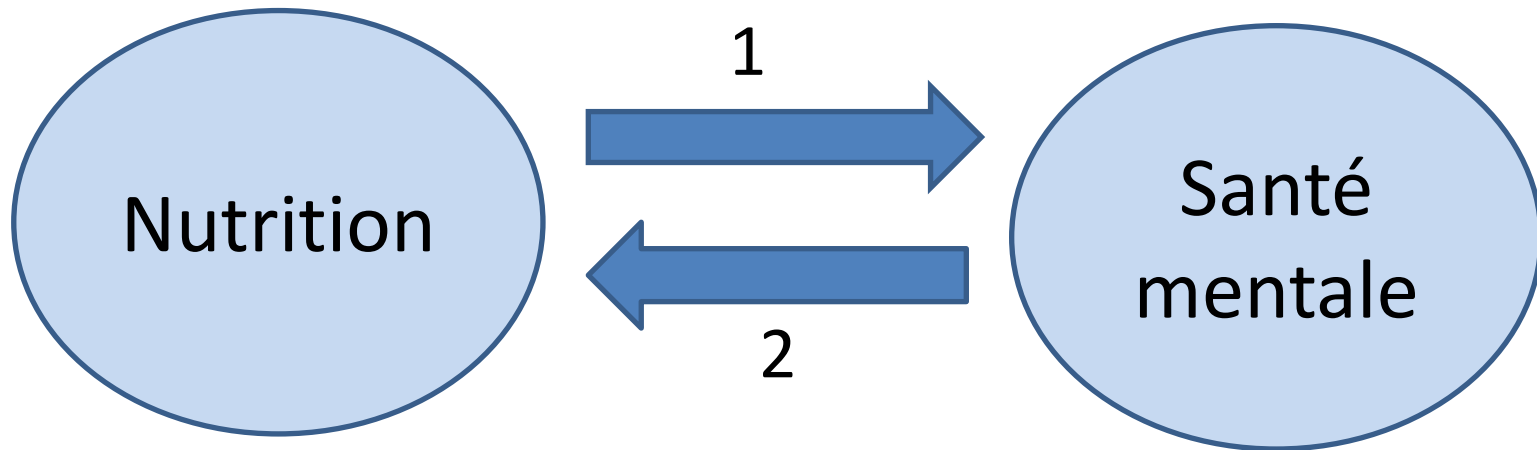


Nutrition et santé mentale : une relation intime

Nicolas BALLON
Psychiatres Addictologue

Clinique Psychiatrique Universitaire, CHU Tours
Equipe de liaison et de soins en addictologie (ELSA-37)
INSERM U930

Nutrition et santé mentale : une relation intime



1- Psychiatrie nutritionnelle :

Nutrition et bien-être mental. Van der Spek, Ed. de Boeck 2012
Carences et troubles cognitifs

2- Comorbidités :

Syndrome métabolique et maladie mentale

- complication des neuroleptiques et schizophrénie
- troubles bipolaires
- certains troubles du comportement alimentaire...

Syndrome métabolique

Définition, 3 ou plus des 5 facteurs de risque suivants :

- **Embonpoint abdominal**
tour de taille > à 80 cm pour les femmes et à 94 cm pour les hommes.
- **Taux élevé de triglycérides sanguins :**
>1,7 mmol/l (150 mg/dl).
- **Hypertension :**
> 130 mm Hg/85 mm Hg.
- **Faible taux d'HDL cholestérol :**
< 1,3 mmol/l (50 mg/dl) chez les femmes
< 1,0 mmol/l (40 mg/dl) chez les hommes
- **Glycémie élevée :**
> 5,6 mmol/l ou 101 mg/dl

Hypothèse

« Chez certains patients le syndrome métabolique serait, en partie, secondaire à une addiction à l'alimentation. »

DSM-V : un modèle dimensionnel

Trouble d'utilisation de substance = au moins 2 / 11 critères

0-1

2-3

4-5

6 et plus

Absent

Léger

Modéré

Sévère

- I -

Impaired
control

1 quantités plus importantes ou pendant une période plus prolongée que prévue

2 désir persistant, ou efforts infructueux, pour diminuer ou contrôler

3 beaucoup de temps est passé pour obtenir la substance, à utiliser le produit ou à récupérer de ses effets

4 craving ou envie irrésistible de consommer

- II -

Social
impairment

5 utilisation répétée conduisant à l'incapacité de remplir des obligations majeures, au travail, à l'école, ou à la maison

6 utilisation malgré des problèmes interpersonnels ou sociaux, persistants ou récurrents

7 activités sociales, professionnelles ou de loisirs, importantes sont abandonnées ou réduites

- III -

Risky use

8 utilisation répétée dans des situations où cela peut être physiquement dangereux

9 utilisation poursuivie bien que la personne sache avoir un problème psychologique ou physique causé ou exacerbé par la substance

- IV -

Pharmacological

10 tolérance

11 sevrage

Critères de Goodman

La perte de contrôle fait partie de la définition de l'addiction. Goodman, au début des années 1990, a défini l'addiction comme étant un processus complexe par lequel un comportement, pouvant à la fois

produire du plaisir

et/ou soulager une tension interne,

se caractérisait par **l'échec répété dans le contrôle** de ce comportement et la persistance de celui-ci

en dépit de conséquences négatives significatives.