

Riot, don't Diet: Wir geben dem Kapitalismus nicht unseren Körper!

Von Erik Likedeeler, April 2023

Aktuell wird die neue Staffel von Germany's Next Topmodel im Fernsehen ausgestrahlt. Zu Recht steht die Sendung seit Jahren dafür in der Kritik, ihre Kandidatinnen zu sexualisieren und Essstörungen zu befeuern. Überwiegend wird jedoch davon ausgegangen, Fernsehshows und soziale Medien hätten mit ihren unerreichbaren Schönheitsidealen die alleinige Schuld an der Entstehung von Diätkultur. Doch GNTM und Instagram sind nur die jüngsten Ausprägungen eines Phänomens, welches schon lange zuvor in kapitalistischen Gesellschaften verbreitet war.

In diesem Artikel soll es darum gehen, wie Diätkultur historisch entstanden ist und welchen Zweck sie im Kapitalismus erfüllt. Es soll gezeigt werden, wie Fettfeindlichkeit im Gesundheitssystem wirkt und wie sich diese in Zusammenhang mit anderen Formen der Diskriminierung verstärkt.

Einige Ursprünge der Diätkultur: Streiks und Militär

Im Zuge der Industrialisierung begannen Forscher_Innen in Europa, Russland und den USA, den Körper als Maschine zu begreifen, und Nahrung als deren Arbeitsenergie. Input und Output sollten effizienter gemacht werden. Die Einheit der Kalorie wurde eingeführt, um hochkalorische Lebensmittel zu identifizieren, mit denen Menschen ihren Nahrungsbedarf kostengünstig decken konnten. In Zeiten von Streiks, Hunger und Sozialreformen diente die Kalorienforschung dazu, den Arbeiter_Innen Haferflocken und Bohnen als wirtschaftlich effiziente Nahrungsmittel schmackhaft zu machen. Dadurch sollten Forderungen nach Lohnerhöhungen ausgehebelt werden.

In den 1920er Jahren wurde das Kalorienzählen zur Strategie bürgerlicher

Schichten, um den eigenen Status zu erhöhen. Über die Körperform sollte bewiesen werden, dass man bereit für die Anforderungen der modernen Industrie- und Konsumgesellschaft war.

Teile der heutigen Diätindustrie haben ihren Ursprung beim Militär. Mithilfe von Größe-Gewichts-Tabellen und Formeln zur Bestimmung des „Idealgewichts“ sollte die Kriegstauglichkeit junger Männer festgestellt werden.

Auch Personenwaagen waren zunächst im Labor und beim Militär im Einsatz. Ende des 19. Jahrhunderts waren sie auch zur spielerischen Unterhaltung auf Jahrmärkten verbreitet. Bis sich in den 1960ern die Badezimmerwaage durchsetzte, konnte man öffentliche Personenwaagen auch an Bahnhöfen finden. Heute ist das Wiegen zu einem alltäglichen, intimen Ritual der Selbstvermessung geworden, welches wissenschaftliche Exaktheit und die Selbstversicherung der eigenen Normalität initiiert.

Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde die Figur des dicken Mannes vorübergehend als Gegenbild zum Hunger des Krieges gefeiert. Der dicke Bauch des Unternehmers wurde zum Symbol seiner beruflichen Karriere und den Erfolg des Kapitalismus. Dieser Zusammenhang wird heute immer noch geknüpft: In linker Propaganda ist es beliebt, sich den Kapitalismus als den „dicken Mann im Anzug“ vorzustellen und damit Gewicht moralisch zu bewerten.

Körper und Eigenverantwortung auf dem Arbeitsmarkt

Damit die Ungerechtigkeit des kapitalistischen Systems im Verborgenen bleibt, sollen wir glauben, alle Menschen hätten die gleichen Aufstiegschancen und mit Anstrengung könnten wir alles schaffen. In dieser Welt des Wettbewerbs werden Körper zum Symbol für Arbeitsmoral.

Als in den 1970er Jahren das Zeitalter der Fitness begann, wurde der durchtrainierte Manager zum Idealtyp für eine erfolgreiche Existenz. Die Fähigkeit, die eigene Nahrungsaufnahme zu kontrollieren, gilt seitdem als Zeichen von Stärke, Unabhängigkeit und Persönlichkeitsentwicklung, Muskeln stehen für Willenskraft und Handlungsfähigkeit.

