

Cas pratique 3 : Analyse de comportement

Adèle, **19 ans** vous consulte, car elle souhaiterait perdre les 4 kilos qu'elle n'arrive pas à perdre malgré ses efforts.

Elle a :

- tenté de nombreux régimes, plus ou moins équilibré, parfois très restrictifs
- augmenté son rythme de sport à 3 joggings par semaine
- saute de manière systématique le dîner du dimanche.

Au fil de l'échange, elle vous confie parfois se faire vomir quand elle n'a pas réussi à "gérer le repas", quand elle est invitée chez ses amies, par exemple.

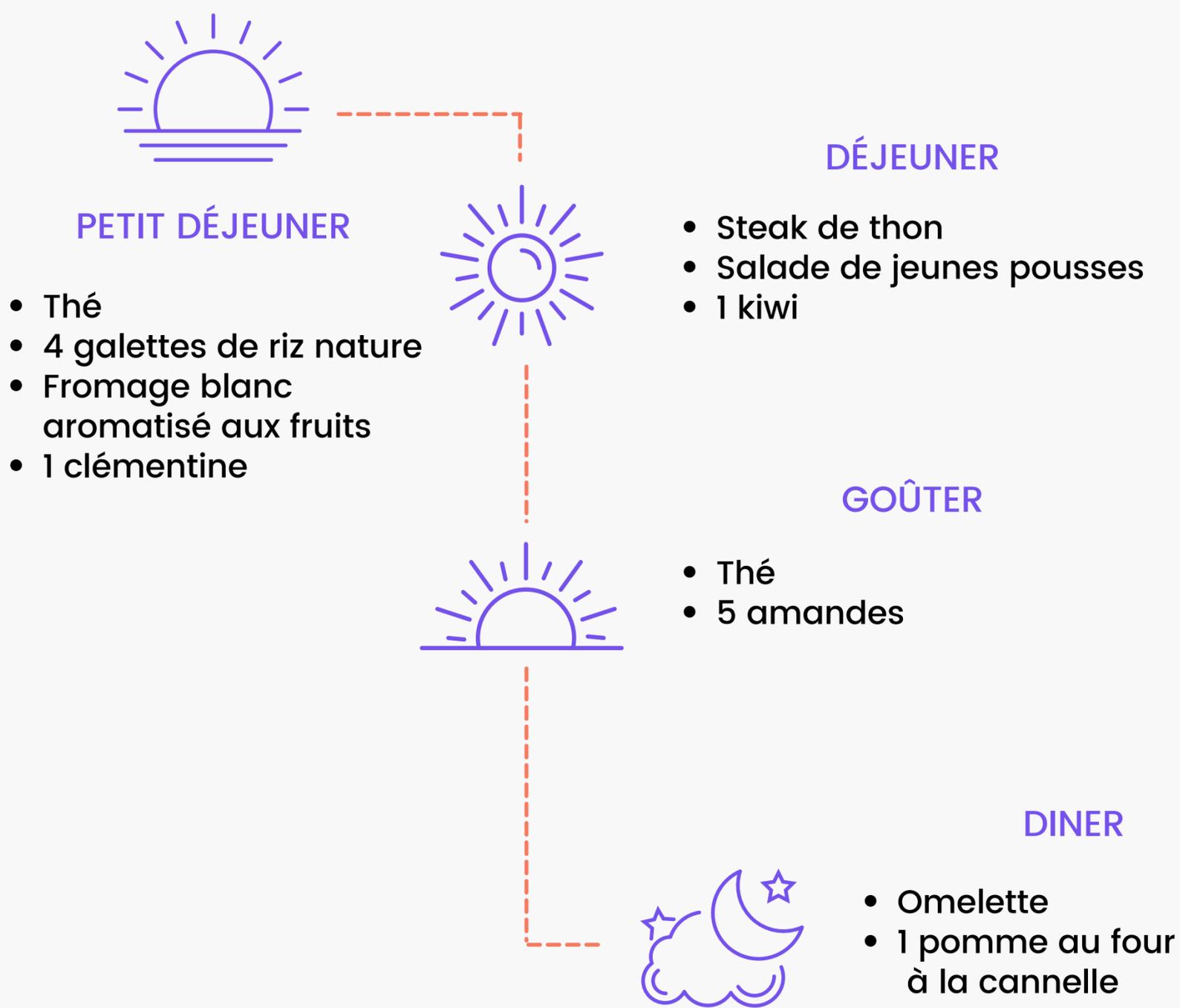
Voici les informations la concernant :



- 172 cm
- 59 kg



Voici une journée type concernant l'organisation de ses repas :



QUESTIONS :

- 1 Quels sont les informations que vous relevez avec attention dans la présentation d'Adèle ?
- 2 Que vous évoque son cas et quelle approche allez-vous donner à cette consultation ?
- 3 Quels sont les points qui vous interpellent dans son carnet alimentaire ?
- 4 Proposez un schéma alimentaire type à Adèle pour se rapprocher d'une alimentation-santé.