السمنة تقتل اجتماعيًا و نفسيًا.

يقول الدكتور سامر براون، الحاصل على درجة الدكتوراه في علم النفس: "نعم، السمنة ضارة بصحتك، ولكن ما تقتله السمنة حقًا هو جانبك الاجتماعي والنفسي." إن السمنة تشكل مشكلة في المجتمع منذ قرون، وقد دمرت الناس عقليًا ونفسيًا. "إن السمنة ليست مشكلة صحية فقط، بل هي مشكلة أعمق وأكثر تعقيدًا بكثير". استمر الدكتور براون.

يمكن رؤية أدلة واضحة على تعامل المجتمع بعنصرية تجاه الأشخاص البدينين في كل مكان. في الشوارع والمدارس وأماكن العمل وحياتهم بأكملها. هل رأيت كيف تتجه كل الأعين وتنتشر الهمسات عندما يدخل شخص سمين الغرفة؟

"لم أدرك أبدًا أن الأشخاص الذين يعانون من زيادة الوزن يعاملون بهذه الطريقة المختلفة حتى فقدت كل تلك الوزن". تقول الدكتورة سامية التي عانت من السمنة في سنواتها المراهقة والشبابية: "تلقيت العديد من عروض الوظائف، والكثير من الثناء، وابتسامات من الفتيات العشوائيات في الشوارع، والأهم من ذلك، الدخول إلى الغرفة دون أن يلتفت إليها الجميع. شعرت بالحرية". لم تكن هذه مشكلتها أنها تعاملت بهذه الطريقة، إنها مشكلة المجتمع.

يتسبب هذا التعامل المختلف في تغيير نفسيتك. يجعلك تشعر بالإهمال والوحدة وعدم التناسب. كيف ستشعر إذا كان عليك أن تقلق ليس فقط عن صحتك البدنية، ولكن أيضًا صحتك العقلية؟

تقول ماريا حداد، أم فتاة تعاني من البدانة وتتعرض للتنمر في المدرسة: "تم تشخيص ابنتي بمرض السكري من النوع الثاني ومرض الكبد الدهني غير الكحولي (NAFLD)، وكان ذلك أكثر من يمكنها تحمله. ولكن التنمر جعل الأمر يزداد سوءاً. كان يجعلها لا ترغب في الخروج من السرير وعدم التواصل مع أي شخص وعزل نفسها عن هذا العالم الجميل. أرسلناها إلى أخصائي نفسي ولكن لم تكن هناك فائدة." المشاكل الصحية لدى هذه الفتاة الحزينة لم تكن التي قتلتها، بل كانت الاكتئاب والعزلة وكراهية الذات هي التي قامت بذلك.

يمكن حل كل هذا بحل واحد، قبول المجتمع واحترم الأشخاص بأحجام مختلفة، إذا نعاملهم كما نعامل أي شخص آخر. سيقلل هذا المشاكل النفسية والاجتماعية التي تسببها السمنة للفرد.

الأمر يبدأ بك، وبك فقط.

<https://docteur-adala.com/ar/%D8%A7%D9%84%D8%AA%D8%B4%D8%AE%D9%8A%D8%B5-%D8%A7%D9%84%D9%86%D9%81%D8%B3%D9%8A-%D9%84%D9%85%D8%B1%D9%8A%D8%B6-%D8%A7%D9%84%D8%B3%D9%85%D9%86%D8%A9/>

[https://bunean.com/u/ما-هي-آثار-السمنة-على-المجتمع-والفرد](https://bunean.com/u/%D9%85%D8%A7-%D9%87%D9%8A-%D8%A2%D8%AB%D8%A7%D8%B1-%D8%A7%D9%84%D8%B3%D9%85%D9%86%D8%A9-%D8%B9%D9%84%D9%89-%D8%A7%D9%84%D9%85%D8%AC%D8%AA%D9%85%D8%B9-%D9%88%D8%A7%D9%84%D9%81%D8%B1%D8%AF)