

Nationalt Netværksmøde
- for sundhedsprofessionelle, der arbejder med
familier, hvor der er børn og unge med
overvægt
24.-25. august 2017

Mette Rasmussen
Ph.d. , Lektor i
Socialepidemiologi
Statens Institut for
Folkesundhed Syddansk
Universitet

Statens
Institut
for
Folkesundhed

Sociale faktorer betydning for børn og unges helbred og sundhedsadfærd – med fokus på overvægt

Epidemiologi – er den forskningsdisciplin, som undersøger forekomst og fordeling af sundheds- og sygdomsparametre - og som belyser årsager og konsekvenser

Socialepidemiologi – er den disciplin inden for epidemiologien, som undersøger hvorledes sociale forhold og processer bidrager til sundheds- og sygdomsmønstre i befolkningen

Fokus er befolkninger!

Sociale faktorerers betydning for børn og unges helbred og sundhedsadfærd – *med fokus på overvægt*

‘Sociale faktorer’

- Socioøkonomisk baggrund
- Sociale relationer

Den næste times tid....

Observationel forskning

- Forekomst og udvikling over tid i danske børns sundhed – med fokus på overvægtsrelateret sundhedsadfærd
- Sociale uligheder
- Sociale relationer

Eksperimentel forskning

- Nyt projekt om primær forebyggelse af overvægt i det helt tidlige liv

Først nogle få ord om Skolebørnsundersøgelsen



hbsc

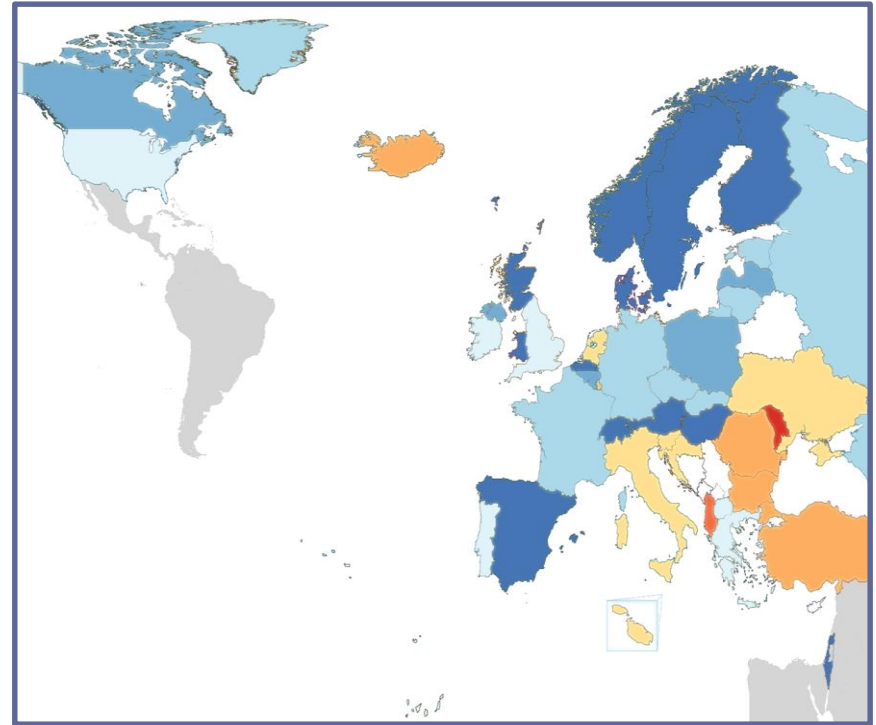
**HEALTH BEHAVIOUR IN
SCHOOL-AGED CHILDREN**

WORLD HEALTH ORGANIZATION
COLLABORATIVE CROSS-NATIONAL STUDY

Skolebørnsundersøgelsen

HBSC (Health Behaviour in School-aged Children)

- Samarbejde mellem forskergrupper i 42 lande
- Spørgeskemaundersøgelser
- Fokus på 11-15-årige
- Hvert fjerde år studier af repræsentative udsnit
- 1984-2014
- Dansk ledelse er Mette Rasmussen og Pernille Due
- Dansk styregruppe



Fastholder

Ryge- og drikkevaner

Spise- og motionsvaner

Tandbørstning

Symptomer

Skoletrivsel og -miljø

Social ulighed

Sociale relationer

Seksualvaner

Fastholder og fornyer

Ryge- og drikkevaner

Spise- og motionsvaner

Tandbørstning

Symptomer

Skoletrivsel og -miljø

Social ulighed

Sociale relationer

Seksualvaner

Mobning

Tilskadekomst

Brug af lægemidler

Skolesundhedsplejen

Søvn

Krops-
opfattelse

Mental sundhed

Computer- og
internetafhængighed

Etnisk
baggrund

Kronisk sygdom

Måltidsvaner

Fastholder og fornyer

Ryge- og drikkevaner

Spise- og motionsvaner

Tandbørstning

Symptomer

Skoletrivsel og -miljø

Social ulighed

Sociale relationer

Seksualvaner

Mobning

Tilskadekomst

Brug af lægemidler

Skolesundhedsplejen

Søvn

Krops-
opfattelse

Mental sundhed

Computer- og
internetafhængighed

Etnisk
baggrund

Kronisk sygdom

Måltidsvaner

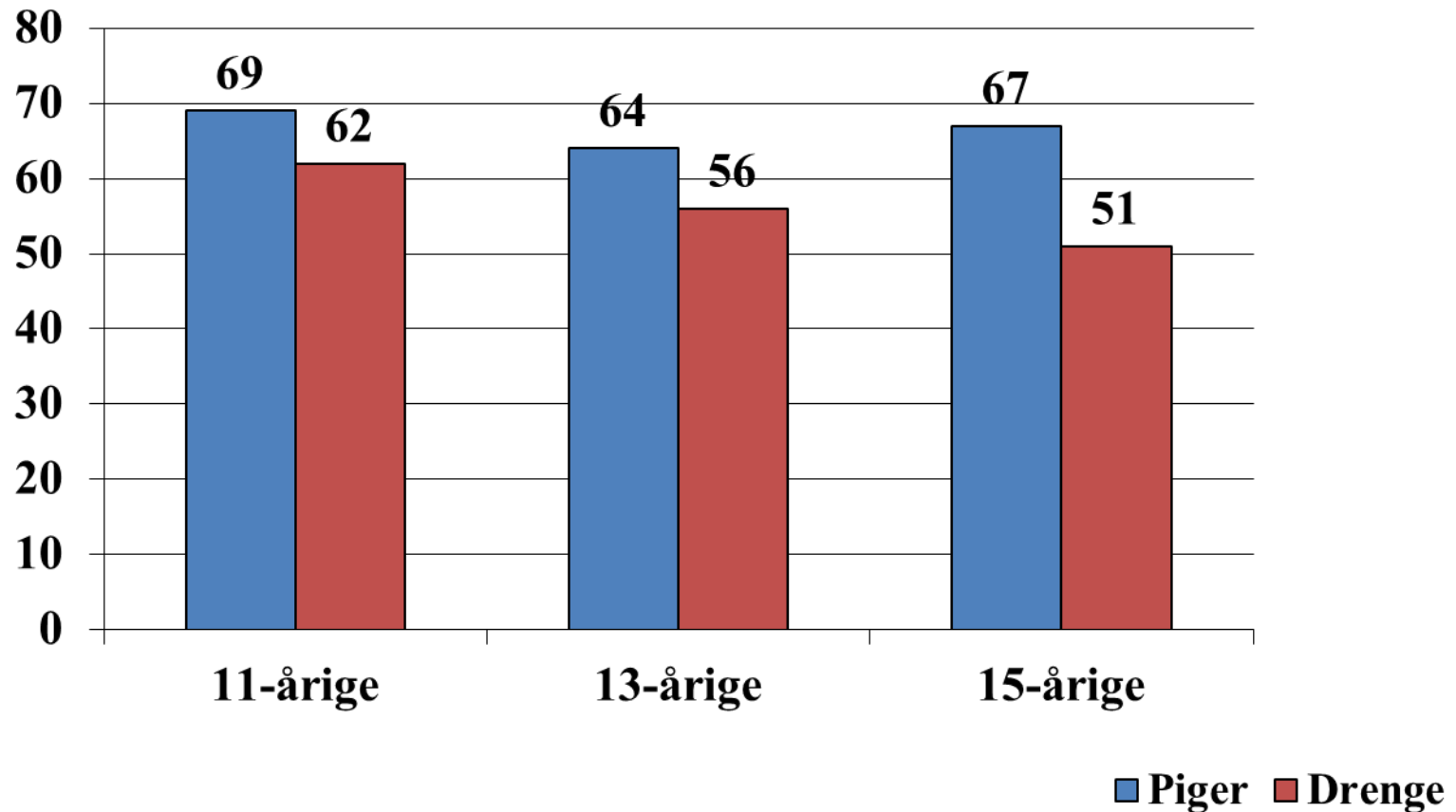
Forekomst og udvikling over tid i danske skolebørns sundhedsadfærd

- Frugt
- Grønt
- Måltidsvaner
- Fysisk aktivitet
- Stillesiddende adfærd



Andel af danske skolebørn som spiser frugt mindst én gang dagligt (%)

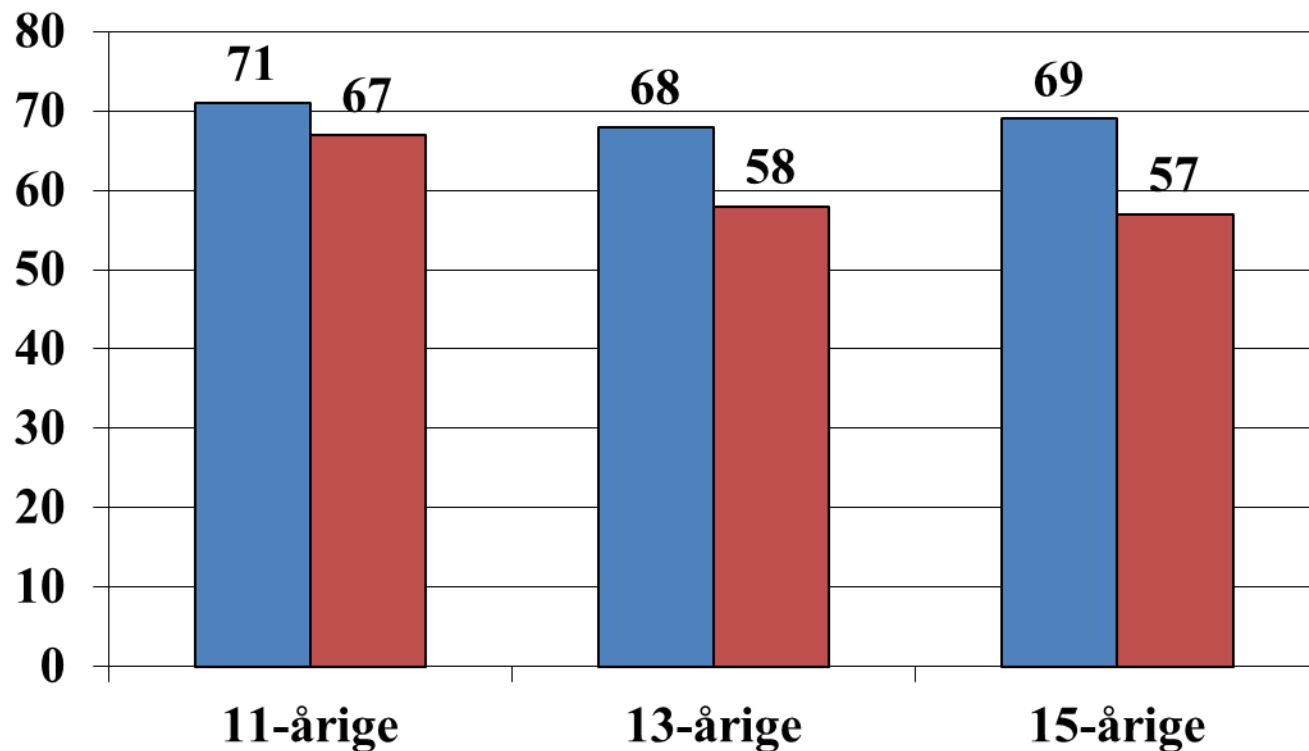
Skolebørnsundersøgelsen 2014



Rasmussen M, Due P (red). Skolebørnsundersøgelsen 2014.
Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København 2015

Andel af danske skolebørn som spiser grøntsager mindst én gang dagligt (%)

