

JOURNÉE MONDIALE DE L'OBÉSITÉ

Lutter contre les préjugés

À l'occasion de la Journée mondiale de l'obésité, vendredi 4 mars, l'Association Eurobesitas, qui regroupe des patients souffrant d'obésité, diffuse une vidéo décrivant la prise en charge et les ateliers qu'elle a développés dans le but de combattre les conséquences psychologiques de la stigmatisation que ceux-ci subissent.

En 1997, l'OMS a classé l'obésité comme maladie chronique. De nombreuses études ont démontré qu'il existe plus d'une centaine de facteurs qui influencent le poids, qu'ils soient génétiques, environnementaux, biologiques, physiologiques ou psychologiques.

Pourtant, dans l'esprit d'une grande partie de la population, et même dans celui des personnels de soins, une personne qui souffre d'obésité est toujours «un gros qui se goinfre et ne bouge pas assez». Il est considéré comme responsable de son état et on le stigmatise dans toutes les situations de la vie courante.

Les enfants, les adolescents et les jeunes gens sont ceux qui en souffrent le plus. «Grosse vache», «tank», «gros débile»: l'enfant sera mis au pilori et certains endurent un vrai calvaire, assaillis d'agressions verbales et même physiques. Souvent isolés socialement, ils souffrent de dépression et leur avenir professionnel et affectif peut en être grandement affecté.

Une étude récente a démontré que dès l'âge de 3 ans, un enfant a déjà intériorisé que l'obésité est repoussante. Dans cette étude, on a présenté à des enfants une dizaine d'images représentant d'autres enfants: un handicapé, un autre de couleur, un qui porte des lunettes et enfin un qui souffre d'obésité. On leur a demandé de choisir celui avec qui ils aimeraient jouer et qui sera leur ami; la dernière image, celle qui n'est jamais choisie, est celle de l'enfant qui souffre d'obésité.

Ceci démontre comment la stigmatisation s'installe dans notre société dès le plus jeune âge. À force d'entendre des stéréotypes négatifs et de vivre des discriminations, l'enfant, l'adolescent puis le jeune adulte va intérioriser cette stigmatisation. Le piège se referme lorsque le stigmatisé trouve normal d'être discriminé, et qu'il considère légitime de l'être, il passe alors de victime à coupable et se sent responsable de sa situation.

Cette stigmatisation internalisée entraîne des complications psychologiques, un effondrement de l'estime de soi, une dépression, des idées suicidaires et parfois même des suicides. Elle est à l'origine d'une grande souffrance chez les enfants et les adolescents. Elle a aussi des répercussions physiques et aggrave le degré d'obésité ainsi que les complications associées.

L'image de l'obésité change peu à peu, mais modifier l'inconscient collectif s'avère extrêmement compliqué. L'Association Eurobesitas s'efforce de faire évoluer les mentalités, car pour elle, «chaque fois qu'une personne prend conscience des conséquences dramatiques que peut entraîner la stigmatisation de l'obésité, que ce soit à l'encontre d'un enfant, d'un adolescent, d'un jeune ou d'un adulte, c'est déjà un succès et la garantie d'une diminution de sa souffrance».

Site internet: www.eurobesitas.org

Lien vers la vidéo: https://youtu.be/9mM_C3yXFbl