



EEN **KLEINE A** OF **DUBBEL D:**

*Wat zijn
de 'ideale'
borsten?*

Vol en aanwezig of petit en bescheiden: het schoonheidsideaal voor borsten is nog nooit zo verwarrend geweest. Welke borsten mogen gezien worden? En wat zijn daarvan de consequenties?

tekst **Robin Goudsmit** *beeld* **Van Santen & Bolleurs**



de videoclip uit 2023 van het nummer *Angry* van de Rolling Stones staat actrice Sidney Sweeney op de achterbank van een rijdende rode cabriolet. Haar blonde haar wappert. Ze kijkt omhoog naar grote billboards boven de weg waarop The Stones staan afgebeeld. Dan laat ze zich achterover op de auto vallen en kronkelt op de maat van de muziek. De camera richt zich op haar decolleté, dat zich weinig van de zwaartekracht aantrekt. Vanaf de billboards lijken The Stones vanuit hun ooghoeken goedkeurend omlaag te spieken.

Sweeney, bekend van de romcom *Anyone but you*, heeft plezier van haar lijf. Dat straalt ze uit in de video, maar ook op haar persoonlijke Instagrampagina, waar ze vaak foto's post van zichzelf in kleine truitjes en diep uitgesneden jurken. Dat het daaronder wemelt van de gore, expliciet seksuele reacties lijkt haar niet te deren. Ze baadt in de mannelijke blik alsof het een bubbelbad is.

Toen critici schreven dat ze in de Stones-video geobjectiverd werd, zei ze dat de clip voor haar ging over 'empowerment door het omarmen van hoe ik eruitzie'. Op haar Instagram postte ze vorig jaar ook een foto van zichzelf in een grijze trui met de tekst 'Sorry voor having great tits and correct opinions'.

Sommige van Sweeney's fans komen uit een onverwachte hoek: die van oerconservatief en radicaal-rechts. Zij zien Sweeney's figuur als een verademing na de 'verpreutsing' van het post-MeToo-tijdperk, waarin seksuele toespelingen en het openlijk seksualiseren van vrouwenlijven taboe werden. 'Zijn Sidney Sweeney's borsten de dubbel-D-voorbodes van de dood van woke?', vroeg de conservatieve krant *National Post* zich af. Eindelijk mag

het weer, jubelde een andere rechtse commentator. 'De giechelende blondine met een geweldige voorgevel was bijna uitgeroeid door humorloze politieke correctheid.'

Of vrouwenborsten getoond mogen worden, hoe ze getoond worden en welke er getoond worden, zegt veel over een samenleving en de plaats die vrouwen daarin innemen. Voor feministen was de borst daarom een belangrijk strijdtoneel: niet voor niets verbrandden al rond 1970 Dolle Mina's hun beha's.

Wat dat betreft is het opvallend hoe er bij het Trumpisme één type vrouw lijkt te horen: lang, dun, met golvende, zeemeerminachtige lokken en vooral: een grote boezem.

Op de inauguratie van de Amerikaanse president stal één decolleté de show. Zelfs Meta-baas Mark Zuckerberg kon zijn ogen niet afhouden van de borsten van de verloofde van Jeff Bezos, Lauren Sánchez, die een nauw aangesloten colbert droeg met daaronder slechts een witte kanten beha. Op foto's is te zien hoe Zuckerberg met ogen als schoteltjes in het jasje van Sanchez spiekt.

MANNEN ALS GEILAARDS

Dat de vrouwen in Trumps entourage er allemaal min of meer hetzelfde uitzien, past bij Trumps binaire ideeën over gender: van die categorie zijn er slechts twee, geboren mannen en geboren vrouwen. Androgynie of een uiterlijk dat minder stereotiep vrouwelijk is, past daar niet in. De orde van de dingen werd hersteld op Trumps inauguratie, concludeerde *The New Yorker* daarom sarcastisch over Zuckerbergs gegluur. Mannen zijn mannen en vrouwen zijn vrouwen, of eigenlijk: 'vrouwen zijn weer gereduceerd tot hun borsten en mannen tot geilaards. Eind goed, al goed. *God bless America.*'

De nieuwe mevrouw Bezos heeft duidelijk een en ander aan haar uiterlijk laten doen, borsten inclusief. Volgens *The Guardian* straalt de vrouw van de rijkste man ter wereld daarmee 'luxe en arrogantie' uit: kijk maar eens goed wat ik me kan veroorloven.

