

Les troubles du comportement alimentaire, c'est quoi ?

Les formes les plus connues de ces troubles sont l'anorexie et la boulimie. La prise alimentaire devient la préoccupation majeure des personnes souffrant d'un trouble alimentaire. Elle envahit constamment leurs pensées et détermine leurs comportements.

L'anorexie mentale, quelle différence ?

On parle d'anorexie mentale, quand une véritable lutte s'installe contre la sensation de faim contrairement à la perte d'appétit qui peut survenir à la suite d'une maladie (cancer, dépression...).

Il n'y a pas UN responsable à pointer du doigt !

Si les stéréotypes véhiculés par les médias et imposés par les maisons de haute-couture peuvent engendrer des troubles alimentaires, ils ne sont pas les seuls responsables... Ces jeunes commencent à s'infliger ces restrictions car ils ont des difficultés à s'accepter tels qu'ils sont et cela peut-être déclenché par un événement et/ou un environnement difficile à vivre. Les recherches sur les causes sont unanimes. Il n'y a pas de cause unique qui serait de la responsabilité des parents ou d'un tiers. Les parents auront toutefois un rôle central à jouer en s'engageant dans le traitement à l'aide des professionnels de santé en tant que parent et co-thérapeute.



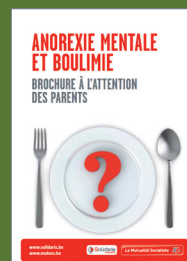
Des clés pour les parents ...

- **Apprenez à vos enfants à poser un regard critique** sur ce que les médias, la publicité et les moyens de communications actuels véhiculent comme messages : l'exigence de performance, l'image d'un corps idéal, les réponses rapides et toutes faites, la superficialité des liens,...
- **Parlez d'autres choses que de nourriture !** L'inquiétude face à la situation risque de vous donner envie de parler de nourriture, de nutrition et de poids alors que votre fille/fils ne sait plus voir la nourriture en peinture ! Vous risquez donc une fuite de sa part. Votre enfant souhaiterait peut-être aborder d'autres sujets et se confier, la porte est ouverte.
- **Soyez attentifs au perfectionnisme.** On a tous le droit à l'erreur et se tromper ne remet pas en question sa valeur personnelle. En évitant de survaloriser la réussite scolaire et les attentes extrêmes, la place est laissée au jeune afin qu'il puisse faire son propre cheminement.

Si vous constatez que votre enfant change son régime et ses habitudes alimentaires, qu'il commence à perdre du poids (lequel est parfois bien dissimulé sous des vêtements amples), pratique une activité physique de manière intense, se consacre à ses études sans relâche..., un petit signal d'alerte doit s'allumer et n'hésitez pas à consulter.



Solidaris avec son Observatoire de la Santé, (OLiSSa), réfléchit et travaille à la meilleure prise en charge possible des différents troubles du comportement alimentaire.



Vous souhaitez plus d'infos ?

Téléchargez ou commandez la brochure sur notre site www.solidaris-liege.be/publications