

Schlechte Figur: auch Männer leiden

Datum: 06.12.2022

Original Titel:

Overlooked and Understudied: Health Consequences of Weight Stigma in Men

MedWiss - Männer, die sich aufgrund ihres Gewichts stigmatisiert fühlen, sind mitunter von einer schlechteren Gesundheit betroffen, die sich u. a. in Form von vermehrten depressiven Symptomen, mehr Diätversuchen und Binge Eating äußert, wie die vorliegenden Studienergebnisse aus den USA zeigen.

Unter Stigmatisierung versteht man, wenn Personen z. B. aufgrund ihres Aussehens oder aufgrund von Krankheiten, an denen sie leiden, bestimmte negative Eigenschaften zugeschrieben werden und diese verallgemeinernd auf den ganzen Charakter bezogen werden. Stigmatisiert zu werden, ist für die Betroffenen eine schwere Last und kann bis hin zur sozialen Isolation führen.

Wissenschaftler aus den USA untersuchten nun, inwiefern Männer durch Stigmatisierung, die auf ihr Gewicht bezogen ist, belastet sind. Die Wissenschaftler konnten 1753 Männer für ihre Studie gewinnen. Die Männer gaben in Befragungen Auskunft über Gewicht und Größe, darüber, inwiefern sie aufgrund ihres Gewichts stigmatisiert werden, wie es um ihre psychische Gesundheit bestellt ist und wie gesund sie sich im Alltag verhalten (Schlafverhalten, Alkoholkonsum, Rauchverhalten, Binge Eating (= Essstörung mit Heißhungerattacken), Diätversuche, körperliche Aktivität). Außerdem bewerteten die Männer ihre allgemeine Gesundheit. Bei der Stigmatisierung aufgrund des Gewichts unterschieden die Wissenschaftler, ob die Männer die Stigmatisierung von anderen erfuhren oder ob sie die Stigmatisierung verinnerlicht hatten.

Stigmatisierung begünstigte, dass die Männer an depressiven Symptomen und unter Binge Eating litten

Die Ergebnisse zeigten Folgendes: Unabhängig von Rasse, sozioökonomischen Status und Gewicht (gemessen in Form des *Body Mass Index*, kurz BMI) zeigte sich, dass die Männer, die Stigmatisierung von außen erfuhren und die sich selbst aufgrund ihres Gewichtes negativ bewerteten, eine schlechtere Gesundheit aufwiesen. Dies äußerte sich durch vermehrte depressive Symptome, mehr Diätversuche, eine schlechtere selbstbewertete Gesundheit und eine höhere Wahrscheinlichkeit dafür, an Binge Eating zu leiden.

Diese Ergebnisse verdeutlichen, dass Stigmatisierung aufgrund des Gewichtes einen negativen Einfluss auf die Gesundheit von Männern haben kann. Dieser Thematik ist bislang zu wenig Aufmerksamkeit geschenkt worden. Zukünftige Studien sollten erfassen, wie die Stigmatisierung vermindert werden kann und wie sich Männer verhalten, um mit der Stigmatisierung umgehen und ob sich dieses Verhalten möglicherweise ungünstig auf die Gesundheit der Männer auswirkt.

Referenzen:

Himmelstein MS, Puhl RM, Quinn DM. Overlooked and Understudied: Health Consequences of Weight Stigma in Men. *Obesity* (Silver Spring). 2019 Jul 31. doi: 10.1002/oby.22599. [Epub ahead of print]