OREXISOPHOBIE Peur de perdre l'appétit

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

Le mot appétit se traduit ainsi :

- En latin : appetitus — désir, envie, aspiration, appétit.
- En grec ancien : ὄρεξις (órexis) — désir, envie, appétit.

- Appetitus vient du latin appetere : chercher à atteindre, désirer.
- Órexis (ὄρεξις) désigne le désir, notamment le désir de nourriture.

En grec ancien, on trouve également ὄρεξις τροφῆς (órexis trophês), qui signifie « désir de nourriture ».

Ces deux mots sont intéressants pour exprimer non seulement la faim physique, mais aussi le désir de manger.

On peut distinguer deux notions :

- Anorexie : diminution ou perte de l'appétit (le terme médical ne désigne pas nécessairement l'anorexie mentale).
- Phagophobie : peur d'avaler ou de s'étouffer en mangeant.
- Néophobie alimentaire : peur ou rejet de certains aliments.
- Aversion alimentaire anticipatoire : dégoût déclenché par la pensée ou la connaissance de la présence d'un ingrédient.

Peur de déclencher un épisode de perte d'appétit, voire de retomber dans une période d'anorexie.

Il peut s'agir d'une forme **d'anxiété anticipatoire** : redouter qu'un aliment, comme le beurre, provoque une perte d'appétit, et cette peur peut elle-même entraîner un blocage alimentaire.

Il faut distinguer trois choses :

- La peur de rechuter dans l'anorexie : crainte de retrouver une période où manger devient difficile.
- L'aversion alimentaire : certains ingrédients deviennent associés à cette peur.
- L'anxiété anticipatoire : le fait d'imaginer les conséquences négatives suffit à provoquer du stress et parfois une perte d'appétit.