



Fordómar á grundvelli holdafars í íslensku samfélagi



**Embætti
landlæknis**
Directorate of Health

Desember 2015



**Embætti
landlæknis**
Directorate of Health

*Fordómar á grundvelli holdafars
í íslensku samfélagi*

Höfundar:

Sigrún Danielsdóttir, Embætti landlæknis
Stefán Hrafn Jónsson, Embætti landlæknis, Háskóla Íslands

Útgefandi:

Embætti landlæknis
Barónsstíg 47
101 Reykjavík
www.landlaeknir.is

Reykjavík 2015

© 2015 Embætti landlæknis
Leyfilegt er að afrita og nota efni þessa rits,
sé heimildar getið.

ISBN 978-9935-9282-3-8

Tillaga að tilvitnun:

Sigrún Danielsdóttir og Stefán Hrafn Jónsson (2015). *Fordómar á grundvelli holdafars í íslensku samfélagi*. Reykjavík: Embætti landlæknis. Sótt [dags.] af http://www.landlaeknir.is/servlet/file/store93/item28261/Holdafarsfordomar_skyrsla_des.2015.pdf

Fordómar á grundvelli holdafars í íslensku samfélagi

Samantekt

Rannsóknir sýna að fordómar og mismunun á grundvelli holdafars koma víða fram í vestrænum samfélögum (Brownell, Puhl, Schwartz og Rudd, 2005) og virðast hafa aukist á undanföllum áratugum (Andreyeva, Puhl og Brownell, 2008; Latner og Stunkard, 2003). Slíkir fordómar hafa neikvæð áhrif á líðan og félagslega stöðu, vinna gegn heilbrigðum lífnaðarháttum og auka líkur á margvíslegum heilsufarsvanda (Hatzenbuehler, Keyes og Hasin, 2009; Puhl og Heuer, 2010). Mikilvægt er að stjórnvöld og heilbrigðisstarfsfólk geri sér grein fyrir þeim viðhorfum sem ríkja til holdafars í samfélaginu, vinni að því að draga úr fitufordómum og misrétti og gæti þess að aðgerðir til að efla heilsu ýti ekki undir neikvæð viðhorf í garð tiltekinna hópa. Í þessari skýrslu er greint frá íslenskum niðurstöðum fjölþjóðlegrar könnunar á fordómum og félagslegu óréttlæti í tengslum við holdafar. Niðurstöður benda til þess að neikvæð viðhorf ríki hér á landi gagnvart feitu fólki. Þrjú af hverjum fjórum svarendum sögðust eiga vini og 42% fjölskyldumeðlimi sem hefðu orðið fyrir stríðni eða óréttlæti vegna þyngdar sinnar. Þá greindi helmingur svarenda með líkamsþyngdarstuðul (LPS) í offituflokki (LPS \geq 30) frá því að hafa orðið fyrir stríðni, einn af hverjum þremur sagðist hafa orðið fyrir óréttlátri framkomu og fjórðungur fyrir mismunun á grundvelli þyngdar sinnar. Konur voru helmingi líklegri en karlar til að greina frá því að hafa orðið fyrir mismunun á grundvelli holdafars. Þrjú af hverjum fjórum svarendum töldu stríðni eða einelti í tengslum við holdafar vera algengt og alvarlegt vandamál meðal barna. Þessar niðurstöður undirstrika mikilvægi þess að vinna gegn fordómum og mismunun á grundvelli holdafars og velja ábyrgar leiðir til heilsueflingar sem stuðla jafnhliða að heilbrigðum lífnaðarháttum og virðingu fyrir fjölbreyttum líkamsvexti.

Inngangur

Fordómar hafa verið skilgreindir sem neikvæð viðhorf í garð meðlima tiltekinna hópa sem byggð eru á staðalmyndum um hópinn (Brownell, 2005). Rannsóknir sýna að fordómar og mismunun á grundvelli holdafars koma fyrir víða í vestrænum samfélögum, þar á meðal hér á landi (Asgeirsdóttir, 2011; Puhl og Heuer, 2009). Samkvæmt erlendum rannsóknum hafa slíkir fordómar aukist á undanföllum áratugum og eru nú sambærilegir við fordóma á grundvelli aldurs og kynþáttar, einkum meðal kvenna (Latner og Stunkard, 2003; Puhl, Andreyeva og Brownell, 2008). Vaxandi fjöldi rannsókna sýnir enn fremur að þessir fordómar koma fram á flestum sviðum samfélagsins, svo sem í skólum, heilbrigðisþjónustu, atvinnulífi, fjölmiðlum og einkalífi (Puhl og Brownell, 2001; Puhl og Heuer, 2009). Þá er áhyggjuefni að fordómar í garð feitra barna virðast einnig hafa aukist á undanföllum áratugum og benda rannsóknir til þess að stríðni og aðkast í tengslum við holdafar sé meðal algengustu birtingarmynda eineltis sem börn og unglingar verða fyrir (Bradshaw, Waasdorff,

O'Brennan og Gulemetova, 2013; Bucchianeri, Eisenberg og Neumark-Sztainer, 2013; Latner og Stunkard, 2003; Lumeng o.fl., 2010; Puhl, Luedicke og Heuer, 2011).

Sökum þess hve fordómar á grundvelli holdafars koma fram víða má færa rök fyrir því að feitt fólk búi við kerfislægt misrétti sem eigi sér rætur í almennum viðhorfum og gildismati samfélagsins. Ríkjandi staðalmyndir um feitt fólk eru að það sé latt, gráðugt, veiklundað og skorti sjálfsaga (Crandall, 1994; Puhl og Brownell, 2001; Roehling, Roehling og Odland, 2008). Í því samhengi hefur verið bent á að opinber umræða um offitu þar sem megináhersla er lögð á lífsvenjur og ábyrgð einstaklinga á holdafari sínu án tillits til erfðafræðilegra eða umhverfistengdra áhrifaþátta sé líkleg til að festa slíkar staðalmyndir og fordóma í sessi (Ata og Thompson, 2010; Boero, 2007; Teachman, Gapinski, Brownell, Rawlins og Jeyaram, 2003). Margar rannsóknir hafa sýnt að sú skoðun að fólk beri persónulega ábyrgð á holdafari sínu spáir fyrir um fitufordóma (Puhl og Heuer, 2010) og rannsóknir með tilraunasniði hafa sýnt að meiri fordómar koma fram þegar offita er skýrð með atferlislegum þáttum, t.d. ofáti og hreyfingarleysi, en líffræðilegum eða umhverfislegum þáttum (Puhl og Heuer, 2009).

