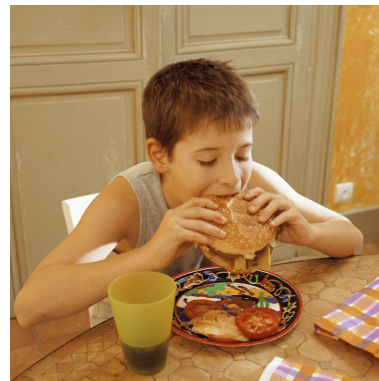


E-artikel fra DTU Fødevareinstituttet (tidligere Danmarks Fødevareforskning, DFVF) 26.3.2008

Stigende antal overvægtige børn og unge i Danmark: 1995-2002

Af forsker, cand. scient. i human ernæring og idræt,
Jeppe Matthiessen
Afdeling for Ernæring
DTU Fødevareinstituttet



ISSN: 1904-5581

Udviklingen i overvægt og fedme blandt børn og unge (4-18 år) er blevet undersøgt i perioden fra 1995 til 2000-02.¹ Det blev gjort på baggrund af data om højde og vægt i et repræsentativt udsnit af mere end 2.000 børn og unge, der har deltaget i De Nationale Kostundersøgelser i 1995 og 2000-02. Internationale køns- og aldersspecifikke grænseværdier for Body Mass Indexet (BMI) blev anvendt til bestemmelse af overvægt og fedme.²

Resultaterne viser, at BMI er steget for drenge og piger i alle aldersgrupper (4-6, 7-10, 11-14 og 15-18 år), og at forekomsten af overvægt (fedme medregnet) blandt 4-18-årige er steget fra 10,9 % i 1995 til 14,4 % i 2000-02. Forekomsten af fedme er derimod uændret i perioden: 2,3 % i 1995 vs. 2,4 % i 2000-02.

I 1995 var der 96.500 overvægtige børn og unge, mens der i 2000-02 var 136.500. Stigningen i forekomsten af overvægt svarer således til, at der er blevet 40.000 flere overvægtige børn og unge i perioden fra 1995 til 2000-02. Det reelle tal er formentlig højere, da analysen er baseret på forældrenes egne oplysninger om barnets højde og vægt, mens de 15-18 årige selv oplyste højde og vægt. Den højeste forekomst af overvægt i 2000-02 er blandt de 7-10-årige piger, hvor mere end hver femte er overvægtig. Sammenlignes overvægtsudviklingen blandt børn og unge i Danmark med USA, synes Danmark fortsat at være 20 år efter USA.

Konsekvenser af overvægt

Problemet ved at være overvægtig eller fed som barn og ung er, at der er en tendens til, at overvægt og fedme følger med ind i voksentilværelsen. Det er forbundet med øget risiko for sygdomme som type-2 diabetes og hjerte-kar-sygdomme. I en ny dansk undersøgelse er det tilmed vist, at et højt BMI i barndommen er forbundet med øget risiko for hjerte-kar-sygdomme i voksentilværelsen uanset senere vægtstatus.³ For nylig er der lavet økonomiske beregninger, der viser, at fedme koster samfundet over 14 milliarder kroner om året i sygehusindlæggelser og sygefravær.⁴

For børn er overvægt desuden forbundet med et lavere fysisk aktivitetsniveau og problemer af psykosocial karakter som drilleri, mobning og lavt selvværd.

Årsager til stigende forekomst af overvægt

Mulige årsager til den stigende forekomst af overvægt indgår ikke i analysen, men ændringer i børn og unges kost- og aktivitetsvaner er sandsynlige årsager til overvægtsudviklingen.

