

SIGNES PSYCHIQUES D'UNE HYPERRÉACTIVITÉ ALIMENTAIRE

Un « hyperactif » n'est pas simplement un enfant qui est en mouvement constant, qui court plutôt qu'il ne marche, qui ne peut rester assis à table et qui gigote beaucoup. D'autres signes pourraient indiquer un possible désordre de la chimie du cerveau, une forme d'intoxication alimentaire qui serait entretenue par la consommation d'aliments inadéquats (additifs pour l'un, salicylates pour l'autre, phosphates pour le troisième... et que sais-je encore ?).

- impatience : agité, irritable, ne supporte pas la contrainte, tolère peu la frustration, a un comportement destructif, pleure facilement
- attention : est facilement distrait, ne finit pas les projets, n'écoute pas les histoires jusqu'au bout, ne suit pas les consignes
- sommeil : rechigne à aller se coucher, s'endort difficilement, gigote dans son sommeil, fait des cauchemars fréquents
- agression compulsive : interrompt les cours, ne respecte pas la discipline, n'est pas conscient du danger, répète des actions de manière compulsive, se bat et se dispute avec ses congénères, ne se contrôle pas
- impulsivité : a des comportements imprévisibles, produit des sons bizarres, parle trop, parle trop fort, interrompt les conversations, mord, griffe, mâche des objets et des tissus, surréagit au toucher, à certains sons, à la lumière vive, à la douleur
- plaintes physiques fréquentes : maux de tête, urticaire, mal au ventre, infections ORL, énurésie
- neuro-musculaire : se blesse plus que ses congénères, a une mauvaise coordination psychomotrice, écrit ou dessine avec difficulté, dyslexique, a des troubles de la parole, a des troubles de l'oeil (nystagmus, strabisme), a des tics.

Des signes physiques sont aussi présents, nous les avons vus en détail dans *Gloutons de gluten*. Citons pour mémoire les inflammations récurrentes (otites récidivantes, etc.), les retards de croissance, les cauchemars, les rages alimentaires, les obsessions alimentaires, les coups de fatigue sans raison et toute la kyrielle de troubles digestifs : selles molles, constipation, ballonnements, odeur nauséabonde des selles, etc..

Symptômes du canari-type

Chez un canari, on peut relever quelques caractéristiques particulières par rapport aux autres profils d'enfants.

- Les soucis ont commencé dès la naissance, que le nourrisson soit allaité ou pas — alors que les intoxiqués aux phosphates se révèlent après le sevrage et que, chez les dysbiotiques au premier chef, les manifestations suivent des cures d'antibiotiques ou de vaccins à répétition.
- L'enfant présente des troubles nerveux de nombre et/ou d'intensité supérieurs à la normale — troubles en tout cas inexplicables si l'on considère qu'il vit parfois dans un environnement affectif équilibré ou relativement sain. Ces troubles psychiques s'aggravent fort à l'adolescence. Chez un intoxiqué aux phosphates, ces troubles se marquent par de l'opposition, de la brutalité, des injures, des grimaces incontrôlables, alors que chez un canari cela peut se signaler par de l'angoisse, une attitude distante et renfermée.
- Il souffre souvent d'eczéma, d'urticaire ou d'asthme (ou de formes proches).
- Il fait des réactions cutanées avec certains aliments, sans que ce ne soient de réelles allergies. Ces réactions se marquent souvent autour de la bouche.
- Il chipote dans l'assiette.
- Il a tendance à la constipation plutôt qu'aux selles molles, ce qui serait plutôt le cas d'un dysbiotique au premier chef.
- Il manifeste des formes d'intolérances alimentaires multiples. Il n'est pas rare que les

“ Envisageons si le programme alimentaire des canaris n'est pas un élément aggravant leur état.