



OUTILS PEDAGOGIQUES

Troubles du comportement alimentaire

Janvier 2018

Article

De l'anorexie athlétique à l'anorexie mentale

M.-F. Le Heuzey

Pratiques en nutrition, 13(51), 2017

Les athlètes sont particulièrement susceptibles de développer des troubles du comportement alimentaire, en particulier dans les sports dits "esthétiques" ou basés sur des catégories de poids...

Lien : [Lien vers l'article](#)

Un cas de psychopathologie paradigmatique de l'addiction : l'anorexie mentale

M. Merand

<http://www.implications-philosophiques.org>, octobre 2016

L'auteur se pose la question de ce trouble alimentaire qu'est l'anorexie. Elle l'analyse à travers une double démarche philosophique et psychologique.

Lien : [Lien vers l'article](#)

Le repas familial thérapeutique Un outil de soin pour les adolescentes anorexiques hospitalisées et leurs familles.

M.-A. Podlipski, J. Laviolle, B. Gonzales, C. Georgin, S. Leclerc, M. Lasfar et al.

Perspectives Psy, 54(1), 2015

Cet article s'emploie à décrire l'outil de soin qui a été élaboré pour les patientes anorexiques et leurs familles au sortir de l'hospitalisation. En introduction de l'article, il est question de notions générales du travail avec les familles d'adolescentes anorexiques.

Lien : [Lien vers l'article](#)

La fratrie de l'enfant anorexique

L. Noël, L. de Maynadier

Archives de pédiatrie, 21(10), 2014

Cet article propose donc de donner quelques repères aux professionnels de santé susceptibles d'accompagner des fratries afin de prévenir l'apparition de troubles anxieux, dépressifs ou encore de troubles alimentaires.

Lien : [Lien vers le résumé](#)

Groupe de parents dans le traitement de l'anorexie

N. Babillot, S. Lamare, P. Genvresse

Adolescence, 3(3), 2014

Ce texte relate la première expérience d'une prise en charge groupale de parents d'adolescentes souffrant d'anorexie mentale à la Maison des adolescents du Calvados. Le choix des auteurs a été de retranscrire fidèlement les moments des séances au plus près de la clinique en insistant sur le vécu contre-transférentiel.

Lien : [Lien vers la page de présentation](#)



Bande dessinée

La Chair de l'araignée

Hubert, M. Caillou

Editions Glénat, 2010

Dans cette bande dessinée, le dessinateur relate, avec pudeur et retenue, le parcours d'un garçon et d'une fille anorexiques qui partagent leur lente descente aux enfers. Il décrit la « crise » qui les secoue régulièrement, un voyeurisme nécessaire pour comprendre ce que les mots ne font qu'esquisser...

Lien : [Lien vers la présentation de la bande dessinée](#)

La Fille invisible

E. Villeneuve, J. Rocheleau (Préface de J. Wilkins)

Editions Glénat Québec, 2010

Le personnage de cette histoire veut devenir une « nouvelle » fille. Elle se fait un programme avec une alimentation sans sucre et du sport. Petit à petit elle se trouve prise dans un engrenage qui va entraîner une grosse chute de poids et faire basculer son existence tout entière.

Lien : [Lien vers la présentation de la bande dessinée](#)

Blog

Corps et âme en éveil

S. Palumbo, 2014

Blog de S. Palumbo, coach en développement personnel. Elle a voulu partager son expérience de la maladie pour aider celles et ceux qui le souhaitent à améliorer leur vie, à transformer leur vie et amorcer le changement... Elle anime des groupes de soutien et d'accompagnement.

Lien : [Lien vers le blog](#)

Brochure – Dépliant - Flyer

Troubles des comportements alimentaires

Psycom, juin 2016

Cette brochure décrit les symptômes des troubles du comportement alimentaire et leurs conséquences. Elle donne des pistes pour la prise en charge et des adresses utiles.

Lien : [Lien vers la brochure](#)

À fleur de peau...

Association Boulimie Anorexie (Lausanne), avril 2013

Brochure pour aider les personnes atteintes de troubles du comportement alimentaire et permettre à leurs proches de mieux les comprendre.

