

# BMI-doktrinen

En beskrivande idéanalys av kritiska diskurser kring BMI

Cayenne Björklund

Institutionen för Genusvetenskap

Examensarbete 15 hp

Genusvetenskap - kandidatkurs (30 hp)

Höstterminen 2023

Handledare: Cecilia Åse

English title: The BMI doctrine



**Stockholms**  
universitet

## **Abstract**

This paper examines critical perspectives on Body Mass Index (BMI) in ongoing societal discussions, focusing on poststructuralism, gender, consumer society, and race. Using fat studies, intersectionality theory, and poststructuralism, the research integrates Foucault's power theories. Analyzing six scholarly articles, the study categorizes BMI criticisms, emphasizing Foucault's biopower concepts as key to understanding societal regulation. The paradox of power is evident as the slim body signifies self-discipline in a consumer-driven culture valuing control. The paper also highlights BMI's critique for disregarding gender and race, originating from the white male body, and immerses into historical associations. The findings of this paper uncovers how the discourse on BMI is connected to commercial interests, politics, and economics, influencing power dynamics. In conclusion, the study underscores the link between BMI discourse, poststructuralism, and self-discipline, while revealing its limitations in a diversity context, with gender and race influencing criticism. Power, commercial interests, and societal politics emerge as crucial within this discourse.

**Keywords:** BMI, poststructuralism, fat studies, intersectionality, gender, race, Foucault, biopower, disciplinary power

# Innehållsförteckning

<b>1. Inledning</b>	<b>4</b>
1.1 Problemformulering	5
1.2 Syfte och frågeställningar	6
1.3 Bakgrund	7
<b>2. Material och metod</b>	<b>9</b>
2.1 Presentation av material och diskussion av urval	9
2.2 Metod	11
<b>3. Tidigare forskning</b>	<b>13</b>
3.1 Den slanka kroppens budskap	13
3.2 Hejda dina begär	13
<b>4. Teori</b>	<b>15</b>
4.1 Fat Studies	15
4.2 Intersektionalitetsteori	15
4.3 Poststrukturalism	16
<b>5. Analys</b>	<b>18</b>
5.1 Biomakt: samhällets disciplinering av populationens kroppar	18
5.2 Disciplinär makt: självkontroll och ansvar	21
5.3 Kön, kroppsideal och konsumtionssamhälle	23
5.4 Ras, fettfobi och stigmatisering	27
<b>6. Avslutande diskussion/Resultat</b>	<b>32</b>
Referenser	34
Bilagor	37

# 1. Inledning

## 1.1 Inledning och problemformulering

### Inledning

Från ca 11 års ålder har jag legat i överkant på BMI-kurvan. Jag minns hur det påpekades när jag vägdes och mättes och om kurvan någon gång hade gått ner fick jag tydligt förstå att det var något bra. Jag var knappt det minsta överviktig men började jämföra mig mycket med mina smalare klasskamrater och förakta min egen kropp. Jag kom i puberteten tidigt och växten började avstanna runt 155 cm vilket ansågs bekymmersamt då vikten ju ändå fortfarande gick uppåt med åren. "Nu borde du inte gå upp så mycket mer eftersom du inte växer mer på längden" sades det. Och jag försökte, men gick förstås upp mer i vikt eftersom jag bara var 12-13 år vid den tiden. Jag minns hur tjock jag tyckte att jag var. När jag tittar på bilder från den tiden så skulle jag klassa mig själv som "normalviktig", för att använda ett uttryck jag egentligen inte tycker om - i brist på bättre.

När jag var 16 år bantade jag för första gången, och har sedan dess gått upp i vikt, bantat, gått upp i vikt, bantat, gått upp i vikt, bantat, gått upp i vikt.. Som att jag vid varje försök till självkontroll förlorade den ännu mer, och istället bantade mig tjockare och tjockare. Enligt BMI är jag nu inte bara tjock, jag har svår fetma och lider av sjukdomen obesitas. Trots att jag är fullt frisk.

Boken *Kriget mot kroppen* (2022) har just publicerats och jag bläddrar i mitt förbeställda signerade ex. "Hopp!" står det, följt av författarnas signaturer. Överviktsforskaren Erik Hemmingsson och kroppsaktivisten Stina Wollter har skapat något ganska nytt i Sverige, nämligen en hel bok som problematiserar synen på tjocka kroppar. I boken finns otaliga berättelser om den stigmatisering tjocka upplever i samhället, om tjockhet och hälsa, bantning, utseendefixering, aktivism. Det redogörs även för den historiska utvecklingen av denna viktklassificering av människor, som Hemmingsson (2022, s. 135) beskriver som fyrkantig, inhuman och startskottet på den bantningshets som sedan uppstod, följt av mycket diskriminering inom bland annat vården. Han kallar det hela för "BMI-doktrinen".

Jag börjar reflektera över detta med BMI, och hur det används som standard inom skolan och vården. Som någon slags sanning, en vetenskaplig formel kring vilken man kan få fram “fakta” om människors hälsa, kropp och indirekt deras rätt till vissa medicinska ingrepp. Mitt intresse för de kritiska diskurser som råder kring just BMI växer och jag vill veta vad det finns för litteratur som tar upp denna kritik, samt hur den låter.

I boken *Den sanslösa hanteringen av tjocka människor* står det om hur tjocka medikaliseras och pekats ut som bärare av en epidemi, som omoraliska och som kostsamma. Det står om stigmatisering, motstånd och BMI. Vidare läser jag:

Studier om tjocka personer visar att den diskriminering de utsätts för måste förstås i relation till rådande maktrelationer (McPhail 2009). Själva idén om en fetmaepidemi löpte parallellt med tre andra framväxande fenomen: en ny moralisk och utseendefixerad hälsoideologi, en kraftfull överföring från politiskt till personligt ansvar och en vidgad medikalisering av icke-medicinska fenomen. I dessa maktrelationer blev den personliga smalheten bärare av ett supervärde. Filosofen Monica Greco säger att detta att tala i hälsans namn idag har blivit ett av de mest maktfullkomliga retoriska greppen i västvärlden (Greco 2004). (Brandheim 2023, s. 39.)

Jag känner inte hopp. Men, jag vill ta reda på mer om den kritik som finns mot BMI.

### **Problemformulering**

Det pågår ett flertal kritiska diskurser kring BMI - både inom den medicinska sektorn, inom den kroppsaktivistiska rörelsen, och inom den antirasistiska och intersektionella rörelsen. Det pågår även en poststrukturalistiskt vinklad diskurs kring de maktaspekter som genomsyrar användandet av BMI och det faktum att tjocka individer beläggs med ansvar och skuld för att de inte “lyckas” sluta vara tjocka, samtidigt som samhället ständigt uppmuntrar till konsumtion.

Ur ett genusvetenskapligt perspektiv är den kritik som innehåller analyser kring BMI först och främst intressant i förhållande till ett intersektionellt perspektiv kring ras, kön, genus, makt och normer. Vidare är den även intressant ur ett poststrukturalistiskt perspektiv i förhållande till diskurser kring kroppen som subjekt, makt, ansvar och självdisciplin. Här är Michel Foucaults idéer om makt väldigt applicerbara då dessa vilar på både en intersektionell och en poststrukturalistisk grund. Mot bakgrund av detta vill jag därför titta närmare på den kritik som riktats mot BMI som mätverktyg för kroppar. Jag vill systematisera denna kritik

genom att göra en beskrivande idéanalys, där huvuddelen av min analys blir att studera den kritiska diskursen utifrån vilka invändningar som förs fram mot BMI.

Uppsatsens disposition ser ut på följande vis: Först presenterar jag mitt syfte och mina frågeställningar, och därefter redogör jag för BMI och dess bakgrund. Vidare diskuterar jag mitt urval av material och presenterar det kort, följt av metod, tidigare forskning, teori och analys. För att kunna svara på mina frågeställningar kommer jag att göra en beskrivande idéanalys av det material jag valt ut. Jag kommer att använda mig av intersektionalitetsteori, fat studies och poststrukturalism som teoretiska ramar, samt Foucaults tankar om makt. Jag kommer sedan att koppla analysen av materialet till tidigare forskning som gjorts inom dessa områden. Jag har därför delat in min analys i fyra teman/rubriker som jag anser relevanta för att svara på uppsatsens frågeställningar:

1. Biomakt: samhällets disciplinering av populationens kroppar
2. Disciplinär makt: självkontroll och ansvar
3. Kön, kroppsideal och konsumtionssamhälle
4. Ras, fettfobi och stigmatisering

## **1.2 Syfte och frågeställningar**

### **Syfte**

Syftet med uppsatsen är att undersöka vilka idéer som finns inom den vetenskapliga kritiska diskursen kring BMI, mot bakgrund av den kritiska samhällsdebatt som råder. Uppsatsens huvudsakliga fokus kommer att ligga på de genusvetenskapligt relevanta delar som vilar på en intersektionell och en poststrukturalistisk grund.

### **Huvudsakliga frågeställningar**

- Hur kommer idéer om poststrukturalism och makt in i den kritiska diskursen om BMI?
- Hur kommer idéer om kön och konsumtionssamhälle in i den kritiska diskursen om BMI?
- Hur kommer idéer om ras och marginalisering in i den kritiska diskursen om BMI?

