

## Quelles sont les principales caractéristiques de l'intervention familiale?

L'intervention familiale est un traitement ambulatoire. Au départ, des rendez-vous ont lieu une fois par semaine. Quand on observe un gain de poids constant, les rendez-vous peuvent alors être espacés, en fonction des besoins de votre enfant. Comme pour d'autres programmes, nous offrons jusqu'à 20 séances de l'intervention familiale sur une période allant de 6 à 12 mois.

Ces séances couvrent les trois étapes du rétablissement :

ÉTAPE  
1

### RÉTABLIR LE POIDS DE VOTRE ENFANT

- C'est généralement l'étape la plus longue.
- Les parents s'occupent des repas et des collations. Ce sont eux qui décident du type et de la quantité de nourriture à consommer.
- Tous les repas et toutes les collations se prennent sous supervision afin de s'assurer qu'ils sont consommés en totalité.
- Des réunions hebdomadaires avec la famille et le psychothérapeute en l'intervention familiale sont obligatoires. Ces réunions vous aident à évaluer les progrès de votre enfant au cours de la dernière semaine et à élaborer une stratégie pour la semaine à venir.
- La première étape se termine quand l'enfant a retrouvé son poids.

ÉTAPE  
2

### REDONNER LE CONTRÔLE

- Les parents redonnent graduellement au jeune le contrôle sur son alimentation (par exemple, en préparant encore son lunch, mais en lui permettant de manger sans supervision).
- C'est le début d'une vie de famille plus saine.

ÉTAPE  
3

### RÉTABLIR UNE SAINE IDENTITÉ DE L'ADOLESCENT

- Les troubles de l'alimentation ne sont plus au cœur de la discussion.
- Les séances s'articulent autour des besoins normaux de l'adolescent en matière de développement et de la relation parent-enfant.

## Devons-nous suivre l'intervention familiale?

Il n'y a pas un traitement ou une approche qui s'est révélé efficace pour tous les patients qui souffrent d'un trouble alimentaire. Ces patients ont souvent un ensemble de symptômes diversifiés, des niveaux d'anxiété ou de dépression variés, et des réseaux de soutien familial bien différents. L'intervention familiale exige un investissement parental intense en termes de temps, d'énergie et de ressources émotionnelles, et cet investissement n'est pas possible dans toutes les situations familiales. Si vous pensez que l'intervention familiale n'est pas une approche qui convient à votre famille, votre médecin discutera avec vous d'autres options de traitement qui existent dans la communauté ou dans d'autres centres de traitement.

## Dire OUI à l'intervention familiale selon l'approche Maudsley

En consentant à l'intervention familiale, vous prenez un engagement exigeant pour lutter contre le trouble alimentaire de votre enfant. Les séances hebdomadaires et la supervision des repas et des collations exigent beaucoup de temps. Un gain de poids rapide au début est essentiel. Un gain trop lent prolonge la première étape et est associé à un plus grand risque d'échec de la thérapie. Malgré les exigences élevées qui pèsent sur la famille pendant ce traitement, l'intervention familiale a aussi d'incroyables bienfaits. Elle permet :



De se rétablir plus rapidement des conséquences physiques de la malnutrition



D'éviter les hospitalisations prolongées



De donner aux parents les moyens d'intervenir plus tôt quand ils observent des signes de rechute

Vivre avec un enfant aux prises avec un trouble alimentaire est une expérience stressante, déroutante et effrayante pour les parents et les autres enfants de la famille. Il est essentiel que les parents fassent front commun. Il est donc indispensable que tous les membres de la famille qui vivent à la maison assistent aux réunions.

Les réunions de l'intervention familiale ont lieu en semaine entre 8 h 30 et 16 h. Régulièrement, le psychothérapeute ou le médecin passe en revue avec vous les progrès de votre enfant afin de s'assurer que cette approche convient à votre enfant et à votre famille.

## Ce que vous n'obtiendrez pas avec l'intervention familiale :

### DES CONSEILS EN NUTRITION

Vous avez nourri votre enfant jusqu'à aujourd'hui. Notre message pour l'enfant est clair : vos parents savent ce qui est le mieux. L'ajout d'autres experts pourrait faire croire à votre enfant que vous n'êtes pas en contrôle, et ainsi faire perdurer le trouble alimentaire.

### THÉRAPIE INDIVIDUELLE

Au départ, il est possible que l'adolescent soit terriblement bouleversé de devoir manger et de prendre du poids. De nombreux parents demandent qu'un thérapeute rencontre leur enfant pour soulager sa détresse. Mais, à ce point du traitement, il n'est pas possible d'avoir une discussion rationnelle pour apaiser les peurs irrationnelles qui font partie du trouble alimentaire. La thérapie individuelle a pour but de renforcer l'autonomie et l'indépendance. Elle pourrait même rendre la tâche des parents encore plus difficile pour maintenir leur contrôle sur l'alimentation. Dans le cadre de l'intervention familiale, la thérapie individuelle est reportée à la 3<sup>e</sup> étape, quand l'adolescent arrive à maintenir un poids santé avec un minimum de supervision.

# Family Based Treatment

Adolescent Medicine Division  
**EATING DISORDER PROGRAM**

The Montreal Children's Hospital's Eating Disorder Program is a comprehensive, evidence-based treatment program that provides outstanding clinical care for adolescents. Our team has been providing medical, nutritional and psychological care to youth with eating disorders and their families for over 25 years.

