

15 % des patients anorexiques succombent avant leur 30^e anniversaire

Entre 15 et 17 % des jeunes entre 12 et 18 ans ont des conduites alimentaires problématiques

Avec l'arrivée des beaux jours, les régimes farfelus réapparaissent sur les réseaux sociaux. Des diètes qui peuvent conduire à de graves troubles alimentaires. Conséquence : 17 % des 12-18 ans souffrent de troubles alimentaires.

Un nouveau régime fait fureur sur les réseaux sociaux et est fort débattu dans les cours d'école. Il s'agit de la « Cinderella Diet » qui consiste à perdre du poids jusqu'à atteindre un indice de masse corporel inférieur à 18 (maigreur). À partir de 16, l'adolescente est même considérée en dénutrition. Venu du Japon, ce régime a poussé des « teenagers » à travers le monde dans l'anorexie. Une maladie qui ne cesse de croître.

« Plus largement, 17 % des ados entre 12 et 18 ans ont des conduites alimentaires problématiques. Ils ne remplissent pas tous les critères de l'anorexie ou de la boulimie pour être diagnostiqués en tant que tel. Ils souffrent toutefois de dénutrition et de comportements alimentaires dangereux pour la santé », détaille un spécialiste du Centre thérapeutique du trouble alimentaire de l'adolescent.

Des comportements qui peuvent induire des conséquences sur le

long terme tels que l'irrégularité des règles, des problèmes gastro-intestinaux voire de la dépression.

600 NOUVEAUX CAS

« Chaque année, nous recensons quelque 600 nouveaux cas d'anorexie chez les adolescentes entre 10 et 19 ans en Belgique. Ce phénomène touche principalement les plus jeunes. 60 % des patients ont entre 12 et 18 ans et 90 % sont des

**Avec les années,
l'anorexie touche
de plus en plus
les garçons**

filles. Mais l'anorexie chez les garçons semble être de plus en plus importante », continue-t-il. « À l'âge de 15 ans, 70 % sont en voie de guérison. Dans les 30 % restant, la moitié décèdera avant 30 ans. Un tiers par suicide. »

Plusieurs signaux permettent de diagnostiquer l'anorexie mentale. Le poids du patient est trop bas par rapport à taille et son âge. Il quitte ainsi la courbe de l'évolution du poids. Enfin, il y a une restriction volontaire des apports énergétiques. Dans 60 % des cas,

c'est par préoccupation corporelle comme la peur de prendre du poids. Pour les autres 40 %, il s'agit de croyances sur l'alimentation comme le véganisme.

Les deux troubles alimentaires également répandus en Belgique sont l'hyperphagie et la boulimie. L'hyperphagie est caractérisée par des épisodes récurrents d'alimentation excessive.

LA BOULIMIE APRÈS L'ANOREXIE

« La boulimie est de l'hyperphagie qui s'accompagne de vomissements ou de l'usage de laxatifs. Ce trouble apparaît en moyenne à l'âge de 16 ans et ressort des mêmes préoccupations liées au poids que l'anorexie. L'hyperphagie est la conséquence de régimes restrictifs, comme la « Cinderella Diet », ou est consécutive à l'anorexie. Les jeunes filles qui cherchent sans cesse à réguler leur poids peuvent donc, après un à deux ans, souffrir de ces deux maux », souligne le médecin.

En matière de poids, il n'y a aujourd'hui plus de juste milieu. D'un côté, il y a énormément de ados en sous-poids. Et leur nombre ne cesse de croître. De l'autre, ils sont en surpoids ou en obésité. Nous sommes donc face à un vrai problème que seule la prévention peut freiner. ●

ALISON VERLAET