

## « Mon poids gérait ma vie »

L'anorexie est une maladie à ne pas prendre à la légère. Elle touche le plus souvent les jeunes filles suite à un mal-être. Leur besoin continu de maigrir les pousse à refuser toute nourriture. Marine Gaillet, l'auteur du livre « Mon poids gérait ma vie » nous parle de son combat contre cette maladie.

### Tout d'abord comment es-tu tombée malade ?

M.G. : « Cette maladie m'a touchée à l'âge de 13 14 ans. Je souhaitais simplement perdre après les fêtes un peu de poids, réaction normale, à priori. Sauf que je me suis rendu compte que les kilos défilaient vite, et que maigrir n'était finalement pas si difficile. J'ai donc continué dans cette voie, sans me rendre compte que je m'obsédais, me rendais malade et dépressive. Je suis tombée à 36 kilos en deux mois, soit moins 13 kilos. Il faut savoir que l'anorexique, après un certain temps, devient obligée de perdre du poids ; dans le cas contraire, elle préfère mourir. »

### Comment as-tu vécu tout ça ?

M.G. : « J'étais enfermée dans mon monde et ne voulais pas en sortir, car je m'y sentais bien, et désirais maigrir, encore et encore, sans limite. Je me voyais telle une grosse, alors que j'étais devenue maigre, à tel point que je suscitais la pitié. La boulimie est ensuite apparue dans ma vie, car mon corps n'en pouvait plus, je le détruisais, il mourait. »

### Comment as-tu guéri, grâce à quoi ?

M.G. : « Mes parents, après deux mois, m'ont fait hospitaliser à Nîmes. Là-bas, j'ai réappris à manger sainement, mais pas seulement. J'ai aussi et surtout changé mon état d'esprit. Je suis restée là-bas deux mois, qui m'ont semblé interminables... Cela m'a rendue beaucoup plus mature, car le fait d'être coupée du monde, de l'école, de l'amour, de ma propre famille, m'a fait énormément souffrir. Il n'y a pas vraiment de recettes miracles pour guérir de cette maladie, chacun possède son secret, sa source. Le but est de le trouver. Pour ma part, ce fut principalement le désir de retrouver ma liberté, car cette idée

d'emprisonnement m'était vraiment horifiante. Ma famille m'a soutenue constamment, sans eux, je ne serais pas là à présent... »

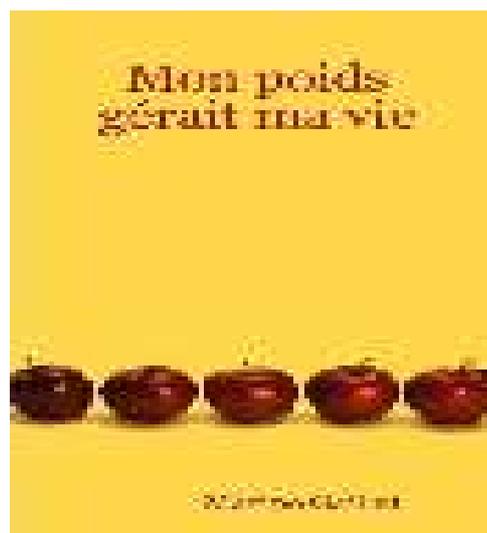
### Comment vois-tu cette maladie avec le recul ?

M.G. : « Aujourd'hui, j'ai fait le choix d'écrire un livre, d'abord pour m'aider, et ensuite pour aider ceux qui le souhaitent. Je parle ouvertement de cette période car, pour moi, c'est à présent une époque révolue !!

Il faut savoir que les anorexiques, même après s'être fait soigner, rechutent fréquemment. Comme je dis souvent, c'est un démon que l'on ne peut réellement détruire. On peut juste l'enfermer dans une boîte, en oubliant où se trouve la clef... Et en acceptant que cette horrible boîte reste là à jamais. »

L'anorexie est donc une maladie dont on ne guérit totalement, on peut juste la mettre de côté et vivre normalement. Pour ceux ou celles qui voudraient en savoir plus, voici les coordonnées d'un hôpital qui prend en charge les troubles de l'alimentation : CHU d'Angers, 4 rue Larrey 49 100 Angers.

Oriane Guével 5B  
collège Paul Eluard 49350 Gennes  
Léa Jeuland 5B  
collège Paul Eluard 49350 Gennes



Couverture du livre : « Mon poids gérait ma vie »  
(© Marine Gaillet)