



Maten, samhället och ansvaret

– en tyngre debatt

Eudoxas Rapportserie nummer 4

Eudoxas Rapportserie nummer 4: Maten, samhället och ansvaret

Redigerad av Waldemar Ingdahl

Eudoxas Rapportserie är en serie av rapporter utgivna av tankesmedjan Eudoxa. De behandlar frågor vi ser som aktuella i vår samtid eller i en nära framtid. I dessa rapporter vill vi utveckla många av våra tankar om hur naturvetenskapliga framsteg och tekniska innovationer påverkar samhället. Vi vill finna nya infallsvinklar och ta upp viktiga frågor vi inte finner får tillräckligt med utrymme i dagens debatt.

*Eudoxa AB
Sveavägen 133
113 46 Stockholm
Sweden
0883 8773
www.eudoxa.se*

Copyright © 2004 av Tankesmedjan Eudoxa AB

ISSN 1652-0777

Innehåll

<i>Innehåll</i>	1
<i>Om tankesmedjan Eudoxa</i>	2
<i>Introduktion</i>	2
<i>Den hungriga hjärnan</i>	3
<i>Fetma, altruism och evolution</i>	8
<i>Super Size Me- en smal partsinlaga</i>	13
<i>Morgan och jag</i>	17
<i>Sluta ta hand om mig!</i>	20
<i>Hälsa, dygd eller konsumtionsmönster?</i>	25
<i>Lägga kroppen tillrätta- fettskatt och den tredje socialiseringsvågen</i>	28

Om tankesmedjan Eudoxa

Eudoxa är en partipolitiskt oberoende tankesmedja med säte i Stockholm. Dess huvudsakliga syfte är att förklara den hur nya teknologier påverkar samhället genom att integrera liberala idéer med de dynamistiska tankarna om experiment, innovation och decentralisering.

Vi arbetar för ett mångfaldigt samhälle grundat på en stark moralisk bas av individens rättigheter, där individen har rätt att använda modern teknik och medicin efter urval av sina egna värderingar. Vi anser att dessa grundvalar främjar tolerans och acceptans även vilket gagnar samhället som helhet. Inspirationen för vår vision är en övertygelse i individuell frihet, fri företagsamhet, en demokratisk begränsad statsmakt och att idéer har en djup påverkan på samhället.

Eudoxa har för närvarande personal som arbetar i Stockholm och i Kansas City, USA vilket ger tillfälle att följa både den europeiska och amerikanska debatten för att förena de bästa delarna av dem.

Introduktion

Morgan Spurlocks film "Super Size Me" låg verkligen i tiden. Den hade föregåtts av en längre debatt om just fetma och hälsa i USA, och fick genom det ett stort genomslag. Filmen är formad som ett experiment i vilket Spurlock utsätter sig själv för, att äta på McDonald's och se hur mycket i vikt han går upp.

Filmen gav ytterligare bränsle åt samhällsdebatten, och refererades ofta som ett mycket viktigt inlägg. Vi på tankesmedjan Eudoxa har sedan en tid ägnat oss mycket åt kroppen, våra uppfattningar om den och hur dessa påverkar politiken och vår samtid- och kunde inte annat än reagera på att filmen verkade snarast sänka nivån på samhällsdebatten. Så mycket verkade vara osagt: om naturvetenskapen bakom fetmadebatten, om samhällsförändringar, om eget ansvar, om biopolitiken och så vidare. Så beslöt oss för att försöka ge utrymme åt denna bredare och djupare debatt i en av våra Eudoxa-rapporter.

I rapporten "Maten, samhället och ansvaret- en tyngre debatt" får sex olika skribenter fått utrymme att utveckla sina respektive tankar på olika områden inom fetmadebatten. Var och en har fått fria händer, genom detta hoppas vi just kunna ge återinföra djupet i fetmadebatten.

Skribenterna är:

Anders Sandberg, doktor i beräkningsneurobiologi vid KTH och vetenskapsansvarig vid tankesmedjan Eudoxa

Mattias Svensson, liberal debattör och krönikör i tidskriften Smedjan

Waldemar Ingdahl, skribent och VD för tankesmedjan Eudoxa

Carolin Dahlman, skribent och debattör. Hon har tidigare varit redaktör för tidskriften Medborgaren och skriver om politik, näringsliv och frihet

Håkan Andersson är juridikstuderande och skribent med fokus på ekonomi, historia och regleringsfrågor

Thomas Gür, företagare och fri publicist. Han arbetar som rådgivare för företag och organisationer, och han är dessutom programledare för TV8:s intervjuserie Global Axess och kolumnist i Svenska Dagbladet och Östgöta Correspondenten.

Den hungriga hjärnan

Anders Sandberg

Talesättet säger att man ska äta för att leva, inte leva för att äta. Men i naturen behövs inte talesättet: mat är nästan alltid begränsad, så livet hänger på ätandet. Att föräta sig såpass ovanligt att evolutionen aldrig påverkats, och få djur har därmed skydd mot det. Det är vi människor som ändrat spelreglerna genom våra hjärnor. Vi har omskapat vår omvärld genom verktyg och jordbruk, skapades en situation där vi kan få nästan vilken mat vi önskar med minimal ansträngning. Fetma och andra civilisationssjukdomar är följderna – men också ökad livskvalitet, högre intelligens och ett stort estetiskt spelrum på middagsbordet.

Hjärnan reglerar vårt ätande tillsammans med signaler i kroppen från våra fettdepåer, levern och magsäcken (se [Kalat 1998] för en utmärkt populär

genomgång)). Kärnan i regleringen är ett litet område kallat hypotalamus på hjärnans undersida. Hypotalamus är bara några kubikcentimeter hjärnsubstans, men reglerar hunger, törst, dygnsrytm, sexualitet och försvarsbeteenden. Det är vår lots som leder oss mot överlevnad, och det är här evolutionen byggt in sina regleringar.

Enkelt uttryckt har vi tre olika system som påverkar varandra: hungern, aptiten och mättningen. Hungern är den känsla som drivs av vårt fysiologiska behov av mat: när magen drar ihop sig, när blodsockret faller eller hungerhormoner som glukagon och ghrelin, då aktiveras hungersystemet och vi motiveras att söka mat. Aptit är den psykologiskt betingade driften att äta: den påverkas av sinnesintryck, känslor, sociala situationer och kulturella konventioner. Aptiten är mycket avhänglig vad vi uppfattar som god mat, något som i högsta grad är kulturellt bundet. Det är fullt möjligt att ha aptit utan hunger (som när man sätter i sig dessert efter en stor måltid) och hunger utan aptit (som när man är sjuk, eller hos gamla med luktstörningar). Dessa två system hålls i schack av mättnadssystemet som hämmar båda när vi ätit tillräckligt. En full magsäck sänder signaler via vagusnerven till hjärnstammen och gör oss mätta. Det är därför operationer som snörper åt magsäcken eller placerar in en ballong minskar matintaget. Dessutom gör högt blodsocker, hormoner som insulin och kolecystokinin och psykologiska faktorer oss mätta.

Hypotalamus har en inställning för vår "ideavikt", inte olikt hur en termostat reglerar temperaturen i ett rum. Fettceller i kroppen signalerar med hormonet leptin ungefär hur mycket fettresurser kroppen har, och ligger de högt nog minskar hunger och aptit, vilket får oss att äta mindre. Ligger de lågt, så äter vi mer och går upp i vikt. Denna inställning är mycket effektiv: givet att vi äter omkring ett halvt ton mat per år är det imponerande att de flesta inte går upp eller ned med mer än ett par kilogram – bara någon procents avvikelse. Det pekar också på problemet att ändra vikt.

Evolutionen har alltid gynnat de djur som äter mer än vad de behöver för ögonblicket och därmed kan bygga upp reserver inför kommande hårda tider. Hur viktigt det är beror på säkerheten i mattillgången och hur farligt det är att vara fet. När rovfågarna minskade i England under 1960-talet på grund av pesticider började blåmesarna lägga på hullet och över några generationer blev de markant långsammare fåglar: de som var fetare blev inte längre middag. Men när rovfågarna återkom bantades mesarna omgående [Gosler, Greenwood, Perrins 2002]. Men för människor har hotet oftare varit svält än rovdjur – vi är stora, matkrävande djur med få andra fiender än varandra. Här har evolutionen predisponerat oss att äta mer än för stunden.

Olika populationer har också varit olika utsatta för svält, och det har lett till att vissa folkgrupper lider av "sparsamma gener" som lagrar upp fett effektivt. Ett exempel är en mutation i ett leverprotein som gör en indianstam i Manitoba extremt känslig för kaloriintag; individer med en kopia av den muterade genen utvecklar diabetes vid 40 års ålder, och individer med två vid 30 [Hegele et al 1999]. Genen var förmodligen nyttig en gång i tiden då jaktlyckan varierade, men är idag en förbannelse. Liknande genetiska variationer finns hos många andra folkgrupper, även om de oftast inte är lika extrema. Vi bär förmodligen alla omkring på olika variationer som styr vår vikt uppåt.

Dessa gener kan påverka oss på olika sätt. Många personer med fetma har förhöjda leptinhalter i blodet, vilket borde sänka deras aptit, men istället är de okänsliga för leptinet [Considine et al 1996]. Vissa gener påverkar hur insulinkänsliga celler är, ämnesomsättningen, hur mycket leptin fett frisätter, hur väl leptinsignalen tas emot, hur nervsystemet bearbetar signalerna men också aspekter av personlighet som njutningslystnad eller depressivitet. Ärftligheten av kroppsbyggnad är också hög [Sorensen et al. 1989].

Slutsatsen är att vi har hjärnor avpassade för fel miljö. Viktmässigt borde vi leva på en savann med mycket motion i form av jakt, regelbunden svält och enstaka jakttriumfer. Knappast eftersträvansvärt rent mänskligt.

Problemet med att gå på diet är att det sätter vår hjärnbark mot vår hypotalamus. Hjärnbarken utvecklades ursprungligen för att ge hypotalamus bättre information om omvärlden för att kunna styra våra beteenden. Genom att den växt till enormt hos högre däggdjur har vi också blivit beteendemässigt flexibla, kapabla att lära oss helt nya saker och lösa problem som evolutionen aldrig kunnat bygga in lösningar för. Vi har blivit varelser med en inre värld [Gärdenfors 2000]. Men denna problemlösning är fortfarande till för att hjälpa vår överlevnad, åtminstone ur evolutionens perspektiv. Det faktum att vi människor nu har ett eget perspektiv på vad livet kan gå ut på, ett perspektiv som ofta inte har mycket gemensamt med att sätta maximalt antal lyckade barn till världen för att sprida sina gener, det är ingenting som evolutionens eller hypotalamus blinda krafter vet något om.

