



AKADEMIN FÖR HÄLSA OCH ARBETSLIV
Avdelningen för hälso- och vårdvetenskap

En empirisk tvärsnittsstudie om snabbmatskonsumtion och medieanvändande hos ungdomar i nionde klass – en kvantitativ studie

Ann-Christin Bergsman & Camilla Karlsson

Oktober 2011

Examensarbete, Grundnivå, 15 hp
Omvårdnadsvetenskap
Examensarbete inom omvårdnadsvetenskap
Sjuksköterskeprogrammet

Handledare: Kirsi Tulus
Examinator: Bernice Skytt

Sammanfattning

Syfte; Syftet var att undersöka BMI, snabbmatskonsumtion, läskintag och medieanvändande hos ungdomar i klass 9 samt se om samband fanns mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande. **Metod;** Studien var en delstudie av projektet "*Mat och Hälsa 2007*". Via en kvantitativ metod har 359 ungdomar i klass 9 (182 pojkar, 177 flickor) på 10 slumpmässigt utvalda skolor i ett län i Mellansverige svarat på frågor via frågeformulär. **Resultat;** Pojkarnas BMI var i genomsnitt 21 och för flickorna 20.4 och majoriteten av ungdomarna var normalviktiga. Drygt en tredjedel av ungdomarna åt snabbmat och pommes frites mer än två till tre gånger i månaden. Ungefär en tredjedel av ungdomarna drack läsk en gång per vecka och en femtedel uppgav att de drack läsk två till tre gånger per vecka. Majoriteten av ungdomarna tittade på tv mellan en till tre timmar per dag och gällande tv-spel uppgav en majoritet att de aldrig använder denna typ av media. Mer än hälften spenderar två till tre timmar per dag eller mer framför datorn. Ett samband kan ses mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande. **Slutsats;** Ungdomarna i denna studie hade ett normalt BMI och en relativt bra kosthållning, dock en högre läskkonsumtion. Gruppen överviktiga/feta drack läst i större utsträckning än de underviktiga men båda grupperna konsumerade snabbmat lika ofta. Datoranvändandet var relativt högt hos ungdomarna men de spelade nästan aldrig tv-spel. Ett positivt signifikant samband fanns mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande.

Nyckelord: Ungdomar, BMI, Snabbmatskonsumtion, Medieanvändande.

Abstract

Background; The purpose was to investigate BMI, fast-food consumption, soft drink intake, media use among adolescent in ninth grade and if there was a correlation between fast-food consumption and media use. **Method;** The present study was a part of the project "*Food and Health 2007*". Through a quantitative method 359 adolescents in ninth grade (182 boys, 177 girls) in ten random selected schools in a county in central Sweden answered questions through surveys. **Result;** The boys' BMI was on average 21 and for girls 20.4 and the majority of the youths were of normal weight. Just over a third of young people ate fast food and french fries more than two to three times a month. About a third of young people drank soda once a week and a fifth reported that they drank soft drinks two to three times per week. The majority of young people watched TV between one to three hours per day and a majority declared they never used video games. More than half spend two to three hours or more per day at the computer. A correlation was found between fast food consumption and media usage. **Conclusion;** Youth of this study had a normal BMI and a relatively good diet, but a higher soft drink consumption. The group of overweight/obese drank soft drinks more than those who were underweight but both groups consumed fast food less often. Computer use was relatively high among young people but they almost never played video games. A positive significant correlation was found between fast food consumption and media usage.

Keywords: Adolescents, BMI, Fast-food consumptions, Media exposure

Innehållsförteckning

1. Introduktion	1
1.1 Övervikt och BMI i världen och Sverige.....	1
<i>Snabbmatskonsumtion och läskintag</i>	2
<i>Medieanvändande</i>	2
<i>Orems omvårdnadsteori kopplat till studien</i>	3
1.2 Problemformulering.....	3
1.3 Syfte.....	4
1.4 Frågeställningar.....	4
2. Metod	4
2.1 Design.....	4
2.2 Urvalsmetod och undersökningsgrupp.....	4
2.3 Datainsamlingsmetod.....	5
<i>Demografiskt frågeformulär (DEMO)</i>	5
2.4 Tillvägagångssätt.....	5
2.5 Dataanalysmetod.....	6
2.6 Forskningsetiska överväganden.....	6
3. Resultat	7
3.1 BMI hos ungdomar i klass 9.....	7
3.2 Snabbmatskonsumtion och läskintag.....	8
3.3 Medieanvändande.....	9
<i>Tv</i>	9
<i>Tv-spel</i>	10
<i>Dator</i>	10
3.4 Samband mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande.....	11
4. Diskussion	12
4.1 Huvudresultat.....	12
4.2 Resultatdiskussion.....	12
<i>BMI</i>	12
<i>Snabbmat</i>	13
<i>Läsk</i>	14
<i>Media</i>	14
<i>Orems omvårdnadsteori kopplat till studien</i>	16

4.3 Metoddiskussion.....	17
4.4 Allmän diskussion.....	18
4.5 Slutsats.....	20
5. Referenser.....	21

1. Introduktion

1.1 Övervikt och BMI i världen och Sverige

Övervikt är ett stort problem för hela västvärlden och anses vara en folksjukdom (Ericson & Ericson 2009). Övervikten har ökat bland ungdomar i USA, Brasilien och Kina men inte i Ryssland under perioden 1974-1994 enligt en studie som Wang *et al.* (2002) genomfört i dessa länder. I Sverige har det under 20 år skett en fördubbling av andelen människor som är feta (Ericson & Ericson 2009). Prevalensen av övervikt ökade mest i grupper med hög social standard i Brasilien, medan prevalensen av övervikt tvärt om ökade i grupper med låg social standard i USA. Dessa fyra länder som Wang *et al.* (2002) har studerat motsvarar nästan en tredjedel av världens befolkning. Caballero *et al.* (2003) menar att redan vid sju års ålder är nästan 30 % av barnen kraftigt överviktiga i USA och enligt WHO (2011) (World Health Organisation) gäller detta även drygt 30 % av den vuxna befolkningen. Guo *et al.* (2002) anser att överviktiga barn har en kraftigt ökad risk att växa upp och bli överviktiga vuxna och risken ökar också mer ju äldre barnet blir. Detta gäller både pojkar och flickor.

