TCA : Podcasts, interviews, articles et ressources

Voici une sélection récente et utile de **podcasts, interviews, articles et ressources** sur les troubles du comportement alimentaire (TCA), avec un mélange de contenus destinés aux professionnels, aux proches et aux personnes concernées.

– Podcasts récents à écouter

https://www.radiofrance.fr/franceinter/podcasts/grand-bien-vous-fasse/grand-bien-vous-fasse-du-mercredi-27-mai-2026-2116922

Emission de France Inter, « Grand bien vous fasse » animée par Ali Rebeihi invitant des psychiatres et diététicien sur la question Comment prévenir et soigner les troubles de conduites alimentaires chez les adolescents et les jeunes adultes ?

TCA Etc – Comprendre et lutter contre les troubles alimentaires

Animé par Flavie Milsonneau, ce podcast est devenu une référence francophone. Il aborde l'anorexie, la boulimie, l'hyperphagie, les traumatismes, la grossophobie, le féminisme, les thérapies ACT, les témoignages de guérison et les approches thérapeutiques actuelles. Plus de 220 épisodes sont disponibles.

Tempête mentale – Le piège des TCA (épisode 3)
Podcast de sensibilisation du gouvernement français centré sur le vécu psychologique des TCA à travers un personnage fictif construit à partir de témoignages réels. Très accessible pour le grand public.

Dans l'ombre des repas
Série créée pour sensibiliser les adolescents aux TCA, à l'image corporelle et à l'influence des réseaux sociaux. Plusieurs professionnels interviennent pour expliquer les mécanismes des troubles.

Apprendre à aider – Les troubles des conduites alimentaires
Podcast orienté secourisme en santé mentale. Très utile pour les proches, enseignants et intervenants souhaitant apprendre à repérer les signes et accompagner sans jugement.

- **Interviews marquantes**

Lien vidéo YouTube
Cette émission de France Télévisions donne la parole à plusieurs patients atteints de formes variées de TCA et participe à la sensibilisation du grand public.

Interview de Marie-Rose Moro sur les TCA
La psychiatre Marie-Rose Moro explique les mécanismes psychologiques des TCA chez les jeunes, l'importance du repérage précoce et les traitements qui montrent aujourd'hui les meilleurs résultats.

https://www.marieclaire.fr/louane-laurie-darmon-interview-tca-anorexie-mentale-boulimie-temoignages,1442194.asp
Témoignages de Louane et Laurie Darmon qui ont souffert de TCA

- **Articles récents à lire**

Obésité et hyperphagie boulimique : l'angle mort du repérage
Article publié cette semaine qui met en lumière le sous-diagnostic de l'hyperphagie boulimique chez les personnes en situation d'obésité. Les spécialistes estiment qu'entre 20 et 30 % des personnes souffrant d'obésité présentent également un TCA.

Troubles des conduites alimentaires (TCA) – Psycom
Mise à jour récente avec des explications très claires sur l'anorexie, la boulimie, l'hyperphagie, les signes d'alerte et les modalités de prise en charge. Une excellente ressource pédagogique.

https://theconversation.com/le-traitement-des-troubles-alimentaires-par-la-psilocybine-est-prometteur-mais-des-recherches-plus-controlees-sont-necessaires-218679
Avancées de la recherche :traitement des troubles alimentaires par la psilocybine

https://www.manchester.ac.uk/about/news/health-impacts-of-eating-disorders-complex-and-long-lasting-researchers-find/
Les impacts sur la santé des troubles de l'alimentation sont complexes et durables, selon les chercheurs

https://www.liberation.fr/societe/sante/troubles-du-sommeil-tca-cyberviolences-lanses-detaille-les-risques-des-reseaux-sociaux-chez-les-adolescents-20260113_W7CVVI2O3ZDSZMSN344DDP6YGM/

Troubles du sommeil, TCA, cyberviolences… L'Anses détaille les risques des réseaux sociaux chez les adolescents