

Luie dikkerds



↑ DOOR MIRJAM STUIJ

Stel: u ziet een man met fors overgewicht een patatje eten. Wat is de eerste gedachte die in u opkomt? Stel: u ontmoet dezelfde man als professional – zorgverlener, buurtsportcoach, journalist, het maakt eigenlijk niet uit – maar dan zonder een bakje patat in zijn hand. Wat zou dan de eerste gedachte zijn die in u opkomt? Eerlijk antwoorden.

In theorie bent u vast opgeleid tot een objectieve professional die iedereen op een gelijke manier benadert. De praktijk blijkt weerbarstiger. Onlangs verscheen het boek *Knap voor een dik meisje*, waarin Tatjana Almuli op indringende wijze beschrijft hoe vooroordelen over haar gewicht haar leven continu beïnvloeden. Boos is ze, op alle professionals

die alleen maar zeggen dat ze gezond moet eten en veel moet bewegen, omdat het dan wel goed komt. “Alsof ik dat niet allang doe!”, wil ze hen toeschreeuwen. Maar dat doet ze niet. Omdat ze weet dat het geen zin heeft.

Recent interviewde ik kinderen die vanwege hun gewicht in een zorgtraject zitten. Ik vroeg ze naar hun ervaringen met gesprekken met zorgverleners. Er kwamen vergelijkbare reacties naar voren. Een meisje van veertien, dat al veel verschillende professionals had gezien, vond dat zorgverleners zich beter moeten inleven in degene die tegenover hen zit: “Elke situatie is anders, want niet veel mensen worden dik geboren... of te mager.” Dit naar aanleiding van zorgverleners die voor haar gevoel elke keer gewoon maar aannamen dat ze veel eet, zonder

echt verder te vragen en oog te hebben voor de problemen die het meisje in haar leven ervaart.

De belangrijkste aanbeveling aan zorgverleners voor verbetering volgens de kinderen? Leer me eerst kennen, voordat je met mij over mijn gewicht praat. Vraag hoe het met me gaat, op school en thuis. Luister naar mij en probeer me te begrijpen. En: laat merken dat je me wilt helpen en dat je je best voor me wilt doen. Niet alleen door wat je zegt, maar ook door wat je daarbij uitstraalt. Denk daarbij vooral ook even terug aan uw eerste gedachte bij die man en zijn patatje. ●

Mirjam Stuij doet als medisch socioloog bij het Mulier Instituut kwalitatief onderzoek op het gebied van sport, bewegen, ziekte en gezondheid. Ze schrijft een proefschrift over ‘beweegzorg’ voor mensen met type 2-diabetes binnen het onderzoeksproject ‘Sport in Tijden van Ziekte’.