

Troubles du comportement alimentaire

Définitions et repères clés

Qu'est-ce que les troubles du comportement alimentaire ?

Les troubles du comportement alimentaire sont des maladies mentales sérieuses et complexes, souvent accompagnées de complications physiques et psychologiques qui peuvent être graves et même mettre la vie en danger. Ils se manifestent par des perturbations dans les comportements, les pensées et les émotions liés au poids, à l'image corporelle et à l'alimentation. Ces troubles peuvent affecter toute personne, quel que soit son âge.

Les types de troubles alimentaires

Les troubles alimentaires sont classés en différents types, selon le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM-5), cinquième édition (1). Les classifications sont établies en fonction des symptômes et de leur fréquence d'apparition.

L'anorexie mentale

L'anorexie mentale se caractérise par une restriction de l'apport énergétique entraînant une perte de poids significative, accompagnée d'une peur intense de prendre du poids et d'une altération de l'image corporelle.

Boulimie

La boulimie nerveuse se caractérise par des épisodes récurrents de crises de boulimie, suivis de comportements compensatoires tels que des vomissements ou un exercice physique excessif pour tenter d'empêcher la prise de poids.

Trouble de l'alimentation évitante/restrictive

Il se caractérise par un manque d'intérêt, un évitement ou une aversion pour la nourriture et l'alimentation. Cette restriction n'est pas due à une altération de l'image corporelle, mais résulte d'une anxiété ou d'une phobie alimentaire, d'une hypersensibilité aux aspects sensoriels des aliments (texture, goût, odeur) ou d'un manque d'intérêt pour la nourriture secondaire à une perte d'appétit. Il est associé à une perte de poids, des carences nutritionnelles, une alimentation entérale (par le tube digestif), ou une supplémentation, et/ou des répercussions sur le fonctionnement psychosocial.

Trouble de l'hyperphagie boulimique

Ce trouble se caractérise par des épisodes récurrents de crises de boulimie, c'est-à-dire l'ingestion d'une grande quantité de nourriture en peu de temps. Lors d'une crise, la personne se sent incapable de s'arrêter de manger, ce qui est souvent associé à une grande détresse. Une personne atteinte de ce trouble n'aura pas recours à des comportements compensatoires.

Autres troubles de l'alimentation ou du comportement alimentaire spécifiés (OSFED)

Une personne atteinte de ces autres troubles peut présenter de nombreux symptômes tels que ceux de l'anorexie mentale, de la boulimie ou de l'hyperphagie boulimique, sans toutefois répondre à tous les critères diagnostiques de ces troubles. Cela ne signifie pas pour autant que ce trouble est moins grave ou moins dangereux. Les complications médicales, les pensées et les comportements liés à ces troubles sont aussi sévères que ceux des autres troubles de l'alimentation.

D'autres troubles du comportement alimentaire, classés selon le DSM-5 et non mentionnés ici, incluent le pica, le trouble de rumination et les troubles de l'alimentation non spécifiés.

Le dépistage et l'intervention précoces, ainsi que l'accès au soutien et au traitement, sont essentiels pour améliorer la santé et la qualité de vie.