Het is een gekke tijd om borsten te hebben, concludeerde de Britse krant, die een groot artikel weidde aan de miraculeuze wederopstanding van het grote, aanwezige decolleté. Die reikt verder dan de sociale cirkels van de Amerikaanse elite; het wereldwijd verkochte lingerie-merk Agent Provocateur verklaarde dat de push-up inmiddels het bestverkopende model is. Ook volgens

Artsen vinden grote borsten 'beter' of zelfs 'mooier'



Robin Goudsmit
(1992) is redacteur
van *Tijdgeest*.

Cosmopolitan is de push up-beha aan een wederopstanding begonnen, nadat hij jarenlang was verdrongen door zijn bescheidener zusje, de bralette.

In haar recente boek *Tits Up* beschrijft de in de VS wonende kunsthistorica Sarah Thornton hoe ze vanwege een risico op kanker kiest voor een preventieve dubbele mastectomie, oftewel borstverwijdering. Ze wil graag een reconstructie-operatie en vraagt de arts om 'lesbian yoga boobs', iets tussen een A en een B-cup in. Tot haar schrik ontwaakt ze uit de narcose met een D.

Thorntons chirurg zegt dat deze uitkomst nu eenmaal het beste was, gelet op haar lichaam en situatie. Wie rondstruint op internetfora als Reddit ziet meer vrouwen met verhalen die lijken op dat van Thornton. Artsen die het 'beter' of zelfs 'mooier' vinden als borsten groter zijn, of die, zoals bij Thornton, voor een heel andere maat als eindresultaat zorgen: het komt voor. 'Ik zit nu vast in een lichaam dat een man voor mij heeft gekozen', schrijft een vrouw.

Thornton besluit zich echter te verzoenen met het feit dat deze borsten, die ze 'Bert en Ernie' noemt, nu bij haar zijn 'ingetrokken'. Dat is nog niet zo gemakkelijk: ze zitten in de weg of stoten tegen vreemden aan. Maar haar nieuwe lijf leidt er wel toe dat ze zich afvraagt: waarom kijken we zoveel naar borsten, en vragen we ons tegelijkertijd zo weinig af wat ze betekenen?

Het is een gek idee dat zoiets ogenschijnlijk onveranderlijks als een lichaamsdeel aan trends onderhevig is, maar in het geval van borsten is dat dus zo, toont Thornton aan. Het Europese schoonheidsideaal voor borsten was lang stabiel: honderden jaren lang was de ideale Europese borst ongeveer zo groot als de gemiddelde appel.

Een bescheiden borst werd geassocieerd met aristocratie. Adellijke vrouwen gaven geen borstvoeding, want dan waren ze mogelijk sneller weer vruchtbaar en kon de

volgende erfgenaam worden verwekt. Alleen een min of een boerenvrouw had grote, voedende borsten.

HELLO BOYS!

Vanaf 1953 (het jaar waarin *Playboy* voor het eerst verscheen) tot 2007, toen het aantal borstvergroterende operaties afnam, was de grote borst het ideaal voor de Amerikaanse vrouw. Actrices als Pamela Anderson en modellen als Eva Herzigová – die in een reclame voor Wonderbra in een zwarte push-up werd getoond met het bijschrift *Hello boys!* – bepaalden de beeldcultuur.

Alhoewel schoonheidsidealen veranderen, schrijft Thornton, blijft uiterlijk verbonden met sociale en economische klasse. We associëren grote borsten met luxe en overvloed, maar ook de associatie met 'volksheid' of 'simpel zijn' is gebleven. Denk maar aan Dolly Parton, die voortdurend al grappend haar grote boezem aan haar *white trash*-achtergrond verbindt.

Is het wat dat betreft passend dat juist een rechts-populistische, seksistische politicus als Trump zich omringt door vrouwen met deze specificaties? Thornton schrijft er niet over, maar opvallend is het wel.

Maar, het verhaal over borsten anno 2025 heeft, ahum, twee kanten. Er is óók een andere, tegengestelde tendens.