## 1.3 Bakgrund

### Vad är BMI och hur används det?

BMI (Body Mass Index, på svenska: Kroppsmasseindex) är enligt WHO en “åtgärd för att indikera näringsstatus hos vuxna” som utvecklades som en riskindikator för sjukdom (WHO, 2010). För att få fram ditt BMI tar du din kroppsvikt i kilo och delar den på din längd i meter i kvadrat. Formeln lyder alltså: **kg/m<sup>2</sup>**. BMI-måttet används idag främst inom vården, för att mäta var personen/patienten befinner sig inom spannen *undervikt*, *normalvikt*, *övervikt* och *fetma* (*klass I*, *klass II* och *klass III*). Utifrån detta mått anses det alltså kunna bedömas om en person ligger i riskzonen för eventuella sjukdomar på grund av sin övervikt eller fetma (WHO, 2010). BMI används även som ett gränsvärde för vissa medicinska ingrepp inom vården, till exempel IVF<sup>1 2</sup> (In vitro-fertilisering, även kallat provrörsbefruktning). Gränsvärdet för IVF har kritiserats<sup>3</sup> av bland annat forskaren och gynekologen Snorri Einarsson, som genomfört studien *Obesity, weight reduction treatment and IVF* (2021) i ämnet.

### BMI:s historia och bakgrund

Redan år 1832 skapades grunden till BMI, av den belgiska matematikern, astronomen och statistikern Adolphe Quetelet, och kallades då för The Quetelet Index. Quetelet var intresserad av att definiera egenskaperna för “den normala mannen” - och av att hitta ett statistiskt sätt att beskriva en normalfördelning av människors kroppsvikt inom större populationer (Eknoyan 2008, s. 49). Han kom fram till formeln som ligger till grund för nutidens BMI-mått, kg/m<sup>2</sup>. Quetelet påpekade dock att hans mått inte bör användas på individbasis, utan främst för populationer (Hemmingsson & Wollter 2021, s. 136).

Efter andra världskriget började forskare undersöka sambandet mellan vikt och hjärt-kärlsjukdom i epidemiologiska studier (Eknoyan 2008, s. 47), och sökandet efter ett sätt att mäta hälsorisker på drevs på av amerikanska livförsäkringsbolag. På 1970-talet utförde den amerikanske sociologiprofessorn Ancel Keys med kollegor (Keys; Fidanza; Karvonen; Kimura N; Taylor HL, 1972) en studie med syftet att hitta en vetenskaplig metod för att

---

<sup>1</sup> [Regler och grundkrav - Assisterad befruktning, IVF/ICSI \(karolinska.se\)](#)

<sup>2</sup> [Mammans vikt styr möjligheterna till IVF | SVT Nyheter](#)

<sup>3</sup> [Snorri Einarsson - BMI-gränsen för statligt subventionerad fertilitetsbehandling borde ändras | Göteborgs universitet \(gu.se\)](#)

korrekt klassificera personer som överviktiga baserat på vikt-till-längd-förhållandet. Även om studien av Keyes et al (1972) pekade på att The Quetelet index inte var en perfekt indikator för att mäta kroppsfett på individnivå, så bedömdes måttet bra nog för att använda på befolkningsbaserade studier. Det återupptogs av Keyes, som 1972 döpte om det till BMI (Body Mass Index). För försäkringsbranschen och allmänheten blev BMI ett enkelt sätt att bedöma relativ fetma (Anderson 2012, s. 198 ff.).

Någonstans runt denna tid började BMI bli mer och mer vedertaget och uppmärksammades även av WHO<sup>4</sup> och NIH<sup>5</sup>. Under mitten av 80-talet skapade de gränser mellan kategorierna normalvikt och övervikt, som skiljde sig med några decimaler för kvinnor respektive män. Det skulle dock användas med försiktighet enligt NIH. Denna inställning ändrades genom tiden och i slutet på 90-talet övergav de sin försiktiga hållning, då BMI blev fullt accepterat av NIH och uppmuntrades att användas som standard för viktbedömning/kroppsmått av alla vuxna. I och med detta sänktes även BMI-gränsen för övervikt från 27,8 till 25 och dagens universella och allmängiltiga BMI-gränser etablerades (Anderson 2012, sid 200-201).

Denna sänkning ledde till att miljontals människor, som tidigare befunnit sig inom "normalvikt" enligt de tidigare BMI-gränserna, plötsligt klassades som "överviktiga", varpå larmen om **fetmaepidemin** började att spridas (Hemmingsson & Wollter 2022, s. 150). Överviktsforskaren Erik Hemmingsson menar att det är obegåvat att skuldbelägga individer men samtidigt se förbi strukturerna, och anser att det skedde ett allvarligt misstag när de risker som identifierats på befolkningsnivå började appliceras på individer från första början (Hemmingsson & Wollter 2022, s. 138).

Trots diskussioner om BMI:s relevans för olika grupper, och trots både Quetelets och Keyes uppmaningar om att måttet inte är tillfredsställande nog för bedömning på individnivå har både WHO och NIH fortsatt att rekommendera en universell användning av BMI som individuellt diagnostiskt verktyg för övervikt och fetma.

---

<sup>4</sup> WHO (World Health Organization) - FN:s fackorgan för hälsofrågor.

<sup>5</sup> NIH (National Institutes of Health) - Myndighet som lyder under den amerikanska federala regeringens departement för hälsovård och socialomsorg.



## 2. Material och metod

### 2.1 Presentation av material och diskussion av urval

#### Diskussion av urval

För att hitta det material jag ville analysera (vetenskapliga artiklar som problematiserar BMI utifrån diskurser om poststrukturalism, tjockhet, ras, kön och hälsa) sökte jag i SUBs databas för artiklar - EBSCO. Jag började med att söka på svenska för att se om det fanns artiklar som lyfte kritik mot BMI ur en svensk diskurs, och använde då relevanta sökord i olika kombinationer. Att hitta artiklar skrivna ur en svensk kontext visade sig vara svårt, varför jag fick fortsätta mina sökningar på engelska. Jag använde mig av ungefär samma sökord fast på engelska. Exempel på sökord: *BMI, Body Mass Index, fat studies, critical fat studies, criticism, gender, bias, intersectionality, race/racism, stigmatization, poststructuralism, fat body, fat, fatness, masculinity, femininity, health*. Först lade jag till sökord som *Sweden* och *Swedish study* i sökningarna men fick fortfarande inte upp något av relevans. Efter många olika kombinationer av mina sökord och upprepade sökningar blev det tydligt vilka artiklar som återkommande dök upp högt i träfflistan. Utöver detta sökte jag även i referenslistor/bibliografier i artiklar och böcker för att hitta källor som skulle kunna vara relevanta för denna uppsats. De jag ansåg intressanta sökte jag sedan efter på EBSCO.

Utifrån de träffar jag funnit påbörjade jag sedan arbetet med att gallra bland dessa. Alla artiklar som inte var peer reviewed, eller som inte var akademiska texter valdes bort, likaså artiklar som var på andra språk än engelska eller som rörde en väldigt specifik grupp människor som inte var relevant för min uppsats. Många artiklar handlade endast om BMI ur olika medicinska perspektiv och även dessa valdes bort.

Efter denna process hade jag samlat ihop runt 20 artiklar som jag ansåg kunde vara relevanta utifrån disciplin, titel och nyckelord. Nästa steg blev att läsa alla dessa artiklars Abstract och sedan välja ut ca sex stycken att använda som material i denna uppsats. Jag gjorde urvalet genom att titta på vilka artiklar som kom upp i flest sökningar, och på representationen av kritiken.

Jag ville, i den mån det var möjligt, få in en bredd i spridningen på kritiken för att analysen skulle bli så intersektionellt täckande som möjligt inom ramen för denna uppsats. Jag har alltså valt bort en hel del artiklar och är medveten om att det kan påverka resultatet.

## **Material**

Som material har jag valt ut dessa sex vetenskapliga artiklar:

*At the Intersection of Public Health and Fat Studies: Critical Perspectives on the Measurement of Body Size* (Satinsky & Ingraham, 2014). Artikeln för en kritisk diskussion kring användandet av kroppsmätningar, med avsikt att öppna upp för samtal runt behovet av att dokumentera kroppars mångfald inom både fat studies och public health. Författarna diskuterar icke-stigmatiserande sätt att mäta kroppar på, istället för till exempel BMI.

*Changing body mass index: The need for a more measured approach?* (Kaufmann; Agalawatta; Outhred; Malhi, 2018). Artikeln diskuterar begränsningarna med BMI som ett mått på kroppskonstitution/kroppssammansättning och påpekar behovet av alternativa metoder för att mer noggrant bedöma eventuella risker relaterade till fetma.

*Grading the 'Good' Body: A Poststructural Feminist Analysis of Body Mass Index Initiatives* (Gerbensky-Kerber, 2011). Artikeln tar upp en lag (Act 1220) i Arkansas som innebär att skolor måste mäta elevernas BMI varje år, och skicka resultatet till barnets vårdnadshavare. Författaren använder en poststrukturalistisk analys för att redogöra för de debatter som uppstått till följd av denna lag.

*Human variation and Body Mass Index: A review of the universality of BMI cut-offs, gender and urban-rural differences, and secular changes* (Mascie-Taylor & Goto, 2007). Artikeln ställer sig frågande om huruvida det är lämpligt att använda universella gränsdragningar för de olika BMI-kategorierna. Detta då studier har visat att relationen mellan kroppsfett och BMI påverkas av ålder och kön, samt skiljer sig åt mellan olika etniska grupper.

