

1-7 JUIN 2026

**journée mondiale TCA**



Fédération Française Anorexie Boulimie  
[www.journeemondialetca.fr](http://www.journeemondialetca.fr)

**SEMAINE DE SENSIBILISATION AUX TROUBLES DES CONDUITES ALIMENTAIRES**

**DU 1<sup>ER</sup> AU 7 JUIN 2026**



**Une question de ~~volonté~~**

**santé mentale**



**#NoMoreTCA**

Anorexie Boulimie Info Écoute  
09 69 325 900 (numéro non surtaxé)



**FFAB**



**FNA-TCA**  
Fédération Nationale des Associations liées aux Troubles des Conduites Alimentaires

**MINISTÈRE DE LA SANTÉ, DES FAMILLES, DE L'AUTONOMIE ET DES PERSONNES HANDICAPÉES**

Image créée à l'aide de l'IA

**Manger sans pouvoir s'arrêter ?**

**Avoir honte ou se sentir seul**

**face aux pertes de contrôle alimentaire ?**

**Avoir l'impression d'être un·e « drogué·e de la bouffe » ?**

**...Et si ces expériences traduisaient un problème de santé mentale ?**

Derrière ces questions se cache une réalité souvent invisible : l'hyperphagie boulimique, un trouble des conduites alimentaires fréquent, complexe et encore largement entouré de silence et d'idées reçues.

- ◆ Mais alors, quand parle-t-on d'hyperphagie boulimique ?
- ◆ Quelle différence avec les grignotages ?
- ◆ Avec les compulsions alimentaires ?
- ◆ Pourquoi ce trouble reste-t-il si peu identifié, parfois même par les professionnels ?
- ◆ Pourquoi tant de personnes concernées n'accèdent-elles pas à des soins adaptés ?
- ◆ Pourquoi parle-t-on de trouble psychiatrique ?

À l'occasion de la **Journée mondiale de sensibilisation aux troubles des conduites alimentaires (TCA) du 2 juin**, la Fédération Française Anorexie Boulimie (FFAB), en partenariat avec la Fédération Nationale des Associations liées aux TCA (FNA-TCA), organise du 1<sup>er</sup> au 7 juin 2026 une semaine nationale dédiée à l'hyperphagie boulimique et aux accès hyperphages, pour mieux faire connaître ce trouble, améliorer son repérage et rappeler qu'une prise en charge adaptée est possible.

*Un trouble fréquent, encore trop méconnu*

L'hyperphagie boulimique, caractérisée par des épisodes récurrents de consommation excessive de nourriture, associés à une perte de contrôle (appelés accès hyperphages), est aujourd'hui le trouble des conduites alimentaires le plus répandu, **environ 3 à 5 % de la population (probablement sous-estimé)\***, avec autant d'hommes que de femmes. Pourtant, malgré une **tendance à l'augmentation**, il reste largement sous-diagnostiqué et entouré de stigmatisation.

En France, les TCA – incluant l'anorexie mentale, la boulimie et l'hyperphagie boulimique et les troubles de conduite alimentaire atypiques – concernent près d'un million de personnes. Parmi elles, une part importante ne bénéficie pas d'un accompagnement spécialisé, voire d'aucune prise en charge, faute de repérage ou d'accès suffisant à des dispositifs adaptés.

\* : HAS 2019

### **Contrairement aux croyances répandues :**

- ◆ L'hyperphagie boulimique n'est pas un manque de volonté
- ◆ Elle ne concerne pas uniquement certaines catégories de population
- ◆ Il s'agit d'une affection complexe, à la fois psychologique, biologique et sociale
- ◆ Ces idées reçues contribuent à retarder la reconnaissance du trouble et l'entrée dans un parcours de soins.

### *Un impact réel sur la vie quotidienne et familiale*

**L'accès hyperphagie ne se limite pas à l'alimentation** : il s'accompagne souvent de souffrance psychique, de honte et d'isolement. Il peut également affecter les relations familiales, sociales et professionnelles, générer des incompréhensions et accentuer le sentiment de culpabilité, tant chez les personnes concernées que chez leurs proches. Les soignants, par manque de connaissance de la pathologie et des difficultés de repérage, peuvent eux aussi, malgré eux véhiculer clichés et culpabilité.

### *Une semaine pour informer, comprendre et agir*

#### **Cette semaine de mobilisation a pour objectifs de :**

- ◆ Mieux faire connaître l'hyperphagie boulimique et ses manifestations
- ◆ Informer sur les signes d'alerte et favoriser un repérage précoce
- ◆ Rappeler que des prises en charge efficaces existent
- ◆ Encourager les personnes concernées à consulter et à se faire accompagner
- ◆ Soutenir les familles et les proches dans leur rôle

Des ateliers, conférences, témoignages et actions de sensibilisation seront organisés à travers le territoire, afin de permettre au plus grand nombre d'accéder à une information fiable et accessible.

### *Un enjeu de santé publique*

#### **Face à l'ampleur du phénomène et aux difficultés d'accès aux soins, il est essentiel de renforcer :**

- ◆ la formation des professionnels
- ◆ les dispositifs de prise en charge spécialisés
- ◆ l'information du grand public

### *Un message essentiel*

L'hyperphagie boulimique est un trouble méconnu mais reconnu et des prises en charge adaptées existent, qui permettent une amélioration significative, voire une guérison.

Briser le silence, lutter contre la stigmatisation et faciliter l'accès aux soins sont des étapes indispensables pour accompagner efficacement les personnes concernées.

## CONTACTS PRESSE

Maxence CHALLUT  
06 40 78 86 19  
maxence.challut@ha-ha.fr

## À PROPOS :

**[www.journeemondiale-tca.fr](http://www.journeemondiale-tca.fr)**  
**La Fédération Française Anorexie Boulimie (FFAB)**

La Fédération Française Anorexie Boulimie (FFAB) est une association loi 1901 composée de professionnels de santé spécialisés dans le soin aux personnes souffrant de troubles des conduites alimentaires. Elle œuvre pour améliorer la prévention, le repérage et la prise en charge des troubles des conduites alimentaires, et pour soutenir les personnes concernées ainsi que leurs proches.

Retrouvez-nous sur **[www.ffab.fr](http://www.ffab.fr)**

Anorexie Boulimie Info Écoute  
09 69 325 900 (numéro non surtaxé)



**FFAB**



**FNA-TCA**  
Fédération Nationale des Associations  
liées aux Troubles des Conduites Alimentaires

  
MINISTÈRE  
DE LA SANTÉ, DES FAMILLES,  
DE L'AUTONOMIE  
ET DES PERSONNES HANDICAPÉES  
Ministère  
des  
Solidarités  
et  
du  
Territoire