non-esthétiques ou encore l'usage des médias sociaux, semblent tout autant avoir des effets négatifs sur la satisfaction corporelle (Hock *et al.*, 2025 ; Lucibello, *et al.*, 2021).

### **Implication de la psychoéducation**

Cette réflexion souligne l'importance de mettre en place des initiatives de sensibilisation visant à promouvoir une image corporelle positive chez l'ensemble des adolescents. D'une part, des interventions en psychoéducation pourraient notamment être développées afin d'aider les jeunes à adopter un regard plus critique face aux normes corporelles véhiculées par leur environnement, à reconnaître les effets des commentaires sur le poids et à renforcer leur estime de soi sur la base d'éléments autres que l'apparence physique.

D'autre part, les résultats de cette recension des écrits mettent en évidence une opportunité d'introduire la psychoéducation dans les milieux sportifs. En effet, la psychoéducation, par son approche préventive et éducative, peut jouer un rôle dans la sensibilisation des divers acteurs du milieu sportif, notamment les entraîneurs, les athlètes et même les parents. Monthuy-Blanc (2010) mentionne que les facteurs environnementaux ont une influence majeure dans le développement des TCA chez les sportifs et qu'ils seraient les plus « faciles » à modifier. En ce sens, il est essentiel que les entraîneurs soient formés à reconnaître l'impact de leurs discours et de leurs pratiques sur la perception corporelle de leurs jeunes athlètes. En intégrant des programmes de sensibilisation, il serait possible de les outiller afin

qu'ils adoptent des comportements favorisant l'estime de soi et le bien-être des athlètes. Cela permettrait de créer un environnement sportif plus sain.

### **Limites de l'essai**

Cet essai comporte certaines limites méthodologiques qu'il convient de souligner. D'abord, le nombre restreint d'études incluses dans l'analyse ( $n = 6$ ) limite la portée et la généralisation des résultats obtenus. De plus, la majorité des recherches examinées s'appuient sur des données recueillies à l'aide de questionnaires auto-rapportés, ce qui peut introduire des biais, notamment en lien avec la désirabilité sociale ou la subjectivité des réponses.

## Conclusion

Pour conclure, les adolescents athlètes de sports esthétiques ne semblent pas plus à risque de développer des TCA que les adolescents ne pratiquant peu ou pas de sport (Porlier & Meilleur, 2023 : Turgeon *et al.*, 2015). Il semblerait que les athlètes de sports non esthétiques tels que l'athlétisme, la natation, le karaté et le taekwondo qui présentent le risque le plus élevé de TCA (Borowiec *et al.*, 2023). Toutefois, les adolescents athlètes de sports esthétiques demeurent sensibles à leur environnement. Effectivement, l'identité athlétique (Porlier & Meilleur, 2023), le cycle de la saison de compétition (Neves *et al.*, 2017), le niveau de performance (Salas-Morillas *et al.*, 2024), ainsi que des pressions externes telles que les caractéristiques propres aux sports, les commentaires des pairs et des entraîneurs sur leur corps influencerait leur satisfaction corporelle (Doria & Numer, 2022).

## Références

Balleys, C. (2018). Comment les adolescents construisent leur identité avec YouTube et les médias sociaux. *Nectart*, 6(1), 124-133. <https://doi.org/10.3917/nect.006.0124>

Beals, K. A., Brey, R. A., & Gonyou, J. B. (1999). Understanding the Female Athlete Triad: Eating Disorders, Amenorrhea, and Osteoporosis. *Journal of School Health*, 69(8), 337-340.

