

”Möten som ger ringar på vattnet”

Delrapport II

Friska barn i Skaraborg

**- övervikt och fetma bland barn går att
förebygga**

**Karin Skagelin och Madeléne Engvall
Folkhälsostreterger
Skaraborgsenheten,
avd. Social hållbarhet
2019-11-19**

Inledning

Det är viktigt att komma ihåg att barnfetma är en sjukdom som på sikt kan få svåra konsekvenser för individens hälsa. Den bästa insatsen är den som gör att fetma aldrig uppstår då forskning har visat att de allra flesta barn med fetma kommer att bibehålla fetman även i vuxen ålder.

Denna delrapport II beskriver det arbete som genomförts sedan delrapport I skrevs i arbetet för att minska övervikt och fetma bland barn och unga i Skaraborg. Arbetet utgår från rapporten *Hur ska vi utveckla det hälsofrämjande och förebyggande arbetet riktat till barn och unga för att förhindra övervikt och fetma?* som togs fram i starten av uppdraget.

Delrapport II är även framåtsyftande och pekar på de åtgärder och utmaningar som vi ser behövs i det framtida arbetet. Det är viktigt att arbetet med att minska utveckling av övervikt och fetma bland barn belyses ur olika synvinklar, både främjande, förebyggande, medicinskt, socialt och ekonomiskt jämlikt, samt att flera samhällsarenor är representerade.

Friska barn i Skaraborg är ett av de fyra kraftsamlingsområden som bedrivs inom ramen för *Modell för samverkan*, en samverkan mellan Skaraborgsenheten, avdelning för socialhållbarhet och Skaraborgs kommunalförbund.

Bakgrund

Övervikt och fetma är ett av våra allvarligaste folkhälsoproblem. I dag har hälften av alla vuxna män, drygt en tredjedel av alla kvinnor och vart femte barn en övervikt eller fetma. För att förebygga övervikt behövs många olika åtgärder där maten är en viktig del. (Statens Livsmedelsverk)

2018 hade 58 % av männen och 45 % av kvinnorna i åldern 16-84 år övervikt eller fetma. Det är en dramatisk ökning sedan början av 1980-talet, då motsvarande andel var 35 respektive 26 %. Ökningen av antalet personer med övervikt eller fetma gäller såväl kvinnor som män, unga som äldre, inrikes som utrikesfödda, liksom både personer boende i storstäder och i övriga delar av landet. Ökningen återfinns även bland såväl de med kortare som längre utbildning och bland de med lägre som högre inkomster. Dock varierar förekomsten mellan grupperna där gruppen med eftergymnasial utbildning har betydligt lägre förekomst av övervikt och fetma (2018: 45 %) jämfört med gruppen med förgymnasial utbildning (2018: 65 %) och personer som bor i glesbygd har högre förekomst av övervikt och fetma än personer som bor i storstäder.

Störst ökning sett till ålder och kön återfinns bland kvinnor under 40 år och bland män under 30 år.

Exempelvis har andelen kvinnor och män i åldern 20-29 år med övervikt eller fetma mer än fördubblats sedan början av 1980-talet, från 10 till 23 % respektive 17 till 38 %. En dryg dubbling av andelen med övervikt eller fetma har även skett i gruppen med eftergymnasial utbildning, från 19 till 43 %. (scb.se/hitta-statistik/artiklar/2018/varannan-svensk-har-overvikt-eller-fetma/)

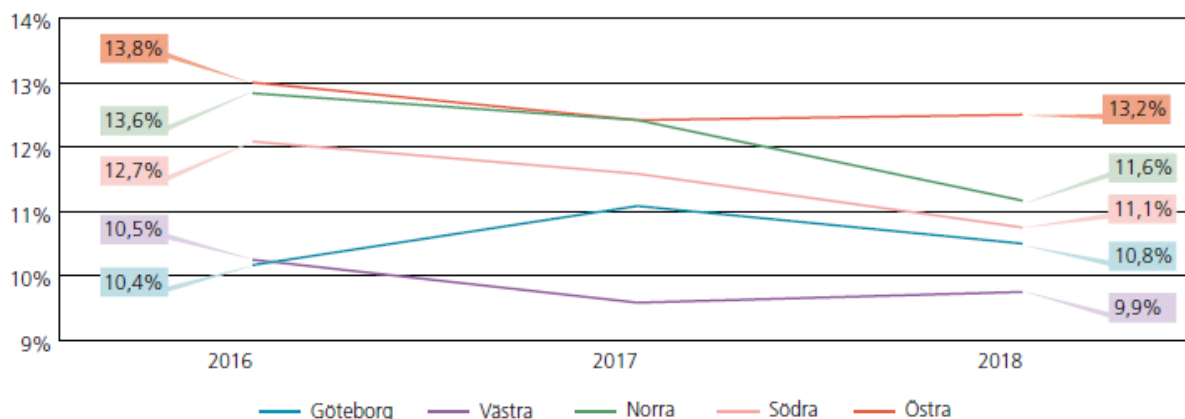
Den globala trenden ger skäl till oro även när det gäller barn: antalet barn med fetma mellan fem och 19 år har tiodubblats under de senaste 40 åren. Det betyder att 124 miljoner barn idag lider av fetma. Ytterligare 213 miljoner barn har en övervikt.

