

L'anorexie peut aussi toucher de jeunes hommes

Ce Lavallois, interrogé par le média *Brut*, a écrit un livre pour raconter comment il s'en est sorti. Parce que cette maladie est parfois vécue comme une honte par certains hommes.

Le témoignage

Thomas Pouteau, 24 ans, originaire de Laval (Mayenne), a témoigné dans une vidéo parue le dimanche 15 août pour le média *Brut* sur la maladie dont il a été victime à l'âge de 17 ans : l'anorexie mentale. Selon l'Inserm, on peut définir cette pathologie consistant en « **trouble du comportement alimentaire essentiellement féminin** ». Une vérité qui en cache une autre : l'anorexie n'est pas genrée.

Un devoir de témoigner

Contacté par *Brut* début juillet, Thomas Pouteau accepte vite le projet : « **Les journalistes avec qui j'ai discuté voulaient parler de l'anorexie chez les hommes et m'ont expliqué avoir essuyé plusieurs refus.** » Selon lui, cette réaction est due à deux formes de honte, « celle d'avoir une maladie mentale et celle d'avoir une maladie considérée comme féminine. Moi, je n'ai jamais eu honte, la souffrance n'est pas genrée ! Mais je peux le comprendre, il y a une part de la virilité qui est touchée. »

« J'ai d'abord eu le sentiment que j'avais le devoir de donner de la visibilité à cette maladie, mais aussi à ces hommes qui en ont honte. J'ai pris en considération leur parole et j'ai voulu faire une synthèse », dit-il.

« On se ment à soi-même »

Thomas raconte donc, dans cette vidéo de cinq minutes, cette situation où le malade pense avoir le contrôle

« **Je suis passé de 63 à 46 kg en quelques mois. Je pensais maîtriser mais pas du tout. On a des éclairs de lucidité où l'on se rend compte de ça, mais on se ment à soi-même...** »

Un exercice de vulgarisation que connaît déjà ce parrain de l'association Solidarité anorexie boulimie, qui a écrit le livre *Je reviens d'une anorexie* pour raconter, finalement, comment il s'en est sorti.

Des répercussions inattendues

L'éloquence et la pédagogie de Thomas Pouteau ont dû contribuer au succès de la vidéo, qui a atteint les 241 000 vues hier. Dans les 48 heures qui ont suivi sa diffusion, il reçoit près d'une centaine de messages. « **Je m'attendais à être lynché, je sais comment peuvent être les réseaux sociaux... Mais pas du tout. Beaucoup m'ont félicité, remercié et parfois m'ont fait part de leur souffrance. Soit d'un de leur proche, qui était mort de la maladie, soit de leur propre situation.** » Face à cet afflux de messages, Thomas a décidé de répondre à chacun d'entre eux, « **mais pas plus. Certains voudraient garder contact mais ce n'est pas possible. Ils me demandent des solutions mais je n'en ai pas. La seule chose à faire, c'est de se faire aider.** »

« Il faut plus de personnes formées »

« Si, aujourd'hui, j'ai pu prendre la parole, c'est parce que je suis au point et apaisé avec ma maladie, décrit-il. J'ai encore des sédiments.



Thomas Pouteau travaille aujourd'hui au cinéma Le Vox à Mayenne et a retrouvé un rapport sain à son corps et son assiette.

PHOTO: OUEST-FRANCE

je n'ai plus de problème avec mon assiette. » Grâce à cette vidéo et son livre *Je reviens d'une anorexie*, Thomas souhaite faire passer plusieurs

rexi masculine, pour mieux la détecter. De manière générale, il faut plus de personnes formées car la maladie est trop méconnue. »