Fordómar og mismunun hafa margvísleg neikvæð áhrif á heilsu og líðan fólks (Hatzenbuehler o.fl., 2009; Puhl og Heuer, 2010). Rannsóknir meðal samfélagshópa sem hafa orðið fyrir mismunun sýna auknar líkur á ýmsum heilsufarskvillum, svo sem háþrýstingi, langvinnum verkjum, kviðfitu, efnaskiptavillu, æðakölkun og brjóstakrabbameini, jafnvel þegar tekið hefur verið tillit til annarra áhrifaþátta (Puhl og Heuer, 2010). Rannsóknir sýna enn fremur að reynsla af fitufordómum eykur líkur á þunglyndi, neikvæðu sjálfsmati, slæmri líkamsmýnd, ofátsvanda og minni þátttöku í hreyfingu. Þessar niðurstöður haldast þrátt fyrir að tekið sé fyrir áhrif þátta á borð við kyn, aldur og líkamspýngdarstuðul (Puhl og Heuer, 2010).

Árin 2011–2013 tók Embætti landlæknis þátt í starfi vinnuhóps á vegum velferðarráðuneytisins sem hafði það viðfangsefni að setja fram tillögur að aðgerðum til að draga úr tíðni offitu. Meðal aðgerða sem nefndar voru var að fela Embætti landlæknis að kortleggja fitufordóma meðal Íslendinga og vinna gegn þeim. Í þessari skýrslu er greint frá niðurstöðum könnunar sem framkvæmd var í þeim tilgangi að kanna viðhorf til holdafars og aðgerða til að draga úr holdafarsmisrétti meðal íslensku þjóðarinnar. Könnunin var framkvæmd í samvinnu við Rudd stofnunina við Yale háskóla sem hefur verið leiðandi í rannsóknum á fitufordómum um árabil. Félagsvísindastofnun annaðist gagnaöflun fyrir rannsóknina hér á landi.

Aðferð

Þátttakendur: Úrtak könnunarinnar samanstóð af 1506 einstaklingum sem fengnir voru í gegnum nethóp á vegum Félagsvísindastofnunar Háskóla Íslands. Nethópurinn samanstendur af úrtaki úr þjóðskrá sem endurspeglar fullorðna Íslendinga (18 til 81 árs) m.t.t. aldurs, kyns, búsetu og menntunar. Þrjátíu netföng reyndust óvirk þannig að endanlegt úrtak samanstóð af 1476 manns. Alls hófu 979 einstaklingar svörun (svarhlutfall 66,3%) en þar af svöruðu 52 einstaklingar færri en 7 af fyrstu 24 spurningum könnunarinnar. Þessir einstaklingar voru fjarlægðir úr tölfræðilegri úrvinnslu þannig að frekari lýsing á úrtaki miðast við þá 929 sem eftir voru. Af þeim voru 506 konur (54,5%) og 422 karlar (45,4%) auk þess sem einn þátttakandi svaraði ekki spurningu um kyn (0,1%).

Aldur er miðaður við 31. desember 2012 þótt könnunin hafi farið fram í apríl 2013 þar sem fæðingarmánuður þátttakenda er ekki gefinn upp heldur aðeins fæðingarár. Yngsti þátttakandinn var 18 ára og sá elsti 81 árs. Alls gáfu 41 ekki upp fæðingarár og því er aldur þeirra ekki ljós. Samkvæmt þessu var meðalaldur þátttakanda 44,9 ár (staðalfrávik 15,2), meðalaldur karla var 45,9 ár (staðalfrávik 15,3) og kvenna 44,0 ár (staðalfrávik 15,1). Dreifing líkamsþyngdarstuðuls var á bilinu 16,6 til 68,6.

Mælingar: Spurt var um kyn, aldur, uppruna, menntun, stjórnmálaskoðanir, hæð og þyngd þátttakenda. Lagðir voru fyrir kvarðar um viðhorf til feitra, orsakir offitu og einstakar spurningar voru samdar sérstaklega fyrir þessa könnun um atriði sem snúa að persónulegri reynslu af fordómum og mismunun, einelti, stefnumótun, löggjöf og aðgerðum til að sporna við mismunun á grundvelli holdafars. Eftirtaldir kvarðar voru notaðir í rannsókninni:

- *Fat phobia Scale* (Bacon, Scheltema og Robinson, 2001) inniheldur 14 orðapör sem tengjast staðalmyndum um holdafar (dæmi: Latur/duglegur, aðlaðandi/óaðlaðandi). Þátttakendur merkja við þann stað á 5 punkta Likert kvarða sem þeim finnst lýsa best skoðunum sínum um feitt fólk. Hærra skor vísar til neikvæðari staðalmynda. Chronbach's alpha í þessari rannsókn var 0,90.
- *Universal Measure of Bias, Fat Scale* (UMB-Fat) (Latner, O'Brien, Durso, Brinkman og MacDonald, 2008) inniheldur 20 spurningar um viðhorf í garð feitra, s.s. „feitt fólk er fráhrindandi“ og „mér líkar vel við feitt fólk“. Þátttakendur greina frá því hversu sammála eða ósammála þeir eru þessum staðhæfingum á 7 punkta Likert kvarða frá „mjög ósammála“ til „mjög sammála“. Hærra skor vísar til meiri fordóma. Chronbach's alpha var 0,875.
- Skoðanir um orsakir offitu voru metnar með safni spurninga frá Foster og félögum (2003) sem inniheldur 11 atriði um mögulegar líffræðilegar, atferlislegar, sálrænar og umhverfistengdar orsakir. Þremur atriðum var bætt við listann í þessari rannsókn í ljósi

umræðu á undanförunum árum um fleiri orsakabætti, s.s. verðlagningu matvæla, markaðssetningu á óhollustu og matarfékn.