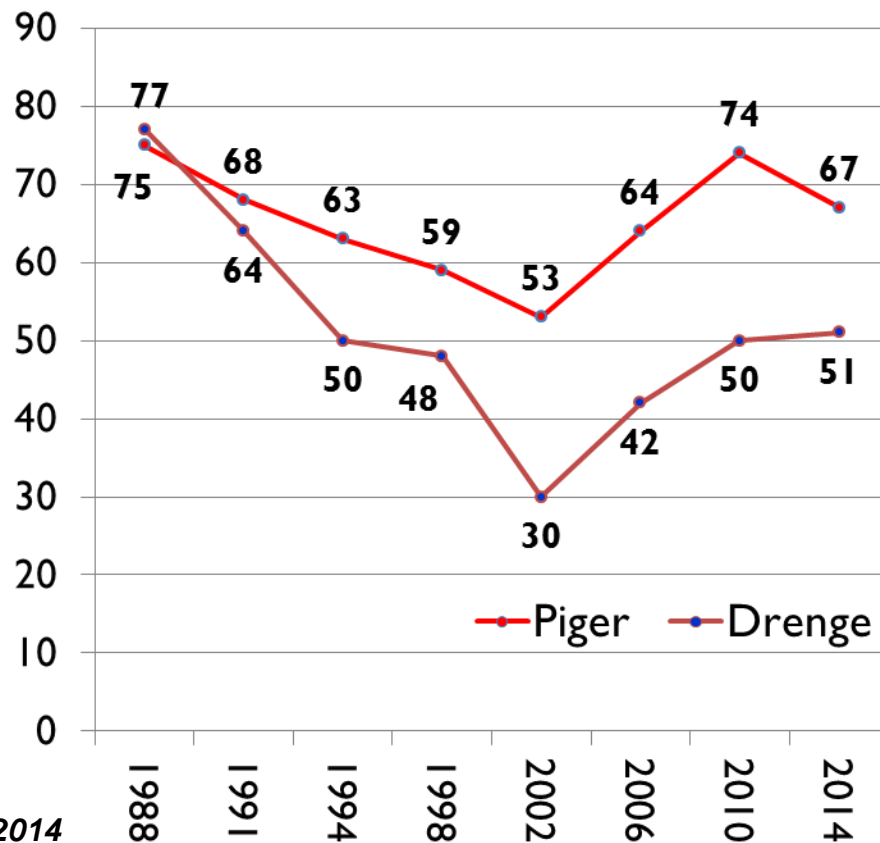
Skolebørnsundersøgelsen 2014



■ Piger ■ Drenge

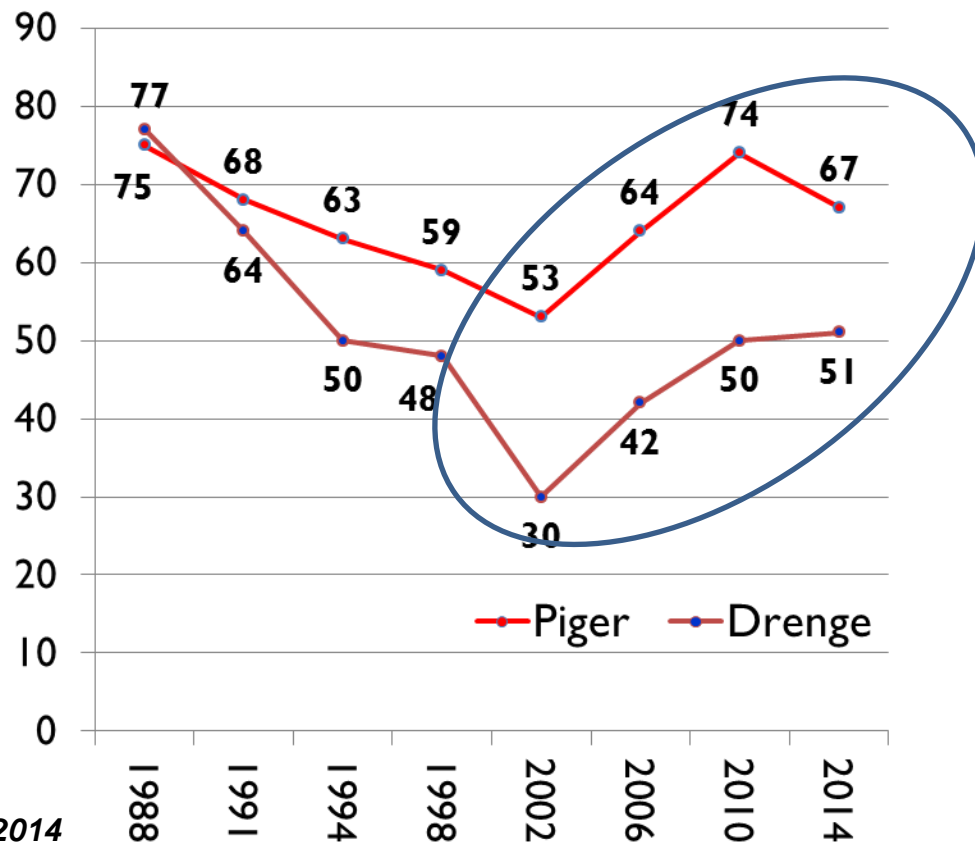
Rasmussen M, Due P (red). Skolebørnsundersøgelsen 2014.
Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København 2015

Udvikling over tid: Andel af 15-årige som spiser frugt mindst én gang dagligt Skolebørnsundersøgelsen, 1988-2014



Rasmussen et al.
Int J Behav Nutr Phys Act
2008 Jan 31;5:6.
+ Skolebørnsundersøgelsen 2014

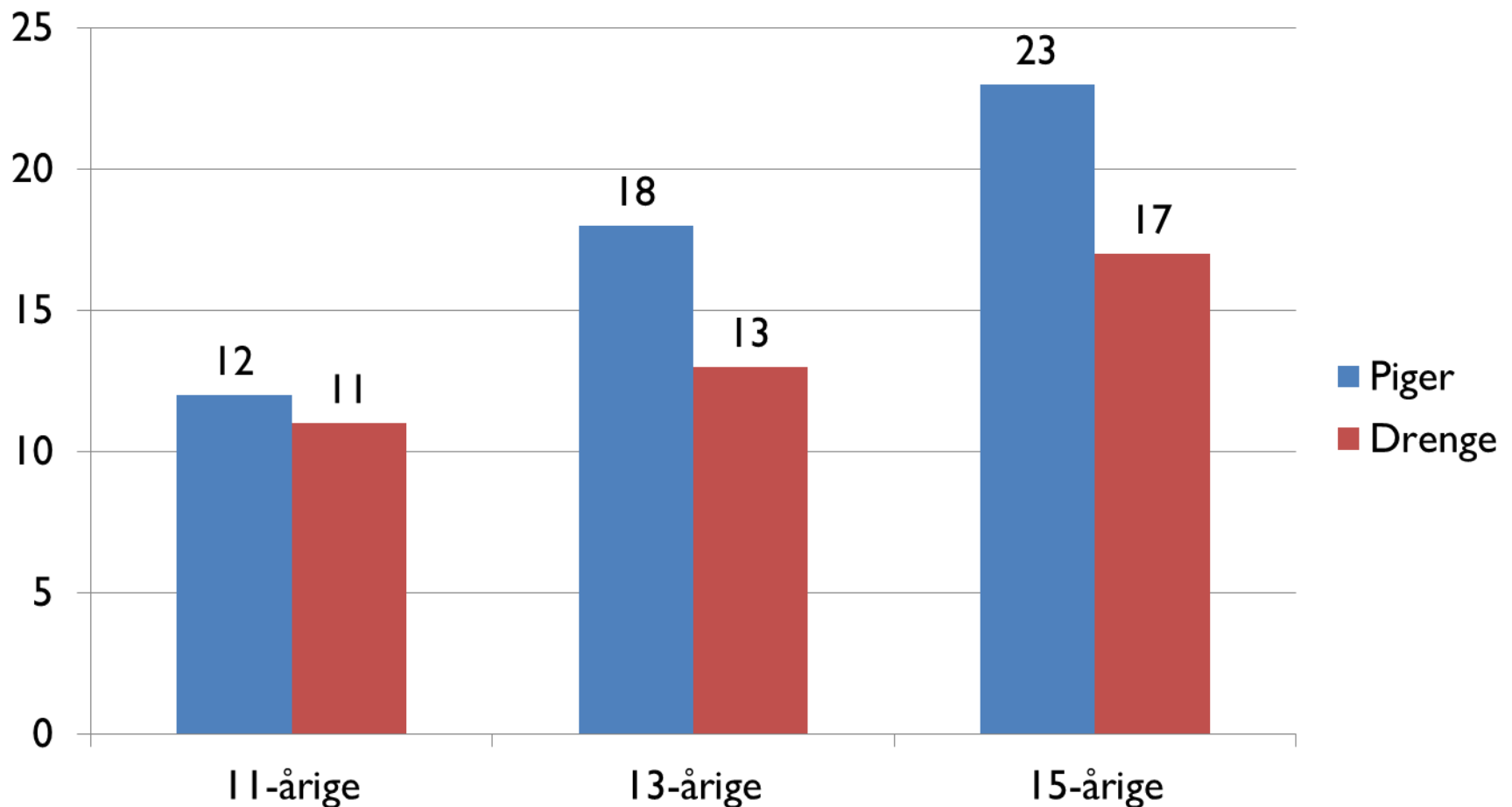
Udvikling over tid: Andel af 15-årige som spiser frugt mindst én gang dagligt Skolebørnsundersøgelsen, 1988-2014



Rasmussen et al.
Int J Behav Nutr Phys Act
2008 Jan 31;5:6.
+ Skolebørnsundersøgelsen 2014

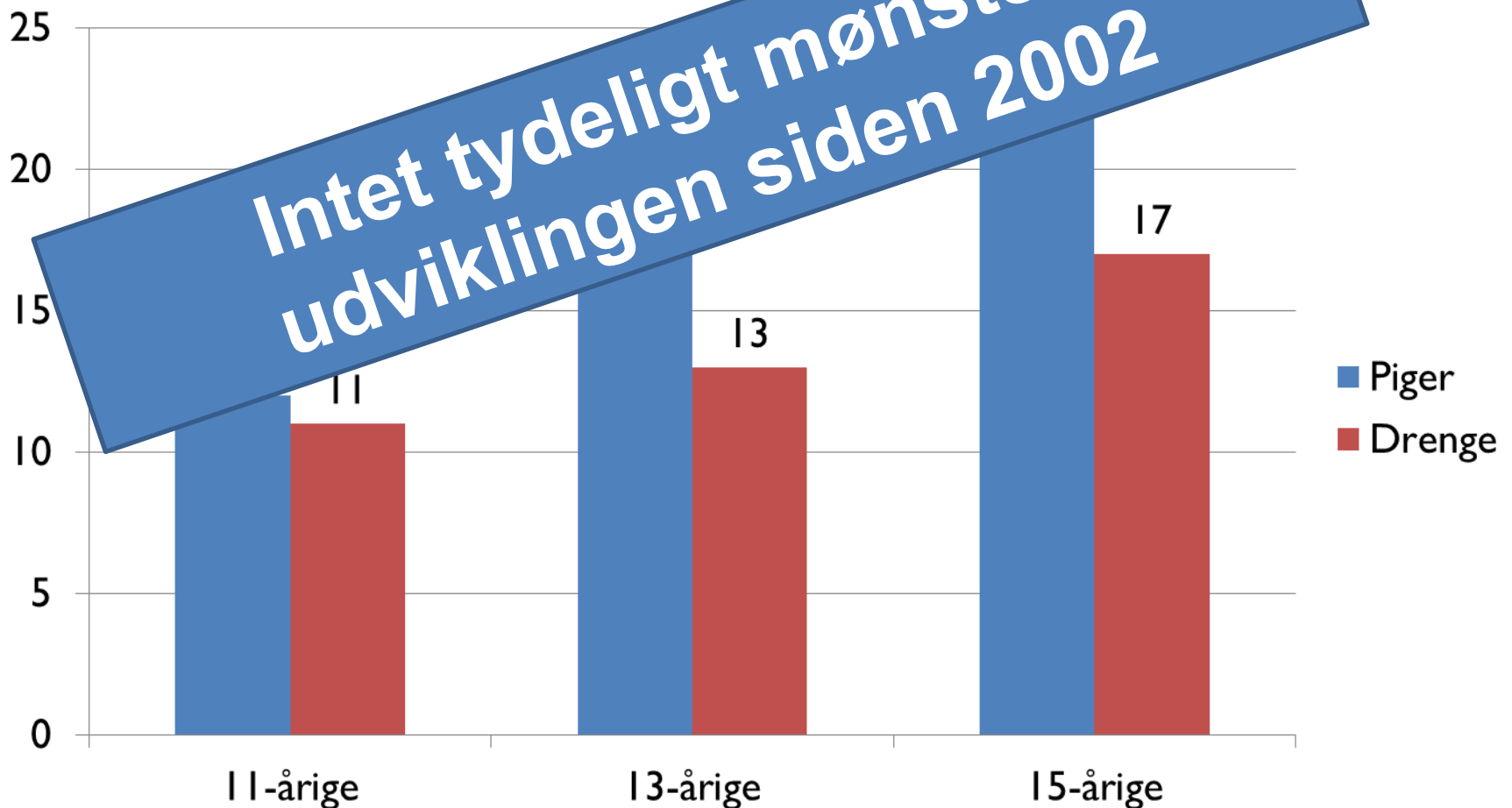
Andel, som springer morgenmaden over mindst tre hverdage om ugen

