**Binge Eating**

**Voorwoord van Cindy De Wilde**

“Mannen denken om de zeven seconden aan seks. Ik denk om de zeven seconden aan eten. Ik denk aan de volgende maaltijd terwijl ik nog aan het eten ben. Ik denk aan alles wat ik vandaag niet meer kan eten omdat ik al zes keer gegeten heb. Ik ga niet graag bij vrienden dineren omdat ik dan niet kan kiezen wat en hoeveel ik eet, en ik zie dat als een verloren eetkans.

Mijn leven bestaat uit eten en me tussen de eetmomenten ‘bezig proberen te houden’ tot

ik opnieuw kan eten. Maaltijden zijn de mijlpalen van mijn dagen. Ik vind het verschrikkelijk en besef hoe oppervlakkig dit klinkt, maar tot vandaag heb ik nog niets gevonden dat me evenveel voldoening geeft als een eetbui. Ook al ligt mijn laatste eetbui nu bijna een jaar achter me.

In augustus 2012 besliste ik een gastric bypassoperatie te laten uitvoeren. Tot dat moment had ik eetbuien omdat ik mij goed voelde, omdat ik mij slecht voelde, omdat het avond was, omdat ik tv aan het kijken was, omdat ik droevig was, omdat het een mooie dag was, om de dag te starten of af te sluiten. Eetbuien waren een stukje Cindy. Zeg maar een flink stuk. Want de eetbuien leidden tot een gewicht van 164 kilo. Eetbuien zijn een tijdje mijn bondgenoot geweest, maar op den duur bepaalden ze mijn leven. Ik verliet verjaardagsfeestjes omdat ik dringend moest vreten. Ik reed meer dan 100 kilometer om een paar winterschoenen te vinden die me pasten. Ik kon niet fietsen, durfde niet te zwemmen en zocht geen lief. Ik ging niet graag op reis, want op het vliegtuig moest ik me ongemakkelijk in de stoel wurmen met een speciaal verlengstuk voor de riem. Ik nodigde niet graag mensen uit, want wanneer mijn bezoekers arriveerden, had ik alle taart en koekjes al zelf opgegeten. In de wachtkamer van een psychologe die zich had gespecialiseerd in eetstoornissen, moest ik blijven staan omdat ik niet tussen de stoelleuningen geraakte. Ik besteedde hopen geld aan diëten en opnieuw eten. Ik vond dat een man mij niet graag kon zien. Ik stelde mijn leven uit.”