

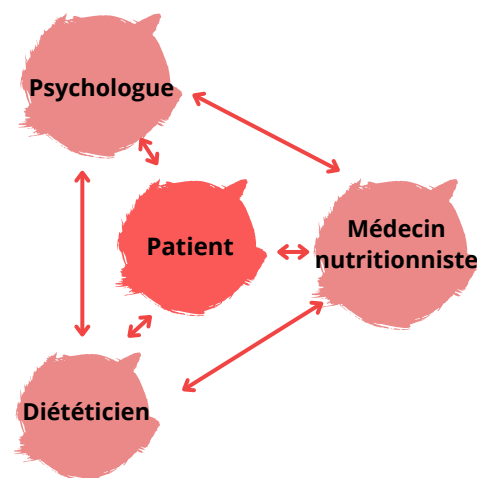
## PRISE EN CHARGE DES TCA/OBÉSITÉ: QUELS ACTEURS ?

Document réalisé dans le cadre du partenariat entre  
**BNP Paribas Cardif et le CHU Rouen-Normandie**

Pour toutes questions : [nutriactis@chu-rouen.fr](mailto:nutriactis@chu-rouen.fr)


Il existe de **différents acteurs** permettant le dépistage ou la prise en charge des TCA (troubles du comportement alimentaire) et de l'obésité. Cette prise en charge a pour objectif de **diminuer la sévérité de la pathologie mais aussi des complications/comorbidités** associées jusqu'à rémission.

Idéalement, la prise en charge des TCA et de l'obésité est **pluridisciplinaire**, c'est à dire composée de plusieurs spécialités qui sont adaptées à la pathologie du patient. Elle associe généralement un suivi nutritionnel par un **médecin nutritionniste** et un **diététicien** et une psychothérapie par un **psychologue**.






→ **Quel est le rôle spécifique de ces acteurs dans la prise en charge des TCA et de l'obésité en France et à l'international? Comment se déroule le parcours de soin?**

### Le rôle de chaque acteur

Acteurs	Parcours académiques	Rôles dans la prise en charge
<b>Médecin nutritionniste</b> 	Le titre de médecin nutritionniste est obtenu à l'issue de six ans d'études médicales associées à un diplôme d'études spécialisées complémentaires de Nutrition.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Effectuer un diagnostic précis et évaluer la sévérité de la pathologie.</li> <li>Identifier les antécédents médicaux/familiaux.</li> <li>Analyser le bilan nutritionnel et les habitudes alimentaires.</li> <li>Dépister les facteurs de risques, les complications et les comorbidités* (<b>Retrouvez les fiches informatives descriptives des comorbidités: <a href="#">lien</a></b>).</li> <li>Définir le parcours de soin et les traitements associés</li> <li>Coordonner la prise en charge et réorienter le patient si nécessaire vers d'autres professionnels de santé (psychiatre, gastroentérologue, endocrinologue...).</li> </ul>

\*les maladies qui accompagnent souvent une autre

<p><b>Diététicien</b></p> 	<p>Un diététicien a effectué deux ans d'études en diététique pour obtenir un diplôme d'état.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evaluer l'état nutritionnel.</li> <li>• Etablir précisément les habitudes alimentaires via un recueil alimentaire.</li> <li>• Améliorer les connaissances nutritionnelles du patient pour l'accompagner dans un rééquilibrage alimentaire adapté à sa pathologie, son mode de vie et son plaisir alimentaire.</li> <li>• Observer et adapter tout au long de la prise en charge les apports nutritionnels tant quantitativement que qualitativement.</li> </ul>
<p><b>Psychologue</b></p> 	<p>Un bac +5 en psychologie est requis pour l'obtention du titre de psychologue.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Améliorer la santé mentale: anxiété, dépression, stress...</li> <li>• Aider dans la gestion des émotions (colère, tristesse, peur...) et des comportements associés.</li> <li>• Améliorer l'image corporelle.</li> <li>• Renforcer la motivation du patient à s'engager dans une prise en charge multidisciplinaire.</li> <li>• Evaluer et éviter les pensées dysfonctionnelles (pensées exagérées et/ou irréalistes qui conduisent à une vision inexacte et négative de la réalité), exemple: pensée du tout ou rien (blanc ou noir), généralisation, minimisation du positif...</li> <li>• Améliorer les liens sociaux et solliciter le soutien de l'entourage.</li> </ul>

<p><b>Patient</b></p> 	<p>Le patient est l'acteur principal de sa prise en charge, sans lui rien n'est possible. <b>Sans son engagement, la prise en charge ne peut pas être optimale.</b>  <b>→ Son temps et son implication</b> dans le parcours de soin sont <b>essentiels</b> à son efficacité.</p>
---	--

Pour qu'elle soit le plus efficace possible la prise en charge des TCA et de l'obésité doit être multidisciplinaire. La coordination est généralement assurée par un médecin nutritionniste, formé et expérimenté dans la prise en charge de ces pathologies. Il assure le lien entre les différents intervenants et leurs différentes prises en charge.

