

Etat des lieux des répercussions liées à la consommation/addiction aux substances

Substance	Effets sur le système digestif à court terme	Effets d'une consommation chronique à long terme	Effets métaboliques	Effets du sevrage	Effets des traitements
Alcool	Toxicité sur l'ensemble des organes : le foie, le pancréas, l'estomac, l'intestin grêle, le colon... Accélération du transit et malabsorption modérée	Cirrhose, pancréatite, stéatose, hépatite, gastrite Maladies cardiovasculaires Cancers ORL et digestifs Diarrhées chroniques	Anémie par carence en vitamine B9 Carence en vitamines du groupe B (B1, B6, B12 et PP), en magnésium, calcium Augmentation des triglycérides Hypoglycémie, hyponatrémie Dénutrition, malnutrition Altération du métabolisme Ostéoporose	Anorexie, Nausée, vomissement Sueur, déshydratation	Gastro-intestinaux : ballonnements, diarrhées Nausées Prise de poids (BZD)
Opiacés	Diminution du péristaltisme digestif (gastrique et intestinal) et de la sécrétion hydrique, entraînant une constipation. Effet spasmogène sur les voies biliaires (sphincter), les uretères et la vessie. Nausées et vomissements	Précarité entraînant des difficultés à s'alimenter en quantité et qualité	Carences en vitamines A, E, C, B6, B12, et en Fer et sélénium Augmentation de concentration en Zinc et Cuivre Augmentation du métabolisme (infections liées à l'injection) Dénutrition	Diarrhées Sudation Vomissements	Constipation Prise de poids Hyperglycémie (si diabète) Problème dentaires
Cannabis	Assèchement de la bouche et de la gorge Crampes gastriques, ballonnement digestif, troubles du transit	Cancer de la vessie, de l'œsophage, de la bouche et de la langue	Orexigène	Gastralgie Sudation	

Tabac	Toxicité/inflammation de la langue, l'œsophage, le pancréas Acidité de l'estomac et reflux gastrique Modification de la motricité des intestins (accélération) Attaque de l'écosystème bucco-dentaire	Œsophagite, pancréatite, gastrite, ulcère Cancer des voies digestives, de la bouche, la gorge Dégradation bucco-dentaire, caries Maladies cardiovasculaires	Anorexigène Augmentation du métabolisme Diminution du goût et l'odorat	Diminution des besoins caloriques Stimulation de l'appétit Prise de poids	Augmentation de l'appétit, du poids Modification du goût Bouche sèche Nausées, vomissements Constipation/diarrhée Ballonnement, gênes, indigestion, flatulence
Cocaïne	Troubles digestifs type nausées, vomissements Douleurs abdominales, crampes, spasmes Sécheresse de la bouche/ gorge	Hépatites A, B, C (mode de consommation) Accidents cardiaques	Fort anorexigène Amaigrissement, malnutrition Affaiblissement de l'organisme	Sensation de faim	
Ecstasy, Amphétamines	Troubles digestifs, nausées Sueurs, déshydratation Toxicité	Altération de l'état général Troubles cardiovasculaires Pathologie du foie, des reins	Anorexigène puissant Dénutrition Epuisement de l'organisme		
Benzodiazépines	Risque de fausse route (par hypotonie des muscles de la gorge)		Orexigène	Nausée, vomissements Anorexie, perte de poids Diarrhée/ constipation Douleur abdominale, brûlures d'estomac Troubles intestinaux, flatulence, distensions gazeuses	

