

Obésité et Santé Mentale



Dr. Athar Halaby
Psychiatre Addictologue

corrélés positivement. La jeune femme obèse ayant une mauvaise image de son corps est à haut risque de dépression.

2- Obésité et Trouble de la Personnalité :

L'obésité a souvent été reliée aux personnalités limites mais aussi on trouve fréquemment chez les sujets obèses des caractéristiques de personnalité particulière comme: l'impulsivité, l'insécurité, la mauvaise estime de soi, la mauvaise image corporelle et le perfectionnisme.

3- Trouble du Comportement Alimentaire et Addictions:

Il est bien admis aujourd'hui qu'il existe des similitudes entre certains troubles de comportements alimentaires et le comportement addictif. L'addiction est par définition l'impossibilité répétée de contrôler un comportement et la poursuite de ce comportement en dépit de ses conséquences négatives, une dimension que l'on retrouve dans le comportement boulimique impulsif et incontrôlable.

Chez les sujets, les troubles des conduites alimentaires regroupent des anomalies prandiales et extra prandiales. On peut distinguer:

- a- Le grignotage qui se caractérise par la consommation répétitive, sans faim, de petites quantités d'aliments en dehors des repas.
- b- L'hyperphagie prandiale qui se caractérise par une exagération des apports caloriques au cours des repas.
- c- L'hyperphagie boulimique ou « binge eating disorder » qui se caractérise par une consommation très rapide, sans faim, de quantités importantes de nourriture, au-delà de la satiété. Le sujet est le plus souvent conscient du caractère pathologique de ce comportement. La perte de contrôle est précédée par un sentiment de vide. Elle est suivie d'un sentiment de honte et de culpabilité.

4- Stigmatisation et Conséquences Psychosociales:

La stigmatisation signifie le rejet et la disgrâce qui sont

associées à l'obésité vue comme une déformation physique et une aberration comportementale.

En effet, la discrimination débute dès le plus jeune âge, les enfants de 6 ans décrivent les obèses comme stupides, paresseux, sales, menteurs et tricheurs et les adultes comme incompetents et émotionnellement instable.

La qualité de vie, les activités sociales et physiques, les relations aux autres, l'image du corps, et la sexualité semblent s'améliorer après la perte de poids.

Les expériences de stigmatisation chez les femmes obèses semblent avoir pour conséquences une mauvaise estime de soi, une insatisfaction de la qualité de vie, et pourraient entraîner une anxiété sociale, et des dépressions. L'obésité a un impact sur la plupart des aspects du bien-être social, comme la diminution des activités et interactions sociales.
Un cercle vicieux s'installe: stigmatisation, perte

d'estime de soi, prises alimentaires de compensation, développement puis entretien de l'obésité.

En d'autres termes, la stigmatisation ne crée probablement pas le surpoids et l'obésité, mais elle l'aggrave et l'entretient.

En Conclusion l'Obésité peut Engendrer:

- a- Des perturbations de l'image corporelle: la personne obèse rejette souvent ce corps qu'elle trouve laid.
- b- Une mésestime de soi: on se culpabilise, on se dégoûte même.
- c- Un sentiment d'exclusion et d'incompréhension dû à l'intolérance sociale et médicale qui entoure l'obésité.
- d- Des états dépressifs dus à des régimes trop restrictifs ou à des échecs thérapeutiques répétés.

L'Organisation Mondiale de la Santé définit l'obésité comme une maladie, car elle altère le bien-être physique, psychique et social des sujets atteints.

Les sujets obèses sont à haut risque des pathologies psychiatriques, notamment des syndromes dépressifs. Ces troubles concernent particulièrement les sujets du sexe féminin et plus spécifiquement ceux qui viennent consulter dans le cadre d'une prise en charge en chirurgie bariatrique (chirurgie de l'obésité).

1- Obésité et Trouble de l'Humeur:

Dans la population générale, la prévalence de la dépression chez la femme est de 10%, cette prévalence augmente jusqu'à 14% dans une population obèse. Les études cliniques montrent une relation bidirectionnelle entre l'obésité et la dépression. En d'autres termes, l'obésité augmente le risque de la dépression, mais aussi la dépression pourrait augmenter le risque d'obésité.

Une personne obèse aura tendance à manger cinq fois plus pendant un épisode dépressif qu'une personne de poids normal.

De nombreuses études mettent en relation de façon plus globale obésité et troubles de l'humeur. Chez la femme, obésité et syndrome dépressif majeur, syndrome dépressif atypique, idées suicidaires, et tentative de suicide sont

