

# 4èmes rencontres Haut-normandes L'Obésité, tous concernés!

Nouveau traitement ambulatoire pour lutter contre  
les compulsions alimentaires

Elodie DIOLOGENT, Mathilde RIGUET  
Psychologues  
Muriel VALENTINO  
diététicienne





Une équipe pluridisciplinaire

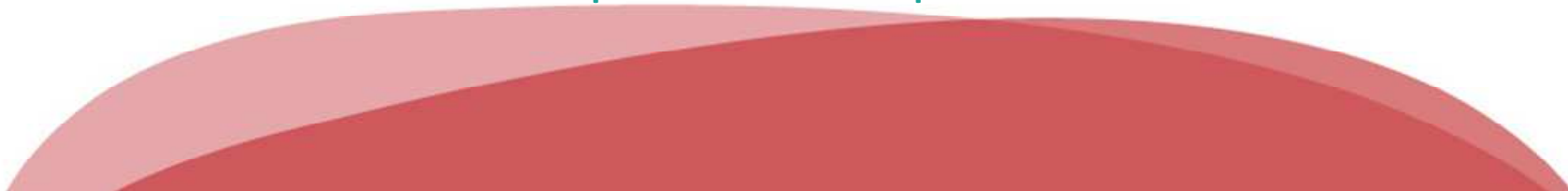
Qui est concerné ?

Le projet thérapeutique

Propositions aux patients : MBGIA, Hypnose, Diététique,  
Activité physique, Socio-esthétique

Cas de patients

Quelques mots de patients...





## Une équipe pluridisciplinaire

### **Les médecins nutritionnistes**

- ✓ Évaluent la demande de la personne dans sa globalité
- ✓ Orientent vers le protocole en collaboration avec la personne

### **Les infirmiers, le fil rouge de la prise en charge**

- ✓ Effectuent les bilans diagnostics
- ✓ Permettent de faciliter la communication entre les personnes et le service
- ✓ Suivent les personnes lors de chaque protocole
- ✓ Animent les protocoles

### **Les diététiciennes et les psychologues**

- ✓ Entretiens individuels
- ✓ Animent les protocoles

### **Les professeurs d'activités physiques adaptées et la socio-esthéticienne**

- ✓ Animent les protocoles

### **Les secrétaires**

- ✓ Coordonnent nos activités (et bien plus encore!)





Une équipe pluridisciplinaire

Un grand merci à tous





## Qui est concerné?

**Personnes prises en charges pour leur poids souffrant de troubles du comportement alimentaire (compulsions et/ou hyperphagie).**

- ✓ Des personnes adultes
- ✓ Souffrant d'obésité
- ✓ Ayant déjà bénéficié d'un suivi nutritionnel

⇒ **L'investissement dans le protocole demande à la personne d'être disponible**

⇒ **3h par sessions pendant 3mois 1/2**

⇒ **13 sessions au total**





## Le projet thérapeutique

**Notre hypothèse est que les personnes souffrant d'impulsivité alimentaire ont un répertoire comportemental réduit**

Nous souhaitons alors leur proposer différentes techniques afin d'élargir leur répertoire comportemental.

- ✓ Psychoéducation, éducation diététique et sportive
- ✓ Hypnose thérapeutique
- ✓ Mindfulness
- ✓ Socio-esthétique





## Propositions aux patients

### **Psychoéducation, éducation diététique et sportive**

L'information est une part importante du programme, elle vise :

- ✓ Les mécanismes du conditionnement alimentaire
- ✓ Les règles hygiéno-diététiques
- ✓ La pratique d'une activité physique régulière, adaptée aux capacités de chacun



### **Socio-esthétique**

Un module pour sensibiliser aux soins personnels  
Souvent une découverte !





## Propositions aux patients

### **HYPNOSE**

La quasi-totalité de l'équipe est formée à l'hypnose de soins (médecins, diététiciennes, psychologues et IDE)

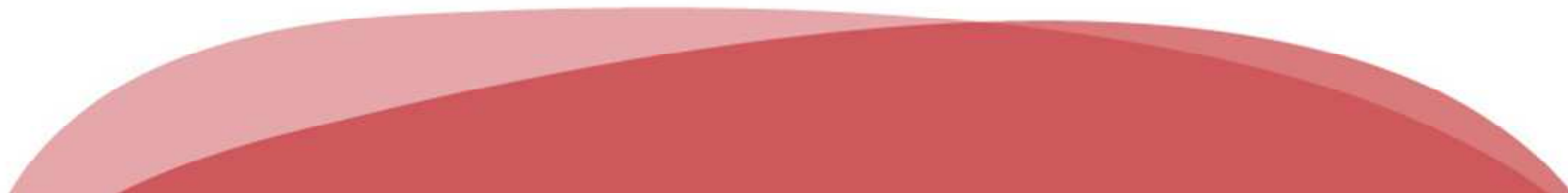
Formation dispensée par le CHU par Yves Halfon, psychologue clinicien, formateur à l'Institut Milton H. Erickson de Normandie.







