

## ANOREXIE BOULIMIE OCCITANIE

Association reconnue d'intérêt général

Membre de la **Fédération Nationale des Associations d'aide aux Troubles du Comportement Alimentaire : FNA-TCA**

Partenaire de la **FFAB (ex AFDAS-TCA)**

La **FFAB** est une fédération qui regroupe des spécialistes du **dépistage**, du **diagnostic**, de la **prise en charge**, du **traitement** et de la **recherche sur les troubles du comportement alimentaire**,

### Votre soutien

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

Ville : .....

Téléphone : .....

E-mail : .....

Je soutiens les actions de l'association par :

- Une adhésion annuelle de 25 euros  
 Un don (selon mes possibilités)

Chèque libellé à l'ordre de **ABO**

Un reçu fiscal déductible des impôts vous sera adressé (\*)

ABO étant membre de l'UDAF acceptez-vous que vos coordonnées lui soient communiquées



Oui Non

Merci de retourner ce coupon à :  
**ANOREXIE BOULIMIE OCCITANIE**  
**Communauté Municipale de Santé**  
**2, rue Malbec 31000 Toulouse**

(\*) sous réserve du maintien de la législation fiscale actuelle. (03/2019)

## La vocation de notre Association est de

Sensibiliser, informer, aider les malades dans leur recherche d'un lieu de soins

Aider les familles et proches confrontés à l'anorexie, la boulimie, l'hyperphagie

Rompre leur isolement en développant un réseau d'échange et de solidarité

Apporter présence, écoute et soutien

Aider à la mobilisation des ressources familiales pendant l'épreuve de la maladie

Mobiliser les pouvoirs publics dans la prise en charge de ces maladies

## Notre association peut vous aider par :

### Une permanence d'accueil physique

Tous les mercredis à la CMS de 14h30 à 16h30 (sauf vacances scolaires) et **2h par mois à l'UDAF** (Union Départementale des Associations de Familles, 57 rue Bayard) .

Voir site pour date et horaire . Ouverte à tous

### Une permanence d'accueil téléphonique

de 10h à 18h du lundi au samedi

**06 44 23 32 14 / 05 61 57 91 02**

Toute l'année. Pour tous (rappel possible)

### Un groupe de paroles mensuel

avec un psychologue et un parent animateur

(réservé aux adhérents, familles et proches, sur demande après entretien avec le psychologue du groupe)

Engagement annuel, participation et assiduité

### Un groupe d'accueil et de soutien mensuel

(réservé aux familles et proches) Accès libre

### Des rencontres thématiques avec débat

animées par des professionnels, des membres expérimentés de l'association (parents, proches, anciens malades)

Ouvertes à tous

### Des séances de Sophrologie Caycédiennne \*

(réservées aux adhérents)

Engagement, participation et assiduité

**NE RESTEZ PAS SEUL**  
**REJOIGNEZ-NOUS !**

PROJET SOUTENU PAR

FONDATION DE FRANCE

\* Ce projet est soutenu par la Fondation de France

**Anorexie Boulimie**  
**OCCITANIE**  
Pyrénées Méditerranée  
*Association reconnue*  
*d'intérêt général*



**Association régionale**  
**de familles et de proches**  
**de personnes souffrant**  
**d'anorexie et/ou**  
**de boulimie, d'hyperphagie**

**Anorexie Boulimie Occitanie**  
**Communauté Municipale de Santé**  
**2, rue Malbec 31000 TOULOUSE**

**Tél mobile : 06 44 23 32 14**

**Tél fixe : 05 61 57 91 02**

**Mail : [abopm31@gmail.com](mailto:abopm31@gmail.com)**

**Site : [www.aboccitanie.fr](http://www.aboccitanie.fr)**



Fédération Française Anorexie Boulimie  
French Federation Anorexia Bulimia  
(anciennement AFDAS-TCA)

MAIRIE DE  **TOULOUSE**  
[www.toulouse.fr](http://www.toulouse.fr)



Reprographie : Mairie de Toulouse -SCHS

## L'anorexie mentale, la boulimie, l'hyperphagie font partie des TCA

Ce sont les expressions de troubles psychiques profonds. Les premiers troubles surviennent généralement à la puberté, l'adolescence. Pour autant, la plupart des personnes qui en souffrent sont des adultes. Les causes de ces troubles sont multifactorielles.

