



De feiten

- Het belangrijkste principe inzake geneeskunst en preventie "do no harm" is niet nageleefd. De boodschap 'controleer je gewicht' is met name opgepakt door jonge meisjes en vrouwen, de categorie die dit het minst nodig had.
- Mensen met overgewicht worden zorgmijders omdat ze niet langer de les gewezen willen worden door zorgverleners!
- Medicalisatie is gevaarlijk. Afvalpillen zijn niet de oplossing voor het obesitas probleem. We moeten er daarom voor waken dat obesitas wordt gezien als een ziekte.
- Het is onaanvaardbaar om een hele bevolking bang te maken voor het verschijnsel overgewicht. Gewichtscntrole is slechts één aspect van gezondheid.

COLOFON

Deze fact sheet is gemaakt door Stichting Meldpunt Discriminatie Overgewicht (SMDO) en is bedoeld voor het onderwijs. Voor meer informatie kunt u contact opnemen met:

SMDO
's-Gravenstraat 170
4567 AN Clinge
E-mail: info@smdo.nl
KvK Venlo: 50426400
Bank nr.: 13.40.34.198

STOP DISCRIMINATIE OP BASIS VAN OVERGEWICHT!

- Meer dan de helft van de Nederlandse bevolking heeft overgewicht.
- Een kwart daarvan heeft te maken met discriminatie.
- Dat zijn **twee miljoen** mensen!

Er is geen overheidsinstantie waar deze mensen terecht kunnen met hun klachten. Wij hebben daarom het initiatief genomen om de Stichting Meldpunt Discriminatie Overgewicht (SMDO) op te richten. SMDO is de enige plek in Nederland waar meldingen over discriminatie t.a.v. overgewicht verzameld worden. Pas als discriminatie zichtbaar, aantoonbaar en bespreekbaar is, kan er actie tegen worden ondernomen. Dat is het doel van SMDO. **Meld uw klacht op www.smdo.nl.**

Het bestuur

SPOTLIGHT

Een kind is meer dan alleen maar zijn of haar gewicht.



"vraagtekens bij preventie"

De preventieve overheids campagne voor het tegengaan van overgewicht in de jaren tachtig van de vorige eeuw heeft een totaal verkeerd effect gehad. De boodschap 'controleer je gewicht' is met name opgepakt door jonge meisjes, de categorie die dat het minst nodig had. Met als gevolg een exponentiële stijging in het aantal eetstoornissen onder jonge mensen. Het onder controle houden van je gewicht is belangrijk, maar niet ten koste van andere gezondheidsaspecten.

Leerkrachten moeten zich bewust zijn van het verschil tussen preventie en behandeling. Behandeling van obesitas dient uitsluitend in een klinische omgeving plaats te vinden. Dieetadviezen of beweegprogramma's gericht op afvallen zijn onderdeel van behandeling en horen niet thuis in het onderwijs. Helaas denkt de onderwijssector daar anders over. Van alle leerkrachten meent 80% dat ze dieetadviezen moeten geven aan dikke leerlingen. De aandacht voor gewicht legt kinderen echter een verkeerd zelfbeeld op met negatieve uitkomsten.



"angst is een slechte raadgever"

Aangezien dikke kinderen bij voorbaat al overgevoelig zijn ten aanzien van hun gewicht moeten extra barrières vermeden worden. Een aantal aanbevelingen zijn:

- zorg voor een ruimer aanbod van XXL sport kleding voor kinderen
- zorg voor privacy bij kleedruimtes
- stap over op een 'vetvriendelijk' beleid
- promoot de boodschap dat ook dikke kinderen fit en gezond kunnen zijn
- stop met het preventie denken bij kinderen en laat ze opgroeien zonder zorgen om hun gewicht

We moeten ons als samenleving niet bang laten maken door allerlei gezondheidsrisico's. Het is namelijk zeer de vraag of deze inzet op preventie op de lange termijn überhaupt wel gezondheidswinst oplevert.

Gezondheid is een samenhang van lichamelijke, psychische, sociale en spirituele aspecten.

Het is verkeerd om opgroeiende kinderen te confronteren met het feit dat ze afwijken van het 'normale' gewicht. Gezien het feit dat gewicht in grote mate genetisch bepaald is en niet door een verkeerde leefstijl is het zeer kwalijk de kinderen of de ouders verantwoordelijk te maken voor hun gewicht.

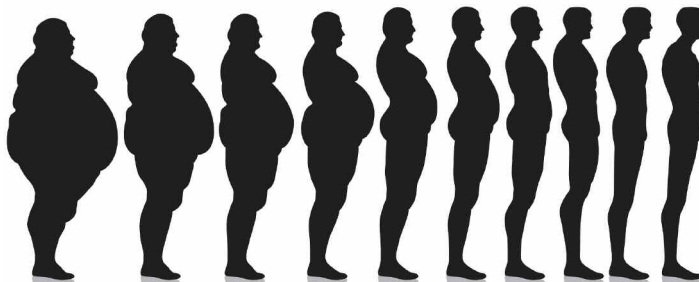
"stop met dikke bult - eigen schuld"

Voorkom psychische schade bij kinderen door het creëren van een verkeerd en negatief zelfbeeld of door de stelling 'dikke bult - eigen schuld'.

Leerkrachten kunnen helpen de vooroordelen van kinderen met overgewicht te doorbreken. Zo kunnen ze bij sportieve activiteiten de positieve aspecten van een maatje meer benadrukken. Bij sporten als bijvoorbeeld judo, worstelen en gewichtheffen zijn zwaardere kinderen in het voordeel. Door dit aan te tonen worden dikke kinderen ook eens in een positief daglicht gesteld. Elke gymleraar zou moeten uitdragen dat een goede conditie meer bepalend is voor gezondheid dan het aantal kilo's dat iemand weegt.

"Mensen zijn er in alle soorten en maten, juist deze diversiteit is een aanwinst en een teken van vrijheid"

we come in all sizes



"geen groter overlijdensrisico"

Tegenwoordig is onze maatschappij gefocust op het vermijden van risico's. Ook het overheidsbeleid richt zich op het uitsluiten van risico's. Dit kenmerkt zich door allerlei preventieprogramma's. Een gevolg hiervan is dat angst zijn intrede heeft gedaan in onze samenleving

Recent onderzoek toont aan dat het overlijdensrisico bij een 'normaal' gewicht groter is dan bij overgewicht. Wereldwijd vinden we de laagste sterftcijfers bij de categorie mensen met matig overgewicht, ofwel met een BMI tussen de 25-30. Ander onderzoek toont aan dat onder de 40 jaar niemand zich zorgen hoeft te maken over ernstig overgewicht.

Het is daarom onaanvaardbaar dat de overheid het toestaat en zelfs aanmoedigt dat leraren, pedagogen en schoolartsen zich mengen in de opvoeding van ouders en hun kinderen met overgewicht.