Etat des lieux des répercussions liées aux addictions sans substance

Comportement	Effets directs sur le système digestif	Effets à long terme	Autres constats
TCA : Anorexie mentale	Ralentissement de la vidange gastrique, ballonnements abdominaux, constipation Reflux gastro-oesophagien	<i>Forme stricte :</i> Dénutrition, perte de poids (IMC < 18), perte de la masse grasse et musculaire, fragilité osseuse/ostéoporose, déminéralisation dentaire Carences multiples : sodium, fer, potassium... Perturbation du métabolisme (énergie et nutriments) Rétention hydro-sodée Insuffisance rénale fonctionnelle <i>Forme boulimique :</i> Mêmes symptôme que la forme stricte +Signes de vomissements : gonflement des glandes salivaires, hypokaliémie, hyponatrémie, hémococoncentration (protides et hémoglobine élevés)	Restriction importante de l'alimentation Trouble de l'image corporelle (dysmorphophobie) Hyperactivité physique Destructuration et réduction des prises alimentaires jusqu'à l'absence de prise (jeûne) Distorsion du comportement alimentaire avec surinvestissement et suppression de certains aliments Potomanie permettant de vomir plus facilement
TCA : Boulimie	Irritation de la bouche, de la gorge, de l'estomac et de l'œsophage (liée à l'acidité du liquide gastrique) Perturbations digestives, ballonnements, diarrhées (laxatifs)	Poids normal, mais composition corporelle perturbée Malnutrition, carences (micronutriments) Signes de vomissements : glandes salivaires enflées, hypokaliémie, réserve alcaline élevée, insuffisance rénale, hyponatrémie (potomanie), détérioration voire perte dentaire (émail, gencives) Complications somatiques (rares) : ruptures œsophagienne ou gastrique, pancréatite, dilatation/obstruction intestinale (laxatifs)	Hyperphagie incontrôlée (crises) : quantité importante ou massive d'aliments non choisis, sans aucune connotation de plaisir, sans faim ni rassasiement Comportements compensatoires visant à éviter la prise de poids : vomissements provoqués, prises de laxatifs ou de diurétiques, d'anorexigènes (amphétamines), jeûnes, hyperactivité physique Eclatement de la structure alimentaire : plus de « vrais » repas Structure en nutriments : peu de protéines

TCA : Compulsions alimentaires	Troubles digestifs, ballonnements Distension de l'estomac, nausées Sur-activation des organes de régulation (foie, pancréas...), hyperglycémie	Surpoids (IMC >25), obésité (IMC >30) Malnutrition, carences en micronutriments et vitamines (si régimes) Diminution du métabolisme énergétique Maladies cardiovasculaire, diabète, hypercholestérolémie, hypertension artérielle, hypertriglycéridémie, atteintes du foie (stéatose), cancers (colon, sein...), risques accrus d'AVC	Hyperphagie (pendant, après ou hors repas) et/ou grignotages excessifs avec appétence pour les produits gras et sucrés (connotation de plaisir) Sensation importante de « fringale » Prise alimentaire normale lors de repas, mais possible déstructuration (saut de repas, en qualité) Antécédents ou régimes réguliers : hypocaloriques restrictifs Altération de l'image de soi et de son corps Sédentarité
Sport	Accélération du transit intestinal, malabsorption minérale Si prise de boisson énergisante : hypoglycémie réactionnelle, troubles digestifs, acidité	Déshydratation, dénutrition Perte de poids, fragilité musculaire et osseuse Carences en sodium, fer, magnésium, Augmentation du métabolisme (activité physique importante, blessures) + Effets secondaires (si prise produits dopants, boissons) : insuffisance rénale, troubles cardiovasculaires, cancer du foie	Trouble de l'image corporelle (dysmorphophobie) Réduction des temps de prise alimentaire Suivi d'un régime strict pour une perte de poids/une augmentation des performances Contrôle/obsession d'une alimentation saine/exclusion de certains aliments (orthorexie) = Développement de TCA ++
Travail		Augmentation du métabolisme (stress important) Perte de poids, malnutrition	Abandon/sacrifice des repas au profit du travail
Jeu/Internet/ Cybersexe		Malnutrition Perte/ prise de poids	Déstructuration des prises et du rythme alimentaire Sédentarité importante

Les différentes formes d'addictions ont des répercussions bio-psycho-sociales significatives sur l'alimentation et la santé nutritionnelle des personnes qui en souffrent.