

Frapper à la bonne porte

Vaincre la peur d'une dysmorphie corporelle : un soutien psychologique pour une préoccupation, en apparence, esthétique!

MONTREAL, 28 juin 2010 - Se faire refaire le nez pour traiter un problème de santé mentale? Un blanchiment de dents pour venir à bout d'un grave trouble d'anxiété? Évidemment, cela ne fait aucun sens! C'est malheureusement le raisonnement caractéristique des personnes atteintes d'une peur d'une dysmorphie corporelle (PDC). Recours à des traitements esthétiques nombreux et insatisfaisants, rituels obsessionnels, isolement social : le Centre de recherche Fernand-Seguin de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine a développé une thérapie novatrice pour mettre fin aux souffrances de la PDC!

La peur d'une dysmorphie corporelle est méconnue : elle est caractérisée par une insatisfaction marquée, en l'absence de défaut physique réel, de l'apparence. Classée dans la catégorie des troubles obsessionnels-compulsifs, ce problème de santé mentale génère des comportements rituels et conduit à l'isolement social. Bien que toutes les parties du corps puissent devenir l'objet d'une telle obsession, ce sont la peau, les yeux, le nez, les dents, les fesses, le ventre, les cheveux et la poitrine qui sont le plus souvent ciblés.

Kieron O'Connor, directeur du Centre d'études sur les troubles obsessionnels-compulsifs et les tics de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine, explique que les personnes aux prises avec un problème de PDC consultent surtout des chirurgiens esthétiques, des orthodontistes et des professionnels de l'esthétique pour tenter d'atténuer leurs souffrances. « Or, c'est d'aide et de soutien psychologique dont ils ont vraiment besoin, » affirme celui qui est aussi chercheur au Département de psychiatrie de l'Université de Montréal et au Département de psychologie de l'Université du Québec en Outaouais.

C'est précisément pour venir en aide aux personnes aux prises avec ce problème que Kieron O'Connor et Annie Taillon, étudiante au doctorat en psychologie, ont mis sur pied, en collaboration avec leur équipe du Centre de recherche Fernand-Seguin de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine, une thérapie cognitivo-comportementale spécialisée et novatrice. « Nos résultats préliminaires sont très prometteurs! » explique madame Taillon. « Nous avons observé, chez les participants, une nette diminution des préoccupations associées à leur apparence et une réduction de plus de la moitié des comportements ritualisés associés à ces préoccupations. De plus, près du tiers des symptômes dépressifs associés à ces préoccupations ont disparus! »

Les retombées positives de la thérapie sont bien concrètes mais, malheureusement, encore trop peu de personnes osent demander de l'aide. De par la nature de leur maladie, cette clientèle est peu encline à sortir en public et donc de se présenter à la clinique.

Madame Allard a bénéficié du programme. Sous le couvert de l'anonymat, elle accepte de confier l'ampleur de sa souffrance quotidienne : « J'avais honte de sortir en public;

J'évitais toute activité sociale. Lorsque j'ai entendu parler de ce projet de recherche, ce fut un réel soulagement pour moi. Enfin, il y avait une explication et, surtout, une solution! Cette thérapie m'a permis de me délivrer et de reprendre le travail. Je la recommande fortement! »

Bien que la problématique de la peur d'une dysmorphie corporelle soit passée sous silence, ce sont plus de 350 000 Canadiens qui en seraient atteints! 350 000 personnes, autant de souffrance, de peurs et de rituels et d'alternatives esthétiques pour contourner la nature réelle de leur maladie. Malgré tout, ces tentatives vaines de mettre fin à leur problème traduisent une volonté réelle d'abrèger leurs souffrances. Salon de coiffure, cabinet de dentistes, centre de chirurgies esthétiques ou... suivi psychologique? Frapper à la bonne porte : voilà le réel défi des personnes aux prises avec une peur d'une dysmorphie corporelle!

La peur d'une dysmorphie corporelle (PDC)

- Plus de 350 000 Canadiens en seraient atteints
- Populations spécifiques : étudiants (2% à 13,1%); clients de cliniques de chirurgie esthétique (6% à 20%)
- Affecte autant les hommes que les femmes
- Taux d'idéation suicidaire (57,8%) et de tentatives de suicide (2,6%)

Résultats préliminaires

Thérapie spécialisée d'une durée de 20 semaines

- Diminution moyenne de 46% des préoccupations associées à l'apparence
- Diminution moyenne de 53% des comportements ritualisés associés aux préoccupations (par exemple, se regarder dans le miroir, se maquiller, gratter sa peau pour éliminer les imperfections, etc.)
- Diminution moyenne de 34% des symptômes dépressifs associés

Nous sommes toujours à la recherche de participants pour cette étude. Les personnes intéressées peuvent communiquer avec Karine Bergeron au 514 251-4015, poste 3585.

Le Centre de recherche Fernand-Seguin de l'Hôpital Louis-H. Lafontaine (CRFS)

Le CRFS et ses partenaires, l'Hôpital Rivière-des-Prairies et l'Institut Philippe-Pinel de Montréal, est reconnu par le Fonds de la recherche en santé du Québec. À la fine pointe des connaissances, il est l'un des plus importants lieux de recherche en santé mentale dans le milieu francophone canadien.

L'Hôpital Louis-H. Lafontaine

L'Hôpital Louis-H. Lafontaine offre des services spécialisés et ultraspecialisés en santé mentale. Chef de file dans son domaine, il développe des savoirs par la recherche, l'enseignement et l'évaluation. L'Hôpital Louis-H. Lafontaine est membre du grand réseau d'excellence en santé de l'Université de Montréal. www.hlhl.qc.ca

- 30 -

Renseignements

Catherine Dion

Service des communications

Hôpital Louis-H. Lafontaine - Centre de recherche Fernand-Seguin

Téléphone : 514 251-4000, poste 2986

Cellulaire : 514 235-4036

catherine.dion.hlhl@sss.gouv.qc.ca