BMI (Body Mass Index) är ett mått på vikt relaterat till längd och räknas ut genom den matematiska formeln kg/m^2 . WHO (2011) menar att vuxna är normalviktiga med ett BMI på 18.5 till 24.9. När BMI överstiger 25 och går upp till 29.9 finns det ökad risk för följsjukdomar och det definieras som övervikt. BMI över 30 ökar risken till måttlig stor risk för följsjukdomar och definieras som fetma (WHO 2011, Vårdguiden 2009). Cole *et al.* (2000) har utformat en standardiserad definition av BMI-gränser (Iso-BMI) för övervikt och fetma hos barn och ungdomar mellan 2 och 18 år. Iso-BMI används internationellt och tar hänsyn till barnets ålder och kön. Det vill säga att exempelvis BMI-gränsen för en flicka som är 14 år och 15 år inte är det samma. Enligt Cole *et al.* (2000) ligger gränsen för normalvikt hos 15-åriga pojkar och flickor på 18.4-24, gränsen för övervikt hos en 15-årig pojke ligger på 23.29 och för en 15-årig flicka ligger den på 23.94. Enligt Ericson och Ericson (2009) finns ett starkt samband mellan graden av övervikt och livslängd, ju mer övervikt desto kortare livslängd. Almås (2009) menar att övervikt belastar kroppen och det kan orsaka artros i knän och höfter. Hjärt- och kärlsjukdomar är andra sjukdomar som orsakas av fetma, detsamma gäller sjukdomar som typ-2 diabetes, gallsten och ateroskleros (Almås 2009).

Svenska barn har en hälsa som framstår som en av de bästa i världen enligt Socialstyrelsens folkhälsorapport (2009). Samtidigt beskriver samma rapport att allt fler barn och ungdomar

blir överviktiga eller lidande av fetma. Överviktstrenden beskrivs dock vara avstannande. Det har visat sig att överviktiga barn ofta växer upp till överviktiga ungdomar i senare tonåren (Socialstyrelsens folkhälsorapport 2009). År 2000 var 12-13% av 15-åringar överviktiga eller led av fetma enligt en studie i Göteborg. Vidare visade en studie gjord 2007 i Östergötland att hela 18 % av ungdomar i högstadieålder led av övervikt och fetma (Socialstyrelsens folkhälsorapport 2009). Fetma är den vanligaste formen av nutritionsrelaterade sjukdomar hos ungdomar och kan kopplas samman med ett förändrat måltidsmönster (Moreno *et al.* 2005). Enligt Schmidt *et al.* (2009) visar flera amerikanska och internationella studier att medieanvändandet är en bidragande orsak till den nu rådande epidemin av fetma världen över. En studie som Rosenheck (2008) genomfört visar att snabbmat har effekter på BMI.

Snabbmatskonsumtion och läskintag

Snabbmat definieras enligt Nationalencyklopedin (2011) som ”hel- och halvfabrikat av maträtter, färdiglagade rätter och konserverade produkter som kan konsumeras utan tidsödande tillagning eller beredning”. Måltidsvanorna bland barn i USA har ändrats under de senaste åren, allt oftare äter barn utanför hemmet. Faktorer som har bidragit till denna trend är tillgänglighet, sänkta priser och tidsbesparing (Mehta *et al.* 2008). I Kina och Ryssland konsumerar ungdomar däremot väldigt lite snabbmat enligt en studie gjord av Adair och Popkin (2005). Moreno *et al.* (2010) menar att överviktens utveckling hos barn och ungdomar verkar kunna sammankopplas med deras måltidsvanor. Idag är det vanligt att ungdomar äter mat utanför hemmet där snabbmat och läsk är ett vanligt inslag (Socialstyrelsens folkhälsorapport 2009). Tillgängligheten av snabbmat har ökat (Moreno *et al.* 2010), men Powell (2009) menar att det inte är tillgängligheten på snabbmaten som leder till en ökad vikt utan att andra faktorer är mer betydande. Robinson *et al.* (2007) och Institute of Medicine (2005) skriver att barns tankar och värderingar påverkas av reklam av skräpmat som visas via media.

Medieanvändande

Livsstilen idag är mer motoriserad och automatiserad än den har varit, detta gör att många blir inaktiva (Kristoffersen *et al.* 2005). I USA äger nästan alla ungdomar minst en teknisk medieapparat som t.ex. mobiltelefon eller dator och användandet av dessa bara ökar (Lenhart *et al.* 2005). Enligt Vandewater *et al.* (2007) har det under de senaste åren skett en explosion av elektronisk media som är direkt riktad till de yngsta medborgarna i vårt samhälle. Barn utsätts för tv och dator i mycket unga år och uppmuntras också i utbildningssyfte att använda

dessa medier både hemma och i skolan (Straker *et al.* 2006). Forskning har visat att ungdomar spenderar alltmer tid framför tv, tv-spel och dator (Bener *et al.* 2010). Strasburger *et al.* (2010) menar att barn och ungdomar i genomsnitt spenderar mer än sju timmar per dag med att ägna sig åt media i någon form. Enligt en undersökning på ungdomar i USA i åldersgruppen 14-18 år uppgår tv-tittandet till 18 timmar per vecka (Roberts *et al.* 2005). I Sverige tillbringar ungdomar i årskurs åtta och nio ca 2.1 timmar framför tv/video på vardagar menar Rasmussen *et al.* (2004).

Orems omvårdnadsteori kopplat till studien

Sjuksköterskans fyra grundläggande ansvarsområden är att främja hälsa, förebygga sjukdom, återställa hälsa och lindra lidande enligt ICN's etiska kod för sjuksköterskor (2007). Kristoffersen *et al.* (2006) beskriver Dorothea Orems omvårdnadsteori som anser att sjuksköterskan ska främja normal funktion, utveckling, hälsa och välbefinnande hos människan. Orem menar bland annat att sjuksköterskan ska handleda andra personer och tillhandahålla fysiskt och psykologiskt stöd. Sjuksköterskan ska också erbjuda undervisning och en miljö som främjar utveckling (Kristoffersen *et al.* 2006). Orem framhäver att sjuksköterskan ska vägleda patienten under planeringen och utförandet av egenvårdshandlingar. Sjuksköterskan ska uppmuntra och hjälpa patienten och på så vis minska risken för att patienten ska misslyckas. Orem uttrycker, enligt Kristoffersen *et al.* (2006), att sjuksköterskan ska skapa en utvecklande miljö för att patienten lättare ska uppnå sina mål med egenvården. En utvecklande miljö ska bestå av ömsesidig respekt, tro på, tillit till och acceptering av människans utvecklingsmöjligheter. En utvecklande miljö främjar också ansvar, delaktighet och lärande.

1.2 Problemformulering

Ungdomar konsumerar alltmer snabbmat och spenderar mer tid framför media enligt Bener *et al.* (2010). Det råder en överviktsepidemi i världen och många longitudinella studier tyder på att medieanvändandet kan vara en bidragande orsak till detta (Jordan *et al.* 2008). Karlsson och Brydolf (2006) har i sin studie om ungdomars kost- och motionsvanor kommit fram till att fysisk aktivitet medför flera hälsovinster och anser att vi bör stödja ungdomar till fysisk aktivitet då det hälsosamma beteendet lättare kan följa med upp i vuxen ålder. Socialstyrelsens Folkhälsorapport (2009) visar i sin tur att övervikt och fetma i unga år ofta hänger med upp i vuxen ålder vilket tyder på att det är viktigt att sätta in preventiva åtgärder i unga år för att stävja detta. Författarna vill med denna studie uppmärksamma ungdomars

medieanvändande och snabbmatskonsumtion, detta för att skapa en medvetenhet och en förståelse för dessa två faktorerers inverkan på ungdomars hälsa. Sjuksköterskan ska främja hälsa och förhindra ohälsa i den preventiva vården (Socialstyrelsens Kompetensbeskrivning för legitimerad Sjuksköterska 2005), därför anser författarna att det i deras framtida yrkesroll som sjuksköterskor åligger ett ansvar att finna dessa ungdomar och hjälpa dem till ett mer aktivt och hälsosamt liv.