- Ásökun (*blame*) í garð feitra var metin með samsettum kvarða þriggja spurninga um persónulega ábyrgð fólks á holdafari sínu, t.d. „Að hve miklu leyti telur þú að hægt sé að kenna dæmigerðri feitri manneskju um holdafar sitt?“. Innri áreiðanleiki var $\alpha = 0,82$.

Framkvæmd: Könnunin var lögð fyrir í apríl 2013. Boð um þátttöku var sent í gegnum tölvupóst til einstaklinga sem skráðir voru í nethóp Félagsvísindastofnunar Háskóla Íslands og höfðu samþykkt þátttöku í könnunum af þessu tagi. Allar upplýsingar voru ópersónugreinanlegar og ekki hægt að rekja svör einstakra þátttakenda til þeirra.

Tölfræðileg úrvinnsla:

Tölfræðileg úrvinnsla fór fram með SPSS tölfræðiforritinu, útgáfu 20. Notuð var lýsandi tölfræði og ýmist kí-kvaðrat próf (hlutföll) eða t-próf til að meta hvort marktækur munur væri á milli hópá. Einhliða dreifigreining var notuð til að skoða tengsl milli fordóma og afstöðu til lagasetningar.

Niðurstöður

Viðhorf og skoðanir í tengslum við holdafar

Skoðanir þátttakenda hölluðust almennt í átt að neikvæðum staðalmyndum um feitt fólk sem sjá má á því að meðaltal á kvarða sem mælir staðalmyndir voru yfir miðjugildi (3) hjá öllum hópum (sjá töflu 1). Enginn munur var á því hversu mikið þátttakendur samþykktu staðalmyndir um holdafar eftir hópum að undanskildu því að minni staðalmyndir komu fram meðal þátttakenda með líkamsþyngdarstuðul 30 eða hærri. Á spurningalista sem metur fitufordóma, þ.e. hugmyndir um feitt fólk og viðhorf til félagslegrar stöðu þeirra og réttinda, komu fram meiri fordómar meðal karla en kvenna. Minni fordómar komu fram meðal þátttakenda með líkamsþyngdarstuðul 30 eða hærri sem og þeirra sem sjálfir höfðu orðið fyrir mismunun vegna þyngdar sinnar.

Tafla 1: Staðalmyndir og fitufordómar eftir hópum

	Staðalmyndir um holdafar (Fat Phobia Scale)		Fitufordómar (Universal Measure of Bias – Fat)	
	Meðaltal	Staðalfrávik	Meðaltal	Staðalfrávik
Allir	3,36	0,58	2,82	0,85
Konur	3,35	0,58	2,62*	0,80
Karlar	3,38	0,57	3,07	0,84
LBS < 30	3,43*	0,57	2,95*	0,83
LBS ≥ 30	3,20	0,55	2,49	0,82
Mismunun	3,40	0,64	2,61*	0,93
Ekki mismunun	3,36	0,57	2,84	0,84

* Marktækur á meðaltölum $p < 0,05$

Þegar spurt var um orsakabætti offitu kom í ljós að þær orsakir sem þátttakendur töldu mikilvægastar snéru að lífsstílstengdum þáttum (tafla 2). Tæp 90% töldu hreyfingarleysi, skyndibitafæði og ofát vera mjög eða gríðarlega mikilvæga orsakabætti offitu en einungis tæpur helmingur svarenda taldi erfðafræðilega þætti mikilvæga.

Tafla 2: Þættir sem taldir eru mikilvægustu orsakir offitu

Orsakabáttur	Hlutfall svarenda sem telur þáttinn mjög eða gríðarlega mikilvægan
Hreyfingaleysi	85,9 %
Skyndibitafæði	84,7 %
Ofát	83,7 %
Matarfíkn	73,2 %
Skortur á næringarfræðilegri þekkingu	69,8 %
Verð á matvöru (t.d. ódýr, óhollur matur)	67,6 %
Sálræn vandamál	67,6 %
Fituríkt fæði	63,7 %
Markaðssetning / auglýsingar á óhollum mat	61,9 %
Skortur á viljastyrk	57,0 %
Endurtekin megrun / þyngdarsveiflur	50,9 %
Erfðafræðilegir þættir	48,5 %
Efnaskiptavandamál	42,1 %
Innkirtlavandamál	30,6 %

Viðhorf til holdafarsmisréttis og aðgerða gegn því

Þátttakendur voru spurðir um viðhorf sín til holdafarsmisréttis og aðgerða sem stjórnvöld gætu innleitt til að draga úr félagslegu óréttlæti í tengslum við holdafar. Eins og sjá má á töflu 3 töldu flestir að það ætti að vera ólöglegt að segja hæfum starfsmanni upp eða neita honum um ráðningu, stöðuhækkun eða viðeigandi umbun vegna holdafars hans. Konur voru frekar á þeirri skoðun en karlar. Aftur á móti var minna en helmingur þátttakenda fylgjandi því að sett yrðu sérstök lög til að framfylgja þessu (sjá töflu 4). Þátttakendur sem sjálfir höfðu líkamsþyngdarstuðul í offituflokki (LPS \geq 30) voru frekar fylgjandi slíkri löggjöf og þeir sem höfðu persónulega reynslu af mismunun á grundvelli holdafars.

