

Motion till riksdagen 2010/11:So327

av **Agneta Luttropp m.fl. (MP)**

Fysisk aktivitet för psykiskt sjuka och människor med psykisk funktionsnedsättning

Förslag till riksdagsbeslut

Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om vikten av att hitta former för att stimulera till en ökad fysisk aktivitet för psykiskt sjuka och människor med psykisk funktionsnedsättning.

Motivering

Forskning visar att människor som har en ohälsosam livsstil löper upp till 300 procents större risk att hamna i psykisk sjuklighet än människor med hälsosamma vanor. Forskare från Karolinska Institutet i samarbete med Statens folkhälsoinstitut, FHI, har lyft frågan om att ohälsosam livsstil skapar psykiskt sjuklighet och att detta ges alltför lite utrymme i debatten. De senaste resultaten går emot föreställningen att det enbart skulle handla om att personer med psykisk ohälsa dras till en osund livsföring. Slutsatsen är bland annat att traditionella vårdinsatser inom psykiatri behöver ta hänsyn till detta och att livsstilsförändring kan leda till förbättrad psykisk hälsa även när den redan är nedsatt. Den livsstilsfaktor som verkar ha störst betydelse är stillasittande eller fysiskt inaktivitet.

Vikten av fysisk aktivitet och dess betydelse för hälsan blir alltmer välkänd för många i samhället. Fysisk aktivitet på recept har också varit en framgångsfaktor på många håll.

Den grupp som mer än andra kan behöva hjälp för att röra sig mer är människor som mår psykiskt dåligt, är psykiskt sjuka eller psykiskt funktionshindrade. Det kan behövas motivationsarbete och ledarledda, individanpassade aktiviteter i högre grad än för andra. Inte bara den psykiska hälsan kan för-

Fel! Okänt namn på

bättras av ökad fysisk aktivitet utan även den fysiska hälsan som ofta är eftersatt för denna grupp kan förbättras.

Därför vill vi att riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om vikten av att hitta former för att stimulera till en ökad fysisk aktivitet för psykiskt sjuka och funktionshindrade.

Stockholm den 23 oktober 2010

Agneta Luttröpp (MP)

Gunvor G Ericson (MP)

Jonas Eriksson (MP)