

Gesellschaftlicher Druck führt zu vermehrtem Essen

Datum: 04.10.2018

Original Titel:

Weight Perception, Weight Stigma Concerns, and Overeating

MedWiss - Diese Studie aus Großbritannien zeigte, dass die Sorge über die Stigmatisierung aufgrund eines zu hohen Körpergewichts mit der Tendenz, sich zu überessen, zusammenhängen könnte. Personen, die sich als zu dick empfanden, erlebten mehr Sorge wegen Stigmatisierung und dies wirkte sich wiederum auf die Tendenz, sich zu überessen, aus.

Was für Auswirkungen hat es, wenn sich eine Person zu dick empfindet? Wird sie dadurch zur Diät angeregt? Oder führt der Frust darüber eher zu vermehrtem Essen? Viele Menschen mit Übergewicht empfinden Frust über ihr Gewicht, weil Übergewicht von der Gesellschaft negativ bewertet wird. Übergewicht und Adipositas sind von einem gesellschaftlichen Stigma (Stigmatisierung beinhaltet Stereotypen, Vorurteile und Diskriminierung) belegt, was zur Folge hat, dass den betroffenen Personen aufgrund ihres Aussehens oftmals abwertende Eigenschaften zugeschrieben werden. Adipöse Personen werden z. B. schnell als faul oder ohne Willenskraft dargestellt oder ihnen wird unterstellt, ungesund oder zu viel zu essen. Dies kann eine enorme Belastung darstellen.

Wie wirkt sich Stigmatisierung auf das Ernährungsverhalten aus?

Forscher aus Großbritannien wollten nun mit ihrer Studie herausfinden, ob das Gefühl, stigmatisiert zu werden, bei Personen, die sich als übergewichtig empfinden, mit der Tendenz für übermäßiges Essen zusammenhängt. Für ihre Untersuchung konnten die Forscher auf 2 Umfragen zurückgreifen, bei der insgesamt 1236 Personen befragt wurden.

Angst vor Stigmatisierung mitverantwortlich für vermehrtes Essen

Die Auswertung der Ergebnisse zeigte, dass die Sorge vor der Stigmatisierung ein Grund für vermehrtes Essen bei Personen, die sich als zu dick empfinden, sein könnte. Denn: Personen, die sich als übergewichtig empfanden, machten sich größere Sorgen aufgrund der Stigmatisierung im Gegensatz zu Personen, die ihr Gewicht als angenehm und gut einschätzten. Die Ergebnisse belegten, dass diese vermehrte Sorge mitverantwortlich für den Zusammenhang zwischen dem empfundenen Übergewicht und der Tendenz zum Überessen war.

Die Forscher schlussfolgerten daher, dass die Sorge wegen der Stigmatisierung erklären könnte, warum Personen, die sich als zu dick empfinden, ein höheres Risiko aufweisen, sich zu überessen.

Referenzen:

Romano E, Haynes A, Robinson E. Weight Perception, Weight Stigma Concerns, and Overeating. Obesity (Silver Spring). 2018 Aug;26(8):1365-1371. doi: 10.1002/oby.22224. Epub 2018 Jun 28.