Lien : [Lien vers la brochure](#)

Contact : Association Boulimie Anorexie, Avenue Villamont 19, 1005 Lausanne - Tél : 021 329 04 22
– Mail : info@boulimie-anorexie.ch

Conférence - Conférence audio

Intérêt du modèle de l'addiction dans l'approche clinique et thérapeutique des patients souffrant de conduites anorexiques-boulimiques

J.-L. Vénisse

Association réseau des thérapies des troubles alimentaires (ARTTA), octobre 2017

A travers sa pratique clinique thérapeutique d'une quarantaine d'années, le Pr Jean-Luc Vénisse nous parle ici de « l'évolution des idées et des pratiques en addictologie qui a ouvert de nouvelles perspectives dans l'accompagnement des patients atteints de troubles du comportement alimentaire. Cet accompagnement doit se conjuguer pendant plusieurs années avec tact, mesure et conviction ».

Lien : [Lien vers la conférence](#)



Quand manger devient un problème : les troubles des conduites alimentaires et leurs traitements

R. Shankland

Avenue Centrale, octobre 2016

Cette conférence propose une synthèse des connaissances ainsi que des pistes de prévention des problématiques alimentaires et d'accompagnement des personnes souffrant de ces troubles. Parmi les pistes prometteuses sont présentées les approches contribuant à restructurer la relation à soi et à son corps, favorisant une régulation plus adaptative des émotions, et une plus grande flexibilité cognitive et psychologique. Sont également abordées les recherches et interventions issues du champ de la psychologie positive, de la Mindfulness et de la thérapie d'acceptation et d'engagement (ACT).

Lien : [Lien vers la conférence](#)

Dossier bibliographique

Trouble du comportement alimentaire chez l'adolescent

Centre régional de ressources documentaires en éducation et promotion de la santé, avril 2015

Dossier constitué d'une sélection de documents (article, étude/rapport, ouvrage, guide pédagogique, mallette, jeux, DVD/vidéo, exposition, brochure, livre jeunesse...), liens et adresses utiles.

Lien : [Lien vers le dossier](#)

Contact : Centre régional de ressources documentaires en éducation et promotion de la santé, rez-de-chaussée du Centre Vauban, 201 rue Colbert, 59045 Lille - Tél : 33 (0)3 20 15 49 49

DVD – Vidéo

Anorexie, boulimie : soigner le corps et le rapport à l'image

D. Salomon

Destinationsante.com, novembre 2017

Les troubles du comportement alimentaire affectent la perception que les patientes ont de leur propre corps et de la réalité. Une puberté difficile à accepter, des traumatismes ou encore l'image de la femme dans la publicité et les magazines... Les causes sont multiples et diffuses. Le Dr Bruno Rocher, psychiatre référent du centre de soins ambulatoires en addictologie du CHU de Nantes fait le point sur ces troubles du rapport au corps et évoque la prise en charge des malades.

Lien : [Lien vers l'interview et la vidéo](#)

« Chère anorexie »

J. Du Pasquier

Arte, octobre 2016

La réalisatrice a posé sa caméra dans différents pays européens. Elle a rencontré des malades, des soignants. Le tout donne un documentaire très humain avec des témoignages bouleversants et des analyses de soignants qui tentent de faire comprendre cette maladie qui « vole tout » aux dires d'une ancienne malade.

Lien : [Présentation de la vidéo](#)

Mince alors !

Alimentation nutrition comportement alimentaire (ANCA), janvier 2016

Cette vidéo est destinée aux adolescents pour les aider à comprendre ce que sont les troubles du comportement alimentaire, notamment l'anorexie et la boulimie. Elle aborde différentes causes



pouvant être à l'origine de ces troubles et met en garde contre l'influence des médias sur l'image du corps.

Lien : [Lien vers la vidéo](#)

Contact : Chaire ANCA – AgroParisTech, 16 rue Claude Bernard, 75005 Paris - Tél : 33 (0)1 44 08 86 37 - Mail : chaireanca.contact@gmail.com

Le risque majeur de l'anorexie mentale, c'est l'enfermement de l'individu

C. Blanchet-Collet

<http://www.vidal.fr>, janvier 2015

Une des caractéristiques du symptôme anorexique chez l'adolescent(e) est qu'il aura évolué entre le début et la fin de la prise en charge. Un des risques majeurs de cette pathologie c'est l'enfermement de l'individu et le fait qu'effectivement, le processus pubertaire ne puisse plus évoluer. Un petit nombre évoluera vers des pathologies anorexiques chronicisées, lourdes qui vont devenir un peu le centre de leur existence.

Lien : [Lien vers la page du site et la vidéo](#)

Emission de radio

Un autre regard sur l'anorexie

S. Quesemand Zucca, C. Vansteene, P. Jeammet

France Inter, octobre 2017

A l'occasion de la manifestation « Parisscience », au programme de laquelle, le film « Chère anorexie » a été programmé, l'émission « La Tête au carré » a reçu trois spécialistes de cette maladie dont Sylvie Quesemand Zucca, psychiatre qui a participé à l'élaboration du film...

