



Le mot du Rédac'chef, Gérard Apfeldorfer



**Bienvenue dans GrosInfo,
la newsletter du GROS !**

Une newsletter, quelle bonne idée ! Elle permettra de donner des nouvelles fraîches à nos membres et à

nos sympathisants, de les tenir au courant de ce qui bouge au GROS et ailleurs. Mais voilà, ce petit journal demande de l'huile de coude : il faut établir un plan éditorial, demander, supplier, les plumitifs pour qu'ils écrivent, mettre en forme et corriger, trouver des illustrations, mettre en page. Ce n'est pas rien. C'est Sabrina Julien qui s'y colle et c'est grâce à elle que cette newsletter existe. Dites merci à Sabrina, la vraie Rédac'chef !

Nous donnerons la parole à ceux qui la réclament. En commençant par Bernard Waysfeld et Katherine Kureta-Vanoli, respectivement les Président et vice-président de l'association.

Nous ferons notre miel de livres et d'articles de journaux, d'interventions

télévisées et radiophoniques, de communications à des congrès. Nous nous efforcerons de ne pas ajouter à la cacophonie diététique, nutritionnelle, psychologique et sociologique, mais au contraire de vous aider à vous éclaircir l'esprit.

À vous maintenant de vous inscrire pour recevoir GrosInfo dans votre BAL. Et puis, ne soyez pas égoïste ! Songez à vos amis, ces malheureux qui ne reçoivent pas notre bulletin ! Transformez GrosInfo en bon virus contaminant les clés USB. Merci de permettre à nos idées, à notre mouvement, de prendre toute son ampleur.

Gérard Apfeldorfer

Le thème

2011

Le thème de réflexion de l'année 2011 est « LE CORPS ».

Un groupe de discussion yahoo va être créé. Si vous souhaitez y participer, il suffit de le demander à Katherine KURETA-VANOLI: katkureta@aol.com

« Expression Libre »

Chaque mois, nous donnerons la parole à ceux qui veulent la prendre. Dans ce numéro, nous avons donné page blanche à notre Président, Bernard WAYSFELD et notre Vice-Présidente, Katherine KURETA-VANOLI



Merci à Gisèle DIDI pour cette photo gentiment prêtée!

Info dernière minute:

Gérard Apfeldorfer s'est chargé de rédiger au nom du GROS un complément pour le rapport de l'ANSES sur les méfaits des régimes. En effet, une lecture entre les lignes permettait d'élargir leurs conclusions à tous les régimes prescrits. Cela n'étant pas clairement précisé, il a apporté les informations nécessaires complémentaires. Inutile de vous dire que cela mettrait en porte à faux de nombreux « spécialistes » ! Nous vous tiendrons au courant!

Vive les rondes !



Depuis quelque temps déjà, des chercheurs, des sociologues laissent entendre qu'un déclic suffirait au retour d'une féminité aux formes rondes.

Formes, rondeurs, autant de mots bannis par le mouvement féministe depuis l'avènement de notre société de consommation, depuis qu'il s'agit de se conformer aux formes masculines pour investir le pantalon et l'autorité traditionnellement réservée aux hommes. Ce faisant, les femmes se sont corsetées elles-mêmes et ont déclenché cette épidémie de régimes, de restriction, de yoyos et in fine de troubles alimentaires et d'obésité. Bien sûr ce phénomène n'a qu'une part de responsabilité dans l'explosion actuelle de ces troubles. La génétique, l'environnement de pléthore, la misère aussi prennent leur part. Comment expliquer cependant qu'on décompte 2 fois plus d'obèses dans les milieux socio-économiques inférieurs et 2 à 3 fois plus de troubles alimentaires dans les milieux socio-économiques élevés ? L'obésité frappe en bas de l'échelle sociale, là où le gros corps possède encore une symbolique de puissance et d'opulence et le trouble alimentaire en haut, là où la minceur vaut passeport pour accéder au luxe, à l'élégance, sûrement pas à la volupté.

Rainer Maria Rilke, le poète, avait prophétisé une telle évolution dès le début du 20e siècle. Il avait même précisé que ce mouvement viendrait des pays du nord. Et au-delà, qu'une fois cette conquête féministe acquise de haute lutte contre les hommes, on ferait retour à une humanité sous sa forme féminine : sans doute songeait-il à la douceur, à la générosité, à la tolérance et pas à Lady Macbeth !