Resultater fra De Nationale Kostundersøgelser viser, at børns indtag af slik og chokolade samt sukkersødede sodavand er steget med henholdsvis 30 % og 38 % blandt de 4-14 årige i perioden fra 1995 til 2000-01,⁵ mens indtaget af fastfood (pizza, burger, pølser m.m.) er steget med 33 % blandt de 4-18 årige fra 1995 til 2000-04.⁶

En del af denne stigning skal sandsynligvis ses i sammenhæng med, at portionsstørrelserne af energitætte produkter med et højt sukker- og/eller fedtindhold som slik, chokolade og sodavand samt fastfoodmenuer er blevet større i netop denne periode.⁷

Der lader ikke til at have været de store ændringer i børn og unges sportsaktivitet⁸ og idrætsvaner⁹ i undersøgelsesperioden. Derimod er børn og unges fysiske aktivitetsmønster i den øvrige del af tiden, der bl.a. omfatter leg og transport, ændret væsentligt. Børn og unge synes således at bruge mere tid på stillesiddende aktiviteter som tv og især computer. Andelen af 7-15-årige, der har fået tv, computer og internetadgang på værelset, er steget markant i undersøgelsesperioden.⁹ Hvor det i 1993 var 12 %, som havde computer på eget værelse, var det 39 % i 2004.

Det samme er bilparken i Danmark, der i perioden fra 1995 til 2002 er steget med 16 %.¹⁰ Den øgede rådighed over biler har haft en afsmittende virkning på børn og unges transportvaner. Antallet af børn, der bliver kørt i bil til og fra skole, er fordoblet i perioden.¹¹ Samtidig har der været et fald på knap 30 % i andelen af børn, der cykler til og fra skole, mens brugen af kollektiv trafik er steget.¹¹

Forebyggelse er væsentligt

Resultaterne underbygger, at det er væsentligt at forebygge overvægt og fedme, herunder blandt børn og unge. Det bør ske ved at fremme sunde kost- og aktivitetsvaner fra en tidlig alder.

Referencer

1. Matthiessen J, Groth MV, Fagt S, Biloft-Jensen A, Stockmarr A, Andersen JS, Trolle E (2008). Prevalence and trends in overweight and obesity among children and adolescents in Denmark. *Scand J Public Health*, 36: 153-160.
2. Cole TJ, Bellizzi MC, Flegal KM, Dietz WH (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: International survey. *BMJ*; 320: 1240-43.
3. Baker JL, Olsen LW, Sørensen TIA (2007). Childhood body-mass index and the risk of coronary heart disease in adulthood. *N Engl J Med*, 357: 2329-37.
4. Indenrigs- og Sundhedsministeriet (2007). De samfundsøkonomiske konsekvenser af svær overvægt.
5. Fagt S, Matthiessen J, Biloft-Jensen A, Groth MV, Christensen T, Hinsch H-J, Hartkopp H, Trolle E, Lyhne N, Møller A (2004). Udviklingen i danskernes kost 1985-2001 – med fokus på sukker og alkohol samt motivation og barrierer for sund livsstil. Danmarks Fødevarerforskning.
6. Fagt S (2008). Udvikling i uregelmæssige måltider og indtag af fastfood blandt børn og unge. Fødevarerinstitutionen, Danmarks Tekniske Universitet.

7. Matthiessen J, Fagt S, Biloft-Jensen A, Beck AM, Ovesen L (2003). Size makes a difference. *Pub Health Nutr*, 6: 65-72.
8. Holstein BE, Henriksen PE, Krølner R, Rasmussen M, Due P (2007). Udviklingen i energisk fysisk aktivitet og fysisk inaktivitet blandt 11-15-årige 1988-2002. *Ugeskr Læger*, 169: 37-42.
9. Bille T, Fridberg T, Storgaard S, Wulff E (2005). Danskernes kultur- og fritidsaktiviteter 2004 – med udviklingslinjer tilbage til 1964. AKF forlaget. 2005
10. Danmarks Statistik (2007).
<http://www.statistikbanken.dk/statbank5a/default.asp?w=1024>
11. Jensen SU, Hummer CH (2002). Sikre skoleveje – en undersøgelse af børns trafiksikkerhed og transportvaner. Danmarks Transportforskning.

Kontakt

Vil du vide mere om undersøgelsen, er du velkommen til at kontakte:
Jeppe Matthiessen, DTU Fødevareinstituttet, tlf. 72 34 74 44,
e-mail: jem@food.dtu.dk.