

# Moi, grosse depuis toujours

Par Clélia BAUDOIN

## « *De bonnes joues* »

J'ai toujours été grosse. Je ne suis pas née grosse, mais disons que j'étais ce qu'on appelle « un beau bébé ». Dans ma famille, on a tous plus ou moins un problème de poids. Dans certaines familles, on partage des activités en commun, des passions. Nous, on partage nos kilos.

La première fois où je me suis aperçue que je n'étais pas comme les autres, c'était en maternelle. Je devais avoir 4 ou 5 ans. Dans la cour de l'école, les autres enfants ne voulaient pas jouer avec moi, « la grosse ». Si je voulais jouer avec eux, ils me demandaient de leur apporter des bonbons. Que j'avais forcément à profusion puisque j'étais grosse. Dans le regard d'un enfant, une personne grosse ne se nourrit exclusivement que de sucreries. C'est ainsi que j'ai compris, dès mon plus jeune âge, que je devrais composer avec le chantage des uns et les moqueries des autres. Le rejet.

Quand on lit des sujets sur le vécu d'une personne en surpoids ou obèse, on retrouve souvent la même chose : les moqueries à l'école, les insultes, le harcèlement scolaire. Je ne fais pas exception à la règle. J'ai toujours reçu, de la maternelle jusqu'à la classe de première, des insultes, gratuites, à longueur de journée. Tout était accentué bien sûr quand j'étais en position de faiblesse, car c'est toujours plus simple d'enfoncer quelqu'un qui a déjà la tête sous l'eau. Donc pendant les cours de gym, les activités au centre de loisirs où il fallait courir pour se cacher, se percher, attraper les autres... Ces moments là étaient pour moi source d'angoisse, de nausées, de maux de ventre.

Un souvenir précis me revient en mémoire concernant les activités sportives. Ma copine d'école Agathe faisait de la danse « moderne-jazz ». Pour moi, c'était tout un programme. Mes parents essayaient de me persuader de faire une activité sportive alors un jour, j'ai décidé d'aller voir à quoi ressemblait le cours de danse de ma copine Agathe. J'ai adoré. La musique, c'est quelque chose de très important pour moi depuis toujours. Alors là, s'amuser en musique, je trouvais ça libérateur, du haut de mes 8 ans. Le problème, c'est que pour aller au cours, il fallait passer par la case « vestiaire ». Et là, j'ai vu toutes ces filles de mon âge, se déshabiller et enfiler des vêtements moulants pour aller danser. J'avais une envie folle de me défouler sur la musique. Mais je ne pouvais clairement pas me déshabiller devant toutes ces filles. Je sentais leurs regards peser sur moi. Je me suis privée moi-même d'un plaisir certain, car déjà à cet âge-là, j'avais ce sentiment de ne pas être à ma place. Une grosse qui danse, vous imaginez ?

A l'âge de 8 ans je suis également partie en colonie. J'avais accepté à une condition : que ma cousine Tatiana m'accompagne et soit avec moi. Je savais que je ne me ferais pas de copines ou de copains en colonie, j'étais bien trop timide pour ça. Donc le fait d'avoir ma cousine à mes côtés me rassurait. Elle était comme une petite sœur pour moi et on s'entendait toujours très bien. Seulement voilà, une fois arrivée au centre de vacances, j'ai été informée que ma cousine serait dans un autre groupe car nous avons 1 an d'écart. Elle ne ferait aucune activité avec moi et je ne la verrais que pendant les repas. Elle ne serait même pas dans le même dortoir que moi. Mon monde s'est effondré d'un coup. J'ai su à ce moment là que les trois semaines qui allaient suivre seraient interminables. Je vivais très mal l'éloignement avec mes parents et ma famille. Ma maman pour me faire plaisir m'avait envoyé un colis avec des petites

sucreries et des petits mots. Cela m'avait fait chaud au cœur et mon moral s'améliorait un peu. Le problème c'est que dans ma chambre, mes camarades n'étaient pas très gentilles. Pendant la nuit elles ont mangé l'intégralité de mon colis et le lendemain elles m'ont annoncé qu'elles l'avaient fait car vu comme j'étais grosse, je n'avais pas besoin de bonbons en plus.