Lien : [Lien vers l'émission](#)

Le culte de la minceur chez les jeunes filles : une situation préoccupante ?

M.-R. Moro, A. Bargiacchi, G. Apfeldorfer

France Inter, juin 2017

L'émission « Le Téléphone sonne » de France Inter a invité le Dr Marie-Rose Moro, psychanalyste et psychiatre d'enfants et d'adolescents, le Dr Anne Bargiacchi, pédopsychiatre à l'hôpital universitaire Robert Debré et Gérard Apfeldorfer, pour réagir sur les résultats des deux enquêtes ENNS-2006 et Esteban 2015 qui montrent que la maigreur a augmenté chez les très jeunes filles.

Lien : [Lien vers l'émission](#)

Troubles alimentaires : quand la tête se fâche avec le ventre

N. Godart, N. Sahuc, P. Gorwood

France Culture, mai 2017

Et pour essayer de mieux comprendre comment appréhender, accompagner les patients et lutter contre les troubles du comportement alimentaire... France Culture a invité Nathalie Godart, responsable de l'unité d'hospitalisation psychiatrique pour adolescents de l'Institut Mutualiste Montsouris à Paris, et Nicolas Sahuc, diététicien à Nîmes, rattaché au CHU Lapeyronie de Montpellier. Avec dans l'émission une interview de Philip Gorwood, professeur de psychiatrie et chef de service à la Clinique des Maladies Mentales et de l'Encéphale à l'hôpital Sainte Anne.

Lien : [Lien vers l'émission](#)



Film

My Skinny Sister

S. Lenken, décembre 2015

La réalisatrice emmène le spectateur avec humour et sensibilité dans le microcosme d'une vie adolescente complètement dominée par le corps, ses désirs, et ses angoissantes perturbations.

Lien : [Lien vers une critique du film](#)

Guide

Conseils pratiques aux parents pour gérer les repas avec un enfant souffrant d'un trouble des conduites alimentaires

FNA-TCA, juillet 2010

Les parents peuvent être de précieux alliés dans la guérison de leur enfant anorexique. Ce document de trois pages peut aider les parents confrontés aux crises engendrées par le comportement alimentaire de leur enfant. Ils y trouveront des conseils pour aider leur enfant sur son chemin de guérison.

Lien : [Lien vers le document](#)

Guide pour la fratrie d'un adolescent souffrant d'un trouble alimentaire

Y. Simon, I. Simon-Baïssas

Fonds Houtman (ONE), Association Miata, 2009

Les frères et les sœurs subissent de plein fouet les bouleversements familiaux associés à la survenue du trouble alimentaire chez un membre de la fratrie. Dans la première partie de ce guide, ils trouveront les réponses aux questions qu'ils se posent ainsi qu'un certain nombre de solutions pour affronter les difficultés d'adaptation aux bouleversements engendrés par la maladie. La deuxième partie est destinée aux jeunes souffrant d'un trouble alimentaire qui s'inquiètent des conséquences de la maladie sur leurs frères et leurs sœurs.

Lien : [Lien vers le document](#)

Contact : Fonds Houtman : 60c, Avenue de la Toison d'Or, 1060 Bruxelles - adresse courrier : 95, Chaussée de Charleroi, 1060 Bruxelles - Tél. : 32 (0)25 43 11 71 - Mail : info@fondshoutman.be

Livre ou chapitre de livre

Anorexie, Boulimie : en faim de conte

V. Dodin

Desclée de Brouwer, février 2017

L'auteur s'est inspiré d'histoires vraies de sujets souffrants qu'il soigne avec son équipe depuis plus de 25 ans... Il montre comment la « synergie des compétences médicales, nutritionnelles et psychiatriques » oeuvrent pour conduire à la guérison.

Lien : [Lien vers le document](#)

Le phénomène "pro ana". Troubles alimentaires et réseaux sociaux

A.A. Casilli, P. Tubaro

Presses des mines, septembre 2016

Ce livre présente la "communauté" pro ana" (blogs consultés et administrés par des personnes atteintes d'anorexie ou d'autres troubles alimentaires). Il a interrogé les usagers de ces sites Internet et a mis au jour leurs réseaux de relations...

