



Aut'Créatifs

Mouvement de personnes autistes pour la neurodiversité et la reconnaissance positive de l'autisme

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

Pour diffusion immédiate

AUTISME ET ALIMENTATION : UN VIEUX MIRAGE

À titre de membres d'Aut'Créatifs, un collectif de personnes autistes, nous désirons réagir à la prétention véhiculée par nombre de médias ces derniers temps selon laquelle l'autisme serait «traitable» par l'alimentation. Il ne s'agit pas du tout une idée nouvelle! Depuis longtemps déjà des organismes propagent la croyance que l'alimentation «cause» l'autisme et suggèrent des régimes drastiques qui marginalisent encore davantage la personne autiste. Si bénéfiques il y avait, cela se serait su. Or, ces diètes spéciales ne donnent que des résultats aléatoires, tout comme les innombrables autres pseudo-traitements de l'autisme. Au Québec, l'organisme le plus proactif en ce sens est Autisme Montréal, dont un communiqué a été récemment repris sur certaines tribunes. Nous signalons qu'Autisme Montréal (AM) n'est pas un organisme de personnes autistes.

Année après année, AM répète avec rigidité un discours alarmiste inspiré des idées d'un institut privé états-unien – un institut «controversé», comme on dit pudiquement. AM prétend ainsi que l'autisme est un ensemble de symptômes causés par un empoisonnement à des «toxines». Cette thèse ne repose sur aucune démonstration scientifique indépendante. Le mot *toxine* a d'ailleurs le dos large. Il désigne à la fois pesticides, métaux lourds et autres produits effectivement toxiques, mais aussi quantité d'aliments consommés depuis des millénaires comme, par exemple, plusieurs céréales (celles contenant naturellement du gluten mais aussi le maïs qui n'en contient pas), les produits laitiers avec lactose (qu'ils contiennent naturellement), les levures, le sucre, les fruits et légumes non biologiques, etc., la liste est longue. Affirmer que ces aliments sont des toxines relève carrément de l'imposture scientifique.

On brandit alors l'exemple de telle personne qui aurait été ainsi «guérie». Évidemment, il existe des maladies digestives, des allergies et intolérances alimentaires. La maladie cœliaque, par exemple, peut présenter des symptômes ressemblant superficiellement à certains traits autistiques. Ces problèmes de santé peuvent être sérieux et il importe d'y voir. Mais avant de chambarder son alimentation (ce qui peut aussi entraîner des problèmes de santé), la personne doit passer des tests pour savoir ce qui en est vraiment. Présentement, on laisse plutôt entendre que toute personne autiste gagnera à suivre une diète spéciale, en amalgamant des réalités sans liens et en généralisant à partir de cas particuliers mal documentés et non vérifiables. Pour la grande majorité, ce sera parfaitement inutile. Certains ont d'ailleurs abandonné, sans éprouver de problème.

Ces idées douteuses contribuent à l'infantilisation de la personne autiste et l'éloignent d'une saine estime de soi. Selon nous, l'autisme est une structure particulière de la pensée qu'il s'agit de comprendre et de valoriser. Il faut enfin passer du curatif (l'autisme maladie) vers l'éducatif (l'autisme potentiel à développer) : favoriser l'épanouissement et l'inclusion, plutôt que mettre sur une voie de service en attendant des cures miracles qui n'arrivent jamais.

Montréal, le 18 novembre 2015

Antoine Ouellette, ouellette.antoine@uqam.ca

Lucila Guerrero, info@lucilaguerrero.com

Mathieu Giroux, mgiroux13@hotmail.com