Dans ma famille, en revanche, mon surpoids ne choquait pas, en tout cas je ne le ressentais pas. Je recevais parfois de la part de ma mémé des petites réflexions : « tu manges trop vite ! », « fais plutôt comme ta cousine », mais rien de plus. Mais voilà, moi, j'ai toujours eu plaisir à manger de bons plats cuisinés. Mon papa était boucher et fin gourmet et ma maman a toujours aimé nous faire de bons petits plats à la maison. Manger, c'est un plaisir, c'est un moment de partage et voilà tout.

### **« Choisie la dernière »**

L'adolescence est un moment délicat pour la plupart des gens. On nous le dit, on l'entend, quand on est enfant « L'adolescence arrive ! Bon courage ! ». Pour moi, elle a été plus que délicate. Elle a été le moment déclencheur d'un profond mal-être qui m'empêche de vivre pleinement, même aujourd'hui à presque 30 ans. L'adolescence est le moment où l'on se construit, où l'on rejoint des groupes de gens qui pensent et agissent comme nous. La mienne a été construite dans la peur du rejet, le manque de confiance en soi. Le harcèlement scolaire est passé à un niveau supérieur puisqu'il était même pratiqué par l'équipe enseignante.

Au collège, au-delà des brimades classiques de « grosse vache », « gros tas », « la baleine » et j'en passe... Il y a eu deux moments qui sont toujours gravés dans ma mémoire. Chaque fois que j'y repense, j'ai l'impression de les revivre. Je ressens encore cette boule au ventre.

En classe de 4<sup>ème</sup>, nous avions cours de lutte. Nous nous dirigions tous vers la salle de gym. En entrant, mon regard s'est tout de suite posé sur une balance, qui trônait au milieu des tatamis. Notre professeure de sport, Mme Frérot, nous a fait passer un par un sur cette balance pour créer des groupes de poids pour le cours de lutte. Le plus gros problème n'était pas là. Il était dans le fait qu'elle annonçait le poids de chacun à voix haute et intelligible. Autant vous dire que je me faisais toute petite dans la file, que je priais pour qu'une météorite s'écrase dans la cour du collège et que nous devions évacuer la salle en urgence. TOUT sauf ça. Bien sûr, aucune roche céleste n'est venue me sauver. J'ai dû me peser devant tout le monde. Lorsque Mme Frérot a vu mon poids elle m'a regardé dans les yeux. Son regard en disant long sur sa façon de penser vis-à-vis de moi. Elle a annoncé mon poids. Et la classe a éclaté de rire. J'ai cru tomber dans un trou noir. J'avais envie de pleurer, de disparaître. Je me détestais.

L'année suivante, nous faisons du sport au terrain de rugby de la ville. Il avait plu le matin même, le terrain était détrempé mais qu'importe, Mme Demeure voulait que nous fassions un cours d'ultimate (du frisbee en somme). Je me trouvais sur le bord du terrain, j'attendais mon tour pour aller jouer. Ce sport ne me déplaisait pas dans l'absolu. J'ai commencé à courir pour aller prendre mon poste et là, j'ai glissé dans l'herbe, mon genou s'est tordu et j'ai hurlé de douleur. Mme Demeure est arrivée pour me voir et m'a demandé ce que j'avais. Elle m'a accompagnée au bord du terrain, a regardé mon genou et a dit « c'est déboîté, je te le remets en place ». CRAC. J'ai attendu la fin du cours sur le banc. Je souffrais atrocement. Mais Mme Demeure ne me croyait pas. La grosse de la classe ferait tout pour ne pas faire de sport. Elle m'a fait marcher le kilomètre qui séparait le stade de rugby du collège. Lorsque je suis rentrée

chez moi, j'ai montré mon genou à ma mère. Il était violet et avait doublé de volume. J'avais en réalité une rupture des ligaments croisés. 6 mois d'atèle, une opération et des mois de rééducation. Peut être que tout ça aurait pu être évité si elle ne m'avait pas « remis » le genou en place, si elle m'avait crue quand je lui disais que je ne pouvais pas marcher.