## Naturopathes et coachs sportifs: un rôle dans la prise en charge ?

La naturopathie fait partie des méthodes de **soins non conventionnelles** appartenant à la médecine traditionnelle contrairement à la médecine conventionnelle; elle vise le bien-être général et le traitement des maladies par des moyens considérés comme naturels. Au niveau international, la naturopathie est reconnue par l'OMS et est considérée par certains pays, comme l'Inde, comme étant l'une des premières sources de soins. En revanche, en France, la naturopathie est tolérée mais non reconnue, car contrairement à la médecine conventionnelle, elle n'est **pas validée scientifiquement** et ne donne pas de diplôme d'état. Le naturopathe, ne peut donc pas donner de diagnostic et prendre en charge une pathologie.



En effet les parcours académiques des **naturopathes** et des **coachs sportifs ne comportent pas de formations qui leur apportent les compétences nécessaires** pour faire un diagnostic et **contribuer efficacement** à la prise en charge des TCA et de l'obésité. Une étude a mis en évidence que, parmi 50 naturopathes et 30 coachs sportifs, 70% et 80% respectivement, n'ont pas correctement détecté, un TCA de type boulimique chez une personne .



De plus, en cas de risque de TCA ou de TCA avéré, les conseils fournis par les naturopathes ou coachs sportifs **peuvent favoriser l'apparition ou le maintien du TCA**. En effet, les conseils prodigués concernent très fréquemment l'alimentation et le comportement alimentaire. Ces professionnels recommandent généralement une **restriction alimentaire et/ou une éviction de certains aliments** (et la liste peut être longue...) pouvant alors conduire à des **préoccupations croissantes liées à l'alimentation** et donc à un risque accru de TCA, d'obésité et/ou d'orthorexie (**pour savoir plus sur le l'orthorexie: [cf newsletter orthorexie](#)**).

→ **Toutes ces restrictions alimentaires conduisent notamment à une forte anxiété qui constitue un facteur de risque important des TCA/obésité/orthorexie (cf fiche bibliographique anxiété et dépression).**

Une étude a démontré que 50% des conseils sur l'apport en macronutriments (lipides, glucides, protéines) émis par 38 **coachs sportifs** sur différents médias (YouTube, Twitter, page web...) étaient **non conformes aux recommandations alimentaires**.

