

Det fede samfund - kræver indsats for børn og unge

Overvægt er ifølge WHO den største trussel mod folkesundheden på verdensplan. I Danmark kun overgået af rygning. Den nationale sundhedsprofil viser, at vi for første gang i historien nu er flere overvægtige end normalvægtige danskere.

Løsningen er en tidlig forebyggende indsats, fx med obligatoriske madordninger til de mindste, fokus på madkundskab i folkeskolen, opfølgning i kommunerne på opnået vægttab og et tværfagligt samarbejde mellem fagpersoner, hvor alle arbejder i samme retning. For overvægt er ikke kun et individuelt ansvar og løses ikke med endnu flere oplysningskampagner.

Kost og Ernæringsforbundets medlemmer er en del af løsningen for at undgå, opspore og vejlede om fedme:

- De tilbyder sund mad i daginstitutioner, på skoler og i kantiner.
- De behandler og vejleder barnet og resten af familien.
- De er bindeled mellem de kommunale og regionale tilbud og sørger for, at indsatserne følges i mål.

Folketingsvalg 2019

Det fede samfund

Hvad er problemet

Overvægt, og især svær overvægt hos børn og unge, har både fysiske og psykiske konsekvenser.

- Psykisk: I barndommen fylder psykosociale problemer mest, fx i form af mobning og drilleri, lavere selvværd og ringere livskvalitet.
- Fysisk: Hos børn og unge med svær overvægt kan fysiske komplikationer opstå allerede i barndommen. Fx kan overvægtige børn og unge opleve forstadier til type 2-diabetes, forhøjet blodtryk, astma og forringet leverfunktion.
- Muskel og skelet: Mange børn og unge har også problemer med hofter og knæ, fordi de er tungere, end deres knogler, muskler og led er bygget til.

Konsekvens: Usunde madvaner kan være en medvirkende årsag til udvikling af en række folkesygdomme, som fx hjertekarsygdom, type 2-diabetes og flere former for kræft.

Fakta

- 51 % af danskerne (16 år eller derover) er overvægtige.
- 18-20 % af 6-9 årige børn er overvægtige, heraf 5 % svært overvægtige.
- 70 % af overvægtige børn vil også være overvægtige som voksne.
- Overvægt er 81 % hyppigere blandt børn af forældre med kort uddannelse end af forældre med lang uddannelse.
- Vedvarende overvægt som barn og ung øger risikoen for diabetes som voksen. Hvis vægten normaliseres før puberteten, undgår man den forhøjede risiko.

Hvad kan du som folketingspolitiker gøre

1. Forebyggelse: Indfør sunde kollektive madordninger i daginstitutioner og skoler, hvor børn og unge får en aktiv rolle og samtidig lærer om sundhed, mad og måltider.
2. Efterværn i de nye sundhedshuse: Afsæt øremærkede midler, så kommunerne kan sikre opfølgende forløb, der fastholder effekten fra de opnåede resultater fra fx et ophold på julemærkehjem. Kost-, ernærings- og sundhedsfaglige kan vejlede og inddrage hele familien.
3. Genindfør et forebyggelsesministerium: Som kan vurdere effekten af strukturelle tiltag, fx effekten af forhøjede afgifter og differentieret moms på sukkerprodukter.

Cases

- Holbæk-metoden – en metode med resultater: Mindst 75 % af overvægtige børn taber sig i de kommuner, der benytter Holbæk-metoden. Ernærings- og sundhedsfaglige lærer at følge børnene og deres familie tæt.
<https://www.kost.dk/succes-med-behandling-af-overvaegtige-boern>
Vejled børn og deres familier: Professionsbachelor i ernæring og sundhed, Susanne Østerhaab, er ansat i Odenses diætist team, og vejleder overvægtige børn og deres familier. Udfordringen er at fastholde familierne: <https://www.kost.dk/boernenes-selvaerd-er-min-drivkraft>
- Langsigtet løsning: Problematikken er kompleks og kræver langsigtede løsninger, hvor flere parter omkring barnet tager ansvar. I Amsterdam har de gang i en 20-årig forebyggelsesindsats, som involverer både forældre, skole og sportsklubber, boligområder, byplanlæggere og fødevarerindustrien. <https://www.kost.dk/overvaegt-hos-boern-er-komplekst>

Kontakt

Spørg gerne, hvis du vil have mere viden om problemet eller løsningerne. Kontakt formand Ghita Parry, 2425 7803 - gp@kost.dk

Du finder kilder og mere info på [kost.dk/detfedesamfund](https://www.kost.dk/detfedesamfund)