

Ρατσισμός εις βάρος των παχύσαρκων

2011-06-10 19:50:16

Η λέξη **ρατσισμός**, παραπέμπει τη σκέψη μας σε διακρίσεις που αφορούν στη **φυλή**, το **χρώμα του δέρματος**, τη **γλώσσα**, τη **θρησκεία**. Πέρα όμως απ' όλα αυτά τα προφανή για όλους, υπάρχει μία μορφή ρατσισμού, που τις περισσότερες φορές δε γίνεται αντιληπτή με την πρώτη ματιά: οι διακρίσεις λόγω εμφάνισης.

Αναλογιστείτε, πόσες φορές ακούσατε συγγενείς και φίλους να σας παραθέτουν αρνητικά σχόλια που αφορούσαν την εμφάνισή τους. Σκεφτείτε, πόσο αυτά επηρέασαν τη διάθεσή τους και πόσο ενίσχυσαν την υπάρχουσα ανασφάλειά τους.

Ανάμεσα στους ανθρώπους που υφίστανται αυτή τη μορφή των κοινωνικών διακρίσεων ανήκουν, και όσοι αντιμετωπίζουν προβλήματα σωματικού βάρους. Στην καθημερινότητά μας, όλοι έχουμε νιώσει αμήχανα κάποιες στιγμές, όταν προσβλητικά σχόλια, εκφράσεις ή γκριμάτσες, τοποθετούσαν ανθρώπους με επιπλέον βάρος στο περιθώριο. Πληθώρα ερευνών και μελετών φανερώνουν την αλήθεια αυτών των μικρών, καθημερινών παρατηρήσεων.

Όπως φαίνεται από τα επιστημονικά δεδομένα, οι εργασιακές αμοιβές των παχύσαρκων είναι χαμηλές και άνισες, αφού σε θέσεις υψηλά αμειβόμενες προωθούνται άτομα φυσιολογικού βάρους. Επιπλέον, οι σύμβουλοι καριέρας προτείνουν ανθρώπους με περιττά κιλά σε θέσεις, που δε χρειάζονται διαπροσωπική επαφή με τους πελάτες.

Οι γυναίκες μάλιστα, σύμφωνα με έρευνα που πραγματοποιήθηκε στο **Πανεπιστήμιο Yale**, έχουν διπλάσια πιθανότητα να υποστούν διακρίσεις με κριτήριο το βάρος τους στο εργασιακό τους περιβάλλον, σε σύγκριση με άντρες ίδιου ΔΣΜ (Δείκτης Σωματικής Μάζας = Βάρος/Υψος²). Στους άντρες, τέτοιου είδους διακρίσεις δε γίνονται φανερές, όταν ο ΔΣΜ βρίσκεται σε τιμές μέχρι και της τάξης του 35kg/m².

Στην **παιδική ηλικία**, φαινόμενα **ρατσιστικής αντιμετώπισης** από τους συνομηλικούς τους, είναι ιδιαίτερα έντονα σε παιδιά με παραπάνω κιλά. Έρευνα που εκπονήθηκε από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας σε 1861 παιδιά ηλικίας 10-11 ετών απέδειξε την έντονη προκατάληψη που υφίστανται τα παχύσαρκα ελληνόπουλα.

Τα παιδιά κλήθηκαν να επιλέξουν το πιο δημοφιλές παιδί ανάμεσα σε έξι κατηγορίες: σε ένα αδύνατο παιδί, ένα παχύσαρκο, ένα παιδί με πατερίτσες, ένα σε αναπηρικό αμαξίδιο, ένα χωρίς το αριστερό του χέρι και ένα με μία ουλή στο πρόσωπο. Στη συνέχεια, κατέταξαν τις προτιμήσεις τους. Τα αποτελέσματα ήταν συγκλονιστικά.

Ποσοστό **56,4%** των παιδιών, κατέταξε το παχύσαρκο παιδί στην τελευταία ή στην προτελευταία θέση. Ιδιαίτερα αυστηροί εμφανίστηκαν οι παχύσαρκοι μαθητές, ενώ το **81,4%** των παιδιών κατέταξε το αδύνατο παιδί στη θέση του πιο δημοφιλούς παιδιού.