Lien : [Lien vers la présentation du livre](#)



Les troubles du comportement alimentaire. Prévention et accompagnement thérapeutique

R. Shankland

Dunod, juin 2016

Ce livre se veut être une synthèse des connaissances actuelles, dans le but d'améliorer la compréhension et la prévention des troubles du comportement alimentaire. Il est également très axé sur les nouveaux types de prises en charge : remédiation cognitive, pratiques de pleine conscience, psychologie positive, thérapie de l'acceptation et de l'engagement.

Lien : [Lien vers la présentation du livre](#)

Troubles du comportement alimentaire

S. Thiebaut, P. Courtet, S. Guillaume

In : M. Reynaud, L. Karila, H.-J. Aubin, A. Benyamina, *Traité d'addictologie*. p. 809-813

Lavoisier Médecine Sciences, mai 2016

Les troubles des conduites alimentaires sont des troubles multifactoriels. Ils se caractérisent par une relation perturbée à la nourriture et à l'image du corps associée à des comportements inadaptés de contrôle et à l'inverse de perte de contrôle vis-à-vis de la nourriture, aboutissant à une altération du fonctionnement social et de l'état physique du sujet pouvant aller jusqu'à la mort

Lien : [Lien vers la présentation](#)

Troubles des conduites alimentaires

D. Ringuenet, A.-S. Maria, N. Gaha

In : A. Benyamina, *Addictions et comorbidités*. p. 249-264

Dunod, juin 2014

Ce chapitre aborde quelques aspects des liens de comorbidité entre TCA et addictions, et tenterons d'éclairer les éléments de compréhension et le discernement que peut apporter le concept de pathologie duelle.

Lien : [Lien vers la présentation](#)

Anorexie, boulimie : nouveaux concepts, nouvelles approches

S. Criquillion, C. Doyen

Lavoisier, janvier 2016

Les TCA bouleversent les relations dans la famille. Ils entraînent une multitude de troubles annexes pouvant aller jusqu'à un risque vital. Plusieurs spécialistes d'origines différentes ont apporté leur contribution pour une meilleure compréhension et une amélioration de l'offre de soin, de la qualité de vie...

Lien : [Lien vers la présentation du livre](#)

Approches familiales des TCA de l'enfant et de l'adolescent

S. Cook-Darzens

Erès, février 2014

L'auteur présente dans ce livre un modèle intégré de thérapie familiale adapté aux troubles du comportement alimentaire de l'enfant et de l'adolescent. Cette revue complète de littérature offre à la fois des outils et des guides spécifiques de conduite thérapeutique.

Lien : [Lien vers la présentation du livre](#)



Outils

Utiliser le disque d'indice de masse corporelle (IMC) en pratique clinique

INPES, mai 2015

Le Ministère de la santé et l'Institut national de prévention et d'éducation pour la santé (INPES) ont mis à la disposition de l'ensemble des professionnels de santé concernés deux outils de mesure de l'indice de masse corporelle, d'utilisation simple, élaborés en lien avec des médecins généralistes et des experts en nutrition.

Lien : [Lien vers la présentation du disque et le téléchargement](#)

Programme

LIKE YOU : programme d'éducation à la santé sur les questions liées au poids et à l'image corporelle

Intance régionale en éducation et promotion de la santé (IREPS) Pays de la Loire, 2016

Ce programme propose une approche complémentaire de l'éducation nutritionnelle classique. Il privilégie un travail sur l'acceptation de soi et les influences sociétales, sans nier les risques pour la santé, pour que l'individu s'engage dans un processus de changement privilégiant de saines habitudes de vie adaptées et réalistes.

Lien : [Lien vers la présentation du programme](#)

Contact : Ireps Pays de la Loire - Pôle Mayenne, 76 bd Lucien Daniel - 53000 LAVAL – Tél : 02 43 53 46 73 - Christel Fouache – Mail : ireps53@irepspdl.org

Recommandations à destination des familles

Anorexie mentale : prise en charge. Document d'information destiné aux familles et aux patients

Haute autorité de santé, décembre 2011

Lien : [Lien vers le document d'information](#)

Recommandations à destination des soignants

Boulimie et hyperphagie boulimique. Repérage et éléments généraux de prise en charge - Note de cadrage

Haute autorité de santé, novembre 2015

Cette note de cadrage aborde les points suivants : repérage et prise en charge précoce, facteurs de risque, signes d'appel, premières consultations pour boulimie ou hyperphagie boulimique chez l'adolescent et l'adulte, bilan, orientations, rôle des parents et de l'environnement notamment scolaire, rôle de l'entourage, suivi au long cours d'un adulte ou d'un adolescent (composantes psychiatriques et somatiques). Y est inclus un chapitre sur la prise en charge des patients présentant un TCA arrivant dans un service d'urgence (urgences médicales ou urgences psychiatriques).

