

Il vous arrive peut être de côtoyer des personnes ou d'entendre des témoignages en lien à ces comportements alimentaires très singuliers.

- refus quotidiens de s'alimenter correctement par peur de prendre du poids.
- ingestion d'énormes quantités de nourriture en un temps très court.

Ces personnes souffrent probablement de troubles du comportement alimentaire.

**Que sont les troubles du comportement alimentaire ?** Les TCA sont des comportements alimentaires qui perturbent gravement la santé physique et psychologique des personnes qui en souffrent.

On parle de TCA lorsque les comportements répondent à ces critères : ils sont récurrents, c.i.e ils se produisent durablement et de manière répétitive dans le temps. Ces comportements s'accompagnent de pensées et émotions morbides comme la honte, la culpabilité et des idées suicidaires.

**Ce qu'il faut savoir sur les TCA :** Certains sont plus fréquents que d'autres : on distingue l'anorexie mentale, la boulimie, l'hyperphagie sont les plus connus.

De plus, l'âge, le genre, la classe sociale et le contexte socio-culturel sont à prendre en compte. Par exemple : le pica touche généralement les enfants entre 1 à 5 ans et les femmes enceintes. L'anorexie et la boulimie sont souvent diagnostiquées chez les adolescentEs et les jeunes femmes âgées entre 12 et 20 ans . Alors que l'hyperphagie concerne tous les sexes de manière égale.

### **Quelques définitions :**

L'anorexie mentale : est un trouble spécifique qui correspond à une privation volontaire de nourriture, ce n'est pas une perte de l'appétit.

La boulimie : se caractérise par une ingestion brutale d'une grande quantité d'aliments suivie d'une culpabilité intense et de vomissements provoqués répétés.

Il existe des cas d'anorexie-boulimie, les deux comportements sont observés chez un même sujet.

L'hyperphagie : correspond à une ingestion massive de quantité énorme de nourriture.

Il faut préciser que l'anorexie et la boulimie relèvent de causes de santé publique car, ce sont des maladies psychologiques graves pouvant entraîner la mort. Dans l'anorexie, 90% des cas sont graves. Cependant, on compte 50% de guérison et 10% de cas de mort dus à la malnutrition ou au suicide.