

# Ligevægt - en tværfaglig sammenslutning

Stiftet 6/5 2020

## Positionspapir #1 – Kort version

Formålet med sammenslutningen *Ligevægt* er at samle forskere og klinikere fra forskellige fagområder, som er parate til at gentænke opfattelsen af og omgangen med vægt i sundhedsvæsenet og i samfundet generelt.

Vægt har med hele menneskelivet at gøre, men undersøgelsen af vægt har været domineret af det medicinske perspektiv og forestillingen om, at vægttab for tykke mennesker er en forudsætning for sundhed.

Vi ønsker at ændre omgangen med vægt ud fra et bredt tværfagligt perspektiv, der blandt andet inkluderer medicin, psykologi, kostvejledning, fysioterapi, kulturforskning og teologi.

Begrebet ligevægt henviser til, at forskellige aspekter af menneskelivet og forskellige fagområder skal vægtes lige.

Vores invitation til en fælles gentænkning skal ses i lyset af nedenstående videnskabeligt veldokumenterede fakta:

- Kropsvægten bliver i høj grad bestemt tidligt i livet.
- Livsstilsbaserede vægttabsprogrammer medfører kun sjældent varigt vægttab.
- Deltagelse i vægttabsprogrammer mindsker ikke forekomsten af hjertekarsygdomme.
- Vægtfokus kan påvirke kropsbilledet negativt med en række sundhedsrisici til følge.
- Tykfofi og vægtstigmatisering er ødelæggende for det fysiske, psykiske og sociale helbred.

På baggrund af de nævnte begrænsninger og risici ved at lade vægt tage en central placering i samfundet og i sundhedssystemet ønsker vi med sammenslutningen *Ligevægt* at invitere til en kritisk drøftelse af omgangen med vægt og en fælles udforskning af alternativerne.

Hjemmeside [www.ligevaegt.org](http://www.ligevaegt.org)