

Les troubles alimentaires : Anorexie et boulimie

Depuis les années 70, les troubles alimentaires sont en constante augmentation (1). Ce serait 10% de la population qui en serait atteinte. Parmi les troubles alimentaires les plus répandus, nous pouvons noter l'anorexie, la boulimie et la combinaison des deux en alternance (anorexie-boulimie). On estime que 90% des individus souffrant de ces troubles sont des femmes comparativement à 10% chez les hommes (1).

Plus précisément, qu'est-ce que l'anorexie ?

L'anorexie se caractérise par un refus de vouloir manger ou encore par des comportements permettant à l'individu de manger le moins possible (trier la nourriture, mastication interminable, laisser de la nourriture dans sa bouche) (2). Ce refus de manger est souvent accompagné des vomissements ou prise de laxatifs.

Cette sous-alimentation entraîne des conséquences telles un amaigrissement rapide, l'aménorrhée (irrégularité ou disparition des menstruations) ainsi que des carences amenant une hyperpilosité, une baisse de la tension artérielle, un arrêt dans le développement de la structure osseuse prédisposant l'individu à l'ostéoporose par la suite, etc (1).

L'individu adoptera souvent une attitude de déni face à sa maigreur et un sentiment de bien-être face à sa situation. Il est important de tenir compte de la durée à travers le temps et de l'ampleur du comportement.

Et quelle est la différence avec la boulimie ?

La boulimie est constituée d'épisodes de fringales de nourriture survenant de façon récurrente (1). À ce moment l'individu absorbe, en une période de temps limitée, une quantité de nourriture largement supérieure à la moyenne. Fréquemment, les aliments absorbés seront riches en calories. Ces épisodes se succèdent par des comportements compensatoires visant à prévenir la prise de poids. Notons, par exemple, les vomissements provoqués, l'usage abusif de laxatifs et diurétiques, des périodes de jeûne, des exercices physiques excessifs. Durant les crises, la personne vit un sentiment de perte de contrôle sur son comportement alimentaire.

Ce trouble entraîne de graves conséquences physiques telles la constipation ou la diarrhée, une détérioration des gencives et des dents, une déshydratation, des fluctuations du poids corporel importantes (4 kg ou plus).

Quelles sont les causes des troubles alimentaires ?

Au niveau biologique, certaines études ont mis en évidence des prédispositions génétiques sur l'étude de jumeaux (3). Cependant, rien n'est encore confirmé à ce niveau.

Au niveau psychologique, on note que certains traits de personnalité sont plus fréquemment associés à un trouble alimentaire : le perfectionnisme, la tendance à réagir sur un mode en " tout ou rien " (dichotomie), une faible estime de soi et des difficultés dans les relations avec les autres.

Au niveau socio-culturel, le culte sur la minceur et la beauté peut avoir une incidence sur le développement du trouble. En effet, Les trouble alimentaire sont plus fréquents dans les sociétés industrialisées (1).

La guérison nécessite un processus qui peut prendre plusieurs années et aller jusqu'à l'hospitalisation. C'est seulement lorsque le patient a réappris à manger correctement et à ne plus associer alimentation et émotions, que la guérison est définitive.

Autres liens à consulter :

<http://www.anorexie-boulimie.com/>

<http://www.anebquebec.com/>

(1) Vanier, P. et Lefrançois, P. Troubles de l'alimentation (Anorexie/ Boulimie). [Document Web] Adresse Web : http://www.passeportsante.net/fr/Maux/Problemes/Fiche.aspx?doc=troubles_alimentation_pm&nm=1&xtor=ADC-1 (Consulté le 27 mars 2007).

(2) Medecite.fr. Des conséquences parfois graves. [Document Web] Adresse Web : <http://www.medisite.fr / medisite /Des-consequences-physiques-parfois.html> (consulté le 27 mars 2007)

(3) Infor Anorexie & Boulimie. Causes et incidences. [Document Web] Adresse Web :
<http://www.anorexie-boulimie.com/Causesetincidencesanorexieboulimie.htm>
(Consulté le 27 mars 2007)