Et c'est bien ce qu'on observe aujourd'hui : le journal « Elle » il y a quelques mois faisait une grande place aux retours des rondeurs en présentant des mannequins obèses, une Miss Ronde vient d'être élue, on s'émeut devant les chanteuses plantureuses de la Starac, bref on constate une explosion ostensible de rondeurs jusqu'au film récent « La Vénus noire » sorti récemment qui montre une Vénus Hottentote qu'on pourrait qualifier d'obèse si elle n'était pas d'abord hyper féminine, hypergynoïde et surtout fascinante tant auprès des hommes que des femmes du 19e siècle !. La féminité a d'ailleurs toujours fasciné, ce continent noir cher à Freud n'a pas livré tous ses secrets et c'est sans doute aussi pour les fuir que les féministes refusent ce corps de rondeurs et de beauté, trop souvent vécu comme exubérant et pornographique.

Serions-nous enfin réconciliés avec le corps féminin ? En aurions nous fini de lutter contre cette épidémie de régimes et de troubles alimentaires ou allons nous assister à un monde hétérogène où, à l'instar d'une mode « métrosexuelle » l'individualisation dictera une loi qui ne sera plus partagée par le plus grand nombre ?

Bernard WAYSFELD



Du nouveau dans la continuité

Je ne peux résister à l'envie de rendre hommage, dans cette première lettre d'information du GROS, aux membres fondateurs. Autour de très bonnes idées, ils se sont un jour réunis pour améliorer la prise en charge de leurs, de nos, patients. Leurs écrits, leurs témoignages ont permis de diffuser ces idées. Je les en remercie.

Voici plus de 10 ans que j'ai rejoint le GROS et cela a transformé, comme pour tant d'autres, ma pratique. Je sais comme il est difficile de nager à contre courant de la pensée majoritaire établie qui considère que « résoudre un problème de poids est aisé et que de bonnes connaissances diététiques le permettent ».

Au début, le GROS s'opposait : « il ne fallait pas faire de régime ». Déconcertés ou en colère, une majorité de praticiens argumentait qu'ils adoptaient les pratiques enseignées au cours de leurs études. Nous avons depuis développé des outils et ouvert des pistes pour orienter des prises en charges plus respectueuses pour nos patients. Elles explorent les différentes facettes du problème du poids : la psychologie, le comportement alimentaire, les émotions, l'image du corps.

Parmi nous, certains ont la chance de pouvoir enseigner ces nouvelles pratiques. Il nous faut continuer et soutenir ces dizaines de thérapeutes du corps médical et

paramédical qui se forment au GROS chaque année. Disséminés en France, en Europe et bien plus loin, leurs témoignages montrent qu'ils se sentent souvent isolés. Malgré cela, il leur semble important de poursuivre et persévérer. Les aider à appliquer et développer ces connaissances nouvellement acquises tout en les adaptant à leur champ de compétence, voilà un bon moyen de véhiculer les idées du GROS.

L'équipe du conseil d'administration, les volontaires, tous bénévoles, travaillent énormément et il est satisfaisant d'entendre de plus en plus souvent lors de différents congrès la reprise de valeurs et d'idées qui nous sont chères. Cela montre que nous sommes sur la bonne voie et qu'il est utile de poursuivre notre chemin. Je suis ravie que le GROS grossisse et continue à regrouper toutes ces personnes de bonne volonté.

Mais ce qui nous encourage et nous motive ce sont bien les témoignages de satisfaction de nos patients. Ils sont notre moteur.

Au cours de cette nouvelle année 2011 nous développerons aussi la communication entre les membres (mise à disposition d'articles, d'études, de bibliographie ...) et vers l'extérieur (les médias, les décideurs...).

Je vous souhaite une très bonne nouvelle année.

Katherine KURETA-VANOLI

Les projets 2011

Les événements 2011 seront nombreux !

1. La formation en Belgique

Grâce à l'initiative de Laurence DIEU, membre Belge, la formation se délocalise pour une année en Belgique.

2. Les stages d'approfondissement

Le goût dans la prise en charge des patients les 24, 25, 26 mars 2011, Connaître, comprendre et prendre en charge les patients présentant des troubles du comportement alimentaire les 27 et 28 mai 2011, faire le point et agir : la thérapie d'acceptation et d'engagement dans les troubles du comportement alimentaire les 17 et 18 juin 2011 et enfin un stage d'affirmation de soi, les 7 et 8 octobre 2011. Ces stages sont ouverts à tous les membres ayant fait la formation initiale. Pour tout renseignement complémentaire, contacter notre secrétaire.

3. Le week-end d'été

7 et 8 mai à Lille

Le thème de réflexion sera en cohérence avec notre thème annuel.

Nous vous tiendrons au courant dans le prochain GrosInfo mais réservez votre week-end !

4. Le congrès

Notez la date au plus vite. Les 3 et 4 novembre 2011, c'est le congrès du GROS sur la prise en charge des enfants et des adolescents.