En dehors du collège, les remarques sur mon poids fusaient lors de rendez-vous médicaux classiques. Un jour mon médecin traitant m'a demandé d'aller voir une nutritionniste. Nous y sommes allées avec ma mère. Je devais avoir 12-13 ans à peine. La seule chose dont je me souviens c'est qu'elle m'a demandé de me mettre nue. Totalement nue. Elle a palpé mes seins et a décrété : « Y'a que du gras là-dedans ! ». Déjà à cette époque-là, les médecins me traitaient différemment des autres patients. J'étais pourtant une jeune fille en pleine construction, avec une image de moi-même un peu floue. Cet épisode peut paraître anodin mais, quand on tente chaque jour de s'accepter et qu'un médecin, qui fait figure d'autorité, nous traite comme cela... ça détruit encore un peu plus l'estime qu'on a de nous.

L'envie de faire du sport comme me le conseillaient les médecins n'était pas fulgurante chez moi, il faut l'avouer. Je voyais bien que mon niveau était médiocre en cours, que j'étais toujours la dernière choisie dans les équipes. J'aimais bien le badminton. Alors en 5<sup>ème</sup>, j'ai demandé à ma mère de m'inscrire dans un club. Quelle erreur. Dès le premier cours, je me faisais insulter, les autres ne voulaient pas jouer avec moi car j'étais nulle et grosse. L'entraîneur voyait tout ça et ne disait rien. Chaque mercredi avant l'entraînement j'avais envie de vomir, je faisais semblant d'être malade pour que ma mère me garde à la maison. Mais elle me poussait à y aller. A tort ou à raison, je ne sais pas. En tout cas, je n'ai jamais eu envie de recommencer l'expérience du sport en dehors des cours auxquels j'étais obligée de participer dans le cadre de l'école.

### **« Belle sous alcool »**

A mes 18 ans, il y a eu un basculement. Je venais de perdre mon papa, soudainement. J'étais perdue, désespérée face à ma vie d'adulte qui commençait. J'ai abandonné la fac, deux fois. J'ai dû rentrer dans le monde du travail. Impitoyable. Dans ce domaine là aussi il y a de la discrimination. Parfois même de l'auto-discrimination. Je ne postulais pas à des postes de vente, d'accueil car je savais au fond de moi que personne n'embaucherait quelqu'un « comme moi » pour être en contact avec la clientèle. Je ne saurais jamais si j'ai eu tort ou non de penser ça. En tout cas, j'ai bien senti que pour moi, c'était plus difficile de trouver un job, de surcroît n'ayant que mon bac en poche.

Mon mal-être je le noyais dans l'alcool. Dans les soirées quasi quotidiennes avec les copains, les copines. J'étais éperdument amoureuse d'un homme qui ne m'aimait que lorsqu'il buvait. Je m'en contentais. Je l'aimais et je le laissais me détruire à petit feu. Je pensais que personne d'autre ne pourrait m'aimer pour ce que je suis.

Je m'apercevais que ce n'était pas parce que j'étais adulte que mes angoisses allaient disparaître. J'apprenais par contre à vivre avec. Bien mieux qu'adolescente.

## **« Vous devriez avoir honte »**

A l'âge de 22 ans, j'ai tout plaqué. Je n'avais plus de travail, plus de copain. Je suis partie rejoindre mon frère en Bretagne. J'ai décidé de changer de vie, d'environnement. Je me perdais dans ma vie jeune adulte, il était temps que j'agisse, que je me recentre sur l'essentiel, sur qui je suis vraiment.

