

Att finna barn i riskzonen

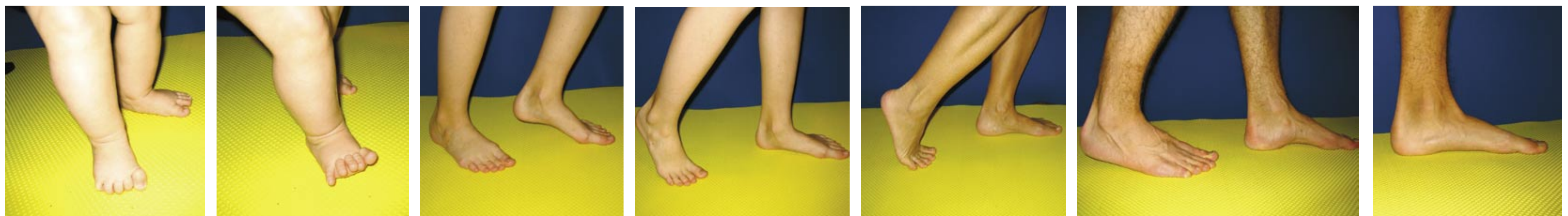
– fysisk aktivitetsnivå, självskattning och känsla av sammanhang.

Ann-Christin Sollerhed^{1,2}, Erwin Apatzsch², Göran Ejlertsson¹

¹⁾Högskolan Kristianstad ²⁾Lunds Universitet

Konklusion

- Tidiga erfarenheter av fysisk aktivitet → utvecklingen av känsla av sammanhang (KASAM) → varaktiga attityder till fysisk aktivitet → fysisk aktivitetsnivå → betydelse för hälsan i ett livsperspektiv.
- Självskattning av fysisk kompetens, aktivitetsnivå samt attityder till idrott & hälsa kan användas för att identifiera barn i riskzonen för att förbli fysiskt inaktiva.



Bakgrund

Fysisk inaktivitet är ett allvarligt problem för folkhälsan. Även barn har blivit mer fysiskt inaktiva under de senaste decennierna (Boreham et al 2001). Fysisk status i barn- och ungdomsåren tenderar att fortsätta in i vuxenlivet (Malina 1996) och har visats minska risken för olika sjukdomar som drabbar vuxna. Självuppfattningen om fysisk förmåga har stor betydelse för framtida beteende (Sonstroem 1978).

Syfte

Att undersöka vilka faktorer som är associerade med a) barns självskattade fysiska kompetens och aktivitetsnivå, b) tonåringars attityder till fysisk aktivitet och känsla av sammanhang (KASAM).

Metod

I två delstudier svarade barn/ungdomar på frågor i enkätform, fick utföra fysiska test samt genomgå antropometriska mätningar.

- Delstudie 1: 206 barn 8-12 år i Österlenprojektet
- Delstudie 2: 301 tonåringar 16-19 år
- Fysiska test användes för beräkning av ett fysiskt index
- KASAM- formuläret (Antonovsky 1987) inkluderat i enkäterna till tonåringarna
- Salutogent perspektiv där positiv oddskvot (POR) (Ejlertsson 2003) användes som positiv utfallsvariabel istället för oddskvot

Litteratur

Antonovsky A. Unraveling the mystery of health. San Francisco: Jossey-Bass Inc Publishers; 1987.
Boreham C, Riddoch C. The physical activity, fitness and health of children. J Sports Sci 2001; 12: 915-29.
Ejlertsson G. Statistik för hälsovetenskaperna. Lund: Studentlitteratur, 2003.
Malina RM. Tracking of physical activity and physical fitness across the lifespan. Res Q Exerc Sport 1996; 3: 48-57.
Sonstroem RJ, Morgan WP. Exercise and self-esteem: Rationale and model. Medicine and Science in Sports and Exercise 1989; 21: 329-37.

Resultat

- Korrelation mellan barns skattning av fysisk kompetens och uppmätta värden i fysiska test, indikerade att barnen hade en förmåga att skatta sin fysiska kompetens.
- Aktiva barn hade bättre fysisk status och skattade sin fysiska förmåga som bättre än mindre aktiva barn (tabell).

Fysisk status bland aktiva och mindre aktiva barn

	Aktiva barn (n=105)	Mindre aktiva barn (n=100)	p-värde
Fysiskt Index	0.65	-0.78	0.003
BMI (residual-åldersstandardiserad)	-0.48	0.50	0.020
Waist-hip-ratio (residual-åldersstandardiserad)	-0.0091	0.0094	0.003
Hög skattad kondition	56%	30%	<0.001
Hög skattad kompetens i idrott & hälsa	72%	58%	0.040

- Ömsesidig relation mellan KASAM och attityderna till idrott & hälsa bland tonåringarna (tabell).

