

À bas les troubles alimentaires

11 avril 2024 | #abaslesta

Témoignage

Après des années de souffrance, d'errance, de désespoir, de tentative de prise en charge traumatisante et décevante, je tente sur la recommandation de ma mère de prendre contact avec un centre spécialisé dans les TCA. La première consultation fut tout ce que j'avais recherché et espéré, compensant les années désastreuses et m'assurant aussitôt avec confiance, un soutien et une écoute tant attendus et demandés.

Avec le diagnostic, suivi la prise de conscience, et à ce moment-là, la maladie ne fut jamais aussi présente et existante.

Il n'y a pas besoin de diagnostic, rien ni personne ne peut donner ou reprendre la légitimité de la maladie et le droit de recevoir les soins et d'en guérir. Ces troubles et ces maladies sont mentaux, il n'y a pas de poids, de taille, d'âge, de comportements alimentaires types qui accorderont ou non le droit à la maladie d'exister et le droit à la personne de recevoir les soins et le support nécessaires et essentiels. Mais me concernant, ayant grandi dans une société encore bien trop piégée et encerclée de clichés et de stéréotypes, j'ai eu besoin de diagnostic pour légitimer ma maladie, et j'ai eu besoin d'être conforme aux clichés pour légitimer mon diagnostic. C'était un cercle vicieux. Plus je prenais conscience et je verbalisais ma maladie, plus je souffrais et je tombais dedans. Prenant conscience de la maladie et des troubles, il fallait y être conforme pour se sentir légitime de le dire, de recevoir les soins, et d'avoir besoin de guérir.

Avec la prise de conscience, mon cerveau m'a piégé dans les clichés de la société. Pour être légitime de me dire « souffrant d'anorexie », je devais répondre à tous les clichés et les stéréotypes dont nous sommes victimes, à travers et avec la société.

C'est d'une façon des plus paradoxales que j'ai entamé mon combat. C'est au moment où j'ai su trouver support, écoute, soutien, au moment où on m'a accordé le droit de guérir, qu'on a valorisé la maladie et donc le besoin et la nécessité d'en guérir, que je m'engouffrais chaque jour un peu plus dans le contrôle et l'antre noir et sans fond de la maladie.

À bas les troubles alimentaires

11 avril 2024 | #abaslesta

Témoignage

Quelque mois plus tard, ce n'est qu'au moment du « combat décalé » comme je l'appelle que j'ai pris conscience de la nuance et l'importance du mental dans cette maladie. J'avais le physique d'une personne saine, en forme, mais le mental lui n'avait pas évolué, n'avait pas guéri, au contraire même, plus endommagé par cette notion de légitimité qui me faisait souffrir plus que jamais en parallèle de mon évolution physique.

Ma vie n'était plus en danger, mon coeur ne risquait plus d'arrêter de battre, je ne risquais plus de mourir de froid, mais je me sentais pourtant m'effondrer et me noyer plus que jamais dans cet enfer brûlant. J'étais en bonne santé, mais pourtant j'étais toujours aussi perdue, désespérée, brisée. Comment était-ce possible ?

Parce que ces troubles, sont des troubles mentaux, et non physiques. Ils ne le sont pas et ne l'ont jamais été. Chaque personne est et vit sa ou ses maladies différemment. Et croire le contraire ne va que ralentir et empêcher la guérison. J'ai souffert d'anorexie en pesant peu, et je souffrais toujours d'anorexie en pesant plus. J'ai souffert de boulimie en pesant peu, et je souffrais toujours de boulimie en pesant plus. J'ai gravement souffert de ces maladies en remplissant tous les critères de danger physique, mais aussi en remplissant tous les critères de santé physique. La maladie n'a pas de symptôme, de taille, de poids, de forme, de couleur, de quotidien ou de schéma unique et exhaustif.

Rien ni personne ne peut donner ou enlever le droit à la maladie d'exister, d'être considérée, d'être soignée. La prise de conscience est l'étape première et primordiale pour s'offrir la chance de guérir. Après la prise de conscience, la légitimité se veut tout aussi importante dans le processus. Et pour se faire, il faut briser les clichés, les stéréotypes, encore bien trop présents dans notre société, nous empêchant nous et les autres, de s'offrir un traitement digne de celui qu'on mérite, pour vaincre ces maladies, et se battre pour nous et pour les autres. Ce n'est qu'en acceptant que, même sans être dans les clichés de chaque trouble, je souffre tout autant et je n'en suis pas moins malade, que j'ai pu m'occuper de ces troubles, les considérer, les valoriser, les traiter, et en m'occupant d'eux, pour eux, pour ce qu'ils étaient, je me suis occupée de moi, pour ce que je suis, laissant les clichés et les stéréotypes à l'ignorance qu'ils représentent.

-Cécile