

# Élaboration, validation et usage du questionnaire de Relation au CORPS en Éducation Thérapeutique du Patient

Aude-Marie Foucaut<sup>1</sup>, Sabrina Julien-Sweerts<sup>2</sup>, Rémi Gagnayre<sup>1</sup>, Delphine Bernard<sup>3</sup>, Éric Bertin<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Laboratoire Educations et Promotion de la Santé UR 3412, Université Sorbonne Paris Nord, Bobigny

<sup>2</sup>Laboratoire Cognition Santé Société UR 6291, Université de Reims Champagne Ardenne

<sup>3</sup>Association Le Regard du Miroir, Reims

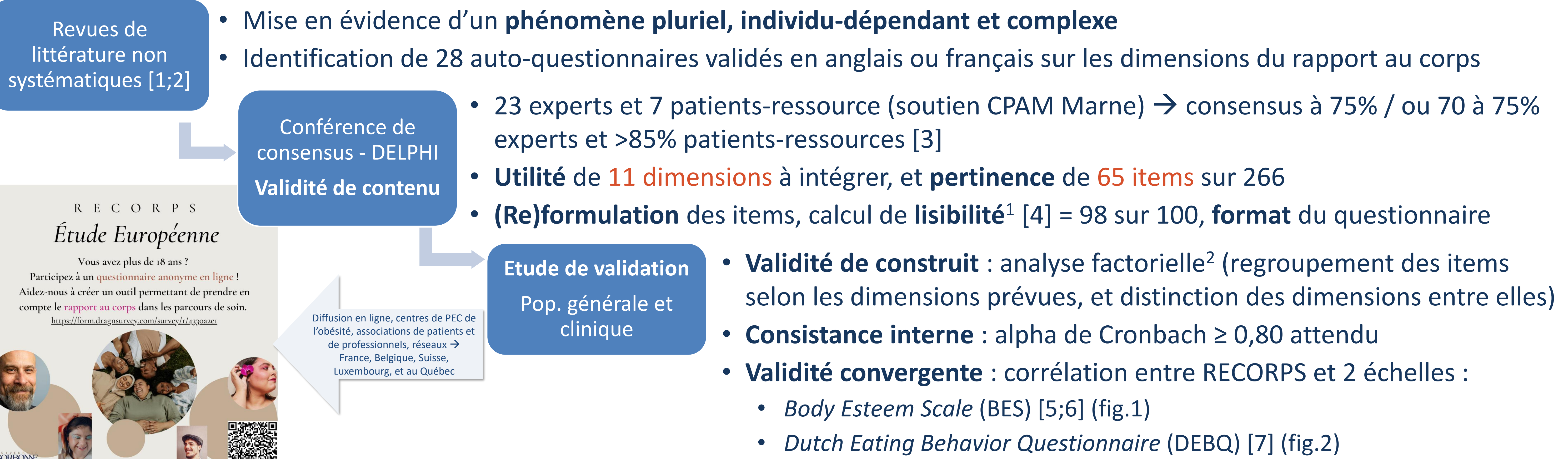
<sup>4</sup>Unité Transversale de Nutrition Clinique du CHU de Reims ; laboratoire Performance, Santé, Métrologie, Société UR 7507, Université de Reims Champagne Ardenne

## Introduction et contexte

- Perturbations diverses de la relation au corps chez la personne atteinte d'obésité :
  - distorsion de l'image corporelle → non conscience de l'excès pondéral
  - mauvaise identification des signaux alimentaires internes → mauvaise régulation des apports alimentaires
  - déficit global de la sensibilité intéroceptive → impulsivité alimentaire et difficulté dans la gestion des émotions et des changements de comportements (alimentation et activité physique)
- Prise en compte des troubles du rapport au corps par les professionnels de l'équipe pluridisciplinaire, en pratique clinique & dans l'Éducation Thérapeutique du Patient → **Facteurs de succès ou d'échec de l'accompagnement [1]**
- Aucun outil multidimensionnel n'existait afin de prendre en compte le **corps vécu et le corps perçu** des personnes
- Un auto-questionnaire – nommé **Relations au CORPS (RECORPS)** – a été développé pour les adultes