Tafla 3: Viðhorf til mismununar á grundvelli holdafars á vinnustað (% sammála fullyrðingu)

	Það ætti að vera ólöglegt að neita að ráða hæfan starfsmann vegna holdafars hans	Það ætti að vera ólöglegt að greiða hæfum starfsmanni lægri laun vegna holdafars hans	Það ætti að vera ólöglegt að segja hæfum starfsmanni upp vegna holdafars hans	Það ætti að vera ólöglegt að neita hæfum starfsmanni um stöðuhækkun eða viðeigandi umbun vegna holdafars hans
Konur	78,6%**	87,2%**	82,3%**	83,4%**
Karlar	63,2%	73,3%	68,1%	69,9%
LPS < 30	70,0%	80,5%	74,9%	76,4%
LPS \geq 30	75,0%	81,0%	79,5%	80,4%
Mismunun	77,8%	85,6%	76,7%	78,9%
Ekki mismunun	70,4%	80,6%	75,4%	76,6%
Allir	71,5%	80,8%	75,8%	77,2%

* Marktækur á meðaltölum $p < 0,05$

** Marktækur á meðaltölum $p < 0,01$

Í töflu 4 má sjá viðhorf til stjórnvaldsaðgerða til að vinna gegn mismunun á grundvelli holdafars. Rúmlega þriðjungur svarenda var sammála því að stjórnvöld ættu að setja sérstök lög til að vernda fólk gegn mismunun vegna þyngdar. Konur voru frekar á þeirri skoðun en karlar og sömuleiðis þeir sem höfðu líkamsþyngdarstuðul í offituflokki eða höfðu sjálfir orðið fyrir mismunun. Aðeins var þó tæplega helmingur svarenda með líkamsþyngdarstuðul í offituflokki sammála því að setja ætti slík lög og rétt rúmlega helmingur þeirra sem höfðu upplifað mismunun. Athygli vekur að yfirleitt voru fleiri svarendur sammála því að sekta eða refsastætti þeim sem mismuna öðrum á grundvelli holdafars en að lög væru sett um það.

Tafla 4: Viðhorf til stjórnvaldsaðgerða gegn mismunun á grundvelli holdafars (% sammála)

	Stjórnvöld ættu að setja sérstök lög sem vernda fólk gegn mismunun vegna holdafars	Stjórnvöld ættu að sekta eða refska þeim sem mismuna fólk vegna holdafars
Konur	40,9%*	45,4%
Karlar	33,3%	43,9%
LPS < 30	33,7%**	42,1%*
LPS ≥ 30	47,2%	51,9%
Mismunun	55,6%**	51,9%*
Ekki mismunun	35,2%	54,4%
Allir	37,4%	44,7%

* Marktækur á meðaltölum $p < 0,05$ ** Marktækur á meðaltölum $p < 0,01$

Þegar spurt var um fylgni við lagasetningu um mismunun vegna holdafars á vinnustöðum sérstaklega reyndist svipaður fjöldi fylgjandi og andvígur (sjá töflu 5). Um fimmtungur tók ekki afstöðu. Þegar spurt var um afstöðu til þess að tilgreina holdafar meðal þeirra atriða sem talin eru upp í tengslum við ólögmæta mismunun í stjórnarskrá Íslendinga voru 60% því andvíg, fimmtungur tók ekki afstöðu og fimmtungur var fylgjandi.

Tafla 5: Stuðningur við lagasetningu (% sammála fullyrðingu)

	Stjórnvöld ættu að setja lög sem vernda feitt fólk gegn mismunun á vinnustað	Holdafar ætti að vera tilgreint í stjórnarskrá á meðal þeirra atriða sem nú eru talin upp í tengslum við ólögmæta mismunun.
Fylgjandi	38%	20%
Hlutlaus	22%	20%
Andvíg	40%	60%

Þegar skoðaður var nánar stuðningur við lagasetningu um mismunun á grundvelli holdafars á vinnustöðum annars vegar og þess að tilgreina holdafar í stjórnarskrá hins vegar mátti sjá að konur voru frekar fylgjandi slíkum aðgerðum en karlar. Þeir sem höfðu sjálfir orðið fyrir mismunun vegna þyngdar voru einnig frekar fylgjandi slíkum aðgerðum en þeir sem höfðu ekki upplifað mismunun á grundvelli holdafars.

Tafla 6: Nánari greining á stuðningi við lagasetningu (% sammála fullyrðingu)

	Stjórnvöld ættu að setja lög sem vernda feitt fólk gegn mismunun á vinnustað	Holdafar ætti að vera tilgreint í stjórnarskrá á meðal þeirra atriða sem nú eru talin upp í tengslum við ólögmæta mismunun.
Konur	43,8%*	22,8%*
Karlar	35,1%	16,1%
LPS < 30	37,6%	18,1%
LPS ≥ 30	45,0%	23,0%
Mismunun	54,4%**	38,9%**
Ekki mismunun	38,8%	18,1%
Allir	39,8%	19,7%

Fitufordómar og viðhorf til lagasetningar

Kannað var hvort tengsl væru milli fordóma og ásakandi viðhorfa í garð feitra annars vegar og hins vegar viðhorfa til lagasetningar um holdafarsmisrétti og reyndist svo vera. Þátttakendur sem höfðu meiri fitufordóma voru líklegri til að vera andvígir því að stjórnvöld settu lög til að vernda fólk gegn mismunun á grundvelli holdafars, $F(4, 725) = 22,15, p < 0,001$, að sett yrðu sérstök lög sem vernda feitt fólk gegn mismunun á vinnustað, $F(4, 742) = 43,6, p < 0,001$ og að holdafar yrði tilgreint í stjórnarskrá á meðal atriða sem þar eru talin upp í tengslum við ólögmæta mismunun, $F(4, 750) = 25,85, p < 0,001$. Viðhorf þátttakenda sem höfðu ásakandi viðhorf í garð feitra reyndust svipuð. Þeir sem töldu að kenna mætti feitu fólki um holdafar sitt voru frekar andvígir því að sett yrðu sérstök lög til að vernda fólk gegn mismunun á grundvelli holdafars, $F(4, 773) = 8,43, p < 0,001$, að sett yrðu lög sem vernda feitt fólk gegn mismunun á vinnustað, $F(4, 773) = 8,43, p < 0,001$, og að holdafar yrði tilgreint í stjórnarskrá, $F(4, 778) = 9,76, p < 0,001$.

