

# «J'ai détruit mon corps en pensant que ça irait mieux»: le regret de Mila, redevenue femme après un changement de sexe

Par [Agnès Leclair](#)

Publié il y a 4 heures, mis à jour il y a 3 heures

Écouter cet article

00:00/06:47

**Erreur ! Nom du fichier non spécifié.**

«Je n'ai plus de seins. Je n'ai plus d'utérus. Je n'ai plus d'ovaires. Je dois dealer avec les conséquences désastreuses de ma transition», écrivait Mila, fin 2021. [JoelBourgoin/JoelBourgoin - stock.adobe.com](#)

**TÉMOIGNAGE - Après sept ans de testostérone et plusieurs opérations chirurgicales, le retour à la case départ pour cette «détransitionneuse» ne peut pas être total.**

L'époque où elle s'appelait «il» est révolue. À 26 ans, Mila\* a tourné la page de la transidentité. La jeune fille qui s'était transformée en homme est redevenue une femme. Un gars, une fille... Depuis un peu plus d'un an, Mila est ce que l'on appelle une «détransitionneuse». Sa chevelure châtain, plaquée en arrière, encadre un visage aux traits fins. Sa voix a retrouvé des tonalités moins graves. À l'état civil pourtant, elle est encore un homme. Une étape qu'il lui reste à franchir car il faut le temps de prouver à la justice qu'elle ne reviendra pas une nouvelle fois en arrière. Aujourd'hui, elle déroule d'une voix posée les années où elle a vécu dans la peau d'un homme. Comme un souvenir déjà ancien.

**À LIRE AUSSI [Adolescents transgenres: «Il existe un vrai phénomène de mode aux États-Unis»](#)**

Mais après sept ans de testostérone et plusieurs opérations chirurgicales, le retour à la case départ ne peut pas être total. *«J'ai détruit mon corps, mais on m'y a aidée. J'ai détruit mon corps en pensant que ça irait mieux. (...) Je n'ai plus de seins. Je n'ai plus d'utérus. Je n'ai plus d'ovaires. Je dois dealer avec les conséquences désastreuses de ma transition»*, écrivait-elle fin 2021, traversée par une «terrible colère». Un an plus tard, la colère s'est atténuée. Mila a repris le fil de sa vie là où elle l'avait laissé, à l'adolescence. Comme si sa transition n'avait été qu'une parenthèse. *«Je me suis refait la même coupe de cheveux qu'à l'époque. Je me suis enfin penchée sur les problèmes que j'avais occultés en transitionnant»*, explique-t-elle. Quel regard porte-t-elle cette période? À l'adolescence, élève d'un collège catholique d'une petite ville de province, Mila comprend qu'elle est attirée par les filles. Au lycée, ses préférences se confirment. Mais être «une fille qui aime les filles» la met mal à l'aise. Elle en conclut qu'elle était destinée à être un garçon. D'autant qu'en pleine agitation du vote de la loi mariage pour tous, elle se fait traiter de «sale lesbienne». Sur des forums dédiés à la communauté trans, sa conviction d'être née dans le mauvais corps se renforce. *«Cela fait un peu bizarre au début. Il y a des moments de doute où l'on se demande si on n'est pas en train de s'inventer une vie. Mais à 16 ans et demi, le cerveau arrive facilement à*

*s'accrocher à cette idée. Et puis une fois qu'on s'est lancé, il semble impossible d'en sortir», témoigne-t-elle.*

### **Pendant toute cette période, je n'ai eu aucun suivi psychologique**

*Mila.*

Arrivée à Paris, elle se tourne vers des associations trans où on lui conseille un médecin complaisant qui délivre des ordonnances de testostérones sans poser trop de questions. *«Au premier rendez-vous, il m'a dit: "Quand je vous vois, je vois un homme". Cela a été très rapide»,* rapporte Mila. Le jour de ses 18 ans, elle se fait sa première piqûre d'hormones. Pendant quelques années, ce traitement lui suffit car son corps se métamorphose rapidement. Sa voix mue. Elle devient *«velue comme un ours»*. Son visage et ses épaules s'épaississent. Et puis, peu à peu, Mila ne supporte plus son corps. *«Mon sexe, mes seins me dérangeaient. Avec la "testo", j'ai pris du poids et un début de ventre est apparu. Je suis devenue obsessionnelle, je comptais toutes mes calories. J'étais au bord de l'anorexie»,* se souvient-elle. Amère, elle dénonce: *«Pendant toute cette période, je n'ai eu aucun suivi psychologique.»*

