

**Mars 2020 : le monde entier est secoué par la pandémie de Covid-19 et les restrictions. Chez les adolescent.e.s, l'isolement social fait exploser les cas de jeunes souffrant de troubles du comportement alimentaire (anorexie, boulimie, hyperphagie...). À cette période où elle n'a que 17 ans, Élodie voit son quotidien bouleversé et peine à y trouver de l'intérêt. L'ennui et l'incertitude la plongent dans une hyperactivité sportive à laquelle s'ajoute l'incapacité de manger. Elle sombre alors dans l'enfer de l'anorexie mentale, allant jusqu'à perdre 20 kilos en un mois et demi.**

Hospitalisée durant deux mois à Strasbourg (Alsace), il sera « **beaucoup plus dur de reprendre du poids que d'en perdre** » pour Élodie. À sa sortie, elle se fera suivre par une brillante médecin dans divers domaines (physique, psychologique, diététique). Cependant, le manque de professionnels de santé formés et de structures spécialisées l'ont amené à partager son combat sur Instagram. « **J'ai ressenti le besoin de trouver des personnes qui vivaient la même chose pour m'épauler et me comprendre. J'ai pu partager librement mes interrogations et mes peurs sans que ce soit conflictuel** », confie la jeune femme.

## Un chemin de petits détails la mènera vers la libération



Bien accompagnée, Élodie comprend que son angoisse liée à la peur du changement n'empêchera en rien le changement lui-même. Elle réalise surtout que ce changement en vaut la peine. Débute alors un chemin semé de petits détails qui la mèneront à la libération. En effet, **elle apaise son extrême hyperactivité mentale à travers des activités de lâcher prise** comme le yoga, mais aussi, en faisant la guerre à cette petite voix qui lui disait toujours de manger moins. « **Cette période difficile m'a fait comprendre que les imprévus rendent le quotidien magique lorsqu'on les accepte** ».

### Elle se bat pour les autres à travers son compte Instagram

Aujourd'hui guérie, elle continue de se battre pour les autres à travers son [compte Instagram](#) où elle relate sa vie après l'anorexie. L'étudiante en médecine y développe également ses diverses réflexions sur une maladie, encore bien complexe du point de vue de la médecine,

mais dont la guérison est possible.

**« Si nous avons eu la force de tomber malade, nous aurons la force de nous en sortir. Nous devons garder espoir dans la guérison »**

Élodie avoue cependant qu'elle devra toujours faire attention à « **ce passé qui restera un talon d'Achille** » dans les épreuves de sa vie. C'est pourquoi elle a fondé il y a quelques mois son association dans la région strasbourgeoise avec sept autres jeunes filles rencontrées sur les réseaux sociaux. Elles ont pour objectif de pallier au manque de soin et de faire de la prévention.

Elle conseille de se faire accompagner et de garder foi en la guérison. L'entourage doit voir la personne au-delà de sa maladie en gardant une écoute et une présence qui ne remplace pas un suivi psychologique.

**Camille GENTILHOMME.**

Photos : DR.

**Page Instagram d'Élodie : [@\\_hello.die](#)**



## Partager :

- [Cliquez pour partager sur Twitter\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Facebook\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)
- [Cliquez pour partager sur Google+\(ouvre dans une nouvelle fenêtre\)](#)