

Je me renseigne sur l'anorexie mentale

Le site du Docteur Claude DEL NIBBIO

Adresse du site : www.docvadis.fr/docteur.del_nibbio



Validé par
le Comité Scientifique Psychiatrie

L'anorexie mentale est un trouble du comportement alimentaire diagnostiqué à partir de l'observation de critères physiques, psychologiques et comportementaux. Elle a des conséquences graves tant au niveau physique que psychologique.

Comment établit-on le diagnostic d'anorexie mentale ?

Le médecin établit le diagnostic d'anorexie mentale à partir de critères diagnostiques reconnus internationalement et indiqués dans des classifications (CIM ou DSM).

Critères physiques :

- Ralentissement de la croissance ou courbe d'indice de masse corporelle qui s'infléchit chez l'enfant et l'adolescent.
- Poids inférieur à la normale d'au moins 15 % (ou un IMC inférieur à 17,5 pour les personnes de plus de 15 ans).
- Retard de la puberté, ou arrêt des règles depuis au moins trois mois ou règles irrégulières pour les jeunes filles déjà réglées.

Critères psychologiques et comportementaux :

- Evitement des « aliments qui font grossir », le plus souvent associé à des vomissements provoqués, l'utilisation de laxatifs, une pratique excessive d'exercices physiques, l'utilisation de « coupe-faim » ou de diurétiques.

- Altération de la perception du poids ou de la forme de son propre corps, influence excessive du poids ou de la forme corporelle sur l'estime de soi ou déni de la gravité de la maigreur existante.

Quelles sont les causes de l'anorexie mentale ?

L'anorexie est une maladie complexe d'origine multifactorielle. Elle survient souvent au moment de l'adolescence, période particulièrement difficile où le corps change et où la confiance en soi est mise à l'épreuve. Plusieurs facteurs sont souvent mis en cause :

- Des facteurs socioculturels : la mode, les exigences de minceur et de performance de la société, les phénomènes d'imitation entre adolescents. Les personnes qui vivent dans un milieu où le corps est idéalisé (sportifs de haut niveau, danseurs...) sont davantage à risque de souffrir de troubles du comportement alimentaire. Ces facteurs socioculturels ne sont cependant jamais les seuls responsables.
- Des facteurs individuels, génétiques et psychologiques : Des fragilités personnelles liées à l'environnement et au développement de l'individu. L'anorexie peut survenir à la suite d'un traumatisme comme le décès d'un proche ou un abus sexuel. Les personnes perfectionnistes ou qui ont une faible estime d'elles-mêmes seraient davantage concernées.
- Des processus physiologiques et psychologiques identiques à ceux de la dépendance aux drogues : l'anorexie mentale et la boulimie sont considérées aujourd'hui comme des addictions comportementales (ou addictions sans produit). Des comportements de restriction, régimes draconiens ou exercices physiques intenses, pourraient être des portes d'entrée dans la dépendance.

Quelles peuvent être les conséquences pour la santé ?

Les privations de nourriture et les vomissements entraînent des carences alimentaires, en protéines, acides gras, vitamines et minéraux. Des problèmes tels que des épisodes de chute de tension artérielle, des malaises, des pertes de connaissance, une chute des cheveux, un sentiment permanent d'avoir froid, des insomnies, des œdèmes aux pieds et aux jambes, les ongles qui deviennent cassants et la peau qui s'assèche accompagnent souvent l'anorexie mentale. En cas de vomissement, les dents peuvent être atteintes (émail des dents qui se fragilise, devient cassant, caries, inflammation des tissus qui soutiennent les dents, déchaussement) ainsi que le système digestif (constipation, inflammation de l'œsophage due aux vomissements). Les muscles deviennent des sources d'énergie et sont « mangés » par l'organisme. Les os se décalcifient. Le cœur, le cerveau, le foie, le rein et l'estomac sont à terme affectés. Certaines atteintes, notamment l'ostéoporose, sont irréversibles.

L'anorexie mentale modifie-t-elle la personnalité ?

En l'absence de nourriture, le corps produit des molécules appelées corps cétoniques qui provoquent une sorte d'euphorie. Le sentiment de maîtrise de soi peut également, dans un premier temps, être euphorisant. Néanmoins, à terme, la perception déformée de soi-même, le sentiment de perte de contrôle et la culpabilité qui font souvent suite aux crises de boulimie diminuent l'estime de soi et affectent la personnalité. Les personnes qui souffrent d'anorexie mentale peuvent être hyperémotives, changer fréquemment d'humeur, s'automutiler, se sentir très anxieuses, déprimées voire suicidaires. Elles sont plus souvent sujettes à des troubles obsessionnels compulsifs (TOC) et la dépression affecterait plus de la moitié d'entre-elles à un moment ou un autre de la maladie. Le corps s'affaiblit, la concentration et l'attention diminuent, le cerveau se « débranche ». La maladie éloigne aussi des autres et a un impact sur la vie amoureuse, sociale, et professionnelle.

L'anorexie mentale est le trouble le plus mortel parmi ceux de la santé mentale. Environ 5 % des personnes meurent des suites de la maladie ou d'un suicide. Elle concerne principalement des adolescentes et jeunes femmes, de 12 à 20 ans, mais touche aussi parfois des enfants ou des hommes et des femmes de tous âges. L'infertilité, les troubles de la libido et de l'érection font alors partie des conséquences de la maladie.