Skolebørnsundersøgelsen 2014



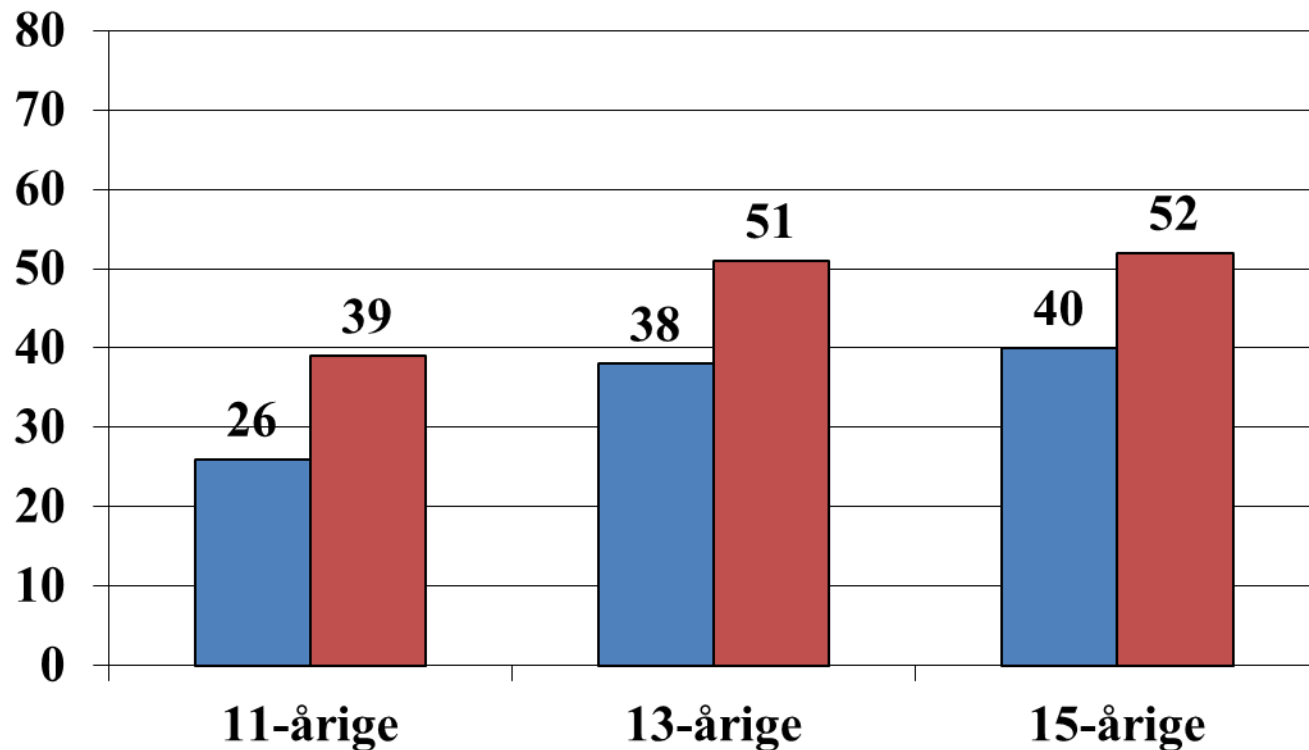
Andel, som springer morgenmaden over mindst tre hverdage om ugen

Skolebørnsundersøgelsen 2011



Andel af danske skolebørn som udfører hård fysisk aktivitet mindst 4 timer om ugen i fritiden (%)

Skolebørnsundersøgelsen 2014

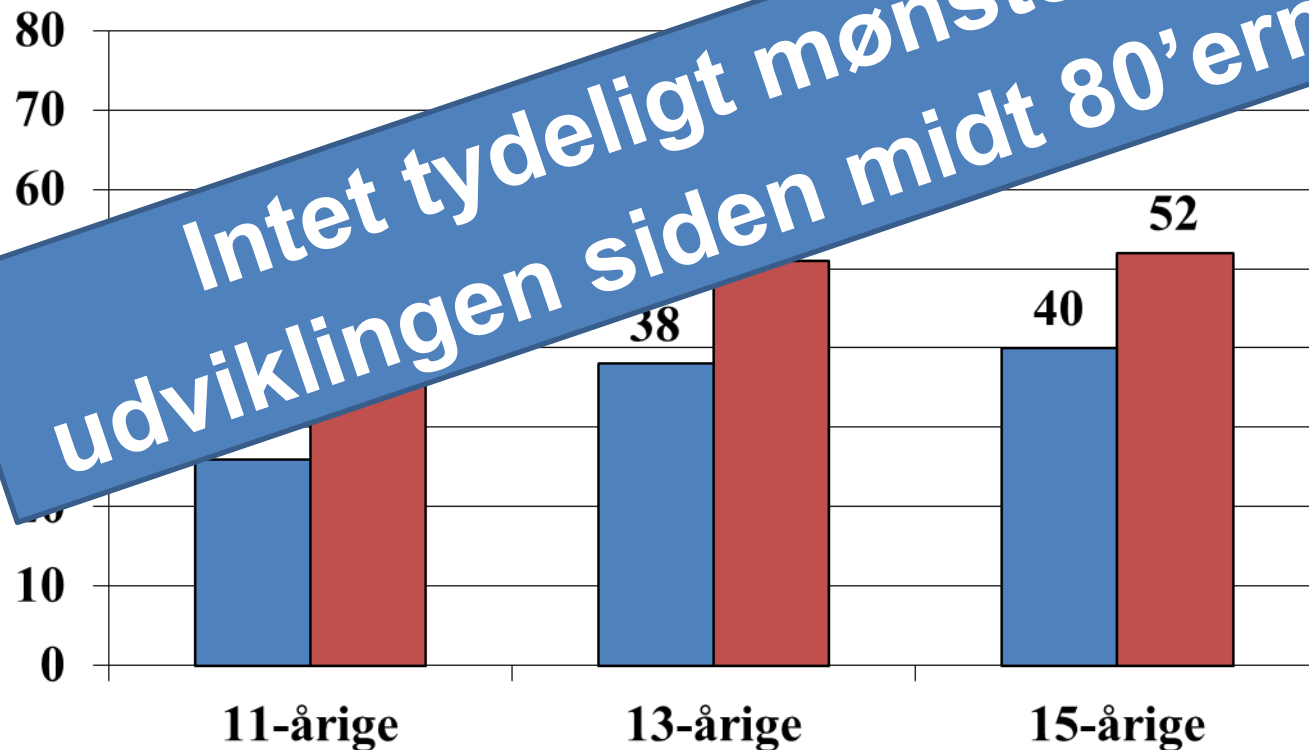


■ Piger ■ Drengene

Rasmussen M, Due P (red). Skolebørnsundersøgelsen 2014.
Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København 2015

Andel af danske skolebørn som udfører hård fysisk aktivitet mindst 4 timer om ugen i fritiden (9%)

Skolebørnsundersøgelsen

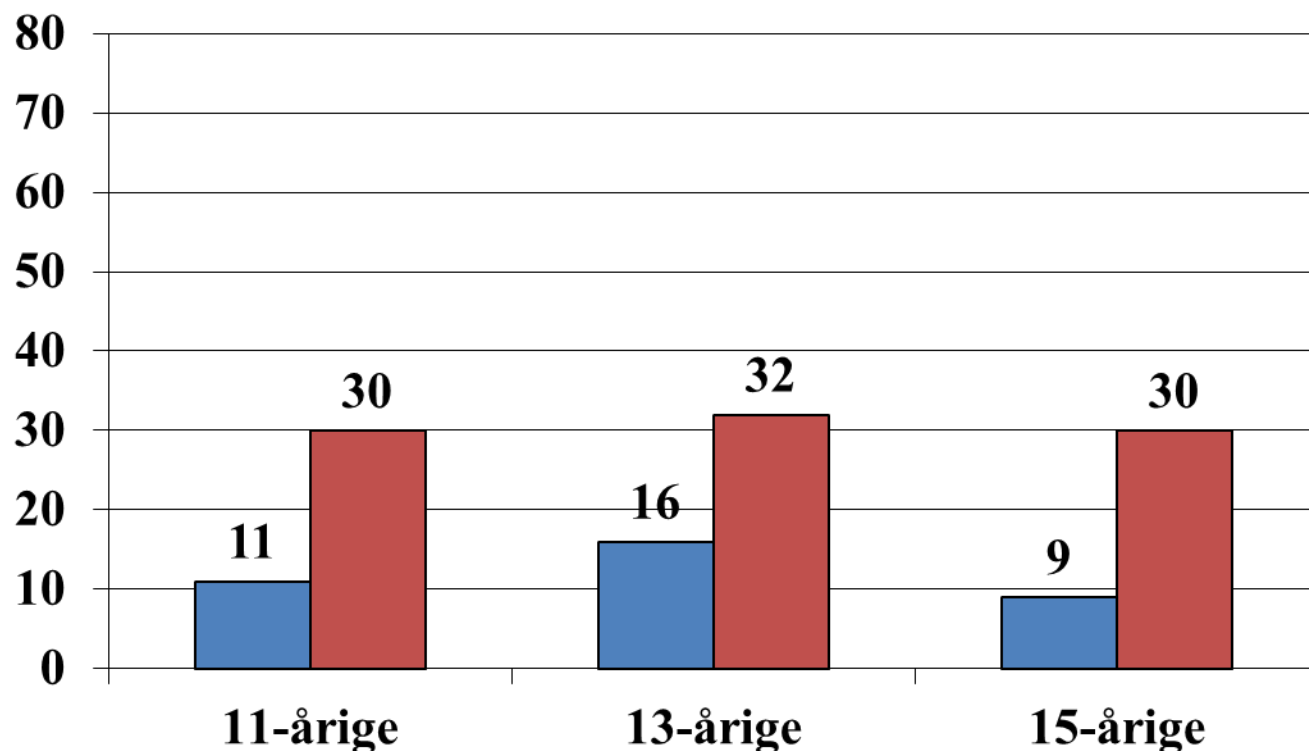


Intet tydeligt mønster i udviklingen siden midt 80'erne

■ Piger ■ Drenge

Andel af danske skolebørn som spiller elektroniske spil mindst 4 timer om dagen (%)

Skolebørnsundersøgelsen 2014

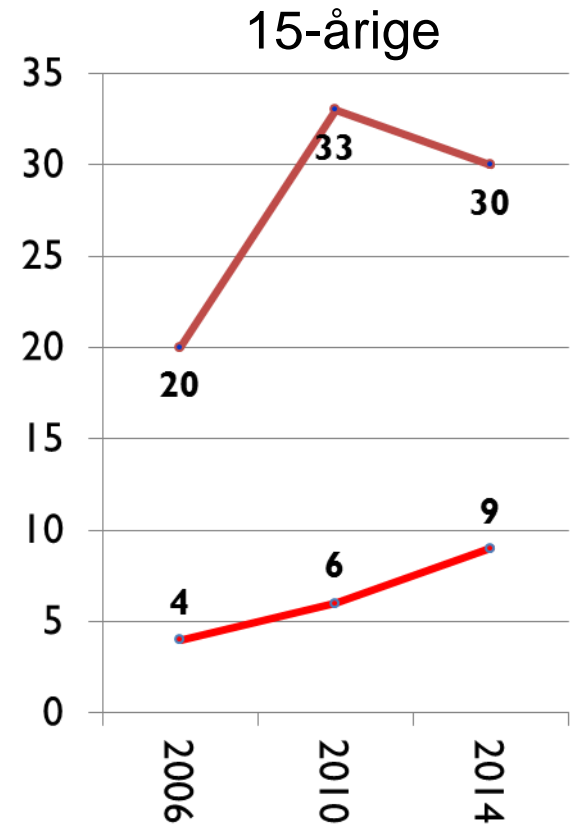
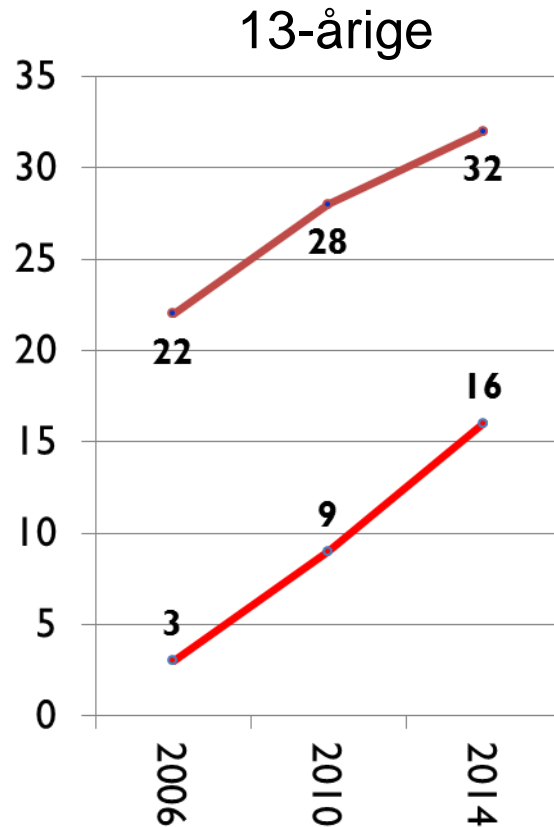
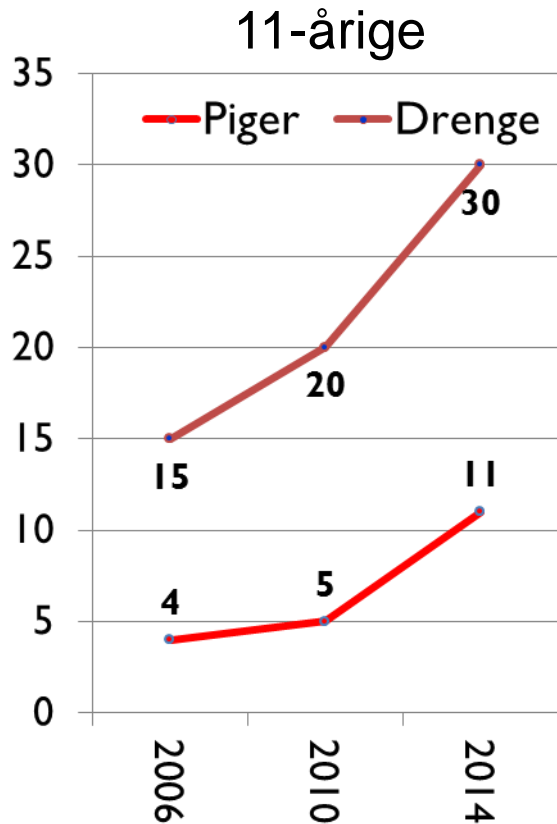


■ Piger ■ Drenge

Rasmussen M, Due P (red). Skolebørnsundersøgelsen 2014.
Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København 2015