Lien : [Lien vers le document](#)

Anorexie mentale - Prise en charge : argumentaire

Haute autorité de santé, juin 2010

Lien : [Lien vers le document de l'argumentaire](#)



Grille de recueil des critères de qualité pour l'évaluation et l'amélioration des pratiques « Anorexie mentale : prise en charge »

Haute autorité de santé, décembre 2011

Lien : [Lien vers la fiche](#)

Anorexie mentale - Prise en charge : Série de critères de qualité pour l'évaluation et l'amélioration des pratiques. Guide d'utilisation

Haute autorité de santé, décembre 2011

Lien : [Lien vers le guide](#)

Revue

Anorexie : quand manger fait mal

Phosphore, novembre 2016

Cet article explique les causes de cette « addiction à la perte de poids » et de l'image « déformée » que l'on a de son propre corps. Il propose des témoignages d'adolescents et se termine par la constatation de Julia, au bout de son parcours d'anorexique : « Je veux rattraper chacune des secondes que l'anorexie m'a volée. Comme moi, chacun mérite de guérir, a le droit de vivre et y arrivera aussi. »

Lien : [Lien vers le magazine](#)

Contact : Bayard, TSA 50006 - 59714 Lille Cedex 09 – Tél : 01 74 31 15 06

Site Web

AFDAS-TCA (Association française pour le développement des approches spécialisées dans les troubles alimentaires)

C'est une association qui regroupe des spécialistes du dépistage, du diagnostic, de la prise en charge, du traitement et de la recherche sur les troubles du comportement alimentaire, ainsi que des représentants des fédérations et associations de familles et d'usagers.

Lien : [Lien vers le site Internet](#)

Contact : AFDAS-TCA, 100 rue de la santé, CMME Centre hospitalier St-Anne - 75014 Paris

Réseau TCA Francilien

Un des objectifs de ce réseau est le besoin de faire connaître les interlocuteurs autant aux familles qu'aux professionnels de santé et d'optimiser les relations entre les différents acteurs de santé.

Lien : [Lien vers le site Internet](#)

Profil

Centre de référence sur la nutrition, Extenso, avril 2014

Profil est un projet de multiplateforme mené par Extenso, le Centre de référence sur la nutrition du Département de nutrition de l'Université de Montréal. Il s'adresse aux professionnels de la santé francophones qui œuvrent auprès d'hommes atteints de troubles de l'alimentation et de l'image corporelle.

Lien : [Lien vers le site Internet](#)



Site d'aide en ligne

« Anorexie Boulimie Info Ecoute »

C'est une ligne qui a été mise en place pour donner des conseils personnalisés sur les troubles alimentaires. Cette ligne est gérée par le réseau TCA Francilien, grâce au soutien de la Fondation de France et du Conseil régional d'Ile de France.

Lien : [Lien vers la présentation de la ligne](#)

Témoignage

« On a la volonté de vivre, mais on est pris dans une spirale » : trois femmes anorexiques témoignent

Francetv info, juin 2016

D'après de récents travaux de recherche, l'une des causes de l'anorexie serait une addiction à la maigreur. Pour mieux comprendre ce trouble alimentaire, francetv info a rencontré trois femmes qui racontent leur combat contre la maladie.

Lien : [Lien vers l'article](#)

Journal d'une anorexique boulimique : le combat d'un ange

C. Cindy

L'Harmattan, avril 2015

« Un triste soir d'octobre 2012, notre vie s'est suspendue. Nous venions d'apprendre que notre fille Cindy avait choisi de s'envoler pour toujours... Cela faisait cinq ans, depuis son agression sexuelle, que la vie de notre fille s'était elle aussi suspendue. L'anorexie et sa grande complice, la boulimie, étaient alors entrées chez nous, empoisonnant à jamais nos existences, jusqu'à ce billet sans retour. Ce livre contient le journal intime tenu par Cindy ».

Lien : [Lien vers la présentation du livre](#)

L'âme en éveil, le corps en sursis

Sabrina Palumbo

Quintessence Holoconcept, mai 2014

Sabrina tombe dans l'anorexie à dix-sept ans, suite à un régime censé améliorer ses performances sportives. Ce récit autobiographique est l'histoire d'une longue reconstruction, d'abord physique puis psychologique. Un parcours douloureux mais finalement positif que Sabrina nous raconte avec tout son cœur...

Lien : [Lien vers la présentation du livre](#)