Best, O. (2021). Adolescence: physical changes and neurological development. *British Journal of Nursing*, 30(5), 272-275. <http://dx.doi.org/10.12968/bjon.2021.30.5.272>

Bornioli, A., Lewis-Smith, H., Smith, A., Slater, A., & Bray, I. (2019). Adolescent body dissatisfaction and disordered eating: Predictors of later risky health behaviours. *Social Science & Medicine*, 238. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2019.112458>

Borowiec, J., Banio-Krajnik, A., Malchowicz-Mośko, E., & Kantanista, A. (2023). Eating disorder risk in adolescent and adult female athletes: the role of body satisfaction, sport type, BMI, level of competition, and training background [Article]. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 15(1), Article 91. <https://doi.org/10.1186/s13102-023-00683-7>

Branje, S., de Moor, E. L., Spitzer, J., & Becht, A. I. (2021). Dynamics of Identity Development in Adolescence: A Decade in Review. *Journal of research on adolescence : the official journal of the Society for Research on Adolescence*, 31(4), 908-927. <https://doi.org/10.1111/jora.12678>

Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Petitpas, A. J. (2000). Self-identity issues in sport career transitions. In D. Lavallee & P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport: International perspectives* (pp. 29–43). Fitness Information Technology.

Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237–254.

Cattarin, J. A., & Thompson, J. K. (1994). A Three-Year Longitudinal Study of Body Image, Eating Disturbance, and General Psychological Functioning in Adolescent Females. *Eating Disorders*, 2(2), 114-125. <https://doi.org/10.1080/10640269408249107>

Charmaraman, L., Richer, A. M., Liu, C., Lynch, A. D., & Moreno, M. A. (2021). Early Adolescent Social Media-Related Body Dissatisfaction: Associations with Depressive Symptoms, Social Anxiety, Peers, and Celebrities. *Journal of developmental and*

*behavioral pediatrics : JDBP*, 42(5), 401-407.  
<https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000911>

Claes, M., & Lannegrand-Willems, L. (2014). *La psychologie de l'adolescence*. Les Presses de l'Université de Montréal.

Cloutier, R., Drapeau, S., Denault, A.-S., & Cellard, C. (2022). *Psychologie de l'adolescence* (5e édition ed.). Chenelière éducation.

Cooper, P. J., Taylor, M. J., Cooper, Z., & Fairburn, C. G. (1987). The development and validation of the Body Shape Questionnaire. *International Journal of Eating Disorders*, 6(4), 485–494. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(198707\)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O](https://doi.org/10.1002/1098-108X(198707)6:4<485::AID-EAT2260060405>3.0.CO;2-O)

Dahl, R. E., & Gunnar, M. R. (2009). Heightened stress responsiveness and emotional reactivity during pubertal maturation: Implications for psychopathology. *Development and Psychopathology*, 21(1), 1-6. <https://doi.org/10.1017/S0954579409000017>

Doria, N., & Numer, M. (2022). Dancing in a culture of disordered eating: A feminist poststructural analysis of body and body image among young girls in the world of dance. *PLoS ONE*, 17(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0247651>

Fairburn, C. G., & Beglin, S. J. (1994). Assessment of eating disorders: Interview or self-report questionnaire? *International Journal of Eating Disorders*, 16(4), 363-370. [https://doi.org/10.1002/1098-108X\(199412\)16:4<363::AID-EAT2260160405>3.0.CO;2-#](https://doi.org/10.1002/1098-108X(199412)16:4<363::AID-EAT2260160405>3.0.CO;2-#)

Francisco, R., Narciso, I., & Alarcão, M. (2013). Individual and relational risk factors for the development of eating disorders in adolescent aesthetic athletes and general adolescents. *Eating and weight disorders : EWD*, 18(4), 403-411. <https://doi.org/10.1007/s40519-013-0055-6>

Garner, D. M. (1991). *Eating Disorder Inventory-2: Professional manual*. Psychological Assessment Resources.

Garner, D. M. (2004). *Eating disorder inventory-3*. Psychological Assessment Resources.

Garner, D. M., Olmsted, M. P., Bohr, Y., & Garfinkel, P. E. (1982). The Eating Attitudes Test: Psychometric features and clinical correlates. *Psychological Medicine*, 12(4), 871–878. <https://doi.org/10.1017/S0033291700049163>

Geiger, A. W., & Davis, L. (2019, July 12). *A growing number of American teenagers—particularly girls—are facing depression*. Pew Research Center.

