

Obsession de la minceur et Oppression de la grosseur

COMMENT L'IDÉOLOGIE FÉMINISTE
SE CONCRÉTISE DANS LES APPROCHES ET
LES INTERVENTIONS DÉVELOPPÉES
SUR DIVERSES THÉMATIQUES DE
LA SANTÉ DES FEMMES

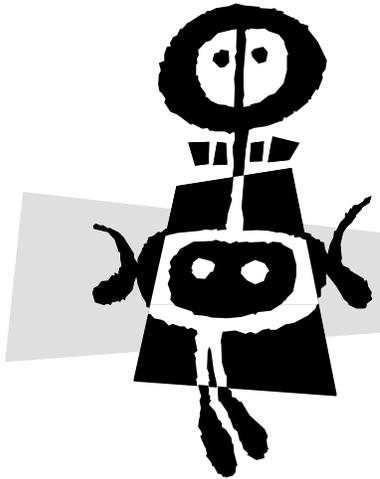
Dans les textes retraçant l'histoire du corps des femmes, on constate que les canons de beauté féminine correspondent étroitement à la condition des femmes de chaque époque. Mais depuis toujours, quelle que soit l'époque, les rondeurs font partie intégrante de la nature du corps des femmes. Avant nos menstruations, nous nous sentons plus gonflées; en vieillissant nos hanches s'arrondissent; nos seins et notre ventre deviennent plus lourds pendant et après chaque grossesse; nous prenons du poids à la ménopause. Toutes ces étapes de la vie des femmes

sont naturelles; mais aujourd'hui, il nous faut conquérir la nature plutôt que de se mettre à son diapason. Les femmes se doivent d'être le plus mince possible et éternellement jeunes afin de correspondre aux exigences sociales. Elles accueillent alors avec angoisse chacune des transformations qui marquent leur corps.

Les critères de beauté changent et augmentent presque sans arrêt. La pression est forte pour inciter les femmes à dépenser temps, énergie et argent à tenter de correspondre à une image erronée, une image utopique, soutenue pour l'industrie de l'esthétisme, au nom de la beauté...
QUELLE BEAUTÉ?

Le monde médical et les féministes ont, tour à tour, porté un regard sur ces questions afin de proposer des solutions et des moyens pour faire face aux changements. Leurs visions, leurs discours dominants respectifs produisent des impacts sur la santé des femmes : c'est ce que nous avons voulu cerner.

DISCOURS DOMINANT



IMPOSER des standards de beauté dont l'extrême minceur, voir maigrir des femmes, l'éternelle jeunesse, la perfection plastique et ainsi occulter la présence des femmes grosses au sein de la représentation sociale et culturelle;

CONFONDRE grosseur et mauvaise santé physique et psychologique, « Elle mange ses émotions! »;

ASSOCIER la minceur à la beauté, au bonheur, à la réussite.

SOLUTIONS ►

MAIGRIR pour se conformer aux standards de beauté afin de mériter l'approbation de toutes et de tous.

CONSULTER un professionnel pour se guérir car être grosse c'est être malade;

SE SOUMETTRE à la représentation esthétique imposée comme modèle unique.

MOYENS ►

SE PLIER au nouveau discours :

- alimentation saine et exercice intensif = succès minceur assuré;
- essayer les cures miracles, les diètes classiques, la médication ou la chirurgie (Weight Watchers, Nautilus, brochage d'estomac et liposuction).

ÊTRE DIRIGÉE vers des thérapies, groupes de soutien pour trouver ce qui ne va pas;

ÊTRE SOLlicitÉE de toute part à consommer abusivement des produits et cures de toutes sortes, s'appauvrir, non pour son bien-être, mais pour correspondre à une norme sociale de beauté.

IMPACTS ►

SE SENTIR coupable, avoir honte de soi, vivre avec la hantise de reprendre du poids, souffrir et s'isoler, éprouver un sentiment d'échec accablant;

SE PRIVER à l'extrême de nourriture ou perdre le contrôle face à la nourriture, s'exposer ainsi à de graves problèmes de santé;

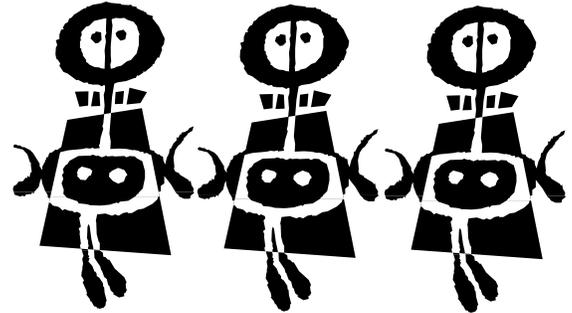
MAIGRIR ET REPREDRE: du poids, se décourager (95% des personnes suivant un régime ne maintiennent pas à long terme ce poids atteint).