*"That chart ain't for us": How Black women understand "obesity," health, and physical activity* (Justin & Jette, 2022). I artikeln genomför författarna en kvalitativ studie där de med hjälp av Foucault-inspirerade kritiska viktstudier och svart feminism undersöker hur åtta tjocka

och fysiskt aktiva svarta kvinnor positionerar sig själva i relation till diskurser kring fetma och svart femininitet.

*Whose Voice Counts? A Critical Examination of Discourses Surrounding the Body Mass Index* (Anderson, 2012). Artikeln granskar användningen av BMI som ett exempel på hur biomedicinsk diskurs har privilegierat vissa definitioner och skapat socialt konstruerade kategorier. Genom att använda Jordans (1997) koncept om auktoritativ kunskap undersöker författaren BMI:s utveckling, omfattande användning och de kritiska röster som lyfts fram i dagens debatt.

## 2.2 Metod

För att analysera och beskriva de idéer och maktstrukturer som studeras (som präglar kritiken av BMI) kommer jag att använda mig av en beskrivande idéanalys. Med hjälp av den vill jag titta kvalitativt på vilka former av kritik som förs fram, hitta egna teman inom detta och analysera vissa av dessa vidare på en djupare nivå.

### Idé- och ideologianalys

Göran Bergström och Kristina Boréus (2012, s. 145) beskriver idé-/ideologianalysen som en mångvetenskaplig analysmetod som används för att fånga upp de idéer och ideologier som uttrycks i en text. Ordet **idé** kan definieras på många olika sätt utifrån kontext, men inom idéanalysen handlar det oftast om idéer som tankekonstruktioner som formar ett sätt att se på verkligheten, exempelvis värderingar och föreställningar/tankar om hur man "bör" göra (Bergström och Boréus 2012, s. 140).

Bergström och Boréus (2012, s. 140 ff.) förklarar ordet **ideologi** som en samling av idéer av samhällelig eller politisk natur. Denna samhällsåskådning skapas enligt statsvetarprofessorn Herbert Tingsten utifrån de tre element som bildar en ideologi: grundläggande värdepremisser (till exempel en viss syn på vad som är rätt/fel), verklighetsomdömen (påståenden om verkligheten, till exempel hur vissa strukturer verkar i samhället) och konkreta rekommendationer (till exempel handlingsförslag för att försöka ändra på det som anses "fel").

För att applicera Tingstens teori på uppsatsens tema skulle man till exempel kunna se hälsoism som en samhällelig ideologi på detta vis:

*Grundläggande värdepremiss*: det är viktigt att prioritera hälsa och fitness över allt annat.

*Verklighetsomdömen*: en viss syn på vad som är hälsosamt/ohälsosamt, på hur man mäter hälsa och på vem som bär ansvar för individers hälsa.

*Konkreta rekommendationer*: statliga inventioner, vårdinventioner, dieter, träning, bantning.

Viktigt att belysa är att det alltså finns en viss moralistisk aspekt inbakad i koncepten om idé och ideologi.

### **Beskrivande idéanalys**

Inom statsvetenskapen används ofta begreppet idéanalys. Det finns inga tydliga indelningar inom idéanalysen, men enligt Bergström och Boréus (2012, s. 146) kan man specificera sin idéanalys genom att utgå från syftet med den. Om syftet är att beskriva förekomsten av idéer i sitt material kan man tala om en beskrivande idéanalys. Vidare kan man fråga sig om man vill analysera/beskriva förekomsten av idéer mer allmänt, eller om man vill analysera/beskriva förekomsten av idéer utifrån ett särskilt perspektiv. En beskrivande idéanalys måste inte innehålla undersökandet av maktaspekter, men det är dock inte ovanligt att den gör det (Bergström och Boréus 2012, s. 172).

I de artiklar jag kommer att analysera vill jag alltså med hjälp av en beskrivande idéanalys hitta vilka tankekonstruktioner som genomsyrar den kritik som presenteras rörande BMI. Teoribasen i min uppsats utgörs av intersektionalitetsteori, fat studies och poststrukturalism, vilket innebär att undersökandet av maktaspekter kommer att vara en viktig del i analysen.

### **3. Tidigare forskning**

#### **3.1 Den slanka kroppens budskap, Susan Bordo (1993)**

I texten utforskar Susan Bordo (1993, s. 3-4) hur skönhetsideal och kroppsdisciplinering har förändrats över tid och blivit en normaliserande strategi inom konsumtionskulturen. Texten analyserar hur slankhetsidealet har utvecklats och kopplats till självdisciplin och självkontroll, särskilt hos kvinnor. Synen på den smala kroppen som en kropp i kontroll, har i sin tur skapat synen på den tjocka kroppen som en kropp tillhörande en person med bristande kontroll och bristande moral (Bordo 1993, s. 7).

Genom att diskutera konsumtionskulturens dubbla budskap om begär och kontroll och Foucaults teorier om den sociala konstruktionen av kroppen, undersöker hon hur samhället formar människors relation till sina kroppar och deras självdisciplin för att upprätthålla normen (Bordo 1993, s. 10).

Bordo (1993, s. 11-12) belyser även de psykologiska effekterna av att kroppen används som en representation av självkontroll, inklusive hur detta kan skapa ätstörningar. Hon framhäver hur skönhetsidealet är kopplat till genus och kön, och att kvinnor betalar det högsta priset i denna kontext. Slutligen betonar hon att oavsett om kroppen är kontrollerad inifrån eller utifrån, så påverkas den alltid av den rådande kulturen.

#### **3.2 Hejda dina begär, Maria Lönn (2011)**

I sin text lyfter Maria Lönn (2011, s. 240) en förståelse för hur smalhetsidealet är kopplat till maktstrukturer kring ras, kön och klass, och hur viljan att ha en smal kropp därför hör ihop med begäret efter att få tillhöra en privilegierad grupp. Hon utforskar hur skönhet tillskrivs en vit och smal idealbild och hur detta skapar hierarkier och marginalisering för andra kroppstyper, särskilt de som är knutna till svarthet eller tjockhet. Vidare diskuterar hon hur dessa faktorer interagerar för att forma samhällets syn på skönhet och identitet, och hur ideal påverkar individers uppfattningar om både sig själva och om samhällets strukturer (Lönn 2011, s. 238 f.).

Lönn (2011, s. 240) konstaterar att skönhetspraktiker alltid är politik - och att det som styr hur vi fortsätter att producera och reproducera dessa är vi själva. Om vi har ett begär efter den vita smala kroppen så är det med andra ord det vi kommer att reproducera. Därför utforskar hon möjligheten att utmana rådande ideal för att skapa en gemenskap som inkluderar olika kroppstyper och identiteter, bortom normer. Hon menar att för att öppna upp för större acceptans av "avvikande" kroppar behöver vi avkoda oss själva, genom en frigörelse från vår strävan efter den vita smala kroppen (2011, s. 251).

## 4. Teori

### 4.1 Fat studies

I boken *Fat* (2012) skriver Deborah Lupton om critical weight/fat studies, som jag i uppsatsen väljer att kalla för fat studies. Liksom många kritiska maktanalyser har fat studies vuxit fram som ett svar på marginalisering och fördomar kring kroppen, i detta fall den tjocka kroppen. Fat studies kan i korta drag beskrivas som en disciplin som lyfter den levda erfarenheten av att vara tjock. Disciplinens huvudsyfte är att rikta uppmärksamhet mot samhällseliga attityder mot tjocka kroppar, ur ett socialt rättviseperspektiv (Satinsky & Ingraham, s. 144).

Tjockaktivism har funnits sedan 60-talet, men ökade stort efter att det började alarmeras om "hälsokris" och "fetmaepidemi" som en effekt av nylanseringen av BMI i slutet på 90-talet (Lupton 2013, s. 4 f.). Därför är en viktig del i fat studies ifrågasättandet av medicinska sanningar, som exempelvis användandet av BMI, eller den sociala konstruktionen av "fetmaepidemin". En annan fråga av betydelse är vilka maktordningar som gynnas av upprätthållandet av dessa diskurser och sanningar (Lupton 2013, s. 7 f.).

Genom att belysa både levda erfarenheter av tjockhet och samhällseliga attityder gentemot tjocka vill man utmana normer och stigmatisering kring tjocka kroppar. Exempel på dessa kan vara synen på den tjocka kroppen som ohälsosam eller sjuk, antaganden om att tjocka borde, kan, eller vill gå ner i vikt, eller antaganden om att tjocka är lata eller saknar självkontroll. En viktig grundsten inom fat studies är ett kritiskt förhållningssätt gentemot samhällets önskan att kontrollera och moralisera tjocka kroppar. Det anses även viktigt att ifrågasätta ordval och definitioner av tjocka kroppar, till exempel termer som ofta används inom medicinska diskurser som "övervikt", "fetma" och "obesitas". Många väljer därför istället att använda termer som fet eller tjock för att skapa ett avståndstagande från patologiseringen av fetma (Satinsky & Ingraham, s. 145).