Även i Sverige är det en stor ökning av antal barn med fetma eller övervikt, enligt studien. Förekomsten av övervikt och fetma bland barn har precis som utvecklingen när det gäller vuxna mångdubblats jämförts med för 40 år sedan. Idag har var femte flicka och en fjärdedel av alla pojkar övervikt i Sverige. Det är allvarligt, menar

James Bentham vid Kent University som deltagit i studien.
(Rapport från WHO och Imperial College London, publicerad i tidskriften The Lancet och Svenska Dagbladet 2017)

Statistik från barnhälsovården per Hälso- och sjukvårdsnämnd

Andelen barn födda 2012–2014 och inskrivna på BVC, som genomgått hälsobesök vid 4 års ålder med uppmätt övervikt eller fetma, per Hälso- och sjukvårdsnämndsområde 2016–2018.



Grunden till detta arbete med att minska övervikt och fetma bland barn i Skaraborg lades genom en kartläggning hösten 2017. I kartläggningen togs reda på hur arbetet med att förebygga övervikt och fetma bland barn och unga genomförs i Skaraborg. Vi tittade även på hur arbetet kunde utvecklas framåt. Detta gjordes genom en workshop och intervjuer med nyckelpersoner från både regionen och kommunerna. Det som kom fram skrevs ned i rapporten *Hur ska vi utveckla det hälsofrämjande och förebyggande arbetet riktat till barn och unga för att förhindra övervikt och fetma?*

De förslag till åtgärder som kom fram i rapporten var:

- Politiska beslut med klara riktlinjer för samtliga parter i syfte att lägga grund för gemensamma, samordnade insatser.
- Höja kunskapsnivån hos professionen när det gäller fakta och bemötande.
- Bygga nätverk för att utbyta erfarenheter och skapa kontaktytor mellan olika professioner.
- Kommunicera värderingar och fakta kring övervikt, fetma och vikten av samhälleliga insatser till både professionen, politik, ideella organisationer och allmänhet. Detta för att främja hälsa och avdramatisera synen på sjukdomen fetma.

Beslut att arbeta enligt dessa punkter togs i maj 2017 av styrgruppen för Modell för samverkan mellan hälso- och sjukvårdsnämnden och kommunalförbundet.

Genomförda åtgärder och resultat

Referensgrupp

I referensgruppen ingår representanter från centrala barnhälsovården, högskolan i Skövde, Skaraborgssjukhus, Skaraborgsenheten/ avdelning för socialhållbarhet, Skaraborgs kommunalförbund samt elevhälsan

Referensgruppen har varit aktiv genom att vara delaktiga i omvärldsbevakning när det gäller

hälsofrämjande arbete för att förebygga barnfetma. De har deltagit i Pep-Forum, åkt på studiebesök till Seinäjoki, varit på konferens och fått kunskap om "Brännpunkt" som är en samtalsmetodik. De har gjort en swotanalys för att ta fram styrkor och svagheter i projektet. Detta för att stärka projektet framåt.

I swotanalysen framkom att:

Styrkor

- Engagemang i referensgrupp och i kommuner
- Att *Friska barn i Skaraborg* har börjat bli ett etablerat begrepp
- Att projektledarna håller i och inte släpper taget
- Att arbetet är i Skaraborgs femton kommuner
- Att projektledarna har haft avsatt tid för detta arbete

Svagheter

- Referensgruppen behöver breddas med fler aktörer.
- Saknas lätt tillgänglig statistik.
- Olika kommuner har olika förutsättningar

Hot

- Bristande långsiktighet i politiska beslut angående förebyggande av barnfetma
- Finansiering av arbetet med *Friska barn i Skaraborg*

Möjligheter

- Att fortsätta med omvärldsbevakning
- Att utveckla dialog med barnen
- Att fortsätta ha en helhetssyn

Referensgruppen är även en viktig kommunikationskanal ut till verksamheter inom sin profession och ambassadörer för arbetet. Referensgruppen är ett betydelsefullt forum för dialog, nätverkande och kunskapsutbyte.

Omvärldsbevakning

Ytterligare en resa till Seinäjoki och konferensen *Healthy kids of Seinäjoki* har gjorts. Denna gång med andra deltagare från Skaraborg, främst från skola och elevhälsa. Konferensen gav oss inspiration, betydelsen av långsiktighet och fokus på mat och rörelse.

Kontakten med Uppsala universitet och deras Echo-zone nätverk har lett till erfarenhetsutbyte.

Deltagare från referensgruppen har varit på *PeP Forum* och konferensen *Barn- och ungdomar med övervikt och fetma 2019*. Detta har bland annat resulterat i en tätare kontakt med Generation Pep och via dem Sveriges kommuner och landsting (SKL). I sin tur har denna kontakt resulterat i ett samarbete där bland annat konferensen *Skaraborgs skolor i rörelse* anordnats under hösten 2019.

