


# L'ANOREXIE, UN STYLE DE VIE



« Être mince est plus important qu'être en bonne santé ». Voilà un aperçu des idées prônées par les adeptes du mouvement pro ana, ou pro anorexie. Car oui, l'anorexie n'est plus une maladie mais une nouvelle façon de vivre, un idéal de beauté. Explications sur un mouvement aussi superficiel que suicidaire.



## UNE PULSION DE MORT

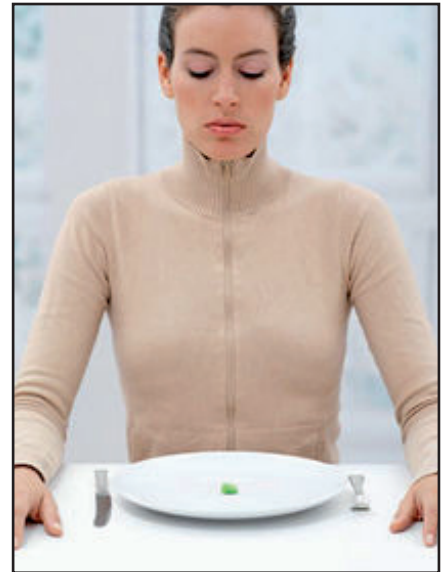
*Photos truquées diffusées sur les sites pro-ana*

Venu des Etats-Unis, ce phénomène de mode est en pleine explosion chez les adolescentes, et plus rarement les adolescents, psychologiquement fragiles et mal dans leur corps. Ce n'est plus le culte de la minceur, mais celui de la maigreur. L'anorexie n'est plus un tabou. Bien au contraire, elle est devenue un véritable phénomène de société, la nouvelle tendance à ne surtout pas rater, le summum de la « branchitude » légitimée par les magazines de mode et encensée par les stars américaines, telles que Nicole Richie ou les sœurs Olsen. Ces starlettes américaines apparaissent toujours plus minces, flottant dans un pull XXL, et pourtant tellement belles aux yeux de jeunes adolescentes influençables. Le phénomène s'est étendu au point de former une véritable communauté pro ana. Car être pro ana, c'est avant tout le revendiquer. Leur slogan : « ne mangez plus, devenez belle ». Leur signe de reconnaissance, un bracelet rouge nommé « bangle ».

On peut lire sur tout les sites : « Etre pro ana, c'est contrôler son corps, c'est revendiquer et porter le « pro ana bangle », car l'anorexie n'est pas une maladie mais un choix de vie. La société dans laquelle nous vivons s'engraisse de manière dégueulasse. »

« Je veux maigrir vite, aidez-moi »  
Le phénomène pro ana était surtout présent sur le Web entre 2001 et 2003. Depuis, beaucoup de sites ont été fermés. Car c'est au travers d'Internet, des blogs et des forums que les adolescentes se laissent endoctriner. Et tout y est : conseils pour arrêter de manger, témoignages, photos truquées... Mais ce sont surtout les blogs, véritables journaux intimes, qui servent de support à ce mouvement. Les jeunes filles écrivent au jour le jour leur état moral et physique, leur objectif de perte de poids. Elles n'hésitent pas à s'encourager entre elles : « Je voudrai devenir une vraie pro ana. Je veux maigrir vite mais je n'y arrive pas, aidez-moi. », « Moins 500 grammes aujourd'hui. Je suis trop contente. Merci les filles pour vos encouragements. »... L'internaute assiste, impuissant, à cette descente aux enfers : 50kg, 47kg, 42kg,... Puis c'est l'hospitalisation, le coma et parfois la mort.

La maladie n'existe plus en elle-même. Elle est personnifiée, elle fait désormais partie de l'entourage de l'ado, à la fois sa meilleure amie, et sa pire ennemie. Elle s'appelle Ana. Sur tous les blogs, les jeunes filles aiment lui parler, ou même s'identifient à elle : « Je me présente Ana. Je suis cette douleur que tu as au fond de toi. La personne qui t'empêche de manger. La personne qui te fait culpabiliser. Mais aussi la personne qui t'aide. Tu as de la chance de m'avoir en toi. Ne perd pas cette chance, ne me trahis pas. Sans moi tu n'es rien, alors sois docile. Ton amie Ana. » Les adolescentes obéissent à cette Ana, tentent de ne pas la décevoir.



