

ANOREXIE DE L''ADO : CONSEILS AUX PARENTS POUR REPÉRER TÔT LA MALADIE

La santé des enfants

Publié par: Walda Colette Dubuisson

Publié le : 21-01-2019

L'anorexie est une maladie qui s'installe insidieusement.Elle frappe surtout les adolescentes et les jeunes filles entre 12 et 20 ans, obsédées par la minceur.

Si elle n'est pas prise en charge à temps, l'anorexie peut conduire à la mort.

L'anorexie, c'est quoi ?

L'âge où l'incidence est la plus élevée est entre 10 et 19 ans.

Chez l'homme, l'anorexie est plus rare, avec une prévalence entre 0 et 0,16%

Ces pourcentages sont peu élevés, mais ils cachent des milliers de victimes...

Ce terme vient du grec ancien anorexia qui signifie « absence de désir ». L'anorexie, c'est l'absence d'envie de manger, d'appétit : elle existe comme conséquence de certaines maladies, digestives ou cancéreuses.

Mais dans le cas des filles, il s'agit d'anorexie mentale et c'est un trouble psychique du comportement alimentaire.

Elles ont normalement faim mais elles se privent de manger parce qu'elles sont obsédées par le désir de maigrir. Et cette obsession prend le pas sur tout le reste de leur vie. **C'est une addiction comparable à celle de la drogue.**

On ne sait pas vraiment pourquoi l'anorexie frappe plus souvent les filles que les garçons, mais on a constaté que l'âge s'abaisse de plus en plus et que des enfants de 8 / 9 ans deviennent anorexiques. C'est dire les ravages que fait le culte actuel de la minceur.

Quels sont les signes de l'anorexie ?

En général, l'anorexie démarre avec un régime amaigrissant, souvent sauvage et toujours déséquilibré. Cette dévotion à la minceur est tellement importante maintenant que la fille est encouragée par sa famille et ses ami(e)s et félicitée pour ces kilos perdus.

o Elle est heureuse, elle se sent bien et un sentiment de puissance sur elle-même, de maîtrise de son corps l'envahit peu à peu, qui la conduit de vouloir absolument et de continuer à perdre du poids.
o Elle évite tout ce qui risque, selon elle, de la faire grossir : ce qui est sucré, évidemment, mais aussi tous les aliments contenant du gras, y compris et surtout, les viandes. Elle boit énormément d'eau et se pèse plusieurs fois par jour.

Il lui arrive souvent de se faire vomir.

o Elle saute de plus en plus de repas, trouve tous les prétextes possibles pour ne pas se mettre à

table.

Mais n'hésite pas pour autant à aider sa mère à faire les courses et préparer les repas : elle est même souvent bonne cuisinière.

o Elle travaille très bien à l'école : c'est plutôt un genre de petite fille modèle sur laquelle les parents ne se posent pas vraiment de questions.

D'où le danger de cécité de ceux-ci.

o Elle fait aussi beaucoup de sport, de façon de plus en plus intense, sans manifester la moindre fatigue.

Et elle peut aussi prendre (en douce) des laxatifs et des diurétiques.

o Elle maigrit de plus en plus et n'a plus de règles.

Quelles sont les conséquences de l'anorexie ?

Au fil de la privation de nourriture et de l'amaigrissement intensif, la dénutrition s'installe.

Elle engendre inévitablement des carences en tout : protéines, lipides et acides gras essentiels, vitamines et antioxydants, sels minéraux.

Tout se fragilise : peau, cheveux, os, dents tandis que l'anémie est de rigueur.

Souvent, la dépression s'installe aussi, avec un repli sur soi, la fuite de tout contact avec les autres. Des troubles du sommeil et cardiaques s'installent également.

Comment repérer tôt le début de l'anorexie ?

Dès que votre fille :

o chipote à table,

o se dit rassasiée quand elle a avalé trois feuilles de salade,

o invoque n'importe quel prétexte pour ne pas venir à table,

o boit des litres et des litres d'eau,

l'alerte rouge doit s'inscrire dans votre cerveau.

Inutile d'attendre que son amaigrissement nécessite une hospitalisation d'urgence.

Il est bon, même si c'est choquant, de consulter l'historique de l'ordinateur afin de vérifier si elle consulte des sites - et ils sont nombreux - prônant l'anorexie et donnant des conseils pour la réussir. On aura alors la preuve, surtout si on se voile les yeux - ce qui est fréquent - du danger mortel qui rôde autour de la petite.

Il faut alors qu'elle soit médicalement prise en charge.

On peut d'abord faire part de son inquiétude au médecin de famille et établir avec lui la stratégie pour amener la jeune fille à consulter, et au besoin faire preuve d'autorité pour cela si elle s'y refuse.

L'ayant pesée et mesurée, il constatera son amaigrissement et il sera alors à même de l'aiguiller chez un psychologue ou un psychiatre spécialisé dans les troubles du comportement alimentaire et chez un médecin nutritionniste.

Tous les deux, de concert, mettront en place une thérapie destinée à réconcilier la jeune fille avec la nourriture et l'image de son corps. Une thérapie familiale est souvent nécessaire en même temps et elle doit être acceptée sans rechigner par Maman et Papa.

Plus une anorexie mentale est détectée et soignée précocement, plus la guérison est certaine.

Page précédente

Article publié par Paule Neyrat, Diététicienne le 27/03/2014

Sources : A. Jean et coll. The nucleus accumbens 5-HT₄-CART pathway ties anorexia to hyperactivity.

Publié sur sos-enfants en accord avec e santé.be