Stríðni eða einelti vegna holdafars meðal barna

Þegar spurt var um stríðni og einelti í tengslum við holdafar meðal barna töldu flestir það algengt og alvarlegt vandamál (sjá töflu 7). Eins og sjá má í töflu 8 taldi helmingur þátttakenda að börnum væri oftast strítt, þau uppnefnd eða lögð í einelti vegna holdafars þeirra. Fjórðungur taldi þó enga af uppgefnum möguleikum eiga við heldur tilgreindi aðrar ástæður, s.s. „að vera öðruvísi“, „falla ekki í hópinn“ eða „af því þau liggja vel við höggi, svo er átyllan fundin“.

Tafla 7: Stríðni eða einelti vegna holdafars meðal barna

	Stríðni eða einelti vegna holdafars er algengt vandamál meðal barna	Stríðni eða einelti vegna holdafars er alvarlegt vandamál meðal barna
Konur	75,6%	77,8%*
Karlar	74,5%	71,5%
LpS < 30	74,2%	74,4%
LpS ≥ 30	79,8%	77,4%
Mismunun	88,9%**	86,5%**
Ekki mismunun	74,2%	74,0%
Allir	75,1%	74,9%

* Marktækur á meðaltölum $p < 0,05$

** Marktækur á meðaltölum $p < 0,01$

Tafla 8: Ástæður þess að börn eru oftast talin verða fyrir stríðni eða einelti

	Hlutfall svarenda
Fyrir að vera feit	47,5 %
Fyrir að hafa einhverja fötlun	10,6 %
Vegna kynþáttar/uppruna þeirra	7,0 %
Vegna efnahags foreldra þeirra	5,2%
Vegna námsgetu þeirra	4,8%
Vegna kynhneigðar þeirra	0,6%
Vegna trúar þeirra	0,1%
Aðrar ástæður	24,1%

Rúmlega þrjú af hverjum fjórum töldu að skólar ættu að innleiða eineltisáætlun sem verndar nemendur fyrir stríðni og einelti í tengslum við holdafar og 83% töldu að skólar ættu að efla vitund um stríðni og einelti í tengslum við holdafar (tafla 9). Tveir af hverjum þremur svarendum töldu að stjórnvöld ættu að beita sér betur fyrir því að vernda börn gegn einelti í tengslum við holdafar.

Tafla 9: Aðgerðir til að vernda börn fyrir stríðni eða einelti í tengslum við holdafar

	Skólar ættu að innleiða eineltisáætlun sem verndar of þunga nemendur fyrir stríðni og einelti.	Skólar ættu að efla vitund um stríðni og einelti vegna holdafars.	Stjórnvöld ættu að beita sér betur til þess að vernda of þung börn gegn einelti.
Konur	77,1%	83,9%	66,6%
Karlar	75,6%	82,0%	67,9%
LPS < 30	77,4%	84,1%	67,1%
LPS ≥ 30	72,7%	79,9%	67,7%
Mismunun	76,1%	80,8%	70,0%
Ekki mismunun	76,8%	83,7%	67,2%
Allir	76,4%	83,0%	67,5%

Í töflu 10 má sjá hverja þátttakendur töldu gegna veigamestu hlutverki við að verja börn og ungmenni gegn stríðni og einelti í tengslum við holdafar. Flestir töldu þátt foreldra, kennara og skólastjórna mikilvægastan en að þáttur stjórnvalda og heilbrigðisstarfsfólks væri takmarkaðri. Ekki var marktækur munur á svörum þátttakenda eftir kyni, líkamspýngdarstuðli eða reynslu af mismunun.

Tafla 10: Hversu stórt hlutverk telur þú að eftirfarandi aðilar geti leikið við að vernda börn og ungmenni fyrir stríðni og einelti í tengslum við holdafar?

	Já, stóran þátt	Já, en takmarkaðan þátt	Nei, engan þátt
Skólar/skólastjórnendur	74,9%	24,0%	1,1%
Kennarar	82,1%	17,2%	0,8%
Heilbrigðisstarfsfólk	45,9%	47,8%	6,3%
Foreldrar	85,6%	13,6%	0,8%
Stjórnvöld	27,5%	53,5%	19,0%

Reynsla af fordómum og mismunun á grundvelli holdafars

Þátttakendur voru spurðir um persónulega reynslu af fordómum vegna holdafars (sjá töflu 11). Tæpur helmingur þátttakenda með líkamspýngdarstuðul í offituflokki greindi frá því að hafa orðið fyrir stríðni vegna þyngdar sinnar, einn af hverjum þremur sagðist hafa orðið fyrir óréttlátri framkomu og fjórðungur fyrir mismunun á grundvelli þyngdar sinnar. Konur voru helmingi líklegri en karlar til að greina frá því að hafa orðið fyrir mismunun vegna holdafars. Þrír af hverjum fjórum þátttakendum sögðust eiga vini og 42% sögðust eiga fjölskyldumeðlimi sem hefðu orðið fyrir stríðni eða óréttlátri framkomu vegna þyngdar sinnar.

