

Pressemeddelelse - 6. april 2011

fra Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet

Mange 11-15-årige har usunde vaner og den sociale ulighed slår igennem

En stor undersøgelse om 11-15-åriges sundhed og trivsel viser, at det går fremad på nogle punkter og tilbage på andre. Siden 1984 er der sket et betydeligt fald i andelen af 11-15-årige, som betragter deres helbred som meget godt. Mange får for lidt motion, har svært ved at sove og erstatter fysisk samvær med elektronisk eller telefonisk samvær. Statens Institut for Folkesundhed ved Syddansk Universitet offentliggør i dag Skolebørnsundersøgelsen 2010, som udkommer hvert fjerde år.

Social ulighed i sundhed: Børn, der kommer fra familier med lav uddannelse og indkomst, lever markant mere usundt og er mere belastet af sygdomssymptomer end børn i andre socialgrupper. Andelen af overvægtige i socialgruppe seks er tre gange større end i socialgruppe et. De får oftere fastfood, slik og sodavand og spiser sjældnere morgen- og aftensmad med forældrene. Desuden er de mindre fysisk aktive.

Kost-, ryge-, alkohol- og motionsvaner: Vaner som er grundlagt i barndommen og ungdommen fortsætter med stor sandsynlighed i voksenlivet. En større andel af 11-15-årige spiser frugt og grøntsager hver dag og en mindre andel spiser dagligt slik og chokolade end for ti år siden. Men der er stadig mange, som ikke lever op til anbefalingerne, og f.eks. kniber det med faste måltider for mange. Blandt 15-årige siger 19% af pigerne og 28% af drengene, at de drikker alkohol mindst en gang om ugen. Næsten hver fjerde elev i niende klasse ryger dagligt, ugentligt eller sjældnere og en ud af ti ryger dagligt. Det er få 11-15-årige, som er fysisk aktive mindst syv timer om ugen i fritiden. Anbefalingerne er ellers, at børn og unge dagligt bør have mindst en times fysisk aktivitet dvs. bevægelse som giver øget puls og iltoptagelse i blodet. Siden 2006 er der tendenser mod en voksende andel som er fysisk inaktive. Mønstret er tydeligst blandt ældste drenge.

Mindre fysisk og mere elektronisk samvær med andre

Samtidig med at der i løbet af de seneste otte år er sket en stigning i andelen som er i telefonisk eller elektronisk kontakt med andre, sker der et fald i andelen som er fysisk sammen med venner i fritiden. Aftensmåltidet samler traditionelt set familien, men f.eks. spiser 13% af 15-årige sjældent aftensmad med forældrene.

Mindre søvn

Omkring hver tredje elev i syvende klasse og tre ud af fire i niende klasse sover for lidt om natten. En voksende andel siger at de har svært ved at falde i søvn mindst en gang om ugen.

Samtidig siger omkring hver tiende 11-15-årig, at de sover dårligt eller uroligt om natten. Hver tiende 15-årig sover kun seks timer eller mindre om natten. For lidt og dårlig søvn påvirker helbredet, trivsel og læringen negativt.

Om Skolebørnsundersøgelsen

Skolebørnsundersøgelsen finder sted ca. hvert fjerde år, og den danske del af en international undersøgelse Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) som gennemføres i regi af Verdenssundhedsorganisationen (WHO), og med 41 deltagende lande. I den danske undersøgelse har 4.922 elever i femte, syvende og niende på 73 af landets skoler deltaget i 2010-undersøgelsen.

Kontaktpersoner:

Om social ulighed og samvær:

Pernille Due, forskningsleder - pdu@si-folkesundhed.dk - tel.: 3920 7777 eller 3532 6430

Om social ulighed, søvn, hash, motion:

Bjørn Holstein, professor, bho@si-folkesundhed.dk - tel.: 3532 7966

Om kost og måltider:

Mette Rasmussen, lektor, mera@si-folkesundhed.dk - tel.: 3532 6454

Om rygning og alkohol:

Anette Andersen, seniorforsker, anan@si-folkesundhed.dk - tel.: 3532 6390

Kommunikationskonsulent Iben Augustsen, iba@si-folkesundhed.dk - tel.: 3532 6430

Statens Institut for Folkesundhed er et forskningsinstitut i København under det Sundhedsvidenskabelige Fakultet på Syddansk Universitet. Instituttet har et stort forskningsprogram for børn og unges sundhed og trivsel.

Adresse: Statens Institut for Folkesundhed, Syddansk Universitet, Øster Farimagsgade 5A, 1353 København K, telefon: 3920 7777

Faktaark om udvalgte emner:



HBSC DK 2011
Ulighed.pdf



HBSC DK 2011
Hash.pdf



HBSC DK 2011
rygere.pdf



HBSC DK 2011
søvn.pdf



HBSC DK morgenmød
2011.pdf



HBSC DK 2011
frugt.pdf