

# Concernant la boulimie

Autor(en): **Yersin, Ursula**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Inform'elles : bulletin d'information du Bureau de la condition féminine de la République et Canton du Jura**

Band (Jahr): - **(1998)**

Heft [31]: **Femmes et prévention santé : campagne alimentation**

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-351475>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Témoignage

Je prends la parole en espérant aider les gens à être conscients que la boulimie n'est pas un phénomène rare de notre société, il est seulement caché, enfoui sous les remords et la honte des personnes qui en souffrent.

Tout a commencé sans que je m'en rende compte. Après une période d'anorexie, j'ai commencé à être boulimique, pour combler un vide affectif, calmer mes angoisses ou simplement par faim et par envie de manger des choses que je ne me permettais jamais, je vivais des crises durant lesquelles j'avalais une grande quantité de nourriture. Bien entendu, je n'avais aucune envie de grossir, alors j'ai trouvé le moyen qui me permettait d'assouvir tous mes fantasmes alimentaires sans prendre de poids; il me suffisait de tout régurgiter! Au début, ça n'est pas facile mais avec le temps, ça ne devient qu'une simple formalité, un acte pré-programmé, on s'habitue et c'est dangereux! En effet, j'ai pu constater les conséquences néfastes que provoquaient ces vomissements sur mon corps et ma santé. Un épuisement physique et psychologique, un manque d'énergie, une perte de concentration, une chute de cheveux, les dents qui s'abîment, ... Bref, mon avenir ne m'apparaissait pas très prometteur. Mais voilà, malgré tous mes efforts (me punir en m'interdisant certaines choses, en m'imaginant vieille avant l'âge, en étant sans cesse sur la défensive vis-à-vis de mes envies et sentiments) ce rituel était ancré, c'était comme un réflexe, je ne pouvais pas l'éviter. Donc, je devais affronter le regard et le jugement de ma famille, désespérée. Je me trouvais dans une situation où cette «maladie» monopolisait totalement mes pensées, gâchait tous les instants que je passais avec les autres. Il était clair pour moi que si je continuais ainsi encore quelques années, je finirais par n'être qu'une loque, malheureuse et solitaire. Je me sentais dans une impasse, un tunnel sans sortie. Je n'ai pas trouvé de recette miracle. Dans mon cas, c'est un éloignement de mon cadre familial, de mes habitudes et le choix de nouvelles priorités et de nouveaux buts qui me permettent peu à peu de quitter cet engrenage.

A présent, ma vie me semble tellement plus simple, j'ai l'esprit libre et la force d'accomplir ce qui me plaît. Une seule peur me hante, celle de recommencer ces bêtises.

Anonyme

## Concernant la boulimie



Extrait du livre «les toxicos de la bouffe» de Catherine Hervais des éditions Buchet/Chastel, disponible à la bibliothèque du planning familial de Delémont.

La boulimie est une «addiction», une drogue exactement au même titre que l'alcool, la drogue et toute chose, dont les gens parfois se rendent esclaves, au point d'en mourir physiquement à petit feu, ou d'un seul coup, quand on n'en peut plus.

Dans son journal, Maryline écrit :

«Pour moi, la boulimie est maladie mortelle comme le cancer. Mais le cancer, on en souffre, on le subit, on en meurt propre. La boulimie, on se la crée de toutes pièces, on la vit en solitaire, et on en meurt pour rien, de rien».

D'où l'intérêt d'en parler enfin publiquement. La boulimie traduit couramment le mal de vivre féminin de notre monde moderne, devient une préoccupation dans toutes les sociétés qui s'occidentalisent, et ce faisant, perdent leurs valeurs traditionnelles. Depuis longtemps déjà, c'est une réelle préoccupation aux Etats-Unis : dans tous les collèges américains se sont créés des groupes d'entraides. Les statistiques ont montré que 20 % des adolescents (dont 10 % de garçons) bâfrent toute la journée et se font vomir après, pour ne pas grossir.

Ça commence à inquiéter aussi sérieusement les chercheurs français, qui n'ont pas encore évalué exactement le nombre de femmes concernées, trois cent mille provisoirement, rien que pour les adolescentes.

Ça gagne le sud-est asiatique, la Corée du sud, et dans 20 ans, il y en aura sans doute aussi un grand nombre en Chine.

Et ça ne se sait pas, parce qu'en général ça ne se voit pas ! Souvent ces femmes sont minces, souvent elles sont belles et conduisent avec beaucoup d'intelligence leur vie sociale. Tout est apparemment normal dans les familles, au collège, au travail.

Ce mal répandu fait si peu parler de lui, parce qu'il se vit en secret, comme une maladie honteuse. La meilleure amie n'est pas au courant. Les parents, le mari, les copains, le médecin traitant non plus. Personne ne sait. Pas même le psychiatre, qu'elles vont consulter quelques fois - quand ça devient intenable - pour se faire prescrire des calmants ou des antidépresseurs.

Et pourtant, on peut en guérir.

Catherine Hervais est aujourd'hui psychologue et formatrice. Dans son livre elle décrit la boulimie vécue et vaincue.

Elle apporte un nouvel éclairage sur ce qu'est vraiment la boulimie, la féminité d'une manière générale, et l'importance d'une bonne communication mère-enfant au tout premier âge de la vie.

Ursula Yersin  
Planning familial.