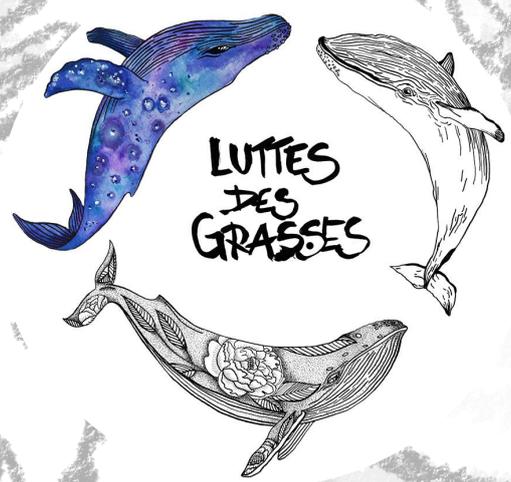




# GROSSOPHOBIE MÉDICALE

Les gros·ses s'imposent !  
Les gros·ses s'expriment !  
Les gros·ses s'impriment !  
en mixité choisie sans mecs cis



# ÉDITO

C'est toujours dur d'introduire un sujet, d'autant plus quand celui-ci nous touche au plus près de nos corps. Après un premier numéro, les gros.ses reviennent s'exprimer cette fois sur la grossophobie médicale. Mille et un sujet auraient pu être choisis, ce n'est pas anodin que celui-ci ait raisonné si fort.

Parce qu'ils sont malmenés, parce qu'ils sont niés et parce que nous sommes sans cesse renvoyé.e.s à celui-ci, nous avons décidé de vous donner un aperçu de ce dont il est question lorsque l'on souhaite se faire soigner.

Nous ne nous taisons plus, nous ne nous terrerons plus. Il s'agit ici de nos vies, nous refusons de les mettre en danger sous prétexte que nos corps écœurent et dégoûtent depuis la première année de médecine. Nous méritons une prise en charge de qualité, autant que nos corps méritent du respect. Nous ne supporterons plus aucune humiliation, et si telle est le cas - ne nous leurrions pas -, nous ne souhaitons pas les laisser sous silence. Nous ne devons plus nous sentir responsable de la malveillance d'un.e professionnel.le de santé, encore moins quand celui-ci n'est pas capable de faire un diagnostic cohérent et en lien avec les raisons de notre venue. Nous sommes fatigué.es et en colère, mais toujours pas prêt.e.s à se taire.

Tous ces témoignages ont résonné en nous comme des évidences, ça en devient effrayant de voir que nous sommes si nombreux.ses à vivre des situations violentes car gros.ses. C'est encore une fois avec rage et détermination que nous vous proposons ce fanzine.

A celles et ceux qui savent.

Puis à toutes celles et ceux qui pensent ne pas être grossophobes, vous vous mentez à vous-même.

Encore une fois, les gros.ses s'impriment, les gros.ses s'expriment !



gross  
↑  
Phobie  
Médicale

Mr l'anesthésiste,

Vous êtes entré vivement dans ma salle d'accouchement, avec cet air important qu'arborent parfois les gens en blouses. Je dis «ma» salle d'accouchement, car c'est mon utérus qui se contractait pour mettre au monde un petit d'humain.

Je me rappelle avoir fait un gros effort pour vous saluer au milieu d'une contraction. Vous ne m'avez pas répondu. Vous n'avez d'ailleurs salué personne.

Est ce que, lorsque l'on se croit être «quelqu'un» on ne voit plus personne ?

Vous m'avez regardé brièvement, vos lèvres se sont pincées et vous vous êtes adressé à la sage-femme : *on a quoi ?*

Votre conversation était un peu assourdie par le tumulte de mes

émotions. J'avais très mal et j'étais affaiblie par une mauvaise toux que je traînais depuis plusieurs mois déjà. J'ai perdu beaucoup de poids pendant cette grossesse et cela n'avait inquiété personne.

Mon gynécologue m'avait même félicité pour cela : *«c'est très bien, ça sera ça de moins à perdre après !»*

Moi, je faisais des cauchemars presque chaque nuit où mon enfant naissait maigre et sans peau, tellement fragile..