Thomas Heteau

**Règle n°6 : Tu compteras les calories et restreindras tes apports.**

## LES 10 COMMANDEMENTS DES PRO-ANA

**Bien organisés, les pro ana, telle une secte, ont un signe distinctif, le « bangle », porté notamment par Nicole Richie. Elles ont aussi des règles de vie : leurs « 10 commandements » :**

- 1 - Si tu n'es pas mince, tu n'es pas attirante**
- 2 - Etre mince est plus important qu'être en bonne santé**
- 3 - Tu dois t'acheter des vêtements étroits, couper tes cheveux, prendre des pilules diurétiques, jeûner...faire n'importe quoi qui puisse te rendre plus mince.**
- 4 - Tu ne mangeras point sans te sentir coupable.**
- 5 - Tu ne mangeras point de nourriture calorique sans te**
- 6 - Tu compteras tes calories et restreindras tes apports.**
- 7 - Ce que dit la balance est le plus important.**
- 8 - Perdre du poids est bien, en gagner est mauvais.**
- 9 - Tu ne peux jamais être trop mince.**
- 10 - Etre mince et ne pas manger sont les signes d'une volonté véritable et de succès.**

D'autres sites décrivent les « bénéfiques » de l'anorexie : « tu seras mince, tu auras l'air bien qu'importe ce que tu portes, les hommes te trouveront plus attirante, tu aura un contrôle total sur ta vie... » Car l'anorexie, et bien plus encore lorsqu'on la revendique, est avant tout une maladie de la

maîtrise. Maîtriser son estomac, maîtriser son corps, c'est avant tout maîtriser sa vie. Tout y est. On y trouve même des conseils pour perdre encore et toujours plus de poids (manger lentement, se brosser souvent les dents car le goût du dentifrice rend insupportable celui des aliments, boire beaucoup d'eau, ne

pas manger après 19h...), la liste des aliments à qualité diurétique... A l'image des pro ana, des jeunes filles se revendiquent aujourd'hui pro mia, entendez par là « pro boulimie ». Mais le fonctionnement est le même, se refiler des tuyaux sur la Toile, et le but reste la perte de poids.

# UNE MOBILISATION INTERNATIONALE

Les fédérations de la mode de France, d'Italie, des Etats-Unis et de Grande-Bretagne, réunies à Paris fin janvier, veulent agir contre l'anorexie des mannequins. Mais refusent toute règle contraignante.

## L'Angleterre veut des mannequins en bonne santé



Lors de la Semaine de la mode à Londres, les

organisateur n'ont pas interdit les mannequins trop minces. Mais conscient de ses «responsabilités pour aider à promouvoir une image de corps en bonne santé», le British fashion Council a demandé de «n'utiliser que des mannequins en bonne santé». Il a également «recommandé» que ces mannequins aient au moins 16 ans. En septembre dernier, le BFC avait déjà refusé d'interdire les mannequins trop maigres lors des défilés montrant les collections printemps-été 2007.



La maigreur au centre des préoccupations de la mode

## L'Espagne écarte les mannequins trop maigres



Les autorités régionales de

Madrid ont décidé d'écartier des podiums les jeunes femmes trop maigres, considérant qu'elles peuvent donner un mauvais exemple à la jeunesse. Cette mesure concerne tous les mannequins dont l'indice de masse corporelle est inférieure à 18 (soit environ 57 kg pour 1,75m). Elle a été appliquée pour la première fois lors des défilés de septembre dernier à Madrid, générant un débat sur le poids des mannequins.



## L'Italie signe un code éthique



Un contrôle médical sera imposé aux mannequins pour s'assurer que leur indice de

masse corporelle n'est pas inférieur à 18 (correspondant à une fille mesurant 1,72 m et pesant 53 kilos), seuil jugé dangereux par la médecine.

## Les Etats Unis adoptent des réglementations



Les créateurs de mode américain ont adopté le 12 janvier 2007 des recommandations

pour répondre au problème des mannequins trop maigres mais se sont abstenus de les proscrire des défilés. L'association recommande que les mannequins qui connaissent de tels problèmes alimentaires cherchent à consulter avant de continuer à défiler.



# « Je me suis mise à la chasse aux blogs »

Natacha De Smet, 24 ans, ancienne anorexique, se bat aujourd'hui contre ce phénomène.

## « Qu'est ce qui vous a poussée à lutter contre les pro ana ? »

Il y a un an, au mois de mars, ma mère m'a parlé de ce phénomène. Quand j'ai vu ce que c'était, je me suis dit : ce n'est pas possible, comment peut-on créer un mouvement de la sorte ? Il fallait agir. C'est pour cette raison que j'ai créé mon skyblog (bientôt le site aussi mininat.fr et .com).