5. Les causeries

Dominique Amar-Sotto est la nouvelle responsable de cet événement, si vous avez des suggestions d'invités, merci de lui faire savoir : dietamarsotto@aol.com.

Toujours dans les bonnes librairies:

« Traiter l'obésité et le surpoids », sorti en septembre. Ce livre, rédigé sous la direction de Jean-Philippe Zermati, Gérard Apfeldorfer et Bernard Waysfeld comporte 22 chapitres écrits par les chercheurs et médecins les plus réputés. Il permet de comprendre l'origine des dérèglements du poids et propose évidemment des solutions GROS...

Agenda

A chaque numéro, nous tenterons de vous informer des congrès et des actualités de nos membres.

N'hésitez pas à nous informer des vôtres!

janvier

28

Journée annuelle de la diététique et de la nutrition au CNIT, Paris
Obésités : des nouveaux concepts aux nouvelles pratiques.

février

mars

22 & 23

VITAGORA à Dijon

24 & 25

DIETECOM à Paris
Les journées de diététique pratique

23, 24 & 25

Stage d'approfondissement sur le goût dans la prise en charge des patients

LU POUR VOUS !

Dans chaque GrosInfo, un livre est lu pour vous...

Ce mois-ci, Ulla Menneteau a lu pour vous : « L'alimentation de vos enfants » de Patrick TOUNIAN et Fabiola FLEX.

La photo sur la couverture d'un enfant mangeant un hamburger et le discours en 4e de couverture font espérer. Pr. Tounian aurait-il rejoint notre camp ? D'un certain côté, oui. Ce livre répond, de façon claire et agréable, à un grand nombre de questions à propos de la jungle d'aliments qui nous entoure. Après lecture, même pas peur d'un grand nombre de « dangers » tels que le sucre, le sel, les E-machin et bien d'autres choses. Les 5 fruits et légumes, le bio et le petit déj, quant à eux, s'imposent bien moins. Tant pis pour le PNNS qui se prend quelques coups au passage. La régulation qui permet à l'enfant de garder son poids et une bonne santé malgré une alimentation parfois quelque peu chaotique est bien expliquée. Grâce à ce livre, beaucoup de bambins verront peut-être leur alimentation s'assouplir et auront une chance d'échapper aux cercles vicieux de la restriction grâce à ce livre. Merci Pr. Tounian. Merci Mme Flex. Beau travail !

Un livre à recommander à nos patients alors ? Surtout pas !! En effet, si le sel et sucre sont largement disculpés, il n'en va pas de même pour les graisses. Non abordées directement, elles se cachent dans de petites phrases comme celle-ci : « ...en matière de gestion du poids, les tartines de pain beurré, le chocolat et les cacahuètes... sans commentaire », ou dans des erreurs d'équivalence mettant les crèmes dessert à des densités calorifiques totalement fantaisistes. Ah, les graisses cachées, même dans les livres on en trouve !

Le traitement des excès pondéraux laisse quant à lui quelque peu rêveur (genre plutôt

cauchemar) : « Rappelons que l'obésité de l'enfant n'est pas due à une surconsommation calorique, ce sont les enfants obèses qui sont programmés pour manger davantage », explique le Pr. Tounian. Selon lui, tous les enfants régulent parfaitement bien. La seule différence, c'est que les enfants minces, régulent à un poids acceptable et peuvent donc s'enfiler un paquet de bonbons sans grossir, alors que les autres, les mêmes bonbons apporteront les calories nécessaires pour trop s'approcher d'un poids génétique inacceptable, contrairement aux calories des aliments de densité énergétique moindre... L'idée qu'un enfant puisse dépasser son set-point en mangeant sans faim n'a visiblement pas effleuré les auteurs. Une seule solution s'impose dès lors : l'enfant obèse doit supporter les affres d'une faim de façon plus ou moins permanente, car maigrir revient alors à le maintenir à vie en dessous de son set-point : « Même si ça semble irresponsable, » explique-t-on, « il faut parfois savoir laisser tranquille un enfant en surpoids, et attendre qu'il soit suffisamment motivé pour affronter les contraintes d'un régime » (c'est moi qui ai souligné). Laisser tranquille à vie un enfant avec un set point élevé pour éviter l'effet yo-yo ascendant ne semble pas faire partie de la panoplie de possibilités...

Pour conclure, je conseillerais quand même la lecture de ce livre aux membres du GROS car au milieu des visions quelque peu désuètes et désolantes sur les problèmes de poids, il donne quand même beaucoup d'outils pour rassurer et mieux argumenter notre discours chez les parents angoissés.