J'étais inquiète pour mon bébé et inquiète pour moi aussi. Je me sentais faible et fébrile. J'avais mal dans mes os.

Je ne voulais pas de péridurale. C'était le plan. Je voulais ne rien rater, tout sentir.

Mais quand on m'a installé en salle de travail, on m'a dit que vous viendrez poser *«ce qu'il fallait juste ou cas ou»*.

Je n'ai pas compris cette phrase. Poser quoi ? Où ?

Cela ne m'arrangeait pas, je sentais que le bébé arriverait vite, je ne voulais pas être dérangée, interrompue. J'étais occupée à vivre cette naissance.

Je ne me suis pas sentie le droit de refuser. Parce que tout le monde avait l'air de savoir mieux que moi ce qui allait arriver et parce que je ne pensais pas que vous alliez m'enfoncer une piqûre dans le dos.

On me répétait que je souffrais beaucoup et que cela n'était pas bon pour le bébé. J'ai eu peur d'être capricieuse et égoïste.

Alors quand vous m'avez dit de m'asseoir et de faire le dos rond, je me suis exécutée et trahie à la fois.

Quand vous m'avez dit d'un ton autoritaire : *mieux que ça, voyons ! Vous faites le dos rond là ?* je me suis arrondie encore plus, comprimant mon ventre tendu. Évidemment, vous ne saurez jamais l'effort que cela demande à une femme qui a une contraction de faire ça. Cela vous intéresse-t-il seulement ?

Vous avez parlé à nouveau à la sage-femme : *si elle ne fait pas mieux, je m'en vais ! Déjà, que ce n'est pas facile avec les grosses, mais là, c'est n'importe quoi, on va pas y arriver !*

Puis à moi : *personne ne vous a conseillé de perdre du poids avant de faire un enfant ?*

Vous souvenez-vous de la femme, qui s'est mise à pleurer, vous demandant de la laisser tranquille ?

Vous êtes sorti en lâchant à la sage-femme un : *ne me faites pas déplacer pour rien la prochaine fois.*

Savez-vous qu'elle s'est excusée pour vous ? Vous étiez remplaçant, vous n'aviez pas l'habitude du fonctionnement de la clinique, il fallait vous comprendre, c'est très stressant comme métier et puis, les hommes, vous savez..

L'enfant ne m'a pas laissé le temps de pleurer et d'avoir honte très longtemps. Il fallait pousser, se dépasser, faire de la place à la vie.

Elle est née, incroyable et parfaite et a balayé pour quelque temps l'humiliation subie.

Dans la nuit, mon état s'est dégradé et on m'a appris que j'avais une sévère infection du sang et que ma perte de poids n'était pas normale. J'ai mis plusieurs mois à m'en remettre.

Mais monsieur, je voulais vous dire que, lorsque que je repense à la naissance de mon enfant, vous n'êtes jamais très loin et pourtant vous ne devriez pas être là. Votre arrogance prend trop de place dans mon souvenir. Vous n'auriez pas dû laisser cette trace-là. Vous avez voilé mon bonheur. Ici, je vous renvoie à votre responsabilité. À cause de votre discrimination, j'ai dû prendre sur moi pour gérer ce que vous avez généré en moi à un moment où je n'aurais dû me préoccuper que de moi et mon enfant. Vous avez participé à ma peur du milieu hospitalier.

J'espère de tout mon cœur que quelque chose de cette intensité ne vous arrivera jamais et que vous vous êtes amélioré dans votre métier. Au

ton que vous avez employé avec la sage-femme, j'imagine que votre grossophobie n'est pas votre seule tare et je soupçonne aussi que vous ayez eu des progrès à faire dans vos relations.

J'imagine que lorsque vous avez voulu faire ce métier, vous visiez, entre autre, une forme de reconnaissance.. Vous pouvez être satisfait, je vous vous oublierai pas, mais vous, monsieur, vous reconnaîtrez-vous ?

Je suis obèse. Je fais 111 kg pour 1m66. À chaque fois que je vais chez le médecin, quelque soit le problème, mon problème est forcément lié à mon obésité pour les médecins. Je veux bien que l'obésité influe sur beaucoup de paramètres de santé mais tout de même.