J'ai très vite rencontré l'homme de ma vie. Entre nous, ça a marché de suite, nous avons les mêmes idées sur la vie, les mêmes projets... Au début de notre relation, je me suis souvent posé la question de comment les autres nous percevaient ? Lui aussi est en surpoids. Quand on se promenait main dans la main dans la rue, je ne pouvais pas m'empêcher de penser que les gens pouvaient se dire « ah tiens, voilà un couple de gros », « elle est tellement grosse que seul un gros peut vouloir d'elle ». Autant vous dire que dans ma tête, c'est le bazar en permanence.

Heureusement lui m'a toujours rassurée, m'a toujours dit que j'étais belle, que c'est moi qu'il aime et que ce que peuvent penser les autres, il s'en fout. C'est le premier homme avec qui j'ai pu être moi-même, c'est pour ça qu'il partage ma vie encore aujourd'hui et pour le plus longtemps possible je l'espère.

Au fur et à mesure que le temps passait, nous venait l'envie d'un enfant. A l'âge de 16 ans, j'ai été diagnostiquée avec le Syndrome des Oaires Polykystiques. C'est une maladie qui touche énormément de jeunes femmes qui produit un dérèglement hormonal important. Cela crée de multiples problèmes parfois handicapants au quotidien. Il n'y a pas de traitement miracle pour cette maladie, il faut simplement vivre avec. L'une des principales conséquences de cette maladie, c'est l'infertilité. Je l'ai su dès mes 16 ans, que j'aurais du mal à avoir un enfant. Les médecins m'avaient même annoncé à ce moment là que je n'en aurais jamais.

J'ai donc doucement pris le chemin d'une consultation chez une gynécologue spécialiste de l'infertilité. Dr Guibert venait d'arriver de Paris et moi, je venais d'arriver dans son cabinet, pleine d'espoir. Elle m'a ouvert la porte, m'a demandé de me déshabiller. Elle m'a regardée de haut en bas et m'a demandé de monter sur la balance. Sans autre précision. Je me suis exécutée. Je me suis rhabillée. Elle m'a alors annoncé le diagnostic. Un traitement ? Une solution miracle ? Non. « Vous n'avez pas honte de comme vous êtes ? ». Voilà. Ces quelques mots qui m'ont explosé au visage. « Si vous ne perdez pas 10kg dans les 6 prochains mois, ce n'est pas la peine de revenir me voir, ça fera 40€ ». J'ai payé et je suis retournée à ma voiture. Je me suis littéralement effondrée derrière mon volant. Seule.

Quelques mois plus tard, je suis tombée enceinte, sans le savoir réellement. J'ai fait une première fausse couche à 6 semaines de grossesse.

Les mois se sont enchaînés, nos projets aussi, nous avons acheté notre maison, nous l'avons rénovée... Mais l'envie de devenir parents nous prenait aux tripes. En 2017, nous avons pris le chemin du service de Procréation Médicalement Assistée de Brest. Ce jour-là, nous avons rencontré le Dr Chabaud. Lui, n'a jamais jugé nos personnes. Il a jugé ma maladie, qui m'empêche de tomber enceinte. Il m'a dit que je pouvais perdre tout le poids que je voulais, ma maladie serait toujours là. Il nous a donné des solutions et nous avons commencé les traitements. Je suis tombée enceinte au printemps 2018. Nous étions aux anges.

Je me trouvais dans la salle d'attente d'un gynécologue de ville pour une échographie de contrôle à 3 mois de grossesse. Lorsqu'il a appliqué la sonde sur mon ventre, j'ai vu son regard changer. Il m'a annoncé, avec une froideur abyssale « Mais il est mort votre bébé ». J'étais comme abasourdie, je ne voulais pas y croire, je lui ai demandé de vérifier. Il a cherché pendant 30 min, le cœur de mon bébé qui s'était déjà arrêté de battre depuis quelques temps.

