

La Journée mondiale des troubles des conduites alimentaires (TCA), célébrée le 2 juin, vise à sensibiliser le public aux différentes formes de TCA, telles que l'anorexie mentale, la boulimie et l'hyperphagie boulimique, et à promouvoir une meilleure compréhension et prise en charge de ces affections.

Statistiques en France et dans le monde

En France, les TCA touchent environ 900 000 personnes. Parmi les jeunes, 28 % des adolescentes sont concernées par des crises de boulimie, et 19 % déclarent adopter des stratégies de contrôle du poids. Les TCA représentent la deuxième cause de mortalité prématurée chez les 15-24 ans, après les accidents de la route.

ASSOCIATION ANOREXIE BOULIMIE OUEST

À l'échelle mondiale, les données précises sont limitées, mais les TCA sont reconnus comme un problème de santé publique majeur, affectant des millions de personnes, en particulier les jeunes femmes.

Âges concernés

Les TCA se manifestent fréquemment à l'adolescence. L'anorexie mentale débute souvent entre 14 et 18 ans, tandis que la boulimie apparaît généralement à la fin de l'adolescence ou au début de l'âge adulte. Cependant, ces troubles peuvent survenir à tout âge et concernent également les hommes, bien que dans une moindre proportion.

ACCUEIL

Origines des troubles

Les causes des TCA sont multifactorielles, impliquant des facteurs biologiques, psychologiques et socioculturels. Parmi les facteurs de risque, on retrouve :

Génétiques : antécédents familiaux de TCA ou d'autres troubles psychiatriques.

Psychologiques : faible estime de soi, perfectionnisme, troubles anxieux ou dépressifs.

Socioculturels : pression sociale pour correspondre à des idéaux de minceur, influence des médias et des réseaux sociaux.

Enjeux de santé publique

Les TCA représentent un défi majeur pour la santé publique en raison de leur prévalence, de leur morbidité et de leur mortalité. Ils sont souvent associés à des complications médicales graves, telles que des déséquilibres électrolytiques, des troubles cardiovasculaires et gastro-intestinaux, ainsi qu'à des comorbidités psychiatriques comme la dépression et l'anxiété. De plus, une proportion significative des personnes atteintes ne sont pas diagnostiquées ou ne reçoivent pas de traitement approprié, soulignant la nécessité d'améliorer le dépistage, la prévention et l'accès aux soins spécialisés.

Possibilités de traitement

La prise en charge des TCA est pluridisciplinaire et adaptée à chaque individu. Les approches thérapeutiques incluent :

Psychothérapie : les thérapies cognitivo-comportementales (TCC) sont particulièrement efficaces pour modifier les pensées et comportements liés aux TCA.

Suivi nutritionnel : assuré par des diététiciens ou nutritionnistes pour rétablir des habitudes alimentaires saines et équilibrées.

Traitement médical : surveillance et prise en charge des complications physiques associées aux TCA.

Soutien familial : impliquer la famille dans le processus thérapeutique, notamment pour les adolescents, afin de favoriser un environnement de soutien.

Une intervention précoce et une prise en charge globale augmentent significativement les chances de rétablissement. La Journée mondiale des TCA est l'occasion de rappeler l'importance de la sensibilisation, de la formation des professionnels de santé et du soutien aux personnes concernées pour lutter efficacement contre ces troubles.