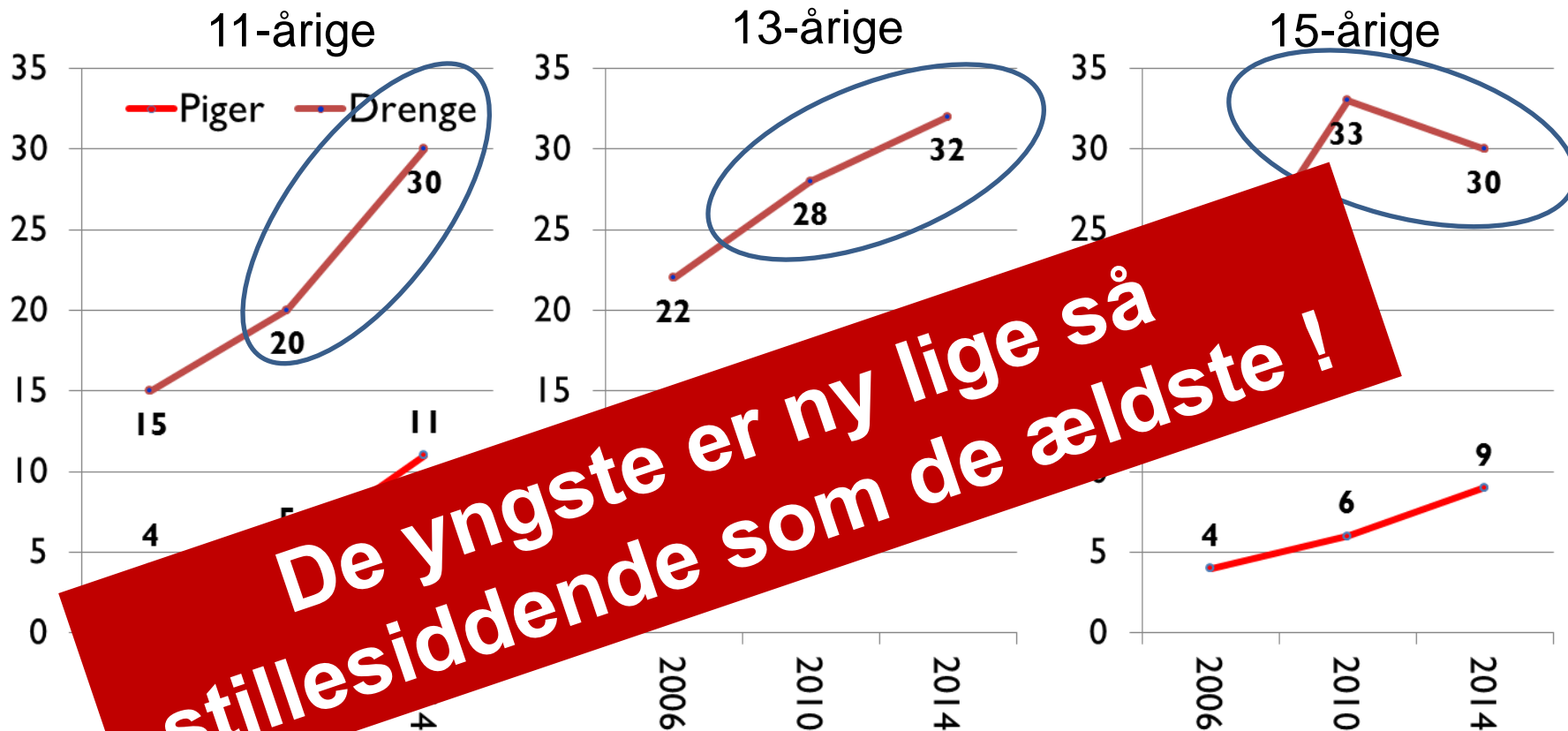
Udvikling over tid: Andel af danske skolebørn som spiller elektroniske spil mindst 4 timer om dagen (%)

Skolebørnsundersøgelsen, 2006-2014



Udvikling over tid: Andel af danske skolebørn som spiller elektroniske spil mindst 4 timer om dagen (%)

Skolebørnsundersøgelsen, 2006-2014



De yngste er nu lige så stillesiddende som de ældste!

Tracking

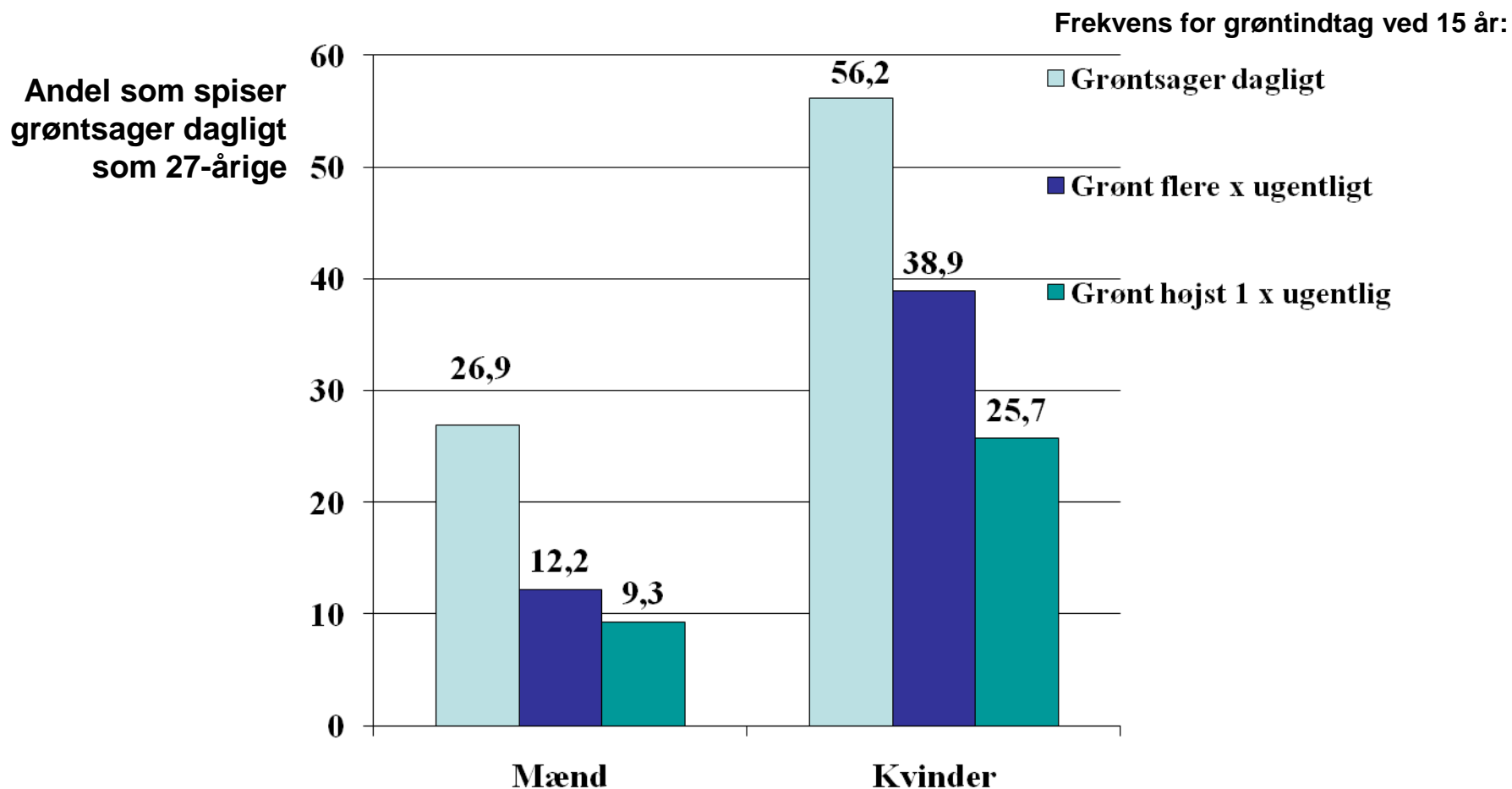
Tracking er en epidemiologiske term, som henviser til den situation, hvor man fastholder sin adfærd over tid

- Altså at en adfærdsform (fx spiser sjældent frugt) prædikterer samme adfærd senere i livet

Vi har ikke et egentligt ord for tracking på dansk

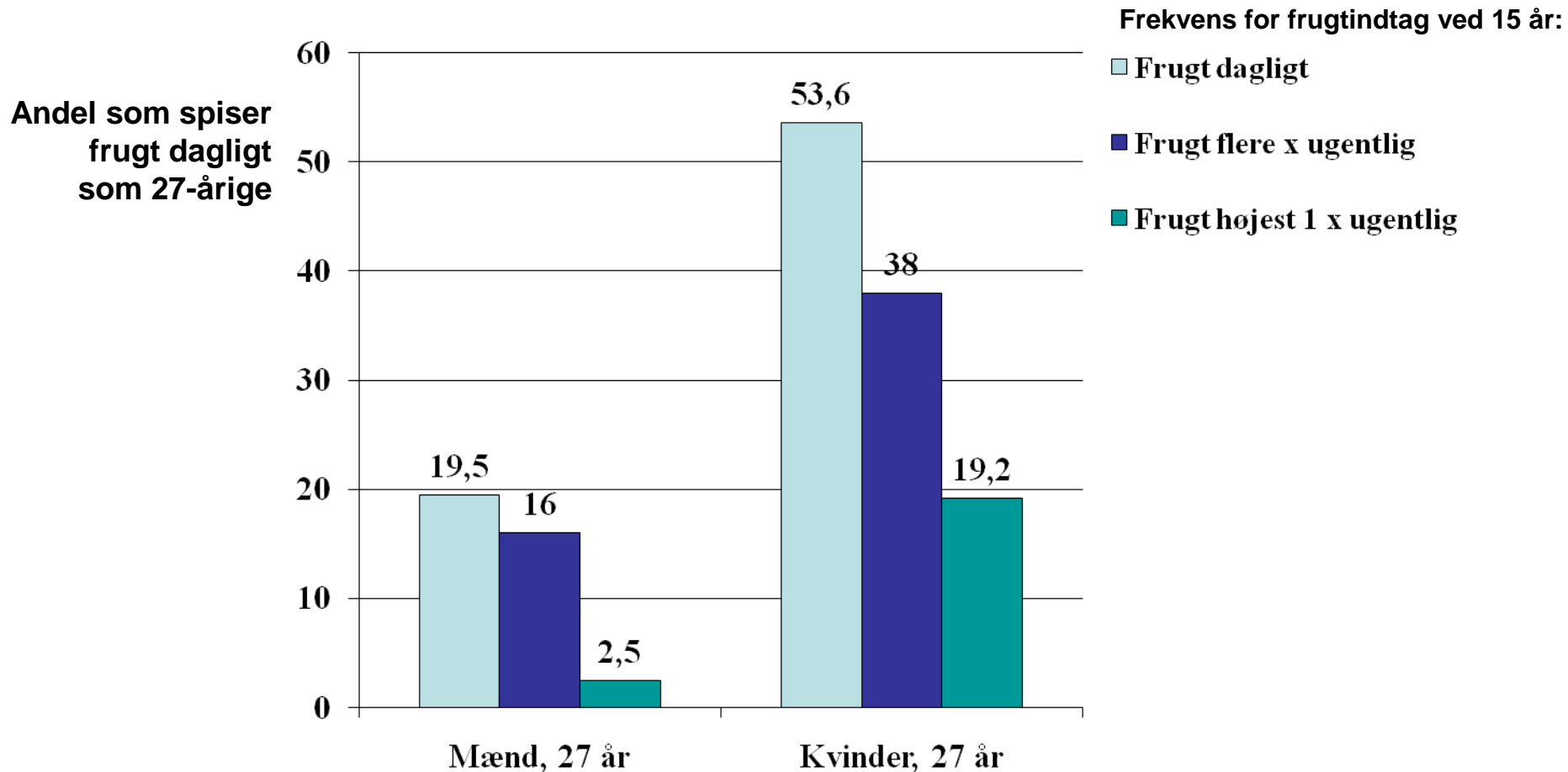
Tracking: Andel (%) 27-årige som spiser grøntsager dagligt efter forbrug af grøntsager som 15-årige

DLHBS



Tracking: Andel (%) 27-årige som spiser frugt dagligt efter forbrug af frugt som 15-årige

DLHBS



Tracking af måltidsvaner

Hvis man som 15-årig ikke spiser morgenmad dagligt, har man over tre gange større risiko for ej heller at spise morgenmad som 19-årig

Pedersen et al., 2013 BMC Public Health

Tracking af fysisk aktivitet

Hvis man som 15-årig ikke dyrker hård fysisk aktivitet udenfor skoletiden, har man fire gange større risiko for ej heller at udøve hård fysisk aktivitet som 27-årig

