

Diabète. Le parcours d'une battante

Elvire Simon

Militaire, policier, pilote mais aussi contrôleur SNCF ou hôtesses de l'air... Leur point commun ? Ces métiers font partie de la liste de professions interdites ou limitées aux personnes atteintes de diabète. Début janvier, pour tenter d'y sensibiliser les politiques et le grand public, l'Association des jeunes diabétiques a lancé la pétition « Je fais un vœu ». La Saint-Séviste Pauline Cavarec, 24 ans, l'a signée.



Pour éviter les crises, Pauline Cavarec s'injecte quotidiennement de l'insuline avec un stylo-injecteur, au dosage très précis.

5

Par jour, c'est le nombre d'injections d'insuline que doit se faire Pauline.

Depuis toute petite, Pauline Cavarec avait un rêve, devenir garde forestière à cheval. « Quand je me suis renseignée et que j'ai appris que je serais forcément refusée, j'ai été très déçue. J'ai toujours un sucre sur moi, je peux m'en sortir si je fais une crise ». Car, depuis ses 3 ans, cette jeune Saint-Séviste a été diagnostiquée diabétique de type 1. « C'est-à-dire que mon corps ne produit pas d'insuline normalement et je dois me faire des injections quotidiennes qui m'aident à assimiler le sucre correctement ».

De l'armée à l'enseignement

À 24 ans, elle suit donc, chaque jour, un programme bien rodé. « Une piqûre d'insuline le matin, une, le midi, une, l'après-midi et deux, dans la soirée. Ça dépend de ce qu'il y a dans mon assiette mais j'essaie de ne pas faire trop d'écarts » résume la jeune femme, également suivie tous les six mois

à l'hôpital de la Cavale Blanche, à Brest.

Aujourd'hui, elle est professeur de français au collège Mescoat, à Landerneau. « Au moment de m'orienter, j'ai aussi pensé à me diriger vers la Garde nationale. Le médecin militaire m'a expliqué que ce serait très compliqué mais je l'ai compris. Il s'agit d'une question de santé », explique celle qui s'est donc dirigée vers des études de lettres.

La jeune enseignante, qui parle sans aucun tabou de sa maladie, se souvient de quelques moments compliqués : « Petite, c'était assez lourd. Les infirmières venaient à l'école, à midi, me faire des injections ».

Équitation et course à pied

C'est à 12 ans, lors d'une colonie de vacances organisée par l'Association des jeunes diabétiques, que Pauline Cavarec prend son autonomie. « Là-bas, on apprenait à s'au-

to-gérer. J'ai appris à faire seule mes injections ». Une « vraie libération » pour cette battante, qui tient férocement à son indépendance. Le diabète ne l'empêche pas de pratiquer du sport à haute dose : « Je monte à cheval tous les week-ends et j'enchaîne généralement avec une à deux heures de course à pied ». Elle a même constaté un renforcement de sa résistance à l'hypoglycémie.

« Je vis bien ma maladie »

Et cela ne l'empêche pas de faire de temps en temps des soirées arrosées, même si les lendemains sont un peu plus difficiles que pour ses amis. « J'ai une hyperglycémie et la gueule de bois. Génial ! », rigole la brune pétillante.

Mais, dans sa vie professionnelle, cela n'a pas toujours été facile d'assumer la maladie. Pauline Cavarec se souvient d'un petit boulot dans la restauration, où elle mangeait « en cachette » des morceaux

de sucre. « Je ne savais pas que le métier serait si fatigant. Je n'ai pas parlé de la maladie à mon patron, qui n'était pas très sympathique. Je pense que, s'il l'avait su, il m'aurait viré... », glisse la jeune femme.

Si elle assume maintenant tout et « se fiche » du regard des autres, dans l'établissement scolaire où elle officie, « difficile de faire les piqûres dans la salle des professeurs. Les collègues ont horreur de ça. Ils pensent peut-être que je me drogue ! », s'amuse la Saint-Séviste, qui fait donc son affaire à l'abri des regards, dans les toilettes.

Déplorant tout de même le « manque d'informations et les idées reçues » du grand public au sujet du diabète, elle tient à le dire : « Je vis bien ma maladie. Je fais en sorte que ce soit le diabète qui s'adapte à moi et mes envies et non le contraire ».

« Je me suis demandée : pourquoi moi ? »

C'est en mars 2013 que Lisa Péron, une Plougonvennoise âgée de 19 ans, apprend la cause de ses douleurs. « Je souffrais de crampes nocturnes, sans qu'on en sache exactement l'origine. Ça a duré plusieurs mois et j'ai fini par faire une prise de sang ». Résultat, une glycémie très élevée, et le diagnostic qui tombe : Lisa est diabétique de type 1. « Ma famille et moi, nous avons beaucoup pleuré. Pendant plusieurs jours, je me suis demandée : pourquoi moi ? », se souvient la jeune fille.

Un rêve, devenir maître-chien

Suivie tous les trois mois à l'hôpital de Morlaix, elle apprend très vite à se faire elle-même ses injections et à surveiller ce qu'elle met dans son assiette. « J'avais peur de ne pas tout comprendre, d'oublier mais, au final, c'est devenu une habitude, comme se brosser les dents ! », sourit Lisa Péron. Étudiante en BTS sanitaire et social à Morlaix, la Plougonvennoise a appris à apprivoiser ses symptômes. « Je n'ai jamais fait de malaise, je me connais et je sens arriver



Avant chaque repas, Lisa Péron mesure son taux de sucre dans le sang grâce à un lecteur de glycémie électronique.

les crises. En hypoglycémie, je ressens de la fatigue, des bouffées de chaleur, des tremblements, je deviens pâle... Pour y remédier, j'ai toujours des petits paquets de bonbons sur moi ! » explique-t-elle. La jeune étudiante avait aussi

un rêve, devenir maître-chien. Un métier affilié à l'armée et, donc, inaccessible pour la diabétique. « Je peux le comprendre, une crise d'hypo en pleine intervention peut être très contraignante », tempore Lisa Péron, qui a signé la péti-

tion. « Mais, concernant d'autres boulots plus calmes, comme contrôleur SNCF ou inspecteur de la Sécu, c'est injustifié », estime celle qui dénonce aussi les idées reçues comme, par exemple, la nécessité d'arrêter le sucre quand on est diabétique. C'est « faux ! ».

« Je ne veux pas attirer la pitié »

Mais, quatre ans après l'annonce de sa maladie, elle a « toujours du mal à en parler à d'autres gens que l'entourage proche ». Actuellement en stage d'aide à domicile à Saint-Pol-de-Léon, elle n'y a pas évoqué le sujet. « Pendant l'entretien, je n'en ai pas parlé, car j'occupe un poste de bureau, ça ne me semblait pas utile de le dire. Et surtout, je ne veux pas attirer de regards de pitié », souligne la jeune femme. « Peut-être que j'accepterais mieux mon diabète si j'arrivais à en parler davantage ? », s'interroge Lisa Péron. En attendant, elle pense à une nouvelle orientation, plus proche de son rêve initial et accessible : le métier d'éducateur de chiens d'aveugles.

La phrase

« Difficile de faire mes piqûres dans la salle des professeurs, les collègues ont horreur de ça. Ils pensent peut-être que je me drogue ! »

Pauline Cavarec, diabétique de type 1 depuis ses 3 ans.