

LES FACTEURS DE RISQUE

DES TROUBLES DE L'ALIMENTATION

Les troubles du comportement alimentaire sont des maladies complexes et multifactorielles, dont les origines sont à la fois biologiques, psychologiques, sociales et environnementales. Ainsi, de plus en plus d'études montrent que des facteurs génétiques et neurobiologiques jouent un rôle dans l'apparition des TCA.

Les niveaux de **sérotonine**, un neurotransmetteur qui régule non seulement l'humeur, mais aussi l'appétit, pourraient être altérés chez les patients souffrant de TCA.

Plusieurs facteurs psychologiques peuvent aussi entrer en jeu. Certains traits de personnalité, comme le perfectionnisme, le besoin de contrôle ou d'attention, la faible estime de soi, sont fréquemment retrouvés chez les personnes souffrant de TCA⁷. De même, des traumatismes ou des événements difficiles à vivre peuvent déclencher le trouble ou l'aggraver.

Enfin, plusieurs spécialistes dénoncent l'influence de la culture occidentale qui fait l'apologie des corps sveltes, voire maigres, sur les jeunes filles. Celles-ci risquent de viser un « idéal » physique bien éloigné de leur physiologie, et de devenir obsédées par leur alimentation et leur poids.

Par ailleurs, les TCA sont fréquemment associés à d'autres troubles de santé mentale, comme la dépression, des troubles anxieux, des troubles obsessionnels compulsifs, l'abus de substances (drogues, alcool) ou encore des troubles de la personnalité. Les personnes atteintes de TCA ont une capacité à réguler leurs émotions altérée. Le comportement alimentaire déviant est souvent un moyen de « gérer » des émotions, comme le stress, l'anxiété, la pression professionnelle. Le comportement procure un sentiment de confort, de soulagement, même s'il est parfois associé à une forte culpabilité (surtout en cas d'hyperphagie).