Exemples de choses entendues chez le médecin :

J'ai des gros rhumes chroniques ? Mon obésité crée un mauvais état de santé général qui affaiblit mon immunité. Perdez du poids, ça ira mieux.

J'ai une fracture du calcaneum ? C'est parce que je pèse trop lourd, la force de mon impact lors de ma chute a été démultipliée. On me donne le numéro de la clinique de l'obésité plutôt que de me plâtrer.

On me met au régime pendant la grossesse. Ma gynécologue dit que mon bébé risque d'être malformé à cause de mon obésité, que je dois maigrir. Et puis je suis grosse alors j'ai forcément du diabète (alors que non). Quand ma glycémie dépasse 60, je me fais engueuler, et on met des notes rouges dans mon carnet de surveillance, comme à un petit enfant. Une fois je refuse de me piquer (= prendre ma glycémie) car je sais qu'elle est basse et stable. Ma gynécologue me dit que je devrais avoir honte de jouer avec la santé de mon bébé, que je suis inconsciente. À force de privations alimentaire pendant la grossesse, mon bébé ne prend pas assez de poids non plus. Ma fille finit par naître avec un petit poids, une petite taille, et un retard psychomoteur. Elle n'a même pas suffisamment de force pour s'alimenter, téter. Mais on dit que c'est ma faute, je suis grosse, en mauvaise santé, et donc je ne produis pas assez de lait. Et puis mes gros seins l'étouffent pendant l'allaitement il parait.

J'ai une dépression ? C'est parce que je suis grosse. On me prend rdv chez une diététicienne. Ça ira mieux après.

La diététicienne ne me croit pas quand je lui dis que je mange peu et sain. Je suis végétalienne et je ne fais qu'un seul repas par jour depuis de nombreuses années. Je suis une menteuse, c'est impossible, je devrais être maigre si je ne mangeais vraiment que ce que je prétends. On ne va rien réussir à faire pour m'aider si je mens. Je ne veux faire aucun effort. Je mens aussi quand je dis que j'ai peu de temps pour faire du sport, je cherche des excuses (je suis maman d'un bébé, dépressive, et étudiante universitaire en même temps, mais apparemment j'ai dû temps pour aller courir avec ma poussette et mes syllabi).

J'ai 12 ans. Un médecin accepte à la demande de ma mère de me faire un bypass, alors que je suis trop jeune. C'est illégal oui, mais c'est pour mon bien.

Et ce ne sont que quelques exemples...

Avant de tomber enceinte, ma gynécologue m'avait dit que je n'y arriverais jamais, parce que, je cite, « mes ovaires sont enfermés dans un tas de graisse et vont se mettre à se nécroser ». En plus d'être méchant, c'est mensonger. J'ai un bachelier en Sciences Biologiques donc j'ai un minimum de connaissances médicales, et je sais que c'est du bidon. Du coup elle ne voulait pas non plus me prescrire de pilule contraceptive, puisque d'après elle je ne saurais pas tomber enceinte, et que de toute façon je suis trop grosse pour que la pilule fasse effet. Puis après mon accouchement, à la maternité, elle m'oblige à avoir un menu ultra restrictif durant mon hospitalisation, alors que j'ai besoin de reprendre des forces suite à un accouchement difficile. Le matin on m'apporte 1 demi tranche de pain avec une tasse de café noir.

Le midi une assiette à dessert de pâtes blanches.

Le soir une seule rondelle de tomate et une tranche de pain, nature encore.

Alors que toutes les autres maman du service ont un repas normal.

On prend ma glycémie toutes les heures, elle est très basse, mais on continue pendant des jours, le bout de mes doigts est plein de petits trous à force. Je perds 6 kg en un mois, et on me dit que ce n'est pas assez, qu'il va falloir me bouger.

« Docteur, j'ai des problèmes de poids.

- Il va falloir manger moins de fromage!

- Mais docteur, je vous ai dit que je suis vegan!

- [Regarde les résultats d'examens]  
Il va falloir manger plus de fromage, votre taux de calcium est un peu bas.»

VOUS ÊTES OBÈSE!!!  
C'EST MORBIDE!