<https://www.pewresearch.org/fact-tank/2019/07/12/a-growing-number-of-american-teenagers-particularly-girls-are-facing-depression>

Grogan, S. (2010). Promoting Positive Body Image in Males and Females: Contemporary Issues and Future Directions. *Sex Roles : A Journal of Research*, 63(9-10), 757-765. <https://doi.org/10.1007/s11199-010-9894-z>

Haddad, C., Zakhour, M., Akel, M., Honein, K., Akiki, M., Hallit, S., & Obeid, S. (2019). Factors associated with body dissatisfaction among the Lebanese population. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 24(3), 507-519. <https://doi.org/10.1007/s40519-018-00634-z>

Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2e éd.). Guilford Press.

Hock, K., Vanderlee, L., White, C. M., & Hammond, D. (2025). Body Weight Perceptions Among Youth From 6 Countries and Associations With Social Media Use: Findings From the International Food Policy Study. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*, 125(1), 24-41.e27. <https://doi.org/10.1016/j.jand.2024.06.223>

Holland, G., & Tiggemann, M. (2016). A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes. *Body image*, 17, 100-110. <https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2016.02.008>

Inhelder, B., & Piaget, J. (1955). De la logique de l'enfant à la logique de l'adolescent : Essai sur la construction des structures opératoires formelles (2e ed). Presses Universitaires de France.

Institut national de recherche sur la condition physique et le mode de vie (2022). *Pratique du sport chez les enfants et les adolescents : Résultats de l'Enquête auprès des parents sur l'activité physique et la pratique du sport chez les 5-17 ans*. <https://cflri.ca/fr/publication/pratique-du-sport-chez-les-enfants-et-les-adolescents>

Institut national de santé publique du Québec. (2017). *Le développement des enfants et des adolescents dans une perspective de promotion de la santé et de prévention en contexte scolaire*. [https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2243\\_developpement\\_promotion\\_prevention\\_contexte\\_scolaire.pdf](https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/publications/2243_developpement_promotion_prevention_contexte_scolaire.pdf)

Keel, P. K., Baxter, M. G., Heatherton, T. F., & Joiner, T. E., Jr. (2007). A 20-year longitudinal study of body weight, dieting, and eating disorder symptoms. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(2), 422-432. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.116.2.422>

Larson, R., & Richards, M. H. (1994). *Divergent realities : the emotional lives of mothers, fathers, and adolescents*. BasicBooks.

Levesque, R. J. R. (2018). *Encyclopedia of adolescence* (Second edition ed.). Springer. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-33228-4>

Lucibello, K. M., Koulanova, A., Pila, E., Brunet, J., & Sabiston, C. M. (2021). Exploring adolescent girls' experiences of body talk in non-aesthetic sport. *Journal of Adolescence*, 89, 63-73. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.04.003>

Maughan, B., Collishaw, S., & Stringaris, A. (2013). Depression in Childhood and Adolescence. *Journal of the Canadian Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 22(1), 35-40.

Mayeux, L., & Kleiser, M. (2019). A Gender Prototypicality Theory of Adolescent Peer Popularity. *Adolescent Research Review*, 5(3), 295-306. <https://doi.org/10.1007/s40894-019-00123-z>

McCabe, M. P., & Ricciardelli, L. A. (2004). A Longitudinal Study of Pubertal Timing and Extreme Body Change Behaviors among Adolescent Boys and Girls. *Adolescence San Diego*, 39(153), 145.

Monthuy-Blanc, J. (2019). *Fondements approfondis des troubles du comportement alimentaire*. Éditions JFD Inc. <https://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&scope=site&db=nlebk&db=nlabk&AN=3091488>

Monthuy-Blanc, J., Maiano, C., & Therme, P. (2010). Prevalence of eating disorders symptoms in nonelite ballet dancers and basketball players: An exploratory and controlled study among French adolescent girls. *Revue d'Épidémiologie et de Santé Publique*, 58(6), 415-424. <https://doi.org/10.1016/j.respe.2010.07.003>

Neves, C. M., Filgueiras Meireles, J. F., Berbert de Carvalho, P. H., Schubring, A., Barker-Ruchti, N., & Caputo Ferreira, M. E. (2017). Body dissatisfaction in women's artistic gymnastics: A longitudinal study of psychosocial indicators [Article]. *Journal of Sports Sciences*, 35(17), 1745-1751. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1235794>