Tafla 11: Reynsla af fordómum, óréttlátri framkomu og mismunun í tengslum við holdafar

	Hefur verið strítt vegna þyngdar sinnar	Hefur orðið fyrir óréttlátri vegna þyngdar sinnar	Hefur verið mismunað vegna þyngdar sinnar	Á vini sem eru feitir	Vinir hafa orðið fyrir stríðni eða óréttlátri vegna þyngdar sinnar	Á fjölskyldumeðlimi sem eru feitir	Fjölskyldumeðlimir hafa orðið fyrir stríðni eða óréttlátri vegna þyngdar sinnar
Karlar	26,7%	15,3%**	7,5%**	93,6%	67,8%	66,5%	38,6%
Konur	28,2%	23,1%	14,6%	95,0%	64,7%	69,1%	44,4%
LBS < 30	21,1%**	13,9%**	6,9%**	94,3%	66,3%	63,3%**	40,4%
LBS ≥ 30	44,7%	35,6%	23,6%	95,2%	65,9%	80,8%	44,3%
Allir	27,6%	19,5%	11,4%	94,4%	66,1%	67,9%	41,8%

* Marktækur á meðaltölum $p < 0,05$

** Marktækur á meðaltölum $p < 0,01$

Umræða

Tilgangur þessarar könnunar var að kanna viðhorf almennings í tengslum við holdafar, reynslu af fordómum og mismunun á grundvelli holdafars og viðhorfum til samfélagslegra aðgerða til að vinna gegn holdafarsmisrétti. Könnunin náði til tæplega eitt þúsund fullorðinna Íslendinga á aldrinum 18 ára til 81 árs og er því sú umfangsmesta sem framkvæmd hefur verið á þessu sviði hér á landi. Niðurstöður sýndu að fordómar á grundvelli holdafars birtast með svipuðum hætti hér á landi og í öðrum vestrænum samfélögum. Þátttakendur greindu frá neikvæðum viðhorfum og staðalmyndum í tengslum við holdafar og jafnan komu fram meiri fordómar og minni stuðningur við aðgerðir til að vinna gegn holdafarsmisrétti meðal karla en kvenna, grennri einstaklinga en þyngri og þeirra sem ekki höfðu persónulega reynslu af holdafarsmisrétti en þeirra sem höfðu sjálfir orðið fyrir mismunun vegna þyngdar sinnar. Þeir sem höfðu neikvæð og ásakandi viðhorf í garð feitra voru jafnframt marktækt líklegri til að vera andvígir aðgerðum til að vinna gegn holdafarsmismunun.

Sú skoðun var ríkjandi að lífsstílstengdir þættir væru mikilvægustu orsakþættir offitu. Tæp 90% þátttakenda töldu hreyfingarleysi, skyndibitafæði og ofát vera mikilvæga orsakþætti offitu en einungis tæpur helmingur taldi erfðafræðilega þætti mikilvæga. Þessi viðhorf samræmast þeirri opinberu orðræðu sem hefur átt sér stað á undanförunum áratugum, svo sem í tengslum við fréttaflutning fjölmiðla, þar sem megináhersla er lögð á ábyrgð einstaklings á holdafari sínu og þátt slæms mataræðis og hreyfingarleysis við að valda offitu (Ata og Thompson, 2010). Rannsóknir sýna aftur á móti að holdafar fólks ákvarðast af flóknu samspili erfða og umhverfis, en almennt veða erfðafræðilegir þættir þyngra við að skýra breytileika holdafars milli manna (Carnell, Kim og Pryor, 2012; Silventoinen, Rokholm, Kaprio og Sørensen, 2010). Umhverfistengdir þættir skýra hins vegar þá þróun sem orðið hefur þar sem líkamsþyngd almennings hefur farið vaxandi undanfarna áratugi. Mikilvægt er þó að athuga að þær breytingar sem orðið hafa á lífnaðarháttum síðustu áratugi snúa ekki aðeins að viljastýrðri hegðun fólks heldur er um að ræða flóknar samfélagslegar breytingar á umhverfi og venjum. Þessar breytingar eru fleiri og margbreytilegri en eingöngu þær sem snúa að mataræði og hreyfingu, en meðal þátta sem nefndir hafa verið sem hugsanlegar skýringar á hækkandi líkamsþyngd almennings eru færri svefnstundir, aukin lyfjataka, aukin kynding húsnæðis og hormónaraskandi efni í umhverfi (McAllister o.fl., 2009).

Könnunin leiddi í ljós að stór hluti þátttakenda með líkamsþyngdarstuðul í offituflokki hafði orðið fyrir óréttlæti vegna þyngdar sinnar. Tæpur helmingur greindi frá því að hafa orðið fyrir stríðni, einn af hverjum þremur sagðist hafa orðið fyrir óréttlátri framkomu og fjórðungur fyrir mismunun á grundvelli þyngdar sinnar. Konur voru helmingi líklegri en karlar til að greina frá því að hafa orðið fyrir mismunun vegna holdafars. Þrír af hverjum fjórum svarendum sögðust jafnframt eiga vini og 42% fjölskyldumeðlimi sem hefðu orðið fyrir stríðni eða óréttlátri framkomu vegna þyngdar sinnar. Þá

töldu þrír af hverjum fjórum að stríðni og einelti í tengslum við holdafar væri algengt og alvarlegt vandamál meðal barna.

Niðurstöður könnunarinnar drógu fram ákveðna þversögn í afstöðu þátttakenda til holdafarsmistréttis og stjórnvaldsaðgerða til að vinna gegn því. Almennu voru flestir á þeirri skoðun að mismunun á grundvelli holdafars ætti að vera ólögleg en minnihluti (20–38%) reyndist þó fylgjandi því að sett yrðu sérstök lög til að framfylgja þessu. Ekki er ljóst hvað skýrir þessar niðurstöður en mögulegt er að þátttakendum finnist almennt að mismunun ætti að vera bönnuð en óþarft sé að setja sérstök lög fyrir ákveðna hópa. Þátttakendur sem sjálfir höfðu persónulega reynslu af mismunun vegna holdafars voru þó mun frekar fylgjandi slíkri löggjöf en þeir sem ekki höfðu orðið fyrir mismunun af þessu tagi sem sýnir að skilningur og reynsla af holdafarsmistrétti skiptir máli varðandi afstöðu til löggjafar á þessu sviði. Einnig reyndust mun fleiri þátttakendur fylgjandi því að stjórnvöld kæmu að því að vernda börn en fullorðna fyrir óréttlæti á grundvelli holdafars. Þá vekur athygli að um helmingi fleiri þátttakendur sögðust fylgjandi því að sett yrðu lög til að vinna gegn mismunun á grundvelli holdafars, ýmist almennt eða á vinnustöðum sérstaklega, en að holdafar yrði nefnt á meðal atriða sem talin eru upp í stjórnarskrá í tengslum ólögmæta mismunun. Verið getur að þessi munur endurspegli ólíka afstöðu til afmarkaðri lagasetningar annars vegar og grundvallarlaga eins og stjórnarskrár hins vegar, þ.e. að ekki ætti að tiltaka sérstaka hópa undir ákvæði um jafnræði í stjórnarskrá heldur ætti það að vera almennt um að hvers kyns mismunun sé ólögmæt.

