



Vidensråd for Forebyggelse
Kristianiagade 12
2100 København Ø

vff@dadl.dk
vidensraad.dk

15.05.2024

Ny rapport

Stigmatisering på grund af høj vægt er udbredt og skal forebygges

Personer med høj vægt stigmatiseres og diskrimineres på grund af deres kropsstørrelse. Og det forekommer bredt i mange arenaer af livet, understreger en ny rapport fra Vidensråd for Forebyggelse.

Både børn og voksne med høj vægt bliver i vidt omfang udsat for stigmatisering på grund af deres kropsstørrelse, peger en ny rapport fra Vidensråd for Forebyggelse på.

- Det er i sagens natur vanskeligt at måle sig frem til og sætte tal på, nøjagtig hvor mange der er udsat for stigmatisering og fra hvem. Men forskningslitteraturen slår en tyk streg under, at stigmatisering af personer med høj vægt forekommer og er udbredt, forklarer professor Janne Tolstrup.

Hun er næstforperson i Vidensråd for Forebyggelse og forperson for en bredt sammensat arbejdsgruppe af forskere, der har samlet den eksisterende forskningslitteratur om vægtstigmatisering i rapporten "Vægtstigmatisering - forekomst, betydninger og forebyggelsespotentialer".

Rapporten konkluderer, at personer med høj vægt møder stigmatisering i mange forskellige arenaer gennem livet. Og selv om ikke alle med høj vægt oplever det, og ikke alle oplever det i alle arenaer, så er det bemærkelsesværdigt, hvor udbredt det er:

- Forskningen viser, at selv børn ned til 3-5-års alderen fortrækker den tynde legekammerat frem for den tykke, at skole-elever med høj vægt har øget risiko for mobning og for at føle sig ensomme, har øget fravær og oplever at blive vurderet dårligere fagligt end kammeraterne, og at voksne med høj vægt i højere grad forbigås ved forfremmelser eller ansættelser på arbejdsmarkedet, pointerer Janne Tolstrup og tilføjer:
- Og forskningen peger på, at personer med høj vægt kan opleve, at de i sundhedsvæsenet bliver mødt med upassende kommentarer, at de i medier og på sociale medier bliver mødt med nedværdigende billeder og omtale af høj vægt, og at de - selv internt i familien - bliver stigmatiseret af deres nærmeste.

Sammenhæng med fysiske, psykiske og sociale konsekvenser

Arbejdsgruppen har også set på, hvilken betydning stigmatisering har for det fysiske, psykiske og sociale helbred.

Det kan ganske vist være vanskeligt at dokumentere en kausal sammenhæng, altså bevise, at det er stigmatisering, der fører disse konsekvenser med sig, men der er i hvert fald en tydelig sammenhæng mellem stigmatisering på grund af høj vægt og så nogle af de udfald, man har kigget på, forklarer Janne Tolstrup:



Vidensråd for Forebyggelse
Kristianiagade 12
2100 København Ø

vff@dadl.dk
vidensraad.dk

- Det kan fx være ændret sundhedsadfærd, dårligere præstation i skolen, lav tilknytning til arbejdsmarkedet og lavere løn, hvor man kan se, at der er en øget forekomst hos personer, der samtidig bliver udsat for stigmatisering. Det ses også tydeligt, at personer, der oplever stigmatisering pga vægt oftere har dårlig fysisk og mental sundhed og et mere negativt kropsbillede, ligesom forekomsten af spiseforstyrrelser også er markant højere.
- Og selv om vi ikke nødvendigvis kan dokumentere, at det ensidigt er en konsekvens af stigmatiseringen, men blot at der er en sammenhæng, så siger det jo næsten sig selv, at det har negative følger, hvis man gennem hele livet og i alle arenaer udsættes for stigmatisering eller diskrimination.

For lidt rummelighed over for forskellighed

Stigmatisering findes inden for mange områder. Vi har set det inden for køn, race, seksualitet og religion, men også på sygdomsområdet og på sociale skel, og det kan ikke altid forklares, hvordan stigmatisering opstår.