Ohring, R., Gruber, J. A., & Brooks-Gunn, J. (2002). Girls' recurrent and concurrent body dissatisfaction: Correlates and consequences over 8 years. *International Journal of Eating Disorders*, 31(4), 404-415. <https://doi.org/10.1002/eat.10049>

Organisation mondiale de la Santé (OMS). (2021). Développement des adolescents. [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topic/adolescence/dev/fr/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topic/adolescence/dev/fr/)

Patinage Québec. (2021). *Guide de référence*. [PDF]. [https://patinage.qc.ca/wp-content/uploads/2021/03/PATINAGE-QUEBEC\\_V18-03-2021.pdf](https://patinage.qc.ca/wp-content/uploads/2021/03/PATINAGE-QUEBEC_V18-03-2021.pdf)

Petrie, T., & Greenleaf, C. (2007). Eating disorders in sport. In G. Tenenbaum & R. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 352-378). John Wiley & Sons Inc.

Porlier, G., & Meilleur, D. (2023). Attitudes et comportements face à l'image corporelle et l'alimentation chez un groupe d'adolescentes athlètes exerçant un sport de type esthétique à un haut niveau: L'influence des pressions de l'environnement sportif et de l'identité athlétique = Attitudes and behaviors toward body image and food in a group of female adolescent athletes participating in aesthetic-type sports at a high level: The influence of pressures from the sport environment and athletic identity. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 71(6), 325-332. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2023.03.007>

Romeo, R. D. (2010). Adolescence: a central event in shaping stress reactivity. *Developmental psychobiology*, 52(3), 244-253. <https://doi.org/10.1002/dev.20437>

Salas-Morillas, A., Gutiérrez-Sánchez, Á., Peláez-Barrios, E. M., & Vernetta-Santana, M. (2024). Body dissatisfaction and eating disorders in acrobatic gymnasts as a function of competition level [Article]. *Nutricion Clinica y Dietetica Hospitalaria*, 44(3), 65-71. <https://doi.org/10.12873/443salas>

Teixidor-Batlle, C., Ventura, C., & Andrés, A. (2020). Eating Disorder Symptoms in Elite Spanish Athletes: Prevalence and Sport-Specific Weight Pressures. *Frontiers in psychology*, 11, 559832. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.559832>

Thompson, J. K., Covert, M. D., Richards, K. J., Johnson, S., & Cattarin, J. (1995). Development of body image, eating disturbance, and general psychological functioning in female adolescents: covariance structure modeling and longitudinal investigations. *The International journal of eating disorders*, 18(3), 221-236.

Thompson, J. K. (1999). *Exacting beauty : theory, assessment, and treatment of body image disturbance*. American Psychological Association.

Toselli, S., Grigoletto, A., Zaccagni, L., Rinaldo, N., Badicu, G., Grosz, W. R., & Campa, F. (2021). Body image perception and body composition in early adolescents: a longitudinal study of an Italian cohort. *BMC Public Health*, 21(1). <http://dx.doi.org/10.1186/s12889-021-11458-5>

Turgeon, M. E. K., Meilleur, D., & Blondin, S. Évaluation des attitudes et des comportements alimentaires : comparaison entre un groupe d'adolescentes athlètes

pratiquant un sport esthétique et un groupe témoin. *Neuropsychiatrie de l'Enfance et de l'Adolescence*, 63(3), 175-182. <https://doi.org/10.1016/j.neurenf.2015.01.001>

Veron-Guidry, S., Williamson, D. A., & Netemeyer, R. G. (1997). Structural Modeling Analysis of Body Dysphoria and Eating Disorder Symptoms in Preadolescent Girls. *EATING DISORDERS -NEW YORK-*, 5(1), 15-28.

Yurgelun-Todd, D. (2007). Emotional and cognitive changes during adolescence. *Current opinion in neurobiology*, 17(2), 251-257.