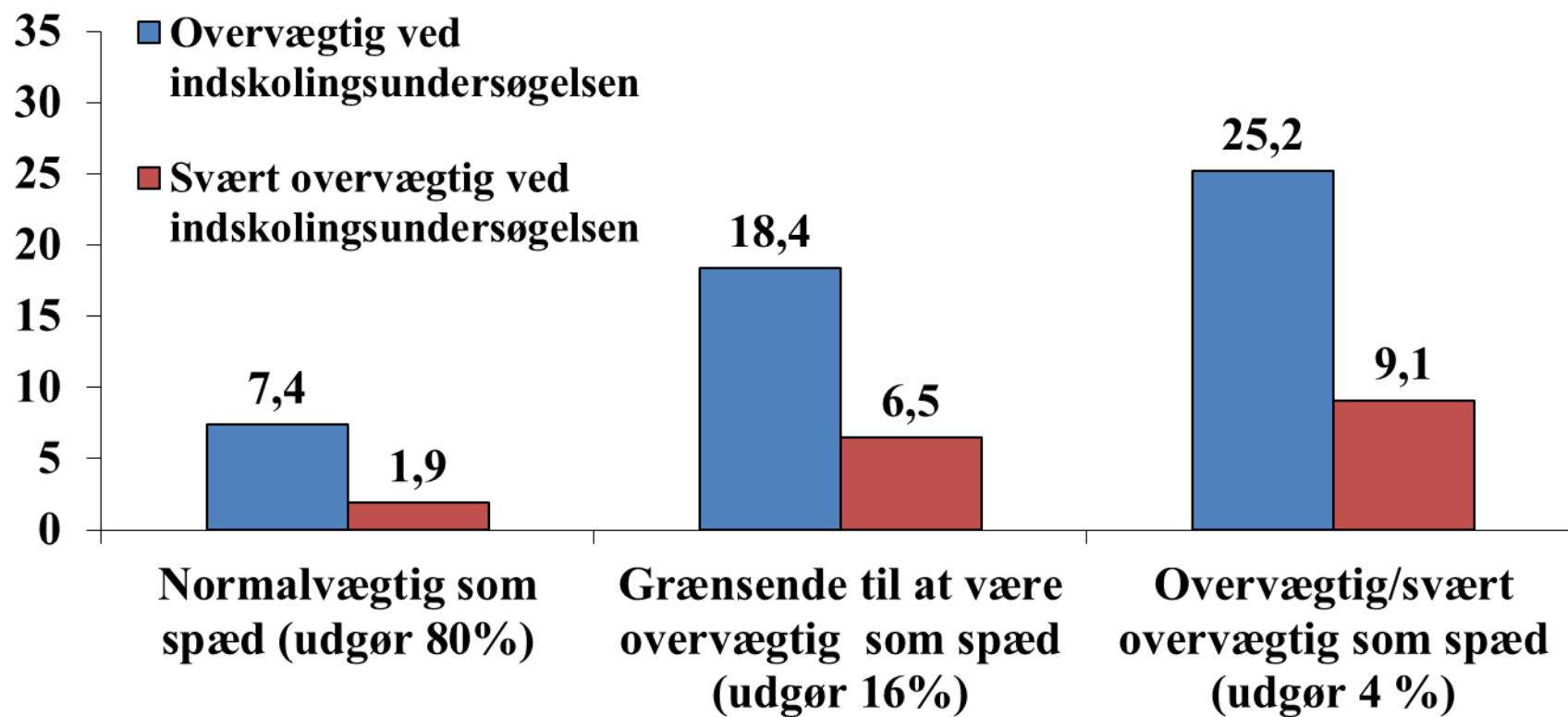
***Men* kun hvis man er barn af en familie med lav socioøkonomisk position!**



Suppli et al., 2012 Eur J Public Health

Forekomst (%) af overvægt/svær overvægt ved indskoling efter barnets vægtstatus ved 6-10 mdr

Databasen Børns Sundhed / Region H



Sjöberg er at., 2017: Databasen Børns Sundhed / Region H

Tracking af overvægt i det tidlige liv

Spædbørn, som i 6-10 mdr's alderen er grænsende til overvægtige, har næsten fire gange højere risiko for at være overvægtig/svært overvægtig ved skolestart

Spædbørn, som i 6-10 mdr's alderen er overvægtige eller svært overvægtige har mere end syv gange højere risiko for at være overvægtig/svært overvægtig ved skolestart

Sjöberg et al., 2017: Databasen Børns Sundhed / Region H

Så altså....

.... flere af de overvægtsrelaterede sundhedsadfærdsvaner blandt børn og unge vise kedelige forekomster og udviklinger over tid.....

.... og vi ser stærke trackingmønstre af uhensigtsmæssige vaner fra det unge liv ind i det voksne liv.....

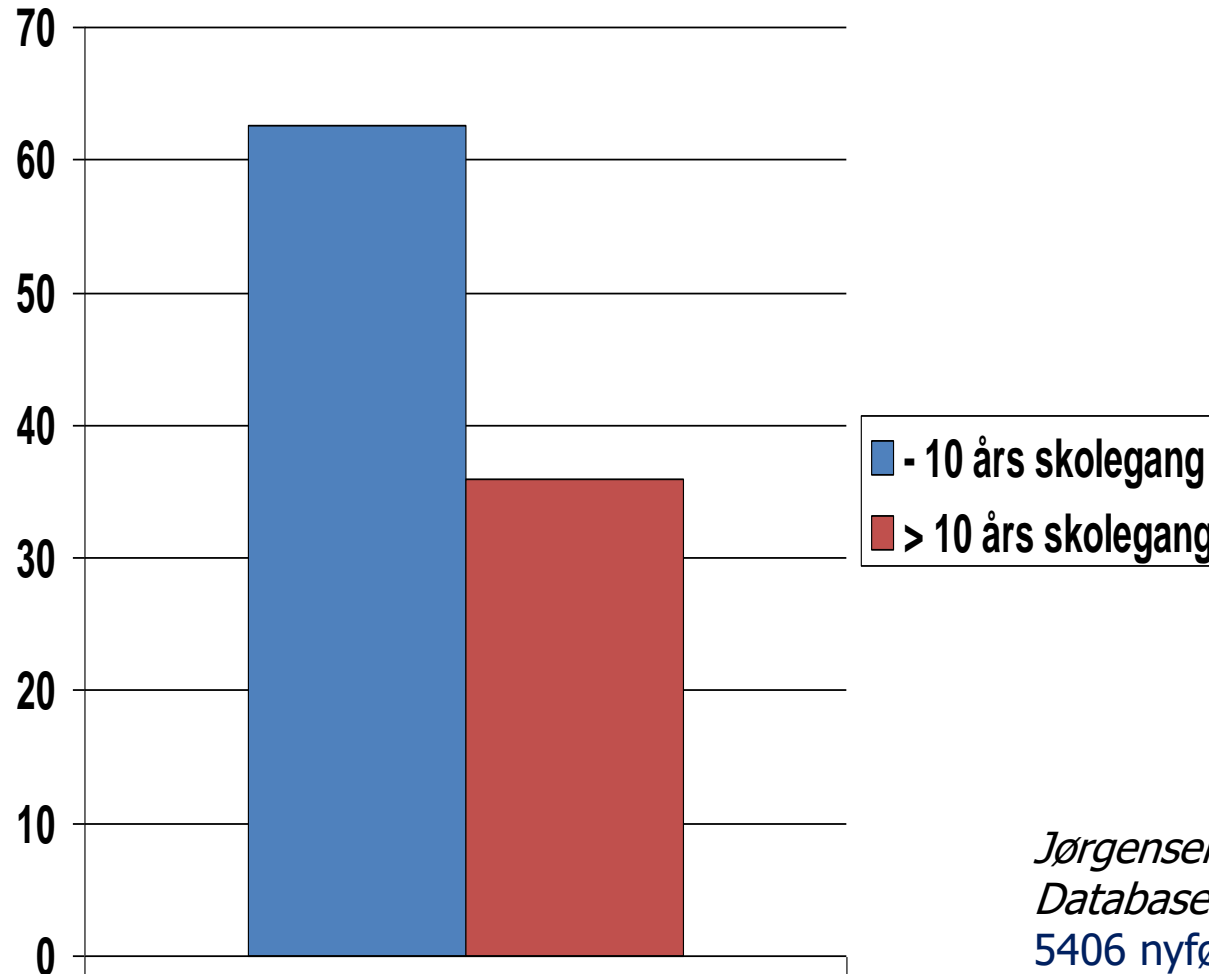
Social ulighed

Et overblik

1. Social ulighed i helbred findes overalt og i alle historiske perioder hvorfra man har data: befolkningsgrupper med få ressourcer har flest helbredsproblemer
2. Uligheden gælder næsten alle mål for helbred, fx fødselsvægt, symptomer, selv vurderet helbred, livskvalitet, sygelighed, dødelighed – og også for mange sundhedsadfærdstyper
3. ... uanset om man måler social baggrund med indtægt, uddannelse eller socialgruppe
4. Der er altid undtagelser, f.eks. er der en overdødelighed af brystkræft blandt højtuddannede kvinder
5. Sammenhængene er oftest graderet med en kontinuerlig stigning af helbredsbelastning fra høj social baggrund til lav social baggrund

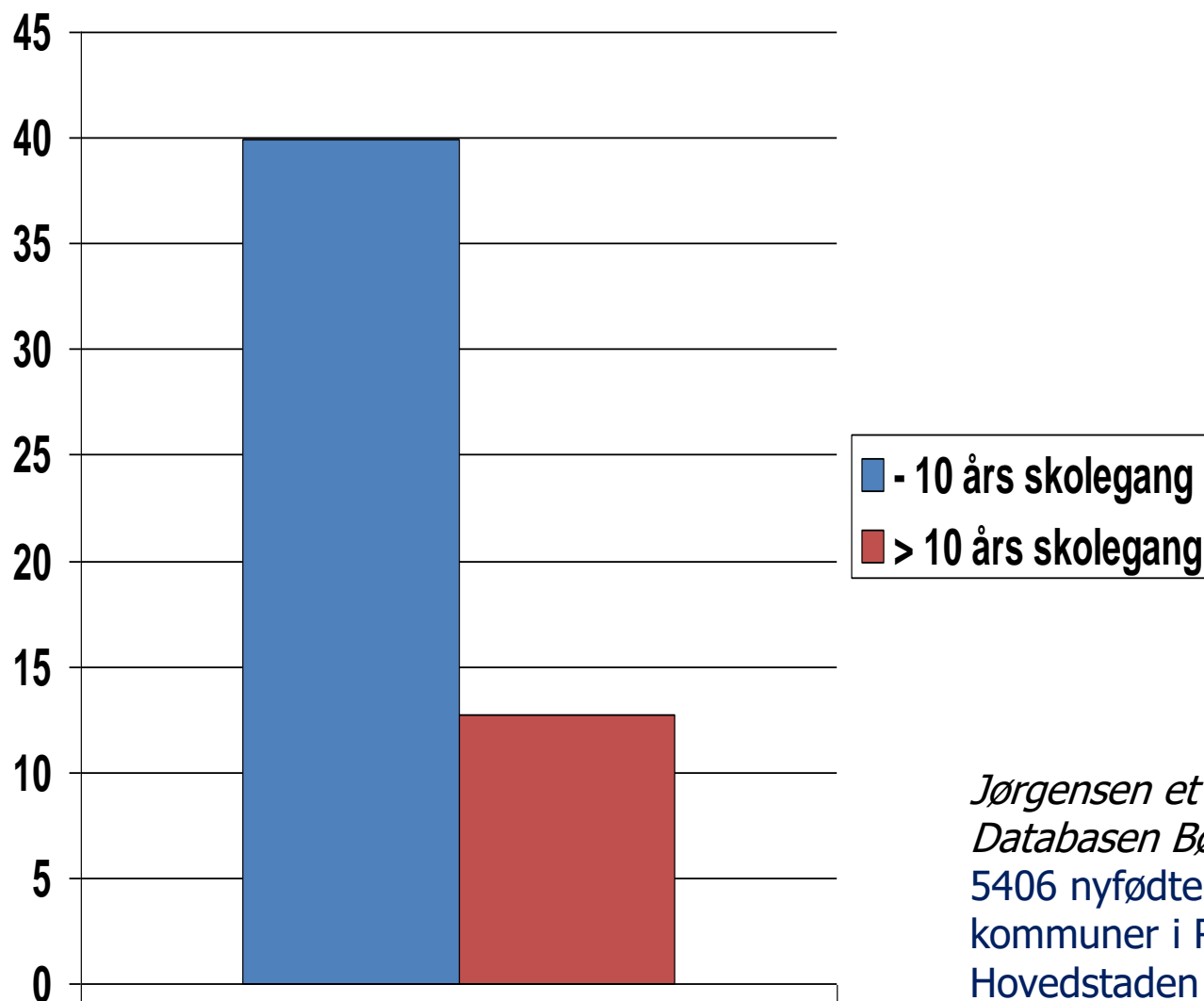
Social ulighed i sundhed starter ved fødslen og holder sig livet igennem – her nogle eksempler på social ulighed tidligt i livet

Pct. nyfødte som ammes mindre end fire måneder efter mors uddannelse



Jørgensen et al. 2013
Databasen Børns Sundhed:
5406 nyfødte i 11
kommuner i Region
Hovedstaden 2012

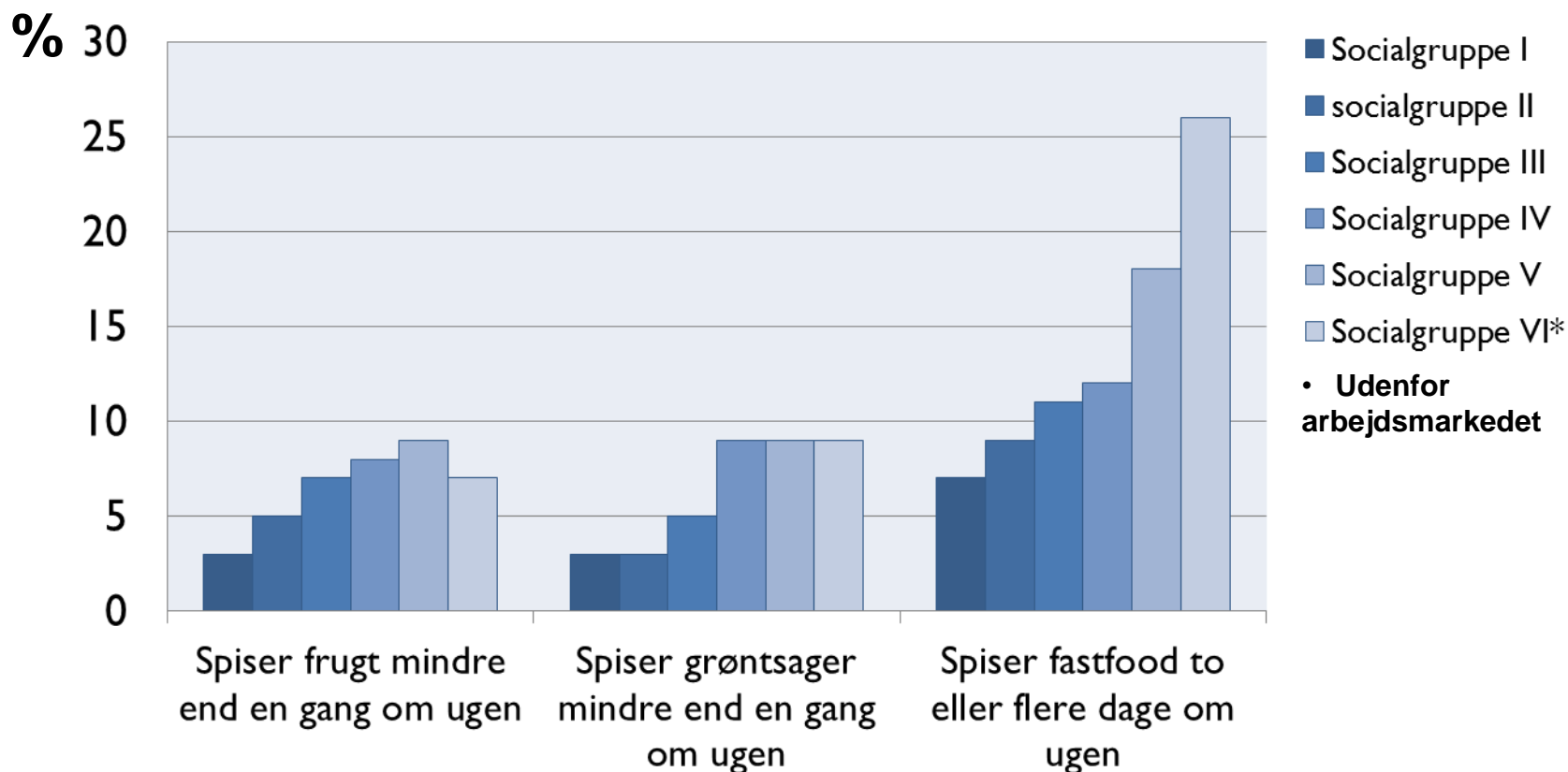
Pct. nyfødte som udsættes for passiv rygning i hjemmet efter mors uddannelse