Ensuite je me suis mise à la chasse des blogs et sites pro ana. J'en ai fait supprimer car ce que j'ai trouvé là dedans m'a révoltée et choquée.

## « Queressentez-vous lorsque vous voyez des «stars» américaines comme Nicole Richie prôner l'anorexie ? »

Ça me rend folle ! J'ai envie de leur mettre mon poing dans la figure, pour qu'elles n'aient plus envie de se faire prendre en photo. Ces personnes ont un fort pouvoir étant donné leur médiatisation, alors qu'elles s'en servent pour une bonne cause mais pas pour

faire «crever» des jeunes filles. Je ne comprends pas qu'on puisse faire une telle chose. Si elles ont envie de sombrer, qu'elles sombrent seules mais qu'elles n'entraînent pas les autres dans leur suicide lent (parfois très rapide) et sûr. L'anorexie c'est une maladie pas un style de vie.

## « Prenez-vous au sérieux ce genre de phénomène ? »

## « Prenez-vous au sérieux ce genre de phénomène ? »

Oui je le prends très au sérieux car on voit les dégâts. Plusieurs pro ana sont déjà mortes. Ce mouvement, qui part d'un culte de la minceur poussé à l'extrême, est pour moi un genre de secte (d'ailleurs les pro ana ont des bracelets en signe de reconnaissance). Des gamines de 12/13 ans veulent devenir pro ana, est-ce normal ? Non, il faut agir.



Sur Internet, la bataille entre les pro et les anti-ana fait rage.

## « Mise à part la fermeture des sites, que faites-vous pour lutter contre ce phénomène ? »

J'aide plus de 50 personnes sur Internet et par téléphone. On parle énormément, je leur donne des conseils, j'essaie de leur remonter le moral. Et j'aimerais pouvoir en parler ouvertement aux médias. Aujourd'hui ça va, c'est derrière moi tout ça. Mais je veux aider les autres. C'est mon combat maintenant, un autre combat. »

Thomas Héteau

## « Je me suis effondrée pendant une séance photo »

**Sophie\*, 16 ans, est actuellement encure et lutte toujours contre la maladie. Il est difficile de trouver des jeunes filles voulant témoigner sur ce sujet, souvent très mal vu. Sous couvert d'anonymat, Sophie a bien voulu raconter son histoire.**

Elle était à peine sortie de l'enfance et voulait devenir mannequin. Elle savait ce qu'il fallait faire pour y parvenir. Elle en paie aujourd'hui les conséquences. « C'est à 14 ans que je suis devenue pro ana. Je n'avais pas spécialement de problème de poids mais il fallait faire quelque chose car je voulais devenir mannequin. J'étais dans une agence qui entraîne des futurs mannequins qui ont à peine 13 ans. De plus, j'ai eu une expérience

bouleversante il y a quelques années et je pensais que me faire du mal ferait sortir la douleur que j'avais dans le coeur. On est prêt à tout pour ressembler à un mannequin quitte à ne rien manger pendant une semaine. C'est pour ça que je suis devenue pro ana. « Mais il y a deux mois, à force de ne rien manger, je me suis effondrée pendant une séance photo qui était très importante pour moi car il y avait des recruteurs. Ils m'ont transférée à l'hôpital car je n'avais rien mangé depuis trois jours. Ils ont admis ça comme «anorexique». Ils m'ont envoyée loin de ma région dans un centre perdu pour que je me soigne. « Quand j'entends parler du mouvement pro ana, ça ne m'horripile pas, ça me fait juste rappeler toutes les erreurs que j'ai fait. Même si tout ce que je faisais j'en étais

consciente, car je voulais en finir. Les stars comme Nicole Richie ou Mary-Kate Olsen, ont sûrement eu des problèmes qui les ont fait sombrer. On ne devient pas pro ana juste pour l'envie d'être mince, on ne prône pas ce mouvement sans réfléchir. «C'est une chose bien plus compliquée qu'on ne l'imagine. Ça fait deux mois que je suis dans un centre, loin de mes proches et avec des gens qui ont les mêmes problèmes que moi. «J'ai rencontré quelqu'un qui m'a vraiment aidé à sortir de ma maladie et à qui j'en serai toujours très reconnaissante. Pour l'instant je ne me fais plus vomir et je ne prends plus de drogue mais je n'arrive pas à manger. Les médecins me disent que ça viendra avec le temps. »

T. H.

\*Son prénom a été changé