

TROUBLES ALIMENTAIRES ET DÉPENDANCES

I N F O - R E L A N C E



LES CHANGEMENTS PHYSIQUES À SURVEILLER

- Variation de poids
- Maux de ventre ou troubles digestifs
- Grande fatigue
- Baisse de température corporelle
- Étourdissements
- Irrégularités menstruelles
- Fragilité des ongles

QUOI FAIRE SI VOUS SOUPÇONNEZ VOTRE ENFANT DE SOUFFRIR D'UN TCA?

N'hésitez surtout pas à discuter avec votre enfant.

Encouragez votre enfant à manger en famille.

Renseignez-vous, aller chercher de l'aide.

Évitez les conversations portant sur l'apparence physique et les commentaires pouvant renforcer l'obsession de l'image corporelle.

Armez-vous de patience, le processus de rétablissement est une démarche de longue haleine.

Une concomitance peut être présente entre les troubles du comportement alimentaire (TCA) et les troubles liés à l'usage de substance (TUS).

En effet, le point commun entre les deux troubles est la gestion des émotions.

Effectivement, une personne qui présente un TCA oscille entre un sentiment de tension et d'apaisement. Nous pouvons comparer ces deux émotions à l'effet de manque et au soulagement ressenti lorsqu'une personne qui présente un TUS consomme. Un individu présentant un TCA entretient une relation malsaine avec l'alimentation tout comme celui présentant un TUS avec les substances psychoactives.

LE SAVIEZ-VOUS?

Il n'existe pas de facteur pouvant à lui seul expliquer la concomitance TCA/TUS.

Les sportifs voulant augmenter leur masse musculaire présentent plus de risque de développer la concomitance TCA/TUS.

Le fait d'entreprendre un régime amincissant est un facteur de risque pouvant mener à un TUS.

La motivation au changement est un élément essentiel à la réussite d'une démarche de changement.