### 4.2 Intersektionalitetsteori

Intersektionalitetsteori kan förklaras som en förståelse om hur olika maktordningar samverkar och bygger på skapandet av sociala kategorier och gruppidentitet (Gemzöe 2014, s. 190). Det

är en vetenskaplig kritisk analysmetod, vars syfte är att belysa hur sammanflätade maktstrukturer och sociala kategorier ständigt förändras, reproduceras och (om)skapas, för att lättare kunna förstå och förklara dem (Lykke 2005, s. 10).

En intersektion kan betraktas som en bildlig beskrivning där två eller flera olika maktaxlar korsar varandra. I skärningspunkten kan vi få syn på osynliga strukturer och komplexa makthierarkier som vi kanske inte hade upptäckt om vi analyserat enstaka maktaxlar var för sig, vilket kan skapa större förståelse för problematikens helhet (Lykke 2003, s. 48).

Analysen av könsmaksordningen tillsammans med andra sociokulturella maktordningar är inget nytt inom feministisk teori (Gemzöe 2014, s. 190). Dock har begreppet intersektionalitet varit viktigt för att namnge denna typ av analys kring hur olika kategorier såsom ras, etnicitet, genus, sexualitet, ålder och klass samspelar och konstruerar varandra (Lykke 2005, s. 8 f.).

### **4.3 Poststrukturalism**

Poststrukturalismen menar att idén om sanningar och objektivitet är orimlig, då kunskap och ståndpunkter är subjektiva, tillfälliga och föränderliga. Språket ges en central roll i hur vi tolkar både vår omvärld och oss själva, och inom olika diskurser ges ord olika betydelser då även språket är föränderligt och subjektivt. Vilken diskurs som råder styrs av samhälleliga, sociala och politiska omständigheter och maktförhållanden. En välkänd förespråkare för postmodernismen är den franska filosofen, idéhistorikern och författaren Michel Foucault (Gemzöe 2014, sid 135 f.). I uppsatsen kommer jag att använda mig av Foucaults idéer om kunskap och makt, och hur dessa tenderar att styra oss genom internaliserade normer, snarare än regler och lagar.

Foucault menar att biomakt innebär att staten utövar makt över befolkningen och deras liv genom biopolitiska verktyg. Vidare förklarar han disciplinär makt som något som verkar genom institutioner och disciplinering av kroppen i form av internaliserad självkontroll. Ett sätt att förklara skillnaden tydligare är att beskriva den disciplinära makten som makt på mikronivå och biopolitiken som makt på makronivå (Taylor 2011, s. 43 ff.).



### **Poststrukturalistisk feminism**

Eftersom makt och kontroll också uttrycks via språk och kommunikation är maktanalys tätt sammanvävt med poststrukturalismen. Därför har poststrukturalism en hel del gemensamt med feminism, liksom med andra discipliner som lyfter makthierarkier i samhället (Gerbensky-Kerber 2011, s. 356). Även feminismen har ihärdigt poängterat att objektiv sanning och vetenskap i själva verket är högst auktoritär, subjektiv och tillfällig. Den är oftast skapad av-, och för att gynna dem som står högst i rang inom olika rådande maktstrukturer som samexisterar i samhället, och exkluderar därför andra grupper (Gemzöe 2014, s. 136).

Poststrukturalistisk feminism uppmuntrar till att analysera hur samhället fungerar och hur diskurser om-, och kategoriseringar av olika grupper påverkar dem. Denna analys kan även appliceras på hälsopolitik, för att ta reda på hur både samhället och enskilda grupper påverkas av den (Gerbensky-Kerber 2011, s. 356).

## 5. Analys

Jag kommer att börja min analys av den kritiska diskursen kring BMI i det stora - och först diskutera biomakt och samhällets kontrollerande av kroppar, i form av auktoritativ kunskap och biopolitiska verktyg. Vidare kommer jag att röra mig inåt mot kroppen och diskutera disciplineringen av enskilda kroppar i form av disciplinär makt, ansvar och självkontroll. Till sist kommer jag att gå in mer specifikt på hur kritiken mot BMI ser ut utifrån perspektiv som lyfter kön, kroppsideal och konsumering, samt ras, fettfobi och stigmatisering.

### 5.1 Biomakt: samhällets disciplinering av populationens kroppar

I detta avsnitt kommer jag att redogöra för diskurser som förhåller sig kritiska mot BMI genom att diskutera biomakt - samhällets disciplinering av invånarnas kroppar genom biopolitiska verktyg. Genom auktoritativ kunskap och institutionaliseringen av en hälsopolitik som bygger på moralism, normer och andra disciplinära maktaspekter kan man införa och legitimera kontrollerande inventioner, såsom mätandet av BMI.

#### Auktoritativ kunskap inom hälsodiskursen

I artikeln *Whose voice counts? A critical examination of discourses surrounding the Body Mass Index* lyfter Jenn Anderson (2012, s. 196) Jordans (1997) perspektiv om auktoritativ kunskap inom hälsokontexten. Med detta menas att medicinsk specialiserad kunskap som använder ett specifikt vetenskapligt språk ger makt åt dess ägare, vilka sedan kan styra över vad som klassas som fakta. Inom det biomedicinska hälsosystemet har alltså de som besitter sådan kunskap auktoritet att hävda legitimitet, vilket i sin tur gör BMI till ett vetenskapligt och legitimt sätt att diskutera vikt och hälsa utifrån en auktoritär ståndpunkt. BMI kan därför klassas som ett kraftfullt biopolitiskt verktyg som tillåter kategorisering av individer baserat på deras vikt. Vidare hänvisar hon till hur Lock och Nichter (2002) betonat att kunskapsauktoritet bland annat etableras genom just definiering och kategorisering, vilket leder till att levda erfarenheter reduceras till dessa kategorier (Anderson 2012, s. 195).

Deborah Lupton (2013, s. 25) poängterar hur Michel Foucaults teorier om makt, kroppen och vad han kallar för "den medicinska blicken" (auktoritativ kunskap) spelar en viktig roll inom fat studies. Ur ett poststrukturalistiskt synsätt definieras kategorier till stor del genom att

reproduceras, vilket innebär att forskare inom medicin och folkhälsa har ett stort ansvar och en viktig förmåga till påverkan i definierandet, regleringen och övervakningen av kroppar.

### **Biopolitiska verktyg**

Teorin om att biomakt utövas genom biopolitiska verktyg härstammar, som tidigare nämnts, från ett poststrukturalistiskt synsätt och Michel Foucault (Taylor 2011, s. 43 ff.). Utifrån detta resonemang anser jag att BMI-måttet kan ses som ett mycket effektivt biopolitiskt verktyg, och att ytterligare ett intressant exempel på hur ett biopolitiskt verktyg kan användas i nutid går att finna i texten *Grading the 'good' body* av Anne Gerbensky-Kerber (2011).

I Arkansas finns en lag (Act 1220) som innebär att skolor måste mäta elevernas BMI varje år och skicka resultatet till barnets vårdnadshavare. Lagen har skapat stora debatter och motsättningar mellan vårdnadshavare, barn, skolpersonal och beslutsfattare. I artikeln *Grading the 'good' body* redogör Anne Gerbensky-Kerber (2011, s. 357) för hur kostnaderna för barnfetma möjliggjorde införandet av Act 1220 och visar på hur de diskurser som följt i anslutning till lagen ger viktig information om hälsopolitik och dess konsekvenser. Hon använder sig av en poststrukturalistisk feministisk analys och menar att lagen kan kopplas till en individualisering av normer kring vad som är ohälsosamt och inte (Gerbensky-Kerber 2011, s. 359) samt hur klass och kön spelar in i hälsoåtgärder (Gerbensky-Kerber 2011, s. 354).

Vidare uppmärksammar hon Foucault (1995) och beskriver hans teori om hur samhällseliga institutioner utnyttjar en rad olika mekanismer för att öka kroppens funktion och effektivitet, genom att benämna egenskaper som normala eller onormala. I och med detta kan avvikelser från normen på så vis både synliggöras och övervakas - exempelvis genom att mäta och väga populationen för att räkna ut dess BMI (Gerbensky-Kerber 2011, s. 358). Hon nämner också hur Lupton (2003) poängterar att politiska ekonomer ofta kritiserar hälsoinitiativ för att de kontrollerar allmänheten utan att tillräckligt fokusera på att hantera sociala ojämlikheter (Gerbensky-Kerber 2011, s. 360).

I relation till dessa exempel på biopolitiska verktyg anser jag även att det är intressant att notera att författarna av artikeln *That chart ain't for us* skriver att försöken att medicinskt klassificera tjockhet genom BMI och obesitas har bidragit till hela konstruktionen av fetmaepidemin under 2000-talet (Justin & Jette 2022, s. 605 f.). Dessa reflektioner rörande

hur mätandet av tjockhet genom BMI både myntat termen fetma och startat diskursen om fetmaepidemin är något som är en viktig grundtanke inom fat studies (Lupton 2013, s. 8 f.).

Justin & Jette (2022, s. 607) beskriver vidare BMI som ett viktigt biopolitiskt verktyg för att styra och stigmatisera tjocka kroppar, eftersom det reglerar och disciplinerar kroppar både på populationell och individuell nivå. Andra exempel på biopolitiska verktyg menar de inkluderar anti obesity-kampanjer och liknande hälsorelaterade kampanjer som bygger på idén om fetma som en epidemi. Detta kan även kopplas till artikeln *Whose voice counts? A critical examination of discourses surrounding the Body Mass Index* där författaren Jenn Anderson (2012, s. 196) understryker att BMI inte bara är ett medicinsk verktyg, utan även ett klassificeringssystem som kan ha stora konsekvenser på både samhälleliga och individuella nivåer.

