

Un maximum de bruit contre un mal silencieux

Valérie Carrasco est déléguée régionale Réunion/Mayotte de l'association « Afa Crohn RCH France ». Bénévole mais aussi malade, elle se bat pour la cause encore assez peu connue des « Mici », les maladies inflammatoires de l'intestin. Nous l'avons rencontrée à l'occasion de la journée mondiale annuelle qui leur est consacrée le 19 mai.

Notre intestin est notre second cerveau. A ce titre, il mérite un peu d'égards. Comme tout organe certes, mais un peu plus cependant si l'on considère la place que les troubles intestinaux peuvent prendre dans une vie.

« Les MICI sont des maladies invisibles, non contagieuses, auto-immunes, qui affectent le système digestif, et dont on ne guérit pas », résume Valérie Carrasco. « De plus en plus de monde est concerné ». No-

tamment par la maladie de Crohn et par la rectocolite hémorragique, qui touchent 10 millions de personnes dans le monde et 300 000 en France, les cas les plus difficiles étant chez les enfants : « La souffrance est d'autant plus terrible avec le silence et l'indifférence ». Dépressions, ruptures sociales et/ou conjugales, arrêt du sport et des sorties... la liste est longue des effets de ces pathologies silencieuses.

Elle-même se bat depuis sept ans avec cette maladie. « J'ai décidé de me retrouser les manches après avoir traversé une rechute très éprouvante, à 26 ans. Je suis alors devenue déléguée bénévole de l'Afa Crohn RCH Réunion Mayotte », une des 22 délégations françaises.

Chaque année, la Journée Mondiale des MICI, le 19 mai, est portée dans notre pays par l'AFA, seule association en France à œuvrer pour la guérison, le soutien, l'écoute... et à financer la recherche depuis plus de 40 ans. « Nous avons même eu l'immense privilège de recevoir la Légion d'Honneur en 2021 », ajoute Valérie Carrasco avant de dérouler le programme des festivités. Elles se passeront en deux temps et dans deux coins de l'île : à Saint-Joseph samedi, à la Possession dimanche. Samedi de 14 à 17 heures à Saint-Joseph, un stand est organisé à la Médiathèque du Sud Sauvage. A la tombée de la nuit, l'Hôtel de Ville sera illuminé en violet, comme l'an dernier. « C'est la première municipalité à la Réunion à soutenir officiellement notre cause », se félicite la Saint-Joséphinoise.

Dimanche de 8 à 16 heures à la Possession, l'AFA sera sur la ligne d'arrivée du Trail de minuit au club d'athlétisme du CAPOSS (*) Elle tiendra un stand d'information et de sensibilisation aux MICI, avec les chirurgiens, gastro-entérologues, infirmiers, diététiciens,

kinés, prothésistes pédi Maxadom, représentants des laboratoires... « Nos chers soignants vont courir un des trails les plus fous après le Grand Raid pour nous représenter. C'est un geste qui nous réchauffe le cœur ». Les 56 km et les 3 200 mètres de dénivelé positif réchaufferont le reste !

Pourquoi le sport ? Parce qu'en l'absence de traitement, c'est un des leviers, avec l'alimentation, pour tenter de préserver sa santé physique et morale. En effet, les plus récentes études montrent que l'apparition et l'aggravation



Valérie Carrasco, déléguée locale de l'AFA: « De plus en plus de monde est concerné ».

des MICI dépendent beaucoup des facteurs environnementaux, en particulier l'alimentation ultra-transformée ainsi que le combat pollution/pesticides/tabac. Mais aussi la sédentarité et le manque d'activité physique. Deux patients sur trois ont dû arrêter le sport à

cause de leur maladie. Mais la reprise - en sport adapté notamment - est toujours synonyme de meilleure santé.

Stéphanie BUTTARD
 (*) <https://caposs.re/nos-courses/trail-de-minuit> Pour en savoir plus sur les Mici : www.afa.asso.fr

En bref

Tourisme

Le Forum des Pionniers 2024 à La Réunion

En provenance de toute la France, plus de 130 professionnels du tourisme participeront du 3 au 7 juin prochain au Forum des Pionniers 2024, dans deux hôtels de Saint-Gilles les Bains. Au programme : conférences, tables rondes, ateliers, visites touristiques sur le thème de la création de la valeur plurielle.

« Le Forum des Pionniers a pour vocation d'offrir aux acteurs du tourisme une parenthèse propice au développement de leur réseau, à la (re) découverte d'une destination, et aux échanges sur les enjeux actuels et futurs de l'industrie », indiquent les organisateurs (l'ESCAET, Travel-Insight en partenariat avec l'île de La Réunion Tourisme).

Fin de vie

Philippe Naillet précise

La sémantique a son importance dans les débats autour du projet de loi sur la fin de vie, actuellement examiné par la commission spéciale de l'Assemblée nationale. S'il est « plutôt favorable » à l'aide à mourir telle que proposée par le texte gouvernemental, le député dionysien réfute toute notion d'euthanasie. Dont acte.

Les Mici profiteront aussi des JO pour ouvrir la voix.