Das mit Passivität und Verweichlichung assoziierte Fett hingegen stellt den Produktionskörper infrage - es wurde zum Kennzeichen der Erfolgslosen erklärt, welche die Kontrolle über sich selbst und ihr Leben verloren hätten.

Bilder von der „dicken Unterschicht“ werden von Politik und Presse gezielt genutzt, um den Rückbau des Sozialstaats zu rechtfertigen. Deutlich wurde dies zur Zeit der Arbeitsmarktreformen der 2000er Jahre. Damals wurden Vorstellungen von den „degenerierten Arbeitslosen“ zum zentralen Argument dafür gemacht, dass in Wirklichkeit nicht ein Mangel an Geld, sondern ein Mangel an Disziplin für die miesen Lebensumstände der Bevölkerung verantwortlich wäre.

Fotograf_Innen lauern dicken Menschen noch immer auf und hoffen, „skandalöse“ Schnappschüsse von billig gekleideten Frauen der Unterschicht zu ergattern, die auf der Straße Fast Food essen. Auch in vermeintlich fortschrittlichen Umfeldern, in denen offener Sexismus und Sozialchauvinismus verpönt sind, können diese Muster innerhalb von Fettfeindlichkeit unangetastet weiter bestehen.

Auch mangelnde Gesundheitsvorsorge soll durch den Verweis auf das Gewicht gerechtfertigt werden. So kann der Fokus von gesundheitsbezogenen Maßnahmen auf die individuelle Lebensweise verlagert werden. Auch wenn in imperialistischen Ländern tatsächlich der Ernährungsfrage heute eine große gesundheitspolitische Bedeutung zukommt und eine schlechte Ernährung Auslöser für viele Erkrankungen ist, wird die Verantwortung weg von der Nahrungsmittelindustrie und deren profitorientierter Ausrichtung auf die Erhöhung des Konsums und die Verringerung der Produktionskosten gelenkt.

Während der COVID-19-Pandemie wurde von westlichen Regierungen die Behauptung in Umlauf gebracht, die Ursache der unkontrollierten Krankheitsausbrüche wäre nicht im zusammenbrechenden Gesundheitssystem zu suchen, sondern dicke Menschen wären für die hohe Todesrate verantwortlich.

Wenn hohes Gewicht mit Begriffen wie „Epidemie“ bezeichnet wird oder der

„Krieg gegen das Übergewicht“ ausgerufen wird, verstärkt das den Hass. Es impliziert, dicke Menschen wären eine ansteckende Gefahr für andere oder Feind_Innen, die man bekämpfen müsste.

Auch beim Thema Klimakrise wird versucht, von der Tierindustrie, fossilen Brennstoffen und großen Konzernen abzulenken. Angeblich würden dicke Menschen zu viel essen und beim Fernsehen und Autofahren zu viel Strom verbrauchen. Es werden Erzählungen von der angeblich unersättlichen Gier des Menschen erfunden, um die wahren Verantwortlichen zu schützen.

Warum Selbstakzeptanz nicht allein die Antwort ist

Innerhalb der Body-Positivity-Bewegung wird dicken Menschen wiederholt erklärt, sie müssten einfach nur lernen, sich selbst zu lieben. Doch der Leitsatz, den eigenen Körper zu akzeptieren, kann keine Probleme lösen in einer diskriminierenden Welt, die permanent das Gegenteil kommuniziert. Eine Studie hat ergeben, dass die meisten Menschen lieber blind, gehörlos, amputiert, zuckerkrank oder herzkrank wären, als dick zu sein.

15% der Bevölkerung in Deutschland meiden dicke Menschen aktiv, und das fängt schon früh an: In Studien erzielten besonders dicke Jungen schlechte Sympathiewerte. Ihnen wurden Faulheit und geringe Intelligenz zugeschrieben, als Spielpartner wurden sie abgelehnt. Wie Roxane Gay in ihrer Autobiographie „Hunger“ schreibt: „The bigger you are, the smaller your world becomes.“

Meist gehen der emotionale Ekel und die negativen Zuschreibungen gegenüber dicken Personen zurück, sobald die Proband_Innen erfahren haben, dass die dicke Person besonders viel getan hat, um abzunehmen. Es wird sich also nicht vor dem Körper selbst geekelt, sondern es werden Arbeitsscheu und Trägheit unterstellt – die schlimmsten Eigenschaften, die Arbeiter_Innen in der Leistungsgesellschaft haben können. Erst, nachdem die Vorwürfe zurückgewiesen wurden, wird die dicke Person als gleichwertiger Mensch erkannt.

