

Les troubles du comportement alimentaire (TCA) sont assez peu enseignés en France et en Europe jusqu'à présent (2016) : peu d'heures de cours leur sont consacrés lors de la formation initiale des diététiciens notamment.

La formation initiale sur les TCA est insuffisante  
Pourtant, la fréquence des TCA dans notre pays est élevée : on admet que 6 à 8 % de la population féminine de 15 à 40 ans sont atteints d'anorexie mentale, de boulimie (compulsion et vomissements provoqués) et de compulsion alimentaire. de TCA en France.  
Sachant que ces 3 grands (anorexie, boulimie, compulsion) ne regroupent que 60 % des malades, on admet qu'il pourrait y avoir un million de personnes en France dont le TCA doit être pris en charge.

Un million de personnes souffrant de TCA en France  
Très peu de formations, universitaires ou non, existent sur notre territoire.  
L'association Autrement forme des diététiciens à Dijon, Lyon, Paris chaque année depuis 15 ans. Mais ces formations, où sont inscrites 20-25 personnes, touchent peu de monde.

La formation continue classique ne peut toucher que peu de diététiciens, faute de proximité.

D'où l'idée d'un e-Learning-TCA-obésité.



Quand le corps  
fait mal à l'âme...

## FORMATION E-LEARNING

### Prise en charge des troubles du comportement alimentaire et de l'obésité

[www.anorexie-et-boulimie.fr](http://www.anorexie-et-boulimie.fr)

dispensée par le Pr Daniel Rigaud  
Président de l'association AUTREMENT et par des  
spécialistes des troubles alimentaires.

N° formateur : 26.21.02080.21

## E-LEARNING TCA OBÉSITÉ

Pour vous aider à parfaire vos connaissances dans le domaine de l'obésité et celui des TCA.

Un outil de formation destiné à toutes et à tous.

Vous y trouverez : différentes rubriques pour enrichir votre savoir : tout autant savoir faire que savoir être.

Vous y trouverez aussi :

**Une évaluation des connaissances :** A intervalles réguliers, des séries de questions à choix multiples (QCM) seront envoyées aux participants pour apprécier l'évolution des connaissances et renvoyer les participants aux articles, mises au point, vidéos et/ou fichiers audios qui en traitent.



Une attestation de participation à la formation sera délivrée en fin d'année.

**PUBLIC CONCERNÉ :** diététiciens, psychologues, médecins nutritionnistes et psychiatres.

Je  
m'inscris

NOM .....

PRENOM .....

SPECIALITÉ EXERCÉE .....

ADRESSE .....

EMAIL .....

TELEPHONE ...../...../...../...../.....



Inscription à titre individuel au e-Learning : 230 €/an.

Soit je joins un chèque établi à l'ordre de « Association Autrement » à ce coupon réponse, soit je m'inscris directement en ligne.

Inscription prise en charge au titre de la formation professionnelle (institutions, opca, fif-pl) : 285 €/an. Je joins un chèque établi à l'ordre de « Association Autrement » à ce coupon réponse. En cas de prise en charge, il n'est pas possible de faire une inscription en ligne.

Le e-Learning-TCA-obésité est un formidable outil pour trouver à la fois le savoir, le savoir-faire et le savoir-être dont il faut faire preuve pour aider ces malades qui souffrent d'un trouble compliqué à prendre en charge. Il existe des techniques maintenant validées par des études scientifiques plus que sérieuses. Or peu de professionnels de santé les pratiquent. Notre objectif est de les faire connaître, sans distinction d'écoles ou de savoir-faire, que ces techniques soient de nature nutritionnelle, psychothérapeutiques ou comportementales.

Il existe des techniques validées de prise en charge des TCA et de l'obésité

Les diététiciens et professionnels de santé qui s'inscriront trouveront au sein du module e-Learning-TCA-obésité cinq rubriques :

1. Obésité ; 2. Anorexie mentale ; 3. Boulimie ; 4. Compulsion ; 5. Autres TCA (orthorexie, mérycisme, mâcher-cracher, vomissements provoqués...)

Chacune des rubriques comportent quatre sous-rubriques :

1. Facteurs en cause 2. Aspects cliniques 3. Évolution et complications  
4. Traitement : diététique et nutritionnel ; comportemental et cognitif ; psycho systémique.

➡ Ces rubriques et sous-rubriques se retrouveront au sein d'approches différentes :

Il y aura des nouveautés **chaque semaine**.

**1. Les news** : Dans cette rubrique, sont mis chaque semaine des **résumés en français** des **publications scientifiques internationales** sur les TCA et l'obésité. Il s'agit d'une analyse critique, en perspective, des articles les plus pertinents de la littérature scientifique internationale (*via* PubMed, Mesh) des 2 derniers mois sur l'obésité, le surpoids et les TCA : anorexie mentale, boulimie, compulsion, TCA atypiques (orthorexie, mérycisme, vomissements induits...).

**Les publications scientifiques internationales sur TCA et obésité sont analysées**

**2. Les musts** : Cette rubrique comportera une analyse détaillée et fine des **articles scientifiques "qui ont compté"** dans l'histoire des TCA et de l'obésité. Il s'agit d'articles publiés dans la littérature internationale (PubMed, Mesh) des **20 dernières années** sur les TCA et l'obésité (cf ci-dessus).

**Les publications scientifiques internationales qui ont changé quelque chose seront analysées et résumées**

**3. Les lectures** : Ce sont des **prises au point** sur un sujet donné, concernant l'un ou l'autre des TCA ou l'obésité. Il s'agit de prise au point courtes (2-4 pages maximum), documentées (littérature scientifique) et toujours très "pratiques". Leur but : **améliorer le savoir-faire** et le savoir-être les diététiciens et autres professionnels de santé.