1.3 Syfte

I denna empiriska tvärsnittsstudie var syftet att undersöka hur BMI, snabbmatskonsumtion, läskintag och medieanvändande ser ut hos ungdomar i klass 9. Syftet var också att se om det fanns ett samband mellan ungdomars snabbmatskonsumtion och medieanvändande.

1.4 Frågeställningar

1. a. Vilket BMI har ungdomar i klass nio?
b. Hur många ungdomar i klass nio är underviktiga, normalviktiga och överviktiga?
2. a. Hur ofta äter ungdomar i klass nio snabbmat från restaurang?
b. Hur ofta dricker ungdomar i klass nio läsk?
3. Hur mycket tid spenderar ungdomar i klass nio vid TV, TV-spel och dator?
4. Finns det något samband mellan ungdomars snabbmatskonsumtion och medieanvändande?

2. Metod

2.1 Design

Studien är en empirisk tvärsnittsstudie och har en deskriptiv och korrelativ design med kvantitativ ansats (Polit & Beck 2004).

2.2 Urvalsmetod och undersökningsgrupp

Studien var en delstudie ur projektet "*Mat och Hälsa 2007*" som pågick under år 2007 på Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap vid Uppsala universitet. Av 69 skolor i ett län i mellan Sverige har 10 stycken valts ut via ett slumpmässigt urval och enligt Olsson och Sörensen (2007) är det den bästa urvalsmetoden. Ett totalurval gjordes och alla frågeformulär som besvarats av elever i klass nio användes. Dessa var 359 där 182 var pojkar och 177 var

flickor. Enligt uppgifter författarna tagit del av var bortfallet uppskattningsvis 5%, vilket innebar att ca 377 elever blev tillfrågade från början.

2.3 Datainsamlingsmetod

Data i projektet "*Mat och Hälsa 2007*" samlades in via frågeformulär som var studiespecifika och handlade om mat, hälsa, måltidsvanor, fysisk aktivitet och självvärdering. I föreliggande studie användes det Demografiska frågeformuläret (DEMO).

Demografiskt frågeformulär (DEMO)

Frågeformuläret innehöll 40 frågor och inleddes med tre demografiska frågor gällande kön, ålder och årskurs. De övriga frågorna handlade om mat- och läskkonsumtionsvanor, i vilket sällskap de äter, uppfattningen av mat och hälsa samt kroppsuppfattning. Frågeformuläret innehöll också frågor som berörde medieanvändning, fysisk aktivitet och socioekonomisk status. Författarna till den föreliggande studien valde att använda sig av de åtta frågorna som följer; Hur ofta har du ätit hamburgare, pizza, korv, kebab från gatukök/restaurang det senaste halvåret? Hur ofta har du ätit pommes frites det senaste halvåret? Hur ofta har du druckit läsk typ Coca Cola, Fanta och/eller Sprite det senaste halvåret? Hur många timmar per dag tittar du på tv? Hur många timmar per dag spelar du tv-spel? Hur många timmar per dag sitter du framför datorn? Hur mycket väger du? Hur lång är du? Frågorna gällande snabbmat, pommes frites och läsk hade åtta olika svarsalternativ där första var "*Aldrig*" och sista var "*3 eller fler gånger per dag*" och de resterande sex däremellan med olika svarsalternativ från en gång i månaden till en till två gånger per dag. I denna studie presenteras frågorna som handlade om hamburgare, pizza, korv och kebab från gatukök/restaurang samt pommes frites under kategorin snabbmat. Under kategorin medieanvändande presenteras frågorna om tv, tv-spel och dator. Det Demografiska frågeformuläret var inte testad i reliabilitet och validitet, men frågorna var enkelt uttryckta, raka samt enkla att förstå. Frågorna var också väl använda och liknar fler andra vältestade inom området (Maloney *et al.*1989).

2.4 Tillvägagångssätt

En kontakt togs under hösten 2007 och ett informationsbrev innehållande syfte och datainsamlingsmetod för projektet "*Mat och Hälsa 2007*" skickades ut via e-post till skolsköterskor och elever på de skolor som slumpmässigt valts ut. Studien godkändes av skolöverköterskan och skolöverläkaren. Sedan fick skolsköterskorna i samråd med rektorn ge sitt samtycke eller nekande. Då beslutet om deltagande i studien tagits kontaktades de av

Institutionen för folkhälso- och vårdvetenskap på Uppsala universitet för att delges om när frågeformulären skulle delas ut. Inför genomförandet skickades ett informationsbrev ut till elevernas föräldrar och aktivt nej-svar tillämpades. Frågeformulären lämnades ut till eleverna i september 2007 under elevernas hälsovecka i samarbete med skolhälsovården. På några utav skolorna delades frågeformulären ut av skolsköterskan och på resterande skolor delades frågeformulären ut av huvudförfattarna till studien *"Mat och Hälsa 2007"* tillsammans med sjuksköterskestudenter som skrev uppsats inom ämnet. Till sin hjälp hade skolsköterskan ett instruktionsbrev där eleverna fick svar på vanliga frågor som kunde uppkomma i samband med ifyllningen av frågeformulären. Det Demografiska frågeformuläret som handlade om mat, hälsa, måltidsvanor, fysisk aktivitet och självvärdering delades ut till eleverna och eleverna själva beslutade om sitt deltagande och kunde avbryta närhelst de ville utan att delge sitt skäl. Frågeformuläret besvarades anonymt vid åtskilda bänkplatser för att upprätthålla anonymitet. Tidsåtgången för att svara på frågeformuläret var ca 45 minuter och därefter samlades frågeformulären in i en förseglad låda med hål. Författarna till föreliggande studie fick tillstånd av Josefin Westerberg Jacobson som är huvudansvarig för projektet *"Mat och Hälsa 2007"* att använda sig av de insamlade frågeformulären och sammanställa data till denna studie.

2.5 Dataanalysmetod

Data analyserades i statistikprogrammet SPSS. Deskriptiv statistikanalys användes för att beskriva fråga en till fyra och dataprogrammet Excel användes för att räkna ut ungdomarnas BMI och den matematiska formeln kg/m^2 användes (WHO 2011). För att dela in ungdomarna i grupperna normalvikt, övervikt respektive feta användes ett mätinstrument som heter Iso-BMI och som är särskilt utformat och framtaget för barn och ungdomar från 2 år upp till 18 (Cole *et al.* 2000). För att ta fram vilka ungdomar som uppfyllde kriteriet underviktig användes gränsvärdet enligt WHO's definition (WHO 2011). För att se om ett samband fanns mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande analyserades fråga 5 med hjälp av Pearson's produktmomentkorrelation (Bjorndal & Hofoss 1998) där signifikansnivån var $p \leq 0.01$. Resultatet presenteras i löpande text och stapeldiagram.