Fettfeindlichkeit äußert sich auf vielfältige Weisen, denn in den meisten Ländern ist es nicht verboten, Menschen aufgrund ihres Gewichts zu

diskriminieren. Ein hohes Gewicht wirkt sich insbesondere bei dicken Frauen auf das Gehalt aus (Weight Pay Gap). Auch, dass Menschen aufgrund ihres Gewichts entlassen oder gar nicht erst eingestellt werden, ist keine Seltenheit.

Manche Fluggesellschaften schließen dicke Menschen aus oder lassen sie mehr bezahlen. 2008 wurde in Mississippi sogar ein Gesetz vorgeschlagen, welches Restaurants verbieten sollte, dicke Kund_Innen zu bedienen - glücklicherweise konnte es verhindert werden. Ein weiteres Problem ist, dass immer wieder sehr junge Kinder aus ihren Familien geholt und in Heime gesteckt werden, wenn die Eltern sie nicht zum Abnehmen zwingen können oder wollen.

Sexismus, Dating-Kultur und Victim-Blaming

Wie ein Blick auf die Dating-Kultur zeigt, sind Fettfeindlichkeit und Sexismus eng miteinander verknüpft. Während hetero Frauen am meisten befürchten, von ihrem Date ermordet zu werden, haben hetero Männer die größte Angst davor, ihr Date könnte zu dick sein. Sogenannte Pick-up-Artists flirten gerne mit dicken Frauen, da sie diese für dankbare Beute für sexuelle Übergriffe halten, oder auch deshalb, um mit ihrer scheinbaren Nicht-Oberflächlichkeit schlanke Frauen zu ködern.

Der kulturelle Glaube, dicke Menschen könnten nicht sexuell begehrt werden, führt dazu, dass ihnen nach sexuellen Übergriffen nicht geglaubt wird, oder dass sie sogar beglückwünscht werden. Sogar vor Gericht wird das hohe Gewicht von Betroffenen dazu genutzt, ihnen zu unterstellen, der Angriff hätte ihnen gefallen. Selbst innerhalb antisexistischer Bewegungen gibt es für dicke Frauen kaum Zufluchtsorte: Schon seit dem Beginn der Frauenbewegung gelten sie als nicht vorzeigbar, wenn es um das gemeinsame Einfordern von Rechten geht.

Auch in der Öffentlichkeit werden dicke Personen beleidigt, belästigt und bloßgestellt, was insbesondere für Frauen mit sexuellen Übergriffen einhergeht. Bei dem „Partyspiel“ Fat Girl Rodeo geht es darum, sich auf eine dicke Frau zu werfen und sich darüber lustig zu machen, wie sie sich

dagegen wehrt.

Sogenannte Pig Roast Contests werden durch Männergruppen wie Studentenverbindungen veranstaltet. Dabei geht es darum, Sex mit einer dicken Frau zu haben, der heimlich beobachtet und gefilmt wird. Hinterher kommen die anderen Männer heraus, um die nackte Frau auszulachen und zu erniedrigen. All das führt dazu, dass viele dicke Frauen nur auf die fiese Pointe warten, sobald mit ihnen geflirtet wird.

Rassismus und Polizeigewalt

Ein weiteres Problem ist, dass dicke Menschen überdurchschnittlich oft beschuldigt werden, Verbrechen begangen zu haben und mehr Polizeigewalt erleben. Ein bekanntes Beispiel dafür ist der Schwarze Mann Eric Garner, der 2014 von New Yorker Polizist*innen ermordet wurde.

Für den Polizisten, der ihn in den Würgegriff nahm, gab es keine rechtlichen Konsequenzen, unter anderem deshalb, weil die Polizei Garners Gewicht für seinen Tod verantwortlich machte.

Dies steht in direktem Zusammenhang mit rassistischen Vorstellungen über die angeblich unbändige Kraft Schwarzer Männer, welche exzessive Gewalt zum vermeintlichen Selbstschutz weißer Menschen rechtfertigen würde.