Fordómar og mismunun hafa alvarleg áhrif á heilsu og líðan, atvinnumöguleika og lífsgæði fólks (Hatzenbuehler o.fl., 2009; Puhl og Heuer, 2010). Bent hefur verið á að neikvæð stimplun (*stigma*) sé meðal grundvallarsaka ójöfnuðar til heilsu. Skortur á að tillit sé tekið til þess leiði til vanáætlunar á félagslegum áhrifaþáttum heilbrigðis og grafi undan árangursríku lýðheilsustarfi (Hatzenbuehler, Phelan og Link, 2013). Við stefnumótun og aðgerðir á sviði lýðheilsu er því mikilvægt að unnið sé jafnhliða að því að skapa aðstæður til heilbrigðra lífnaðarháttanna og stuðla að jafnrétti, virðingu og reisu allra borgara. Sérstaklega er mikilvægt að aðgerðaráætlanir séu metnar með tilliti til mögulegra áhrifa þeirra á stöðu viðkvæmra hópa.

Margt bendir til þess að sú opinbera umræða sem hefur átt sér stað í tengslum við heilsu og holdafar á undanförunum árum hafi verið til þess fallin að auka fordóma og félagslegt óréttlæti í garð feitra. Erlendar rannsóknir sýna sem dæmi að sú orðræða sem birtist í fjölmiðlum og netumræðu einkennist af neikvæðum staðalmyndum, niðrandi myndefni og ásakandi umræðu þar sem áhersla er lögð á ábyrgð einstaklinga á holdafari sínu (Ata og Thompson, 2010; Heuer, McClure og Puhl, 2011; Puhl, Peterson, DePierre og Luedicke, 2013; De Brún, McCarthy, McKenzie & McGloin, 2014). Þetta er áhyggjuefni þar sem slík framsetning hefur reynst auka fitufordóma meðal þátttakenda í tilraunaaðstæðum (McClure, Puhl og Heuer, 2011; Teachman o.fl. 2003). Þá hafa ýmsar lýðheilsuaðgerðir í tengslum við offitu verið gagnrýndar á undanförunum árum fyrir að ýta undir

fitusmánun og fitufordóma (Puhl, Peterson og Luedicke, 2013). Í rannsókn þar sem slíkar aðgerðir voru bornar undir úrtak almennings reyndust aðgerðir sem lögðu sérstaka áherslu á holdafar mæta meiri andstöðu og vera síður taldar líklegar til árangurs en þær sem beindu sjónum að heilbrigðum lifnaðarháttum án vísunar til holdafars. Þær síðarnefndu voru bæði litnar jákvæðari augum og taldar meira hvetjandi til breytinga á lífsvenjum (Puhl o.fl., 2013).

Mikilvægt er að tekið sé tillit til siðferðissjónarmiða og félagslegs réttlætis við heilsueflingu. Sú stefna sem Embætti landlæknis hefur markað sér í lýðheilsustarfi er byggð á þeim grunni og beinir sjónum að hinu stærra samhengi – þeim efnahagslegu og félagslegu þáttum sem hafa áhrif á lífsvenjur fólks og tækifæri til að lifa heilbrigðu lífi. Áhersla er lögð á að vinna með umhverfistengda þætti, stuðla að kerfislægum breytingum sem draga úr ójöfnuði til heilsu og skapa aðstæður sem ýta undir heilbrigða lifnaðarhætti (Sigrún Daníelsdóttir og Dóra Guðrún Guðmundsdóttir, 2014). Þessi nálgun er í samræmi við yfirlýsingu sem samþykkt var á norrænni lýðheilsuráðstefnu í Þrándheimi árið 2014 um jöfnuð varðandi heilsu og vellíðan (Trondheimserklæringin, 2014). Í yfirlýsingunni er lögð áhersla á ábyrgð þeirra sem ráða mestu um skipulag þjóðfélagsins á því að skapa samfélag sem setur mannleg gildi í öndvegi og gefur öllum íbúum rými og tækifæri til heilbrigðs lífs. Þátttakendur töldu meginverkefnið í þessu tilliti vera að vinna gegn félagslegum ójöfnuði. Fordómar og mismunun eru meðal þeirra félagslegu þátta sem skapa slíkan ójöfnuð og því mikilvægt að tekið sé mið af þeim í lýðheilsustarfi.

Niðurstöður þessarar könnunar sýna að holdafarsmisrétti snertir stóran hluta þjóðarinnar. Mikilvægt er að auka skilning, umræðu og samfélagslega vitund um þessa tegund óréttlætis, áhrif þess á heilsu og lífsgæði og mögulegar aðgerðir til að vinna gegn því. Full ástæða er til þess að litið sé til holdafars í jafnréttis- og mannréttindaumræðu þar sem misrétti á grundvelli holdafars er hluti af því félagslega óréttlæti sem við er að glíma í nútímasamfélögum.