När vi försöker dra ned på ätandet stretar våra drifter emot och stimulerar rationaliserande tankar som får oss att hitta ursäkter eller inte försöka så hårt. Och även om vi lyckas "skyddar" andra mekanismer oss från den självpåtaga svälten: ämnesomsättningen saktar ned, och vikten minskar inte speciellt mycket. Värre än så, effektiviseringen gör att återkommande bantningskurer ("jo-jo bantning") gör att

man går upp i vikt! [Brownell et al 1986] Sänkt ämnesomsättning är inte dåligt i sig, och har faktiskt visat sig bromsa åldrandet [Sohal & Weindruch 1996], men är nog så svårt för de flesta att bibehålla.

Det är inte heller enkelt att motionera bort fetman. Principen låter enkel: om man inte kan minska kalorintaget, öka kalorianvändningen. Men kroppen är effektivt byggd, och muskler använder relativt lite energi. 20 minuter aerobics är bara ekvivalent med 35 gram potatiships för en 100 kilograms person. En ordinär måltid innehåller betydligt fler kalorier. De flesta av dessa försvinner som värme i vår ämnesomsättning (och man ska inte glömma hjärnan – dessa 2% av vår kroppsvikt bränner 20% av vår energi!).

Men kanske är motionen ändå nyckeln. Fetmadebatten handlar ofta mer om kalorier och kilon än om den viktiga frågan: hur bra mår vi? Mat är lika lite roten till fetmaepidemin som vägar är roten till trafikolyckor. Även om fetma i sig förmodligen är skadligt, är bristande kondition farligare. Motion kan motverka både diabetes och hjärtkärlsjukdomar, men det är en effekt som verkar ha mer att göra med att man använder kroppen och mindre med någon viktminskning [Donnelly et al. 2004]. Att röra på sig gör både musklerna mer insulinkänsliga, stärker hjärta och kärl, reducerar cancerrisker [Thune & Furberg 2001] och stimulerar nybildning av nervceller i hjärnan [Mattson 2000]. Även tämligen enkla åtgärder i form av mental och fysisk motion kan förhindra en mängd ålderssjukdomar [Hartman-Stein & Potkanowicz 2003]. Det som krävs är inte att bygga om hjärnan att passa dagens mat, eller att omskapa maten för att passa dagens arbete (även om båda kan hjälpa till). Det är att kringgå vår hjärnas hunger med hjälp av motion. Och det kan vi göra i mycket högre grad eftersom vi inte har något hypothalamussystem som försöker hindra oss från att motionera. Vi har fortfarande ett visst mått lättja att övervinna, men det är oändligt mycket lättare än att hindra resultatet av flera hundra miljoner års evolution av ätandet. Kombinera detta med att vi lär oss styra aptiten – som trots allt är tämligen avhänglig vår upproriska hjärnbark – och metoder att imitera kaloribegränsning kemiskt, och vi kommer att få gott om tid att hitta fler vägar runt den hungriga hjärnan.

Referenser

Brownell KD, Greenwood MR, Stellar E, Shrager EE, *The effects of repeated cycles of weight loss and regain in rats*, *Physiol Behav.* 1986 Oct;38(4):459-64.

Robert V. Considine, Madhur K. Sinha, Mark L. Heiman, Aidas Kriauciunas, Thomas W. Stephens, Mark R. Nyce, Joanna P. Ohannesian, Cheryl C. Marco, Linda J. McKee, Thomas L. Bauer, and José F. Caro, *Serum Immunoreactive-Leptin Concentrations in Normal-Weight and Obese Humans*, NEJM, Volume 334:5, 292-295, February 1 1996

Donnelly JE, Smith B, Jacobsen DJ, Kirk E, Dubose K, Hyder M, Bailey B, Washburn R. *The role of exercise for weight loss and maintenance*. Best Pract Res Clin Gastroenterol. 2004 Dec;18(6):1009-29

Hartman-Stein PE, Potkanowicz ES. *Behavioral determinants of healthy aging: good news for the baby boomer generation*. Online J Issues Nurs. 2003;8(2):6.

Andrew G Gosler, Jeremy J. D. Greenwood, Christopher Perrins, *Predation risk and the cost of being fat*, Nature 377, 621 - 623 (2002)

Peter Gärdenfors, *Hur Homo blev sapiens - om tänkandets evolution*. Nya Doxa 2000

Robert A. Hegele, Henian Cao, Stewart B. Harris, Anthony J. G. Hanley and Bernard Zinman, *The Hepatic Nuclear Factor-1 α G319S Variant Is Associated with Early-Onset Type 2 Diabetes in Canadian Oji-Cree*, The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism Vol. 84, No. 3 1077-1082 (1999)

James W. Kalat, *Biological Psychology*, 6 uppl. Brooks & Cole, 1998

Mattson MP, *Neuroprotective signaling and the aging brain: take away my food and let me run*, Brain Res 2000 Dec 15; 886(1-2):47-53

Sohal RS, Weindruch R. *Oxidative stress, caloric restriction, and aging*. Science. 1996 Jul 5;273(5271):59-63.

Sorensen TI, Price RA, Stunkard AJ, Schulsinger F, *Genetics of obesity in adult adoptees and their biological siblings*. British Medical Journal. 1989 Jan 14;298(6666):87-90.

Thune I, Furberg AS. *Physical activity and cancer risk: dose-response and cancer, all sites and site-specific*. Med Sci Sports Exerc. 2001 Jun;33(6 Suppl):S530-50; discussion S609-10.

Fetma, altruism och evolution

Anders Sandberg

Att vandra nedför en ordinär amerikansk gata bekräftar snabbt alla europeiska fördomar om hur vanligt det är med märkbart feta amerikaner. Samtidigt var amerikanska forskare och politiker tidigt ute med att varna för riskerna av den "fetma-epidemi" som utvecklats under 90-talet. Idag verkar matreklam i staterna antingen förkunna hur ljuvligt saker smakar eller hur nyttiga de är (eller båda delarna), diet-epidemier grasserar som aldrig förr, jurister stämmer matkedjor för att ha spritt onyttigt mat och politikerna diskuterar fettskatter.

Hur kommer det sig att amerikanerna gör en så stor sak av fetmaproblemet? I Sverige är min grannes hälsa även mitt problem, eftersom jag måste betala för hans sjukdomar genom mina skattepengar. Helst skulle vi vilja att alla andra levde nyttigt och försiktigt – det skulle vara bra för dem och bra för mig. Men i USA är sjukförsäkringar i mycket högre grad privata, och folk verkar knappast resonera om att fetman ska bort för att dra ned deras premier. Fetma är trots allt ett individuellt problem som drabbar den som äter för mycket; borde inte de individualistiska amerikanerna därför lämna det i den privata sfären?

Till en viss del överdriver vi kanske amerikanernas individualism. Ett besök vid något av Washingtons monument eller hos en religiös församling visar att det finns stark sammanhållning men på andra plan än de vi är vana vid från Sverige. Den statliga inblandningen i medelamerikanens liv har också ökat de senaste decennierna. Men det finns fortfarande en diskrepans mellan fetmans individualitet och de storskaliga åtgärderna som föreslås.

Till en viss del är storskaligheten ett resultat av vem som föreslår dem. Folkhälsoinstitut och politiker ser problemet som ett problem i hela befolkningen och föreslår därför lösningar för hela befolkningen. Jurister ser problemet juridiskt och försöker stämma sig fram till en lösning eller få lagar stiftade.

Amerikansk skräpmat har inte blivit mycket värre på senare år. Den har blivit billigare relativt sett genom att folk i medeltal blivit rikare, men det förklarar knappast fetmaepidemin. Förmodligen är den mest djupgående orsaken att vi rör oss mindre idag än tidigare tack vare digitala kommunikationer, allt fler

stillasittande jobb och att amerikaner har råd med än fler bilar. Då hjälper knappast fettskatter – alla utom de fattigaste har råd med lite extra utgifter för god mat. Inte heller reklamförbud för onyttigheter, eftersom vi är så bra på att leta upp dem när vi känner för dem. Informationskampanjer om nutrition och motion har begränsad effekt om folk inte känner att de har tid att laga nyttig mat eller motionera. Kanske skulle en skatt på kontorsstolar vara effektivare.

Men det finns också en mörkare sida som man inte talar om. Fetma är en klassmarkör. De svarta killarna som hänger runt parkeringsplatserna är märkbart fetare än tjänstemännen i vita skjortor som skyndar förbi. Orsaken är knappast ekonomi i sig; en inventering av ett typiskt amerikanskt snabbköp visar ett utbud som sträcker sig från kemisk snabbmat till grönsaker av bättre kvalitet än de vi brukar ha i svenska butiker. Vill man äta nyttigt går det (trots många turisternas uppgivna påståenden att det inte finns bra mat; oftast har de gått till butiker nära hotellet som mest liknat vår Pressbyrå) och priset är definitivt inte högre. Men en kombination av bristande utbildning, uppgivenhet, stress (som får oss att söka lugnande fett och kolhydrater) och en kultur där långsiktiga mål ofta känns avlägsna gör att många ur lägre sociala skikt äter synnerligen onyttigt. Samtidigt är friskhet, utseende, att motionera, att planera för ålderdomen, att visa att man kan kontrollera sina drifter och sin kropp, att man förstår komplexa dieter eller innehållsförteckningar saker som signalerar framgångsrik medelklass. Studie efter studie visar dessa kulturskillnader. Samma sak gäller i Sverige; bara för att inkomstskillnaderna är mindre så är inte kulturskillnaden mellan medel- och underklass mindre. Det har inte så mycket att göra med pengar och tillgång till sjukvård som att olika kulturer uppmuntras av ens omgivning och att man omedvetet "vet" hur man ska uppföra sig.

Kanske är angreppet mot fetman egentligen ett angrepp mot den synliga underklassen och dess "dåliga" kultur. Allt skulle bli bra om underklassen också var som medelklassen. Vi har haft många liknande försök att civilisera underklassen: förbättra deras renlighet, ta bort förråande masskultur, minska tonårsgraviditeter och göra dem jämställda. Men det är renlighet, kultur och jämställdhet ur medelklassens perspektiv.