Med andra ord är det viktigt att förstå hur biopolitiska verktyg såsom BMI, hälsokampanjer eller lagstiftningen i Arkansas påverkar människors faktiska upplevelser och liv, och att analysen av dessa innefattar en maktkritisk ståndpunkt.

### **Poststrukturalism och biomakt**

Även Justin & Jette (2022, s. 607) använder en poststrukturalistisk analys i sin artikel *That chart ain't for us*, och lyfter många relevanta tankar som exempelvis Michel Foucaults (2003a) teorier om kunskap och makt. De argumenterar för att den kunskap som sprids som "sanning" formar en dominerande diskurs som påverkar hur individer lever och agerar i samhället. De använder sedan denna grund för att undersöka hur den dominerande diskursen kring fetma har kopplats ihop med aspekter som ohälsa, bristande fysisk aktivitet och dålig kost, trots komplexiteten inom diskurser om tjockhet och hälsa, samt osäkerheten kring de tillgängliga datan rörande ämnet. De målar även upp en parallell mellan diskurserna kring ras och tjockhet och argumenterar för att båda diskurserna utgör delar av vad Foucault (1980, 2003a) benämner som biomakt. Rasism har klassificerats av Foucault (1980, 2003a) som en grundläggande mekanism för en biopolitisk stat, där normer och hälsodiskurser tenderar att patologisera individer som inte passar inom dessa normer.

I relation till dessa poststrukturalistiska tankar om biomakt och biopolitiska verktyg landar mina egna funderingar i tanken om att det finns en risk för att vi om en tid kommer att se tillbaka på dessa mätningar av människors kroppar med en dålig eftersmak, även om de

utförts i "hälsans namn". Kanske kommer vi att förhålla oss till kategoriseringen av kroppar efter vikt på ett liknande sätt som vi nu ser på andra mätningar av grupper som gjorts genom historien, såsom till exempel rasbiologi.

## **5.2 Disciplinär makt: självkontroll och ansvar**

I detta avsnitt kommer jag att rikta diskussionen vidare mot disciplineringen av enskilda kroppar och individer. Med hjälp av biopolitiska verktyg skapas normer och subjektspositioner som internaliseras så pass att de blir självreglerande. Vidare kommer jag att diskutera individens ansvar för sin egen kropp och hälsa gentemot samhällets ansvar/skyldigheter.

### **Disciplinär makt**

I artikeln *Grading the 'good' body* beskriver författaren Foucaults (1995) teori om disciplinär makt, och hur den internaliseras i samhällsmedborgare på ett sätt som gör den individualiserad och självupprätthållande. Övervakningsmekanismer (som exempelvis kontroller och olika former av hälsotester) är alltså så pass integrerade så att de oftast betraktas som välmående allmänintresse (Gerbensky-Kerber 2011, s. 359). Utifrån detta kan man reflektera över om smalhetsnormen därmed kan kallas för en form av disciplinär makt, där själva införandet av kroppsliga mätningar klassas som biomakt och BMI-måttet är ett av de biopolitiska verktygen.

### **Samhällelig kontroll gentemot individuell frihet**

I samma artikel förklarar Gerbensky-Kerber (2011, s. 359 f.) vidare hur institutionaliseringen av Act 1220 skapade möjligheter att etikettera och disciplinera de som ansågs vara ansvariga för övervikt, varpå föräldrar blev anklagade. Ett exempel på detta var att vissa menade att vårdnadshavare borde ha ansvaret för övervakningen av sina barns kroppar, vilket alltså innebär att barns kroppar skulle kunna bli symboler för bedömning av vad som anses vara ett gott eller ansvarsfullt föräldraskap.

Analysen av diskurserna kring Act 1220 tydliggör alltså motsättningarna mellan samhällelig och social kontroll gentemot den individuella friheten. När författaren vidare utforskar avvägningen mellan individens frihet och samhällets sociala kontroll, reflekterar hon över om ett samhälle har befogenhet att kontrollera medborgarnas kroppar under förevändningen av

att främja "hälsa". Hon lyfter även Deborah Luptons poäng om att liknande hälsoinitiativ ofta kritiserar av politiska ekonomer för att de skuldbelägger individer istället för att fokusera på strukturell ojämlikhet (Gerbensky-Kerber 2011, s. 360).

“As social problems and their solutions are defined and debated, they give rise to subject positions that shape possibilities for human agency.” (Gerbensky-Kerber 2011, s. 363).

### **Individualisering och moralism**

Även Satinsky & Ingraham (2014, s. 146) tar upp ett liknande resonemang, när de lyfter Luptons (1995) tankar om att den medicinska folkhälsodiskursens fokus på hälsosamhet innebär en process där vissa kroppstyper bedöms genom att kopplas till *brist* på hälsa. Detta leder i sin tur till marginalisering och en tendens att individualisera hälsa och sjukdom genom att bortse från bredare sociala sammanhang. De lyfter vidare hur Kirkland (2011) hävdar att framställningen av fetma som något som endast beror på miljömässiga faktorer, döljer en underliggande moralism som liknar Luptons (1995) koncept om hälsosamhet. Denna gömda moralism legitimerar både bestraffande, ineffektiva och nedsättande beteenden, samt interventioner av- och mot den tjocka kroppen.

### **Självkontroll**

I texten *Den slanka kroppens budskap* beskriver Bordo (1993, s. 7 f.) hur kroppens storlek och utseende på senare tid har blivit ett mått på individens inre ordning - och en symbol för själens tillstånd. En slank och vältränad kropp berättar för andra att man bryr sig om sig själv och om hur andra upplever en, samt visar på viljestyrka och kontroll av impulser. Anorexi representerar på så vis en total förmåga att kunna stå emot lust och begär, medan fetma representerar en total kapitulation inför begäret.

Hon menar vidare att vi störs av både de överviktiga och de självsvaltande, för att de ger uttryck åt ett motstånd mot de kulturella normerna. De överviktiga som påstår att de är lyckliga, trots sin övervikt, följer inte spelets regler och kan inte tillåtas att ”komma undan” då andra måste anstränga sig för att bli godkända. Därför måste de sättas på plats (Bordo 1993, s. 12). Bordo sätter här fingret på något jag själv reflekterat mycket över, nämligen hur provocerade människor tenderar att bli av personer som inte verkar bry sig om någon form av “självförbättrande”. Att någon inte spelar enligt de regler som satts upp. En intressant

frågeställning i detta är varför provokationen i många fall riktar sig mot individen som inte följer reglerna, istället för att rikta sig mot de samhälleliga normer som styr oss.

Även Lönn (2011, s. 238) hänvisar i sin text *Hejda dina begär* till Susan Bordo och lyfter hennes tanke om att kvinnor i västerländska kulturer indoktrinerats till att tro att de kan fly känslan av otillräcklighet genom att kontrollera sina kroppar och sin aptit.

I *Den slanka kroppens budskap* skriver Bordo:

Mellan mediernas bilder av självdisciplin och självbehärskning och verklighetens av konstant stress och ångest över hur man ser ut, ligger den djupa klyfta som producerar ett kroppsmedvetande som har vant sig vid självkritik och självmoralisering. (Bordo 1993, s. 12)

Den slanka kroppen representerar alltså makt i form av självdisciplin, en kontroll som kopplas ihop med att ha makt över sig själv och sin situation. Uttrycket självkontroll väcker en relevant fråga om vem som egentligen kontrollerar självet.

I relation till detta är en reflektion jag gör att vi tenderar att likställa självkontroll med lycka och en form av självförverkligande. I motsats till idén om att friheten ligger i just det faktum att vi inte kan kontrollera eller förutsäga livet, placeras friheten istället i kontrollen. Det anses vara frihet att kunna motstå sötsaker, att lägga 20 timmar i veckan på träning eller att ha råd med olika självförbättrande element. Då personlig lycka och vad som skapar detta inte går att mäta är frågan ändå relevant på ett mer strukturellt plan. Är personer med hög förmåga till självkontroll generellt mer lyckliga än de med mindre förmåga till självkontroll och, om så är fallet, varför? Är dessa människor mer fria än de som jämförelsevis är mer styrda av sina impulser och begär, eller är de i själva verket ännu mer fångna i ett samhällssystem som med hjälp av positiv och negativ förstärkning skapar denna koppling mellan självkontroll och frihet/lycka.

## **5.4 Kön, kroppsideal och konsumtionssamhälle**

I detta avsnitt går jag in mer specifikt på hur kritiken mot BMI ser ut ur ett könat perspektiv. Hur påverkar BMI rådande kroppsideal och hur påverkas tjocka kroppar av det faktum att vi lever i ett konsumtionssamhälle där en stark präglning av kroppsliga ideal som vithet, slankhet och självkontroll förknippas med femininitet? En stor paradox ligger alltså i det faktum att vi

uppmuntras till att konsumera, samtidigt som självdisciplin är en stark valuta som kopplas ihop med egenskaper som moral och karaktär.