In de videoclip voor *Man of the Year*, een nummer dat een paar weken geleden uitkwam, zien we popster Lorde zitten op een krukje. Ze draagt een mannenjeans en een wit shirt, geen make-up. Terwijl de camera inzoomt, doet ze haar t-shirt uit. We zien haar blote vel, totdat ze een grote rol zwart tape tevoorschijn haalt. Met haar tanden scheurt ze er twee stukken vanaf, waarmee ze haar bovenlichaam insnoert. Ze staat op en danst door de kamer. Haar rondingen belemmeren haar niet meer, straalt ze uit. Door haar borsten in te perken, geeft >>

Reacties (max.
150 woorden)
zijn welkom via
[tijdgeestreacties@trouw.nl](https://www.tijdgeestreacties@trouw.nl). Graag
naam en woon-
plaats vermelden.

‘Ik wil graag een cup B, dat past beter bij wie ik ben’

>> ze haar mannelijke kant de ruimte.

Onlangs stond in *The New York Times* een groot verhaal over jonge vrouwen die een borstverkleining ondergingen. Die operatie is in de VS populairder dan ooit: tussen 2019 en 2023 steeg het aantal met 64 procent. Het betrof daarbij vooral niet-medische ingrepen: operaties die niet verzekerd worden en voortkomen uit de wens van de vrouw om er anders uit te zien, niet om lichamelijke klachten zoals nekpijn te verhelpen.

De ingreep is vooral populair bij vrouwen rond of onder de dertig, een groep die sowieso minder moeite heeft met cosmetische ingrepen. Anders dan hun moeders zijn ze opgegroeid met beroemdheden en influencers die openlijk vertellen over wat ze ‘hebben laten doen’.

De vrouwen in het artikel van *The New York Times* zijn duidelijk over hun wensen: ze willen er graag ‘fit’ en ‘sterk’ uitzien. En: wilden vrouwen vroeger graag krimpen tot cup C, tegenwoordig kiezen vrouwen voor een B.

Sommige vrouwen in het stuk zijn het zat om steeds maar aangestaard te worden en opmerkingen te krijgen. Dat ze kiezen voor een borstverkleining, is voor hen een weigering om mee te gaan in het stereotype van de grootborstige vrouw die altijd seksueel beschikbaar is.

Maar ja. Kleine borsten impliceren weer een ander schoonheidsideaal, waaraan ze zich wél conformeren. Daarbij: een atletisch lichaam is natuurlijk ook een statussymbool, want alleen wie tijd en geld heeft, kan naar dure sportklasjes.

Wereldwijd neemt het aantal borstverkleiningen flink toe. Het aantal verkleinende operaties steeg met 53 procent tussen 2020 en 2024, meldt de International Society for Aesthetic Plastic Surgery. Het aantal procedures waarbij implantaten worden verwijderd nam ook een vlucht: in 2024 werden er zo’n 60 procent meer van dat soort operaties uitgevoerd dan in 2020.

In Nederland blijft het aantal borstverkleiningen vrij stabiel, al neemt het de afgelopen jaren heel lichtjes toe, zegt Wynand Melenhorst, plastisch chirurg bij Bey by Bergman Clinics en oprichter van het Centrum voor Borstverkleining. Bijna alle borstverkleiningen worden in Nederland beoordeeld als medisch noodzakelijk, en dus vergoed door de verzekeraar (mits een vrouw een cup E of groter en geen ernstig overgewicht heeft). Per jaar gaat het om ongeveer 5000 tot 6000 operaties, waarvan Melenhorst er ongeveer 350 uitvoert.

