

L'anorexie et la boulimie

Qu'est-ce que l'anorexie?

Les personnes atteintes d'anorexie nerveuse désirent devenir plus maigres, ressentent une peur intense à 'prendre du poids' ou a grossir et s'inquiètent excessivement de leur silhouette. C'est pour cela que ces personnes ont des conduites anormales en ce qui concerne leur régime, leur poids et le volume et la silhouette de leur corps. Tout cela s'associe à une grave perturbation de la perception de leur image corporelle. L'anorexie atteint surtout des jeunes femmes ayant une personnalité obsessionnelle.

Qu'est-ce que la boulimie?

La boulimie est un trouble apparemment opposé à l'anorexie. Il se caractérise par des épisodes où la personne mange sans contrôle (s'empiffre) durant de très courtes périodes de temps. Après, cette personne se sent coupable et veut "compenser" sa faute en provoquant des vomissements ou en abusant des laxatifs et des diurétiques. La moitié des patients souffrant d'anorexie nerveuse présentent des symptômes boulimiques au cours de leur évolution.

Pourquoi surgit-elle?

Les médias (télévision, magazines) et la publicité projettent l'image de personnes extrêmement maigres comme modèles de réussite et de beauté. Il existe des personnes qui sont plus sensibles à ce message et qui refusent leur corps parce qu'il ne coïncide pas avec la prétendue perfection de cette image.

Quels en sont les symptômes?

- Amaigrissement avec perte excessive de poids, malnutrition et atrophie musculaire, plus évidente chez les hommes.
- Perturbation ou absence du cycle menstruel des femmes.
- Attitude négative et refus d'aliments.
- Provocation du vomissement.
- Utilisation de laxatifs et de diurétiques.

- Intense activité sportive.
- Tristesse, irritabilité, changements brusques d'humeur, problèmes avec la famille et les études.
- Négation de la maladie.

Les cas les plus extrêmes peuvent compromettre gravement la santé du malade.



Traitement de l'anorexie et de la boulimie

Les deux maladies nécessitent psychothérapie individuelle et familiale. Le traitement doit être réalisé par des professionnels et il faut agir dès que possible.

Conseils de prévention pour les parents

- Apprenez à reconnaître et à exprimer les sentiments qui favorisent l'autoestime.
- Acceptez que personne n'est parfait et favorisez l'acceptation de son propre corps.
- Fixez des règles convenables pour atteindre une conduite alimentaire saine (établissez les horaires des repas en famille, soulignez l'importance de manger un peu de tout en quantité modérée, évitez les régimes restrictifs sans le conseil d'un professionnel, etc.).
- Favorisez un esprit critique à l'égard des stéréotypes culturels (particulièrement en ce qui concerne la publicité et la mode).

Soutien à la famille: Asociación contra la Anorexia y la Bulimia (ACAB) www.acab.org. Téléphone: 934549275