### L'anorexie mentale

L'anorexie mentale correspond à une impossibilité de se nourrir suffisamment ( pour pouvoir maintenir son poids à un niveau normal). L'aliment est vu comme une salissure de l'intérieur du corps et la prise de repas normaux devient impossible, la pensée est constamment tournée vers la nourriture. Malgré le peu de nourriture, la personne anorexique reste longtemps extraordinairement active et dynamique, ce qui explique qu'elle puisse maigrir sans que son entourage ne s'inquiète. Ce qui doit aussi alerter, c'est l'arrêt des règles. Le déni, voire l'agressivité sont souvent associés à l'anorexie. L'anorexie peut provoquer à long terme entre autres des problèmes de croissance osseuse ainsi qu'une ostéoporose précoce...

Les carences nutritionnelles, évanouissements, pertes d'équilibre et hypoglycémies sont courants. D'autres conséquences peuvent exister : pilosité excessive, déshydratation de la peau, cheveux et ongles fragiles et cassants, problèmes dentaires, sensibilité aux températures ambiantes. La fonte musculaire engendre aussi un rétrécissement de tous les organes constitués de tissu musculaire (risque d'insuffisance cardiaque élevé). **La plupart du temps l'anorexie se conjugue avec la boulimie/hyperphagie (phases)**

## La boulimie, l'hyperphagie

La boulimie se caractérise par des crises irréprensibles pendant lesquelles le malade ingère des quantités massives d'aliments. Ces crises se produisent de façon répétitive et durable, parfois plusieurs fois par jour. C'est une conduite obéissant à des pulsions pour supporter des crises d'angoisse massive en se remplissant comme pour combler un vide (identitaire, existentiel, affectif...). La boulimie est le symptôme d'une grande détresse psychique. Les crises entraînent des sentiments de honte, de dégoût, de colère chez les malades. Afin de compenser l'excès de calories ingérées, la personne boulimique a recours à un ou plusieurs stratagèmes : vomissements, utilisation de laxatifs, exercices physiques excessifs, imposition de restrictions alimentaires... Il n'est pas rare que les personnes souffrant de ces troubles du comportement alimentaire conservent un poids normal, d'où la difficulté de la prise en charge et de poser un diagnostic. (Hyperphagie = Boulimie sans comportement compensatoire)

**Les risques pour la santé sont sérieux : œsophagite (liée aux vomissements répétés), rupture œsophagienne ou gastrique (par absorption massive d'aliments), troubles cardiovasculaires graves (liés au manque de potassium...), complication dentaire, surpoids entraînant isolement social et grande souffrance...**

**Les causes de l'anorexie et/ou de la boulimie/hyperphagie sont complexes et multiples : combinaison de facteurs émotionnels, comportementaux, psychiques, sociaux, prédispositions génétiques...**

**Un suivi médical et un suivi psychiatrique (évaluation de l'état psychique, recherche d'autres troubles psychopathologiques associés) sont absolument indispensables.**

## Pourquoi une association d'aide aux familles et aux proches ?

Ces troubles du comportement alimentaire entraînent un grand désarroi au sein de la famille : angoisse, incompréhension, sentiment d'impuissance, culpabilité...

Peu à peu, le trouble envahit insidieusement la sphère familiale et devient une obsession pour tous, surtout les parents et la fratrie.

**Or, la famille et les proches ont un rôle essentiel dans l'accompagnement des malades et dans le processus de guérison.**

La famille et les proches ont besoin d'être soutenus et malheureusement, le plus souvent, l'extérieur a du mal à appréhender la réalité de la maladie.

Au sein de notre association, la famille et les proches des malades rencontrent d'autres familles qui connaissent ou ont connu les mêmes difficultés. Nous organisons des conférences-rencontres pour permettre à tous de mieux connaître, comprendre et gérer ces moments si difficiles, surtout quand les troubles s'inscrivent dans la durée.

Nous proposons aussi un groupe de paroles mensuel animé par une psychologue et réservé aux adhérents (engagement et assiduité demandés) ainsi qu'un groupe d'écoute et de soutien réservé aux familles et proches des malades, animé par des adhérents expérimentés (entrée libre).

Forte du soutien de nombreuses familles, de la FNA-TCA, de la FFAB, notre association contribue à la prise de conscience collective de la réalité de ces troubles, symptômes de graves maladies psychiques et agit pour un élargissement de l'offre de soins spécialisés sur toute la région OCCITANIE Pyrénées Méditerranée