Varifrån kommer denna paternalism? Den har naturligtvis en lång idéhistoria, från Platons upplysta filosofklass till vänstertankar om behovet av ett ledande avantgarde till teknokratiska visioner. Grundantagandet är att medelmänniskan inte är begåvad, dygdig eller informerad nog att ta vara på sig själv, och att en utvald grupp klarar uppgiften. Denna tankeströmning har (och bör!) naturligtvis kritiserats djupt av många tänkare. Men räcker verkligen detta som förklaring till paternalismen? Om man observerar hur människor faktiskt interagerar socialt i

vardagen är det märkbart att det finns en hel del liknande beteenden även hos de som inte kommit i någon större kontakt med dessa idéer. De kan naturligtvis ha assimilerat dem från den omgivande kulturen, men troligare är att de är utslag för allmänna mänskliga sociala beteenden.

Alla kulturer uppvisar statuskillnader, att grupper stärker sitt självförtroende genom att sluta sig mot andra grupper och att position går att vinna genom att vara altruistisk mot de som har det svårt. Socialpsykologiska studier har också visat att vi tenderar att bedöma personer mer positivt om de är vackra enligt kulturens mått, även på egenskaper som moral, intelligens, personlighet. Orsaken till sådana tendenser är troligen till stor del evolutionära: vi har utvecklats som sociala djur under årmiljoner, och det vore konstigt om inte åtskilliga grundstrukturer är evolutionärt fastlagda. Att förstå och kunna samarbeta med sina artfränder är oerhört viktigt för överlevnaden. Våra hjärnor har en mängd medfödda system för att understödja mänsklig kontakt och relationshantering, och de egenheter de har råkat få påverkar alla våra kulturer. Vi bygger vidare på denna grund med vår kultur och egna insikter, men den påverkar formen av vad vi kan bygga ovanför.

Hälsopaternalism är kanske till en viss del evolutionärt betingad. Den amerikanska ekonomen Robin Hanson har framkastat en intressant teori för hur evolutionen gjort oss till hälsopaternalister. Våra förfäder klarade sig bättre om de hade många och framgångsrika allierade inom gruppen, framför allt om de fick hjälp av dem när de var sjuka eller skadade. Den komplicerade sociala dynamiken i gruppen gjorde det också svårt att avgöra vilka som skulle fortsätta att vara allierade. Bör man hjälpa någon som är sjuk eller försvagad? Hjälpen kostar, men den ökar chansen att den sjuke hämtar sig och finns kvar i gruppen. Om man tror att den andre är en värdefull tillgång och kommer att vara en god allierad i framtiden lönar det sig. Men alla andra ser också om man hjälper till och kan dra slutsatser om hur mycket man uppriktigt värderar en annan. Det här är en form av sociala signaler som är svåra att förfalska eftersom de faktiskt kostar tid och energi att upprätthålla. Det visar både att man är kraftfull nog att göra det, att det är lönsamt att vara vän med en och (när det gäller hjälp till en person med mer status) att man har en god relation till viktiga personer. Resultatet är att hälsohjälpen blir sammanhållande för gruppen: den som inte hjälper till visar att han kanske tänker lämna gruppen, medan de som hjälper till visar att de investerar i det allmänna.

Att göra sociala kostnadskalkyler kräver en hel del hjärna. Men fastlagda beteenden kan betydligt enklare skapas av evolutionen och sedan vidareutvecklas. Åtskilliga studier visar hur apor har nedärvda altruistiska beteenden och metoder att straffa fusk; det vore osannolikt att vi människor inte har liknande inbyggda system. När vi känner tacksamhet eller rättfärdig ilska över en orättvisa är det troligen byggt på

den gamla evolutionspsykologiska grunden (om det enbart var kultur eller beräkning, varför skulle vi då få sådana känslor av det?). Det är inte heller otänkbart att Hansons modell kan ha gett oss hälsorelaterade beteenden som bidrar till hälsopaternalism (och som mycket väl mentalt kan överföras till "ohälsa" i form av omoral eller bristande kultur).

Vart leder detta resonemang? Hansons teori pekar på att vi har en tendens att föreskriva hälsoskyddande beteenden till dem som har lägre social status än oss själva. Vi vill inte satsa för mycket på dem, men gärna hålla dem friska så att de kan vara våra allierade. Dessutom kan vi visa grupployalitet genom att satsa på gemensamt finansierad sjukvård för gruppen. Hans modell pekar också på att man gärna överinvesterar i sådana symboler: vi bygger betydligt fler sjukhus än vad som faktiskt är medicinskt nödvändigt.

Hälsopaternalistiska metoder råder förmodligen inte bot på fetma, eftersom de mer riktar sig mot social status och att signalera altruism än att faktiskt minska samhällets kolesterolvärden.

Evolutionen är den bästa ursäkten man kan tänka sig. Den är något enormt som vi inte har kontroll över, ingen blir arg över att man skyller på den och man kan t.om. verka bildad när man skyller ifrån sig. Här har vi nu en dubbel undanflykt: dels blir vi feta på grund av att den gett oss en aptit avpassad till vildmarken, dels är vår debatt felriktad av evolutionära skäl. Så bekvämt. Men evolutionen gav oss också hjärnor kapabla att uppfinna lösningar på nästan vilka problem som helst. Nu när vi löst problemet med överlevnaden så väl att vi blir feta är det dags att lösa fetmaproblemet.

Förmodligen är lösningen på fetmaproblemet inte så enkel som att äta mindre mat och motionera mer. Båda verksamheterna är djupt inbäddade i vår kultur och vårt evolutionära arv. Evolutionen har gett oss hjärnor som söker efter kalorier inte bara för idag utan också för att spara inför svältperioder – bättre att äta för mycket än för litet, för mat är det nästan alltid ont om. Att motionera är skönt, men när vi mår bra motiveras vi att spara på energi. Våra gener kodar för kroppar avsedda för Afrikas savanner istället för gator fyllda med restauranger och butiker (vilket också, djupt nere, är skälet till att vi bygger dessa matställen). Den mängd fördomar och diskriminering fetlagda personer utsätts för – från att bli retade i skolan till diskriminering i yrkeslivet – som ändå inte ändrar deras beteende demonstrerar hur starka matvanorna är. Vi kan individuellt sätta oss över våra drifter, men det är en individuell process och olika från person till person. Förmodligen behöver vi extern hjälp för att bli riktigt bra på det.

Den amerikanska försvarsforskningsorganisationen DARPA har utlyst ett projekt kallat "Metabolic Dominance" i syfte att ge soldater i fält effektivare näringstillförsel, att kontrollera deras hunger. Förmodligen är de civila tillämpningarna av ett sådant projekt viktigare än de militära. Idag håller forskare på att avslöja just hur våra kroppar och hjärnor styr aptit och fetma, och målet för många i fältet är helt klart mediciner för att hålla vår aptit eller energisparande på en nyttigare nivå. Det här går bortom patentdieter och Xenical-piller för att inte ta upp fett i tarmen. Metabolisk kontroll skulle verkligen ge oss styrmöjligheter för vår hälsa genom att påverka de signaler som naturligt talar om för oss när vi är mätta eller lagom trinda. Vissa resultat med kaloriminskade dieter tyder t.o.m. på att åldrandet kanske kan bromsas. Givet att 40-70% av variationen i kroppsvikt har genetisk bas kan också genetiska modifikationer vara värda att studera. Men sådana här medel ligger en bit fram i tiden, och är knappast folkhälsofolkets favoriter.

Det som kan göras idag är att se problemet för vad det är utan moraliserande. Just moraliserandet bidrar till att förhindra folk från att ändra uppförande; när vi utsätts för det slår vi bakut för att värna om vår identitet. Innerst inne handlar problemet om vårt självbemäktigande, vår förmåga att välja inte bara vad vi ska äta utan också vad vi vill bli, vilka liv vi vill leva. Fetma är opraktiskt för de flesta, och en förtidig grav med hjärtproblem saboterar de flesta livsprojekt. Även den totale hedonisten vill maximera sina njutningar, och då är ibland att avstå från den extra kakbiten ett sätt att hänge sig. Att kunna se sig i spegeln och passa sina utseendeideal (vilka de än må vara) och veta att det är man själv och inte ölen som byggt den vackra kroppen är en personlig triumf – och kan *bara* vara en personlig triumf. För hur mycket stöd vi än må ge varandra så är nyckeln ändå att uppnå det själv som fungerar harmoniskt, där både genernas imperativ och vår storhjärnas visioner passar ihop på något sätt.

Att försöka komma åt "fetmaepidemin" genom att minska människors valfrihet är dömt att misslyckas (utom när det går så långt att de börjar svälta, men då är boten värre än soten). Ju mindre möjligheter att styra sitt liv man har, desto mindre möjligheter har man att styra sig själv och lära sig uppnå den svåra självkontrollen. Ingen annan vet vilken intern diplomati som pågår i min hjärna när jag överväger om jag ska köpa hamburgaren eller ej, och min självkontroll ökar inte om jag ges ångest för de onda kalorierna, burgaren görs dyrare eller rent av tas ifrån mig.

Om vi kan finna sätt att öka människors självkontroll – oavsett hur – så vinner vi oändligt mycket mer än en smalare befolkning.

Super Size Me– en smal partsinlaga

Mattias Svensson

“Change your lifestyle, that’s all you need to do.”

Morgan Spurlock, om hur han gick ner 12 kilo och återfick normala kolesterolvärden.

Det har hävdats att för hög vikt är en kronisk sjukdom som sprider sig likt en epidemi över världen, att maten vi äter är lika beroendeframkallande som tunga droger, att vi lever i en giftig mat- och inaktivitetsmiljö som närmast garanterar att vi kommer att bli sjuka och att den självklara boven i detta drama är snabbmatsindustrin. Mot bakgrund av denna verklighetsbeskrivning har det hävdats att individen är oförmögen att ta ansvar för att äta rätt och röra på sig. Senast i den förvisso både underhållande och välgjorda filmen ”Super Size Me”.

I ”Super Size Me” använder filmaren Morgan Spurlock sin egen kropp som exempel för att bevisa att man blir fet och sjuklig av att propa i sig dubbelt så mycket kalorier som han normalt behöver (lämpligt nog på McDonald’s) och därtill slutar röra på sig. Med detta menar han sig ha bevisat att McDonald’s mat är farlig.

Ett motbevis har dock presenterats i form av Soso Whaley. Hon är en amerikansk kvinna på 49 år som jobbar med vetenskaps- och djurrättsfrågor för en frihetlig tankesmedja.

I april i år bestämde sig Whaley för att följa Spurlocks exempel och bara äta på McDonald’s i en månad. Precis som Spurlock föresatte hon sig att äta allt på menyn åtminstone någon gång under månaden. Skillnaden var att hon även föresatte sig att ha kontroll på kaloriintaget istället för att passivt (eller snarare extremt aktivt) stoppa i sig vad som föreslogs. Det senare visade sig vara väldigt lätt just på McDonald’s med deras standardiserade menyer med tillgängliga kalorimått. Efter en månad hade hon gått ner i vikt, hennes kolesterolvärden hade gått ner och hon kände sig både pigg och energisk, det gick så bra att hon upprepade samma experiment igen i juni.