Der Rassismus hört hier längst nicht auf. Obwohl Schwarze Jugendliche mit 50% höherer Wahrscheinlichkeit als weiße Jugendliche bulimische Verhaltensweisen wie Binge-Eating (wiederkehrende Essanfälle) und Erbrechen zeigen, ist die Wahrscheinlichkeit, dass sie von medizinischem Personal nach Essstörungssymptomen gefragt werden, deutlich geringer. Rassismus und Fettfeindlichkeit wirken auch dann zusammen, wenn Flüchtende bei der Einreise aufgrund von hohem Gewicht zurückgewiesen werden.

Fettfeindlichkeit im Gesundheitssystem

Auch im Gesundheitssystem werden dicke Menschen massiv diskriminiert. Manche Ärzt*innen haben Gewichts-Obergrenzen für die Patient*innen, die

sie behandeln. Medizinische Untersuchungen werden bei dicken Menschen schneller und ungenauer durchgeführt oder weggelassen. Bei Migräne verbringen sie ca. 10 Minuten weniger im ärztlichen Sprechzimmer.

Ein beträchtlicher Teil des medizinischen Personals ekelt sich vor dicken Menschen und weigert sich, dicke Körper zu berühren. Häufig bleibt es bei Blickdiagnosen oder anstatt der richtigen Werte werden Fantasiezahlen notiert. Immer wieder werden Krankheitssymptome einfach unterstellt und es werden Medikamente verschrieben, die Cholesterin, Blutdruck oder Blutzucker senken sollen. Wenn keine tatsächliche Erhöhung besteht, kann das lebensgefährlich sein.

In anderen Fällen führen Fehldiagnosen dazu, dass Menschen nicht die Rezepte bekommen, die sie eigentlich bräuchten: Bei tatsächlichem Bluthochdruck wäre die Wunschkindpille kein geeignetes Verhütungsmittel. Dicken trans Personen werden mit dem Verweis auf ein hohes Gewicht lebenswichtige geschlechtsangleichende Maßnahmen wie Hormone und Operationen verweigert.

Selbst wenn irgendwann doch die richtigen Medikamente verschrieben werden, hören die Probleme nicht auf: Weil keine medizinischen Studien an dicken Körpern durchgeführt werden, haben Medikamente wie Antibiotika die falsche Dosierung, auch die Pille Danach und Chemotherapien sind weniger wirksam.

Wenn sämtliche Krankheitssymptome auf das Gewicht zurückgeführt werden, kann das sogar dazu führen, dass Tumore in der Brust oder im Bauchraum nicht rechtzeitig bemerkt werden. Auch Essstörungen werden bei dicken Menschen ignoriert, oder sie bekommen sogar Glückwünsche dafür, dass sie ihre „Pflicht“ des Abnehmens erfüllen. Ein niedriges Gewicht ist ein Diagnosekriterium für Magersucht - so als könnten nicht auch dicke Menschen durch Verhungern und Nährstoffmangel sterben. Die Suche nach neuen Ärzt_Innen ist erschöpfend, und wegen solchen Erfahrungen gehen dicke Menschen deutlich seltener zu ärztlichen Untersuchungen.

Pillen und Operationen: Die Diätindustrie ist tödlich

Oftmals wird unterschätzt, wie gefährlich die Diätindustrie sein kann und wie viele ihrer Maßnahmen tödlich enden. Dicken Patient_Innen wird von Ärzt_Innen ganz selbstverständlich zu Magenverkleinerungen geraten. Viele Menschen, die eine solche Operation mitgemacht haben, müssen hinterher für den Rest ihres Lebens mehrmals pro Monat ins Krankenhaus. Eine weitere Folge, von der 40% der Operierten betroffen sind, ist das Dumping-Syndrom, das sich durch Durchfall, Übelkeit, Erbrechen, Blähungen, Krämpfe, Schwindel, Schwäche und Schweißausbrüche äußert - im Prinzip so, als wäre man für den Rest des Lebens verkatert.

Nach der OP kommt es häufig zu einem rasanten Anstieg von Drogenkonsum und Selbstverletzung. 1-5% der Patient_Innen sterben bei der OP. Solche gewichtsreduzierenden Operationen werden bereits an Kindern durchgeführt, lange bevor diese einwilligen können. 2013 war das jüngste operierte Kind 2,5 Jahre alt.

