

Au sein de notre association, l'une de nos infirmières a souhaité partager son regard sur une réalité souvent invisible : l'alimentation derrière les murs de la prison. Son témoignage met en lumière les conditions vécues par les femmes détenues et leurs répercussions sur la santé.

ALIMENTATION ET MILIEU CARCERAL

Je viens partager mon expérience d'infirmière psychiatrique en milieu carcéral.

J'ai travaillé une vingtaine d'année en Maison d'Arêt.

Je vais relater, en quelques mots, ce que j'ai pu observer sur l'alimentation et les détenues du quartier femmes.

Je passe sous silence les addictions telles l'alcool et les drogues.

Arrivée de la détenue

Une fois les formalités administratives effectuées, la détenue voit le service médical: entretiens ciblés sur sa condition somatique, antécédents médicaux, pathologies, paramètres.

Si régimes spéciaux nécessaires(médical, culturel..)ils seront pris en compte.,,,

puis visite au service médical psychiatrique :

entretiens avec psychiatre, psychologue, infirmier,

On établit en quelque sorte une "radiographie" de la personne.

La privation de liberté engendre souvent en 1 ère intention une perte de poids.

Les débuts:

- l'enfermement,
- la réalité de l'incarcération,
- déni du jugement,
- déni du délit,
- la promiscuité

Elle se nourrit à minima, et cela peut aller jusqu'à entamer une grève de la faim. C'est une façon d'attirer l'attention, un message pour la pénitenciaire (ex: je refuse la sentence) C'est un rapport de force, un moyen de pression.(ex: je veux changer de cellule)

Les grèves de la faim sont signalées aux 2 services médicaux.Et le protocole concerné est mis en place:

consultations avec les 2 unités de soins: mise en place d'un suivi rapproché

Puis le temps fait son œuvre et la détenue reprend son alimentation.

L'alimentation est fournie par la pénitenciaire, à raison de 3 repas par jour.

Menus établis, contrôlés par la pénitenciaire, cuisinés par une équipe de détenus (appelés auxiliaire cuisine)

Ils sont encadrés par un professionnel de cuisine.

Les repas sont distribués par les » auxis cuisine » et consommés en cellule, avec les co-détenues.

Parlons de la "cantine"

La "cantine"

Nom donné en milieu carcéral pour pouvoir commander des produits frais, épicerie,droguerie, produits d'hygiène...

Produits cashers, halals, végétariens sont disponibles.

Produits de grandes marques également.

Ces listes sont proposées chaque semaine à l'ensemble des détenues.

La cantine aide à maintenir des liens avec l'extérieur.

Elle peut apporter un soutien psychologique., car elle agrmente le quotidien. Recherche du plaisir et de la satiété.

Elle contribue à améliorer les conditions de vie carcérale.

Elle joue un rôle important quant au «< climat » qui circule à travers les coursives (altercations entre les détenues et les auxis qui les servent (, vol de nourriture, rations plus ou moins copieuses) et un climat plus serein (alimentation qui convient, cantine reçue..)

La seule obligation est de disposer de l'argent pour pouvoir y accéder.

La cantine peut marquer une position sociale, elle est limitée voire inexistante aux personnes indigentes.

A savoir qu'il y a en milieu carcéral, des activités rémunérées qui permettent un petit pécule, qui est alors souvent utilisé pour cantiner.

Il y a une hiérarchie sociale comme la vie à l'extérieur.

Cet état d'inégalité entraîne des situations de stress.

“celui qui cantine a du fric, il a le pouvoir”, c'est une monnaie d'échange.

“tu veux du chocolat, alors fais le ménage”

Faire des corvées à la place de l'autre contre de la bouffe

La détenue peut cantiner toute la «malbouffe » possible, sucreries, charcuteries, sodas, fromages....

tant que le solde est positif, il n'y a pas de contrôle pénitentiaire sur les commandes alimentaires.

Un déséquilibre nutritionnel peut s'amorcer et provoquer des troubles intestinaux, gastriques mais jamais pris au sérieux par les personnes concernées.

Ainsi, ces marchandises font l'objet de toutes les convoitises, de toutes les manipulations.

La cantine peut être une substitution totale ou partielle du repas.

Il n'y a pas d'obligation.

On accepte ou pas la nourriture proposée par l'établissement d'où le cantinage plus ou moins important.

Ce troc de denrées alimentaires a des répercussions

- manger pour compenser
- manger pour éviter l'ennui, oublier
- manger pour passer le temps
- manger pour se punir d'être là
- manger pour le plaisir
- compenser la tristesse, l'anxiété

Une prise de poids arrive, une certaine protection, une mise à l'écart, s'enlaidir pour passer inaperçue.

On combat l'incarcération avec l'alimentation: grève de la faim, prise de poids excessive, la détenue essaie de reprendre du pouvoir par le biais de son corps.

“Je contrôle mon corps”

L'alimentation se place en haut de la liste des centres d'intérêts des détenues.

- temps de partage
- système D pour cuisiner, pour occuper les journées
- échanges des coutumes (fêtes religieuses..alimentation des enfants..pratiques alimentaires..)
- histoire de vie de la personne

La situation pénale, comme la durée de détention, le lieu d'incarcération(maison d'arrêt,centre de détention) a un impact sur la situation nutritionnelle de la personne détenue.

Beaucoup de turn over pour les maisons d'arrêt, et les centres de détention offrent plus d'offres d'activités, de projets.

La personne incarcérée n'a plus de pouvoir sur sa vie quotidienne.

Tout est réglementé :

- horaires des repas
- horaires des promenades
- planning des douches
- visites et parloirs
- offices religieux
- cours

Par l'alimentation, par la «< gamelle >>, on oublie un temps ses problèmes, le manque affectif. Cela revient à un temps de « liberté »> leur permettant de sortir du >carcan carcéral >>.

L'inactivité physique, l'ennui, le tabagisme + font que le corps se dégrade.

L'apparence n'est plus considérée comme une priorité.

Sortie en vue

La détenue va reprendre possession de son corps.

- augmentation de l'activité physique
- changement dans les habitudes alimentaires :
- diminution des produits gras, sucrés, salés, sodas.
- augmentation des produits laitiers, des œufs, des fruits et légumes

Les produits d'hygiène corporelle, le maquillage reprennent place sur la liste de cantine.

Elle demande très fréquemment à pouvoir se peser.

Le regard des autres est important.Elle demande aux co-détenues, aux surveillantes comment son physique est perçu.

Suis-je mieux ?

Que va dire ma famille, va t elle me reconnaître ?

Que dois-je faire encore pour m'améliorer ?

Son rapport avec autrui devient cyclique, passant d'une humeur joyeuse,déterminée (oh je vais enfin sortir de là..) à une humeur triste, renfrognée, accès de colère (peur du dehors, d'affronter seule ses problèmes..)

L'alimentation peut redevenir «< cahotique, compliquée >>. Grignotages compulsifs, vomissements, demande exagérée de laxatifs..

Ce petit état des lieux “alimentaire” en milieu carcéral, mes ressentis, n'engagent que moi !!

Je reconnais avoir pu être envieuse de certaines, de leur volonté à vouloir perdre du poids et y arriver.

Il m'arrivait de dire, comme une boutade, “Je vais me faire incarcérer pour pouvoir maigrir”

Chantal B