Ulla Menneteau



Perte de poids, Perte de soi...

Le livre de Pierre PEUTEUIL et Francine DURET-GOSSART (éditions Larousse).

A mon sens, le livre de Francine Duret-Gossart et de Pierre Peuteuil souffre d'un mauvais titre : « Perte de Poids, Perte de Soi » évoque un ouvrage qui serait centré uniquement sur le « psychologique ». Or, c'est un livre de cliniciens hors pairs qui envisage autant la physiologie que la psychanalyse, autant les troubles alimentaires que l'obésité, autant les thérapies cognitivo-comportementales que l'approche psychodynamiques et psychomotricienne.

C'est aussi un livre au style magnifiquement ciselé, sobre et dont la forme s'accorde au fond pour le plus grand plaisir du lecteur.

C'est aussi un livre extrêmement documenté qui en quelques mots, paragraphes, brosse l'histoire de l'obésité, des régimes, des limites thérapeutiques dès lors qu'on prend en compte la valeur adaptative des symptômes, troubles alimentaires et gros corps.

C'est surtout un livre traversé par une clinique foisonnante d'exem-

ples décrits sur le long terme et qui porte la marque de la modestie de leurs auteurs. Non, à l'inverse de nombre de nos contemporains, encore pollués par l'illusion de la toute puissance, Francine Duret-Gossart et Pierre Peuteuil reconnaissent leurs limites et celles de nos connaissances et mettent tout en œuvre pour apporter le traitement le plus spécifique à chaque patient.

Un livre unique, aux confins de la clinique la plus pure, c'est-à-dire aussi la plus transdisciplinaire, associant à l'observation traditionnelle les points de vue du nutritionniste, du psychiatre ou du psychomotricien chez un même patient.

Un livre qui fait l'apologie de la co-thérapie et de l'approche novatrice du GROS. Plus qu'un livre, le témoignage brillant d'une époque.

Bernard WAYSFELD

QUESTIONS DE GOÛT

Un site, des événements, voici un avant-goût

D'un bout à l'autre de sa vie, par nécessité vitale ou par plaisir, solitaire ou collectivement, l'être humain mange. Il en va de sa survie, il en va de la survie d'un groupe, de la société, de l'humanité. Mais de la manière de se nourrir dépend aussi la qualité de vie de chacun d'entre nous.

www.questions-de-gout.fr

1er et 2 Avril: Colloque de Questions de goût, intitulé "Questions de goût : ici et ailleurs"
Katherine Kureta-Vanoli et Bernard Waysfeld y participent...

Les recommandations de l'HAS pour la prise en charge des troubles du comportement alimentaire:

[Haute Autorité de Santé - L'anorexie mentale](#)

Alimados,

Ce qu'il faut retenir...

L'alimentation adolescente,

Quelques points importants

1- Rappel du « triangle de manger » de Jean-Pierre CORBEAU

L'acte de manger implique un mangeur, un aliment et la situation dans laquelle cette rencontre a lieu.

2- Les adolescents sont des mangeurs pluriels

Les adolescents appartiennent à plusieurs groupes et chaque groupe a souvent son identité alimentaire. Selon Anne DUPUY: « les enfants et les jeunes apprennent à inhiber ou à affirmer leurs préférences alimentaires en fonction des contextes sociaux, des moments ou des lieux qu'ils rencontrent, ce qui témoigne de leur capacité à jouer avec les identifications plurielles auxquelles ils sont confrontés ».

3- Les adolescents sont loin de manger plus mal que leurs parents

Dixit notre éminent Jean-Pierre CORBEAU!

Nicoletta DIASIO, anthropologue, explique que si les aliments type pizza-hamburger-kebab « sont prisés dans les contextes d'une consommation entre pairs, de rue ou dans des occasions extraordinaires, d'autres situations sociales donnent lieu à une description détaillée des mets, des techniques de préparation, des ustensiles de cuisine, dans lesquels la précision des sensations évoquées ne se dépare pas d'une évocation des liens affectifs unissant différents membres de la famille ».

4- Le régime, les seuils... Est-ce nécessaire?

Une équipe espagnole nous a rappelé l'histoire des régimes. Très intéressant!

La glotonnerie devient très vite un péché capital et le régime une prescription médicale, un devoir. Nous en sommes encore là... Pourtant Hippocrate lui-même refusait déjà le régime comme norme universelle.

Le « régime » ne devrait pas être un devoir moral mais une possibilité...

Ils sont également revenus sur les notions de seuils...

Les médecins ont « besoin » de seuils mais comment définir ces seuils et sont-ils bien nécessaires?

Un retour en arrière est-il possible ?