En del af forklaringen på stigmatisering på grund af høj vægt er sandsynligvis, at der i mange af livets arenaer laves en kobling mellem høj vægt og noget forkert og negativt. Det kan føre til, at der bredt set er meget lidt rummelighed over for personer med større kroppe.

En anden del af forklaringen er sandsynligvis uvidenhed omkring, hvorfor nogle mennesker udvikler høj vægt.

- Helt generelt er der i mange af livets arenaer en forsimplet opfattelse af, hvorfor nogle mennesker har en høj vægt, som forklares med, at de mangler selvkontrol og disciplin og derfor spiser for meget og rører sig for lidt, forklarer Janne Tolstrup.

Dette strider mod den eksisterende evidens for, hvorfor nogle mennesker udvikler overvægt. Men ser man det på dén måde, så kan det lede til en opfattelse af, at det er deres eget ansvar, når nogle mennesker har en høj vægt, ligesom det er deres eget ansvar at tabe sig, og det kan - i kombination med en manglende rummelighed over for personer med høj vægt - danne grobund for stigmatisering og diskrimination.

- For mange vil der dog være tale om ubevidste fordomme og antagelser, og man kan derfor også være ubevidst omkring, at man stigmatiserer eller diskriminerer, tilføjer Janne Tolstrup.

Øget bevidsthed og viden er en del af løsningen

Derfor peger arbejdsgruppen bag den nye rapport på, at en del af løsningen på denne problemstilling er øget bevidsthed om egne fordomme og øget viden hos fagpersoner, der møder personer med høj vægt, men faktisk også hos alle andre. Som en af vejene til at øge rummeligheden.

- Det vil sige såvel ansatte i sundhedsvæsenet, pædagoger, lærere, arbejdsgivere og ansvarlige i kultur- og medieverdenen som familie, forældre og venner til personer med høj vægt, understreger Janne Tolstrup.
- Og det er den opgave, vi i Vidensråd for Forebyggelse og flere af arbejdsgruppemedlemmerne bag denne rapport vil tage hul på i den kommende tid i samarbejde med en vifte af forskellige samarbejdspartnere.

Rapporten kan downloades på Vidensråd for Forebyggelses hjemmeside: www.vidensraad.dk.



Vidensråd for Forebyggelse
Kristianiagade 12
2100 København Ø

vff@dadl.dk
vidensraad.dk

For yderligere oplysninger kontakt:

Janne Tolstrup

Forperson for arbejdsgruppen og næstforperson i Vidensråd for Forebyggelse, professor i epidemiologi på Statens Institut for Folkesundhed

E jest@sdu.dk
M +45 20 76 48 19

Janne Tolstrup kan henvise til de øvrige arbejdsgruppemedlemmer, der hver især har et specialiseret forskningsområde. Arbejdsgruppen består ud over Janne Tolstrup af følgende forskere: Pernille Andreassen, Maja Bramming, Lene Bull Christiansen, Anna Paldam Folker, Sigrid Bjerger Gribsholt, Rasmus Køster-Rasmussen og Lene Meyer.

Susanne Vigsø Grøn Kommunikationsansvarlig, Vidensråd for Forebyggelse

E svg.vff@dadl.dk
M +45 20 47 30 35

Om Vidensråd for Forebyggelse

Vidensråd for Forebyggelse er et uafhængigt råd, bestående af 15 professorer, som samler og formidler den nyeste forskningsviden om forebyggelse af sygdom og fremme af befolkningens sundhed. Rådet er finansieret af bevillinger fra fonde og bidrag fra Lægeforeningen. Derudover finansieres Rådets aktiviteter af løbende projektbevillinger fra diverse andre fonde, myndigheder eller organisationer.

Morning Talk

På onsdag, den 22. Maj vil arbejdsgruppen præsentere rapportens konklusioner ved en kort virtuel Morning Talk, du kan finde link til Morning Talk på www.vidensraad.dk.