



Kingston Health
Sciences Centre

Guide de traitement des troubles de l'alimentation en consultation externe du Programme de santé mentale pour les enfants et les jeunes

Bienvenue!

Vous trouverez dans ce guide d'introduction des renseignements au sujet de notre programme.

Les troubles de l'alimentation désignent un groupe de maladies mentales graves et potentiellement mortelles qui peuvent être associées à de sérieuses complications médicales et psychosociales. Ces troubles peuvent nuire au maintien d'une relation équilibrée et nourrissante avec les aliments et l'activité physique, et entraîner des risques considérables pour la santé. Le plus souvent, les proches aidants et les autres membres de la famille participent activement au traitement du trouble alimentaire des enfants et des jeunes touchés.

En attendant le traitement, il est essentiel qu'un ou une prestataire de soins primaires assure le suivi médical de votre enfant pour éviter que sa santé physique ne se détériore davantage.

Important : Il ne s'agit pas d'un programme d'intervention en cas de crise, et nous ne pouvons pas offrir de rendez-vous de dernière minute.

Si vous êtes en situation de crise :

- Appelez votre prestataire de soins primaires.
- Téléphonez à Jeunesse, J'écoute au 1 800 668-6868.
- Allez au service des urgences de l'hôpital le plus proche.

Objectifs du programme

- Rétablissement de la santé physique
- Gestion des médicaments
- Régulation des habitudes alimentaires et amélioration de la nutrition
- Restauration et maintien du poids pour favoriser une croissance et un développement normaux;
- Acquisition des outils et des compétences nécessaires à la gestion des comportements liés aux troubles alimentaires;
- Retour aux étapes normales du développement selon l'âge;
- Acquisition des outils et des compétences nécessaires pour assurer la satisfaction corporelle.

Équipe de traitement des troubles de l'alimentation

Notre équipe multidisciplinaire est composée des professionnels suivants :

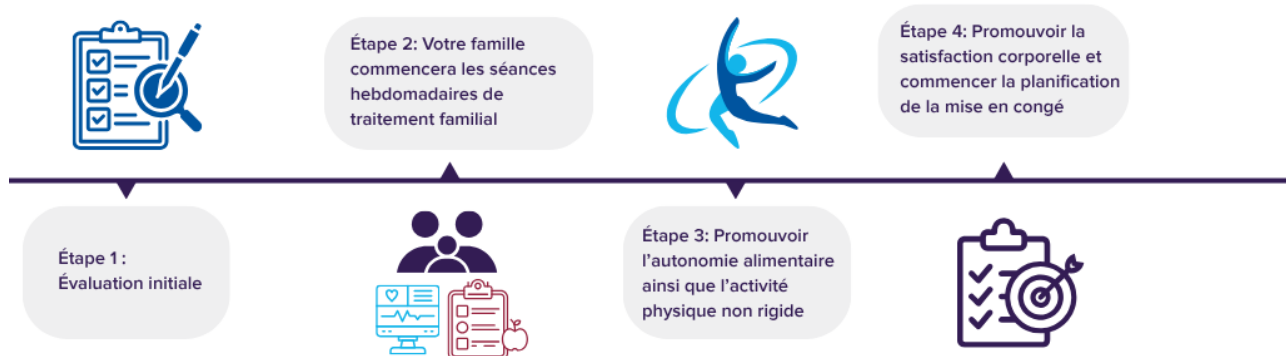
- Infirmière praticienne ou infirmier praticien (IP) : assume la gestion générale de la santé et des médicaments.
- Diététiste (Dt.P.) : travaille avec les proches aidants pour encourager les comportements alimentaires normaux selon l'âge de l'enfant afin de favoriser un retour à la croissance et au développement normaux. La nourriture est le médicament de votre enfant!
- Clinicien ou clinicienne appartenant à une profession réglementée : fournit un traitement familial intégré destiné à l'enfant, à ses proches aidants et aux autres membres de la famille.
- Notre équipe travaille en consultation avec un ou une pédiatre et un ou une psychiatre au besoin.
- Comme le Centre des sciences de la santé de Kingston est un hôpital d'enseignement, des apprenants pourraient être présents durant les rendez-vous.