Sensibilités  
- extéroceptives  
- intéroceptives  
- proprioceptives

## Méthode



## Résultats

- Population générale (n = 600) et population clinique (n = 127) (fig.3)
- TLI, coefficient 0,962 → analyse factorielle exploratoire : **10 dimensions et 35 items** (fig.4) + bonne consistance interne
- Corrélation de RECORPS avec BES (-0,15, p<,001) et DEBQ (0,45, p<,001)

Fig.1 Body Esteem Scale - BES

Nous vous proposons une série d'affirmations. Lisez, s'il vous plaît, chaque affirmation et entourez la réponse de votre choix :

Jamais = 1  
Rarement = 2  
Quelques fois = 3  
Souvent = 4  
Toujours = 5

1. J'aime ce que je représente en photo	1	2	3	4	5
2. Les autres me trouvent belle	1	2	3	4	5
3. Je suis fier/fière de mon corps	1	2	3	4	5
4. Je suis préoccupé(e) par l'envie de modifier ma masse corporelle	1	2	3	4	5
5. Je pense que mon apparence pourrait m'aider à obtenir un travail	1	2	3	4	5
6. J'aime ce que je vois lorsque je me regarde dans un miroir	1	2	3	4	5
7. Il y a beaucoup de choses que je changerais à mon apparence si je le pouvais	1	2	3	4	5
8. Je suis content(e) de mon poids	1	2	3	4	5
9. J'aimerais être plus belle	1	2	3	4	5
10. J'aime vraiment mon poids	1	2	3	4	5
11. J'aimerais ressembler à quelqu'un d'autre	1	2	3	4	5
12. Les personnes de mon âge apprécient mon apparence	1	2	3	4	5
13. Mon apparence me dérange	1	2	3	4	5
14. Je suis assez belle que la plupart des gens	1	2	3	4	5
15. Je suis plutôt content(e) de mon apparence	1	2	3	4	5
16. Je pense que mon poids est proportionnel à ma taille	1	2	3	4	5
17. J'ai honte de mon apparence	1	2	3	4	5
18. Me peser me déprime	1	2	3	4	5
19. Mon poids me rend malheureux/malheureuse	1	2	3	4	5
20. Mon apparence m'aide à obtenir des rendez-vous amoureux	1	2	3	4	5
21. Je suis préoccupé(e) par mon apparence	1	2	3	4	5
22. Je pense que mon corps est beau	1	2	3	4	5
23. J'ai l'air assez belle que je souhaiterais	1	2	3	4	5

Fig.2 Dutch Eating Behavior Questionnaire - DEBQ - 13 items de l'alimentation émotionnelle

- Lisez attentivement chaque question et marquez d'une croix la case correspondant à la réponse que vous considérez comme la meilleure. Vous ne devez donner qu'une seule réponse par question. Votre première impression est souvent la meilleure, ne vous attardez donc pas trop longtemps sur chaque question.
1. Quand vous êtes irrité(e), avez-vous envie de manger ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais irrité(e)
  2. Avez-vous envie de manger lorsque vous n'avez rien à faire ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / J'ai toujours quelque chose à faire
  3. Avez-vous envie de manger lorsque vous êtes déprimé(e) ou découragé(e) ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais déprimé(e) ou découragé(e)
  4. Avez-vous envie de manger lorsque vous vous sentez seul(e) ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais seul(e)
  5. Quand vous êtes fatigué(e), avez-vous envie de manger ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais fatigué(e)
  6. Lorsque quelque chose de désagréable vous attend, avez-vous envie de manger ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais désagréable
  7. Avez-vous envie de manger lorsque vous êtes inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e) ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e)
  8. Quand quelque chose vous contrarie ou ne se déroule pas comme vous le souhaitez, avez-vous envie de manger ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais contrarié(e)
  9. Avez-vous envie de manger ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais déprimé(e)
  10. Avez-vous envie de manger lorsque vous êtes inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e) ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e)
  11. Avez-vous envie de manger lorsque vous êtes inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e) ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e)
  12. Avez-vous envie de manger quand vous en avez besoin ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais inquiet(e), soucieux(euse) ou tendu(e)
  13. Lorsque vous êtes déprimé(e), avez-vous envie de manger ?  
Jamais / Rarement / Parfois / Souvent / Très souvent / Je ne suis jamais déprimé(e)

