

**La Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée  
Deux ans et demi plus tard : une étude démontre qu'elle contribue à changer la perception du public**

**Montréal, le jeudi 5 juillet 2012** – Deux ans et demi après l'adoption de l'avant-gardiste Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée (surnommée « la Chic »), une nouvelle étude a été publiée concernant les effets de la Charte sur la conscientisation du public à l'influence des médias en matière de troubles de l'alimentation. Publiée en août dans *l'American Journal of Public Health*, (et maintenant disponible comme publication de pointe en ligne), cette étude de Lise Gauvin (professeur titulaire au Département de médecine sociale et préventive de l'Université de Montréal et chercheur au Centre de recherche du CHUM), et de Howard Steiger (chef du Programme des troubles de l'alimentation, à l'Institut universitaire en santé mentale Douglas), met en lumière la manière dont cette initiative contribue à façonner la perception du public.

Renverser la tendance croissante des troubles de l'alimentation est une priorité de la santé publique. Même si de nombreuses initiatives de la santé publique visent à aider les gens à réduire la quantité de nourriture qu'ils consomment et à faire de meilleurs choix alimentaires, certains chercheurs croient que ces mesures négligent l'aspect de la quête malsaine de la minceur et des pratiques malsaines correspondantes en matière de contrôle du poids. Par ailleurs, les auteurs ont trouvé des exemples dans la documentation selon lesquels une forte exposition à des images qui font la promotion d'un idéal corporel excessivement mince peut mener à des pratiques de contrôle du poids mésadaptées et à des troubles de l'alimentation, particulièrement chez les adolescentes.

Afin de combattre l'influence négative des médias sur l'image corporelle, les intervenants du gouvernement, des médias, des établissements de soins de santé et du secteur de la mode, à la suite d'une initiative de la ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, ont décidé de lancer « la Chic », qui a pour objectif d'inciter les organisations et les gens à souscrire à ce qui suit : 1) promouvoir une diversité d'images corporelles, comprenant des tailles, des proportions et des âges variés; 2) encourager de saines habitudes en matière d'alimentation et de contrôle du poids corporel; 3) dissuader les gens d'adopter des comportements excessifs quant au contrôle du poids ou à la modification exagérée de l'apparence; 4) refuser de souscrire à des idéaux esthétiques fondés sur la minceur extrême; 5) toujours faire preuve de vigilance et de diligence afin de réduire les risques d'anorexie nerveuse et de boulimie.

Unique en son genre, la Chic a obtenu l'engagement volontaire de plusieurs secteurs importants au Québec qui peuvent avoir une influence favorable sur les idéaux d'image corporelle véhiculés dans l'espace public. Elle a également fait l'objet d'une reconnaissance internationale appréciable parmi les groupes qui se préoccupent des troubles de l'alimentation et des risques pour la santé associés aux régimes draconiens et au contrôle excessif du poids.

## **Des résultats**

Lise Gauvin et Howard Steiger ont exploré le potentiel que présente la Charte pour contrer la poursuite malsaine de la minceur en recueillant des données sur sa portée dans la population, son acceptabilité et son potentiel perçu parmi les adultes québécois : « Notre étude a démontré que plus du tiers des répondants ont reconnu la Charte. Environ les deux tiers étaient favorables au fait de souscrire personnellement aux principes de la Charte, et percevaient celle-ci comme ayant le potentiel de sensibiliser les gens aux conséquences négatives des troubles de l'alimentation », explique Lise Gauvin.

Cette étude est la première, jusqu'à maintenant, à présenter une analyse empirique systématique des résultats plausibles de ce genre d'initiative. « Les résultats de notre recherche indiquent qu'une charte visant à favoriser des images corporelles saines et diversifiées dans les médias, à la suite de l'établissement d'un consensus et de la diffusion d'événements médiatiques accessibles, peut atteindre un segment clé de la population adulte », révèle Howard Steiger.

Malgré le fait que la minceur soit profondément enracinée comme idéal dans notre culture, un important segment de la population se montre remarquablement ouvert à l'idée d'un effort social visant à réduire les pressions en faveur de la minceur.

-30-

## **Renseignements et demandes d'entrevue**

Kevin Bilodeau, Relations avec les médias  
Communications et affaires publiques, Institut Douglas  
Téléphone : 514 761-6131, poste 3674.  
Cellulaire : 514 799-2567  
[kevin.bilodeau@douglas.mcgill.ca](mailto:kevin.bilodeau@douglas.mcgill.ca)

## **À propos de la Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée**

La Charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée (la « Chic ») a été adoptée à l'instigation de Christine St-Pierre, ministre de la Culture, des Communications et de la Condition féminine, et vise à réduire la pression médiatique menant à des pratiques malsaines de contrôle de poids et à une quête excessive de la minceur au sein de la population. Grâce à divers événements publics et à un site Web qui a permis de recueillir plus de 22 500 signatures, la Charte est maintenant connue d'un nombre important de Québécois, et a eu des répercussions à l'échelle internationale, parmi les groupes qui se préoccupent de l'image corporelle et de la gestion du poids en tant que question de santé publique.

## **À propos du Douglas – [www.douglas.qc.ca](http://www.douglas.qc.ca)**

Le Douglas est un institut de classe mondiale, affilié à l'Université McGill et à l'Organisation Mondiale de la Santé, qui soigne les personnes souffrant de maladies mentales et leur offre espoir et guérison. Ses équipes de spécialistes et chercheurs font constamment évoluer les connaissances scientifiques, les intègrent aux soins offerts à leurs patients et les partagent avec la communauté pour la sensibiliser et éliminer les préjugés entourant la maladie mentale.