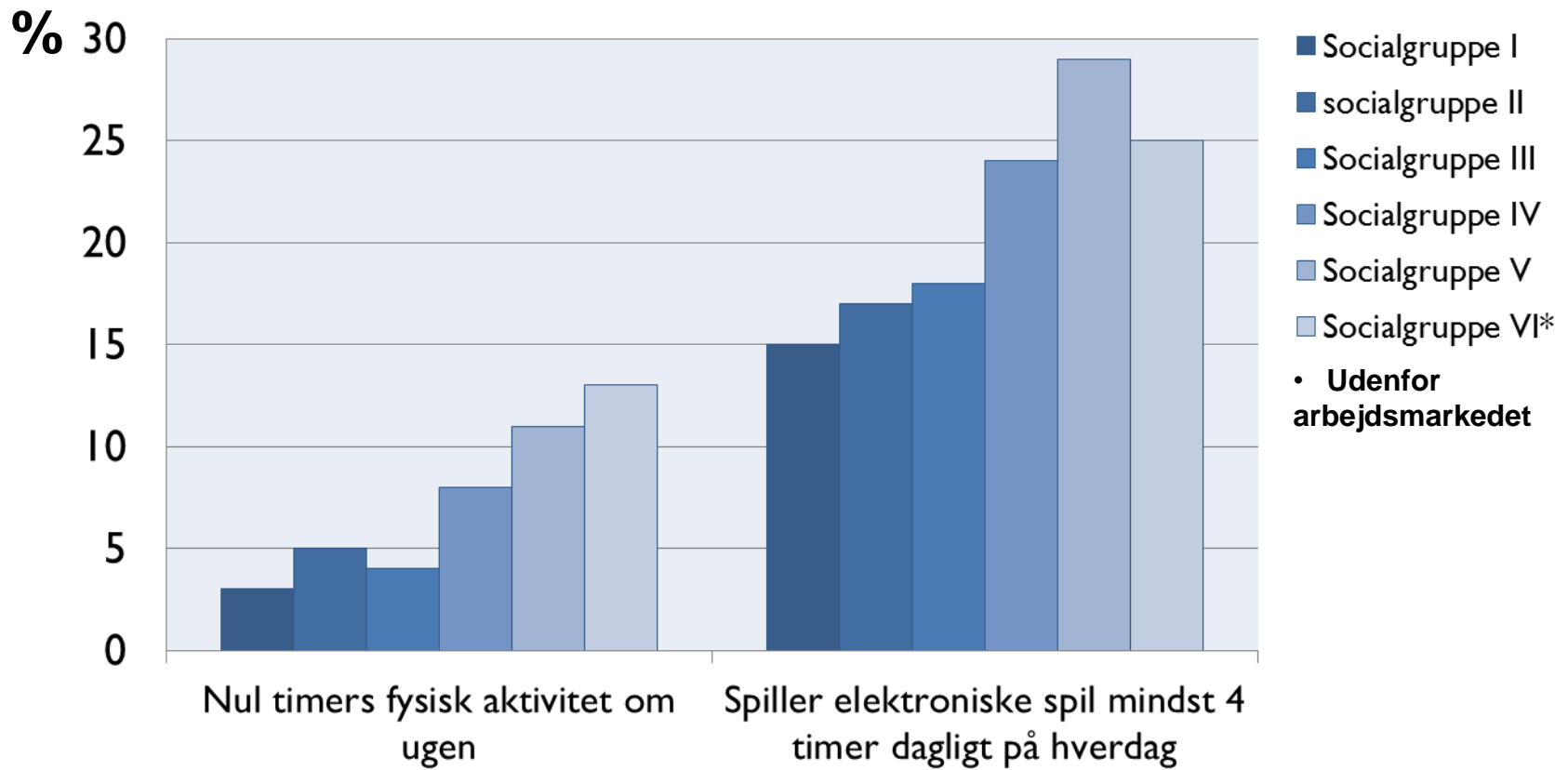
Jørgensen et al. 2013
Databasen Børns Sundhed:
5406 nyfødte i 11
kommuner i Region
Hovedstaden 2012

Lavt indtag af frugt, lavt indtag af grøntsager og højt indtag af fastfood - fordelt efter socialgruppe

11-15-årige danske skolelever

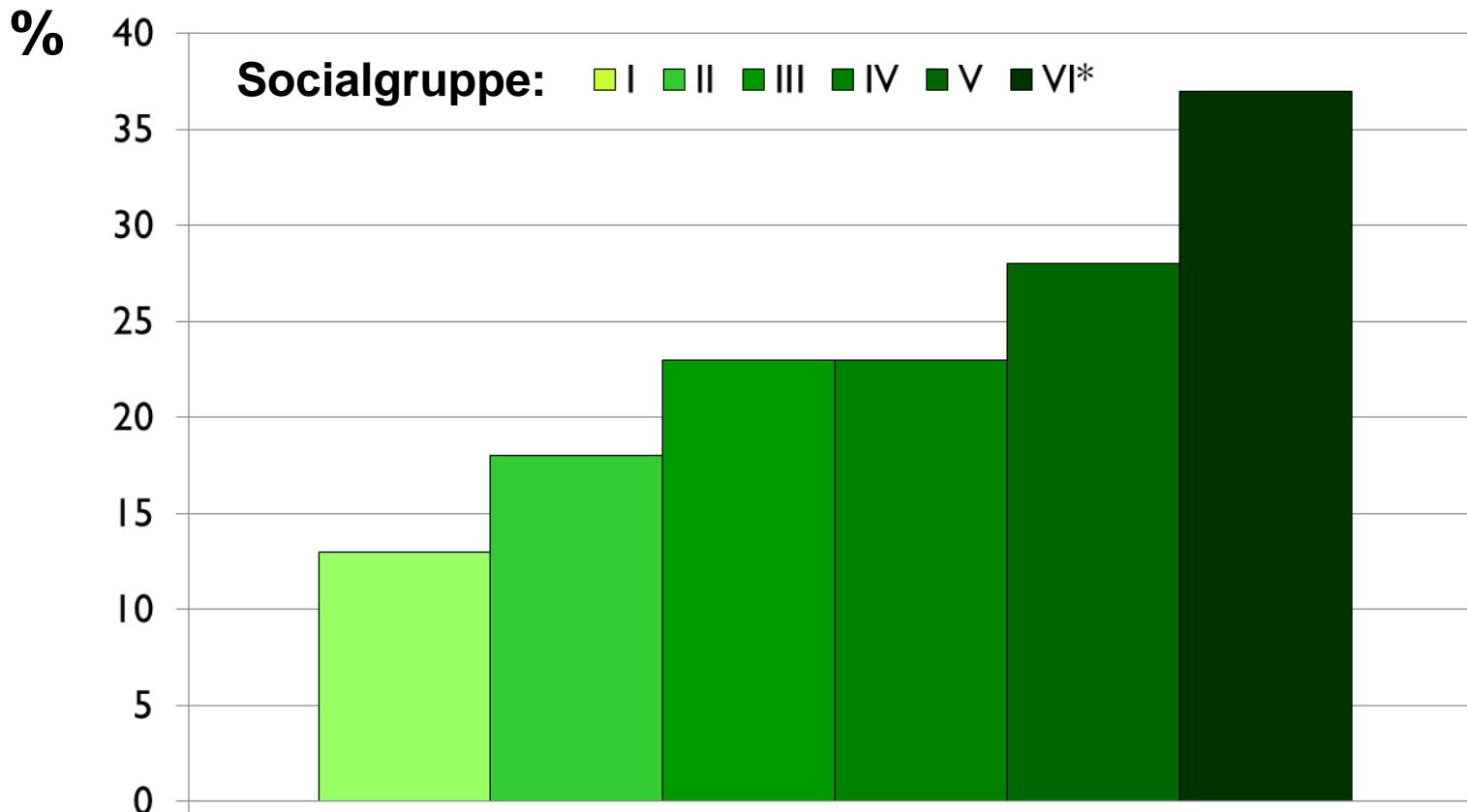


Fysisk inaktivitet og mange times elektronisk spil - fordelt efter socialgruppe 11-15-årige danske skolelever



Social ulighed i måltidsvaner

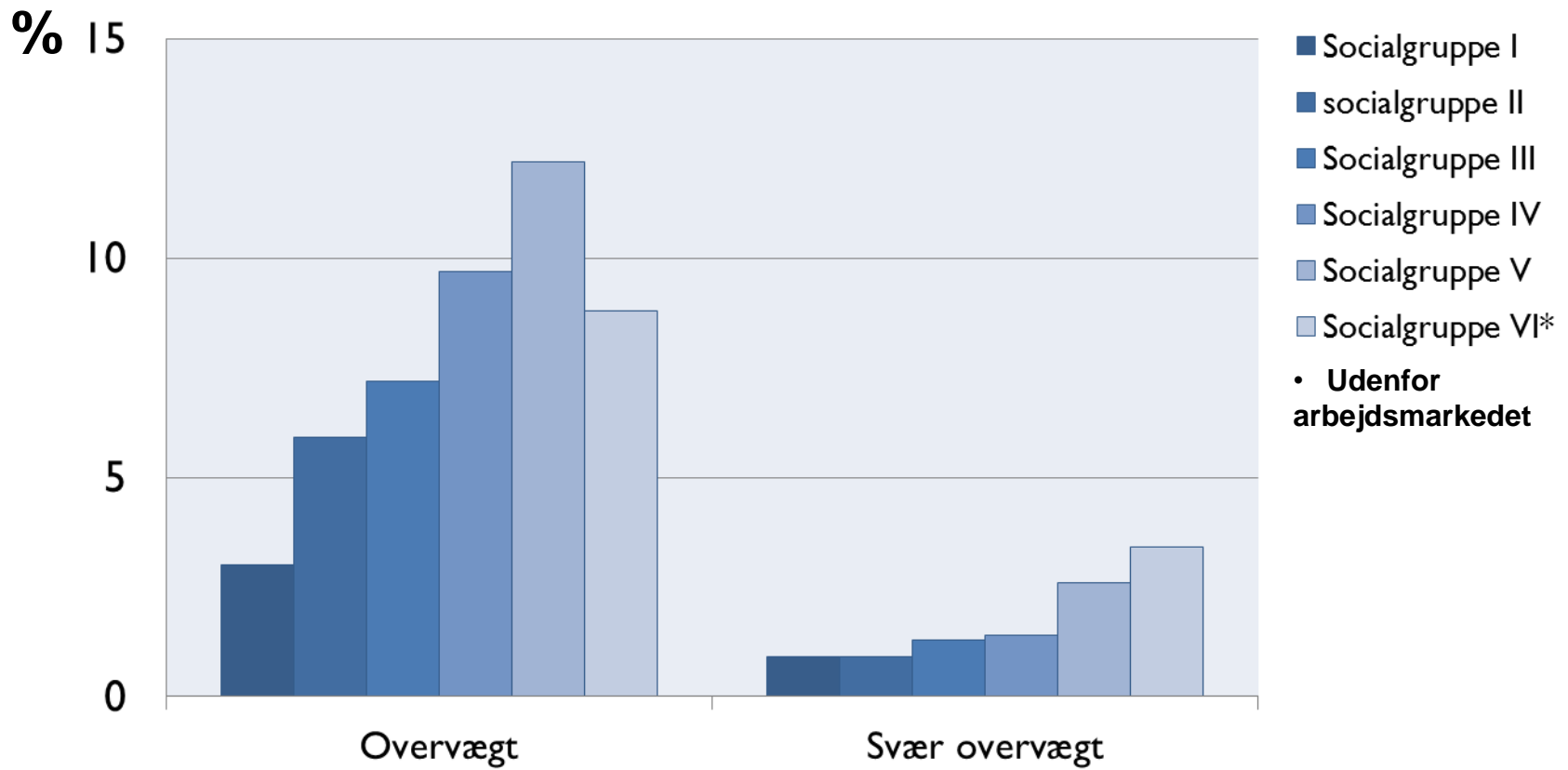
Andel af skoleelever i 5., 7., og 9. klasse, som spiser morgenmad højst to hverdage om ugen