Fig.4 Auto-questionnaire RECORPS

- Lisez ces affirmations et dites si cela vous concerne : Toujours, Souvent, Parfois, Rarement, ou jamais
1. Mes relations s'amélioreraient si j'avais l'apparence que je désire
  2. Quand quelque chose ne va pas dans ma vie, je peux le sentir dans mon corps
  3. L'estime que j'ai de moi dépend de mon apparence
  4. J'apprécie les contacts physiques (que j'autorise)
  5. Les autres pensent que je suis une personne faible car je n'arrive pas à contrôler mon poids
  6. J'évite de prêter attention à tout signal provenant de mon corps
  7. Je ressens la pression des médias et des réseaux sociaux pour changer mon apparence
  8. L'opinion que les autres ont de moi est basée sur mon apparence
  9. Je remarque ce qui se passe dans mon corps lorsque je me sens heureuse(se) / joyeuse(se)
  10. Je suis mal à l'aise en présence d'un groupe de personnes inconnues
  11. Je suis mal à l'aise quand je suis physiquement proche d'une autre personne
  12. J'évite les miroirs / mon reflet dans les vitrines
  13. Les gens ont honte d'être avec moi à cause de mon poids
  14. La vision de mon corps nu dans le miroir me pose problème
  15. Je suis mal à l'aise quand je monte sur la balance
  16. Je ressens mon corps comme un fardeau
  17. Lorsque je pense à faire une activité physique, je vois mon corps comme un frein
  18. Mon apparence a eu beaucoup d'impact sur ma vie
  19. Mon envie de perdre ou reprendre du poids
  20. Je perçois les différentes manifestations dans mon corps (changement de température, énergie / fatigue, battements du cœur, etc.)
  21. Quand je me déshabille, j'évite de me regarder
  22. Quand je suis nerveuse(se), anxieuse(se), stressée(e), je remarque à quel endroit les tensions sont localisées dans mon corps
  23. Je suis mal à l'aise quand j'essaie des vêtements dans un magasin
  24. Je me sens coupable à cause de mon poids
  25. Je remarque ce qui se passe dans mon corps quand je suis en colère
  26. Mon envie de perdre ou reprendre du poids
  27. Quand je pense à ma silhouette, je ressens un profond découragement
  28. Mon corps est une source de souffrance
  29. J'ai tendance à ignorer les gênes, tensions physiques, douleurs, jusqu'à ce qu'elles deviennent insupportables ou handicapantes
  30. Je suis préoccupé(e) par mon odeur
  31. Je suis mal à l'aise avec mon corps dans les relations sexuelles ou lorsque j'envisage d'avoir des rapports sexuels
  32. Je pense à certains éléments de mon corps me tourmentant tellement qu'ils m'empêchent d'avoir une vie sexuelle
  33. Je remarque ce qui se passe dans mon corps après une expérience sexuelle
  34. Au quotidien, je suis satisfait(e) de mes capacités physiques
  35. J'identifie les émotions que je ressens dans mon corps