60% des coachs

apports  
conseillés en > recommandations  
protéines

63% des coachs

apports  
conseillés en ≠ recommandations  
glucides

33% des coachs

apports  
conseillés en ≠ recommandations  
lipides

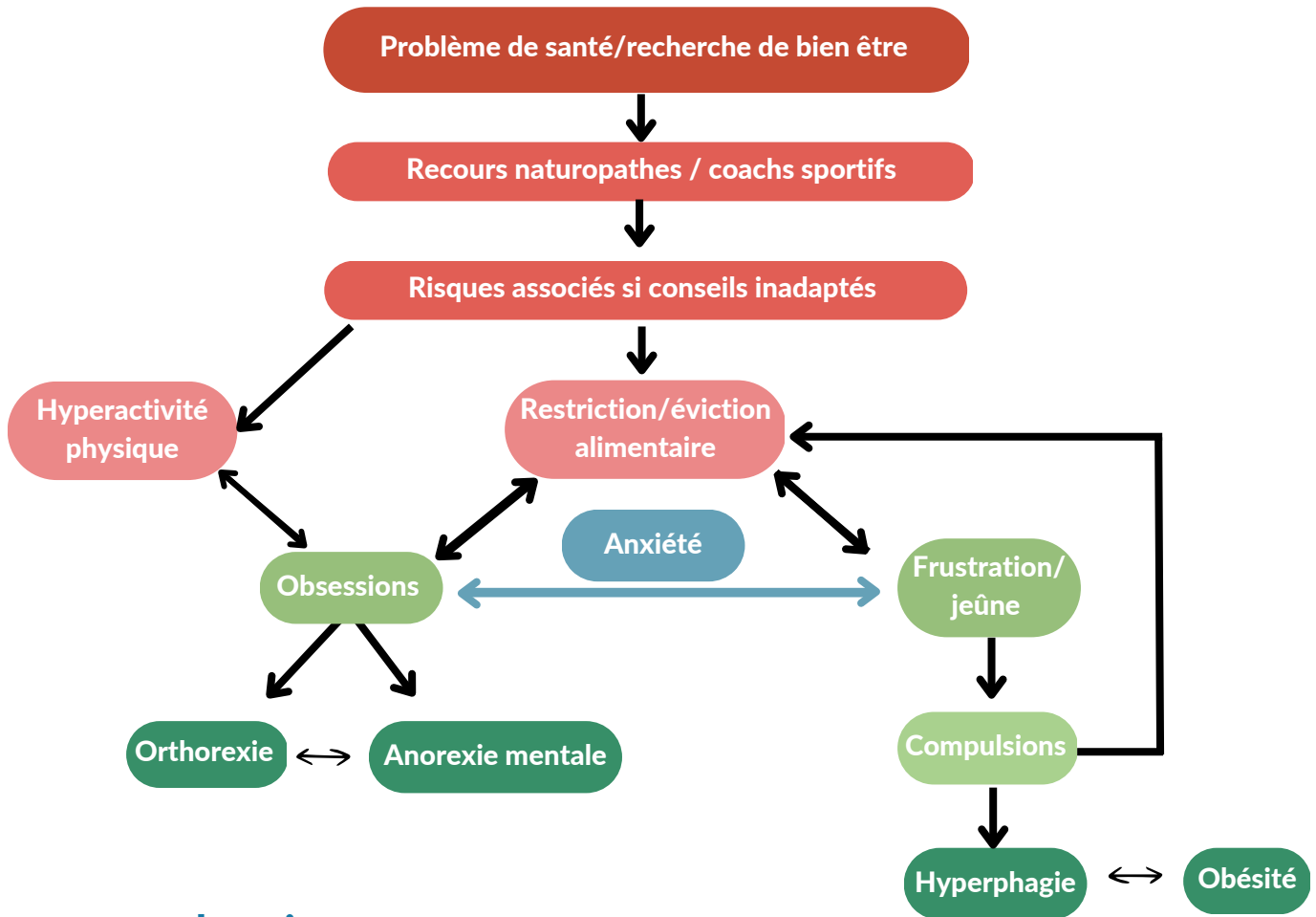
Un coaching inadéquat peut conduire à l'apparition d'un TCA. En effet, la pratique d'une hyperactivité physique peut favoriser à l'apparition d'un TCA que ce soit de type restrictif, boulimique ou compulsif (**pour savoir plus sur le lien entre l'hyperactivité physique et les TCA: [cf fiche thématique sur l'activité physique](#)**).



De plus, de nombreux **coachs sportifs** préconisent la consommation de **compléments alimentaires** (vitamine C, fer, oméga 3...) alors même que la personne ne présente pas de carence (pas de bilan biologique effectué) ou sans prendre en compte la situation clinique de la personne (ensemble de éléments relatifs à la santé d'une personne), pouvant conduire à des risques pour la santé.

Il est important de noter que ces études ont été réalisées dans des populations spécifiques de professionnels et ces résultats ne s'appliquent donc pas à tous les professionnels. Des naturopathes et coachs sportifs transmettent uniquement leurs connaissances selon leurs formations et font appel à des professionnels de santé spécialisés si besoin. Certains ont également des formations complémentaires leur offrant des connaissances supplémentaires sur les TCA.

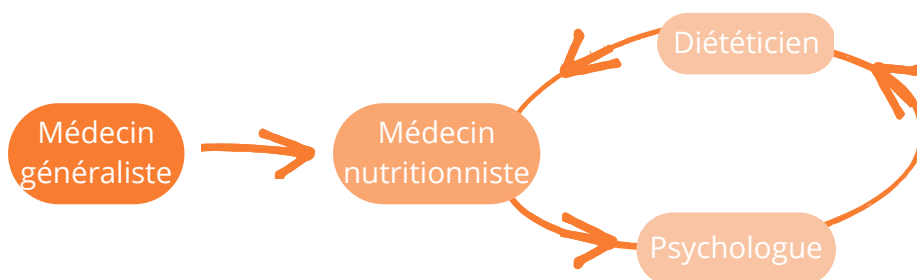
# Risques potentiels associés à l'utilisation de médecines non-conventionnelles



## Le parcours de soin

Lorsqu'un individu rencontre des difficultés face à son alimentation ou son poids, le **médecin généraliste est le premier interlocuteur**. Il peut, selon la situation clinique (ensemble de éléments relatifs à la santé d'une personne), effectuer un dépistage des TCA et de l'obésité et orienter, selon le résultat, le patient vers un médecin nutritionniste qui confirmera le diagnostic et coordonnera la **prise en charge multidisciplinaire**.

Le plus souvent, la prise en charge est dans un premier temps ambulatoire (prise en charge médicale sous forme de consultations). En cas de complications sévères, une hospitalisation peut être envisagée.