2.6 Forskningsetiska överväganden

Både elever och föräldrar fick skriftlig information om att deltagandet var frivilligt och konfidentialitet utlovades. Deltagande elever kunde närhelst de ville avbryta utan att uppge skäl. Detta genomfördes i enlighet med Etiska riktlinjer för omvårdnadsforskning i Norden

(Sykepleiernes Samarbeid i Norden 2003). Vid analysen och sammanställningen av data följdes etiska riktlinjer, dvs. respondenterna var helt anonyma för författarna då enkäterna var kodade.

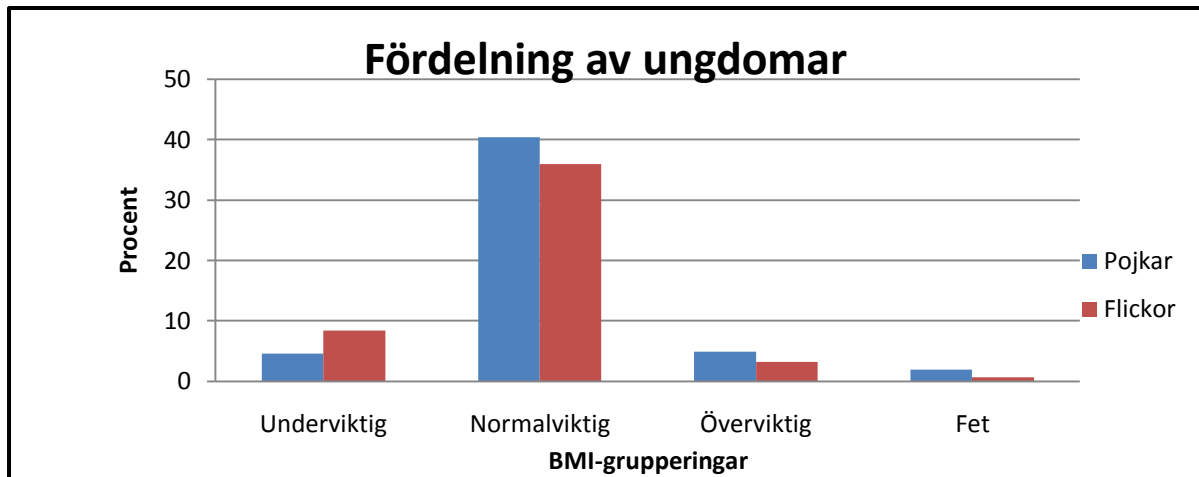
3. Resultat

Resultatet i denna studie presenteras i löpande text, tabeller och figurer. Resultatet presenteras utifrån BMI, snabbmatskonsumtion och läskintag i löpande text samt en överskådlig tabell. Tiden ungdomar spenderar framför media presenteras i figurer och sambandet mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande presenteras i löpande text.

3.1 BMI hos ungdomar i klass nio

Resultatet visade att pojkarnas vikt varierade mellan 41 kg och 100 kg (n=162; m= 64.6 kg; SD= 9.5). Flickornas vikt varierade mellan 40 kg och 90 kg (n=151; m= 56.2 kg; SD= 8.5). Resultatet för pojkarnas längd visade en variation mellan 120 cm och 196 cm (n=168; m= 176 cm; SD=9.4). Flickornas längd varierade mellan 153 cm och 185 cm (n=167; m= 166 cm; SD=6.2). Pojkarnas beräknade BMI varierade mellan 17 och 38 (n=160; m= 21; SD= 3.1). Resultatet av flickornas uträknade BMI visade en variation mellan 13 och 30 (n=149; m= 20.4; SD= 2.8).

I figur 1 visas fördelningen av andelen underviktiga, normalviktiga, överviktiga och feta. Enligt den standardiserade BMI definitionen var sex av (1.9%) pojkarna och två av (0.6%) flickorna feta. Antalet pojkarna som översteg gränsen för övervikt var 15 . (4.9%) och flickorna var tio (3.2%). Det var 125 av (40.5%) pojkarna och 111 av (35.9%) flickorna som var normalviktiga. Slutligen var 14 av (4.5%) pojkarna och 26 av (8.4%) flickorna underviktiga. Bortfallet på frågan om BMI var 50 (13.9%), där 22 (12.1%) var pojkarna och 28 (15.8%) var flickor. Dessa exkluderades eftersom de inte svarat på frågan om antingen sin längd eller vikt.



Figur 1: Beskriver fördelningen av andelen ungdomar i klass 9 (N=309) angivet i procent indelat i fyra BMI-klassificeringar

3.2 Snabbmatskonsumtion och läskintag

I enkäten fick 359 elever i årskurs nio frågor som rör snabbmatskonsumtion och läskintag, resultatet redovisas i tabell 1. Resultatet från frågan ”Hur ofta äter du hamburgare, pizza, korv eller kebab från gatukök/restaurang?” (n=344, bortfall=15; 4,2%) visade att 39.6% konsumerade denna snabbmat två till tre gånger i månaden och 36.5% åt samma typ av mat en gång i månaden eller mindre. Nästan 1% uppgav att de konsumerade denna snabbmat en eller fler gånger per dag samtidigt som 3.1% uppgav att de aldrig åt denna mat. På frågan ”Hur ofta äter du pommes frites?” (n=341, bortfall=18; 5%) svarade 35.7% att de konsumerade pommes frites en gång i månaden eller mindre och 34% uppgav att de åt pommes frites två till tre gånger i månaden. 0.6% uppgav att de konsumerade pommes frites tre eller fler gånger per dag. Andelen som uppgav att de aldrig åt pommes frites var 9.2%. Fortsättningsvis visade resultatet från frågan ”Hur ofta dricker du läsk typ Coca Cola, Fanta, Sprite?” (n=333, bortfall=26; 7,2%) att 27% drack läsk en gång i veckan och 19.5% drack läsk två till tre gånger i veckan. Vidare visade resultatet att 2.2% drack läsk tre eller fler gånger per dag och att 6.1% aldrig drack läsk.

Sammanställning av snabbmatskonsumtion (N=359).

