

## Resumé

Specialet er en undersøgelse af hvorledes svært overvægtige ældre kvinder med lav socioøkonomisk baggrund forholder sig til fysisk aktivitet og overvægt. Undersøgelsen tager udgangspunkt i interview med syv svært overvægtige ældre kvinder.

Undersøgelsens resultater viste, at alle kvinderne havde lavet noget uorganiseret idræt som børn, men ingen havde lavet noget som voksne udover gåture. Som gamle holder kvinderne sig aktive ved at gå ture med deres rollator. Størstedelen af dem oplever en ulyst ved fysisk aktivitet. Alle kvinderne går op i deres vægt, og alle fortæller om slankekure og vægttab. Vægttab opnås igennem kost og diæter.

Årsagerne til informanternes manglende lyst til fysisk aktivitet skal findes i deres habitus og i den sociale arv. De kommer alle fra hjem, hvor idræt ikke var noget, der blev dyrket, og disse normer har de ubevidst inkorporeret, og idræt er således ”ikke noget for dem”. Desuden mangler de viden om emnet.

Grunden til at kvinderne ønsker en vægtreduktion, skal først og fremmest findes i den samfundsmæssige stigmatisering af fede mennesker, de har internaliseret samfundets normer om en slank krop. Når slankekurene mislykkes gang på gang, benytter de sig af sammenligning med andre fede, og oplever på den måde selv at fremstå i et bedre lys.

Konklusionen er, at overvægtsproblematikken fylder langt mere hos informanterne end inaktiviteten. Kvinderne kender ikke til det forebyggelsespotentiale, der ligger i fysisk aktivitet

Kvinderne har et billede af en aktiv alderdom, men det er en socialt aktiv alderdom, og denne dimension fylder langt mere for dem end en fysisk aktiv alderdom.