Rasmussen M, Due P (red). Skolebørnsundersøgelsen 2010.
Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet. København 2011

*Socialgruppe VI omfatter familier, hvor forældre ikke har arbejde og lever af overførselsindkomst

Overvægt og svær overvægt – fordelt efter socialgruppe 11-15-årige danske skolelever

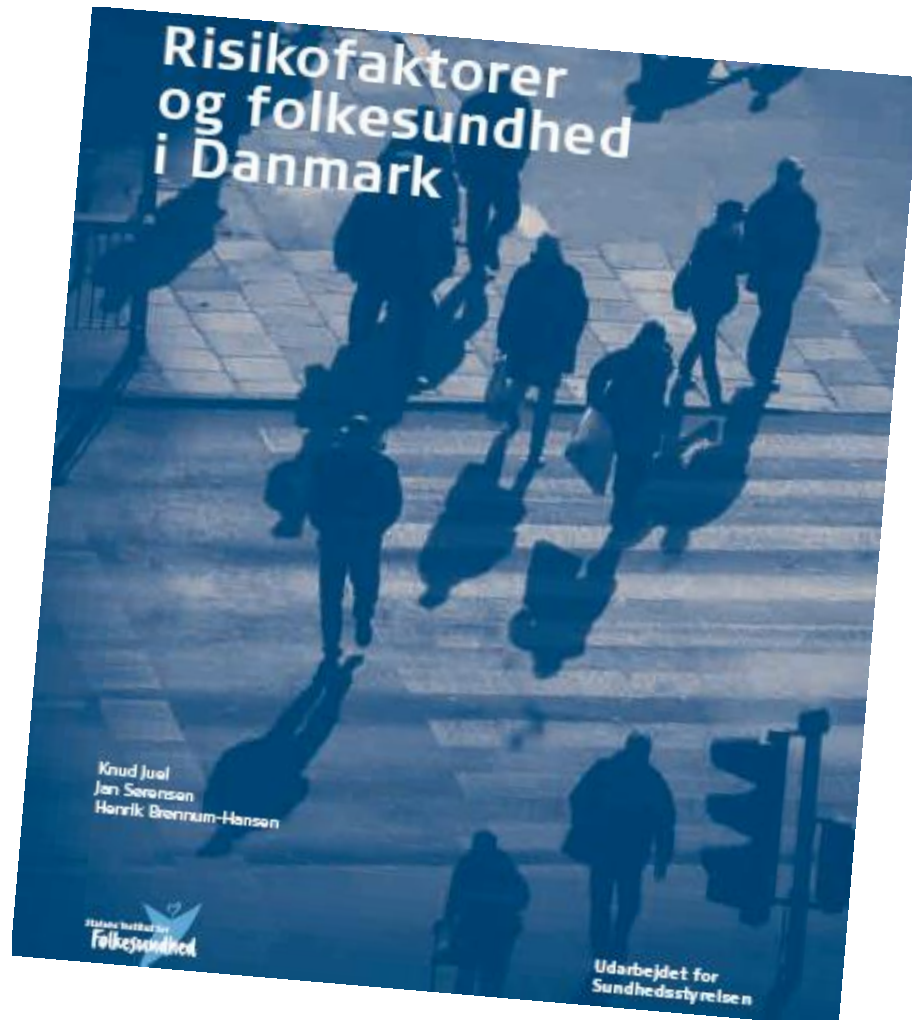


Så altså....

.... sociale uligheder i sundhedsadfærd og helbred er ikke kun noget vi ser blandt voksne. Allerede i det helt tidlige liv og op gennem barn- og ungdom-men ses udtalte og tydeligt graderede uligheder!

Sociale relationer

Kvantificering af risiko: De vigtigste risikofaktorer



Rygning

Alkohol- og stofmisbrug

Fysisk inaktivitet

Overvægt

Usund kost

Usikker sex

Forhøjet blodtryk

Belastende arbejdsmiljø

Passiv rygning

Ulykker

Svage sociale relationer

Lav uddannelse

Mulige mekanismer

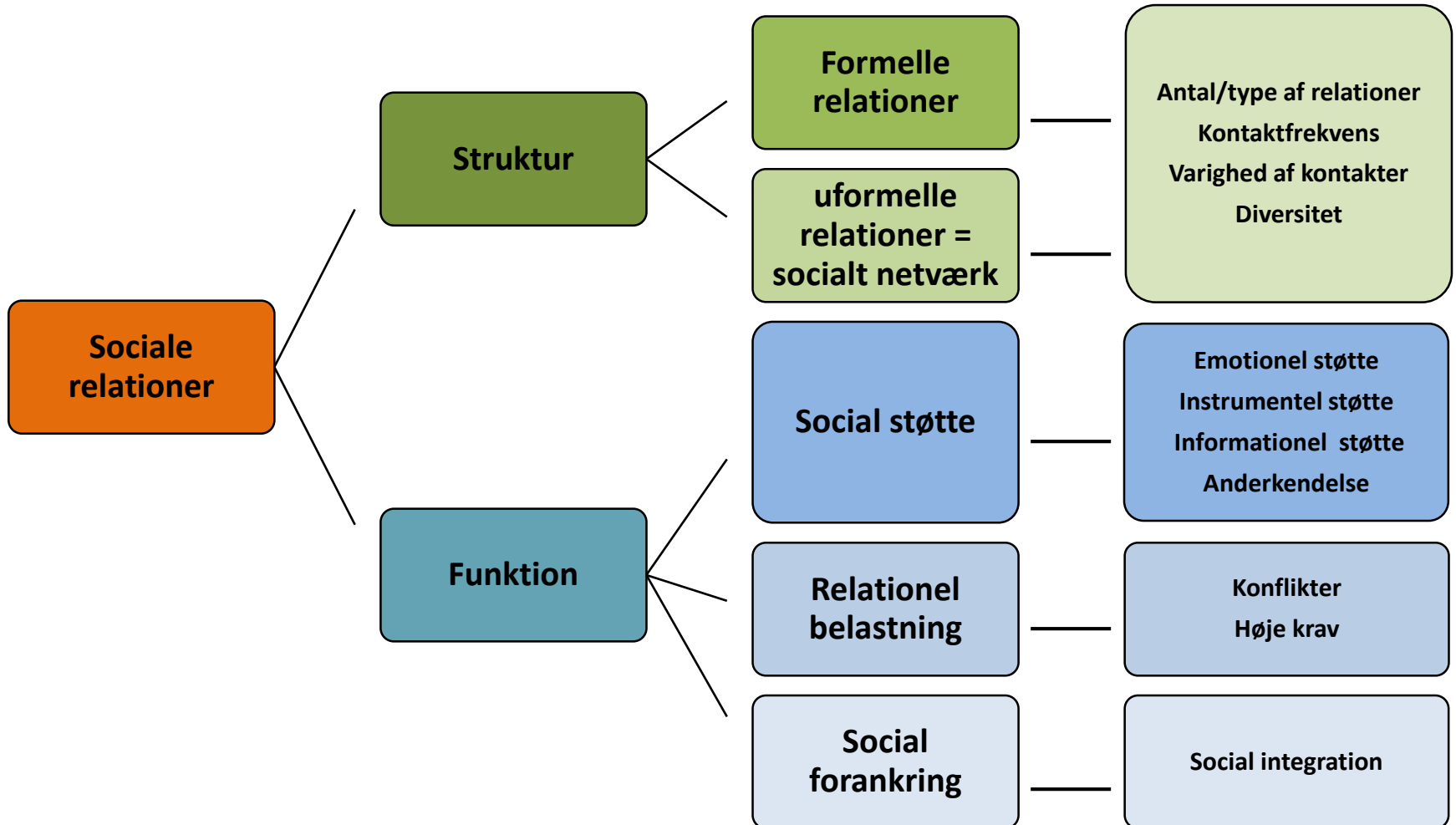
- mellem sociale relationer og sundhed

- Sociale relationer kan have betydning for individets sundhedsadfærd: risikoadfærd, brug af sundhedsydelser, fastholden af medicinsk behandling
- Sociale relationer påvirker psykologiske processer: vurderinger, følelser, sindstilstande, følelsen af kontrol...som påvirker helbredet gennem ændrede sundhedsadfærd eller fysiologiske processer
- Sociale relationer har direkte (eller indirekte gennem de to første mekanismer) påvirkning på fysiologiske processer: blodtryk, åreforkalkning, stresshormoner, overbelastning af allostatisk systemer (autonome nervesystem, det endokrine system og immunsystemet)

Begrebet sociale relationer

Due et al.s model

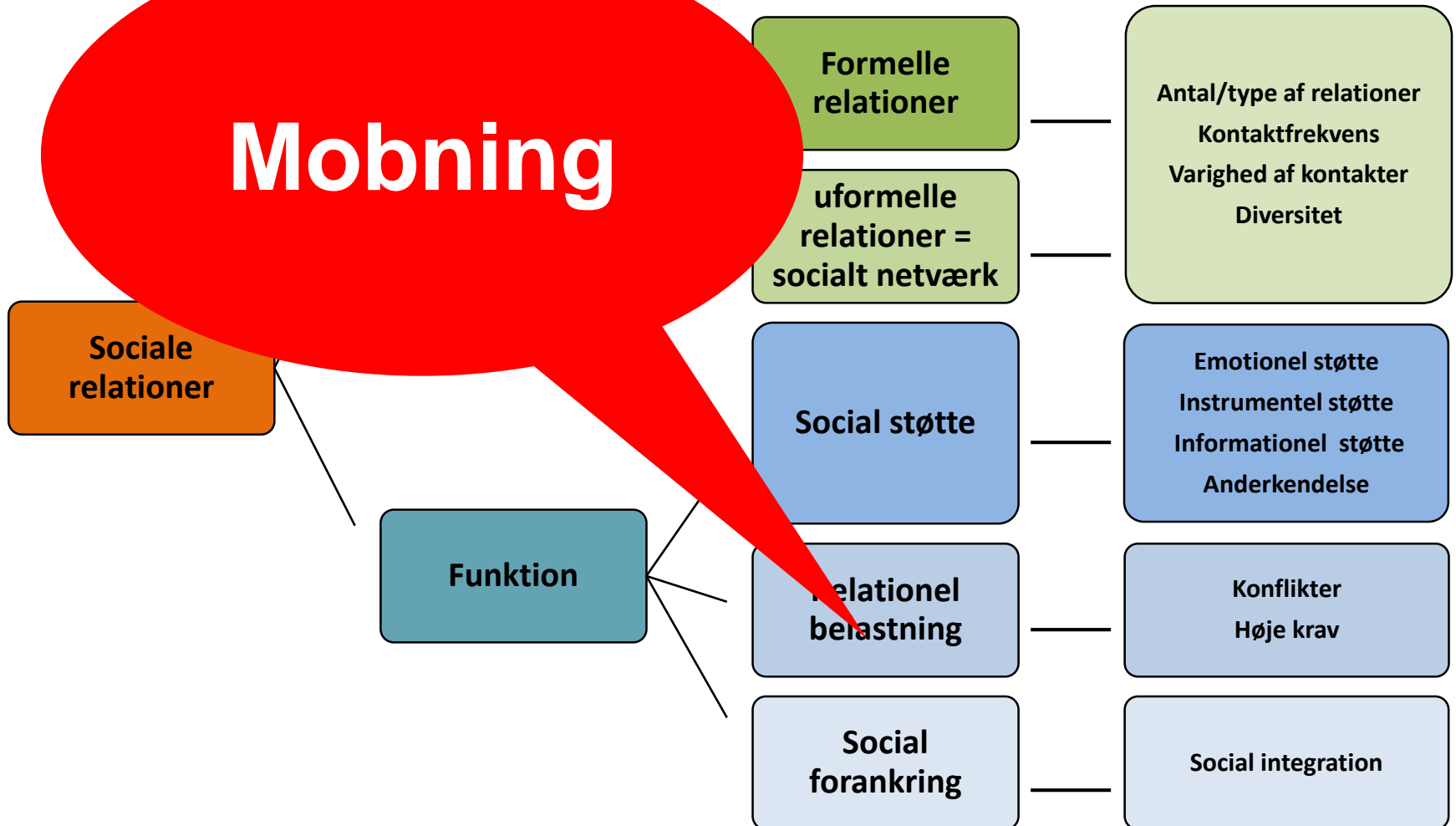
(Due P. et al. Soc Sci Med 1999)



Begrebet sociale relationer

Due et al.s model

(Due et al. Soc Sci Med 1999)

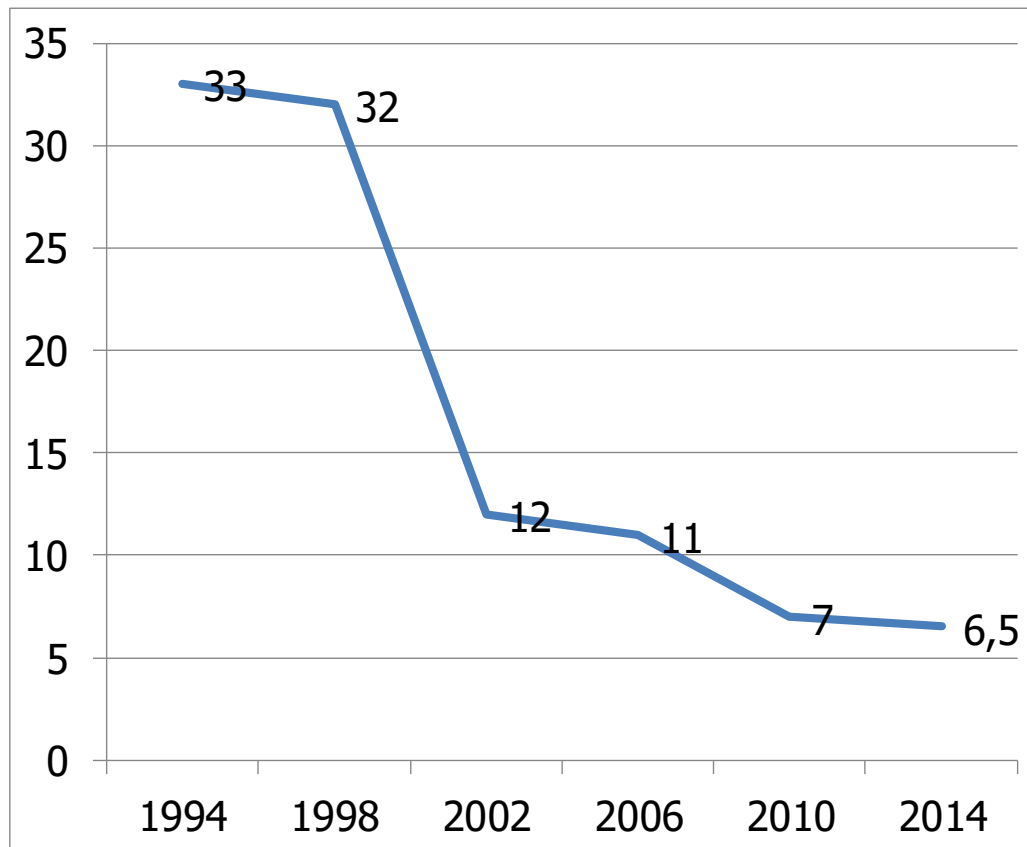


De mange skadelige effekter af mobning.....