### **«J'étais comme anesthésiée»**

Un peu avant ses 21 ans, elle subit une première opération - une hystérectomie - pour se débarrasser de douleurs gynécologiques et faciliter son changement de sexe. Certes, elle n'a *«jamais voulu avoir d'enfants»* mais savoir que l'on ne pourra jamais en avoir est *«différent»*. En 2018, un tribunal acte son changement de sexe à l'état civil. Mila, devenue Milo, commence sa vie d'adulte comme «Monsieur». Pour faire correspondre complètement ses papiers à son identité, elle subit une mammectomie (ablation des seins) un an plus tard. Son dernier lien avec la féminité est rompu. Reste un torse *«plat et balafré»*.

**Mon mal-être est allé crescendo. Après les régimes drastiques, j'ai développé une tendance à la boulimie. Je ne voyais plus personne en dehors de ma famille. Je n'avais plus de vie amoureuse. Ma vie sociale était détruite. Pourtant, à aucun moment je ne remettais en cause ma transidentité**

*Mila.*

*«À cette époque, j'étais clairement en dépression, décrypte-t-elle. Mon mal-être est allé crescendo. Après les régimes drastiques, j'ai développé une tendance à la boulimie. Je ne voyais plus personne en dehors de ma famille. Je n'avais plus de vie amoureuse. Ma vie sociale était détruite. Pourtant, à aucun moment je ne remettais en cause ma transidentité. J'étais comme anesthésiée, déconnectée de mes émotions.»* C'est en poussant la porte d'un psy que Mila recommence à se poser des questions. Elle fait également une rencontre décisive avec une femme qui a suivi le même chemin qu'elle: *«Ensemble, nous avons pu avancer, nous poser toutes les questions qui étaient trop difficiles à affronter seules. Sans son soutien, ce cheminement aurait été impossible»*. Le retour en arrière ne se fait pas d'un coup. Pendant quelques mois, Mila se considère comme *«non binaire»*. *«Une étape jusqu'au jour où j'ai compris que je n'étais pas et ne serais jamais un homme. Et surtout compris que j'étais une femme.»*

## «Réveillée d'un long cauchemar»

Pour se retrouver, il ne suffit pas d'arrêter la testostérone. En l'absence d'ovaires, Mila doit prendre des œstrogènes pour renouer avec sa féminité. Il lui faut aussi accepter l'irréversible. *«Aujourd'hui, je suis mutilée. Cela a été un gros deuil de me rendre compte que les médecins m'avaient laissé me stériliser à 21 ans et que j'avais ruiné mon corps, confie-t-elle. Heureusement, j'ai échappé à un début de calvitie. J'ai pu retrouver mon visage et ma peau n'a pas été trop abîmée.»* Avec le recul, elle analyse ce passage vers un autre genre comme une forme *«misogynie intériorisée»* qu'elle a finalement réussi à surmonter. Aujourd'hui, Mila éprouve le sentiment de s'être *«réveillée d'un long cauchemar»* et a accepté d'avoir fait fausse route. Elle refuse de laisser le désarroi altérer son grand sourire. Sa seule inquiétude est pour les enfants trans et les adolescents qui s'engagent dans une transition.

### [À LIRE AUSSI](#) La question trans, nouvelle fracture des associations féministes

*«Avant 25 ans, le cerveau n'a pas fini de se développer. Souvent, les regrets apparaissent à partir de cette période de la vie, quand les tourments de l'adolescence ont fini de nous tirailler. Comment est-ce possible de laisser des mineurs prendre ce type de décision? C'est une aberration totale»,* interpelle-t-elle. Alors, bien qu'il lui ait fallu du temps pour accepter de raconter son histoire, de faire confiance, elle juge important de faire entendre sa voix pour mettre en garde.

\*Le prénom a été modifié.

## Le parcours de «désisteuse» d'Hélène, qui a vécu comme un garçon à l'adolescence

Par [Agnès Leclair](#)

Publié il y a 2 heures, mis à jour il y a 2 heures

**Écouter cet article**

00:00/03:53

**Erreur ! Nom du fichier non spécifié.**

Malgré ses doutes, l'adolescente qu'était Hélène se dit qu'elle a *«tous les signes d'un homme né dans le mauvais corps»*. *Adobe Stock*

**TÉMOIGNAGE - Sans aller jusqu'à dénoncer un «*lavage de cerveau*», la jeune femme déplore une «*absence de remise en question*» des demandes de transition d'adolescents en souffrance.**

Sans aller jusqu'à la chirurgie ou à la prise d'hormones, Hélène\* a endossé une identité masculine pendant trois ans à l'adolescence. Un parcours interrompu qui la classe parmi les *«désisteuses»*. Aujourd'hui âgée de 18 ans, féministe radicale, elle juge que son ancienne identité trans n'a servi qu'à *«déguiser ses problèmes»*.

