

# Comment surmonter la grossophobie?

Des responsables de l'association romande Perceptio Cibus et du Centre de l'obésité neuchâtelois présentent leurs approches pour accompagner les personnes en surpoids. Quatre concernés ont accepté de témoigner.

PAR VICKY.HUGUELET@ARCINFO.CH

Lorsque les températures grimpent, les vêtements tombent. Pour les personnes en surcharge pondérale, il peut s'agir d'une véritable épreuve. Sur les réseaux sociaux, les hashtags fleurissent afin de dénoncer la grossophobie. Ce n'est pas la peur des gros, mais leur stigmatisation et leur discrimination.

«Il y a une incompréhension de l'obésité. La population pense qu'il suffit de manger moins et de bouger plus. Si c'est aussi simple, pourquoi y a-t-il autant de personnes en surpoids?» Katja Schläppi est la fondatrice de Perceptio Cibus. Installée à Yverdon et active au niveau romand, cette association soutient les personnes vivant avec l'obésité et milite pour une meilleure prise en charge médicale.

## Acceptation de soi

Katja Schläppi a elle-même travaillé dans le milieu, notamment en tant qu'assistante et secrétaire médicale. Aujourd'hui, elle est thérapeute en accompagnement centré sur la personne. «J'ai fait du ski en compétition. Dès que j'ai arrêté, j'ai commencé à prendre du poids, car je continuais de manger presque autant. Un jour, un toubib m'a dit que je devais faire une chirurgie bariatrique, sans chercher plus loin. Il ne connaissait pas grand-chose à l'obésité.»



hospitalier neuchâtelois, né en 2016. Psychologues, diététiciens, endocrinologues et chirurgiens s'occupent des patients. «La chirurgie amène une solution durable et efficace dans plus de 90% des cas mais nécessite une prise en charge pluridisciplinaire et surtout un suivi préopératoire et postopératoire», assure le professeur Marc Worreth, chirurgien.

## Quand la société devient juge

Il concède que «l'obésité est toujours vue sous l'angle de la grossophobie, même de la part de certains médecins. La société se porte comme juge de la problématique en faisant porter la responsabilité aux personnes malades. L'obésité peut être une conséquence d'un autre problème et est considérée comme une maladie.» Pourquoi n'aime-t-on pas les gros? Les psychologues du Centre de l'obésité offrent une réponse commune: «Les gens ont peur et ont tendance à rejeter ce qui n'est pas conforme à une norme sociale. Élément d'autant plus révélateur dans une société où règne le culte de la maigreur.»

Le site internet du Centre de l'obésité: [www.rhne.ch/centre-de-l-obesite](http://www.rhne.ch/centre-de-l-obesite).  
Le site internet de Perceptio Cibus: [perceptiocibus.org](http://perceptiocibus.org).

## «LA BOUFFE EST MON REFUGE»

«Je suis devenu énorme. C'est absurde!» Avec ses 2 mètres et ses 200 kg, Mattia Torsello, 28 ans, ne passe pas inaperçu. «Je n'ai jamais aimé le sport, j'ai eu quelques épisodes dépressifs lorsque j'étais ado et j'ai des problèmes de sommeil. La bouffe est mon refuge.»

Le Neuchâtelois a rarement ressenti de l'animosité à son égard: «Quand j'étais enfant, il y avait de la méchanceté. Aujourd'hui, certains me disent qu'ils ne comprennent pas comment je fais pour vivre ainsi. Ça part d'une bonne intention, mais c'est con...»

D'après lui, il a la chance d'être un homme: «Une femme sera rapidement jugée sur son image. On ne me dit pas que je suis moche, mais que mon hygiène de vie n'est pas saine.» Mattia Torsello va opter pour un by-pass intestinal: «Avec l'âge, mon poids commence à impacter mon confort. Cela fait une année que je vois des nutritionnistes, des psys et des médecins.

Trouver les causes du surpoids est très important, pour ne pas regonfler comme un ballon après l'opération en commettant les mêmes erreurs.»

Ce développeur informaticien dénonce le mobilier «antigos», ces chaises avec accoudoirs: «Je repars parfois avec des bleus sur les cuisses. Ceux qui ne sont pas gros ne peuvent pas savoir.» Les achats de base sont souvent compliqués: «Un lit, par exemple, doit être fabriqué sur-mesure et renforcé. C'est plus cher et difficile à trouver.»

Même souci avec les fringues: «Je regarde uniquement si je peux les porter et si elles ne vont pas tuer mon porte-monnaie.»



MURIEL ANTILLE



Un médecin qui affirme que vous manquez de volonté alors que vous avez déjà essayé X régimes est vexant.

KATJA SCHLÄPPI  
FONDATRICE DE PERCEPTION CIBUS

C'est le point de départ de Perceptio Cibus, constituée en mars 2019, qui a son propre réseau de médecins, thérapeutes et coaches. «Certains ont besoin d'un coup de main pour suivre leur chemin et se prendre en charge au niveau de leur santé», explique Katja Schläppi. Car il ne s'agit pas de prôner le surpoids comme mode de vie, mais plutôt de «travailler sur l'acceptation de soi pour aboutir à un équilibre physique et mental».

Le problème principal réside dans la stigmatisation, tant sociétale que médicale: «Un médecin qui affirme que vous manquez de volonté alors que vous avez déjà essayé X régimes est vexant. Il s'agit d'un préjugé. L'obésité est multifactorielle et doit se traiter au cas par cas.» C'est la manière de faire du Centre de l'obésité du Réseau