

LES TROUBLES ALIMENTAIRES

LA BOULIMIE (pour l'anorexie, voir le résumé)

Mme J, 25 ans, travaille dans le domaine des ressources humaines. Elle semble ne pas avoir de problèmes, et c'est pour cette raison que ses amis et ses collègues se tournent vers elle lorsqu'ils ont besoin de conseils. Mais en rentrant chez elle à la fin de son travail, Mme J ne se sent pas bien : elle se trouve trop grosse depuis des années, a essayé tous les régimes possibles. Aujourd'hui, pour perdre du poids, elle n'a presque rien mangé durant la journée, mais elle n'en peut plus : elle se rue sur le placard et le réfrigérateur et engloutit rapidement tout ce qu'elle a acheté comme provisions. Elle a maintenant mal au ventre et elle se sent énorme. Sans attendre trop longtemps, elle se dirige aux toilettes afin de se faire vomir.

QUELS SONT LES SYMPTOMES ?

Il s'agit d'un trouble caractérisé par l'absorption d'une **grande quantité de nourriture** en très **peu de temps**. La personne ressent un sentiment de **perte de contrôle** sur son comportement. Des vomissements provoqués y sont parfois associés, ainsi que des efforts pour contrôler son poids, tel que des régimes et des activités sportives. La **culpabilité** et la **mauvaise estime de soi** sont omniprésentes.

Il est à l'heure actuelle accepté par tous les professionnels des troubles alimentaires que les **régimes ne fonctionnent pas** et que, dans le cas de la boulimie, ils suscitent des crises et emprisonnent la personne dans un **cercle vicieux** tel qu'illustré ci-dessous :