## Appendice A

### Résumé des résultats des études sélectionnées

Étude	Échantillon	Objectif(s) de l'étude	Résultats
(Borowiec <i>et al.</i> , 2023)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-241 athlètes féminines de différents types de sports (esthétiques, non esthétiques, collectifs) :</li> <li>-82 adolescentes</li> <li>-59 adultes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Analyser les relations entre le risque de TCA et différents facteurs : le type de sport, la satisfaction corporelle, le niveau de compétition et l'expérience d'entraînement.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-14,6% des adolescentes et 6,9% des adultes présentaient un risque de TCA.</li> <li>-Le risque de TCA était fortement lié à la participation aux sports non esthétiques.</li> </ul>
(Doria <i>et al.</i> , 2022)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-12 danseuses compétitives âgées de 14 à 18 ans : s'entraînent 12h/semaine, ont 5 ans ou plus d'expérience compétitive.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Explorer comment l'expérience de la danse compétitive façonne la relation des athlètes avec leur corps, en identifiant les discours dominant autour de l'image corporelle.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Les danseuses subissent une forte pression environnementale, sociale et institutionnelle pour atteindre un corps idéal.</li> <li>-Cela engendre des pensées négatives, des restrictions alimentaires et favorise le développement de TCA.</li> </ul>
(Neves <i>et al.</i> , 2017)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-20 gymnastes d'élite âgées de 10 à 16 ans : s'entraînent environ 33 heures par semaine.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Analyser l'évolution de l'insatisfaction corporelle des gymnastes artistiques féminines d'élite au cours d'une année de compétition.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-L'insatisfaction corporelle augmente pendant la saison.</li> <li>-Les TCA sont fortement liés à l'insatisfaction corporelle.</li> <li>-Le perfectionnisme et l'état d'humeur influencent l'insatisfaction corporelle.</li> </ul>
(Porlier <i>et al.</i> , 2023)	<ul style="list-style-type: none"> <li>-197 adolescentes athlètes de sports esthétiques âgées de 12 à 19 ans</li> <li>-122 adolescentes ne pratiquant pas ou très peu d'activité physique</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Comparer l'intensité des attitudes et comportements alimentaires inappropriés et le degré d'intériorisation à l'identité athlétique entre des athlètes féminines de sports esthétiques et un groupe contrôle de non-athlètes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Aucune différence significative entre athlètes et non athlètes sur l'intensité des comportements alimentaires inappropriés.</li> <li>-Les athlètes présentent un degré plus élevé d'identification à l'apparence athlétique.</li> </ul>

			<p>-L'identité athlétique ne joue pas un rôle modérateur entre les pressions de l'environnement sportif et les comportements alimentaires.</p>
(Salas-Morillas <i>et al.</i> , 2024)	<p>-74 gymnastes âgées de 8 à 16 ans réparties en deux groupes selon leur catégorie de compétition : « Age group » et « Youth group »</p>	<p>-Comparer le risque de TCA et l'insatisfaction corporelle entre deux niveaux de compétition. -Évaluer si certaines gymnastes devaient être orientées vers un suivi spécialisé.</p>	<p>-Un faible pourcentage global de gymnaste à risque de TCA, mais ce risque est plus élevé chez les gymnastes de catégorie supérieure « Age group ».</p>
(Turgeon <i>et al.</i> , 2015)	<p>- 145 adolescentes âgées de 12 à 16 ans : -52 athlètes pratiquant un sport esthétique -93 non-athlètes</p>	<p>- Comparer l'intensité des attitudes et comportements alimentaires inappropriés et la prévalence des TCA chez un groupe d'adolescentes athlètes pratiquant un sport esthétique de haut niveau et un groupe témoin d'adolescentes pratiquant peu ou pas d'activité physique.</p>	<p>-Aucune différence significative entre les groupes quant à l'intensité des attitudes et comportements alimentaires inappropriés et à la prévalence des TCA. -Qu'elles soient athlètes ou non, certaines adolescentes adoptent des comportements alimentaires inappropriés : L'exercice physique excessif est la stratégie la plus couramment utilisée.</p>