Prediktorer för positiva attityder till idrott & hälsa bland tonåringar

	POR (Positive Odds Ratio)	95% CI
Högt fysiskt index	2.8	1.5-5.4
Starkt KASAM	2.1	1.1-3.8
Högt betyg i idrott & hälsa	2.2	1.1-4.4
Motionerar ofta på fritiden	2.3	1.3-3.8
Tittar mindre på TV	2.1	1.2-3.6
Vill ha mer idrott & hälsa i skolan	5.7	3.2-10

Självskattning av fysisk kompetens, aktivitetsnivå och känsla av sammanhang

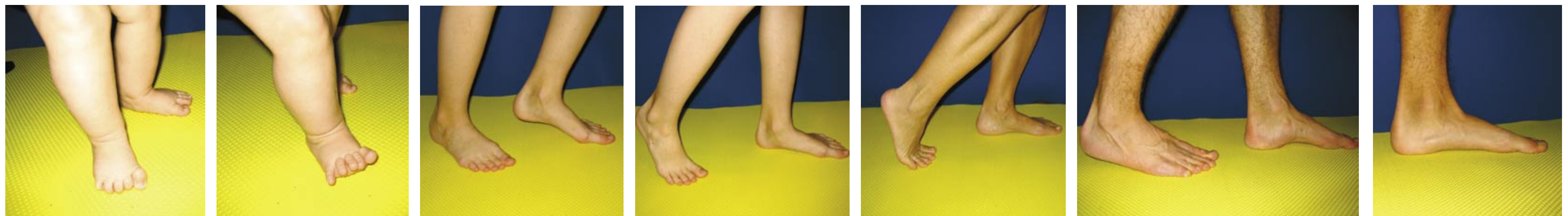
– ett sätt att identifiera barn och ungdomar i riskzonen för framtida ohälsa?

Ann-Christin Sollerhed^{1,2}, Erwin Apitzsch², Göran Ejlertsson¹

¹⁾Högskolan Kristianstad ²⁾Lunds Universitet

Konklusion

- Självskattning av fysisk kompetens, aktivitetsnivå samt attityder till idrott & hälsa skulle kunna användas för att identifiera barn i riskzonen för att förbli fysiskt inaktiva.
- Tidiga erfarenheter av fysisk aktivitet → utvecklingen av känsla av sammanhang (KASAM) → varaktiga attityder till fysisk aktivitet → fysisk aktivitetsnivå → betydelse för hälsan i ett livsperspektiv.



Bakgrund

Fysisk inaktivitet är ett allvarligt problem för folkhälsan. Även barn har blivit mer fysiskt inaktiva under de senaste decennierna (Boreham et al 2001). Fysisk status i barn- och ungdomsåren tenderar att fortsätta in i vuxenlivet (Malina 1996) och har visats minska risken för olika sjukdomar som drabbar vuxna. Självuppfattningen om fysisk förmåga har stor betydelse för framtida beteende (Sonstroem 1978).

Syfte

Att undersöka vilka faktorer som är associerade med a) barns självskattade fysiska kompetens och aktivitetsnivå, b) tonåringars attityder till fysisk aktivitet och känsla av sammanhang (KASAM).

Metod

I två delstudier svarade barn/ungdomar på frågor i enkätform, fick utföra fysiska test samt genomgå antropometriska mätningar.

- Delstudie 1: 206 barn 8-12 år i Österlenprojektet
- Delstudie 2: 301 tonåringar 16-19 år
- Fysiska test användes för beräkning av ett fysiskt index
- Åldersstandardisering av test- och mätresultat gjordes med hjälp av regressionslinjer och residualberäkning för varje individ
- KASAM- formuläret (Antonovsky 1987) inkluderat i enkäterna till tonåringarna
- Salutogent perspektiv där positiv oddskvot (POR) (Ejlertsson 2003) användes som positiv utfallsvariabel istället för oddskvot.

Resultat

- Korrelation mellan barnens skattning av fysisk kompetens och uppmätta värden i fysiska test, indikerade att barnen hade en förmåga att skatta sin fysiska kompetens.
- De aktiva barnen hade högre fysiskt index än barnen som var mindre aktiva (0.65 resp -0.78; $p=0.003$), lägre BMI residual (-0.48 resp.0.50; $p=0.020$), lägre waist-hip ratio residual (-0.0091 resp. 0.0094; $p=0.003$).
- De aktiva barnen skattade sin kondition som god i större utsträckning än barnen som var mindre aktiva (56% resp. 30%; $p<0.001$), sin kroppsfunction som god oberoende av BMI (72% resp 55 %; $p=0.009$), samt ansåg att idrott & hälsa var ett roligt ämne (82% resp. 68%; $p=0.024$).
- Ömsesidig relation mellan KASAM och attityderna till idrott & hälsa bland tonåringarna.
- Faktorer associerade med positiva attityder till idrott & hälsa bland tonåringarna var högt fysiskt index (POR=2.8), starkt KASAM (POR=2.1), hög dos fysisk aktivitet (POR=2.3), låg dos TV-tittande (POR=2.1), högt betyg i idrott & hälsa (POR=2.2) samt att de ville ha mer idrott & hälsa i skolan (POR=5.7).
- Faktorer associerade med starkt KASAM hos tonåringarna var positiv attityd till idrott & hälsa (POR=1.8), högt betyg i idrott & hälsa (POR=2.1), mycket god subjektiv hälsa (2.8) samt mycket bra trivsel i skolan (POR=2.6).

Litteratur

Antonovsky A. Unraveling the mystery of health. San Francisco: Jossey-Bass Inc Publishers; 1987.
Boreham C, Riddoch C. The physical activity, fitness and health of children. J Sports Sci 2001; 12: 915-29.
Ejlertsson G. Statistik för hälsovetenskaperna. Lund: Studentlitteratur, 2003.
Malina RM. Tracking of physical activity and physical fitness across the lifespan. Res Q Exerc Sport 1996; 3: 48-57.
Sonstroem RJ, Morgan WP. Exercise and self-esteem: Rationale and model. Medicine and Science in Sports and Exercise 1989; 21: 329-37.