Non! Je suis une morse!!!  
Avec de grandes dents...

La fois où j'ai 22 ans, j'ai des aménorrhées depuis 6 mois, et qu'un médecin à Montréal vu en clinique sans rendez-vous me dit que je devrais faire Weight Watchers parce qu'à 175 livres à 5'3 bin, j'suis obèse et que c'est sans aucun doute causé par ça.

La fois où j'ai 32 ans, pis que j'veux une pilule du lendemain pis qu'un pharmacien à Montréal veut juste même pas m'en donner parce que "je suis obèse à 195 livres".

Christine

Hello. Je m'appelle Pauline. J'ai 26 ans. J'ai toujours été ronde. Ca s'est accentué au moment de la puberté. Quand j'étais ado, je n'essayais pas spécialement de faire attention à mon alimentation. Je faisais de la danse classique depuis l'âge de 5 ans. Deux heures par jour. Tous les jours. Du lundi au vendredi. J'étais « douée ». Malgré mon physique. J'ai toujours dansé dans le cours des « avancés », des « adultes ». Je me sentais gratifiée. Puis vient janvier 2014. Maux de tête intenses. Au téléphone, le samu me dit « Vous n'allez pas venir aux urgences pour des céphalées ». Si. Et j'ai bien fait d'insister. Après 12 heures d'attente interminable... On me prend en charge. On me donne un médicament inefficace : « Bon, malgré tout, ça ne doit pas être très grave mais ça nous embête de vous laisser repartir chez vous en ayant mal. » Je saurais plus tard que le médecin du samu qui ne voulait pas que je vienne émet un diagnostic. A cette époque, je pesais 110 kilos pour 1m65. Je n'ai jamais fumé. Je prenais une pilule progestative (moins dangereuse qu'une pilule « classique »). Je faisais moins de danse mais je me dépenser toujours. Je faisais plus attention à mon alimentation. Cela dit, j'étais en première année de master en Belgique. Loin de ma famille, de mes amis. Dans un parcours extrêmement exigeant et stressant. 4h du matin, le verdict tombe : thrombophlébite cérébrale : « Ne vous inquiétez pas, c'est comme une phlébite à la jambe. Un caillot de sang s'est formé dans la veine principale de votre cerveau. On va vous perfuser pour mettre un fluidifiant sanguin. » J'ai une peur bleue des piqûres. J'ai peur. Etant un peu dans les vapes, la mise en place de la perfusion se

passe bien. Là, un infirmier rentre avec, au moins, 20 tubes vides : « On va rester un moment ensemble ! » Je lui signifie que j'ai peur, que je suis difficile à piquer. Il regarde une seconde mes bras et me dit : « Oh oui, ça va être compliqué. Je vais la faire en artérielle ça ira mieux. Ca va juste faire un peu mal. » Il était 4h30 du matin. On venait de m'annoncer une phlébite au cerveau. J'étais seule et épuisée. Et j'ai eu mal. A hurler. J'en veux à cet infirmier de ne pas m'avoir endormi localement. Car je sais qu'il n'aurait pas pu prendre 20 tubes de sang par voie veineuse. Mais quand même. Qui dit thrombophlébite dit fluidifiant sanguin dit prise de sang toute les 6 heures pour voir si on ne fait pas d'hémorragie. L'enfer. Les infirmières venaient parfois à trois ou quatre pour trouver une veine. Leur excuse « Bah oui mais vous avez les bras ronds c'est pas facile. » Elles essayent dans les chevilles. Même rengaine : « Vous avez aussi les chevilles rondes ohlallala... »

Cet épisode se passe. Je rentre chez moi. Je fais des recherches pour savoir si cette thrombose peut être génétique, à cause de mon surpoids, ou due à la pilule, ou au stress. Je n'ai eu aucune réponse.

Depuis, les prises de sang, c'est un peu le parcours du combattant pour toi. Dès que je dois en faire une, on me fait cette réflexion que mes bras sont quand même gros.

