

L'anorexie mentale, ces peurs qui nous bouffent

Emma Grillet, présidente de l'association Etre, qui vient en aide aux anorexiques et à leurs familles, a animé une conférence vendredi sur cette maladie mentale.

ETRE... TOUT un programme lorsqu'on est adolescent et que l'on doit faire face aux changements de son corps et à la séduction qu'il suscite... Ce verbe, universel, à la fois si simple et si complexe, c'est le nom que s'est choisi une association haut-jurassienne chargée de venir en aide aux malades anorexiques et à leurs familles. Vendredi soir, Emma Grillet, la présidente de l'association, a animé une conférence au centre social de Lons-le-Saunier sur l'anorexie, cette maladie mentale qui touche 40000 personnes en France, dont 90 % sont des adolescents, avec une majorité de filles. Dans la salle, beaucoup de parents, de grands-parents touchés par l'anorexie d'un proche sont venus chercher des explications. Comme ce grand-père qui aimerait qu'un médicament existe pour soigner la maladie dont souffre sa petite-fille. Mais l'anorexie est « beaucoup plus qu'une perte d'appétit », c'est « une prison dorée, une destruction lente pouvant avoir comme issue la mort ». L'anorexie peut toucher l'adolescent, mais aussi le nourrisson et de jeunes enfants. Dans les cas les plus graves (et les plus rares), d'anorexie chronique, la maladie peut durer toute une vie.

Volonté de fer dans un corps de verre

« Il faut distinguer les crises anorexiques de la maladie anorexie », signale Emma Grillet avant de se lancer dans une explication du ressenti complexe et contradictoire de la malade. « Elle est hypersensible et cher-



Emma Grillet, présidente de l'association Etre

che à diminuer ses émotions trop fortes en tyrannisant son corps. »

L'anorexique a l'air d'une petite chose fragile, ses jambes sont comme prêtes à casser, son visage est si creusé que ses yeux ressortent anormalement. « Mais sous ces airs fragiles, se cache une force ravageuse qui l'empêche de se nourrir, une détermination et une volonté à toute épreuve. »

Distante avec les autres, froide et haineuse, l'anorexique cherche pourtant éperdument l'amour, l'affection et a un besoin de vérité, d'authenticité, une quête spirituelle. Le corps est son ennemi N°1, l'origine du mal. « Elle a le désir de se réduire pour passer inaperçue, mais a

aussi, au début de la maladie, un sentiment de toute puissance sur la mort et la souffrance. Elle n'a plus peur de la mort et se sent en cela au-dessus de tous les adultes qui l'entourent. »

Le rôle de la famille est primordial, même si souvent, elle est à l'origine du mal. « L'anorexique a souvent des difficultés à trouver sa place dans la famille et fait face à l'absence du père ». Parfois aussi, les mères transmettent « leurs angoisses, leurs souffrances, leurs non-dits » à leur enfant. L'éducation, trop de contraintes ou pas assez, peut aussi jouer. Mais au sein de l'isolement social que la malade a créé, un ou deux liens vont la maintenir en vie. D'où l'importance, malgré le sentiment

d'impuissance, de ne pas laisser tomber la personne.

A l'écoute, sans juger

« Lui faire ses plats préférés ou la harceler pour qu'elle mange ne fonctionnera pas, explique Emma Grillet. Il faut constamment écouter, sans juger. Mais il faut aussi que les proches pensent à eux car s'ils craquent, ils ne pourront plus l'aider. » Mais jusqu'où laisser faire ? Parfois, l'hospitalisation, très mal vécue, est inévitable. « Il y a possibilité de soins lorsque la personne réagit. Lorsque sa vie est en danger, des pratiques comme le gavage ou la pose d'une sonde gastrique sont utilisées : pour commencer une thérapie, il faut d'abord sauver la vie du patient. » L'isolement de quelques jours à plusieurs mois peut aussi être préconisé, avec ses avantages et ses inconvénients. La thérapie consiste à travailler sur les blessures et les traumatismes du passé, ainsi que sur chacune des peurs du malade. « Les personnes anorexiques sont très intelligentes, et nous devons leur redonner confiance en leur potentiel. Nous travaillons aussi sur le corps pour les "réparer" avec le toucher. Nous leur apprenons à s'écouter, à ne plus refouler. » La maladie anorexique dure en général plusieurs années. On parle de guérison complète quand la jeune fille a de nouveau ses règles et un poids dans les "normes". Au niveau mental, l'anorexique est guérie quand elle retrouve, tout simplement et si difficilement, goût à la vie.

Karine Garnier