Heimildaskrá

- Andreyeva, T., Puhl, R.M. og Brownell, K.D. (2008). Changes in perceived weight discrimination among Americans, 1995-1996 through 2004-2006. *Obesity*, 16, 1129-1134
- Asgeirsdottir, T.A. (2011). Do body weight and gender shape the work force? The case of Iceland. *Economics & Human Biology*, 9, 148–156.
- Ata, R.N. og Thompson, J.K. (2010). Weight bias in the media: A review of recent research. *Obesity Facts*, 3, 41-46.
- Bacon, J.G., Scheltema, K.E. og Robinson, B.E. (2001). Fat Phobia Scale revisited: the short form. *International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders*, 25, 252–257.
- Boero, N. (2007). All the news that's fat to print: the American "obesity epidemic" and the media. *Qualitative Sociology*, 30, 41–60.
- Bradshaw, C.P., Waasdorp, T.E., O'Brennan, L.M. og Gulemetova, M. (2013). Teachers' and education support professionals' perspectives on bullying and prevention: Findings from a national education association study. *School Psychology Review*, 42, 280-97.
- Brownell, K.D. (2005). The social, scientific and human context of prejudice and discrimination based on weight. Í K.D. Brownell, R.M. Puhl, M.B. Schwartz og L. Rudd (Ritstj.), *Weight Bias: Nature, Consequences and Remedies* (bls. 1-14). New York: Guilford Press.
- Brownell, K.D., Puhl, R.M., Schwartz, M.B. og Rudd, L. (2005). *Weight bias: Nature, consequences and remedies*. New York: Guilford Press.
- Bucchianeri, M.M., Eisenberg, M.E. og Neumark-Sztainer, D. (2013). Weightism, racism, classism, and sexism: shared forms of harassment in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 53, 47-53.
- Carnell, S., Kim, Y. og Pryor, K. (2012). Fat brains, greedy genes, and parent power: A biobehavioural risk model of child and adult obesity. *International Review of Psychiatry*, 24, 189–199
- Crandall, C. S. (1994). Prejudice against fat people. Ideology and self-interest. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 882–894.
- De Brún, A., McCartney, M., McKenzie, K. og McGloin, A. (2014). Weight stigma and narrative resistance evident in online discussions of obesity. *Appetite*, 72, 73–81.
- Foster, G.D., Wadden, T.A., Makris, A.P., Davidson, D., Sanderson, R.S., Allison, D.B. o.fl. (2003). Primary care physicians' attitudes about obesity and its treatment. *Obesity Research*, 11, 1168–1177
- Hatzenbuehler, M.L., Keyes, K.M. og Hasin, D.S. (2009). Associations between perceived weight discrimination and the prevalence of psychiatric disorders in the general population. *Obesity*, 17, 2033–2039.

- Hatzenbuehler, M. L., Phelan, J.C. og Link, B.G. (2013). Stigma as a fundamental cause of population health inequalities. *American Journal of Public Health, 103*, 813-821.
- Heuer, C.A., McClure, K.J. og Puhl, R.M. (2011). Obesity stigma in online news: A visual content analysis. *Journal of Health Communication, 0*, 1–12,
- Latner, J.D., O'Brien, K.S., Durso, L.E., Brinkman, L.A. og MacDonald, T. (2008). Weighing obesity stigma: Relative strength of different targets of bias. *International Journal of Obesity, 32*, 1145–1152.
- Latner, J.D. og Stunkard, A.J. (2003). Getting worse: the stigmatization of obese children. *Obesity Research, 11*, 452–456.
- Lumeng, J.C., Forrest, P., Appugliese, D.P., Kaciroti, N., Corwyn, R.F. og Bradley, R.H. (2010). Weight status as a predictor of being bullied in third through sixth grades. *Pediatrics, 125*, e1301-e7.
- McAllister, E.J., Dhurandhar, N.V., Keith, S.W. o.fl. (2009). Ten putative contributors to the obesity epidemic. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition, 49*, 868–913.
- McClure, K.J., Puhl, R.M. og Heuer, C.A. (2011). Obesity in the news: Do photographic images of obese persons influence antifat attitudes? *Journal of Health Communication, 16*, 359-371.
- Puhl, R.M., Andreyeva, T. og Brownell, K.D. (2008). Perceptions of weight discrimination: prevalence and comparison to race and gender discrimination in America. *International Journal of Obesity, 32*, 992-1000.
- Puhl, R. og Brownell, K.D. (2001). Bias, Discrimination, and Obesity. *Obesity Research, 9*, 788–805.
- Puhl, R.M. og Heuer, C.A. (2009). The stigma of obesity: A review and update. *Obesity, 17*, 941-64.
- Puhl, R.M. og Heuer, C.A. (2010). Obesity stigma: Important considerations for public health. *American Journal of Public Health, 100*, 1019-1028
- Puhl, R.M., Luedicke, J. og Heuer C. (2011). Weight-based victimization toward overweight adolescents: Observations and reactions of peers. *Journal of School Health, 81*, 696-703.
- Puhl, R.M., Peterson, J.L., DePierre, J.A. og Luedicke, J. (2013). Headless, hungry, and unhealthy: A video content analysis of obese persons portrayed in online news. *Journal of Health Communication, 0*, 1–17.
- Puhl, R.M., Peterson, J.L. og Luedicke, J. (2013). Fighting obesity or obese persons? Public perceptions of obesity-related health messages. *International Journal of Obesity, 37*, 774–782.
- Roehling, M.V., Roehling, P.V. og Odland, M. (2008). Investigating the validity of stereotypes about overweight employees: The relationship between body weight and normal personality traits. *Group and Organization Management, 33*, 392-424.
- Sigrún Daníelsdóttir og Dóra Guðrún Guðmundsdóttir (2014). Ábyrgt lýðheilsustarf: Heilsa, jöfnuður og réttlæti. *SÍBS blaðið, 30*, 24-26.

Silventoinen, K., Rokholm, B., Kaprio, J. og Sørensen, T.I. (2010). The genetic and environmental influences on childhood obesity: a systematic review of twin and adoption studies. *International Journal of Obesity*, 34, 29-40

Teachman, B.A., Gapinski, K.D., Brownell, K.D., Rawlins, M. og Jeyaram, S. (2003). Demonstrations of implicit antifat bias: the impact of providing causal information and evoking empathy. *Health Psychology*, 22, 68–78.

Trondheimserklæringen (2014). *Rettferdig fordeling av helse og trivsel – et politisk valg!* Konferanseversjon, endelig (uredigert), 29.08.14. Ådgjengileg á: <http://www.nordiskfolkehelsekonferanse.no/doku.php?id=trondheimserklaeringen>