

HALOPHOBIE Phobie du sel

*Phobie non officielle, non reconnue
Phobie non spécifique, non classifiée en tant que trouble anxieux défini dans le DSM-5
et la CIM-11*

Halophobie (usage rare) = peur ou aversion du sel ou des aliments trop salés.

La **peur ou aversion du sel** ou des **aliments trop salés** n'a pas de terme unique parfaitement standardisé en psychiatrie ou en médecine.

Cependant, on rencontre parfois des constructions lexicales comme :

- **halophobie** (*halo* = sel en grec, *phobos* = peur) → « peur du sel »
- parfois aussi décrite de manière plus large comme une **aversion gustative au sel** ou une **sensibilité anxieuse au goût salé**

Ce que cela peut désigner en pratique :

- Dégoût ou anxiété face aux aliments très salés ;
- Crainte des effets du sel (soif excessive, inconfort, tension artérielle chez certaines personnes anxieuses) ;
- Évitement alimentaire spécifique.

Comme pour beaucoup de “phobies alimentaires” très spécifiques, il ne s’agit pas d’un trouble clinique officiellement reconnu dans les classifications psychiatriques (DSM-5 ou CIM-11), mais plutôt d’un terme descriptif ou lexical.