Det man kan lära av Spurlock och Whaley är snarare vikten av att faktiskt tänka på vad man äter. Medan Spurlock illustrerar vad som händer om man ger upp det personliga ansvaret visar Whaley vad man kan uppnå genom att ta det. Låter man

andra (eller slumpen) diktera vad man ska göra och nöjer sig med att i efterhand skylla på dessa andra för att det gick som det gick riskerar man bland annat att bli deprimerad, sjuk och fet. Tar man istället ansvar för sina handlingar och för att tänka över vad man gör (bland annat när man äter och rör på sig) kan man istället bli pigg, smal och liberal.

Men "Super Size Me" handlar inte bara om Morgan Spurlocks egna experiment. Mellan tuggor, tester, spya och rektalundersökning framträder ett antal auktoriteter på fetma och överviktsfrågor. Auktoriteterna ger intrycket av att ge en allmängiltig och välunderbyggd förklaring på överviktsproblematiken; titlarna är imponerande, de varierande organisationsnamnen långa och välklingande; personerna framställs som både pålästa sanningssägare och kämpande idealister, de filmas vid fyllda skrivbord eller framför bokhyllor. Mot dem finns bara ett anonymt kapital och dess köpta lobbyist, killen som filmas i ett flott styrelserum.

Det är en bild som i allt väsentligt är lika sned som att det skulle vara farligt att äta på Mc Donald's. Vad vi får oss till livs i "Super Size Me" är alls inte någon bred konsensus, snarare en smal partsinlaga. I själva verket har i stort sett alla filmens auktoriteter intresse av att överdriva skadeverkningarna av övervikt i allmänhet och av snabbmat i synnerhet, samt att negligera möjligheten till ansvarstagande hos enskilda personer (och företag).

Rättsprofessorn John Banzhaf har bokstavligen miljarder anledningar att utmåla snabbmatsföretagen som skurkar eftersom han är involverad i ett stort antal stämningar där överviktiga kräver kompensation. Han förutser att kostnaderna bara för McDonald's skulle kunna uppgå till 50 miljarder dollar. Banzhaf har tidigare drivit liknande fall mot tobaksindustrin. Hans omsorg om överviktiga är dock inte större än att han även stämt Viktväktarna (för att de tar betalt för grundläggande näringsinformation i sina kurser).

I stort sett varenda en av Banzhafs supportrar bland opinionsbildande organisationer förekommer i "Super Size Me". Margo Wootan uttalar sig i filmen för organisationen Center for Science in the Public Interest (CSPI) - en organisation som bland annat gjort gemensam sak med John Banzhaf när de förra året krävde varningstexter om kalori och fetthinnehåll i glassbutiker (som om ingen känner till att glass är fett- och kaloririk). CSPI får sina främsta intäkter från ett nyhetsbrev som i alarmistiska ordalag som "hjärtattack på tallrik" varnar för de flesta sorters restaurangmat och även moderat hållen alkoholkonsumtion. Knuten till CSPI är även Kelly Brownell, som i filmen presenteras som chef för Yale Center for Eating and Weight Disorders. Brownell driver, liksom CSPI, en politisk agenda för att

reglera och beskatta mat, bland annat genom att kräva en mängd varningstexter och skyltar, gratis annonsutrymme för statlig reklam för hälsosamma produkter samt skatt på fett- och sockerrika produkter. Även Brownell använder sig av alarmistiskt och bombastiskt språkbruk, bland annat metaforen att mat- och motionsmiljön skulle vara förgiftad.

En annan person som sympatiserar med och suttit i styrelsen för CSPI och medverkar i "Super Size Me" är Marion Nestle, näringsforskare vid New York University och liksom Brownell och CSPI aktiv förespråkare av skatter och regleringar på mat. Hon är mer akademisk i sitt språkbruk, vilket dock inte hindrar henne från att i kategoriska ordalag fördöma alla frihetligt grundade invändningar mot att ge staten för stor makt att bestämma vad vi äter som propaganda från lakejer köpta av matindustrin.

En av de teser Banzhaf använt för att hota restaurangindustrin är att maten de säljer är beroendeframkallande ("addictive"). De forskare som Banzhaf hänvisat till har dock hävdad sig feltolkade, med ett undantag, Neal Barnard, som framträder i filmen som talesman för organisationen Physicians Committee for Responsible Medicine (PCRM). PCRM har nära kopplingar till djurrättsrörelsen, inklusive dess militanta delar, och varnar som av en händelse för att kött, liksom mjölkprodukter som ost och choklad, är beroendeframkallande, kanske rentav att jämföra med tunga droger. Att djurrättsförespråkare har ett horn i sidan till en hamburgerkedja är kanske överflödigt att tillägga, men denna ideologiska utgångspunkt gör dem knappast till ideala sanningsvittnen över djurprodukters hälsoaspekter. Även John Robbins, ett annat intervjuobjekt i filmen, driver en organisation, Earthsave, med målet att minska konsumtionen av kött och djurprodukter.

Ett intressant komplement till ovanstående personer i filmen är Jared Fogle, killen som håller upp sina tidigare enorma byxor vid en föreläsning. Svenska tittare har kanske inte lika klart för att han är ett slags levande reklampelare för snabbmatskedjan Subway och hävdar sig ha gått ner över 100 kilo genom att nästan uteslutande äta deras smörgåsar. Subway marknadsför sig som ett hälsosamt snabbmatsalternativ i motsats till framför allt hamburgerkedjor (en jämförelse med fettinnehållet i "en stor hamburgerkedjas" produkter inkluderas exempelvis i pressmaterialet som lanserar Jared Fogle).

"Super Size Me" presenterar alltså en uppsättning experter som i själva verket är involverade i en politisk och legal agenda riktad mot restaurangindustrin och inte minst McDonald's. Tre personer med samma matpolitiska agenda och starka band till samma organisation CSPI framträder alltså under helt olika hattar i filmen. Två

aktörer arbetar för organisationer med målet att drastiskt minska eller helst avskaffa konsumtion av djurprodukter. Alla stödjer John Banzhafs legala aktioner.

Ytterligare person är reklampelare för en snabbmatskedja som konkurrerar med andra snabbmatskedjor med just det budskap filmen för fram, hamburgare är ohälsosamma. Ingen av de ovanstående ställs inför kritiska frågor i filmen. De får snarare sina egna teser illustrerade av Morgan Spurlocks beteende och av tydliggörande texter som "The toxic environment", "Sue the bastards" och "Addiction". Filmen är således en partsinlaga för en begränsad regleringslobby.

Morgan Spurlocks egen roll är därmed osäker. Är han en seriös dokumentärfilmare som bara fick en ide om att pröva att äta på McDonald's, vilket han själv hävdar? Eller är han nyttig idiot åt giriga advokater och deras lobbygrupper, eller rentav ännu en betald reklampelare för en konkurrerande snabbmatskedja? I vilket fall som helst är han ett illustrativt exempel på att även anti-business är god business i det stora landet i väster.

Morgan Spurlock är dessutom det kanske roligaste exemplet på att filmens teser inte stämmer. De fjorton månaderna efter filmen gick han nämligen lugnt och metodiskt ner alla sina tolv överviktskilon, genom att lägga om sin kost och förmodligen även röra sig mer. Trots att han i sin film hävdade sig vara beroende av McDonald's mat lade han om sina matvanor så fort kameran stängdes av. Trots att han fortfarande bor i en "giftig mat- och inaktivitetsmiljö" och bland annat måste passera tre Mc Donald's på väg till sitt kontor promenerar han glatt vidare. Trots att storföretag fortfarande är fria att annonsera för och sälja billig, välsmakande och inte sällan onyttig mat har Spurlock sedan filmens experiment avslutats motstått frestelsen att föräta sig på deras mat.

Dessutom verkar Spurlock ta ganska lätt på den omställning från överviktig, sjuk och beroende till normalviktig och aktiv som han genomgått. "Ändra livsstil, det är allt du behöver göra" säger han i en intervju med brittiska iofilm (www.iofilm.co.uk), några dieter eller mirakelkurer krävs inte.

Först gör Spurlock alltså en dokumentärfilm om att reklam, storföretag, kliniskt beroende och kroniska sjukdomstillstånd gör personligt ansvar för vad man äter och hur man rör på sig närmast omöjligt att axla, sedan tar han obekymrat ansvaret för att själv gå ner i vikt genom att äta rätt och motionera.

Ett post scriptum värdigt den ironiska generationen.

Morgan och jag

Waldemar Ingdahl

”Vilken underlig film” var min första tanke efter att ha sett den amerikanske filmaren Morgan Spurlocks hyllade ”Super Size Me” på den svenska förhandsvisningen.

Kanske inte underlig till sitt innehåll, den hör hemma i en vänsterpopulistisk amerikansk tradition och använder det bildspråk, den begreppsvärld, de idékonstruktioner som är vanliga där och talar mycket specifikt från dessa.

Det underliga var att Spurlock angrep just McDonald’s restauranger som av är många sedda som ett föredöme inom etiskt företagande. Ändå är det ett av de företag som väcker mest aversion. Skälet är att de grupper man försöker att få sympati hos, genom att anpassa sig till deras värderingar, i grunden inte tycker om företagets koncept och inte kommer att bli kunder. Anpassning ses som eftergifter, som borde följas av fler.

Handlade filmen om mat? Ofta får vi höra i samhällsdebatten att det finns ”bra” och ”dålig” mat. Går det verkligen att resonera om mat i sådana termer?

Vilken mat som sägs vara bra eller dålig grundas oftast på näringsvärdet i de ingredienser den består av. Det kan verka förnuftigt, men det finns problem med att tänka så, för den vetenskapliga förståelsen av en viss födas påverkan på vår hälsa är begränsad. Det mesta av den information som samlats in tittar på kosthållningen och förekomsten av sjukdomar i stora populationer över långa tidsperioder. Att dra ut detta till effekter på enskilda individer är vådligt, särskilt som informationen främst samlats in genom djurförsök (djuren ges mat i större kvantiteter relativt än vad människor normalt äter).

