

En Allemagne, le naturisme n'est plus à la mode

Les adeptes de la « culture du corps libre » (Freikörperkultur, FKK) vieillissent et se sentent de plus en plus à l'étroit sur les plages.

CHRISTOPHE BOURDOISEAU
CORRESPONDANT À BERLIN

Les adeptes du « FKK » (Freikörperkultur), la « culture du corps libre », le répètent encore aujourd'hui : se baigner nu, cela rend heureux. « Rien de mieux pour planer », assure Christian Utecht, le président de l'Association des naturistes de Berlin et du Brandebourg, haut lieu de cette vieille tradition allemande qui remonte au début du siècle (voir encadré).

Mais le naturisme perd de son influence depuis dix ans. « Le FKK n'est plus à la mode. Il est arrivé à un tournant historique », constate le sociologue Kurt Starke, considéré comme le « pape de la sexologie » en Allemagne. « Le FKK n'est plus populaire comme cela fut le cas en Allemagne de l'Est, notamment. Avant la fin du régime communiste, 90 % des jeunes avaient fait au moins une expérience de nudisme. Ils ne sont plus que 50 % aujourd'hui », confirme Konrad Weller, sexologue à l'École supérieure de Merseburg en Saxe-Anhalt (ex-RDA).

Même à Munich, un haut lieu du naturisme dans l'ancienne Allemagne de l'Ouest, l'espace de liberté se réduit. Après une polémique sur la tenue de quelques baigneuses sur les bords de l'Isar dans la capitale bavaroise, le conseil municipal a dû prendre une résolution pour autoriser officiellement les femmes à s'exposer les seins nus. Le maillot de bain suffira, ont estimé les élus, pour ne pas « embêter les autres ». Une décision qui aurait fait scandale dans les années 70.

Instrumentalisation du corps

L'idéal de beauté du corps humain, vendu par les publicitaires, est également plus oppressant qu'avant. Le



Une des raisons de la baisse du naturisme est que « nous sommes plus de 90 % à ne pas avoir ce corps qui correspond aux canons de beauté », explique le sexologue Konrad Weller. © REUTERS.

corps est instrumentalisé. « Le problème est que nous sommes plus de 90 % à ne pas avoir ce corps qui correspond aux canons de beauté », explique Konrad Weller. Du coup, les associations de naturistes ont du mal à maintenir leurs effectifs.

« Nous ne comptons plus sur une augmentation significative de nos membres », concède Christian Utecht. « Cela s'explique par le fait que les naturistes n'ont pas besoin nécessairement d'une association pour cette activité mais aussi par l'évolution de notre société », ajoute-t-il.

Les Allemands ne sont pas plus prudes qu'avant. « C'est leur rapport à la nudité qui a changé », estime Konrad Weller. « Par ailleurs, l'environnement des naturistes a changé. Sur les plages de la mer Baltique (ex-RDA), les Allemands de l'Ouest sont arrivés après la réunification pour passer leurs vacances. Ils ont été irrités par les pratiques nudistes de leurs cousins de

l'Est. Il a fallu en tenir compte », explique Konrad Weller. « Dans les dix dernières années, il est devenu plus difficile de se déshabiller sur les plages d'Allemagne », confirme Christian Utecht.

A cause des nouveaux médias

Avec l'apparition des smartphones, l'intimité et la sphère privée est plus exposée.

« Mes amies ne veulent plus se dévêtir en public de peur de se retrouver à leur insu sur les réseaux sociaux. Le naturisme, pratiqué par la génération précédente, a complètement disparu de notre environnement », témoigne Kerstin (*), une Berlinoise de 35 ans qui a grandi en Allemagne de l'Est. « Pour cette raison, même les enfants ne sont plus nus que sur les plages. Les nouveaux médias jouent un rôle très important dans ce nouveau rapport à la nudité », ajoute Konrad Weller.

Enfin, la société allemande est deve-

nue multiculturelle. Les plages non réservées aux nudistes sont fréquentées par des familles issues de l'immigration avec différentes cultures. « Les Italiens, par exemple, n'ont pas le même rapport avec la nudité », constate Christian Utecht. « Avant, on arrivait sur n'importe quelle plage déjà déshabillés sans se soucier de son entourage. Aujourd'hui, nous prenons plus de précautions », reconnaît-il.

Le naturisme est certes démodé. Mais il n'est pas mort pour autant. « Le mouvement est devenu marginal. Mais il ne disparaîtra jamais. Au contraire, il pourrait revenir à la mode. »

« Le FKK est très important pour la prise de conscience de son propre corps », insiste le sexologue Konrad Weller. « C'est la manière de revenir à la réalité dans ce monde virtuel qui nous sclérose dans la perfection. »

(*) Le nom a été changé à la demande de l'interviewée.