### **BMI och könsbias**

I artikeln *At the Intersection of Public Health and Fat Studies* skriver författarna att BMI har blivit hårt kritiserat på grund av att det är för ospecifikt och inte gör skillnad på olika kroppar gällande till exempel kön och kroppsbyggnad. De menar att det är ett bristfälligt sätt att mäta hälsa och en standardisering baserad på den vita manliga kroppen (Satinsky & Ingraham 2014, s. 147). Kritik kring hur diskurserna om BMI slår hårdare mot kvinnor lyfts även i artiklar som poängterar rasaspekten, där de menar att svarta kvinnor drabbas extra hårt. I *That chart ain't for us* beskriver författarna hur medikaliseringen av tjockhet ofta tenderar att rikta in sig på svarta kvinnor, eftersom studier visar att de har högst förekomst av fetma och extrem fetma (Justin & Jette 2022, s. 605 f.).

### **Könade kroppsnormer och kroppsideal**

Som tidigare nämnt skriver Gerbensky-Kerber (2011, s. 355) om föräldrarnas oro, främst för flickors självbild, i samband med Act 1220. Hon fortsätter på linjen om att det verkar vara just flickorna som är de som drabbas hårdare av stigmatiseringen, medan pojkarna verkar vara mer obrydda om sitt BMI. Vidare leder detta henne in på funderingar kring hur BMI-mätningar förstärker könade kroppsnormer och påverkar uppfattningen av femininitet. I kontrast till det konstaterar hon även att det finns få berättelser om oro över hur BMI-mätningarna påverkar pojkar. Gerbensky-Kerber (2011, s. 363) menar alltså på så vis att även själva *diskussionerna* som pågår inom den könsrelaterade dimensionen av diskursen förstärker och (åter)skapar normer och förväntningar kring hur pojkar/manliga elever respektive flickor/kvinnliga elever borde se ut eller förhålla sig till sina kroppar.

I texten *Den slanka kroppens budskap* diskuterar Bordo (1993, s. 13) symbolbilden av den slanka kroppen som likställd med femininitet, och menar därmed att det är en kropp vars genus aldrig är neutralt. Inom västerländsk tradition är förmågan till självkontroll maskulint kodad, medan ”kroppsliga” impulsiva känslor (till exempel hunger och begär) kodas som kvinnliga och i behov av att kontrolleras. Bordo (1993, s. 15) skriver vidare om hur kvinnors hunger dock inte bara kontrolleras utifrån utan även inifrån, genom en internaliseringsprocess som skapats genom att kvinnor förknippat smalhet med självkontroll.



## **Konsumtions- och produktionsparadoxen**

Det uppstår enligt Gerbensky-Kreber (2011, s. 363) en stor motsättning inom konsumeringskulturen, då samhället behöver friska och välmående medborgare samtidigt som det ekonomiska systemet är beroende av konsumtion. Hon hänvisar till Bordo (1993) som beskriver detta som "the contradiction of the social body", där både behovet av att konsumera och att sträva efter hälsa balanseras för att upprätthålla ekonomiska och produktiva system. Bordos (1993, s. 10) tankar om denna dualism genomsyrar stora delar av hennes text *Den slanka kroppens budskap*, och hon menar att samhället med sin motsägelsefulla ekonomiska struktur skapar en instabil, kämpande personlighetstyp. Å ena sidan måste vi, som "producerande jag" kunna skjuta upp och pressa tillbaka begär som kräver direkt tillfredsställelse, samtidigt som vi som "konsumerande jag" förväntas kapitulera inför begär och ge efter för impulser. Bordo menar att det faktum att anorexia och fetma existerar sida vid sida visar på svårigheten att uppnå jämvikt mellan det "producerande jaget" och det "konsumerande jaget" (Bordo 1993, s. 11).

Utifrån Bordos tankar blir det tydligt att denna paradox inte bara rör jaget utan även ligger till grund för hela vårt ekonomiska system. Samhället bygger på att vi konsumerar, i många fall sådant som kanske inte är bra för oss, i för stora doser. Som en följd av detta behöver vi sedan ägna oss åt självkontroll och konsumtion av produkter som eliminerar de ogynnsamma konsekvenserna av det vi konsumerat. Det enorma utbud av olika bantningsprogram och dieter är ett tydligt exempel på motsättningarna mellan konsumtion och produktion, och framför allt är det en anmärkningsvärd lösning, med tanke på de belägg som finns gällande den långsiktiga effektiviteten av olika bantningsmetoder.

Detta lyfts till exempel i artikeln *Human variation and Body Mass Index* där författarna Mascie-Taylor & Goto (2007, s. 109) beskriver hur svårt det är att bibehålla viktnedgång vid övervikt, och att det även finns osäkerhet kring dess långsiktiga hälsofördelar. Dessutom menar de att viktnedgång ofta kan leda till den så kallade "jojobantningseffekten", där individer går upp i vikt igen efter en period av viktnedgång. Även överviktsforskaren Erik Hemmingsson (2022, s. 140) redogör i boken *Kriget mot kroppen* för hur svårt det är att hålla i en stor viktnedgång, och menar att det faktiskt inte var ett okänt fenomen redan under 80- och 90-talet när besattheten kring vikt, hälsa och bantning växte. Han underbygger detta

argument med hänvisning till att Minnesotaexperimentet<sup>6</sup> publicerades redan 1951. Det tyder alltså på att trots att forskning redan då visade på att vikten kommer tillbaka så växte bantningsindustrin sig ändå större.

I boken *Fat* redogör Lupton (2013, s. 39) för Foucaults (1991) tankar om att den neoliberala staten är beroende av att dess invånare självmant kontrollerar sin hälsa och sina kroppar, då vård kostar. Istället för att använda tvång för att göra invånarna mer produktiva försöker alltså staten istället reglera och disciplinera sina invånare genom att använda sig av social marknadsföring baserad på auktoritativ kunskap från experter inom exempelvis medicin och folkhälsa. Foucaults tanke kan utan tvivel kopplas till poststrukturalism, men är enligt mig ytterst tillämpbara även inom intersektionalitetsteori och fat studies. Det finns en genomgående tydlig maktanalys, som är applicerbar på de flesta kritiska analysverktyg.

Jag skulle vilja föra tanken vidare, och fundera över hur diskursen kring individens ansvar oftast cirkulerar kring ett antagande om att man bör "förtjäna" vård/samhälleligt stöd. Att det anses mer accepterat att använda vårdens resurser om man har en sjukdom som man inte kan "förebrås" för. Detta verkar även kunna gälla en smal person som drabbas av diabetes, hjärtproblem, stroke eller andra tillstånd som ofta kopplas samman med fetma och ohälsosamhet. Ofta klassas det då som otur, i princip oavsett hur ens livsstil ser ut vad gäller fysisk aktivitet, rökning eller alkoholintag. Är man däremot tjock så byts oturen ut mot skuldbeläggande. Hela denna diskurs är egentligen märklig, då den är irrelevant vad gäller människans rätt till vård, precis som övriga mänskliga rättigheter. Utifrån idén om likabehandling och mänskligt värde bör man alltså i praktiken kunna vara hur "ohälsosam" som helst utan att behandlas sämre inom varken vården eller samhället. Jag reflekterar nu kring tjocka kroppar, men samma idéer gäller självklart för svarta kroppar, queera kroppar och alla andra sorters kroppar som faller utanför normen och stigmatiseras på liknande vis.

I *Kriget mot kroppen* skriver Stina Wollter: "Ett undantagstillstånd är därmed utfärdat till den som kvalar in under rätt BMI-decimal, grattis, livet får påverka dig, hormonförändringar, åldrande, sorger och glädjeämnen!" (Hemmingsson & Wollter, s. 155)

---

<sup>6</sup> Minnesotaexperimentet studerade effekten av ihållande svältdieter, och resultatet visade att det ledde till besatta tankar om mat, samt att den vikt som förlorats kom tillbaka (Hemmingsson & Wollter, s. 140). Keys, A.; Brožek, J.; Henschel, A.; Mickelsen, O.; Taylor, H. L. (1950). *The Biology of Human Starvation*. St. Paul, Minnesota: University of Minnesota Press, MINNE edition. ISBN 978-0-8166-7234-9.

## 5.5 Ras, fettfobi och stigmatisering

I detta avsnitt går jag in mer specifikt på hur kritiken mot BMI ser ut ur ett rasperspektiv. Jag tittar på vilka historiska kopplingar som finns mellan svarthet och tjockhet, den kritik som uttryckts mot BMI på grund av rasbias och lyfter tankar om hur marginalisering och stigmatisering påverkar människor och deras hälsa.

### Kopplingen mellan svarthet och tjockhet

Justin & Jette (2022, s. 605 f.) skriver i sin introduktion av *That chart ain't for us* om hur kontrollen av kroppsvikt var närvarande redan under 17- och 1800-talet, då synen på hälsa, moral och femininitet präglades av idéer om vit rasöverlägsenhet. Den historiska associationen mellan vithet och smalhet har både sitt ursprung där, liksom i motsatsen: associationen mellan tjockhet och svarthet, där den tjocka svarta kroppen stereotyp framställdes som ohälsosam, onormal och omoralisk.