Tidigare sades alla sorters fetter vara dåliga, sedan bara mättat fett (minns ni vurmen för olivolja?). Kolhydrater sågs tidigare som bra mat, nu har de blivit dåliga. Särskilt socker sägs vara dåligt, men fruktos är inte lika dåligt som sackaros och så vidare. Alla dessa ständiga förändringar i vad som anses vara god eller dålig mat är ordentligt förvirrande. Ibland hävdas det till och med av olika hälsoexperter att vissa typer av mat skulle sakna näringsvärde (till exempel socker), men all mat har faktiskt näringsvärde. Även de mest fruktade formerna av fetter och socker är

viktiga delar av kosthållningen. Fett ger näring, särskilt till växande barn, och är mycket viktigt för att kunna uppta fettlösliga vitaminer. Socker ger snabb energi, särskilt till hjärnan och nervsystemet.

Snarare så borde vi tala om mat är hälsosam eller inte, och om en viss typ av mat är hälsosam kan inte avgöras utanför det sammanhang som födan intas i. Våra kroppar har anpassats till ett liv av undernäring och hårt kroppsligt arbete, inte av överflöd och stillasittande. Därför lagrar kroppen energi under korta goda tider, för att ha i reserv under långa magra tider. Genom vårt välfärdssamhälle kommer aldrig de magra tiderna, så kroppen har svårt att göra sig av med energi, vilket leder till fetma.

Kostfrågorna kompliceras ytterligare av att man i dag ofta lägger en moralisk innebörd i begreppen. Dålig mat blir ond och den som äter den är odygdig, nästan syndig. Här tror jag att vi kommer något på spåren, filmen "Super size me" handlar inte så mycket om mat och hälsa. Den handlar om autenticitet, för det var inte så länge sedan som insikten på allvar spreds att jordbruket är en industri snarare än en sörgårdsidyll. McDonald's är ett tecken på det- restauranger fanns inte som butikskedjor tidigare.

Vissa har önskat att passa in Spurlocks film i en anti-kapitalistisk kontext, som dessutom slår mynt av en trendig anti-amerikanism. Det finns otvetydigt sådana inslag, men något skiljer sig där från tidigare, nämligen en tecknad scen i filmen där Spurlock visar på att snabbmatsindustrin har så mycket större reklambudget än frukt- och grönsaksbranschen. Det är nästan lite synd om fruktindustrin för de har så liten reklambudget. Fråga vilken gammal vänsterradikal från "68" som helst vad de tyckte om United Fruits på den tiden. Men United Fruits bär till skillnad från McDonald's inte på en livsstil.

Den urbana medelklassen är på många sätt bärare av vår idéer. Därifrån kommer våra intellektuella och de tankar och idéer som finns bland dem får ofta genomslag i samhället. Där passade Spurlocks film in och fick gehör (marken hade beretts av bl.a. boken "Snabbmatslandet" av Eric Schlosser). Hade filmen varit en vänsterdokumentär av gammalt märke hade ämnet varit om arbetsförhållanden och löner för personalen på McDonald's "fabriksgolv", men arbetar- och serviceklassen är inte längre så intressanta ur medelklassens synvinkel.

Journalisten, som ofta kommer ur just medelklassen, är sällan en expert på ämnet hon behandlar och är tvingad att bedöma alla företeelser på grundval av ett smalt

spektrum av idéer och därefter välja ut de debatter, åsikter och synsätt som skall nå allmänheten, värdera vilka fakta som är relevanta, och i vilken form och med vilken vinkel de skall presenteras och därmed bestämma samhällets dagordning.

Inflytandet som medierna har över medborgarnas opinioner är mäktigt men till stora delar indirekt. Mediernas roll i opinionsbildningen är att ange vad som i dagsläget är ett acceptabelt spektrum av åsikter. Medierna lär oss alltså inte vad vi skall tycka och tänka utan snarare vilka opinioner som är gångbara. Åsikter som vi tror är godtagbara i umgänge också med relativt ytligt bekanta kallas "allmän opinion".

Där blev Spurlock en del av den "allmänna opinionen". Filmrecensenter hyllade filmen som en lysande dokumentär, kulturjournalister passade in detta i politiska ambitioner i ett sjukvårdssystem som idag söker med ljus och lykta efter att trygga sin överlevnad genom att minska kostnaderna. Svenska Spurlock-kopior kunde t.o.m. få med sig forskare på sina jippo-program, för forskare behöver också TV-tid och uppmärksamhet för att få anslag till sina projekt.

I en tid av föränderlighet så kretsar mycket av den urbana medelklassen kring tankar om autenticitet. Autenticiteten som renhet, att inte utspäda, formge eller omordna. Autenticiteten som tradition, det sätt som det uppfattats att saker och ting alltid gjorts. Spurlocks diskussion om att hans mamma lagade maten själv är ett tecken på det.

Ur denna synvinkel är McDonald's restauranger dåliga då de inte är autentiska. Ingen McDonald's är unik. Det är ett globalt standardiserat franchise, med en produktionsprocess som i många hänseenden utgörs av taylorismens löpande band. Vilket pekar på att maten kanske inte är huvudfrågan- om något så är det ganska enkelt att hålla ordning på vad man är just genom att McDonald's menyer är standardiserade och har detaljerade mått på vad maten innehåller.

Många upplever McDonald's restauranger inte som ett hot mot midjan men mot identiteten, särskilt i den mångfald av livsstilar som uppstått genom att vi alltmer gått ifrån industrisamhället. Det är inte fel att skapa upp nya livsstilar i sig, och Spurlock är i kontakt med sådana, vilket ser av den roll som hans veganska flickvän spelar i filmen.

Tyvärr blir många av dessa livsstilar begränsade till fixerade politiska kategorier och kan själv inte se implikationerna av den kulturella mångfaldens utveckling. Så fort en ny grupp i samhället identifierats har den ramats in av ortodoxier och rigida

definitioner på hur en gruppmedlem skall vara. Mångfalden är en kraft för oändlig delbarhet. Gruppen är ett verktyg, men slutligen är det individen som handlar, förändrar sig själv och experimenterar. Därför är inte kategorier de fasta mallar som man ofta antar, och de är inte längre ömsesidigt uteslutande. Individen formas av att odla olika identiteter i olika sammanhang. Ironin är att vi idag ofta använder idén om mångfald som medel för att angripa idén om att människors livsstilar skiljer sig åt, när vi i själva verket kan använda mångfalden för experiment.

Vi kan välja både McDonald's och Cordon Bleu, om vi väljer att se autenticiteten som en subjektiv definition på självuttryckande och njutning. Där finner jag den huvudsakliga skillnaden mellan min syn och Spurlocks film. Vi har mist maten som förenande faktor i samhället, men det har gett oss nya valmöjligheter som vi heller inte behöver göra en gång för alla. Det är långt mer värdefullt.

Frågan om just denna valfrihet är en viktig fråga att lösa innan vi på allvar kan diskutera hälsa och kostvanor- annars finns risken att samhällsdebatten handlar autenticitetsbegrepp och estetik istället för sund vetenskap.

Sluta ta hand om mig!

Carolin Dahlman

Fettskatt, spritskatt och rökförbud. Subventionerade miljöbilar, EU-finansierade bantningspiller och varningstexter på cigarettpaketet. Politikerna försöker på alla möjliga sätt putta oss medborgare i en för dem önskvärd riktning. Med hjälp av förbud, ekonomiska verktyg och regelverk ska vi fås att bete oss på vissa sätt. Det kanske låter gulligt, de vill ju ta hand om oss. Men tänk efter. Vi behandlas som en klump lera som de styrande klämmer på och formar till. Vill vi det?

Det borde väcka ilska när kommundubbar och myndighetsbyråkrater helt ogenerat traskar in i våra privatliv med sina pekpinor och snipiga munnar. Genom alla tider har människor slagits för frihet, krig har utspelats för att komma undan styrning och folk har offrat och offrats för sin självständighet. Ändå sitter vi svenskar som tama kattungar och spinner när svenska riksdagspolitiker domderar över oss. Varför är vi inte de vilda tigrar vi har kapacitet att vara?

Den eldiga debatten om fettskatt, spritskatt och rökstopp är typisk för vår tid. Individens frihet må ha varit inne för 15 år sen; nu är det politisk omsorg som gäller

igen. Den nya paternalismen grundas antingen i altruism eller i egoism och har fyra argumentationslinjer:

1. Vi behöver alla någon som styr oss
2. De andras beteende är farligt för oss andra
3. De andras dåliga leverne blir dyrt för oss skattebetalare
4. Alla de andra behöver någon som styr dem

Det första argumentet är någorlunda hedervärt, eftersom det i varje fall bygger på egen delaktighet och frivillig underkastelse. Den som hävdar att han eller hon själv behöver lite styrning ser ju åtminstone bjälken i sitt eget öga och inte bara flisorna i de andras. Men samtidigt blir självspäkningen ett tvång för andra. I sin vilja att kontrollera sig själv, genom lagar och annat, styr man också andra.

Argument nummer två – ”de kan riskera andras hälsa” – kan också ha sina poänger. Om en person förgiftar den luft som vi andas kränks ju vår rätt till liv, eftersom vi riskerar att bli sjuka och till och med dö av detta. På så vis kan rökförbud vara motiverat på sjukhus, i skolor eller i andra allmänt ägda miljöer.

Däremot kan man ju fråga sig om det är helt OK att förbjuda någon att röka hemma i sin lägenhet eller sätta stopp för rökning på en restaurang som människor frivilligt kan gå in i eller låta bli. Jag tycker i varje fall att det finns dörrar som vi får låsa, och som politikerna inte ska ha huvudnyckeln till.

De två sista argumenten ger mig rysningar utmed ryggraden, värre än efter att ha sett typ Poltergeist. De är uttryck för att vårt grundläggande skyddsnet förvandlats till ett klistrigt spindelnet. Och det är ingen trevlig utveckling.

Argument nummer tre – ”det blir dyrt för oss skattebetalare när andra missköter sig” – handlar om det gemensamma offentliga. I stället för att låta folk göra som de önskar och sedan ta konsekvenserna av sitt beteende, förbjuder vi. Girigt vaktar vi varandra. Ett skattefinansierat välfärdssystem ger oss rätt att begränsa varandras frihet att välja livsstil. Människors ohälsosamma livsstil kostar. Ingen vill betala.

Argument nummer fyra – ”de andra behöver stöd” – handlar om det gemensamma privata, om att vi låter staten dundra in i människors personliga sfärer utan att ens

knacka först. Ingenting är för privat, det finns inga gränser för hur vi får ratta våra grannars, kollegors och vänners liv. Inget är heligt. Lev si och lev så, säger vi. Det är bättre för er. Klapp, klapp på huvudet!

Oavsett vilka argument som används för paternalismen, är ändå det konstigaste med alla regler kring sockerhalter, bidrag till bantningspiller och spritförsäljning inte att makten tar alla tillfällen i akt att bestämma över oss, utan att vi så glatt anpassar oss. Det är ett intressant psykologiskt fenomen att vi gillar läget och till och med hejar på när vår frihet beskärs, nästintill förintas.

