

L'anorexie mentale, la boulimie, l'hyperphagie font partie des TCA

Ce sont les expressions de troubles psychiques profonds. Les premiers troubles surviennent généralement à la puberté, l'adolescence. Pour autant, la plupart des personnes qui en souffrent sont des adultes. Les causes de ces troubles sont multifactorielles.

L'anorexie mentale

L'anorexie mentale correspond à une impossibilité de se nourrir suffisamment (pour pouvoir maintenir son poids à un niveau normal). L'aliment est vu comme une salissure de l'intérieur du corps et la prise de repas normaux devient impossible, la pensée est constamment tournée vers la nourriture. Malgré le peu de nourriture, la personne anorexique reste longtemps extraordinairement active et dynamique, ce qui explique qu'elle puisse maigrir sans que son entourage ne s'inquiète. Ce qui doit aussi alerter, c'est l'arrêt des règles. Le déni, voire l'agressivité sont souvent associés à l'anorexie. L'anorexie peut provoquer à long terme entre autres des problèmes de croissance osseuse ainsi qu'une ostéoporose précoce...

Les carences nutritionnelles, évanouissements, pertes d'équilibre et hypoglycémies sont courants. D'autres conséquences peuvent exister : pilosité excessive, déshydratation de la peau, cheveux et ongles fragiles et cassants, problèmes dentaires, sensibilité aux températures ambiantes. La fonte musculaire engendre aussi un rétrécissement de tous les organes constitués de tissu musculaire (risque d'insuffisance cardiaque élevé). **La plupart du temps l'anorexie se conjugue avec la boulimie/hyperphagie (phases)**

La boulimie, l'hyperphagie

La boulimie se caractérise par des crises irréprouvables pendant lesquelles le malade ingère des quantités massives d'aliments. Ces crises se produisent de façon répétitive et durable, parfois plusieurs fois par jour. C'est une conduite obéissant à des pulsions pour supporter des crises d'angoisse massive en se remplissant comme pour combler un vide (identitaire, existentiel, affectif...). La boulimie est le symptôme d'une grande détresse psychique. Les crises entraînent des sentiments de honte, de dégoût, de colère chez les malades. Afin de compenser l'excès de calories ingérées, la personne boulimique a recours à un ou plusieurs stratagèmes : vomissements, utilisation de laxatifs, exercices physiques excessifs, imposition de restrictions alimentaires... Il n'est pas rare que les personnes souffrant de ces troubles du comportement alimentaire conservent un poids normal, d'où la difficulté de la prise en charge et de poser un diagnostic. (Hyperphagie = Boulimie sans comportement compensatoire)

Les risques pour la santé sont sérieux : œsophagite (liée aux vomissements répétés), rupture œsophagienne ou gastrique (par absorption massive d'aliments), troubles cardiovasculaires graves (liés au manque de potassium...), complication dentaire, surpoids entraînant isolement social et grande souffrance...

Les causes de l'anorexie et/ou de la boulimie/hyperphagie sont complexes et multiples : combinaison de facteurs émotionnels, comportementaux, psychiques, sociaux, prédispositions génétiques...

Un suivi médical et un suivi psychiatrique (évaluation de l'état psychique, recherche d'autres troubles psychopathologiques associés) sont absolument indispensables.

Pourquoi une association d'aide aux familles et aux proches ?

Ces troubles du comportement alimentaire entraînent un grand désarroi au sein de la famille : angoisse, incompréhension, sentiment d'impuissance, culpabilité...

Peu à peu, le trouble envahit insidieusement la sphère familiale et devient une obsession pour tous, surtout les parents et la fratrie.

Or, la famille et les proches ont un rôle essentiel dans l'accompagnement des malades et dans le processus de guérison.

La famille et les proches ont besoin d'être soutenus et malheureusement, le plus souvent, l'extérieur a du mal à appréhender la réalité de la maladie.

Au sein de notre association, la famille et les proches des malades rencontrent d'autres familles qui connaissent ou ont connu les mêmes difficultés. Nous organisons des conférences-rencontres pour permettre à tous de mieux connaître, comprendre et gérer ces moments si difficiles, surtout quand les troubles s'inscrivent dans la durée.

Nous proposons aussi un groupe de paroles mensuel animé par une psychologue et réservé aux adhérents (engagement et assiduité demandés) ainsi qu'un groupe d'écoute et de soutien réservé aux familles et proches des malades, animé par des adhérents expérimentés (entrée libre).

Fort du soutien de nombreuses familles, de la FNA-TCA, de la FFAB, notre association contribue à la prise de conscience collective de la réalité de ces troubles, symptômes de graves maladies psychiques et agit pour un élargissement de l'offre de soins spécialisés sur toute la région OCCITANIE Pyrénées Méditerranée

