

LACHANOPHOBIE Phobie des légumes

De nombreux enfants en bas âge vivent avec une lachanophobie (phobie des légumes), qui énerve bien souvent leurs parents.

Et oui, au-delà du fait que certaines personnes n'aiment pas manger des légumes, la lachanophobie est une véritable phobie.

Par quoi cela se traduit ?

La personne a peur à la simple vue d'une carotte, d'une patate ou encore d'un chou-fleur. Les légumes lui font peur tout simplement.

Les phobies liées à la nourriture

Qui n'a jamais éprouvé le plaisir de manger ? Malheureusement pour certaines personnes, ce plaisir est gâché par des phobies liées à l'alimentation.

Se nourrir n'est pas synonyme de plaisir pour tout le monde. Les phobies alimentaires sont plus ou moins contraignantes suivant les personnes. Certains prendront le comportement de ces personnes pour un caprice alors que ces rejets de la nourriture proviennent en réalité de véritables phobies. Quelles sont ces phobies alimentaires que nous ne connaissons pas toujours ? Nous vous en dévoilons quelques-unes.

Une majorité des phobies alimentaires se manifestent entre 3 et 5 ans chez l'enfant. Il ne voudra alors plus de certains aliments, certaines phobies sont temporaires tandis que d'autres persisteront à vie. Par ailleurs, certaines phobies sont culturelles ou religieuses selon les pays.

La phobie de manger

Cette phobie est la plus dérangeante, dans le sens où l'idée de manger est terrifiante pour ce genre de personnes. Les **cibophobes** ne supportent pas la nourriture, mais également tout ce qui est lié à la nourriture telles que les intoxications, les allergies ou encore les maladies.

La phobie de manger avec les autres

Manger est pour beaucoup un plaisir et ce plaisir est parfois décuplé quand on partage un bon repas en famille ou entre amis. Seulement, les personnes souffrant de **dépnophobie** ont peur de manger devant les autres. Il leur est donc impossible de faire des repas accompagnées de personnes, que ce soit pour manger devant d'autres personnes ou pour avoir une conversation tout en mangeant.

La phobie du poisson

L'**ithyophobie** est la phobie du poisson, c'est-à-dire que les personnes qui en souffrent ont peur rien qu'à la vision d'un poisson, que ce soit l'odeur, la texture ou encore le goût. Cette phobie peut notamment se traduire par des tremblements, des palpitations ou encore des angoisses.

La phobie de la viande

La **créatophobie** est la peur de la viande. La créatophobie est d'ailleurs une des phobies alimentaires les plus courantes. Cette phobie peut aller du simple fait de ne pas manger de viande jusqu'à éviter les lieux où il y a de la viande.

La phobie d'avaler

La peur d'avaler est souvent la conséquence d'une maladie telle que la paralysie du pharynx ou encore le tétanos. Le **phagophobe** a très peur de manger et de s'étouffer, il est angoissé quand il mange et met du temps à mastiquer.

Ainsi, pour toutes ces personnes, les moments de repas peuvent être un vrai calvaire. Ces personnes peuvent aller jusqu'à **ressentir de la honte devant les autres**, du fait de leur problème envers la nourriture ou de certains aliments. Face à votre difficile rapport à l'alimentation, **il est bon de trouver une solution et de ne plus vous cacher**. Pour cela, faites appel à un spécialiste !