Det är så skönt att vila i någon annans varma famn, tycks vi tänka. Så skönt att bli omhändertagen, falla fritt och känna att någon tar emot. Så skönt att själv slippa oroa sig, göra val och ta befälet.

Vi har en omhändertagande kultur i vårt land. Därför ser vi gärna hur det "är synd om" olika slags grupper och kollektiv. Bara här kan man läsa en debattartikel i kvällspressen där någon efterlyser en "singelminister" och lyfter fram hur synd det är om alla som inte har hittat en partner. De kan ju inte utnyttja rabatten man får när man köper två falukorvsringar i stället för en och måste betala för ett enkelrum i stället för "del i dubbelrum" när de åker på charter. Oj då, stackars! Men grupptillhörighet och gruppmentalitet är sällan något oföränderligt. Alla är individer och alla har makten över sig själva, om de bara vågar ta den. Ingen är singel, arbetarklass eller utanför för evigt.

Man kan också ifrågasätta om det ens funkar med statliga ingrepp. Politiker må tro att deras knappar i riksdagen är trollspön men de har fel. Och de gör fel när de försöker få oss att tro det.

EU-kommissionen har just upptäckt hur studier från Nya Zeeland och Kanada visat att cigarettpaket med bilder av rökarnas skador – som strokeskadade hjärnor och gula tänder – väcker reaktioner. Aha. Så inom kort väntas vi få se äckelbilder i stället för de affischtavlor med "RÖKNING DÖDAR" som nu täcker paketen. Men är det verkligen någon som tror att det funkar?

För den som vill förändra sin eget eller andras livsstil finns två vägar att gå. Inte bara den politiska är möjlig, utan mer betydande är att använda civil påverkan.

Om vi vill komma åt problemet med fetma och ohälsosamt leverne kan vi i stället t ex påverka livsmedels- och tobaksproducenterna. I USA kräver föräldraorganisationerna nu total redogörelse från livsmedelsföretagen om när, var och hur företagen samlar uppgifter om barn eller sänder sina budskap till dem. Det är effektivt. Det är bättre än när det brittiska socialutskottet tvingar livsmedelsföretag och reklambyråer att öppet redovisa sina reklamstrategier. Eller som i Sverige där konsumentministern helt vill förbjuda reklam riktad mot barn.

Vi märker redan hur den ökade hälsodebatten sätter sina spår. Marabou och Estrella krymper chokladkakor och chipspåsar. Schulstad GI-märker sina limpor. McDonald's annonserar stort i dagspress med uppgifter om antal kalorier i olika menyer. De måste inte, men de gör det ändå eftersom opinionen vill ha det så. Det bevisar att det är vi människor som är starkast. Det är vi som genom att höja våra röster kan höras. Så varsågod och skrik!

Visst kan det hända att stopp och förbud har viss verkan. Det är inte helt oväntat så att förbud mot tobaksreklam leder till att färre röker, eller att reklam för mat påverkar både barns val av mat och hur mycket de äter.

Men grejen är ju att du borde kunna placeras mitt i Willy Wonkas chokladfabrik och ändå inte ta en endaste liten tugga. Nettos expediter ska kunna nästintill skänka bort sina jordnötsringar och du ska ändå kunna säga NEJ. Vad är vi annars för nyckfulla viljelösa varelser, om vi inte har förmåga att själva sätta stopp?

Barn som inte lär sig behärska sig av egen kraft kommer en dag att lockas av flådiga pepparkakshus, på samma sätt som Hans och Greta i sagan. I dag får TV-reklam i SVT och TV4 inte syfta till att fånga uppmärksamheten hos barn under 12 år. Men sen då? När de har skyddats i 12 år – kommer de att kunna motstå frestelser sen när ögonbindeln åker av? Jag tror inte det. Vuxenhet har inte med ålder att göra. Du måste öva för att bli stor. Du måste lära dig fatta alldeles egna beslut.

Det är skitsvårt att ta ansvar. Jag vet. Jag har vuxit upp med en alkis, och tar fortfarande ansvar för honom, oavsett om jag måste eller inte. Nyss tvingades jag avsluta mitt arbete med den här artikeln eftersom han var full igen. Måndag klockan tre på eftermiddagen. Jag skrek i telefon och grinade mig sen igenom en hetsig löprunda utmed Norr Mälarstrand fram och tillbaka. Helst vill jag att det ska komma en god fe från himmelen och göra honom frisk igen. Men varken högre priser på brännvin eller förbud hjälper. Den som tror det har aldrig träffat någon som är beroende. Aldrig sett blicken i ögonen när ingenting annat i hela världen är

viktigare än att få en sup. I slutändan är det bara han, jag och andra i hans omgivning som kan påverka. Jag måste fortsätta gorma, tömma ut flaskor och prata om meningen med livet. Frihet är ångest. Allt annat är en illusion.

Många gånger framställs ansvaret som den svarta sidan av friheten. "Om vi vill få frihet *måste* vi ta ansvar också", säger moderatpolitiker med vuxenröst. Men ansvaret borde få upprättelse, för det har ju ett värde i sig. Det är inget måste som vi ska sucka oss igenom. Ingen plågsam bantningskur som ska genomlidas för att vågen ska sprida glädje i badrummet. Inget dygn på trångt flygplan för att nå en ö i paradiset. Att ta ansvar är skönt!

Att ta hand om sig själv och ta ansvar borde vara målet för alla. Inte för att man då undviker att vara en börda för andra, utan för att det är så himla skönt när egna ansträngningar ger resultat. Så härligt att sätta avtryck och lösa problem.

När man själv formar sin verklighet skapas man som människa. Cogito ego sum var ett uttryck som existentialismens Jean-Paul Sartre gillade. Jag tänker, alltså är jag. Det räcker inte med att vara född, utan du måste själv skapa ditt ego, ditt jag, den unika varelse du har potential att vara. När du agerar, tänker och gör val växer du. Du lär dig, reflekterar och blir större inombords. På samma sätt som en muskel utvidgas när den används blir ditt liv meningsfullt när du själv fyller det med mening.

Tänk efter! Det mesta i livet kräver träning. Du kan knappast beställa kunskap om hur man cyklar via tv-shop. Ingen lär sig läsa utan att själv försöka traggla sig igenom alfabetet – a b c d... För det mesta finns inga enkla knep, inga gudar eller talismaner. Inga Fab 5 och Room Service som med tv-kameror och fniss omvandlar dig och ditt vardagsrum över en natt. I slutändan måste du själv göra jobbet. Det må kännas jobbigt, men tänk så härligt det blir när du är klar! Eget ansvar föder självkänsla. Det föder en människas själv.

Hälsa, dygd eller konsumtionsmönster?

Håkan Andersson

Oavsett vad löpsedlarna säger så är inte fetma något nytt. Redan på artonhundratalet oroade sig bemedlade människor för sin (över)vikt. Vissa debattörer pekar på okunnighet och att dagens konsumenter blott är slavar under McDonald's marknadsföringshysteri. Vad föreslås då för att förbättra läget? Ännu en kampanj från Folkhälsoinstitutet och kosmetikerförbundet som ansträngt upplyser landets högstadiebarn (inte gymnasieelever, de är inte lagligen förpliktade att närvara) om att skönhet sitter inuti, och att kostpyramiden minsann inte är mossig!

I min mening så ligger förklaringen till fetmaepidemin i människors faktiska beteende, inte i debattörers mer eller mindre luddiga beskrivningar av sin omvärld. Det offentliga samtalet där fetmadebatten äger rum är fyllt av skribenter av olika stor dignitet. Låginkomsttagare lyser med sin frånvaro. Skribenter förblir i allmänhet inte låginkomsttagare särskilt länge, p g a sociala och psykologiska skäl. Socialt så breddar du din umgängeskrets med potentiellt lukrativa kontakter som kan tänkas vilja hyra din hjärna. Rent psykologiskt tar du kontroll över din omvärld genom att beskriva och kritisera den. Och, kan man skriva en artikel, så kan man skriva ett CV. Alltså blir det en rätt snäv del av taxeringskalenderns beteende och världsbild som styr debatten.

Huvudargumentet för att genomdriva åtgärder mot fetman är hälsoskäl. De feta blir sjukare och dör tidigare än de smala. Eftersom fetman tycks vara koncentrerad till låginkomsttagare, så blir det ytterligare en demografisk kvarnsten för dem att bära. I debatten är som sagt rena hälsoskäl ofta utgångspunkten, men ganska kvickt fjärrmar sig många från den. De moraliserande och missionerande perspektiv som följer har nackdelen att de antingen redan har en färdig lösning, eller att det bara utmynnar i en stursk uppmaning till dygd. Varför debatterar då medel- och höginkomsttagare på detta vis och med dessa skäl och metoder? För att förstå detta behöver vi skärskåda det hälsorelaterade beteendet hos dem.

För gemene man är hälsa något åtråvärt av flera skäl. Delvis i en passiv bemärkelse, en god hälsa begränsar dig mindre rent praktiskt. Men hälsa är även nyttigt i en aktiv bemärkelse, den är en statuspryl. Den mest vältränade, sundaste eller sportigaste personen ser man gärna upp till, och han eller hon har större chans att få föra sina gener vidare. I de högre inkomstklasserna är det ett solklart fall av iögonfallande konsumtion. Definitionen blir då att man väljer konsumera på ett

sådant sätt att man framstår som rik, intellektuell eller vad annat som ses som åtråvärt av den samhällsgrupp man tillhör. Man konsumerar alltså i viss mån för att särskilja sig från mängden. Genom att träna och hålla dig i form visar du dina medmänniskor att du har råd med en god hälsa. Du signalerar också att du har karaktärsstyrka och kunskap om hälsa. Detta leder till att din status i allmänhet får en knuff uppåt, tack vare att du valt viss mat, vissa fritidsnöjen etc.