Μία άλλη μελέτη που πραγματοποιήθηκε στο **Πανεπιστήμιο της Μινεσότα**, αποκάλυψε πως οι έφηβοι που αντιμετώπιζαν αρνητικά σχόλια για το βάρος τους, ήταν περισσότερο απογοητευμένοι από το σώμα τους και σκέφτονταν, ή ακόμη και οδηγούνταν συχνότερα σε απόπειρα αυτοκτονίας. Οι παχύσαρκοι έφηβοι είχαν λιγότερους φίλους και ήταν κοινωνικά απομονωμένοι.

Ακόμα και επιστήμονες υγείας φαίνεται ότι αντιμετωπίζουν με λιγότερο σεβασμό τους παχύσαρκους

ασθενείς τους. Ερευνητές του **Πανεπιστημίου Τζον Χόπκινς** διαπίστωσαν, ότι όσο αυξανόταν ο ΔΣΜ του ασθενούς, τόσο μειωνόταν ο σεβασμός του γιατρού στο πρόσωπό του. Επιπλέον, οι παχύσαρκοι ασθενείς παραπονιούνταν ότι δεν είχαν την απαιτούμενη προσοχή από τους θεράποντες ιατρούς τους και ότι αντιμετωπίζονταν ως υποδεέστεροι, σε σύγκριση με άτομα φυσιολογικού βάρους.

Αυτό που ουσιαστικά διαφοροποιεί τα άτομα με παραπανίσια κιλά, είναι η απόκλιση που έχει, η δική τους σωματική εικόνα, από την προβαλλόμενη εικόνα σώματος της σύγχρονης κοινωνίας. Παντού, κυριαρχεί η εικόνα του αδύνατου, καλλίγραμμου σώματος που άλλωστε, θεωρείται «κλειδί» για την επίτευξη της ευτυχίας.

Για να είναι κάποιος επιτυχημένος και αρεστός από τον κοινωνικό του περίγυρο οφείλει να διατηρεί μία αδύνατη σιλουέτα. Μια σιλουέτα που όμως, είναι ανέφικτη από το 99% του γυναικείου πληθυσμού (Το Έθνος της Κυριακής, Περιοδικό Εικόνες, 17 Απριλίου 2005, σελ. 72-75)

Ραδιόφωνο, τηλεόραση, περιοδικά και εφημερίδες προβάλλουν διαρκώς εικόνες με αδύνατους, γυμνασμένους, επιτυχημένους άντρες και γυναίκες, που αναπόφευκτα είναι και ευτυχισμένοι. Γιατί όμως ένα καλλίγραμμο σώμα οδηγεί πάντα στην επίτευξη της ευτυχίας; Τι είναι αυτό που αποκλείει την πιθανότητα να ευτυχίσουν άνθρωποι με παραπανίσια κιλά; Η απάντηση είναι προφανής: τίποτα. Τίποτα δε συνδέει απαραίτητα την ευτυχία με την απουσία ή όχι παραπανίσιων κιλών.

Ευτυχώς για όλους μας, η ευτυχία είναι προσωπική και ανεξάρτητη από το σωματικό μας βάρος. Το γεγονός ότι ένας άνθρωπος έχει ένα εξαιρετικά καλλίγραμμο σώμα, μία εντυπωσιακή εμφάνιση και μια επιτυχημένη θέση εργασίας δεν εξασφαλίζει την ευτυχία του. Η πιθανότητα να έχει όλα τα προηγούμενα, αλλά ταυτόχρονα να είναι βυθισμένος στη δυστυχία είναι εξαιρετικά μεγάλη.

Σκεφτείτε ανθρώπους, γνωστούς, διάσημους ή απλά φίλους σας που στο κυνήγι της δύναμης και της εξουσίας, έχασαν την ψυχική τους ομορφιά. Ανθρώπους, που θυσιάσαν στο βωμό της καταναλωτικής κοινωνίας τις αξίες, τις αρχές και τα ιδανικά τους. Θα διαπιστώσετε ότι πολλοί από αυτούς είναι αδύνατοι.

Κλείνοντας, θα παραθέσω λίγες γραμμές από το βιβλίου του Ευστράτιου Παπάνη «Η αυτοεκτίμηση και η μέτρησή της», που με εντυπωσίασαν. «Η αξία του ατόμου είναι αδιαπραγμάτευτη, δεδομένη και ανεξάρτητη από ικανότητες, γιατί δεν είναι η κοινωνία που την καθορίζει, αλλά μόνο το γεγονός ότι κάποιος γεννιέται άνθρωπος».

Γράφει η: **Παρασκευή Κουστουράκη**, Κλινική Διαιτολόγος – Διατροφολόγος, M.Sc.

Πηγή: www.mednutrition.gr