

Människosynen i sammanfattningen

- Accepterar normer av ökat kaloriintag inom egna sociala grupper
- Brist på viljestyrka
- Bristande självkontroll
- Inkompetens – kan inte avgöra vad livsmedlen innehåller
- Tidsinkonsistens – tänker inte längre än "idag"
- Inte rationella som beslutsfattare
- Överskattar sin förmåga till självkontroll

värdelös

maktlös

parasit på samhället

inkompetent

får skylla sig själv

Christina Fleetwood, Överviktigas
Riksförbund, ESO 110428

Marginaliseringsprocesser

| Process | Beskrivning |
|-----------------------------|--|
| Identifiering | Identifiering och klassificering av vissa egenskaper hos individen |
| Omdefiniering | Definition av individen på grundval av dessa egenskaper |
| Kollektivisering | Individens egenskaper överförs på hela gruppen |
| Ansvarsöverföring | Individen eller gruppen görs ansvariga för dessa egenskaper och för den sociala situationen de skapar |
| Specialisering | Specialiserade samhällsorgan skapas för att ta hand om den problematik som individen eller gruppen utgör |
| Institutionalisering | Individerna eller grupperna definieras utifrån ovan nämnda processer och får en identitet som uppfattas som legitim |

| INDIVIDUELL MODELL | SOCIAL MODELL |
|---|---|
| <p>Funktionshinder som personlig tragedi</p> <p>Personligt problem</p> <p>Individuell behandling</p> <p>Medicinskt perspektiv</p> <p>Professionell dominans</p> <p>Professionell sakkunskap</p> <p>Normalisering</p> <p>Individuell anpassning</p> <p>Individuell identitet</p> <p>Fördom</p> <p>Vård</p> <p>Kontroll</p> | <p>Funktionshinder som socialt förtryck</p> <p>Socialt problem</p> <p>Social handling</p> <p>Självhjälp</p> <p>Individuellt och kollektivt ansvar</p> <p>Diskriminering</p> <p>Personlig erfarenhet</p> <p>Kollektiv identitet</p> <p>Bekräftelse</p> <p>Rättigheter</p> <p>Valmöjligheter</p> <p>Social förändring</p> |

Maktfråga

**få viss kunskap erkänd som
den rätta**

Review study

Weight Science: Evaluating the Evidence for a Paradigm Shift

Linda Bacon

Lucy Aphramor

Nutritional Journal 2011

Christina Fleetwood, Överviktigas
Riksförbund, ESO 110428

Epidemiological studies show that people who are overweight or moderately obese live at least as long as normal weight people, and often longer....

Comprehensive review
(26 RCT studies,
350 000 subjects)
Found overweight to be
associated with greater
longevity than normal weight.

Similar conclusion:

American “Changing Lives study”
“when socioeconomic and other risk factors are controlled for, obesity is not a significant risk factor of morbidity .. and for those 55+ both overweight and obesity confer a significant decreased risk of mortality”.

Dangers and problems with loosing weight

- Little support that diets lead to lasting weight loss or health benefits.
- Weight cycling is the most common result of engaging in conventional dieting practices and is known to increase morbidity and mortality risk.
- Increase in stigmatization and discrimination against fat individuals. Discrimination based on weight now equals or exceeds that based on race or gender.

Ang. Vårdkostnader

- Tar för givet hälsoproblem hos feta och gör onödiga vårdinsatser
- 31% of the population is mis-identified when BMI is used as proxy for health.
- BMI profiling overlooks 16.3 million "normal weight" individuals who are not healthy and identifies 55.4 million overweight/obese individuals who are not ill as being in need of treatment.

Risk factors

Body image had a much bigger impact on health than body size

Results suggest that the stigma associated with being fat is a major contributor to obesity-associated disease.

Att vara smal ses som ett tecken
på moralisk överlägsenhet och
kontroll. Jakten på den
hälsosamma kroppen har
närmast religiösa förtecken. Det
finns något äckligt i det
okontrollerade, obehärskade och
något avundsvärt i späkandet
och kontrollen.

Christina Fleetwood, Överviktigas
Riksförbund, ESO 110428

Om skam, skuld och förnedring
vore effektiva motivatorer så
skulle det inte finnas några
överviktiga individer.

Compassion-focused
behaviour change theory emerging
from the eating disorders field
suggest that self-acceptance is a
cornerstone of self-care, meaning
that people with strong self-esteem
are more likely to adopt positive
health behaviour.

Begreppet

”Den tickande hälsobomben”

Denna retorik skapar just de problem man säger sig vilja lösa.

Understödjer den bantningsindustri som omsätter enorma belopp och gör inte människor friskare – och inte heller smalare.

Satsa på

Hälsa och livskvalitet

där individen befinner sig här och nu
dvs oberoende av viktnedgång

Stoppa viktökningen

- T.ex. arbeta för att återinföra 24cm tallrikar (tallriksmodellen)
- Påverka restaurangbranschen att självklart erbjuda olika storlekar på portioner

Förändra attityderna i samhället

göra motion tillgänglig
öka respekten för individen
motverka diskriminering

Sluta mobba

individer med överviktsproblem

Christina Fleetwood, Överviktigas
Riksförbund, ESO 110428

Satsa på att förebygga

särskilt fokus på

barn och ungdomar