Sabiston, Catherine M.
Université de Toronto
Kristen M. Lucibello, Madison F. Vani
Subvention Savoir 2021

Commentaire sur le poids chez les adolescentes sportives : Prévalence et conséquences

La participation au sport offre des expériences extrêmement positives aux jeunes, mais elle constitue un contexte naturellement fondé sur le jugement, socialement comparatif et pouvant être stigmatisant pour les filles. La taille et la forme du corps (c'est-à-dire le poids) sont des cibles particulières dans le sport. En effet, des études qualitatives et quantitatives croisées ont démontré les expériences inadaptées et les conséquences associées aux commentaires sur le poids pour les filles dans le sport. Cependant, les répercussions d'un historique de commentaires au sujet du poids sur l'image corporelle et le bien-être psychologique ne sont pas comprises. Cette lacune a été explorée dans l'étude actuelle. Les participantes faisaient partie d'une étude de cohorte longitudinale prospective financée par le CRSH et portant sur les expériences sportives des adolescentes au fil du temps. Une cinquième vague de données a été recueillie en mars 2022 auprès de 168 jeunes femmes (M_{age} = 21,24 ± 1,70 an) qui ont rempli un questionnaire d'auto-évaluation portant sur l'historique des commentaires sur le poids dans le sport à l'adolescence, ainsi que sur les émotions liées à l'image corporelle et le bien-être psychologique actuels. Des analyses de fréquence ont été utilisées pour déterminer la prévalence des commentaires sur le poids dans le contexte du sport, ainsi que les sources des commentaires sur le poids et les cibles particulières (c'est-à-dire la perte de poids, le gain de poids, le maintien du poids). Des modèles univariés d'analyse de la variance à plusieurs variables ont été estimés afin de cerner les différences dans i) les émotions liées à l'image corporelle et ii) le bien-être psychologique entre les personnes qui avaient déjà reçu des commentaires sur leur poids pendant le sport et celles qui n'en avaient pas reçus. Un peu moins de la moitié des filles athlètes (47,7 %) ont déclaré avoir reçu des commentaires sur leur poids au moins occasionnellement pendant le sport à l'adolescence. Les parents (47 %) et les entraîneurs (40 %) étaient les sources les plus courantes de commentaires sur le poids, suivis des adversaires (26,2 %), des coéquipières (25,6 %) et des spectateurs (21,6 %). Les femmes ayant été visées par des commentaires sur le poids pendant le sport à l'adolescence étaient plus susceptibles de déclarer des sentiments de honte (p = ,001, η_p^2 = ,07), de culpabilité (p = ,01, η_p^2 = ,04), de jalousie (p = ,03, η_p^2 = ,03) et de gêne (p = ,02, η_p^2 = ,03) liés à l'apparence, de même qu'une dévalorisation intériorisée relative au poids (p = ,002, η_p^2 = ,05) et des symptômes dépressifs (p = ,014, η_p^2 = ,04). Ces résultats soulignent la prévalence des commentaires sur le poids et mettent en évidence les effets négatifs qui peuvent persister au-delà de l'adolescence chez les jeunes adultes. Par conséquent, un changement systémique visant à sensibiliser les acteurs du sport à l'importance d'éviter les commentaires sur le poids dans le sport, ainsi que des politiques visant à prévenir leur apparition, peuvent améliorer non

seulement les expériences sportives des adolescentes, mais aussi leur image corporelle et leur bien-être psychologique à plus long terme.