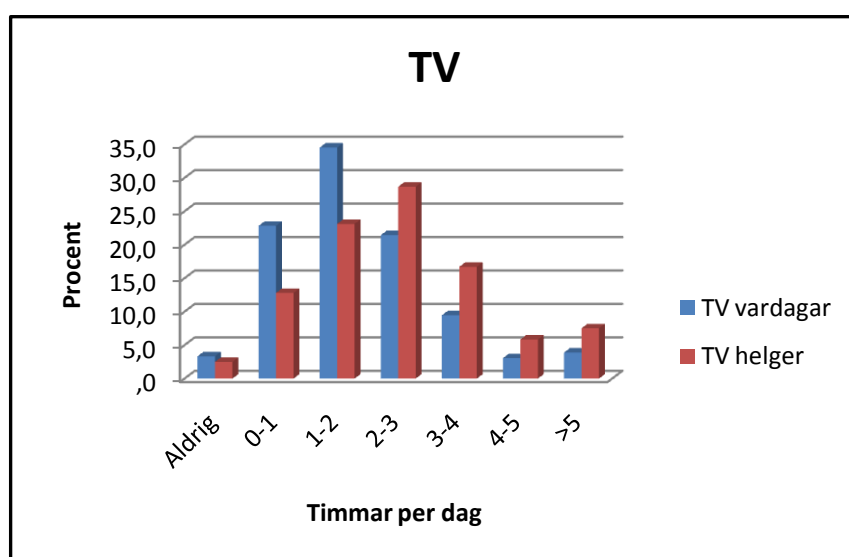
	Aldrig	1 gång i månaden eller mindre	2 till 3 gånger i månaden	1 gång i veckan	2 till 3 gånger i veckan	4 till 6 gånger i veckan	1 till 2 gånger per dag	3 eller fler gånger per dag
Hur ofta äter du hamburgare, pizza, korv eller kebab från gatukök/restaurang?	11	131	142	40	16	1	1	2
Hur ofta äter du pommes frites?	33	128	122	42	12	2	0	2
Hur ofta dricker du Coca Cola, Fanta, Sprite?	22	38	51	97	70	34	13	8

Tabell 1: Beskriver snabbmatskonsumtion och läskintag hos ungdomar i klass 9, redovisat i antal ungdomar, N= Totala antalet ungdomar.

3.3 Medieanvändande

TV

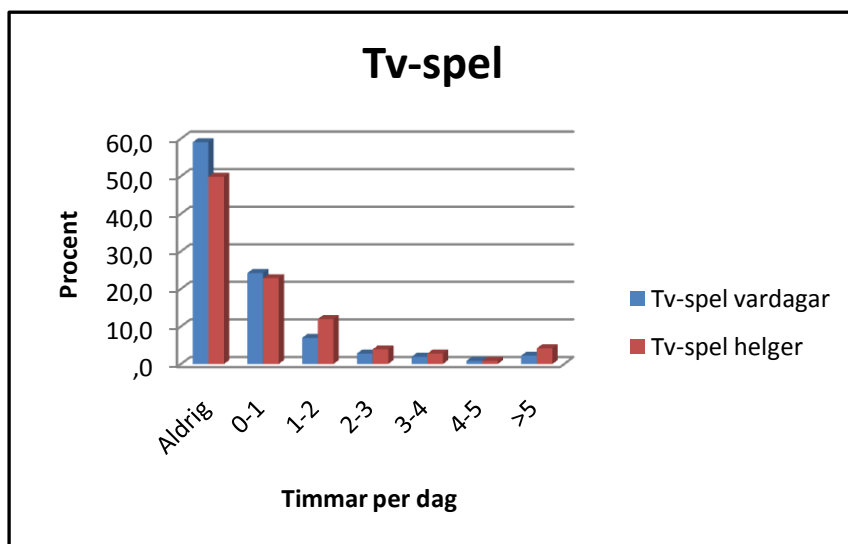
På vardagarna tittade 60.6% (n=354) av ungdomarna på tv en till två timmar per dag eller mindre, på helgerna ökade tv-tittandet och 57.8% (n=349) tittade på tv två till tre timmar per dag eller mer. Resultatet visade att 3.3% av ungdomarna aldrig tittade på tv på vardagarna och 2.5% aldrig tittade på tv på helgerna. Antalet elever som inte svarat på frågan om tv-tittande på vardagar och helger var fem (1.4%) respektive tio ungdomar (2.8%). I figur 2 visas antal timmar spenderade vid tv på vardag respektive helg.



Figur 2: Beskriver andelen ungdomar i procent som tittar på tv indelat i antal timmar spenderade per dag. Redovisas i två kategorier; vardagar (n=354) och helger (n=349).

Tv-spel

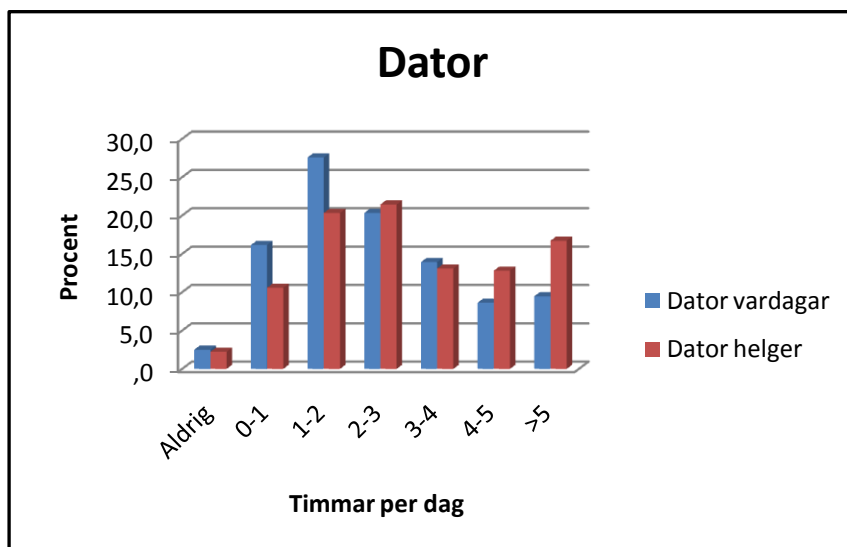
I figur 3 framgår det att 59.1% av ungdomarna (n=352) aldrig spelade tv-spel på vardagarna och 49.9% (n=346) aldrig spelade på helgerna. Resultatet visade att 24.2% av ungdomarna spelade tv-spel noll till en timme per dag under vardagarna och 22.8% spelade noll till en timme per dag på helgerna. Bortfallet gällande frågan om tv-spel på vardagar var sju ungdomar (1.9%) och på helger 13 st. (3.6%).



Figur 3: Beskriver andelen ungdomar i procent som spelar tv-spel, indelat i antal timmar spenderade per dag. Redovisas i två kategorier; vardagar (n=352) och helger (n=346).

Dator

Resultatet visade att 2.5% av ungdomarna (n=354) aldrig använde dator på vardagarna och 2.2% (n=349) av ungdomarna använde aldrig dator på helgerna, datoranvändandet visas i figur 4. Andelen ungdomar som använde dator två till tre timmar eller mer per dag på vardagar uppgick till 52.3%, på helgen ökade andelen till 64%. Bortfallet gällande datoranvändandet på vardagar och helger uppgick till fem (1.4%) respektive tio ungdomar (2.8%).



Figur 4: Beskriver andelen ungdomar i procent som använder dator, indelat i antal timmar spenderade per dag. Redovisas i två kategorier; vardagar (n=354) och helger (n=349).

Resultatet i denna studie visade att ungdomar i klass nio i snitt spenderade ungefär en till tre timmar per dag framför tv eller dator på vardagar. På helgerna spenderade ungdomarna i snitt två till tre timmar per dag framför dessa medier.

