

Troubles de l'humeur et TCA



Si les mécanismes biologiques communs aux troubles du comportement alimentaire et aux troubles de l'humeur restent mystérieux, les médecins constatent qu'ils partagent un certain nombre de caractéristiques.

Le comportement alimentaire déviant est souvent un moyen de « gérer » des émotions, comme le stress, l'anxiété, la pression professionnelle. La crise procure un sentiment de confort, de soulagement, même si elle est parfois associée à une forte culpabilité.



Les troubles de l'humeur brouillent les cartes sur les sensations corporelles et provoquent des distortions dans le comportement alimentaire :



- Manger pour calmer les émotions, le stress, l'anxiété
- Manger de manière addictive
- Manger pour passer le temps, parce que l'on s'ennuie
- Arrêter de manger pour avoir l'impression de maîtriser son corps

L'impulsivité et la compulsion sont des symptômes rencontrés à la fois chez les personnes souffrant de troubles de l'humeur et les personnes souffrant de troubles des conduites alimentaires.

Ainsi, les boulimiques font preuve d'impulsivité; l'anorexie, elle, relève plutôt d'un comportement obsessionnel. Ces troubles de l'humeur, et les troubles anxio-dépressifs doivent être pris au sérieux et traités rapidement, car ils peuvent vite dégénérer. L'anorexie mentale est en effet la maladie mentale qui a le plus fort taux de suicide.



Un équilibre doit être trouvé entre exigences personnelles, culturelles et métaboliques. L'alimentation est aussi une pratique sociale, familiale et culturelle qui permet à la personne de prendre une place dans son environnement.

Les TCA peuvent trouver leur origine dans les troubles de l'humeur, ou à l'inverse, ils peuvent les induire en conséquence des émotions fortes qu'elles provoquent comme la frustration, la culpabilité, le dégoût, ou la colère.



Si vous vous reconnaissez ou quelqu'un de votre entourage dans cette description, n'hésitez pas à nous contacter.

Usab: Union des SAB
www.solidarite-anorexie.fr

