

Quand la rage de bouffe se transforme en trouble alimentaire



[Thaïs Martel](#)

Publié le 26 novembre 2013

Un premier groupe de soutien sur l'hyperphagie boulimique

Juste avant que ses enfants ne reviennent de l'école, Jeanne passe une bonne demi-heure devant le garde-manger. Ce n'est pas qu'elle ait particulièrement faim, mais elle s'empresse d'engloutir compulsivement croustilles, biscuits et palettes de chocolat. Son comportement lui fait bien un peu honte, mais elle se dit qu'au moins, elle ne donne pas de mauvais exemple à ses enfants puisqu'ils ne la voient pas faire. Jeanne souffre d'hyperphagie boulimique, un trouble alimentaire nouvellement reconnu plus répandu que l'anorexie et la boulimie. Elle pourra bientôt obtenir de l'aide pour s'en sortir puisqu'un groupe de soutien vient d'être créé.



Judith Petitpas s'intéresse depuis longtemps aux troubles alimentaires bien qu'elle n'ait pas connu elle-même cette problématique. (Photo Thaïs Martel)

L'hyperphagie boulimique s'apparente à la boulimie, mais contrairement à celle-ci, la personne hyperphagique ne recourt pas aux méthodes compensatoires, telles que les vomissements, les laxatifs ou l'activité physique. Néanmoins, la personne atteinte de ce trouble alimentaire expérimente une souffrance importante, de la honte et tend à s'isoler d'une façon similaire à l'anorexie et à la boulimie. Les manifestations apparaissent en moyenne vers l'âge de 25 ans, tant chez les hommes que chez les femmes.

Même si de plus en plus de personnes se reconnaissent dans ces comportements, il n'existait pas de réel programme d'aide pour les

personnes atteintes d'hyperphagie boulimique jusqu'à ce que la travailleuse sociale et coauteure de deux livres sur les troubles alimentaires Judith Petitpas décide de changer les choses.

«Depuis quelques mois, je recevais plusieurs appels concernant ce trouble alimentaire. La problématique était peu connue et les gens tombaient dans un vide de service. J'ai décidé de faire quelque chose», indique Mme Petitpas.

Groupe de soutien

Elle a mis sur pieds un groupe de soutien afin d'aider ces personnes à comprendre leur réalité et à retrouver leur bien-être. Elle souhaite également aider les participants à briser l'isolement et à partager leur souffrance dans un climat de respect et d'ouverture.

«Il faut redéfinir le rôle des aliments et reprendre contact avec les signaux de satiété. Il faut aussi comprendre pourquoi on mange. Pour plusieurs, c'est pour combler un vide. Quand on travaille avec les troubles alimentaires, il faut partir à la recherche de ce vide-là», explique la spécialiste.

Bien qu'il soit difficile de déterminer combien de temps prendra la guérison en matière de troubles alimentaires, Judith Petitpas considère qu'en trois mois, quelqu'un qui s'investit pourrait contrôler ses crises de boulimie.

Le premier groupe de soutien pour les personnes souffrant d'hyperphagie boulimique dans la région de Québec débutera le mardi 10 décembre, de 18h à 20h, au Centre de la Pierre-d'Assise. Il est ouvert sur inscription.

Pour informations ou inscription: 418 576-0999 ou par courriel au info@judithpetitpas.net.

Quelques repères

- L'hyperphagie boulimique débute plus tardivement que l'anorexie et la boulimie, généralement autour de 25 ans.
- La personne atteinte s'isole souvent et organise sa vie autour de l'action de manger.
- L'hyperphagie boulimique implique un sentiment de honte.
- Les personnes atteintes d'hyperphagie boulimique présentent souvent un surplus de poids.

Groupe Québec Hebdo