*"La première chose à faire en psychothérapie est de ne pas essayer de contraindre l'être humain à modifier sa manière de penser ; il est préférable de créer des situations dans lesquelles l'individu modifiera lui-même volontairement sa façon de penser." (Milton Erickson)*





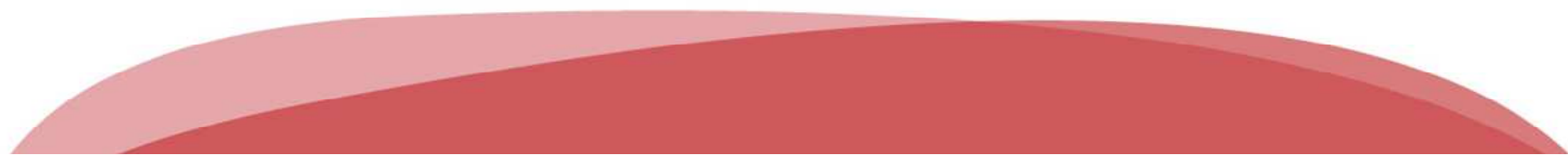
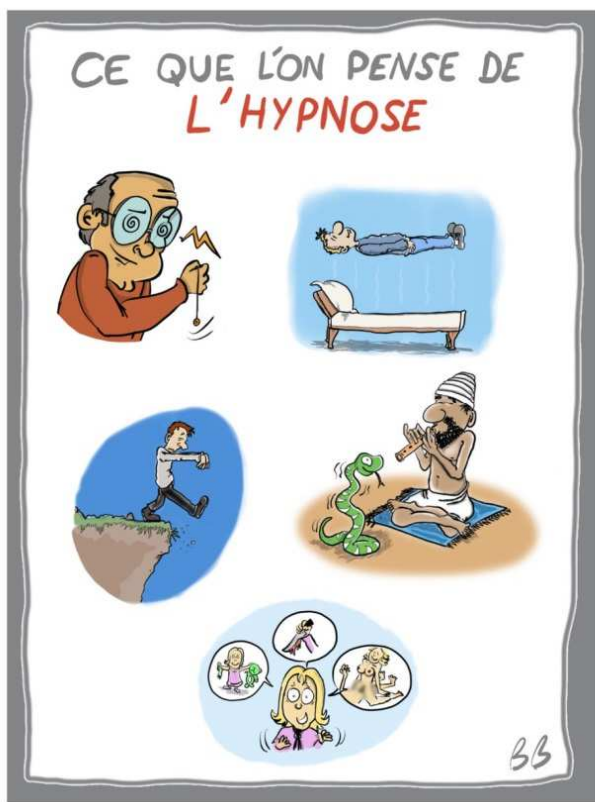
## Propositions aux patients

### Hypnose

**phénomène naturel amplifié par la relation avec le *soignant***

*C'est un mot pour désigner les outils que l'on utilise systématiquement pour modifier un état de conscience*







C'est une manière de rentrer en connexion avec soi-même et d'apprendre à travailler sur soi.



État de conscience modifié entre veille et sommeil. C'est l'art d'explorer notre potentiel afin de développer des compétences, nos capacités, nos ressources et d'optimiser nos apprentissages.

C'est le cerveau inconscient qui va travailler .  
Nous les accompagnons seulement à mobiliser leurs ressources.





Induction



dissociation



suggestion



réassociation



vérification





## 4 séances

- Réinvestissement corporel
- Gestion de l'envie de manger
- Gestion de la taille de la portion
- La confiance en soi

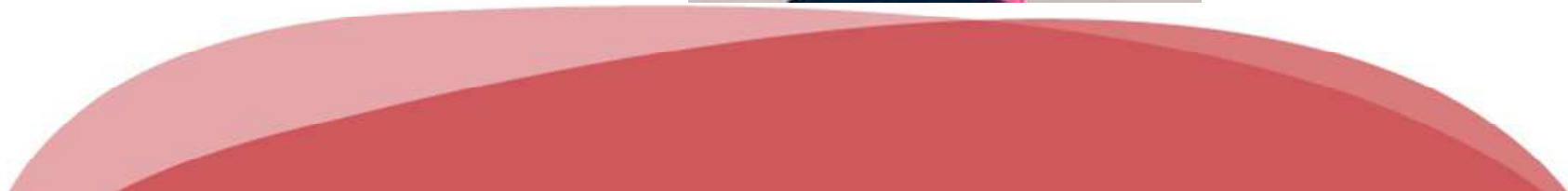
+ **5<sup>ème</sup> séance** lors de la séance de consolidation 3 mois après.





Envoi par mail des scénarios à l'issue de chaque séance

Il est demandé à chacun de re-écouter les enregistrements régulièrement tout le long du programme et après.





## Propositions aux patients

### **Mindfulness Basé sur la Gestion de l'Impulsivité Alimentaire - MBGIA**

Sur neuf sessions dont 1 repas en pleine conscience



Inspiré de programmes existants :

- ✓ Mindfulness Based Stress Reduction – Jon KABAT ZINN
- ✓ Mindfulness Based Rechute Prevention – BOWEN, CHAWLA et MARLATT
- ✓ Mindful eating – Jan CHOZEN BAYS

**Notre objectif : Développer la flexibilité et l'attention bienveillante**





## Retour sur notre expérience

### Quelques statistiques

Lors de leur prise en charge dans le TAP, chaque participant remplit une suite de questionnaires à 3 reprises (début, fin du programme et lors de la séance de consolidation à 3 mois) :

- ✓ Succès thérapeutique
- ✓ EDI 2
- ✓ HAD
- ✓ EQVOD
- ✓ Silhouette
- ✓ Ricci & Gagnon





## Retour sur notre expérience

### cas de Sophie