**Des prises au point courtes, documentées et pratiques**

**Une aide concrète sera proposée "en ligne" à chaque participant**

#### 4. Les outils d'évaluation de l'état du malade ou de traitement :

Ces documents vont permettre au professionnel de santé d'évaluer, de mettre en évidence et/ou de qualifier et de quantifier un aspect particulier des TCA et de l'obésité : niveau de restriction, niveau de distorsion cognitive, niveau de désinhibition, niveau d'anxiété ou d'état dépressif, troubles du sommeil, rigidité psychique, besoin de contrôle, quantification des crises (et score)... mais aussi modèles de "régimes et conseils" destinés à être remis aux malades (après personnalisation par chaque professionnel de santé).

##### **Des outils pratiques pour évaluer tel ou tel aspect clinique des TCA et du patient obèse**

**5. Les vidéos :** Il s'agit de conférences vidéos courtes sur un sujet précis concernant l'un des TCA ou l'obésité. Il s'agit aussi ici de donner à voir une consultation type, pour apprendre la manière d'aborder tel point ou tel autre.

##### **Des vidéos courtes permettent d'intégrer les savoirs**

**6. Les conférences audios :** Il s'agit de conférences audios courtes et pratiques sur un des thèmes concernant les TCA ou l'obésité : physiopathologie, signes cliniques, complications, évolution, traitement... Le sujet sera traité soit par vidéo (cf ci-dessus) soit par audio, selon l'utilité du visuel pour le sujet considéré.

**7. L'aide en ligne :** L'inscription au **e-learning-TCA-obésité** permettra enfin d'avoir en ligne ou au téléphone un spécialiste des TCA qui répondra à toutes les questions théoriques ou pourra donner son avis sur

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

**Bien connaître** les signes diagnostiques des troubles du comportement alimentaire (TCA) : anorexie mentale, boulimie, compulsions alimentaires.

**Savoir repérer** les dysfonctionnements et facteurs de risque familiaux.

**Connaître** les bases physio- et **physiopathologiques** des TCA

**Connaître les complications** les plus fréquentes et les plus graves et savoir mettre en place une stratégie de prévention : ostéoporose, altérations gingivo-dentaires, troubles vasculaires, troubles de la fertilité notamment.

**Savoir** rechercher les signes de **dénutrition** et de **malnutrition**

**Savoir** rechercher les **troubles associés**, tels qu'anxiété, état dépressif, TOC, savoir apprécier le risque suicidaire

**Connaître les caractéristiques mentales** principales de ces malades

Savoir mettre en place et argumenter en face de la malade une stratégie nutritionnelle, voire une assistance nutritive

Connaître les principes de la **thérapie cognitivo-comportementale** (TCC) et savoir ébaucher cette TCC spécifique, qui prenne en compte des caractéristiques nutritionnelles des TCA.

**Savoir évoquer et travailler** sur le manque de confiance, le manque d'affirmation de soi, le manque d'estime de soi

**Savoir établir des cibles thérapeutiques** nutritionnelles, comportementales et psychologiques.

# Le e-Learning : c'est qui ?

Le professeur RIGAUD, médecin nutritionniste spécialisé TCA depuis... si longtemps), président fondateur de l'association AUTREMENT, auteur de cinq livres sur le sujet et de nombreuses études et publications scientifiques.

Hélène PENNACCHIO qui gère l'échange avec les malades et les familles depuis des années, alimente le site et encadre et modère le groupe Facebook,

Angélique GIMENEZ, psychothérapeute, psychotraumatologue, enseignante en PNL et psychotraumatologie, formatrice et superviseur de thérapeutes, qui gère l'antenne PACA et, sur le « terrain », accompagne les patients, leur entourage et les thérapeutes en formation,

Cécile LAGOUCHE, diététicienne, ingénieur en nutrition, praticien en PNL, qui gère l'antenne lyonnaise et participe à l'amélioration de la prise en charge des TCA par les diététiciens,

Romuald Clément, sophrologue, praticien en PNL, qui assiste au quotidien Angélique en région PACA pour le développement du réseau. Il participe activement à la modération du groupe Facebook et participe au coaching positif des patients membres de ce groupe fermé.

Un comité de pilotage a été mis en place. D'autres membres participent également, en toile de fond, à rendre plus riche encore ce e-learning. Nous citerons notamment certains membres du comité scientifique, Alain Perroud, Eva Beetz, tous deux psychiatres avec une fine expertise des TCA, Gilbert Zeanandin, médecin gastroentérologue spécialisé dans les maladies métaboliques et la nutrition entérale, et chacun de nos membres actifs qui fournissent à l'occasion des retours d'expérience, des écrits pour nous rendre tous plus compétents !

**Le e-learning, pas que du théorique !** Les patients répondent rarement comme on nous l'apprend !

Nous tenons à vous transmettre des informations à la fois théoriques et pratiques au plus près de vos préoccupations quotidiennes... Au-delà de la théorie, nous aimerions vous aider à vous sentir moins impuissant face à un patient en souffrance. Nos membres actifs échangeront et nous feront part de leur expérience. On apprend également par « contagion empirique » !

Vous pouvez poser des questions dans l'espace e-learning et faire des demandes de supervisions. Nos experts peuvent assurer des supervisions par téléphone ou Skype et répondre individuellement à vos besoins. La procédure pour les contacter et les modalités vous sont expliquées sur le site ou en prenant contact avec l'association.

**Des articles scientifiques internationaux sur les TCA et l'obésité.**

**Des échelles d'évaluation clinique objectives**

**Des outils pour motiver les malades au changement**

**Et aussi des cas cliniques et solutions**



**L'inscription peut se faire toute l'année.**  
**Il ne s'agit pas de cours suivis.**