De ungdomar som var överviktiga (n=25) och feta (n=8) hade ett något högre läskintag än de underviktiga (n=40). Resultatet visade att de överviktiga/feta (n=33) och de underviktiga (n=40) hade ungefär lika hög snabbmatskonsumtion. Resultatet visade att de ungdomar som var överviktiga/feta (n=33) hade ett högre datoranvändande på vardagar och helger än de underviktiga (n=40) hade på vardagar och helger. Däremot hade de underviktiga (n=40) ett högre tv-tittande på vardagar och helger än de överviktiga/feta (n=33).

3.4 Samband mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande

Det var 94.7% av det totala antalet ungdomar (N=359) som hade svarat på både frågorna om snabbmatskonsumtion och medieanvändande. Resultatet visade att det finns ett statistiskt signifikant samband ($p \leq 0.01$) mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande hos ungdomar i klass nio. Sambandet är positivt ($r=0.275$), vilket betyder att ju mer snabbmat ungdomarna äter desto mer tid spenderas också framför media.

4. Diskussion

4.1 Huvudresultat

Resultatet visade att pojkarna hade ett BMI på i genomsnitt 21 (SD=3.1) och flickorna hade ett BMI på i genomsnitt 20.4 (SD=2.8). Studien visade att sex av (1.9%) pojkarna och två av (0.6%) flickorna var feta samt att 15 av (4.9%) pojkarna och tio av (3.2%) flickorna var överviktiga. Gruppen med de normalviktiga innehöll flest antal ungdomar och bestod av 125 (40.5%) pojkar och 111 (35.9%) flickor. Antalet underviktiga pojkar var 14 (4.5%) och antalet underviktiga flickor var 26 (8.4%). Vidare visade resultatet att mer än en tredjedel av ungdomarna åt snabbmat och pommes frites mer än två till tre gånger i månaden. I resultatet framkom även att cirka en tredjedel åt snabbmat och pommes frites en gång i månaden eller mindre. Dessutom fann studien att två av ungdomarna konsumerade snabbmat och pommes frites minst tre gånger per dag. Resultatet visade att knappt en tredjedel drack läsk en gång i veckan och knappt en femtedel drack läsk två till tre gånger i veckan. Åtta av ungdomarna uppgav att de drack läsk minst tre gånger per dag. Vidare framkom det i studiens resultat att största delen av ungdomarna spenderade en till tre timmar per dag framför tv. Majoriteten av ungdomarna spelade aldrig tv-spel, dock uppgav knappt en fjärdedel att de spelar tv-spel noll till en timme per dag. Vidare framkom det i studien att mer än hälften av ungdomarna spenderade två till tre timmar eller mer per dag framför datorn. Det genomsnittliga medieanvändandet för ungdomar i klass nio var en till två timmar per dag på vardagar och två timmar per dag på helger. Studiens resultat visade att det finns ett signifikant samband ($p \leq 0.01$) mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande. Detta betyder att ju mer snabbmat ungdomarna äter, desto mer tid spenderas också framför media.

4.2 Resultatdiskussion

BMI

I föreliggande studie var medelvärdet på pojkarnas BMI 21 och medelvärdet på flickornas var 20.4. Detta resultat styrks av COMPASS-studien där resultatet för pojkarnas och flickornas medel-BMI låg på 21 respektive 21.1 (Rasmussen *et al.* 2004). Dessa resultat kan jämföras med en större studie gjord på ungdomar i Saudiarabien, där medelvärdet för pojkar och flickor mellan 14-16 år var 23.39 respektive 23.13 (Collison *et al.* 2010). Varför fanns denna stora skillnad mellan ungdomar i Sverige och ungdomar i Riyadh? En orsak kan vara att ungdomar i Riyadh har en betydligt högre snabbmatskonsumtion än svenska ungdomar, med en medelfrekvens av 4.5 ggr per vecka enligt Collison *et al.* (2010). I den föreliggande studien

visade resultatet att endast 1% av ungdomarna åt hamburgare, pizza, korv eller kebab fyra till sex gånger per vecka. Föreliggande studie har kommit fram till att cirka 9.4% av pojkarna och cirka 6.7% av flickorna var överviktiga. Det kan jämföras med studien Karlsson och Brydolf (2006) genomförd där 12% av flickorna och 11% av pojkarna var överviktiga och två av ungdomarna, en pojke och en flicka, var feta. I studien som Karlsson och Brydolf (2006) genomförde var det ett lägre deltagarantal (N=143) än i denna studie (N=359) vilket kan vara orsaken till att resultaten skiljer sig en aning åt. Vidare kan föreliggande studie också jämföras med COMPASS-studien där 11.2% av flickorna och 14.5% av pojkarna var överviktiga (Rasmussen *et al.* 2004). Resultatet i den föreliggande studien visade att 1.9% av pojkarna och 0.6% av flickorna var feta enligt BMI-värdet, Rasmussen *et al.* (2004) visade på högre andel i sin studie och menade att 3.7% av pojkarna och 3.3% av flickorna feta. I studien gjord av Rasmussen *et al.* (2004) var deltagarantalet betydligt högre än i den föreliggande studien vilket kan vara orsaken till att resultatet även här skiljer sig en aning åt. Sammanfattningsvis så hade pojkar och flickor i Saudiarabiska Riyadh ett högre medel-BMI än i den föreliggande studien. Det visade sig även att pojkar och flickor i Riyadh konsumerade snabbmat betydligt mycket mer än de svenska ungdomarna som deltog i den föreliggande studien. Ungdomar i denna studie var i något mindre utsträckning överviktig och fet än vad andra studier i Sverige har visat.

Snabbmat

Denna studie visade att endast ca 5% av ungdomarna åt snabbmat såsom hamburgare, pizza, korv eller kebab från gatukök/restaurang två till tre gånger per vecka. Detta kan jämföras mot en studie i USA gällande ungdomar i gymnasieålder, som visade att ca 30% av ungdomarna konsumerade snabbmat mer än tre gånger per vecka (Bauer *et al.* 2009). Resultatet i denna studie visade att nästan 1% av de tillfrågade ungdomarna åt hamburgare, pizza, korv eller kebab från gatukök/restaurang en eller fler gånger per dag. Dowdell och Santucci (2004) presenterade i sin studie en betydligt större andel, där hela 48% av de tillfrågade ungdomarna hade konsumerat en eller flera portioner av hamburgare eller korv i någon form under de senaste 24 timmarna. Den föreliggande studiens resultat visade att drygt 0.5% av de tillfrågade ungdomarna konsumerade pommes frites knappt en gång per dag. Dowdell och Santucci (2004) fann i sitt resultat en mycket större andel och visade att så många som 85% av de tillfrågade ungdomarna hade ätit pommes frites eller chips någon gång under de senaste 24 timmarna. Orsaken till att svaren utfallit med så stora skillnader kan vara att frågorna till ungdomarna utformats olika samt vilken veckodag frågorna ställdes, en annan anledning kan

vara skillnader i matkultur mellan Sverige och USA. sammanfattningsvis har ungdomar i Sverige en mycket liten konsumtion av snabbmat och pommes frites jämfört med ungdomar i samma ålder i USA.

