

« Dans la peau d'une personne obèse »

Texte : Corinne Peirano, diététicienne-nutritionniste

MARDI 11 MAI 2011, CONFERENCE DE PRESSE AU CSA, CONSEIL SUPERIEUR DE L'AUDIOVISUEL : LE MINISTRE DE L'AGRICULTURE, DE L'ALIMENTATION, DE LA PECHE, DE LA RURALITE ET DE L'AMENAGEMENT DU TERRITOIRE, REJOIGNAIT LES MINISTRES SIGNATAIRES DE LA CHARTE ALIMENTAIRE DES CHAINES DE TELEVISION. CETTE DERNIERE VISANT A PROMOUVOIR UNE ALIMENTATION ET UNE ACTIVITE PHYSIQUE FAVORABLES A LA SANTE DANS LES PROGRAMMES ET LES PUBLICITES DIFFUSES A LA TELEVISION.

Ce n'était pas un *one man show*, en l'occurrence un *one woman show* : « *Passez du 36 au 58 !* » ou « *La difficile marche des obèses* ». Non, ce n'était pas d'un comique annoncé même si oser revêtir un costume de sumo et se lester de 20 kilos exigeaient, au vu des réactions dans la salle, une bonne dose d'humour relevée d'un soupçon d'insolence. Mais que répondre au challenge lancé récemment par Marie Citrini, la secrétaire générale du CNAO : « il nous faut quelqu'un pour rentrer dans le costume » ? Forcément, la nutritionniste lève le doigt : « moi siou plait m'dame ». Rentrer dans la peau d'une personne obèse au moins une fois dans ma vie ! Pas un délire, ni une fanfaronnade, encore moins un fantasme. Plutôt saisir l'occasion donnée pour ressentir - brièvement certes - ce que des hommes et des femmes vivent au quotidien... Influencée par des réflexes de terrain, je pousse loin l'empathie, mais ce changement d'identité corporelle, je l'assume complètement. Même sous les flashes des journalistes, même sous l'œil avide de la caméra. Et ma foi, qu'en tirer sinon une leçon supplémentaire d'humanité mêlée à un renforcement des acquis professionnels...

Volume, rondeurs, poids, surpoids, obésité : voici qu'à mon tour, je ne peux plus me baisser avec facilité. Où sont mes pieds ? Pourquoi ne puis-je ramasser sans difficulté cet objet à terre ? Il est vrai que tout déplacement devient très compliqué. Toutefois, l'expérience me permet de saisir une perte de repères dans l'espace. J'évolue dans un corps devenu trop présent, encombrant et ce, au milieu de personnalités, gênées et médusées pour lesquelles costumes cintrés, sveltesse et escarpins sont de mises en ce jour. J'entends le murmure de tous ces gens. Les femmes, surtout, ont dans les yeux un effroi difficilement dissimulé. Du moins, ai-je le temps de le capter avant que les regards ne se détournent. De toute évidence, il y a un évitement caractérisé pour certaines. Je sens que l'on me frôle, que l'on me bouscule. Et de mon côté, je ne cesse de m'excuser, à droite, à gauche, consciente de prendre trop de place. De fait, mon périmètre d'intimité s'est largement rétréci. Comment se déplacer sans se cogner ? Humains, chaises, tables, porte... Des obstacles à chaque pas !

Alors que la pesanteur m'enlace plus profondément, je constate que chaque déplacement me coûte en énergie. Je sens la sueur couler sous ce costume infernal. Et pourtant, j'essaie de conserver un sourire. Il ne s'agit pas d'effrayer les gens mais de leur transmettre un message qui se veut rassurant : derrière cette étoffe de gros corps, un être humain existe. En même temps, je me pose la question : sait-on réellement ce que c'est que c'est que d'être confronté aux jugements des Autres ? Oui, vous, vous savez. Mais eux ? C'est-à-dire ceux qui n'ont jamais essayé un corps de gros, ne serait-ce que quelques minutes ? Entendre ces remarques qui se veulent anodines et qui même si contenues ne m'en ont pas moins marqué – j'aurai cette impression du « *chassez le naturel, il revient au galop* ». Tableau : devant moi, minestrone de fraise et toute petite quenelle d'amandes confites. L'assiette est raffinée, colorée et appétissante et... peu sucrée. Je joue mon rôle à fond : ce

n'est pas parce que je suis momentanément obèse que je n'ai pas faim et que je n'ai pas le droit de manger. Que n'ai-je fait là ! Aussitôt la remarque fuse : « vous pouvez manger, c'est un plat bon pour vous, c'est light ». J'en aurais presque rougi. Très bien, c'est formateur. Poursuivons la visite, confrontons-nous encore à la foule... mais auparavant, il faut se réhydrater rapidement. Marie est aux petits soins pour moi. Nos échanges verbaux abasourdissent l'auditoire. Elle me provoque dans mon ressenti, je lui réponds du tac au tac, consciente d'être écoutée par un public à mille lieux de se douter de la réalité. Aucun ne voudra essayer ce costume, être acteur ne serait-ce qu'un instant.

Mais vite, un verre d'eau. Je transpire abondamment. Et j'ai encore faim. Trois petits fours aux légumes engloutis et voilà deux tâches sur ma belle chemise de sumo : mais comment faire avec cette masse devant moi ? Je suis obligée de me pencher en avant exagérément pour porter la moindre nourriture à ma bouche. Ma posture pour manger s'est modifiée. Tiens donc ! Ma démarche également. Se déplacer, se mouvoir entre les obstacles est devenu trop difficile. Même si je marche en crabe, et que je rentre le ventre au maximum. J'essaie de conserver un style mais je n'ai pas l'habitude de vivre cela au quotidien : mes cuisses se frottent l'une à l'autre. Je pense aux irritations habituelles des plis cutanés, intertrigo de leur vrai nom. Je m'imagine en train de courir essoufflée (dyspnée au moindre effort) après un bus ? Comment monter et descendre en courant les escaliers ? « Bougez ! Faites du sport, c'est bon pour maigrir, c'est bon pour la santé ». Le sport je connais, je suis nutritionniste du sport et sportive, mais comment faire avec un centre de gravité qui n'est plus le mien ? A.P.A ai-je l'habitude de répondre. Activité Physique Adaptée à la personne. C'est fondamental. Et je le ressens d'autant plus en ce jour. Mais la salle se vide. Il est temps de rendre mon habit de non lumière et de retrouver ma taille 36.

Et de remercier les anges du CNAO, Anne-Sophie, Marie et Valérie, pour m'avoir permis de peser le temps d'une heure, tout le poids des préjugés qui entourent la personne obèse.