Le soir même nous sommes allés à l'hôpital pour confirmer le diagnostic. En effet, notre bébé n'était plus vivant. On nous renvoie chez nous, en me disant d'attendre que « la nature fasse les choses ». J'ai dû vivre plusieurs jours avec mon bébé mort, dans mon ventre. Puis un midi, je suis prise de douleurs au ventre, je prends un médicament et vais me coucher. En fin d'après-midi, mon homme rentre du travail et vient me voir dans la chambre. Je me lève du lit et là, la nature a fait les choses. Notre tout petit, minuscule bébé est tombé sur le parquet de notre chambre. J'ai pleuré toutes les larmes de mon corps, nous avons fait face à ce drame, à deux. J'ai terminé la nuit au bloc opératoire car j'ai fait une hémorragie. Il fallait maintenant faire le deuil de notre enfant tant attendu.

Après quelques mois de repos, nous avons repris le chemin de la PMA, pour refaire une FIV. Je suis retombée enceinte en Septembre, et cette fois c'était la bonne. Bébé s'est bien accroché.

### **« On ne peut pas vous gérer »**

Il me semble important de vous parler de tout ça, déjà car ça me fait du bien de l'écrire, ça me libère et puis car je plante le décor de ce combat qui a été le nôtre pendant des mois et des mois. De cette souffrance et de l'espoir qui nous animait après chaque défaite.

Ma grossesse a été chaotique. J'ai été arrêtée de bonne heure, j'avais l'angoisse permanente de perdre mon bébé. Et pour couronner le tout, le suivi de ma grossesse a été traumatisant. J'ai littéralement été traitée comme un animal. Les échographies ont été gâchées par des réflexions comme « y'a trop de gras, je ne vois rien » ou bien des médecins qui étaient clairement exaspérés de voir une femme « comme moi » sur leur table d'examen.

Aux alentours du 7<sup>ème</sup> mois, nous nous apercevons que le bébé est positionné dans le mauvais sens. Les médecins me préviennent qu'il faudra certainement une césarienne pour le mettre au monde. Dans l'hôpital où j'ai été suivie tout le long de ma grossesse, on commence à me dire qu'on ne veut plus trop de moi ici. Car je suis trop grosse. Soyons clairs, je n'ai eu aucun souci de santé durant ma grossesse, pas de diabète, rien. Seulement, comme je suis grosse, j'ai le droit à un traitement VIP. La première maternité, celle de Landerneau, m'a gentiment demandé de ne plus venir si les premières contractions arrivaient.

Une nuit, vers la fin de ma grossesse, j'ai ressenti des contractions pendant 6 heures. Le matin venu, nous sommes donc allés dans une autre maternité, celle de Morlaix. Faux travail, néanmoins, l'équipe se réunit pour savoir si je peux accoucher au sein de leur service. Réponse claire, sans examen, seulement sur dossier : Non, on ne vous prend pas, vous êtes trop grosse, allez à Brest.

Je venais de me faire jeter d'une deuxième maternité. Je voulais éviter d'aller à Brest, c'est plus loin de chez nous, moins facile d'accès... Mais je n'ai pas vraiment eu le choix. Le 21 Mai, j'ai eu rendez-vous avec un gynécologue de l'hôpital Morvan à Brest. Il me confirme que mon bébé est dans le mauvais sens, mais qu'on peut tenter de le faire tourner, même si c'est un

peu plus compliqué puisque je suis proche du terme. Les autres maternités ne m'ont jamais proposé une telle manœuvre, elles m'ont toutes dit que j'étais trop grosse pour ça d'après elles. Le lendemain, le médecin de Brest tente de faire tourner le bébé dans le bon sens, c'est douloureux et inefficace. Il me confirme que si les autres maternités avaient bien voulu travailler correctement, elles auraient pu tourner mon bébé dans le bon sens et j'aurais pu accoucher naturellement. Le lendemain mon fils naissait par césarienne. J'ai clairement le ressenti qu'on m'a privée d'un accouchement par voie basse car on ne voulait pas s'occuper d'une personne « comme moi ». Ces expériences toutes aussi désagréables les unes que les autres m'ont gâché ma grossesse, cette grossesse tant attendue. Jamais je ne pardonnerais leurs comportements vis-à-vis de mon corps. Mais mon fils est né, en bonne santé. Il éclaire nos vies depuis ce 23 Mai 2019. Jamais je n'ai ressenti un tel sentiment d'amour qu'au moment où j'ai pu le prendre dans mes bras.

