

Motion till riksdagen 2023/24:1258

av Anders Ådahl (C)

Förbättrad hälsa hos barn och unga

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att initiera ett nationellt program för förbättrad hälsa och välbefinnande hos barn och ungdomar och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att programmet ska ha utgångspunkt i vardagsmotion och sunda kostvanor och komplettera insatser i skola, idrottsföreningar och riktade insatser till särskilda grupper och tillkännager detta för regeringen.

Motivering

Ungefär hälften av alla ungdomar i Sverige sitter mer än tio timmar per dag. Stillasittande generellt ökar risken för bland annat hjärt-kärlsjukdomar, typ 2-diabetes och depression. Bland ungdomar kan man se att passivt sittande, som till exempel tv-tittande eller gaming, ökar risken för inte bara sjukdomarna ovan, utan bidrar även till sämre kostval och en sämre livskvalitet över lag. Undersökningar visar att en mer fysiskt inaktiv ungdom upplever mer stress i sin vardag. Kombinationen av stillasittande, för lite fysisk aktivitet och sämre matvanor leder till övervikt, fetma och psykisk ohälsa.

Johan Carlson, dåvarande generaldirektör för Folkhälsomyndigheten, beskrev i slutet av pandemin sina farhågor om ”en förlorad generation” och uppgav att ungas hälsa måste sättas högst på agendan när pandemin är över. Mer än var femte skolelev och ungdom har idag övervikt eller fetma. 13 % av de unga uppger själva att de har svåra besvär med ångslan, oro och ångest. Vi vet också att mörkertalet för psykisk ohälsa bland unga är stort.

Det är ett sluttande plan och så här kan det givetvis inte fortsätta. Folkhälsomyndigheten beskriver konsekvenser för både individ och samhälle. För individen handlar det om försämrad livskvalitet, sjukdomar och ett kortare liv. För samhället betyder ohälsan ökade kostnader i sjukvården och en förlorad produktion. Idag skattas den årliga totala

kostnaden för samhället för bara fetma till 70 miljarder kronor och den förväntas öka rejält om inga drastiska åtgärder införs.

Forskning visar att fysisk aktivitet på alla nivåer ger hälsofördelar och det är därför viktigt att stimulera till och ge förutsättningar för mer vardagsmotion och rörelse för alla barn och unga. Riktade insatser har sina fördelar, men i just det här fallet behöver vi jobba på bred front. Vi kan inte lägga ansvaret på en enskild instans, utan måste samlas allihop från politiker, skola, kommun och region till civilsamhälle och föräldrar. Vi måste nå ut i alla delar av samhället, oavsett socioekonomisk status eller kulturell bakgrund. Vi måste hitta vägar att nå dem vi i nuläget inte når.

Därför bör ett nationellt program för hälsofrämjande insatser för att skapa incitament till mer vardagsmotion/fysisk aktivitet och bättre kostvanor hos barn och ungdomar initieras. Programmet ska sträcka sig vidare än vad skolan kan ta ansvar för. Hälsofrämjande och förebyggande insatser bör premieras och perspektiven måste vara långsiktiga. Rent hälsoekonomiskt är kostnaden för de hälsofrämjande insatserna liten, jämfört med den produktivitetsökning och den besparing i form av minskade vårdkostnader som vi kan tillgodoräkna oss i framtiden.

Anders Ådahl (C)