Quand elle remonte à son enfance, Hélène se souvient qu'elle ne se sentait pas très à l'aise avec les idées reçues sur la féminité. *«J'ai toujours été attirée par les sciences. Je me sentais délaissée, différente des autres filles. Ni la mode ni la danse ne m'intéressaient. Je savais bien que je n'étais pas obligée de correspondre à ces stéréotypes mais c'est quand même difficile de s'en débarrasser»*, confie-t-elle. Diagnostiquée autiste Asperger, à l'écart des groupes, ses années collège virent au cauchemar. Troubles du comportement alimentaire, complexe sur son poids... Hélène est mal à l'aise avec son corps, avec les autres.

### **À LIRE AUSSI****La détresse de ces jeunes qui regrettent d'avoir voulu changer de sexe**

En 4<sup>e</sup>, elle découvre qu'elle est attirée par les filles. *«J'ai fait l'erreur d'en parler à une personne que je pensais bienveillante mais c'est devenu un motif de harcèlement»*, raconte la jeune femme. À 15 ans, la coupe est pleine. Ses parents divorcent et elle découvre avec appréhension un nouveau lycée. Hélène se réfugie dans les réseaux sociaux et rentre en contact avec des communautés trans. *«J'étais très seule. C'est à ce moment que j'ai eu des premières sensations de dysphorie de genre.»* Devant le miroir, elle s'invente un autre reflet. *«Je n'aimais pas mon visage ni mon corps. Je m'imaginai être un homme, avec une mâchoire plus carrée, un début de barbe. Cette image m'apaisait. J'avais l'impression que je serai plus moi-même. Tout est parti de là.»* Changer de corps pour chasser la détresse, pour se rapprocher de ses modèles, fuir cette idée de la femme comme objet de désir: Hélène y croit. *«Certaines théories qui circulaient dans la communauté me semblaient un peu ridicules mais j'avais aussi de l'empathie pour les trans. J'ai été bien accueillie, je me suis sentie intégrée. Je ressentais la même chose qu'eux. Je m'identifiais.»*

Ses parents acceptent de l'appeler par son nouveau prénom mais restent prudents. Pas question de prendre des hormones ou d'entamer une transition médicale avant ses 18 ans. À l'approche de la majorité, Hélène hésite

Alors, malgré ses doutes, l'adolescente se dit qu'elle a *«tous les signes d'un homme né dans le mauvais corps»*. Pronom masculin, nouveau prénom: Hélène se présente désormais comme Léo. *«J'ai pensé que ce serait une vraie libération, plus importante que les inconvénients liés aux traitements médicaux»*, explique-t-elle. Elle se met à porter pantalons de costume et un binder, une brassière qui lui compresse la poitrine. Ses parents acceptent de l'appeler par son nouveau prénom mais restent prudents. Pas question de prendre des hormones ou d'entamer une transition médicale avant ses 18 ans. À l'approche de la majorité, Hélène hésite. *«L'idée que le sexe biologique était juste une construction sociale me dérangeait*, décrit-elle. *J'ai été aidée par un ami qui m'a raconté comment il a pu gérer sa dysphorie sans transitionner. Un jour, j'ai compris que cette idée selon laquelle j'avais besoin de changer mon corps pour être heureuse était un mensonge. Et que j'avais utilisé cette étiquette "trans" pour déguiser toutes les difficultés que j'avais du mal à gérer.»* Doucement, elle a accepté l'idée que son *«problème»* ne venait pas de son corps, mais plutôt *«du regard de la société sur les femmes»*.

### **À LIRE AUSSI****«Amendement sur les élèves transgenres: bienvenue dans l'école de la défiance»**

Sans aller jusqu'à dénoncer un *«lavage de cerveau»*, elle déplore une *«absence de remise en question»* des demandes de transition d'adolescents en souffrance. *«Pour déconstruire le genre, on leur dit qu'ils peuvent changer de sexe: quel mensonge! dénonce-t-elle. Il est temps de s'intéresser un peu plus à la parole des personnes qui ont détransitionné.»*

\* Le prénom a été modifié.