Depuis ces douloureux moments, je continue à recevoir des reproches de la part des équipes médicales, par exemple lors d'une séance de rééducation du genou, dernièrement. Je me suis cassé un bout de ménisque et je faisais donc une séance par semaine. Le début s'est bien passé et puis un jour, le kiné qui s'occupait de moi a accueilli une stagiaire. Il lui a demandé de s'occuper de moi et lui, supervisait. Elle demande de faire des squats. Moi, pas sportive pour un sou, ne fais pas l'exercice correctement. Et j'entends le kiné dire de moi à la stagiaire, alors même que je suis devant lui et que j'entends tout « Tu vois, là, elle fait rien de bien, c'est n'importe quoi là ! ». La séance a continué de la sorte, il demandait à la stagiaire quels exercices étaient selon elle les plus difficiles et il me demandait de les faire. J'étais à bout de souffle, mes jambes ne tenaient plus et il passait son temps à me juger. J'ai eu beau lui dire que ce qu'il me demandait était trop dur et traumatisant, il n'arrêtait pas. Il a juste ajouté : « ça s'appelle du sport, tu devrais peut-être essayer ». J'ai terminé la séance et suis rentrée chez moi, pleurer dans les bras de mon homme. Peut être que lui, en tant que kiné, il n'a pas eu l'impression de me blesser. J'espère vraiment qu'il ne l'a pas fait sciemment. Mais encore une fois, on me juge et moi je me revois jeune adolescente, moquée par ma classe.

### **« Patrimoine génétique »**

Aujourd'hui, je suis maman d'un magnifique petit garçon. Il représente tout mon monde. Mais mon histoire, j'ai peur au quotidien de la revivre à travers ses yeux. J'ai une angoisse permanente du moment où la pédiatre va le peser, j'ai peur qu'il soit gros comme ses parents et qu'il subisse les mêmes angoisses que moi. Les médecins, déjà pendant ma grossesse, disaient que ce serait forcément un gros bébé puisque ses parents sont en surpoids. Et les gens de notre entourage ou même parfois des inconnus nous disent souvent « oh il est costaud déjà mais en même temps, il a de qui tenir ! ».

J'aimerais tellement qu'il ne vive jamais ces brimades et ces instants de douleur. En tant que maman je ferais tout pour que ça ne lui arrive jamais, pour qu'il apprenne à s'accepter tel qu'il est, grand, petit, gros ou mince.

Cette histoire, c'est la mienne, mais c'est aussi celle de milliers d'autres personnes en surpoids. La grossophobie, ça commence dès l'enfance, dans les dessins animés, quand le petit gros de la bande passe son temps à manger, à jouer les fainéants. C'est toujours lui le rigolo, le pote sympa. Mais sans plus.

Rien que le fait que le mot « gros » soit vu comme une injure démontre le problème. Je suis grosse, oui. C'est l'adjectif qui qualifie mon corps. Mais ce n'est que mon corps, le reste, c'est dans mon cœur, dans mon esprit.

Malgré de multiples mouvements d'acceptation de notre corps via les réseaux sociaux, le harcèlement scolaire et la grossophobie en général continuent de hanter nos vies, et pas seulement quand on est enfant ou adolescent. A presque 30 ans, je me sens encore mal par rapport à mon corps, par rapport au regard des autres. Je continue à travailler sur moi-même pour m'accepter et vivre ma vie comme je le sens et faire abstraction des regards en coin. Mais pour le moment, je n'ose pas parler de mon poids avec mes propres amis, je ne me sens pas à ma place dans un magasin Decathlon, j'ai toujours peur de croiser quelqu'un que je connais à la plage, j'ai toujours un peu honte quand je commande des frites au resto. J'ai eu besoin de coucher tout ça sur le papier, enfin, sur mon clavier. J'espère que ça me libèrera un peu, de vous parler de ça, de partager avec vous.