

L'anorexie tue moins qu'autrefois

■ Sept anorexiques sur dix se rétablissent au moins partiellement

■ C'est que l'accompagnement des patients a fortement évolué.

■ Le psychiatre Mathieu Van Leer tient un discours encourageant.

9 %

Moins d'un patient anorexique sur dix en meurt

Après une prise en charge de 4 à 5 ans, 40 % des patients sont totalement rétablis, 30 % ont une nette amélioration mais il reste des symptômes, 20 % n'ont pas d'amélioration du tout et 9 % en meurent soit par dénutrition soit par suicide. Ces sont les chiffres avancés par le psychiatre Mathieu Van Leer, responsable de l'unité des troubles alimentaires au centre hospitalier "Le Domaine" à Braine-l'Alleud.

Entretien Dorian de Meeûs et Jonas Legge

Aujourd'hui, l'anorexie entraîne encore une issue fatale pour trop de personnes atteintes de cette terrible maladie qui touche près de 2 % des jeunes femmes. La Belgique répond-elle sérieusement à ce problème ? Le psychiatre Mathieu Van Leer, responsable de l'unité des troubles alimentaires au centre hospitalier "Le Domaine" à Braine-l'Alleud, se veut optimiste.

Qu'est-ce que l'anorexie mentale ?

Actuellement, nous nous référons à une classification mondiale, le DSM 5, qui présente l'anorexie comme trouble alimentaire et problème de santé mentale caractérisé par trois principaux critères. D'abord, une restriction des apports alimentaires et énergétiques menant à un poids inférieur au poids normal pour le sexe, l'âge et la taille. Ensuite, une peur intense d'une reprise de poids. Et enfin, une expérience modifiée de la perception de son propre corps et une influence excessive du poids sur l'estime de soi, ainsi qu'une minimisation de la gravité de l'état de maigreur. C'est comme si, dans sa manière de se percevoir, la patiente regardait à travers un filtre grossissant.

Comment déceler l'anorexie chez un proche ?

Sous différentes formes, comme le sous-poids, l'absence de volonté de grossir et l'anxiété aux moments de prises alimentaires. Mais aussi à travers la pratique d'exercices intenses ou l'hyperactivité intellectuelle. Un enfant va par exemple connaître un hyper-investissement scolaire, un

sentiment de perfectionnisme et, dès lors, la dévalorisation constante car on n'atteint jamais la perfection.

Une catégorie de la population est-elle plus touchée ?

Le ratio est de 1 homme pour 10 à 11 femmes. Il y a deux pics d'âges : 12-13 ans et 19-20 ans. Entre ces deux pics, la proportion de cas est la plus élevée. On estime que 0,9 à 2,2 % de la population féminine de 15 à 35 ans est atteinte d'anorexie. Mais c'est certainement sous-évalué car il y a un problème de dépistage et de prise en compte de tous les cas. La maladie touche toutes les classes de la population et toutes les cultures. Elle est multifactorielle : il ne peut y avoir de cause unique. On remarque souvent que, dans la famille, on cherche un coupable. Parmi les anorexiques, il y a une proportion plus importante de personnes ayant vécu des traumatismes, notamment sexuels, dans l'enfance. Mais cela ne signifie pas forcément que ce soit lié... Les différents facteurs sont sociaux, familiaux, relationnels, biologiques (avec une part génétique). Mais aussi psychologiques : on voit des traits cognitifs caractéristiques, comme des idées fixes dans quasi tous les domaines, une attention exagérée aux détails...

Existe-t-il un traitement spécifique ?

Non, pas un traitement unique mais on a de plus en plus des modèles de prise en charge qui permettent d'obtenir un résultat. Il faut respecter une chronologie. Il y a d'abord la phase alimentaire pure et dure, où il faut restaurer un poids minimum. En parallèle, une fois un certain poids atteint, on peut travailler les pensées irrationnelles de la maladie avec un psychothérapeute. Ensuite, on travaille les relations sociales : la réinsertion dans le milieu de vie habituel, comme la famille, les amis, les collègues. Il faut aussi confronter les patientes aux conditions et difficultés qu'elles pourraient rencontrer à l'extérieur. Un exemple : si dans la rue vous dites "Vous avez bonne mine" à une anorexique, elle peut comprendre "Tu es une grosse vache". Un échange violent peut s'ensuivre sans que personne ne soit responsable... J'ajoute qu'il n'y a pas de modèle clair à utiliser facilement. Les généralistes doivent être formés spécifiquement car de simples phrases peuvent engendrer une rupture du lien thérapeutique.

"Le ratio est de 1 homme pour 10 à 11 femmes. Il y a deux pics d'âges : 12-13 ans et 19-20 ans."

Dr Mathieu Van Leer

Le psychiatre est "l'invité du samedi de lalibre.be". Son interview, dont nous reprenons ici quelques extraits, est à lire en intégralité sur notre site dès midi.

Quelles sont les conséquences sur la santé ?

Il y a l'absence de règles, mais elle est réversible. C'est une mise au repos du système hormonal. Il y a une perte de libido et, chez l'homme, d'érection. L'anorexie diminue aussi l'immunité donc on est plus souvent malade, plus exposé aux infections, on a moins d'énergie... Il y a ensuite les conséquences aiguës que l'on rencontre avec des comportements de purge (vomissements provoqués ou prise de laxatifs). Le potassium dans le sang peut alors diminuer, ce qui engendre des conséquences dramatiques au niveau cardiaque. Les carences en vitamines D, en calcium et tout le climat hormonal font qu'on peut également développer de l'ostéoporose au niveau osseux et donc avoir des fractures spontanées, des tassements vertébraux...

Quel pourcentage de chances a-t-on de guérir d'anorexie ?

On considère que, après une prise en charge de 4 à 5 ans, 40 % des patients sont totalement rétablis, 30 % ont une nette amélioration mais il reste des symptômes, 20 % n'ont pas d'amélioration du tout et 9 % en meurent soit par dénutrition soit par suicide. L'anorexie est le trouble psychiatrique qui entraîne le taux de mortalité le plus élevé. Mais ce pourcentage de décès est en baisse car les prises en charge se sont améliorées.

Y a-t-il suffisamment de centres spécialisés en Belgique ?

En Fédération Wallonie-Bruxelles, les deux principaux sont La Ramée à Bruxelles et Le Domaine à Braine-l'Alleud. Mais la demande est de plus en plus importante et il n'y a pas assez de places.