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

Herausgeber: Bureau de la condition féminine de la République et Canton du Jura

Band: - (1998)

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

Artikel: Concernant la boulimie

Autor: Yersin, Ursula

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-351475

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 17.10.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

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 «addition», 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.