Läsk

Föreliggande studie visade att ca 10% av ungdomarna drack läsk såsom Coca Cola, Fanta eller Sprite fyra till sex gånger per vecka, detta skiljer sig från resultat som Rasmussen *et al.* (2004) visade i sin studie där drygt 40% drack läsk tre till sex gånger per vecka. Collison *et al.* (2010) visade i sin studie att ungdomar i USA mellan 14-16 i snitt drack läsk sju gånger per vecka. En annan studie gjord i USA gällande ungdomar mellan 12-17 år visade att ca 30% hade druckit någon form av sötad dryck dagen innan (Shi & Mao 2010). Denna studie visade att ca 30% av ungdomarna drack läsk en gång per vecka, Rasmussen *et al.* (2004) visade i sitt resultat att nästan 40% drack läsk en till två gånger per vecka. Den föreliggande studien visade på att ca 5% av ungdomarna aldrig drack någon läsk, medan Adair och Popkin (2005) menar att ca 20% av amerikanska ungdomars kalori intag utgörs av sötade drycker i någon form. Detta visar att svenska ungdomar i denna studie dricker något mindre läsk än vad andra studier i Sverige visat. Ungdomarna i denna studie har en betydligt lägre konsumtion av läsk än ungdomar i samma ålder i USA.

Media

Föreliggande studies resultat visade att drygt hälften av ungdomarna tittade på tv minst en timme per dag på vardagarna och på helgerna ökade tv-tittandet till minst två timmar per dag. En annan svensk studie visade dock på högre siffror där ungdomarna spenderade cirka 2.4 timmar per dag framför media på vardagar och cirka tre timmar per dag framför samma media på helger men i detta fall var även video inräknat (Rasmussen *et al.* 2004). En studie gjord på gymnasieungdomar i Ohio USA visade att de spenderade cirka 10.61 timmar per vecka framför tv, detta ger en snitttid på ca 1.5 timmar per dag (Hunley *et al.* 2005). En annan amerikansk studie gjord i Kalifornien på ungdomar mellan 12-17 år visade en högre snitttid på cirka två timmar per dag på vardagar och cirka 2.7 timmar per dag på helger gällande tv/video-tittande (Shi & Mao 2010). Även Barr-Anderson *et al.* (2009) kommer i sin studie fram till liknande resultat och säger att ungefär hälften av ungdomar i högstadiet och gymnasiet ser på tv mellan två till fem timmar per dag. Tv-tittandet hos ungdomarna i den föreliggande studien ter sig vara inom normala gränser i förhållande till andra studier i

Sverige och i USA. Generellt ses en ökning av tv-tittandet på helger vilket kan ha sin naturliga orsak i att ungdomarna då har mer fritid och är lediga från skolan.

Den föreliggande studiens resultat visade att ungefär en fjärdedel av ungdomarna spelar tv-spel noll till en timme per dag både gällande vardag och helg. Strasburger *et al.* (2010) visade i sin studie att ungdomar mellan 15-18 år i snitt spelade tv-spel cirka en timme per dag. Swing *et al.* (2010) visade i sin studie gällande ungdomar mellan 18-24 år på ungefär samma snittid på cirka en timme per dag. Tv-spel är enligt studien det minst använda mediet bland ungdomarna och detta ser ut att vara fallet även enligt andra studier. Det verkar som det är färre ungdomar i denna studie som spelar tv-spel än vad som presenteras i andra studier, men tiden vid varje tillfälle ser ut att vara densamma. Mer än hälften av ungdomarna uppgav att de spenderade två till tre timmar per dag vid datorn, det gällde både vardag och helg. Shi & Mao (2010) visade i sin studie gällande ungdomar i Kalifornien mellan 12-17 år, en snittid på cirka 1.5 timmar per dag vid datorn. Den föreliggande studiens ungdomar hade ett stort datoranvändande jämfört med andra studier gällande ungdomar i samma ålder. Dator var det media som användes mest frekvent av ungdomarna i denna studie.

Varför Sveriges ungdomar har ett högt datoranvändande kan ha flera orsaker. Författarna till denna studie har en idé om att en orsak kan vara det klimat som är i Sverige och Norden. I Sverige har vi ett relativt svalt klimat till skillnad mot för i Kalifornien. Ungdomar i Sverige kanske därför spenderar mer tid inomhus och när datorn har blivit så lättillgänglig är den ett enkelt alternativ att ta till för ungdomarna. En annan orsak kan vara att med teknikens framfart har det i Sverige också blivit väldigt lättillgängligt med Internet. Nu för tiden har nästan alla ungdomar tillgång till Internet på något vis och några har det till och med via mobiltelefonen. En tredje orsak kan vara att det har tillkommit fler sociala medier på Internet, så som t.ex. "Facebook" och "Twitter". I och med dessa sociala mötesplatser kan ungdomarna träffas och prata via Internet och har lättare att konversera med flera samtidigt. Det kan i vissa fall vara lättare för många ungdomar att använda datorn, om de t.ex. har långa avstånd till sina kompisar istället för att åka och träffas på en ungdomsgård efter skolan där de kanske behöver skjuts för att ta sig någon vart. Författarna ser också en risk med ett stort datoranvändande och det kan vara om ungdomarna hänger upp allt för mycket av sin tid på dessa mötesplatser och på så sätt missar andra sociala kontakter och möjligheten till fysisk aktivitet.

Resultatet i den föreliggande studien visade att ungdomarna i snitt spenderar en till tre timmar per dag på vardagar och två till tre timmar per dag på helger framför media som tv eller dator. Ungdomar i USA rapporteras spendera i snitt 1.4 timmar per dag på vardag och 1.7 timmar per dag under helg framför tv/video/dvd eller data-/tv-spel, enligt Ramirez *et al.* (2011). Svenska ungdomar ser ut att ha ett relativt liknande medieanvändande generellt som amerikanska ungdomar har, medieanvändandet ökar för svenska ungdomar på helgen och lika sker även för de amerikanska ungdomarna.

Studiens resultat visar på att ett positivt signifikant samband finns mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande. Enligt Utter *et al.* (2003) finns ett samband mellan tv-tittande och ohälsosam kost och visade i sin studie att med ett ökat tv-tittande kommer också en ohälsosammare kosthållning. Resultatet i denna studie visar att ju mer snabbmat de konsumerade desto mer tid spenderades även framför media, detta verkar inte skilja sig från andra studier.

