

# Avez-vous déjà eu une peur qui vous dépasse et qui finit par briser votre vie ?

**Avez-vous déjà été aux prises d'une obsession telle que vous croyez perdre la raison ?**

**Avez-vous déjà ressenti un vide, que rien ne pouvait combler ?**

Moi, Vittoria, j'ai connu tout cela.

En effet, j'ai passé les plus belles années de ma jeunesse, soit de 12 à 28 ans, à souffrir de Troubles du Comportement Alimentaire (TCA) (Anorexie et Boulimie). Puis j'ai entrepris une thérapie qui a duré plus de 3 ans pour m'en sortir.

Actuellement, bénévole et face au désarroi grandissant que j'ai pu constater, j'ai choisi de témoigner.

Par le moyen de ce témoignage, j'adresse non seulement un message à toutes les personnes touchées par ces maux (90% de femmes et 10% d'hommes) afin de les aider à mieux comprendre la complexité de leur maladie, les déculpabiliser, et leur donner enfin l'exemple d'une guérison (à laquelle bien souvent elles n'osent plus croire), mais aussi aux parents et proches afin de leur expliquer les déchirements qu'endurent les anorexiques et boulimiques, leur faire part de leur rôle éventuel et, par là même, leur laisser entrevoir le soutien qu'ils peuvent apporter.

C'est ainsi que je relate ma vie de 12 à 25 ans, période anorexique, où mon existence n'a été que contrôle de mon alimentation et de mon corps. Puis de 25 à 28 ans, période boulimique, durant laquelle je me suis vue entraîner dans le pire tourbillon qui soit : l'obsession de la nourriture avec ce cercle vicieux du gavage/purification.

Face au chaos total de ma situation, c'est alors que j'ai enfin décidé d'entreprendre une thérapie. Et c'est ainsi que j'expose dans mon récit le long processus de reconstruction par lequel je suis passée.

Je me dois donc d'insister sur le fait que, plus tôt ces maladies sont prises en compte, mieux c'est. Plus particulièrement, j'incite l'entourage d'anorexiques et boulimiques à ne pas se borner qu'à l'apparence. La maigreur ou la minceur physique ne sont pas que le résultat d'un simple souci de coquetterie ou d'un désir de provoquer les parents. Sachez que cette obsession n'est que la partie émergée de l'iceberg.

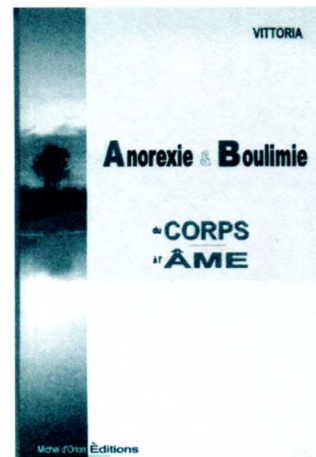
En effet, moi-même à la suite d'un petit régime, la perte de quelques kilos m'a tant exaltée qu'elle m'a procuré un extraordinaire sentiment de puissance et de sécurité. Mais très vite, sans même m'en rendre compte, je suis tombée dans un engrenage. Mon désir d'être toujours plus fine est devenu insidieusement une folle poursuite contre la graisse. Mon envie de pureté absolue a fini par me faire percevoir mon corps comme

animal et rebelle, et je ne voulais plus être que "pur esprit". Mes quêtes extrêmes m'ont alors menée à une dépression profonde. En effet, face à mon hypersensibilité et mon insatisfaction chronique, je ne pouvais plus manger parce que c'était toutes mes angoisses qui me mangeaient.

Quant à la boulimie, c'était une maladie extrêmement avilissante. Incapable de contrôler mes pulsions, je la vivais dans la clandestinité avec un fort sentiment de honte, et pour finir de dégoût de moi-même. Mais face à mon sentiment d'infériorité et de vide intérieur immense dus essentiellement à toutes les émotions et problèmes que je refoulais, je n'avais trouvé que la nourriture pour tenter de décompresser et me "remplir".

Sachez donc qu'au fond de ces êtres touchés par les TCA se cache un mal être profond avec de multiples souffrances, traumatismes et peurs tels que ne pas être parfaits, ne pas être aimés, devenir un être sexué, adulte et responsable, échouer, être jugés et rejetés, etc.

Avec le temps ces maladies provoquent un total repli sur soi avec notamment la peur du monde extérieur et des autres d'où l'isolement, voire la solitude totale; un profond sentiment de dévalorisation dissimulé la plupart du temps par de belles performances intellectuelles et une force de travail phénoménale ; un rejet total du corps (au point d'avoir le sentiment ne plus "l'habiter"); le déni des émotions (pour tenter



**POUR EN SAVOIR PLUS :**

[www.editorion.com/anorexie\\_vittoria.htm](http://www.editorion.com/anorexie_vittoria.htm)

e-mail :

[vittoria@aufeminin.com](mailto:vittoria@aufeminin.com)