**Our program's foundation is Family Based Treatment (FBT). FBT focuses on supporting you, as parents, to take the lead in refeeding your child. As health care professionals, we may be the experts in eating disorders, but YOU are the expert on your child.**

The FBT approach stresses that eating disorder behaviours are outside of the adolescent's control. With the eating disorder in charge, the adolescent is unable to make proper decisions about their health. FBT requires parents to temporarily take over the youth's nutrition in order to defeat the eating disorder. Currently, FBT is the most effective treatment for restrictive eating disorders in youth. The Montreal Children's Hospital was the first eating disorder program in Quebec offering FBT by accredited therapists.

## What are the main features of FBT?

FBT is an outpatient treatment. Appointments are initially held weekly. Once regular weight gain is seen, visits will be spaced out, depending on your child's needs. Consistent with other programs, we offer up to 20 family treatment sessions over the course of 6 to 12 months.

These sessions cover three phases of recovery:

- PHASE 1** **RESTORING YOUR CHILD'S WEIGHT**
- This is typically the longest phase.
  - Parents take charge of meals and snacks. Parents decide the amount and type of food to be consumed.
  - All snacks and meals are supervised in order to ensure that they are fully consumed.
  - Weekly meetings of the family and the FBT therapist are required. These meetings help you gauge the progress of your child over the past week and strategize for the upcoming week.
  - Phase 1 is completed when weight is restored.
- PHASE 2** **GIVING BACK CONTROL**
- Parents gradually give the youth increasing control over food intake (for example, by packing their lunch, but allowing them to eat without supervision).
  - It is the beginning of a more healthy family life.
- PHASE 3** **RE-ESTABLISHING A HEALTHY ADOLESCENT IDENTITY**
- The eating disorder behaviors are no longer the focus of the discussion.
  - Sessions focus on normal adolescent developmental needs and the parent-child relationship.
  - At the end of this stage, the family and the FBT therapist evaluate the youth's progress and determine whether any additional support is needed.

## Do we have to do FBT?

There is no single therapy or approach that is proven to work for all patients dealing with eating disorders. People with eating disorders tend to have different mixtures of symptoms, varying degrees of anxiety or depression, and differences in family support systems. FBT requires an intense parental investment in time, energy and emotional resources that may not be feasible for all family situations. If you do not feel that a FBT approach is right for your family, your physician will discuss other treatment options available in the community or at other treatment centers.

## Saying YES to FBT

By agreeing to FBT, you are making an intensive commitment in the battle against your child's eating disorder. The weekly therapy sessions and the supervision of meals and snacks require a substantial time investment. Rapid initial weight gain is essential. Slow weight gain prolongs phase one and is associated with a higher likelihood of FBT failure. Despite the high demands put on the family during this treatment, FBT also has incredible benefits:



**Faster recovery from the physical consequences of malnutrition**



**Avoids prolonged hospitalizations**



**Empowers parents to intervene early when there are signs of relapse**

Living with a child with an eating disorder is a highly stressful, confusing and frightening time for parents and siblings alike. Meals can feel like battles, resulting in a sense of helplessness and frustration. A united front between parents regarding their approach is essential. Siblings need to assume a supportive role with the youth, while not undermining parents. It is therefore essential that all family members living in the household need to attend appointments.

FBT appointments are scheduled during week days from 8:30 AM to 4 PM. The FBT therapist and/or the physician will review your child's progress with you on a regular basis, to ensure that this approach is working for your child and your family.

## What you do not get during FBT:

### **NUTRITION COUNSELING**

You have nourished your child to date. Our message to the youth is clear: your parents know what is best. Bringing in other experts may send the message to your child that you are not in charge and prolong the eating disorder.

### **INDIVIDUAL THERAPY**

Initially, the adolescent may be very upset by being forced to eat, and gain weight. Many parents ask to have an individual therapist meet with the youth to help ease this distress. However, at this point, there is no rational discussion that can sooth the irrational fears that are part of the eating disorder. Individual therapy is designed to increase autonomy and self-sufficiency. It may therefore make it even more difficult for parents to maintain control of feeding. With FBT, individual therapy is delayed until Phase 3 when the youth is maintaining a healthy weight with minimal supervision.

# L'intervention familiale selon l'approche Maudsley

Division de médecine de l'adolescence  
**PROGRAMME DES TROUBLES ALIMENTAIRES**

Le programme des troubles alimentaires de l'Hôpital de Montréal pour enfants est un programme de traitement complet basé sur des faits, qui propose des soins cliniques exceptionnels aux adolescents. En réalité, depuis plus de 25 ans, notre équipe offre aux jeunes aux prises avec des troubles alimentaires, et à leur famille, des soins médicaux, nutritionnels et psychologiques.

**La base de notre programme est l'intervention familiale. Cette thérapie consiste à vous aider, comme parents, à prendre en main la reprise de l'alimentation de votre enfant. En qualité de professionnels de la santé, nous sommes peut-être les experts des troubles alimentaires, mais quand il est question de votre enfant, c'est VOUS l'expert.**

L'approche de l'intervention familiale insiste sur le fait que les troubles du comportement alimentaire et les symptômes échappent au contrôle de l'adolescent. En fait, c'est le trouble alimentaire qui est aux commandes, et l'adolescent est incapable de prendre les bonnes décisions pour sa santé. L'intervention familiale impose donc aux parents de prendre temporairement en charge l'alimentation de leur jeune afin de vaincre le trouble alimentaire. À l'heure actuelle, l'intervention familiale est le traitement le plus efficace pour aborder les troubles restrictifs de l'alimentation chez les jeunes. Et le programme des troubles alimentaires de l'Hôpital de Montréal pour enfants est le seul au Québec à offrir une intervention familiale chapeautée par des psychothérapeutes certifiés.