Plus récemment, je vais voir un chirurgien maxilo facial pour envisager une opération des mâchoires. Après un bref entretien sur mon problème buccale, elle me

demande : « Vous faites de l'apnée du sommeil ? Car, avec votre poids, je suis persuadée que vous en faites ! » Atterrée, je me dis que je ne peux pas avoir toute la misère du monde sur mes épaules quand même ! Résignée, je vais voir un pneumologue pour un test. Pas d'apnée. Une super condition physique au niveau de mon souffle. Seule parole positive pendant ce processus d'opération de la mâchoire : « Oui vous êtes comme vous êtes. Oui, il faudrait perdre du poids. Aujourd'hui vous êtes bloquée pour une raison. Mais vous avez une super condition physique. Il ne faut pas écouter tous ceux qui vous disent que votre poids est cause de tous vos maux. Vous êtes en pleine forme et on se moque du regard des autres surtout ! » Je retourne voir ma chirurgien qui s'étonne vraiment du fait que je ne fasse pas d'apnée du sommeil. Elle me conseille de marcher. Marcher. Marcher tout le temps. Pour elle, c'est le remède au surpoids. Bref, sa lubie prend (un peu) fin et nous bloquons une date d'opération. Le jour J, gros stress. Mais elle me rassure. Il y avait beaucoup de bienveillance avant l'endormissement. Sauf cette infirmière qui tend le mauvais brassard pour prendre la tension. Beaucoup trop petit : « Ah non, donnez moi l'autre s'il vous plait » Sous entendu ça ne passera pas dans les gros bras de Pauline ! L'opération se passe bien dès lors. Tout allait bien. Jusqu'à ce jeune infirmier qui vient pour une prise de sang. Je lui explique que j'ai peur et que je suis difficile à être piquée. Il regarde mes bras avec un soupir et dit « Ah bah oui... » Ca veut tout dire. Il essaie deux fois dans la main. Il échoue. Il repart.

En sortant de la clinique, je dois manger liquide pendant un mois. Les infirmières me lancent « Oh ça fera perdre un peu de poids c'est pas plus mal ! » Une phrase pas méchante du tout. Mais qui agace tellement.

En conclusion, je venais me faire opérer des mâchoires et on est direct parti sur mon poids. Je n'ai pas aimé. Car mâchoire et poids, entre nous, il n'y a pas beaucoup de rapports. Sauf le fait de mal mastiquer, donc de mal digérer, donc de ne pas pouvoir perdre de poids. MAIS BON. La grossophobie dans le milieu médical est... malheureusement partout. Le jugement aussi. Nous, les gens gros, nous savons que ce n'est pas bien pour notre santé. On ne se réjouit pas d'être comme ça. On fait ce qu'on peut : du sport pour ma part, un régime alimentaire classique,... mais ça bloque. Pourtant, je suis en super santé, sans cholestérol no diabète, ni problèmes articulaires, ni problèmes pneumologiques, ni cardiaques d'ailleurs. Je voudrais dire au monde médical que nous savons que nous sommes gros. Ca ne sert à rien de nous le dire. Nous savons que nous avons besoin de perdre du poids. Mais notre surpoids est-il vraiment la cause de tous nos maux ? J'en doute fortement.

Pauline

Une année alors que j'étais étudiante, j'ai pris un job d'été comme secrétaire médicale dans un cabinet avec plusieurs médecins. Je travaillais à mi-temps en alternance avec une collègue, on se croisait rapidement de temps en temps. Un jour cette collègue m'a confié que la phlébologue de notre cabinet était exigeante dans la sélection de ses patients : «*Elle m'a*

*dit qu'elle a horreur des gros, ça la dégoûte. Elle ne veut pas de patients gros. Alors pour moi c'est compliqué, je ne sais pas comment faire, surtout quand ça passe par le téléphone...»*. Personnellement je suis en surpoids depuis ma petite enfance et j'ai été particulièrement choquée d'entendre ça !

Emmanuelle

*“J’ai des maux de tête > faut perdre du poids  
J’ai souvent mal aux talons > faut perdre du poids  
Je me sens déprimée > faut perdre du poids  
Je me sens fatiguée > faut perdre du poids  
J’ai du mal à dormir > faut perdre du poids”*

Voilà un exemple de ce qu’ont pu être mes consultations chez des médecins, avant même de me poser des questions, avant même de m’ausculter, avant même de me considérer entièrement, la cause systématique > mon poids. Ce fonctionnement est inacceptable.