Une tradition qui a plus d'un siècle

En 1900, Berlin était considérée comme la grande ville libertine d'Allemagne, haut lieu de toutes les transgressions. Mais au temps de Guillaume II, roi de Prusse et empereur d'Allemagne, il ne serait venu à l'idée de personne de se dévêtir en plein air.

Les pouvoirs publics, soucieux d'ordre et de discipline, ne voulaient en aucun cas d'un assouplissement des règlements vestimentaires. Les dames du monde, qui tenaient à conserver leur pâleur, restaient engoncées dans des vêtements qui ne laissaient entrevoir que leur visage. Si l'air venait à manquer, elles utilisaient leur flacon de sels pour ne pas perdre conscience.

L'ambiance change après la Première Guerre mondiale, lorsque la pâleur n'est plus à la mode et que les adeptes du FKK lancent leur mouvement contre le « pessimisme ambiant ». Après la Seconde Guerre mondiale, l'influence des Allemands de l'Est, qui pratiquaient le plus le FKK, a joué un rôle dans l'évolution des mentalités. La présence de nombreux lacs à Berlin et la proximité des plages de la mer Baltique ont participé à la culture de la nudité à l'Est.

Ch.B.

Une plante médicinale indienne stoppe le diabète

Les chercheurs ont encapsulé le remède ancestral afin qu'il atteigne l'intestin grêle. Chez la souris, la molécule a des propriétés antidiabétiques incontestables.

FRÉDÉRIC SOUMOIS

Des extraits de l'herbe *Withania coagulans*, ou *Paneer dodhi*, sont utilisés dans la médecine indienne traditionnelle. Certains guérisseurs prétendent que *W. coagulans* peut aider à traiter le diabète, mais cette plante au goût amer n'avait jusqu'alors pas fait l'objet d'une étude approfondie de la part des scientifiques. Des chercheurs

ont découvert que des extraits d'herbes conditionnés dans des polymères dérivés de substances naturelles peuvent réduire les taux de glucose sanguin chez les souris diabétiques. Ils rapportent leurs résultats dans la revue de référence *ACS Omega*.

Les médicaments alternatifs sont de plus en plus populaires pour le traitement des maladies chroniques, principalement parce que les gens pensent que les médicaments à base de plantes sont moins toxiques et ont moins d'effets secondaires. Cependant, ce n'est pas toujours le cas et même les thérapies dites « naturelles » doivent être soigneusement testées pour en vérifier l'efficacité, la toxicité liée à la dose et les interactions avec d'autres médicaments. En outre, les scientifiques doivent trouver des moyens de délivrer efficacement les médicaments dans le corps de manière contrôlée. De nombreux extraits

60 %

C'est la réduction du diabète espérée grâce à l'usage de *Withania coagulans* (en sanscrit: *Rishyagandha*), originaire d'Afghanistan, du Pakistan et du sous-continent indien. Les baies contiennent une protéase semblable à la présure pour la coagulation du lait destinée à la production de fromage.

FR.SO

de plantes, tels que *W. coagulans*, sont amers et peu appétissants aux doses nécessaires pour avoir des effets bénéfiques. De plus, lorsqu'ils sont pris par voie orale, les composants médicinaux des extraits de plantes sont souvent détruits par l'environnement naturellement acide de l'estomac. C'est la raison pour laquelle Say Chye Joachim Loo et ses collègues ont voulu trouver un moyen d'encapsuler l'extrait de *W. coagulans* dans un système de distribution à base de composants naturels capables de transporter l'extrait en toute sécurité dans le petit intestin, où la cargaison de composants serait libérée et absorbée.

Une réduction de la glycémie même après la fin du traitement

Dans les baies de *W. coagulans*, l'équipe a extrait des composés de stéroïdes d'origine végétale qui augmentaient la sécrétion d'insuline par les cellules pan-

créatiques de souris présentées dans une boîte de Pétri. Les chercheurs ont encapsulé les stéroïdes dans des nanoparticules de chitosane constituées d'exosquelettes de coquillages et recouverts d'amidon, ce qui a retardé la libération de l'extrait d'herbes dans des conditions acides.

Enfin, les souris diabétiques ayant reçu les nanoparticules pendant cinq jours ont présenté une glycémie inférieure d'environ 40 % par rapport à leur quantité initiale. Étonnamment, même cinq jours après la fin du traitement, les souris ont présenté une réduction de leur glycémie de 60 % par rapport à leur niveau de départ. Cet effet pourrait provenir de la capacité du système d'administration à prolonger la libération d'extraits sur une longue période, ont indiqué les chercheurs. Qui préparent maintenant des essais sur l'être humain.