Trouble du comportement alimentaire

L'anorexie mentale se traduit par une lutte contre la faim et un évitement des aliments qui font grossir, associée à d'autres manifestations qui ont pour but de perdre du poids (hyperactivité physique, vomissements provoqués), intervention dans la réalisation des courses ou des repas, utilisation de prétextes pour éviter des repas, périodes de jeûne, précipitation aux toilettes après les repas...

Les personnes souffrant d'anorexie mentale sont principalement des femmes. La maladie survient généralement après la puberté, lorsque le corps se transforme, et pendant la période de l'adolescence où les enjeux sont multiples et souvent source d'incertitudes. La personne ne perçoit plus sa maigreur et qui s'associe à une obsession du poids et une peur de grossir. Un amaigrissement de plus de 15% du poids initial et /ou un indice de masse corporelle inférieur à 17,5 (poids divisé par la taille au carré) complète le diagnostic.

L'enjeu est celui du repérage précoce, pour éviter les complications et l'évolution vers une forme chronique de la maladie. Les troubles du comportement alimentaire (TCA) sont des maladies psychiatriques complexes dont l'origine reste encore mal connue. Les causes directes sont rarement identifiables et souvent multifactorielles. Les facteurs de vulnérabilité peuvent être familiaux, génétiques, psychologiques, mais aussi socioculturels.

Il faut être particulièrement vigilant chez les sujets dits « à risque », en particulier les adolescents et les jeunes adultes, les personnes de sexe féminin et ceux ou celles qui ont des antécédents familiaux de TCA. Cette vigilance peut ou plutôt devrait s'opérer aussi bien par les parents, les coachs, les dirigeants, les amis (es). Toute ado de corpulence mince n'est pas forcément anorexique, mais le chemin de la guérison peut être long et éprouvant pour son entourage.

L'anorexie de l'adolescent se guérit dans 70-80 % des cas en 2-3 ans. Au bout de 5 ans, on estime que la patiente ou le patient est guéri

Les parents souvent démunis ont besoin d'aide. Une collaboration avec l'équipe médicale est primordiale. Le premier maillon est le médecin généraliste qui joue généralement un rôle central. Il peut identifier au plus tôt le trouble alimentaire lors d'un examen médical de routine, devant une perte de poids ou une aménorrhée, par exemple. Il va ensuite orienter le patient vers les soins les plus adaptés et l'accompagner tout au long de son traitement.

Ne pas hésiter à contacter la Fédération Française Anorexie Boulimie (ffab) qui vous donnera tous les renseignements et conseils utiles (<https://www.ffab.fr>)