Etre grosse face au système médical.

Le système de santé est défaillant, pour tout un tas de raisons, c’est pas nouveau et ça bouge très lentement.

Moi ce que je vous demande ce n’est pas que vous fassiez comme si je n’étais pas grosse, non.

D’ailleurs investissez dans du matériel médical adapté aux personnes grosses, arrêtez de nous humilier !

Je vous demande de vous former et de vous informer auprès des personnes directement concernées.

Parce que y’a du boulot !

Arrêtez d’avoir devant vos yeux notre grosseur avant tout le reste de notre identité et du système social dans lequel nous vivons. Arrêtez de faire comme si ce facteur là était ce qui était l’explication à tout. La grossophobie médicale est inadmissible en plus d’être un non sens.

Formez-vous, descendez de votre piédestal, ouvrez les yeux. Ecoutez-nous, parlez-nous vraiment.

Quand ton médecin de famille qui devant ta mère, te dit alors que tu as 8 ans :

“tu vois tu es au dessus de la courbe sur ton carnet de santé, ce sera écrit à vie, tout le monde pourra le voir, il faut changer ça, tu vas faire un régime.”

à 8 ans.

Voilà bah ça c’est le début du pire.

Une courbe de poids qui va définir ton enfance, ton adolescence, ton identité.

Les choses doivent changer mais je n’ai pas envie d’attendre que les professionnel.le.s de santé changent, je ne veux pas attendre ça d’eux.

Par contre je veux croire en nos capacités à ne pas nous laisser faire. Pour ne pas les laisser nous détruire et nous faire croire que ce que nous avons à dire ne compte pas. Nos paroles comptent, nos vécu.es comptent. On est gros.se pour tout un tas de raisons et ça ne devrait pas être un obstacle pour se soigner et/ou être accompagné.e par des professionnel.le.s de santé.

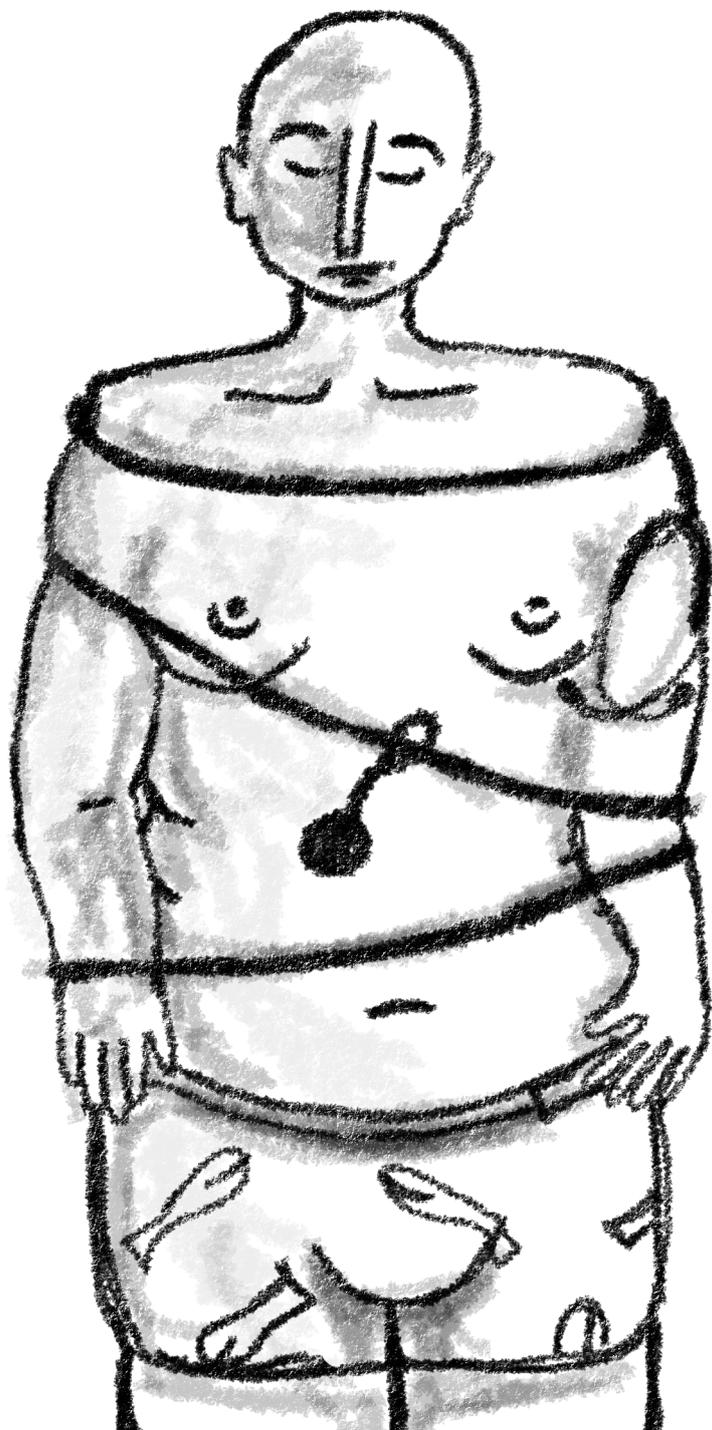
Corps gras. Cœur gros.  
Vidé du peu d'estime qu'on confie à un.e même  
Forts bras. Kil de trop.  
Convaincue après ce temps d'avoir toujours été de trop  
Trop là. Trop ça. Trop d'toi. Gros tas.  
Errance d'un corps qui n'se voit pas  
Qui s'cognera encore une fois