Artikelförfattarna (Justin & Jette 2022, s. 608) frågar sig varför svarthet och tjockhet kopplats ihop på detta vis - och vem som tjänar på det. Frågan, som grundas i förståelsen av BMI som ett biopolitiskt verktyg, samt i svart feminism, besvaras till viss del av Sabina Strings, som i sin bok *Fearing the black body* (2019, s. 6) undersöker hur den allmänt spridda fettfobin och smalhetspreferensen egentligen aldrig handlat om hälsa, utan snarare alltid har varit ett sätt att upprätthålla hierarkier inom ras, kön och klass. Strings argumenterar för det faktum att eftersom smalhet har associerats med den vita kroppen, har tjockhet kommit att symbolisera den svarta kroppen. Som ett resultat har hela fettfobin egentligen sitt ursprung i fobin mot den svarta kroppen, i rasismen. Denna dynamik uppstod alltså på grund av samhällets strävan efter att ge vithet en hög position i hierarkin, vilket därmed gjorde fetma till en betydelsebärande egenskap för ras och svarthet (Justin & Jette 2022, s. 608).

Som exempel på rasiala biopolitiska verktyg lyfter Justin & Jette (2022, s. 609) anti-obesity-kampanjer, där det inte är ovanligt att just svarta kvinnor används som representanter för att symbolisera fetma och ohälsosamhet. Den envisa andrafieringen av svarta tjocka kvinnor har fått artikelförfattarna att titta på "emancipatory thick body politics" (Gentles-Peart 2020), en form av motstånd och hyllande grundad i svart feminism. I relation till intersektionalitet är både Justin & Jettes och Strings analyser intressanta, då de lyfter både rasaspekten och könsaspekten, speciellt i kombination med en poststrukturalistisk

utgångspunkt. Emancipatory thick studies tolkar jag även som en variant av fat studies, eventuellt med en än mer intersektionell inriktning utifrån rasaspekten.

### **BMI och rasbias**

När deltagarna i Justin & Jette:s studie intervjuades framkom det att flera av kvinnorna upplevde BMI som ett vilseledande verktyg för dem just på grund av rasbias. En av kvinnorna som intervjuas i studien reflekterar över detta och säger: "I know that chart, where they have different people should weigh this size at this height. I know African Americans, we off the chart. That chart ain't for us. That's for them. We don't have a chart." (Justin & Jette 2022, s. 611).

För många deltagare i studien upplevdes klassificeringen av fetma inom BMI inte relevant för svarta kroppar, eftersom verktyget är utformat för vita och européer. Artikelförfattarna upplevde detta av särskilt intresse eftersom det visar att rasrelaterade narrativ inom vården har uppmärksamats av en bredare befolkning. Flera deltagare förhöll sig heller inte bara skeptiska mot själva användandet av BMI, utan de ansåg även att många diskurser om kroniska sjukdomar genomsyras av rasistiska narrativ (Justin & Jette 2022, s. 614).

I artikeln *Human variation and Body Mass Index* ifrågasätter Mascie-Taylor & Goto (2007, s. 109) lämpligheten av att använda en universell BMI-skala med standardiserade gränsvärden för kategorisering. De uttrycker tvivel kring att använda BMI som en ersättning för fettprocent. Istället föreslår de att lägre gränsvärden än de som rekommenderas av WHO bör användas för vissa befolkningar, särskilt i Asien. Detta för att bättre ta hänsyn till mångfalden i kroppssammansättning och kulturella skillnader hos olika befolkningsgrupper.

Mascie-Taylor & Goto (2007, s. 110) lyfter även att studier har visat att relationen mellan kroppsfett och BMI påverkas både av ålder och kön, samt skiljer sig åt mellan olika etniska grupper. Författarna förhåller sig inte helt kritiska till BMI som mätverktyg generellt, utan menar att BMI tycks kunna vara en relativt bra indikator för mätning av överskottsenergi i form av fett hos vuxna vita personer från USA och Europa. Emellertid anser de inte att BMI är lika lämpligt för andra populationer med olika kroppsbyggnader och proportioner. De noterar även att användningen av BMI som verktyg för att klassificera individer som feta kan leda till felbedömningar på grund av variationer i mängden muskelmassa, vätska eller

benmassa. Således betonar även de vikten av att vara försiktig med att använda BMI som ett universellt mått för fetma hos olika befolkningsgrupper (Mascie-Taylor & Goto 2007, s. 110).

I relation till detta skriver Sabina Strings (2019, s. 202) i *Fearing the black body* att forskare under 2000-talet har visat att en av orsakerna till att svarta personer tenderar att ha högre BMI än vita är att de ofta har högre benmineraldensitet och/eller muskelmassa än vad vita har. Strings hänvisar även till juridikprofessorn och författaren Paul Campos som i sin bok *The Obesity Myth: Why America's Obsession with Weight is Hazardous to Your Health* (2004) skriver att trots det faktum att svarta kvinnor oftare har ett högre BMI än vita kvinnor, så har de ändå en lägre dödlighet vid samma BMI-nivå. Detta har hos vissa forskare gett upphov till uppfattningen om att det förekommer en rasbias i BMI-klassifikationssystemet.

### **Marginalisering och hälsa**

I artikeln *Grading the 'good' body* redogör Gerbensky-Kerber (2011, s. 355) för forskning (tex Campo & Mastin, 2007; Kim & Willis, 2007) som menar att trots att resultaten av studier kring vikt är relaterade till individuella beteenden, så finns det också komplexa samband med relationella, miljömässiga och socioekonomiska faktorer. Det innebär att vikten och hälsan inte bara beror på individens egna handlingar (som fysisk aktivitet och kost) utan även påverkas av den sociala omgivningen, liksom den fysiska och ekonomiska miljön. Även Justin & Jette (2022, s. 615) konstaterar att analysen om **varför** en högre andel människor inom marginaliserade grupper är mer benägna att bli sjuka saknas inom de medicinska diskurserna. Dessa sociala och strukturella faktorer kan ha en betydande inverkan på hälsan och kan vara avgörande för att förklara ojämlikheter i sjukdomsutveckling mellan olika befolkningsgrupper.

Även om man inom den medicinska hälsodiskursen har tagit upp viktstigma som ett socialt orättvist fenomen så har många artiklar fortfarande en inramning där det yttersta målet är att "utrota" fetma. Ett sådant perspektiv lägger fortfarande stor vikt vid viktminskning, utan att i tillräcklig utsträckning ifrågasätta de bredare sociala och strukturella faktorer som kan bidra till både fetma och ohälsa (Satinsky & Ingraham 2014, s. 146 f.).

I *Hejda dina begär* hänvisar Lönn (2011, s. 239) till Patricia Hill Collins (2004) som beskriver västs ideal gällande vit skönhet som en historisk produkt skapad ur slaveriet och

kolonialismen. Hon hänvisar även till Bordo (1993) som skriver att västs ideal utesluter tjockhet och svarthet som fysiska attribut, vilket upprätthåller den hegemoniska agendan om vit och smal skönhet som glorifierad femininitet (Lönn 2011, s. 238). Lönn skriver vidare att eftersom vithet är osynlig för många, är det svårt att identifiera när den påverkar egna drömmar och begär. Hon lyfter vidare Bell Hooks (1992) önskan om att uttrycka normativ skönhet som något som alltid hänger ihop med rasifierande och sexistiska mönster, samt en längtan efter godkännande och privilegierad vithet (Lönn 2011, s. 240)

### **Stigmatisering**

Satinsky & Ingraham (2014, s. 147) redogör för hur BMI har varit föremål för omfattande kritik (e.g. Burkhauser & Cawley, 2008) på grund av dess brist på specificitet som ett enkelt längd- och viktmått. Det tar inte hänsyn till kön, kroppsform och har visat sig ha låg förmåga att korrelera med verklig hälsa. Dess standardisering har också ifrågasatts eftersom den är baserad på den vita, manliga kroppen, vilket inte återspeglar mångfalden inom olika kroppstyper och etniciteter. Trots dessa kritiska synpunkter fortsätter BMI ändå att användas som en allmän praxis för mätningar och kategorisering av kroppar. Detta kan vara problematiskt eftersom det leder till att många individer felaktigt bedöms utifrån en ensidig parameter, vilket inte fångar upp den komplexitet och unikheter som finns hos olika människors kroppar. Denna brist på flexibilitet kan potentiellt till och med förstärka stigmatisering och missuppfattningar om hälsa och kroppsvikt.

Anderson (2012, s. 203 f.) lyfter hur forskare inom psykologi (Cogan, Smith, & Maine, 2009), nutrition (Bacon & Aphramor, 2011) och folkhälsa (Lewis et al., 2010) på senare tid uttryckt oro kring de negativa psykologiska och stigmatiserande effekterna av BMI. Därtill lyfts allt oftare röster från aktivister och andra icke-akademiska personer med fetma, som kämpar mot stigmatisering och delar sina erfarenheter.

I relation till diskussionerna kring stigmatisering är Satinsky & Ingrahams (2014, s. 144) tankar kring behovet av att mäta kroppar ytterst relevant. De menar att det är viktigt på grund av två huvudsakliga skäl: Det ena är att vi behöver kunna dokumentera vilka kroppar som utsätts för diskriminering för att kunna fastställa **att** det drabbar tjocka personer och **hur**, till exempel om de som är i de högsta viktkategorierna drabbas mer än de i de lägre. Det andra skälet är att det inom folkhälso- och epidemiologisk forskning även kan behövas, dock skulle det krävas en rekonceptualisering av dokumentation av kroppsstorlek. Det är alltså viktigt att

diskutera hur dessa mätningar används och öppna upp för diskussion om sätt att dokumentera kroppars mångfald som tar hänsyn till sociala orättvisor.

