

## Motion till riksdagen 2005/06:So583

av **Sven Bergström m.fl. (c)**

# Systematiskt arbete för folkhälsa

## Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad i motionen anförs om vikten av ett mera aktivt arbete för en bättre folkhälsa.

## Motivering

Att livsstilen betyder mycket för den egna hälsan har allt fler börjat inse. Samtidigt ökar dessvärre ”vällevnadssjukdomarna”, och övervikt blir ett allt vanligare problem också bland barn och ungdomar. Ett ökat stillasittande framför datorer och tevespel har ersatt spontanidrott, lek och spel utomhus.

I skånska Bunkeflo har sedan några år ett projekt bedrivits som innebär att barnen på skolan har idrott på schemat varje dag. Redan syns tydliga effekter av verksamheten. Benmassan hos de pojkar och flickor i tioårsåldern som deltagit har ökat med hela 5–6 procent, trots den relativt korta tiden. Om de här effekterna blir bestående innebär det att antalet frakturer kan halveras, anser den forskningsansvarige ortopederna Magnus Karlsson.

Det är inte bara benmassan som blir bättre av regelbunden idrott. De barn i kontrollgruppen som vägde lite mer än normalt, utan att vara överviktiga, hade högre insulinnivåer i blodet och därmed högre risk för att få diabetes i framtiden. De hade också mer blodfetter och högre blodtryck än de barn som rört sig mer.

Barn som tittar på teve mer än två timmar per dag löper större risk att bli feta, börja röka och få höga kolesterolvärden som vuxna, visar en omfattande studie i Nya Zeeland. Resultatet av forskningen är inte överraskande. Mycket stillasittande leder ofta till övervikt.

Forskare i Nya Zeeland har följt tevetittandet hos 1 000 barn ända tills barnen blivit 26 år. Det har visat sig att det finns ett tydligt samband mellan mycket tevetittande i barndomen och ungdomen och övervikt, höjt kolesterolvärde och rökning. Då har forskarna ändå försökt rensa för faktorer som att föräldrarna röker.

## Fel! Okänt namn på

Vad det är med tevetittandet som leder till problemen som vuxen ger inte forskningsstudien svar på. Att stillasittande inte är nyttigt, särskilt inte för barn och ungdomar, är dock välkänt. De som sitter flera timmar varje dag framför teven hinner nog inte med så mycket annat – och har kanske inte heller intresse för idrott eller annan fysisk aktivitet.

Barnläkaren Sven Bremberg vid Folkhälsoinstitutet pekar på andra saker som kan påverka barnen. Tevereklam för läsk, chips och godis kan påverka barnen att äta mer onyttigheter, som leder till övervikt. Ett osunt konsumtionsmönster kan grundläggas i tidiga år. En annan faktor är att en vana kan uppstå att äta samtidigt med tevetittandet, vilket också kan leda till övervikt.

Larmrapporterna om att barn och ungdomar får sämre hälsa, blir alltmer överviktiga och feta och rör sig för lite bekräftar att det inte var förnuftigt att dra ned på idrottsämnet i den senaste läroplanen för grundskolan (Lpo 94). Regeringens försök att kompensera detta genom att skolorna för två år sedan fick i uppdrag att ”erbjuda alla elever daglig fysisk aktivitet” i grundskolan förefaller inte ha förändrat situationen på ett påtagligt sätt.

Det finns vissa fördelar med att den fysiska aktiviteten föreslås ligga utanför idrottsämnet. Hela 15 procent av eleverna tycker att idrottsämnet inte berör dem. Det finns en tendens att de elever som inte är särskilt aktiva blir allt mindre aktiva med åren. Särskilt tonårsflickor deltar inte i idrottslektionerna. Idrott är också det ämne som är vanligast att inte få godkänt betyg i. Schemalagd motion utanför idrottsämnet är positivt därför att det når även de ungdomar som vägrar delta på idrottslektionerna.

Att barn som får röra på sig blir mer mottagliga för undervisningen och lär sig saker bättre är viktigt att komma ihåg. Koncentrationsförmågan ökar om barnen fått rusa av sig sin livlighet, och även för motorikutvecklingen är daglig fysisk aktivitet nyttig.

Att få in fysisk aktivitet och vistelse i utemiljö som naturliga inslag i tidiga år är uppenbart viktigt. Det verkar t.ex. som att barn på s.k. ur- och skurdagis är mindre sjuka och har bättre fysisk status än genomsnittet. Det finns enligt vår mening därför starka skäl att också utifrån detta perspektiv stimulera tillkomsten av fler förskolor med denna inriktning.

Det finns också positiva initiativ från idrottsrörelsen som gjort att fler barn kommit igång med fysisk aktivitet. Ett sådant initiativ är Svenska Orienteringsförbundets skolsatsning Skogsäventyret där tusentals barn i skolor runt om i landet har getts möjligheter att på ett lustfyllt sätt komma igång med fysisk aktivitet. Samtidigt har barnen bibringats grundläggande kunskaper om kartläsning, natur och miljö.

Idrottsrörelsen kan enligt vår mening spela en viktig roll i arbetet för en bättre folkhälsa och att denna grundläggs redan i unga år.

När det gäller de vuxna finns också anledning till krafttag. Larmrapporter presenteras med jämna mellanrum om ökande ohälsotal. Ett exempel är en färsk forskarrapport som kartlagt riskerna för att dö i alkoholrelaterade sjukdomar. Enligt denna rapport löper dessutom storstadsbor betydligt större risk att dö i alkoholrelaterade sjukdomar än landsbygdsbor. Och risken är så mycket större som fyra gånger för kvinnor och två till tre gånger för män.

**Fel! Okänt namn på**

Folk i storstäderna har mindre socialt stöd och en stressigare situation. En annan självklar bakgrund är att alkohol är så mycket mer lättillgänglig i storstäderna med barer och restauranger tätt intill varandra och med sena öppettider.

Att den ökande våldsbrottsligheten har ett tydligt och näst intill linjärt samband med den ökande alkoholkonsumtionen är också en livsstilsfråga som är värd att uppmärksamma. De som drabbas av våldet drabbas också ofta av allvarlig ohälsa. En mycket stor del av trafikolyckorna med åtföljande vårdbehov har också alkoholkonsumtionen som orsak.

Kunskaperna om hur viktig livsstilen är finns men måste på ett tydligare sätt komma till uttryck i samhällets folkhälsoarbete. Motion, kost och alkoholvanor är av avgörande betydelse för hälsoläget. Informationsinsatserna på detta område behöver öka, för att hälsoläget i framtiden inte ska försämrats allvarligt. Särskilt viktigt är det att barn och ungdomar får förutsättningar att skaffa sig goda vanor genom en tydlig policy inom barnomsorg och skola.

Stockholm den 3 oktober 2005

*Sven Bergström (c)*

*Birgitta Sellén (c)*

*Agne Hansson (c)*