

# Terug naar de buurtsuper om zwaarlijvigheid te lijf te gaan

SOPHIE BOUWENS - COLUMN



Afgelopen maand stond op NOS.nl een bericht over de groeiende voedselonegelijkheid in Groot-Brittannië. Een van de oorzaken ligt in het verdwijnen van supermarkten uit armere wijken. Daardoor zijn het zogenaamde 'voedselwoestijnen' geworden, waar geen verse groente of fruit meer te krijgen is. Als mensen uit deze wijken verse voeding willen kopen, moeten ze uitwijken naar grotere supermarkten elders. Vanwege de hoge reiskosten die daarmee gepaard gaan, kunnen ze zich dat echter niet veroorloven. Mensen uit armere Britse wijken zijn daardoor aangewezen op kleine buurtwinkeltjes waar alleen bewerkt, ongezond voedsel verkrijgbaar is. In Nederland lijkt een soortgelijke ontwikkeling op te treden. Het programma Pointer liet twee jaar geleden zien dat het aantal verswinkels in arme Nederlandse buurten afneemt, terwijl het aantal fastfoodketens, ijssalons en dergelijke sterk toeneemt.

Het is al langer bekend dat mensen met een laag inkomen korter en nog korter in goede gezondheid leven dan mensen met een hoger inkomen. Zwaarlijvigheid is een van de zaken die hen daarbij parten speelt. De overheid ziet dat en probeert zwaarlijvigheid te voorkomen door een gezonde leefstijl te stimuleren. Met de beste intenties zijn er talloze voorlichtings- en beweegprogramma's ontwikkeld om mensen met een laag inkomen mensen gezonder te laten eten en leven. Maar werken deze interventies wel?

Tim 's Jongers, een bestuurskundige die zelf in armoede opgroeide, gaf in zijn boek *Beledigende broccoli* al aan dat leefstijlinterventies niet de oplossing zijn. Sterker nog: deze kunnen nogal beledigend zijn voor mensen die weinig te besteden hebben. Zij kunnen verse groente vaak moeilijk bekostigen én hebben heel veel andere zaken aan hun hoofd. Leven in armoede is ook leven met continue stress.

In haar boek *Nieuwe Lichamelijke* besteedt filosofe Jenny Slatman ook uitgebreid aandacht aan wat in de medische wereld veelal obesitas wordt genoemd. Zij betoogt dat zwaarlijvigheid niet iets van het individu is, maar dat juist de fysieke en sociale omgeving hierbij een belangrijke rol spelen. Eigenlijk is er in onze maatschappij geen plek voor mensen met een zwaar lichaam. Denk bijvoorbeeld aan stoelen met armleuningen of collegebanken, waar dikke lichamen moeilijk of niet in passen. Zwaarlijvige mensen voldoen niet aan de norm en worden daar ook voortdurend aan herinnerd. Slatman spreekt van een 'vetverwijtende samenleving', waarin discriminatie van zwaarlijvige mensen sociaal geaccepteerd is. Daarbij worden mensen zelf verantwoordelijk gehouden voor hun dikke lichaam: eigen schuld, dikke bult. Maar zo eenvoudig is dat niet. Slatman maakt duidelijk dat het lichaam niet zo maakbaar is als vaak wordt gedacht. Zodra iemand dik is, treden er allerlei lichamelijke veranderingen op waardoor het tij moeilijk te keren is. Voorkomen van zwaarlijvigheid is makkelijker dan genezen. En in Slatmans geest voeg ik hier aan toe: maar dan wel door verder te kijken dan het individuele lichaam.

Ook bij het voorkomen van zwaarlijvigheid moeten we ons veel meer richten op de relatie tussen individu en omgeving. De voedselonegelijkheid in Groot-Brittannië laat zien dat de fysieke omgeving van mensen met weinig geld zwaarlijvigheid in de hand werkt. Zij kunnen zich geen gezonde, onbewerkte voeding veroorloven, ook al zouden ze dat willen. Dus: laten we in plaats van te investeren in allerlei afvalprogramma's kijken of we de omgeving van mensen met weinig geld gezonder kunnen maken. Een mooie eerste stap is het behouden dan wel terugbrengen van de buurtsupers in minder welgestelde wijken. Deze zijn broodnodig om ervoor te zorgen dat iedereen toegang heeft tot gezonde voeding.