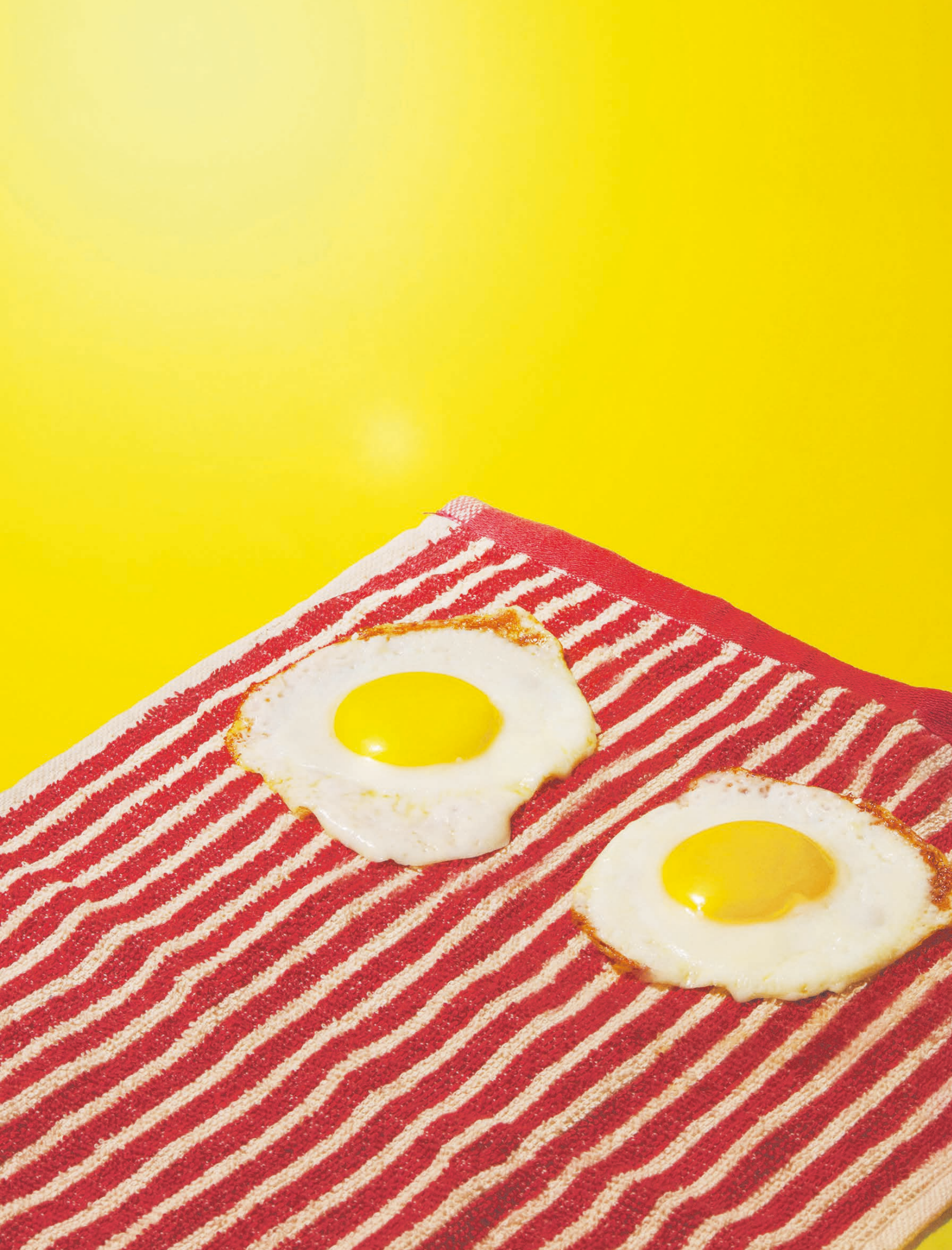
KLEINERE PROTHESE

Melenhorst heeft het artikel in *The New York Times* ook met belangstelling gelezen, vertelt hij aan de telefoon. Alhoewel er in Nederland geen sprake is van een grote toename van operaties, herkent hij sommige dingen wel. In zijn eigen praktijk heeft hij naar aanleiding van het *Times*-artikel nagekeken hoeveel kleiner borsten werden gemaakt tijdens de borstverkleining. “De afgelopen drie jaar nam de hoeveelheid verwijderd gewicht ieder jaar toe. Dat past bij een trend richting kleinere borsten”, zegt hij. Het aantal borstvergrotingen neemt ook af, ziet hij. En: vrouwen die voor zo’n operatie kiezen, willen vaker een wat kleinere prothese.

Ook praten vrouwen die een borstverkleining overwegen anders over hun wensen. Melenhorst: “Ik zie meer twintigers en dertigers die zeggen dat ze zich niet willen identificeren met hun borsten. Ze willen niet een stereotype van een vrouw met grote borsten zijn. Vroeger zeiden vrouwen misschien: ‘ik wil graag een cup C, dat past goed bij mijn lijf’. Nu zeggen met name jonge vrouwen: ‘ik wil graag een cup B, want dat past beter bij wie ik ben’.”

Melenhorst benadrukt dat de Nederlandse context anders is dan de Amerikaanse. “We hebben het hier echt over medisch noodzakelijke ingrepen voor vrouwen met psychische en fysieke klachten, zoals nekpijn, maar ook schaamte. Van de vrouwen die wij behandelen zou iedereen snappen dat ze deze operatie graag willen.”