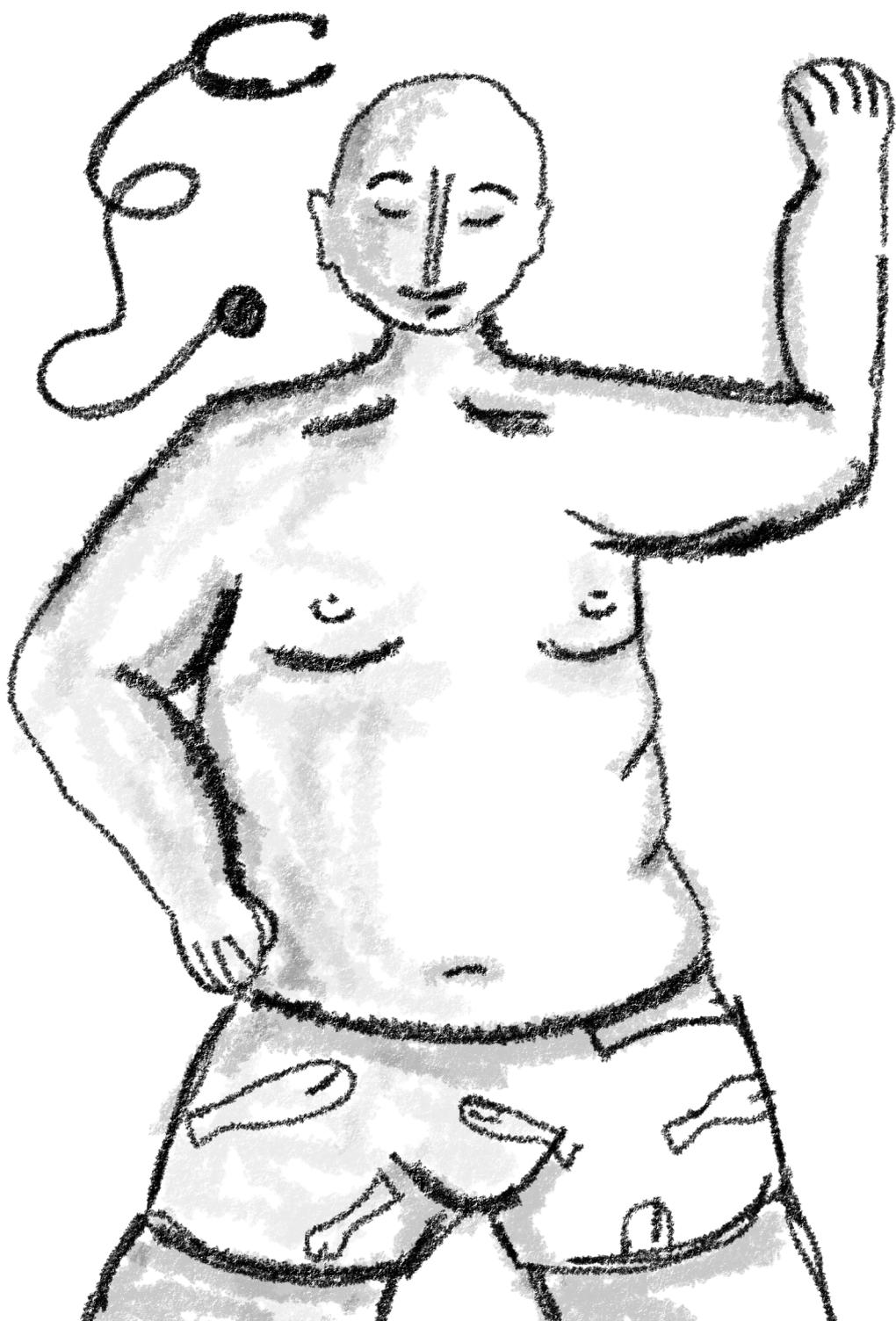
Insomnie, c'est le poids. Mâchoire, c'est le poids.  
Mal de dos, c'est le poids. Mal de chevilles, c'est  
le poids. Et v'là qu'la toux, ça sera encore le poids.  
Et nos atouts c'est quoi ?