Iögonfallande (över)konsumtion har diskuterats i många olika sammanhang under lång tid. Traditionellt har den betytt överkonsumtion på sociala faktorer. Dessa sociala faktorer kan delas upp i flera kategorier. En del är vidare inte rent sociala, utan snarare evolutionära eller psykologiska. Dels har vi stor tillgänglighet, där vi tycks vara evolutionärt betingade att tillgodogöra oss tillgänglig mat och andra varor. Sedan finns påtryckningsfaktorer, där socialt tryck och skarp marknadsföring främjar konsumtion av något. I detta sammanhang har den ofta sammankopplats med just fetmaproblemet, fast från rakt motsatt håll, som en av marknaden och samhället given drivkraft att föräta sig. Min definition tar istället mer specifikt sikte på de sociala signaler som medför en ökad konsumtion av hälsa. Med sociala signaler menar jag de budskap människor ger varandra genom sina konsumtionsmönster. Hittills har konsumtionen av hälsa främst drivits av dessa sociala signaler, dvs den har använts för att markera status och särart. En fråga för framtiden är om vi håller på gå mot mer påtryckande faktorer för hälsokonsumtion. Skarp marknadsföring för hälsa, samt ett starkt socialt tryck att vara hälsosam ser vi tecken på redan idag. Frågan är hur stark hälsonormen kommer att bli.

Men om det bara var ett fall av störst parabolantenn (ljuva åttiotal) eller mest specialutrustad jaguar, skulle detta då få så pass samhällsomfattande återverkningar? Statusmarkerande konsumtion är knappast något nytt. Det som gör hälsofrågan speciell är dess omedelbara tillämpning på människokroppen, och därmed på samtliga människor. Yttre prylar och ting tappar ofta betydelse i vissa sociala sammanhang, men din kropp är du fast med. Genom att många kan sägas ha en "dålig" hälsa (i förhållande till något givet medelvärde), blir de med "god" hälsa lätt upphöjda jämfört med resten. För de har ju skaffat sig en god hälsa, så varför ska inte detta gå för alla? Det är ju så lätt. De med god hälsa låter sig därmed upphöjas till hälsoideal (mycket finare än skönhetsideal) som bara förstärker deras feedbackeffekten av iögonfallande konsumtion genom att hälsoidealet får genomslag tvärs över samhället.

Att kalla hälsa för en vara är inte helt oproblematiskt. Man kan invända att "hälsa" snarare är en egenskap eller ett begrepp. Det finns emellertid goda skäl att se hälsa som en vara i denna diskussion. Hälsa är något som vissa vill ha, och är reda att uppoffra sig för. Dessutom kan man få ett bättre sammanhang i all den konsumtion

som folk ägnar sig åt i sin strävan efter god hälsa, om man samlar allt under ett tak. Till sist kan tilläggas, att såväl medel som metoder för att uppnå hälsa både kan köpas och säljas.

Det är således inte helt okomplicerade motivationer och skäl som ligger bakom dagens hälsoaktivism. Och den missionerande anda som många av debattörerna med flera har lagt sig till med stöter ofta på patrull. De fattiga visar sig vara synerligen svårfrälsta. Detta beror på att metoden för frälsning från ohälsa gör ett dolt antagande. Du måste ha pengar och tid för att anamma de nya konsumtionsmönster (s k livsstilar) som sägs leda till en god hälsa. Ta en vanlig dietkur exempelvis. Det finns tillåtna och förbjudna sorters mat. Om det gäller motion, å andra sidan, måste du ta dig tid till den. För den stressade eller fattige (de två går ofta hand i hand) är hälsa bara en av många faktorer som måste stämma för att livet ska vara drägligt. Att åtgärda den kräver tid/pengar, vilket man inte har av olika anledningar. Dessutom vill man kanske åtgärda andra saker först, som exempelvis boende och kläder. Först om hälsan havererar rejält måste man göra något åt den. När du inte längre är arbetsför p g a din ohälsa, måste du göra något åt den. Där har allmän sjukförsäkring och sociala skyddsnät en naturlig roll. Men när hälsan väl har återgått till en tillräcklig nivå, så blir den åter en lägre prioriterad fråga.

Här är det på sin plats att fråga varför vi borde göra något åt fetman överhuvudtaget? Jag har inte mycket till övers för de predikande utläggningar om hur (mestadels fattigt) folk inte bryr sig om sin hälsa och borde fås att göra det. Fetmans negativa hälsoeffekter är i min mening det enda som rättfärdigar en samordnad åtgärd mot den. I annat fall vore det bara ännu en uppmaning att klippa sig och skaffa ett jobb från en företrädare för en livsåskådning till en annan. Men fetma leder faktiskt till sämre möjligheter och lägre livskvalitet i ett övervägande antal fall. Hjärtproblem, diabetes och utmattning är bara några av en hel kalender med besvär. Som kontrakultur väljer i och för sig vissa medvetet att vara feta, men denna grupp är av marginell betydelse för samhällsdebatten. Om de någon gång ändrar sig och vill smalna av, så kommer även de att kunna dra nytta av åtgärder mot fetman.

Men vilken lösning är då den korrekta för att säkra en "god" istället för "tillräcklig" hälsa hos en hel befolkning? De argument som framförts präglas dessvärre ofta av det missionerande perspektivet. Man måste ändra folks vanor, beskatta fet mat hårdare än smal mat samt bli mer som missionären i sin livsåskådning allmänt. Dessa lösningar faller antingen på orealistiska antaganden eller obegriplighet för målgruppen. Ta t ex råden för att äta hälsosamt. Det antas helt sonika att en standardmatsedel räcker som hälsorecept. I iveren att göra råden allmängiltiga blir

de för allmänna. Skillnader i tycke och smak, samt matlagningskunskap (att få det att smaka bra även utan grädde) lämnas därhän. Obegripligt blir det ofta när hela livsstilar saluförs. Vad som för målgruppen verkar oviktigt eller marginellt kanske är en av kärnpukterna för att få livsstilenb att fungera. Att bo nära skogen, ha tillgång till bil, eller dylikt är ofta underförstått med vissa livsstilsråd.

En annan väg att gå är att göra hälsa lättare att uppnå. En icke-moraliserande metod är att marknadsföra smal mat som vanlig mat, utan smal-stämpeln. Prisskillnader mellan smal och vanlig mat är också något att motverka. Tillverkare av smal mat verkar ha fastnat i ett nisch tänkande. De ser sig själva som en liten del av en väldig marknad för livsmedel. Man marknadsför sig då gärna genom sin exklusivitet, samt en högre prislapp. Skulle smalmatstillverkarna marknadsföra sig på en bredare front skulle de ha stora skalfördelar att vinna. En annan åtgärd är att göra motion mindre tidsödande och effektivare. Detta har tillverkare av flertalet barocka och bisarra träningsredskap förstått. Att träningsredskapen sedan stjälp snarare än hjälper den hugne motionären är mindre lyckat. Men exemplet visar att motionseffektiviserande teknologier och metoder har en given marknad. Ett redskap eller träningsätt med bevisad effekt och tidsbesparing skulle sopa mattan med flertalet av dagens produkter. Ett annat medel är att utjämna inkomstklyftorna. Om inkomsterna utjämnas, kommer fler och fler att tillhöra gruppen med social motivation att göra något åt sin fetma. Vi skulle även bli av med missionärer som vill frälsa de fattiga från fetman, då man måste predika för ens matriella gelikar. Dessutom får vi inte den psykologiska stress som det ofta medför att vara på eller nära botten av samhällsstegen.

Låginkomsttagare och kroniskt stressade (dvs de "ohälsosamma") tycks ha det komplicerat nog. Varför göra det svårare genom att dyvla på dem en livsstil som inte passar deras plånbok och/eller deras kalender, när vi kan göra motsatsen?

Lägga kroppen tillrätta- fettskatt och den tredje socialiseringsvågen

Thomas Gür

Kravet på fettskatt är ett delmoment i den tredje socialiseringsvågen i Sverige. Det är en del av en ny vänsteroffensiv för intervention, inblandning och tillrättaläggande. Vågen formulerar sin förändringsagenda med olika grad av övertalning och tvång inom olika områden – offentliga hälsokampanjer, krav på cykelhjälmstväng, åtgärder mot rökning och förslag om olika slags rökförbud, fett-

och sockerskatt, förbud mot godisautomater i skolor eller chipsförbud i skolcafeterior – men i en samverkande inriktning: Nu är det inte samhället eller familjen, utan kroppen som skall läggas tillrätta.

Den första socialiseringsvågen handlade om väsentliga grundvalar i samhällsordningen, om den stora världen. Kraven gällde planekonomi och förstatligande av produktionsenheter, egendomar och distribution. Den första socialiseringsvågen nådde inte alla sina ursprungliga mål. Vänstern förlorade efterkrigstidens planhushållningsdebatt och 1970-talets debatt om socialiseringar via löntagarfonder. Men det man inte kunde förstatliga, sökte man få kontroll över via distributionskedjan. Apoteksmonopolet, som vi fortfarande lever med, har sålunda sitt ursprung i att vänstern fick ge upp planerna på att förstatliga läkemedelsindustrin, men valde att förstatliga läkemedelsdistributionen.

Visserligen skapades en större statlig företagssektor, men en annan sorts socialisering av ekonomin, än via exproprieringar av befintlig egendom, skedde genom expansionen av den offentliga sektorn. Därmed kom också viktiga växande näringsgrenar, bl a också sjuk- och friskvården och de system som hanterade finansieringen av dem och försäkringssystemen kring dem, att hamna under statlig kontroll. Den offentliga sektorns omfattning – den stod för cirka 70 procent av bruttonationalprodukten under sin mest uppsvällda period – och det skatteuttag, både i form av omedelbara skatter och framtida skatter genom höga budgetunderskott, från folkhushållet som upprätthållandet av denna sektor krävde, innebär att den första socialiseringsvågen ändå kan anses ha varit framgångsrik.

Den andra socialiseringsvågen handlade om att socialisera den lilla världen, att lägga livet tillrätta för individer och familjer. Dess mer grovhuggna program formulerades av makarna Myrdal med sina förslag om storbarnkrubbor, kollektivt boende, fostrandet av befolkningen till sundare bostadsvanor och heminredning, bostadsinspektion med rätt att tvinga folk att inte bo trångt, kommunala utminuteringsställen för basvaror och plagg, statlig initierad produktion av all dagliga folkvaror och folkmöbler samt lyxvaror med folkkvalitet. Det blev förvisso inte Gunnar och Alva Myrdals mest paternalistiska linje som vann, utan socialminister Gustav Möllers mer avvägda socialpolitiska linje som gick ut på att hitta vägar för att förse medborgarna med grundläggande resurser utan att använda sig av fattigvårdens, och makarna Myrdals, kränkande behandling. Därmed grundlades systemet med kontanta och generella bidrag, som t ex barnbidrag, bostadsbidrag, studiebidrag och -lån. Samtidigt enhetliggjordes de sociala institutioner som betjänade medborgarna, så som offentliga sjuk- och friskvårdsinrättningar, offentligt drivna förskolor, enhetsskolan, sjuk- och försäkringssystemen, arbetslöshetsförsäkringarna osv. En allt större del av

medborgarnas inkomster och av de offentliga finanserna kom att utgöras av så kallade transfereringar, penningöverföringar mellan medborgarna via skattemedel och med staten som beslutsfattare och distributör.

