

# LE PRINCIPAL OBSTACLE

... à la guérison des personnes en surpoids, ce n'est pas le ***plaisir de manger***, mais, tapi derrière ce plaisir, le sentiment qu'on n'est pas malade, et on ne voit pas pourquoi on se priverait de manger ce qui nous procure tant de plaisir, et un long plaisir.

## PAS D'AUTRE SIGNE DE MALADIE...

Au début, lorsqu'on se rend compte qu'il faut acheter des pantalons plus larges, on ne souffre pas vraiment, sauf de cette image qui nous met un peu à l'écart des autres, ... mais à part ça, tout va bien, au début du moins... ! C'est un peu gênant pour « *draguer* », qu'on soit garçon ou fille, car les « *minces* » ont plus de succès, quoi que ... ? Beaucoup aiment les « *rondes* » ou les « *costauds* » ... ! C'est sécurisant. On est jeune, on fait des études, on voyage, on va au spectacle, on va au boulot, et on le fait plutôt bien, ... alors pourquoi se contraindre à faire des choses qui n'ont pas un rapport direct avec notre entreprise d'amaigrissement ?

## LES SPÉCIALISTES NE PARLENT PAS...

... de ***maladie***, n'est-ce pas ? Alors pourquoi s'inquiéter avec des choses graves ? Les Médecins spécialistes, parlent tous de calories, de recettes de cuisine, d'aliments qui font maigrir, d'hormones, de remèdes coupe-faim, de sucre, de plantes qui font « *fondre la graisse* », ... et il existe beaucoup de méthodes pour maigrir, des techniques établies par des Médecins reconnus à l'international, comme le Docteur Atkins, le Docteur Dukan, et tant d'autres... ! On vous livre même des repas à domicile qui vous font perdre quelques kilos ! Alors, pas d'inquiétude... ! Tout va bien, après tout ! Même si les scientifiques parlent de « ***microbiote*** », personne ne parle d'intestin dans les publicités, alors pourquoi se lancer dans un régime comme Seignalet, alors qu'il n'est pas spécifiquement destiné à faire maigrir, et qu'il n'est pas facile à comprendre ?

## PRENDRE CONSCIENCE...

Avant de « vouloir maigrir », il faut impérativement prendre conscience qu'on est malade ! Eh oui ! Et c'est difficile, car on se heurte à ***l'intime*** de chacun, à la « ***sécurité psychologique*** », infiniment délicate, fragile et respectable de chaque membre de la société humaine. Se reconnaître « malade », alors qu'on dispose de toutes ses facultés intellectuelles, de tous ses « ***droits civiques*** », de sa personnalité « ***pleine et entière*** », c'est accepter de se mettre à part, et on ne voit pas tellement pourquoi !

## ET PUIS, DERRIÈRE SEIGNALET...

... il y a des Médecins qui ne sont pas d'accord... ! Il y a des professeurs qui parlent à la télé, même qu'ils parlent du « ***microbiote*** » pour l'obésité, mais aucun ne dit qu'il faut cesser de boire du lait et de manger du blé... ! Bien sûr, ils ne disent pas comment il faut faire pour rétablir l'équilibre de ce « ***microbiote*** » lorsqu'il est perturbé... ! Ils ne disent pas comment faire pour qu'il ressemble à celui des « maigres ». Mais ils ont tout de même parlé des nouvelles techniques de « ***greffes de flore*** », utilisées dans le passé par les Médecins traditionnels chinois, alors peut-être que c'est l'avenir ? Mais ***Seignalet***, ***c'est pour les malades*** ... ! Et nous, ***on n'est pas malades*** ! On veut maigrir, c'est tout !

## ON NE MANGE QUE DE L'ALLÉGÉ !

On sait qu'il faut manger moins de calories, moins de gras, moins de sucres, qu'on remplace par des édulcorants, mais même en faisant attention, on ne maigrit pas ! Les yaourts allégés, le beurre allégé, les aliments vendus comme « *basses calories* », ne nous font pas maigrir, *c'est désespérant* ! Alors on mange comme on a faim, et on se lève la nuit pour vider le frigidaire... ! Eh oui... ! Donc, on croit des choses fausses ! En Médecine « *vraie* », le caractère « *calorique* » de l'aliment vient très loin derrière ses qualités nutritionnelles, sa valeur en physiologie digestive, son mode de préparation, sa cuisson et accompagnement, sa provenance biologique, son mode d'absorption, sa *nature antigénique surtout*, pour le système immunitaire intestinal ! Lorsqu'on mange comme il faut, les signaux de satiété réapparaissent, et c'est le début de la *guérison*, le mot qu'on ne veut pas entendre, car « *on n'est pas malade* », n'est-ce pas ?

## MINCIR C'EST GUÉRIR !

Ou plutôt, « *guérir c'est mincir* », n'est-ce pas ? Mais vu du côté patient, c'est bien « *Mincir c'est guérir* », qui est la bonne formulation. Les deux sont valables. Mais une personne en bonne santé, n'est pas forcément mince ! Il s'en faut. Donc, encore une difficulté pour admettre qu'une personne « *en excès de poids* » est forcément « *malade des intestins* » !

## UNE ÉTUDE SCIENTIFIQUE... ?

Une étude scientifique à grande échelle, pourrait-elle persuader les personnes en surpoids, de se considérer comme vraiment malades, et ayant besoin de retrouver leur équilibre intestinal, en faisant les sacrifices qu'on peut demander à un malade pour qu'il obtienne sa guérison ? Par exemple, a-t-on proposé à dix mille personnes en excès de poids, de suivre le régime Seignalet avec probiotiques, non pas en « *double aveugle* », ce qui serait difficile et sans valeur scientifique en Médecine, mais en *prospectif, randomisée et contrôlée* ? Les millions de personnes concernées par le surpoids, partout dans le Monde, pourraient s'entendre par Internet, pour confier à trois équipes indépendantes des grands ensembles financiers et respectées pour leur éthique, pour réaliser une telle étude, dont les conclusions s'imposeraient à tous les Médecins de la Planète. Ce genre d'étude coûte très cher, et nécessite des coopérations internationales, mais les retombées scientifiques en Médecine, dépassent largement le seul problème du surpoids, en raison de la surveillance, pendant plusieurs années, des personnes incluses.

## DES EXAMENS DU MICROBIOTE... ?

Peut-être que si chaque personne concernée par le surpoids réalisait en laboratoire, un examen de son microbiote, sur le mode des « *Profils Biologiques* », la technique appliquée au grand nombre, dégagerait des signaux d'alarme individuels, avec des propositions thérapeutiques, dans lesquelles le régime Seignalet ne serait peut-être pas nécessaire... ? Les Biologistes finiraient sans doute par reconnaître dans les 400 à 1000 espèces de bactéries intestinales connues, des pourcentages de présence caractéristiques du surpoids, avec les outils curateurs pour faire revenir le Profil Microbiotique, vers celui des personnes minces. Il est certain que les chercheurs de l'INSERM ou de l'INRA, ont déjà effectué de larges avancées dans ce domaine, mais nous n'avons pas encore constaté de mise en œuvre thérapeutique.