C'est des mois de questionnement, des mois d'douleurs,  
des mois d'argent pour avoir la conclusion d'une  
spécialiste en carton. Maigris ! 10 à 12 piges d'études  
et si peu d'arguments, entre l'envie de l'étrangler et  
l'envie de s'effondrer. Je connais mon corps et il  
est gros depuis longtemps. On a appris à encaisser la  
douleur depuis les premiers cours de sport. Alors je  
sais quand il me fait souffrir, quand il n'est pas  
juste ce qu'il est. Je sais même que j'minimise plus  
que de raison, de peur de me faire gronder. Comme  
une gosse, toujours, comme si j'avais fais l'erreur  
d'exister. Comme une grosse, toujours, qu'à pas d'vrai  
raison d's'assumer. Y'a pas qu'une anecdote, y'a  
des années d'angoisse. Chaque médecin, chaque kiné,  
chaque ostéo m'a fait peur en amont. J'ai commencé à  
m'auto diagnostiquer quand j'ai décidé que pour soigner  
une bronchite je ne perdrais pas un seul kilo. Je n'ai  
jamais autant été félicité que lorsque j'en ai perdu  
20. Pourtant j'ai eu mon bac, même un master, le  
brevet des collèges. Avec une moins bonne note mais  
bon, on ne donne pas de 20 comme ça, on les perd juste.  
Et on a applaudi ma dépression, c'était pour mon

bien, je ne dormais plus, ne mangeait plus. Mais ça, les médecins, ils n'en n'ont pas parlé. Je pouvais bien avoir les yeux rouges de peines, j'avais le corps qui guérirait mes migraines. On pourra s'tuer à petit feu, il sera toujours question de ça. Les anecdotes, j'les ai raconté des tas de fois, pleine d'humour. Les chutes sont drôles, ça paraît insensé alors autant en rire. C'est que l'début des histoires, car la fin c'est les larmes, la colère, et la culpabilité. La solitude face à un professionnel de santé, qui n'a de professionnel que le nom, qui ne touche pas ce corps, comme si l'évidence ne méritait pas l'diagnostic. Comme si nos chances ne dépendaient que d'la connerie d'un chic type...







Un fanzine est participatif ! Si vous vous sentez concerné·e·s, n'hésitez pas, envoyez-nous vos dessins, témoignages, textes, poèmes ou recettes de cuisine à l'adresse mail suivante :

[luttledesgrasses@riseup.net](mailto:luttledesgrasses@riseup.net)

Nous vous rappelons que ce fanzine est réalisé qu'entre personnes gros·se·s en mixité choisie sans mecs cisgenres.