Livet lades till rätta samtidigt som medborgarna koopterades i systemet genom kontantersättningar. För att beskriva det med Gunnar Ekelöfs dikt *Till de folkhemske*:

”Där leker i pietetsfullt skonade cumulushögar hygieniska barn/(aldrig berörda av människohänder)/medan i rotationsparasoller omkring dem/strängt avlönade kommunalbarnjungfrur svävar.”

I den Möllerska modellen blev den andra socialiseringsvågen mycket framgångsrik. Enhetssystemen följde medborgaren från vaggan till graven, och servicegraden fastställdes genom politiska och professionella direktiv. Därmed försvann också frågan om valfrihet från den politiska dagordningen. ”Att tillåta någon form av valfrihet i ett sådant system är givetvis poänglöst, därför att servicen genom centralt fastställda regler skall vara lika för alla överallt. Valfrihet har därmed kopplats ihop med orättvisa på ett automatiskt och oreflekterat sätt.” (Bo Rothstein, *Vad bör staten göra?*, Stockholm 1994, s 235)

Den tredje socialiseringsvågen riktar in sig på individens sätt att leva sitt liv och om statsmaktens rätt att blanda sig i hur individen lever detta liv och att söka styra individens livsföring. Denna våg skulle inte vara möjlig om inte vissa väsentliga element av strukturellt och av ideologiskt slag redan fanns tillstädes genom de två tidigare socialiseringsvågorna. Det faktum att vården idag, genom den offentliga sektorns expansion, till överväldigande del är finansierad via offentliga medel är ett sådant viktigt strukturellt element. Att valfrihet i livsstil också kan vara en orättvisa, eftersom utfallet av en livsföring – skullskador på grund av att man inte har använt cykelhjälm eller övervikt på grund av för söt eller för fet mat – leder till överkonsumtion av vårdresurser, är ett viktigt ideologiskt element för den tredje socialiseringsvågen.

Den offentliga viljan att lägga medborgarnas kroppar tillrätta följer av systemet med offentliga sjukförsäkringssystem och offentligt finansierad sjukvård. Det handlar om att staten vill hindra en form av ”moral hazard”, som den som äter sig fet eller ramlar av cykeln utan hjälm, utsätter försäkringssystemet för. Moral hazard är ett välkänt begrepp i försäkringssammanhang, och det beskriver fenomenet med att försäkringstagare medvetet eller omedvetet ökar sitt riskfyllda beteende, eftersom de just är försäkrade och kan kompenseras om detta beteende skulle leda till ett utfall som försäkringen täcker. Ett flagrant exempel är försäkringsbedrägerier. Men en mer vanligt förekommande form av moral hazard

finns inom arbetslöshets- eller sjukförsäkringssystemen. Ju mer generösa villkoren för försäkringen är, desto längre tid kommer det att ta för arbetslösa att skaffa jobb och desto fler kommer att sjukskriva sig.

De som ställer ut försäkringarna, försäkringsbolag eller offentliga försäkringssystem, försöker hindra att moral hazard uppkommer genom kontroller eller genom att försäkringstagarna får deklarerat vad för slags livsföring de har. Privata livförsäkringar brukar sålunda föregås av hälsodeklarationer och frågor om man ägnar sig åt sporter med hög dödlighet – drakflygning eller fallskärmshoppning – eller om man reser till krigsskådeplatser. Offentliga försäkringssystem jagar (ibland) sjukfusk och arbetslöshetsregistrerade som arbetar i hemlighet, försöker (ibland) korta den tid som medborgarna tillbringar inom systemet och håller upplysningskampanjer eller försöker lägga bördan att minska systemutnyttjandet på andra (oftast).

Statens funderingar på att införa fettskatt och sockerskatt, cykelhjälmstvång osv kan sålunda ses som försök att kontrollera en form av moral hazard. Resonemanget är rationellt inom ramen för systemet. Eftersom våra sjukförsäkringssystem i huvudsak är offentligt finansierade har också det offentliga ett intresse i att vi genom vår individuella livsföring, inte belastar dessa system mer än genomsnittet. Eftersom det offentliga är vad det är, blir också steget från intresse till engagemang kort. Ty kostnaderna för engagemanget, både i form av resursåtgång och i form av följdverkningar, är något som det offentliga kan lägga över på andra. Engagemanget varierar från upplysningskampanjer (ät rätt mat – ha säker sex) och lagstiftning om ekonomiska bördor (skatt på farliga livsmedel) till förbud (mot godisautomater i skolor) och tvång (cykelhjälm eller bilbälten).

Jag har sparat det sistnämnda exemplet, det om bilbälten, avsiktligt till sist. I diskussionen kommer alltid den jämförelsen upp. Om man är mot ett cykelhjälmstvång, är man också emot bilbältestvånget? Och frågan är både befogad och relevant. Både bilbälten och cykelhjälm räddar liv och minskar skador.

Det avgörande i detta sammanhang är dock varifrån kravet på tvång och förbud kommer och vilka följder det får. I ett system med helt privata sjukförsäkringar hade givetvis försäkringsutställarna också ställt krav på användandet av bilbälten eller cykelhjälm, för att just undvika moral hazard. Men kopplingen mellan åtgärder som räddar liv och högre skatter på så kallade skadliga livsmedel är inte självklar. Fettskatter innebär ändå att den som anser sig ha råd, kan äta sig fet. Här skulle förmodligen kravet inte vara att låta bli att äta fet eller sockerrik mat, utan att inte ha för mycket kroppsfett (om nu faran ansågs ligga däri). Vi skulle behöva

inrätta ett system som tog hänsyn till relationen mellan vikt och längd, samt om kroppsvikten utgjordes av muskelmassa, benstomme eller fettvävnad. Och vi skulle därmed få ett ganska märkligt kontrollsamhälle.

Men framgången i den svenska vänsterns socialiseringsprojekt genom åren har bestått i att också få medborgarnas acceptans av de genomförda samhällsförändringarna. Förstatligande av befintliga egendomar kom inte att accepteras, men den offentliga sektorns expansion togs emot utan större motstånd eftersom den också gav möjligheter till försörjning för så många. Det civila samhällets familje- och privatlivets socialisering kom att accepteras dels genom kontantsystemet, dels genom att transfereringarna kom att bli så betydelsefulla som inkomstkällor. När vänstern nu vill utvidga sin socialiseringsfär gör den det på ett sätt som är systemrationellt – som finansiärer av de offentliga systemen har vi alla ett intresse av att minska moral hazard. Argumenten är också korrekta i ett vetenskapligt perspektiv (men därmed inte nödvändigtvis i ett vetenskapligt perspektiv), alltså i ett perspektiv där politisk intervention kläs i vetenskapliga termer och i vetenskaplig argumentation (till skillnad från t ex i moraliska termer om rättvisa eller i religiösa termer om Guds vilja). Cykelhjälm hindrar skullskador, övervikt är inte bra, könssjukdomar sprids mer med osäker sex osv.

Mycket talar för att den tredje socialiseringsvägen blir framgångsrik. Inte framgångsrik i att t ex minska fetma osv, utan framgångsrik i att införa de kontrollåtgärder, sanktioner, straff och förbud som föreslås. Den ideologiska överbyggnaden tillhandhålls av författare som Göran Greider, som har krävt fettskatter för att få bot med sin egen övervikt, och filmer som *Super Size Me*, vars utgångspunkt är att individen är ett offer för snabbmatindustrins fetmabyggande produkter. Härtill talar också att förslagen är systemrationella och har en resonansbotten hos medborgarna. Men samtidigt tror jag att tvivlets frö kan sås i alla sinnen.

För några år sedan, när jag genade över gata i gles morgontrafik, blev jag på approacherad av en äldre rundhyllt man, vars attityd kunde beskrivas som lika delar orädd som koleriskt beskäftig. Till synes oberörd av att jag var huvudet högre än honom, skällde han ut mig efter noter för att inte ha använt övergångsstället tioalet meter bort, utan sneddat över gatan.

Eftersom jag inte upplevde situationen så hotfull att jag behövde avlägsna mig, och road av argumentation och för stunden med tid för det, lät jag mig dras in i en diskussion med min vedersakare. Inledningsvis hävdade han att jag bröt mot lagen. När vi hade kommit överens om att det inte fanns en sådan lag för fotgängare, och

att ett eventuellt lagbrott utan offer dessutom var min sak och inte hans, menade han att jag framstod som ett dåligt exempel för barn, vars föräldrar och fröknar försökte lära dem att alltid använda övergångställen. Jag svarade att jag höll med honom, men vi kunde också komma fram till att det inte hade funnits några barn vid det tillfälle då jag korsade gatan.

Min meningsmotståndare hävdade då att jag, genom att inte använda övergångsstället, utsatte mig för en högre risk att bli påkörd. När jag uttryckte min uppskattning över hans omtanke om min hälsa, men ändå frågade honom vad han hade med saken att göra (det var ju ändå min kropp), svarade han att han genom att sina skattepengar skulle komma att stå för min sjukvård, och därmed hade han också ett intresse i att jag betedde mig i trafiken. Jag tyckte att detta argument var något övermaga förmyndaraktigt. Men han höll inte med mig. Jag kontrade då med att säga att han med den inställningen därmed också gav mig rätt att anmärka på hans kroppshydda – ty genom att inte sköta sin kropp och uppenbarligen vara överviktig riskerade även han att belasta sjukvården mer än nödvändigt och göra ett allt för stort anspråk på mina skattepengar. Ville han verkligen ge mig den rätten? Det kunde givetvis inte vara min sak att anmärka på hans matvanor, ty vad skulle vi få för samhälle där medborgarna blev varandras livsstilspolisier å det offentligas vägnar?

Nu gick diskussionen över från mitt beteende till hans utseende, och kunde således ha tagit en obehaglig vändning. Men min polemiske motpart visade sig vara en rationell karl, och höll nu plötsligt med mig. Inte om sin lekamliga belägenhet, men om resonemanget kring ett kontrollsamhälle. Vi skildes åt, inte som vänner, men under tämligen civiliserade former.

Den tredje socialiseringsvägen kommer som en konsekvens av sina föregångare. Dess vilja att lägga kroppen tillrätta har emellertid starkt obehagliga konnotationer. Men då dess argument är så konsekventa, finns också möjligheten att undergräva de tankar som den styrs av, genom att just peka på konsekvenserna av detta konsekventa resonemang. Projektet att lägga kroppen till rätta kan därmed också bli det projekt med vilket vänstern förtar sig.