Samverkan och delaktighet

Planerade åtgärder under våren 2019 var att genomföra workshops i fyra kommuner. Det har

genomförts sex lokala workshops. De kommuner där de genomförts är Töreboda, Karlsborg, Tidaholm, Lidköping, Vara och Essunga. Syftet med workshoparna var att stärka samverkan mellan lokala aktörer, ge inspiration och kunskap samt bygga en plattform för det framtida lokala arbetet med att skapa friska barn i Skaraborg.

I de sex workshoparna framkom det att:

- Samarbete mellan skola och kostenhet behöver stärkas och utvecklas. De behöver ha samma budskap ut mot elever och föräldrar.
- Familjecentralerna är en viktig knutpunkt i det hälsofrämjande arbetet för barn upp till 5 år samt deras föräldrar.
- Samverkan mellan de lokala aktörerna behöver stärkas ytterligare.
- Samhällsplaneringen har en viktig roll i barns förutsättningar för rörelse, exempelvis skolgårdar, trygga cykelvägar.

Gemensamt för workshoparna är att de alla gett ”ringar på vattnet” genom att nya samarbetsforum har skapats och idéer formats både för oss, men också i kommunerna.

Kommunikation

Vi har kommunicerat ut arbetet med *Friska barn i Skaraborg* i olika forum, exempelvis workshoparna, på folkhälsokonferensen våren 2019, bildningsförbunden i Skaraborg och högskolan i Skövde. Radio P4 och lokalmedia i Skaraborg har visat intresse för vårt arbete.

Förslag till framtida åtgärder

- **Utvecklingsprojekt**
 - Skapa ökad samverkan mellan kostenhet och skola
 - Samverkan Närrehab, elevhälsa, skola
 - Skolor i rörelse
 - Fysisk planering som främjar rörelse
- **Utbildningsdagar/konferenser**
 - Utbildningsdag med inspiration från Generation Pep. Målgrupp är barnhälsovård, familjecentral och förskolorna.
 - Samhällsbyggnadskonferens – skapa förutsättningar för fysisk aktivitet i det offentliga rummet.
 - Spridningskonferens
- **Lokala workshopar**
 - Genomföra lokala workshopar i fler kommuner i Skaraborg.
- **Omvärldsbevakning**
 - Delta i konferenser.
 - Ta del av aktuell forskning och goda exempel inom detta ämne.
 - Studiebesök

- **Kommunikation**

- Arbeta för att samma budskap ska kommuniceras ut från samtliga aktörer.

Tillvägagångssätt

Det tillvägagångssätt vi har använt oss av i arbetet med *Friska barn i Skaraborg* har varit att lyfta frågan om barnfetma på agendan och att stärka de aktörer som utför arbetet. Detta har vi gjort genom att inspirera, ge ny kunskap, bygga nätverk både på strategisk- och verksamhetsnivå. Det har varit viktigt att ha en delaktighetsprocess i arbetet för att både stärka samverkan lokalt och förankra arbetet.

Diskussion/Analys

Vi anser att arbetet med *Friska barn i Skaraborg* har utvecklats enligt den framtagna planen. Det som varit framgångsfaktorer i arbetet anser vi är:

- det fokus vi haft på slutsatserna från kartlägningsrapporten
- hög delaktighet i arbetet
- referensgruppens engagemang
- två ledare för arbetet från Skaraborgsenheten och en från Skaraborgs kommunalförbund

De lokala workshops vi anordnat anser vi har varit betydelsefulla ur många aspekter. De har gett professionen ny kunskap, bildat nätverk och gett "ringar på vattnet" för nya möten och samverkansformer lokalt. De är en viktig grund för det framtida arbetet.

De insatser och möten som genomförts ser vi har också gett "ringar på vattnet", exempelvis konferensen *Skaraborgs skolor i rörelse*. Förhoppningsvis ger denna konferens nya samarbeten och insatser.

Lärdomar

De lärdomar vi fått hittills i arbetet med *Friska barn i Skaraborg* är:

- Samverkan är A och O
- Samma budskap ut, från alla verksamheter till barn och föräldrar
- Det är komplext att prata kost
- Det krävs många insatser/aktörer i arbetet för att minska stillasittandet
- Finns ett behov av tillförlitliga mätetal
- Att ändra attityder och värderingar är ett uthålligt arbete
- Västra Götalandsregionen och Skaraborgs kommunalförbund har en position som underlättar när det gäller att samla olika professioner

Vi anser att den viktigaste lärdomen är att det förtroendekapital som vi har byggt upp i samarbetet med våra samverkanspartners är oerhört betydelsefullt för att ändra utvecklingen av övervikt och fetma bland barn i Skaraborg. Detta arbete måste fortgå kontinuerligt och får inte brytas om legitimitet ska bibehållas gällande detta arbetsområde.