

»Immer mehr Frauen stehen zu ihren Pfunden«

Das finden bereits 71 Prozent der Frauen in Deutschland. In einer aktuellen Umfrage im Auftrag der BRIGITTE sagen 69 Prozent: „Dicke Frauen haben heute ein höheres Selbstwertgefühl als früher.“ 47 Prozent glauben, dass sich alte Schönheitsideale allmählich auflösen. Für jede zweite Frau steht fest, dass Dicksein heute akzeptierter ist als noch vor zehn Jahren. Aber: 84 Prozent denken, dass das Wort „dick“ nach wie vor als beleidigend empfunden wird.

Quelle: online-repräsentative Befragung durch YouGov unter 1042 deutschen Frauen



Phänomen und spricht von einer in der Moderne noch nie dagewesenen Wende: weg von der Selbstoptimierung hin zur Natürlichkeit. Das Jahr 2019 als Zäsur? Warum gerade jetzt?

„Wenn du überall hörst, das ist das Jahrtausend der Frauen, Frauen können alles, gehen auf die Straße, decken Missstände auf, bringen mächtige, männliche Entscheider zu Fall – dann macht es etwas mit dir“, sagt Mühlhausen. „Sie befreien sich von einem Diktat, dem Diktat des unbedingten Fitness-Lifestyles.“ Das heißt nicht, dass die Leute ungesünder leben, „aber sie gehen weg vom Äußeren hin zu einem Gefühl: Was tut mir gut? Das kann Joggen sein. Oder eben auch sich hinlegen und schlafen.“

Kein Wunder also, dass sich an dieser Stelle auch kritische Stimmen melden, die der Bewegung unterstellen, sie würde Dicke in ihrem ungesunden Lebensstil bestärken. Nur basiert eben dieser Gedanke auf einem ebenfalls seit Jahrzehnten tradierten Argument: Dicksein bedeutet ungesund leben.

„Die Gesundheitsrisiken von Fettleibigkeit werden überschätzt“, schrieb erst kürzlich das Magazin „Psychologie Heute“ und zitierte die „Düsseldorf Obesity Mortality Study“ der Uni Düsseldorf, die mehr als 6000 adipöse Menschen über drei Jahrzehnte lang beobachtete. Das erstaunliche Ergebnis: Personen, die als offiziell fettleibig gelten, werden überhaupt nicht häufiger krank als schlankere Menschen. Naturgemäß gibt es auch hier Gegenstudien, doch auch die Internistin Dr. Anne Fleck sagt zum Beispiel: Treibt eine 80-Kilo-Frau Sport und eine 60-Kilo-Frau nicht, lebt die Fülligere oft sogar gesünder. Nicht die Kilos sind entscheidend, sondern wie gesund der Stoffwechsel ist und wie viel entzündliches Fett sich im Bauchraum um die Organe speichert. Und das kann man von außen ganz einfach nicht sehen! Punkt.

Doch bevor jetzt einige schreien: „Das ist ja hier voll der Freifahrtschein, sich nur von karamellisierten Burgern zu ernähren!“ Natürlich nicht. Und natürlich ist auch Bewegung wichtig.

Nur: Allein dass man diesen Gedanken hier überhaupt zu Papier bringen muss, zeigt, in welchen Schubladen wir immer noch denken. Für eine Gesellschaft, die seit einem Jahrhundert auf Schlankheit getrimmt ist, ist eine fitte Fette eben immer noch ein Mindfuck.

Zumindest bis jetzt. Denn wenn die sozialen Netzwerke plötzlich Hunderttausende von Frauen positiv in ihrer Körperwahrnehmung beeinflussen und auch die Medizin ihr propagiertes Verständnis von Dicksein = ungesund mehr und mehr differenziert, dürfte doch auch die Modeindustrie, die alles ab Größe 42 als Plus-Size degradiert, keine andere Wahl haben, als mitzuziehen. Das Erstaunlichste: Sie tut es tatsächlich auch.

Der Moderie H&M lichtete im Sommer 2018 Unterwäschemodels mit sichtbaren Dehnungsstreifen an Schenkeln und Po ab. Ja okay, sie waren immer noch dünn, aber immerhin. Das