Vrouwen lopen ook vaak lang rond met hun ongemak, zegt de chirurg, en dat is erg jammer. “Het is geen acuut medisch probleem, dus het duurt vaak jaren voordat ze naar een spreekuur komen. Jaren van voorovergebogen lopen, wijde kleren dragen, niet lekker kunnen sporten.” >>





>> Uit onderzoek blijkt dat het merendeel van de vrouwen wereldwijd ontevreden is over haar borsten. Het is misschien ook geen wonder dat vrouwen en masse onzeker zijn: in het internettijdperk ziet iedereen de hele dag door perfecte vrouwenborsten op sociale media. Peervormig, hangend, rimpelig: die borsten blijven buiten beschouwing, ook al zijn ze doodgewoon.

SUPERSLANK

Diversiteit heeft het zwaar in de mode- en entertainmentindustrie: mede door populaire afslankmiddelen als Ozempic verdwijnen lijven die niet superslank zijn uit beeld. Maar of ze nu volle of petit borsten heeft, iedere vrouw leeft in een wereld waarin haar lichaam vergroeid is met associaties. Al die complexe, paradoxale schoonheidsidealen: je zou er krom van gaan lopen.

Actrice Sidney Sweeney verklaarde meermaals dat ze helemaal geen trumpiaanse ideeën heeft, maar die statements bleven niet bepaald hangen bij het grote publiek. Haar uiterlijk en manier van zichzelf presenteren zijn blijkbaar extreem verwarrend: is een vrouw die geniet van de aandacht voor haar lichaam progressief, omdat ze er zelf voor kiest om haar lijf te showen? Of is ze een symbool van een opnieuw populair conservatisme, waarin vrouwen slechts dat zijn: een decorstuk?

Verschillende media onthulden recent dat Sweeney geregistreerd Republikein is. Kennelijk moest er uitsluitel komen. Overigens associëren mensen een uiterlijk als het hare ook nog steeds met een gebrek aan scherpte; *'Sidney Sweeney intelligence'* is een van de populairste zoekopdrachten met de naam van de actrice.

Sarah Thornton sluit haar boek af met een lange, doorwrochte conclusie, maar de foto waarmee ze haar betoog begint zegt alles. Het is een foto van Serena Williams in 2016 op Wimbledon in een wit, strak en hooggesloten shirt. Ze heeft haar ene arm opgestoken, haar vuist licht gebald; het gebaar van de overwinning, maar ook van verzet. Haar gezicht is niet triomfantelijk, eerder geconcentreerd, alsof ze naar iets in de verte kijkt dat niemand anders ziet. Onder haar shirt zijn de contouren van haar borsten nauwelijks verhuld: rond, de linker een beetje naar de rechter toegenegen. Alles aan haar lijf is sterk en fier. Je zou het iedere vrouw gunnen om zich zo zelfverzekerd in haar hele lengte op te kunnen richten als zij. <<

WAAR MOGEN DE BORSTEN BLOOT?

In principe mag iedereen met ontbloot bovenlijf zonnen, want voor de wet is iedereen gelijk. Helemaal bloot is weer een ander verhaal: dat mag alleen op de daartoe aangewezen plekken.

Ook zwembaden vormen een uitzondering. Die mogen eigen kledingvoorschriften handhaven. In Berlijn kwamen vrouwen tegen een verplicht bovenstukje in zwembaden in opstand; met succes, want sinds 2023 is topless zwemmen in Berlijnse zwembaden toegestaan. Dat leidde er weer toe dat onder andere Amsterdamse en Utrechtse zwembaden lieten weten ook vrouwen met ontbloot bovenlijf te

verwelkomen. Een tijdje terug interviewde RTV Noord Jacky Roozen, een vrouw die vanwege kanker een borstverwijdering moest ondergaan. Vanwege pijn droeg ze bij haar regelmatige zwembadbezoek geen bikinitop. Na klachten van andere zwimmers verplichtten twee zwembaden Roozen weer een bovenstuk te dragen. Aan RTV Noord vertelde ze hoezeer haar dat raakte. Het verhaal van Jacky heeft een goede afloop. Na verontwaardigde reacties én een uitspraak van het College van de Rechten van de Mens eind juni mag ze nu toch met bloot bovenlijf zwemmen.