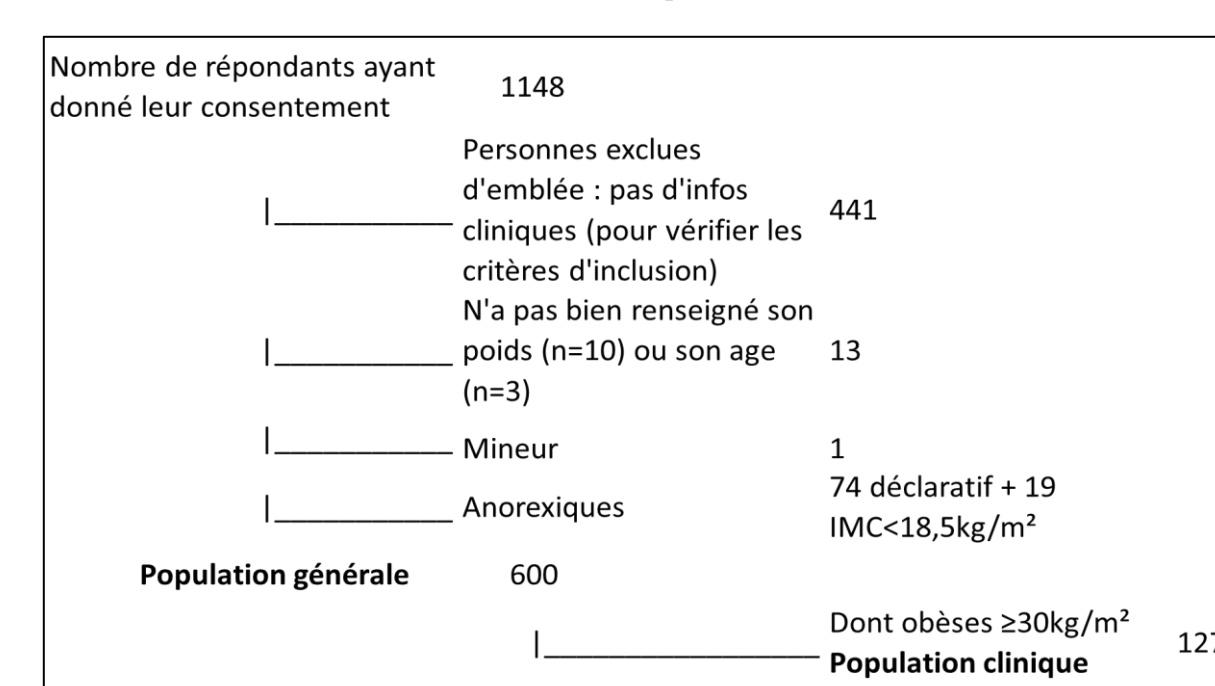
## Conclusion et discussion

- **Questionnaire RECORPS validé** → Guide d'utilisation : séminaire et relecture (été 2024, soutien MSH Paris Nord) → Diffusion libre de droits

IMPACTS

- Sensibilisation des professionnels aux troubles du rapport au corps
- Moyen d'orientation vers des programmes d'ETP spécifiques à la réappropriation de son corps et de sa prise en charge
- Outil complémentaire au diagnostic éducatif
- Adaptation des ateliers d'ETP au regard de la relation au corps
- Soutien de l'évaluation, par le professionnel et le patient → repérage, interprétation et appréciation des changements au cours du temps

Fig.3 Flowchart de l'étude de validation du questionnaire RECORPS



## Bibliographie

[1] Bertin E, et al., Cahiers de Nutrition et Diététique, 2019;54(4) : 206-214. [2] Edet A, et al., Mémoire Santé Publique, USPN, 2019. [3] Sackett DL, et al., BMJ. 1996;312(7023): 71-72. [4] Kincaid JP, et al., Institute for Simulation and Training, University of Central Florida; 1975. [5] Valls M, et al., Journal de Thérapie Comportementale et Cognitive. 2011;21(2): 58-64. [6] Rousseau A, et al., European Review of Applied Psychology. 2015;65(4): 205-210. [7] Lluch A, et al., Eur Psychiatry. 1996;11(4):198-203.

<sup>1</sup> Flesch Reading Ease ; <sup>2</sup>  $\chi^2$  non significatif, Tucker-Lewis index (TLI) > 0,95 ; Standardised Root Mean Square Residual (SRMR) < 0,08 ; Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) < 0,06.