Un traitement précoce est essentiel.

Afin de jouer un rôle proactif dans le traitement de votre enfant, vous devez activement participer aux séances hebdomadaires de traitement familial et régulièrement mettre en pratique les compétences apprises à la maison. La durée du traitement varie en fonction de la santé physique et mentale de votre enfant. Pour donner les résultats voulus, le traitement requiert un engagement et une volonté d'apporter des changements aux habitudes quotidiennes et aux relations familiales.



Structure du programme



Étape 1 : Évaluation initiale

Un membre du personnel vous appellera pour fixer la date d'une évaluation initiale. Lors de ce rendez-vous :

- l'équipe réalisera une évaluation approfondie de votre enfant afin de préciser son diagnostic de trouble alimentaire;
- votre famille recevra une date de début de participation à notre **programme volontaire** si on estime que celui-ci lui convient.

Étape 2 : Traitement hebdomadaire

- Si votre enfant suit d'autres psychothérapies, celles-ci seront mises sur pause pendant la durée de notre programme pour éviter les messages contradictoires et assurer la cohérence du traitement.
- Votre famille recevra des ressources sur le trouble alimentaire de votre enfant.
- Votre famille commencera les séances hebdomadaires de traitement familial. Chaque membre a également droit à des séances individuelles avec le clinicien ou la clinicienne appartenant à une profession réglementée. Chaque séance hebdomadaire dure 90 minutes et se tient un jour donné, à une heure précise. Le traitement familial met l'accent sur :
 - l'acquisition de compétences et d'outils pour gérer les comportements liés aux troubles alimentaires, à l'aide de modalités thérapeutiques conçues en fonction des besoins de l'enfant;
 - le renversement de la famine physique et cognitive;
 - la capacité des proches aidants de se charger de la planification des repas et de la supervision de l'apport nutritionnel;
 - l'importance de séparer l'enfant de son trouble alimentaire afin de combattre le trouble plutôt que l'enfant;
 - l'exposition à la nourriture en clinique.

- Votre famille verra l'IP et la ou le diététiste toutes les semaines ou toutes les deux semaines. Cette rencontre fera partie de la séance hebdomadaire de traitement familial. Elle comprendra un examen physique de votre enfant afin de surveiller son état de santé, ainsi qu'une évaluation de son alimentation pour déterminer ses besoins nutritionnels. Il se peut que votre enfant ait à passer des examens diagnostiques régulièrement durant le traitement. À mesure que la santé et l'état nutritionnel de votre enfant se normalisent, vous verrez l'IP et la ou le diététiste selon ses besoins.

Étapes 3 et 4 : Satisfaction corporelle et planification du congé

- Redonner graduellement à l'enfant le contrôle de son alimentation, selon son âge.
- Normaliser les repas en famille.
- Promouvoir le développement normal de l'enfant.
- Aborder les pensées et les comportements qui contribuent à l'insatisfaction corporelle.
- Reconnaître les comportements qui contribuent à une image de soi négative et renforcer les compétences nécessaires pour les éviter.
- Établir des stratégies pour éviter les rechutes.
- Promouvoir l'adoption d'une approche modérée touchant toutes sortes d'activités physiques non rigides.



Notes:

Notes:



Kingston Health
Sciences Centre

Le CSSK est situé sur les terres et les eaux ancestrales
des Anichinabés et des Haudenosaunee.



Programme de santé mentale pour les enfants et les jeunes
Traitement des troubles de l'alimentation en consultation externe

166, rue Brock, Kingston (Ontario) K7L 5G2
613 544-300, poste 22541

Août 2026 Also available in English

Le code QR:

1. Reconnaissance du territoire autochtone du CSSK | KHSC Kingston Health Sciences Centre
2. Programme de lutte contre les troubles de l'alimentation chez les enfants et les jeunes | KHSC Kingston Health Sciences Centre