- Øget symptombelasting (hovedpine, mavepine...)
- Søvnproblemer
- Højt skolefravær
- Lav faglig præstation i skolen
- Depression
- Angst
- Selv-skadende adfærd
- Social isolation
- Ensomhed
- Lavt selvværd
- Vrede og aggression
- Vold og kriminalitet
- Alkohol- og stofmisbrug

Mange af effekterne ses ind i det voksne liv!

Pct. 11-15-årige, som mobbes mindst et par gange om måneden 1994-2014



Differentiel eksponering: vægtstatus

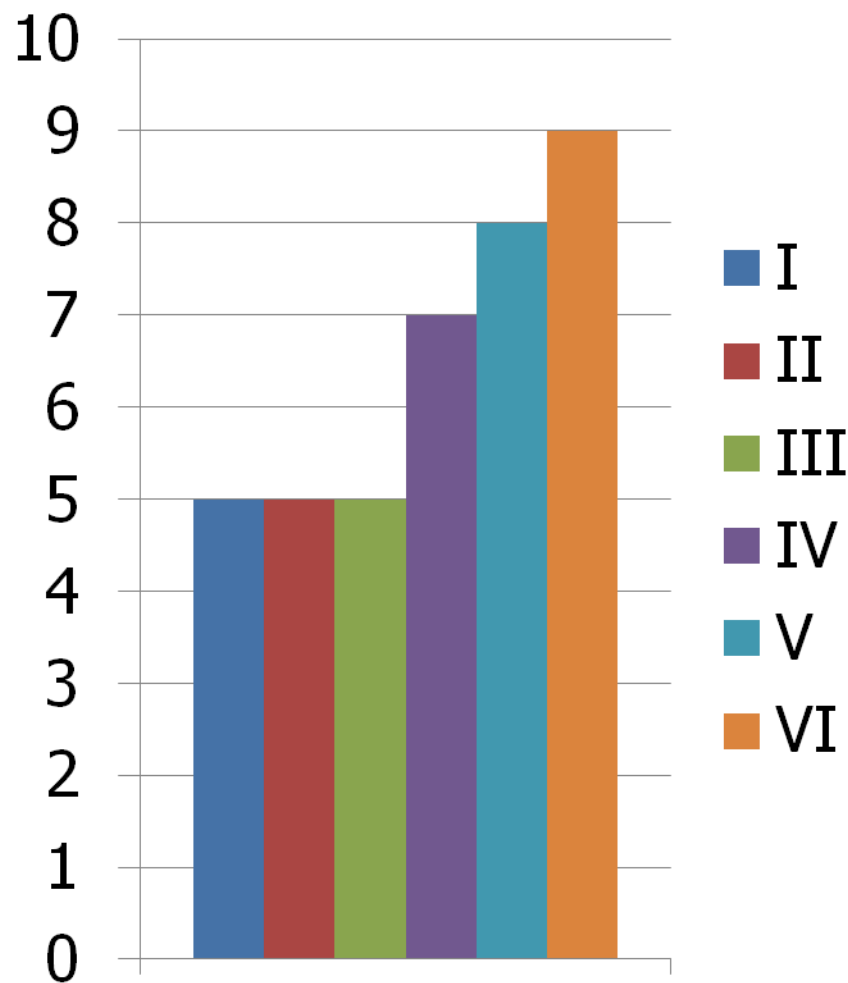
Overvægtige/svært overvægtige 11-15 årige har omtrent dobbelt så høj risiko for at blive mobbet sammenlignet med normalvægtige jævnaldrende

Piger: OR = 2,62

Drenge: OR = 1,70

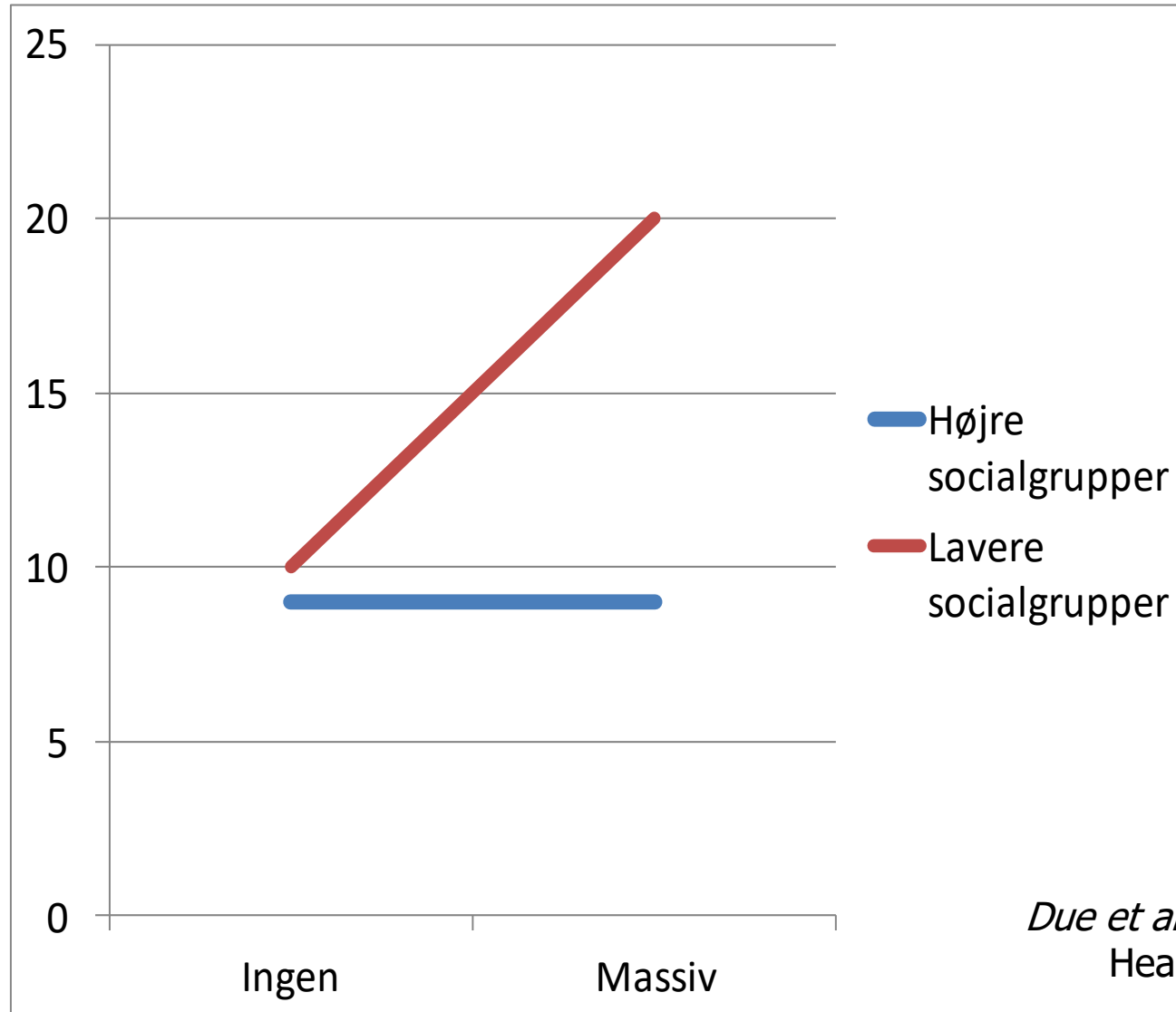
Kjelgaard et al., 2017 J Adoles Health

Differentiel eksponering: Procent 11-15-årige, som jævnligt udsættes for mobning i skolen, efter familiens socialgruppe



Rasmussen & Due 2011

Differentiel sårbarhed: Risiko for depression som voksen (%) efter graden af mobning i skolen



Due et al. Eur J Public Health 2009

Så altså....

- Sociale relationer er helt afgørende for vores sundhed og trivsel
- Mobning er en alvorlige belastende social relation med alvorlige konsekvenser – både i barnelivet og i voksenlivet
- Selvom forekomsten af mobning i Danmark er reduceret markant over de seneste 20 år, så er der store uligheder i, hvem som udsættes for mobning

Primær forebyggelse af overvægt i første leveår - et ny forskningsprojekt

**Udvikling og test af en overvægtsforebyggende
indsats målrettet spædbørn og deres forældre
integreret i sundhedsplejen**



Hvorfor?

- For mange børn er overvægtige, når de starter i skole
- 34% af børn i Region H, som er overvægtige/ svært overvægtige som spæde, er overvægtige /svært overvægtige, når de starter i skole. For normalvægtige spædbørn gælder dette 9% (stærk tracking)

Hvad ved vi?

Vi ved, at en række faktorer og vilkår i det helt tidlige liv er bestemmende for børns risiko for at udvikle overvægt

- Mors vægtstatus (øget BMI før graviditet + vægtøgning under graviditet)
- Høj fødselsvægt
- Hurtig vægtøgning i spædbarnsalderen
- Tidlig introduktion af fast kost
- Mors rygning + passiv rygning i hjemmet
- Reduceret amning*
- Kort søvnlængde eller forstyrret søvn*
- Kostens kvantitet og kvalitet (øget total energi-indtag, højt proteinindtag)*

+ tidlig etablering af sunde/usunde vaner i familien!

Den danske kontekst

Den tidligste udvikling og test af indsatser blev initieret i Australien og senere i USA – nu mange projekter rundt omkring i verden

På verdensplan er den danske sundhedspleje med hjemmebesøg hos familier med spædbørn unik – har eksisteret i mange år, er veletableret og velfungerende - og højt accepteret af danske børnefamilier

Den danske kontekst

Danske sundhedsplejersker gør et uvurderligt forebyggende arbejde blandt danske familier med spædbørn

.....men ønsker kommunerne specifikt at fokusere på PRIMÆR forebyggelse af overvægt, så findes der aktuelt ingen retningslinjer for dette.

Evidensen er endnu ikke tilstrækkelig!!

Og her vil vi med dette forskningsprojekt gerne bidrage!

Et ny forskningsprojekt!

- Formål: At udvikle og teste en overvægts-forebyggende indsats målrettet spædbørn og deres familier og implementeret i den danske sundhedspleje
- På sigt er vores ambition at kunne gøre en evidensbaseret og effektiv indsats tilgængelig for kommuner, som har behov for og ønske om at forebygge overvægt blandt kommunes børn gennem en helt tidlig indsats

Et ny forskningsprojekt!

- For at nå vores ambition om at kunne levere en evidensbaseret og effektiv indsats, følger projektet strenge videnskabelige anbefalinger for udvikling, implementering og test af interventions-programmer
- Derfor er udviklingsfasen stærkt prioriteret, et pilotstudie er integreret og den endelige evaluering er tænkes gennemført i det stærkeste studiedesign (RCT)

Et ny forskningsprojekt!

Udviklingsfase - grundprincipper

- Systematisk udvikling stærkt forankret i teori og eksisterende empiri
- Og først og fremmest gennemført på baggrund af tæt involvering af aktører og målgruppe – i særdeleshed sundhedsplejersker, kommuner og familier med spædbørn
- Tæt samarbejde med nationale og internationale partnere med viden og erfaring inden for overvægt, børnesundhed og tidlig intervention

Et ny forskningsprojekt!

Indledende udviklingsarbejde

- Opdateret viden om faktorer i det tidlige livs betydning for udvikling af overvægt samt erfaringer fra udenlandske interventionsstudier
- Organisatorisk kapacitetsanalyse blandt danske kommuner (bl.a. behov, ressourcer, prioritering)
- Kortlægning af aktuel praksis
- Kvalitativ indsigt i forældres oplevelse, parathed og barrierer
- Kvalitativ indsigt i sundhedsplejerskers oplevelse af muligheder, løsninger og barrierer

Et ny forskningsprojekt!

Indledende udviklingsarbejde

- Opdateret viden om faktorer i det tidlige livs betydning for udvikling af overvægt samt erfaringer fra udenlandske interventionsstudier
- Organisatorisk kapacitet i danske kommuner (bl.a. behov, ressourcer)
- Kortlægning af lokal praksis
- Kvalitativ indsigt i forældres oplevelse, parathed og barrierer
- Kvalitativ indsigt i sundhedsplejerskers oplevelse af muligheder, løsninger og barrierer

To be continued.....

Tak for opmærksomheden!



www.hbsc.dk



www.si-folkesundhed.dk