

## Motion till riksdagen 2007/08:Ub528

av **Lars U Granberg (s)**

# Hälsa och fysisk aktivitet i det livslånga lärandet

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om idrott och hälsa i grund- och gymnasieskolan men också ett perspektiv på en livslång hälsosatsning.

## Motivering

Människokroppen är byggd för rörelse. Livsstilen i Sverige och övriga västvärlden under de senaste 20–30 åren tillsammans med modern teknisk utveckling har gjort oss till en sittande generation. Detta har allvarliga konsekvenser för vår hälsa och i slutändan för samhällsekonomin.

En rad sjukdomar kan direkt relateras till övervikt och fetma. Det är sjukdomar som benskörhet, diabetes, hjärt-kärlsjukdomar, bröstcancer, tjocktarmscancer, högt blodtryck, depressioner m.m. I Hjärtrapporten växer det också fram en bild av ett Sverige med stora ojämlikheter när det gäller hjärt-kärlsjukdom, såväl socialt som regionalt. Kvinnliga arbetare löper 60–80 procents högre risk att drabbas av, eller dö i, hjärtinfarkt än kvinnliga tjänstemän. Invandrarkvinnor har betydligt högre risk för att drabbas av diabetes och hjärt-kärlsjukdomar än svenskfödda kvinnor.

Fetma bland barn är två till tre gånger vanligare i familjer med lägre social status än familjer med högre levnadsstandard. En betydligt större andel glesbygdsbor än storstadsbor besväras av övervikt och fetma. Kvinnor i glesbygd har ett särskilt lågt intag av frukt och grönt. Att äta en näringsriktig kost är tillsammans med regelbunden motion den största friskfaktorn enligt samstämmig forskning. De redan sjuka ökar möjligheterna att förbättra hälsotillståndet genom att ändra kostvanor och att öka motionen.

Det förebyggande arbetet måste påbörjas redan på förskolenivå med information till barn och föräldrar. Eftersom idrott och hälsa är ett kunskaps-

**Fel! Okänt namn på**

och bildningsämne, krävs det utbildade pedagoger från landets högskolor och universitet till detta ämne. Att barn är mer fysiskt aktiva i andra ämnen och ett ökat samarbete med idrottsrörelsen är ett bra komplement till detta, men det kan aldrig ersätta den professionelle lärarens kompetens.

Skolan är den absolut viktigaste arenan för att främja hälsa. Fysisk aktivitet främjar dessutom lärandet i teoretiska ämnen, vilket eleven har nytta av under hela sin skolgång. Det är också viktigt att fysiska aktiviteter utformas så att de upplevs som roliga, genom att exempelvis dans införs som inslag i detta.

Skolan kan också främja hälsan genom allsidig och nyttig skolmat. Det borde inte heller förekomma försäljning av godis och söta drycker inom skolans lokaler. På många håll har skolhälsovården fått mindre resurser och därför sämre förutsättningar för att kunna utföra ett bra jobb. Skolan har tillförts mer ekonomiska resurser, och skolhälsoen borde få del av dessa till sin verksamhet.

Det är nödvändigt att en långsiktig handlingsplan, för att öka den fysiska aktiviteten och minska stressen i skolan och på fritiden och att perspektivet är livslångt, snarast tas fram. Det är viktigt att man ser och framhåller att övervikt är en multifaktoriell problematik där man måste se till helheten och involvera flera olika beslutsparametrar.

Det är också viktigt att man jobbar mot att få övervikt klassat som kronisk sjukdom så att vi slipper stigmatiseringen runt individens problem. Vårdpersonalen som finns runt oss i olika skeden i livet bör vara inriktad på att arbeta med att främja en sund kosthållning och regelbunden fysisk aktivitet.

Media spelar också en allt viktigare roll som undervisningsredskap kring hälsa och att ge råd så att man lättare kan hitta en balans mellan kaloriintag och energiförbrukning för att i slutändan ge människor friheten i det egna valet. Lika viktigt som en sund hälsa är för barnen i skolan så är också en sund hälsa i arbetslivet viktigt. Här har arbetsgivarna en viktig roll.

Stockholm den 5 oktober 2007

*Lars U Granberg (s)*