Jenn Anderson avslutar sin text med följande:

The only way to break this feedback loop is for researchers and fat advocates to strengthen their presence and voice in this debate. As Lock and Nichter (2002) argued, it will be important for those critiquing the dominant paradigm to appear scientific; thus, quality research should back up claims to discontinue using the BMI as the primary measure of fatness, or to at least revise the current BMI classifications. This is an especially salient concern for this context as both the NIH and WHO are committed to evidence-based research, and will therefore not change their policies without data to challenge them. The road to size equality, and value-neutral measures of body composition—should they be found useful—will be long and arduous, but worth traversing. (Anderson 2012, s. 205).

## 6. Avslutande diskussion

Uppsatsens syfte var att undersöka vilka idéer som finns inom den vetenskapliga kritiska diskursen kring BMI, mot bakgrund av den kritiska samhällsdebatt som råder. Mina huvudsakliga frågeställningar för att kunna uppnå uppsatsens syfte var:

- Hur kommer idéer om poststrukturalism in i den kritiska diskursen om BMI?
- Hur kommer idéer om kön och konsumtionssamhälle in i den kritiska diskursen om BMI?
- Hur kommer idéer om ras och marginalisering in i den kritiska diskursen om BMI?

För att kunna svara på frågeställningarna har jag först systematiserat den kritik som riktats mot BMI genom att göra en beskrivande idéanalys av sex vetenskapliga artiklar som innefattar mitt material. Jag har använt mig av fat studies, intersektionalitetsteori och poststrukturalism som teoretiska ramar, samt Foucaults tankar om makt, varpå jag har kopplat analysen av materialet till tidigare forskning som gjorts inom dessa områden. För att svara på uppsatsens frågeställningar delades analysen sedan in i fyra teman/rubriker utifrån de centrala idéer som jag fann i mitt material.

I min analys fann jag att en avgörande del i den poststrukturella kritiska diskursen av BMI innefattar Foucaults teori om biomakt, disciplinär makt och användandet av biopolitiska verktyg för att reglera populationen. En genomgående kärna i majoriteten av materialet är hur den smala kroppen representerar makt i form av självdisciplin, och paradoxen i att vi lever i en konsumtionskultur samtidigt som återhållsamhet och kontroll är starka valutor. Analysen har även tydliggjort hur hälsodiskurser styr oss genom internaliserade normer och hur dessa kopplas ihop med egenskaper som moral och karaktär.

Vidare fann jag att BMI ofta kritiseras som mätverktyg för att det inte gör skillnad på olika kroppar gällande till exempel kön och ras, där en central del rör hur BMI är en standardisering baserad på den vita manliga kroppen. Den viktigaste delen av analysen gällande idéer om kön och ras inom den kritiska diskursen av BMI ter sig vara de historiska kopplingar som dragits mellan tjockhet och svarthet, liksom mellan slankhet, vithet och femininitet. Det är tydligt hur diskurser kring kropp, tjockhet och normer under lång tid



drabbat kvinnor, och hur framför allt svarta tjocka kvinnor marginaliserats. I stora drag kan jag konstatera att det mesta som rör den kritiska diskursen kring BMI kan kokas ner till kommersiella intressen, politik och ekonomi, det vill säga makt.

Att självkontroll premieras högt i dagens samhälle är tydligt i både Bordo (1993) och Lönn (2011) texter, liksom kopplingen mellan tjockhet och svarthet samt vithet och slankhet. Något jag anser saknas i Lönn text är dock hur avgörande BMI och dess viktklassificeringar varit i framställandet av dessa diskurser under de senaste 20-25 åren. Detta kan dock inte förväntas av Bordos text då den gavs ut redan 1993.

Framöver efterlyser jag mer studier på hur införandet av BMI har påverkat människors psykiska hälsa. Jag efterlyser även studier på hur införandet av BMI har påverkat tjocka människors livskvalitet utifrån självskattad hälsa i relation till patologiseringen och medikalisering av tjocka kroppar.

Förutom detta skulle det vara intressant om kritiken mot BMI på sikt leder till en revidering av sätt att mäta kroppar, i de fall där det behövs (exempelvis inom forskning och dokumentation av diskriminering av tjocka kroppar, som lyfts av Satinsky & Ingraham (2014, s. 144).

Som en sista tanke vill jag lyfta sociala medier som en betydande arena för uppvisandet av självkontroll - vilket vore intressant att titta närmare på ur ett kritiskt perspektiv. Jag finner det även intressant att reflektera över huruvida moralistiska idéer kring självkontroll och brist på självkontroll i en digital tid kan komma att påverka individers möjligheter till exempelvis anställning, lån eller försäkringar.

## Referenser

- Anderson, J. (2012). "Whose Voice Counts? A Critical Examination of Discourses Surrounding the Body Mass Index". In *Fat Studies*, 1: 195-207.  
<https://doi-org.ezp.sub.su.se/10.1080/21604851.2012.656500>
- Bergström & Boréus (2012). *Textens mening och makt*. Lund: Studentlitteratur.
- Bordo, S. (1993). "Den slanka kroppens budskap". I *Kvinnovetenskaplig Tidskrift*.
- Brandheim, Susanne (2023). *Den sanslösa hanteringen av tjocka människor*. Lava Förlag.
- Einarsson, Snorri (2021). *Obesity, weight reduction treatment and IVF*. Göteborgs universitet.  
<http://hdl.handle.net/2077/69320>
- Eknoyan, G. (2008). "Adolphe Quetelet (1796-1874)-the average man and indices of obesity". *Nephrology Dialysis Transplantation*, 23, 47-51.  
[doi:10.1093/ndt/gfm517](https://doi.org/10.1093/ndt/gfm517)
- Gemzöe, Lena (2014). *Feminism*. Stockholm: Bilda (nyutgåva)
- Gerbensky-Kerber, A. (2011). "Grading the 'Good' Body: A Poststructural Feminist Analysis of Body Mass Index Initiatives". In: *Health communication*. 26(4):354-365; Great Britain: Taylor & Francis.  
<https://doi-org.ezp.sub.su.se/10.1080/10410236.2010.551581>
- Hemmingsson, Erik & Wollter, Stina (2022). *Kriget mot kroppen*. Stockholm: Bonnier fakta.
- Justin, T. A.; Jette, S. (2022). "'That chart ain't for us': How Black women understand 'obesity,' health, and physical activity". In: *An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness & Medicine*, Sep 2022; 26(5): 605-621. (Article - research) ISSN: 1363-4593, Database: CINAHL  
<https://doi-org.ezp.sub.su.se/10.1177/13634593211046844>

Kaufmann, C.; Agalawatta, N.; Outhred, T.; Malhi, G.S. (2018). "Changing body mass index: The need for a more measured approach?". In: *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 1 August 2018, 52(8):810-812.

<https://doi-org.ezp.sub.su.se/10.1177/0004867418791282>

Lupton, Deborah (2013). *Fat*. London: Routledge. ISBN 9780415524438

Publicerad: Abingdon, Oxon ; Routledge, 2013. Serie: Shortcuts

Lykke, Nina (2003). "Intersektionalitet - ett användbart begrepp för genusforskningen". I *Kvinnovetenskaplig Tidskrift*. Nr 1

<http://urn.kb.se.ezp.sub.su.se/resolve?urn=urn:nbn:se:liu:diva-32130>

Lykke, Nina (2005). "Nya perspektiv på intersektionalitet. Problem och möjligheter". I *Kvinnovetenskaplig Tidskrift*. Nr 2-3

<http://urn.kb.se.ezp.sub.su.se/resolve?urn=urn:nbn:se:liu:diva-32132>

Lönn, M. (2011). "Hejda dina begär". I Ahlsdotter, Maria, Nielsen, Mika och Hård, Hanna Hannes (red.) *Ätstört: En antologi om ätstörningar, fett, mat och makt*. Stockholm: ETC förlag.

Mascie-Taylor, C.G.N. & Goto, R. (2007). "Human variation and Body Mass Index: A review of the universality of BMI cut-offs, gender and urban-rural differences, and secular changes". In *Journal of physiological anthropology*. 26(2):109-112.

<https://doi.org/10.2114/jpa2.26.109>

Satinsky, S. & Ingraham, N. (2014). "At the Intersection of Public Health and Fat Studies: Critical Perspectives on the Measurement of Body Size". In: *Fat studies*. 3(2):143-154; Taylor & Francis.

<https://doi.org/10.1080/21604851.2014.889505>

Strings, Sabina (2019). *Fearing the black body - the origins of fat phobia*. Publicerad: New York University Press, 2019.

E-bok: <https://doi-org.ezp.sub.su.se/10.18574/nyu/9781479891788.001.0001>

Taylor, C. (2011) Biopower. Ur Taylor, D. (red.) *Michel Foucault: Key Concepts* (s. 41-54).  
Acumen Publishing Ltd.  
<https://doi-org.ezp.sub.su.se/10.4324/9781315711478>

### **Webbsidor**

WHO. 2010. *A healthy lifestyle - WHO recommendations*  
[A healthy lifestyle - WHO recommendations](#) (hämtad 2023-08-15)

# Bilagor

**Table 1. Nutritional status**

<b>BMI</b>	<b>Nutritional status</b>
Below 18.5	Underweight
18.5–24.9	Normal weight
25.0–29.9	Pre-obesity
30.0–34.9	Obesity class I
35.0–39.9	Obesity class II
Above 40	Obesity class III