In den letzten Jahren kam die sogenannte Sanduhrfigur in Mode und damit auch die Operation Brazilian Butt Lift, welche als gefährlichster Schönheitseingriff der Welt gilt. Dabei wird Fett aus anderen Körperregionen in den Hintern operiert. Damit verbunden sind hohe Risiken für Blutgerinnung und Herzstillstand, aufgrund der wichtigen Nervenenden und Gefäße in diesem Bereich. Eine_r von 3000 Behandelten stirbt daran.

Auch Diätpillen können extrem gefährlich sein, von einigen kann man sogar blind werden. Rimonabant ist ein Appetitzügler, der 2008 vom Markt genommen wurde, weil er Suizidgedanken extrem steigerte und auch zu Suiziden führte.

In vielen Ländern sind „Fat Camps“ ein weiterer Bestandteil der Diätindustrie. Diese bieten Programme an, bei denen die Klient_Innen extrem wenige Kalorien zu sich nehmen, brutale Workouts durchführen und sich demütigen lassen müssen, um in kurzer Zeit viel Gewicht zu verlieren. Hauptsächlich richten sie sich an Kinder. In ihrer Rhetorik und ihren Mitteln bedienen sie sich bei Anti-Drogen-Kampagnen. Fat Camps in den USA nehmen bis zu 6000\$ pro Nacht und sind nichts anderes als Kindesmisshandlung.

Fazit

Wenn eine Gesellschaft sich wandelt, dann wandeln sich auch ihre kulturellen Vorstellungen über die Nahrungsaufnahme. In den 1990ern und 2000ern waren sehr dünne Models wie Kate Moss das Körpervorbild vieler Frauen und Mädchen. Mittlerweile wurde dieses weibliche Ideal abgelöst: Fitnesskult und der Wunsch nach Muskelaufbau wirken sich heute auch auf Frauen stärker aus.

Heutzutage macht man keine Diät mehr, sondern eine Lifestyle-Veränderung, man hungert nicht mehr, sondern fastet. Man nimmt nicht mehr aus Selbsthass ab, sondern für Self-Care und Wellness. Doch dem Körper ist es völlig egal, ob man ihn liebt oder hasst, während man ihn aushungert, und ob man das Ganze dann als Diät oder als Detox bezeichnet.

Die moderne Diätindustrie folgt dem Prinzip, dass nur ein gesunder Körper ein wertvoller Körper wäre, und der neoliberalen Annahme, dass alle Menschen, die nicht gesund sind, es einfach nicht genug versuchen würden. Krankheit wird mit moralischem Versagen gleichgesetzt, um strukturelle Probleme weiter zu privatisieren.

Jeder Mensch sollte selbstbestimmt und frei von Diskriminierung mit dem eigenen Körper umgehen dürfen. Um diese Möglichkeit zu erkämpfen, fordern wir:

- Gegen unterdrückerische Schönheitsideale in Werbung und Medien! Enteignet die großen Medienhäuser und die kulturschaffende Industrie. Für organisierte Medienarbeit durch Räte aus Zuschauer_Innen, Arbeiter_Innen und Kreativen unter Beteiligung von Menschen mit Diskriminierungserfahrung und ohne die Reproduktion von Unterdrückung.
- Anhebung des Mindestlohns und der Grundsicherung!
- Abschaffung der Polizei!
- Ausbau des Gesundheitssystem, diskriminierungssensibilisierende Schulungen für das Gesundheitspersonal! Ausbau von Anlaufstellen für Betroffene von Diskriminierung!

- Arbeitszeitverkürzung und Entspannung des Arbeitsalltags statt Leistungszwang und individueller Selbstoptimierung!

Literatur

Fat Studies. Ein Glossar. Hg. v. Anja Herrmann, u.A. Bielefeld 2022: Transcript.

Michelberger, Melodie. Body Politics. Hamburg 2021: Rohwolt.

Lechner, Elisabeth. Riot, Don't Diet! Aufstand der widerspenstigen Körper. Wien 2021: Kremayr & Scheriau.

Gordon, Aubrey: What We Don't Talk About When We Talk About Fat. New York 2021: Random House.