RÉPONSE FÉMINISTE

REFUSER le modèle de minceur comme unique modèle auquel se conformer;

DÉNONCER les images stéréotypées accolées aux femmes corpulentes et aux femmes minces;

FAVORISER l'acceptation de la diversité naturelle des corps.



SOLUTIONS ►

REVALORISER l'esthétique liée à la rondeur, aux formes, aux courbes;

STIMULER les femmes à retrouver le plaisir de manger, le plaisir de bouger pour elles-mêmes, non pour maigrir;

ENCOURAGER les femmes à vivre en fonction de leurs buts et non en fonction du regard des autres.

MOYENS ►

INFORMER les femmes des dangers auxquels elles s'exposent en voulant atteindre un idéal de beauté; prendre en considération la notion de poids naturel, les fondements biologiques, afin de permettre aux femmes de définir leur propre modèle de santé;

DÉDRAMATISER les rapports conflictuels qu'entretiennent les femmes à l'égard de la nourriture et de leur corps;

DÉNONCER l'exploitation économique dont sont victimes les femmes.

IMPACTS ►

DÉVELOPPER une image positive de son corps, apprendre à vivre en harmonie avec son corps, quel qu'il soit; réintégrer la notion de plaisir, de confiance en soi, d'affirmation de soi face à son entourage immédiat et social;

PROMOUVOIR une image sociale de la beauté qui tienne compte du droit à la diversité naturelle des femmes;

DEVENIR un modèle de bien-être, d'assurance et d'affirmation pour les autres femmes rondes, charnues, imposantes.

CONCLUSION

...IMPOSER DES STANDARDS DE BEAUTÉ ENTRAVE L'AUTONOMIE DES FEMMES ET OCCULTE AINSI TOUTE LA NOTION DE DIVERSITÉ ET D'INDIVIDUALITÉ.

Comment ne pas craquer sous le flot continu d'image et de modèles de beauté plastique, identique et uniforme que nous impose toute l'industrie de la beauté féminine. Tout concourt à modeler les femmes au même moule, celui de la minceur filiforme. Résultats : En Angleterre, 10 % des lycéennes souffrent d'anorexie, de boulimie, de troubles du comportement alimentaire et le phénomène touche des filles de plus en plus jeunes. Au Canada, plus de 60% des femmes veulent maigrir. Au Québec 40 % des femmes se mettent au régime chaque année. Ceci sans compter toutes celles qui «font attention» à ce qu'elles mangent. Et puisque 95 % des femmes sont déviantes par rapport à l'image dominante, elles seront nombreuses à vider leurs goussets pour des produits minceur totalement inefficaces, voire dangereux, et pour renouveler leur garde-robe chaque fois qu'elles maigrissent ou qu'elles reprennent du poids. Pourtant les statistiques ne cessent de nous démontrer l'inefficacité de toute cette panoplie de régimes, diètes et cie.

Vouloir imposer une image idéale des femmes qui se rapproche de leur silhouette prépubère, les rend moins menaçantes étant maintenant dépourvues de force par leur maigreur absolue plutôt que de valoriser une image de femme ronde et adulte, en pleine possession de sa force: imposer des standards de beauté entrave l'autonomie des femmes et occulte ainsi toute la notion de diversité et d'individualité. Par le fait même on se prive du plaisir de profiter librement de cette diversité de formes, de couleurs, de modèles et de personnalités différentes.

Les femmes sont entraînées à gaspiller argent et énergies à lutter contre elles-mêmes, individuellement, alors qu'elles gagneraient à s'investir dans une lutte collective et solidaire contre leur oppression.

Lutter contre l'obsession de la minceur et l'oppression de la grosseur, c'est lutter contre l'oppression des femmes.

RÉFÉRENCES

- **L'obsession de la minceur, un guide d'intervention**, 1991, Centre des femmes de Verdun, 4255 Wellington, #108, Verdun, QC, H4G 1V9 • Tél.: (514) 767-0384, 1991
- **Guide d'animation**: La santé et la sexualité de nos adolescentes et adolescents, Centre de santé des femmes de l'Estrie, C.P. 335, Sherbrooke, QC J1J 5J1 Tél.: (819) 564-7885

REPRODUCTION PERMISE EN CITANT LA SOURCE