## A l'international ?

Contrairement à la plupart des pays, en France, il existe un médecin spécialisé en nutrition: **médecin nutritionniste**. En effet, dans de nombreux pays internationaux, les TCA et l'obésité sont pris en charge par des médecins d'une autre spécialité (psychiatre, gastro-entérologue, endocrinologue...) avec le soutien d'une équipe pluridisciplinaire regroupant généralement un diététicien et un psychologue.

Le médecin généraliste peut également intervenir dans le dépistage et la coordination de la prise en charge.

L'initiateur de la prise en charge pourra dépendre du pays, des comorbidités mais aussi des symptômes et de la sévérité de la pathologie.



## Conclusion

La prise en charge des TCA et de l'obésité est donc **multidisciplinaire** et nécessite l'intervention de **plusieurs acteurs** : le médecin nutritionniste (en France), le diététicien, le psychologue et bien sûr le patient qui est au centre de cette prise en charge. En France, contrairement à d'autres pays, les naturopathes et les coaches sportifs n'ont pas les compétences nécessaires pour diagnostiquer et prendre en charge efficacement les TCA et l'obésité. **Des conseils inappropriés, peuvent conduire à un risque accru d'apparition et de maintien des TCA/obésité/orthorexie..**



Si vous avez des difficultés face à l'alimentation ou avec votre poids, nous vous recommandons d'en parler avec votre médecin généraliste qui saura vous conseiller en fonction de votre situation clinique.

**Très prochainement, un dépistage des TCA et de l'obésité sera disponible sur la plateforme NutriActis!  
A bientôt !**

## Références

Academie of eating disorders,Treatment options,<https://www.aedweb.org/resources/about-eating-disorders/treatment-options>

ADLF – HAS (service des recommandations professionnelles),Recommandations pour la pratique clinique :La consultation diététique réalisée par un diététicien,janvier 2006,[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/consultation\\_dietetique\\_recos.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/consultation_dietetique_recos.pdf)

C. Laudisio, K. Eck, A. Levine, L. Howard,Sports Nutrition Knowledge and Disordered Eating Attitudes of College Coaches and Athletic Trainers,journal of the Academy of Nutrition and Dietetics,Volume 122, Issue 10,2022,<https://doi.org/10.1016/j.jand.2022.08.111>.

E. Kuru, Y. Safak, İ. Özdemir, R.G. Tulacı, K. Özdel, N.G. Özkula, S. Örsel,Cognitive distortions in patients with social anxiety disorder: Comparison of a clinical group and healthy controls, The European Journal of Psychiatry,Volume 32, Issue 2,2018,Pages 97-104,ISSN 0213-6163,<https://doi.org/10.1016/j.ejpsy.2017.08.004>.

F. Ramponi, L. Schneider, L. Vernay-Lehmann, I. Carrard,Discours nutritionnel des coaches de fitness francophones via les médias,Nutrition Clinique et Métabolisme,Volume 30, Issue 2,2016,Page 119,ISSN 0985-0562,<https://doi.org/10.1016/j.nupar.2016.04.034>.

Hanganu-Bresch C. ,Orthorexia: eating right in the context of healthism, Med Humanit, 2020 Sep;46(3):311-322. doi: 10.1136/medhum-2019-011681. Epub 2019 Jul 29. PMID: 31358564.

HAS,Anorexie mentale : prise en charge, Juin 2010,[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-03/reco2clics\\_-\\_anorexie\\_mentale.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2013-03/reco2clics_-_anorexie_mentale.pdf)

HAS,Recommandations de bonne pratique clinique: Boulimie et hyperphagie boulimique:Repérage et éléments généraux de prise en charge,Jun 2019,[https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-09/boulimie\\_et\\_hyperphagie\\_boulimique\\_-\\_recommandations.pdf](https://www.has-sante.fr/upload/docs/application/pdf/2019-09/boulimie_et_hyperphagie_boulimique_-_recommandations.pdf)

Health direct,Eating disorders,oct 2022,<https://www.healthdirect.gov.au/eating-disorders>

Info santé,Troubles du comportement alimentaire,25 sept 2019,<https://www.infosante.be/guides/troubles-du-comportement-alimentaire-tca>

Mondiale de la Santé, O. (2013). Stratégie de l'OMS pour la médecine traditionnelle pour 2014-2023. Organisation mondiale de la Santé.

NHS,Overview-eating disorders,12 feb 2021,<https://www.nhs.uk/mental-health/feelings-symptoms-behaviours/behaviours/eating-disorders/overview/>

Worsfold, K. A., & Sheffield, J. K. (2018). Eating disorder mental health literacy: What do psychologists, naturopaths, and fitness instructors know?. Eating disorders, 26(3), 229–247. <https://doi.org/10.1080/10640266.2017.1397420>