

## Où trouver de l'aide ?

**Médecin traitant** : il **évalue** la gravité de la situation et permet la **coordination** avec les **différents professionnels de santé** (pédiatre, psychiatre, psychologue, diététicien, infirmière scolaire, urgences hospitalières...)

### Maison Départementale des Adolescents

MDA 85 - **02 51 62 43 33**

MDA 44 - **02 40 20 89 65**

### Centres Médico-Psychologiques (CMP)

Pour connaître votre CMP référent:

**02 51 09 72 72**

### Association **Allo-Anorexie-Boulimie 44**

(Loire-Atlantique) **06 40 42 93 89**

#### Avant 18 ans

**Service de pédiatrie** du CHD de

Le Roche-Sur-Yon

Secrétariat - **02 51 44 62 01**

Urgences Pédiatriques - **02 51 44 65 89**

#### Au-delà de 18 ans

**Espace Barbara**

9 bis rue Bouillé, 44000 Nantes

**02 40 20 66 40**

(Centre référent dans la prise en charge des troubles alimentaires pour les Pays de Loire)

## S'informer sur le sujet

### AFDAS-TCA

Association Française pour le Développement  
des Approches Spécialisées des Troubles du  
Comportement Alimentaire

**www.anorexiéboulimie-afdas.fr**

### Fil Santé Jeune

**0 800 235 236** (gratuit depuis un poste fixe)

**01 44 93 30 74** (coût d'un appel local)

**www.filsantejeunes.com**

### QUELQUES OUVRAGES :

Collection La Martinière Jeunesse

« L'anorexie sortir du tunnel »

« Boulimie, sortir de l'engrenage »

« Anorexie et boulimie, comprendre et aider votre enfant », G TEXIER et C TOURTE , 2010, O JACOB



Brochure réalisée par : *E.DELODE* (diététicienne) et

*A.BARBEAU* (Stagiaire Diététicien)

MDA85 - 133 bd Aristide Briand

85000 La Roche-Sur-Yon - 02 51 62 43 33



# Troubles du Comportement Alimentaire

*Qu'est-ce que c'est ?*

*A qui en parler ?*

Anorexie ?

TCA ?



Boulimie ?



## Les TCA

Les troubles du comportement alimentaire se caractérisent par une **manière de manger ou d'éviter de manger, affectant négativement la santé physique et/ou mentale.**

L'anorexie mentale et la boulimie sont des **troubles graves** du comportement alimentaire avec **mise en jeu du pronostic vital.**

Cela concerne **1 à 2 personnes sur 100** et principalement les **jeunes filles**

L'**anorexie mentale** à l'adolescence se déclare souvent entre **13-14 ans** ou **16-18 ans**

La **boulimie** se déclare plus tard, vers **18-20 ans**

## L'anorexie

### 4 CRITÈRES POUR LA CARACTÉRISER

- Amaigrissement (IMC adulte < 17,5)
- Sélection alimentaire
- Perturbation de l'image corporelle
- Aménorrhée (arrêt des règles)

### CE N'EST PAS

- Un caprice alimentaire
- Le fait d'être un « petit mangeur »

### QUELQUES SIGNES

- Une préoccupation excessive pour l'alimentation et les calories
- Le refus de maintenir un poids normal par rapport à la taille
- La peur de devenir gros
- Une hyperactivité
- Le déni des troubles

### PEUT ENTRAINER

- Carences
- Perturbations hormonales (croissance et fertilité)
- Problèmes cardiaques et risque vital



## La boulimie

### QU'EST CE QUE C'EST ?

Consommation de **grandes quantités d'aliments** sur une **courte période** suivie de **vomissements**; Crises hebdomadaires.



*Ne pas confondre avec du grignotage ou des fringales*

### QUELQUES SIGNES

- Sentiment de perte de contrôle
- Forte culpabilité après les crises
- Manque d'estime de soi

### PEUT ENTRAINER

- Problèmes cardiaques (perte de potassium lors des vomissements) et risque vital
- Syndrome dépressif

Une prise en charge précoce et pluridisciplinaire des TCA améliore le pronostic

L'avis du médecin traitant ou du pédiatre reste indispensable