Orems omvårdnadsteori

Resultatet i den föreliggande studien visade att drygt en av tio ungdomar var överviktiga eller feta. Enligt Ho *et al.* (2011), Almås (2009) och Ericson och Ericson (2009) är övervikt och fetma sammankopplat med allvarliga följsjukdomar. Författarna till den föreliggande studien anser därför att det är viktigt att stödja och hjälpa dessa ungdomar. Ett sätt att arbeta med detta kan vara att sjuksköterskan i ett förebyggande arbete informerar ungdomarna om vad en hälsosam kosthållning består av, men även på vilket sätt snabbmaten påverkar kroppen. Enligt Powell (2009) förstår inte ungdomarna hur mycket snabbmatskonsumtionen påverkar deras hälsa och att övervikt i unga år ofta hänger med upp i vuxen ålder. Ett sätt att hjälpa dessa ungdomar på är att tillämpa Orems omvårdnadsteori. Orem menar att sjuksköterskan ska bland annat bistå sina patienter med undervisning och en miljö som främjar utveckling för att minska risken för att patienterna ska misslyckas med sina mål (Kristoffersen *et al.* 2006). Vårdpersonal bör stödja insatser för familjemedlemmar att äta tillsammans som ett medel för att förbättra kvaliteten på kosten bland ungdomar (Moreno *et al.* 2010). Orem menar också att sjuksköterskan ska tillhandahålla fysiskt och psykologiskt stöd för sina patienter för att vägleda dessa under egenvårdshandlingarna till en god hälsa (Kristoffersen *et al.* 2006).

4.3 Metoddiskussion

Underlaget till den föreliggande studien bestod av frågeformulär som innehöll frågor om mat och hälsa och har besvarats av ungdomar i klass nio i slumpmässigt utvalda skolor i ett län i mellan Sverige. Antal pojkar som deltagit är 182 och deltagande flickor är 177, ett totalurval gjordes och alla 359 frågeformulär som lämnades in blev en del av studien. En svaghet med BMI-uträkningen var att ungdomarna självskattat sin vikt och längd, detta kan ha påverkat resultatet negativt. I föreliggande studie rapporteras det att pojkarna i större utsträckning var överviktiga samt att fler flickor än pojkar var underviktiga. Det är vanligare att flickor underrapporterar sin vikt än pojkar (Brener *et al.* 2003) och detta kan vara en orsak till att det enligt studien var fler underviktiga flickor än pojkar. Bortfallet i denna studie vad gäller BMI-uträkningarna var för pojkarna 22 och för flickorna 28. Flickorna har alltså i en marginellt större utsträckning inte svarat på frågan om antingen sin längd eller sin vikt. En styrka som studien innehar var att Iso-BMI definitionen har använts när ungdomarna klassificerats i grupperna övervikt och fetma. Med detta verktyg som är speciellt utformat för barn och ungdomar kan ett mer precist BMI-värde tas fram (Cole *et al.* 2000). En studie i USA talar dock emot att detta skulle vara effektivt och visade på att skolor som saknade ett hälsobaserat program inkluderat BMI uträkning, hade en lägre andel ungdomar med utvecklad fetma (Linchey *et al.* 2010).

En svaghet med denna studies metod var att materialet redan var färdiginsamlat med färdigställda frågeformulär där författarna inte kunde påverka innehållet. Då studien syftade till att undersöka snabbmatskonsumtionen bland ungdomar i klass nio kan det tyckas att frågorna skulle varit mer inriktade på snabbmat. Det borde ha varit med fler frågor om vilken typ av snabbmat som konsumerades.

En begränsning med denna studie var att frågeformuläret inte var testat vad gäller reliabilitet eller validitet. Däremot så användes ett frågeformulär som innehåll frågor som ofta förekommit i andra studier. Frågorna var raka och enkla att förstå och detta kan då tala för studien. Det var inte några specifika inklusionskriterier för att delta i studien mer än att frågeformuläret bara delades ut till de ungdomarna som gick i klass nio på någon utav de slumpmässigt utvalda skolorna. Bortfallet var väldigt litet och dessa två faktorer tillsammans gör studien mer överförbar och bidrar till en extern validitet som Polit och Beck (2004) benämner det. Författarna anser att resultatet av denna studie är generellt överförbar eftersom deltagarantalet är relativt högt (Polit & Beck 2004). Ungdomarna fick också sitta i lugn och ro

vid ifyllandet av frågeformuläret och fick vara anonyma i och med att inga namn skrevs på frågeformulären samt att dessa samlades in i förslutna lådor vilket gör det omöjligt att urskilja vem som svarat på vilket frågeformulär. I denna studie har alltså författarna själva inte kunnat påverka resultatet.

Studien undersökte också om det fanns ett samband mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande hos ungdomar i klass nio och när författarna genomförde korrelationstestet var signifikansnivån på $p \leq 0.01$ vilket, enligt Polit och Beck (2004) bidrog till att stärka resultatet och också undvika oanvändbart resultat.

4.4 Allmän diskussion

Studiens resultat visar på förhållandevis normala BMI-värden hos ungdomarna och att den största andelen av dem var normalviktiga. Författarna anser att det är betydelsefullt att följa barn och ungdomars BMI-värden för att upptäcka och på så sätt kunna förebygga övervikt och fetma. Guo *et al.* (2002) håller med om detta och menar att BMI borde räknas ut på alla barn och ungdomar oavsett ålder och att de barn och ungdomar som visar på en övervikt, nog ska följas och utvärderas. Enligt författarna till den föreliggande studien ligger det i sjuksköterskans ansvar, då främst i form av skolsköterska, att utföra dessa mätningar av BMI på barn och ungdomar. Detta stämmer bra överens med Dorothea Orems Omvårdnadsteori som till viss del handlar om att främja hälsa samt stödja och vägleda patienten i ett egenvårdsarbete (Kristoffersen *et al.* 2006).

Resultatet i föreliggande studie visade att mer än en tredjedel av ungdomarna åt snabbmat och pommes frites mer än två till tre gånger i månaden samtidigt som det framkom att två av ungdomarna konsumerade snabbmat och pommes frites hela tre gånger per dag. Enligt resultatet konsumerade ungefär en femtedel av ungdomarna läsk två till tre gånger i veckan och åtta av ungdomarna uppgav att de drack läsk tre eller fler gånger per dag. Enligt Bowman *et al.* (2004) får ungdomar som äter snabbmat även i sig mer totalt fett, mer mättat fett, mer totala kolhydrater, mer tillsatt socker och slutligen får ungdomarna också ett större intag av sötade drycker. Samtidigt menar Bowman *et al.* (2004) att snabbmatskonsumtion ger ett minskat intag av mjölk, frukt och grönsaker. Den föreliggande studiens resultat visade på relativt låga siffror speciellt jämfört med ungdomar i USA och samma sak gäller för deras läskkonsumtion fast den dock var något högre än deras snabbmatskonsumtion. Författarna till den föreliggande studien anser ändå, att för att hålla övervikt och fetma bland ungdomar i

Sverige på en så låg nivå som det är möjligt, borde tid avsättas till att fördjupa sig i orsakerna till att övervikt och fetma utvecklas.

I föreliggande studien framkom det att nästan 60% av ungdomarna tittade på tv två till tre timmar per dag. Tv/video-tittande mer än två timmar per dag är sammankopplat med en övervikt eller risk för övervikt (Mendoza *et al.* 2007) och barn som ofta äter medan de tittar på TV och äter på snabbmatsrestauranger föredrar ofta större portioner av pommes frites och chips (Colapinto *et al.* 2007). Även Barr-Anderson *et al.* (2009) har i sin studie kommit fram till att tv-tittande hos barn i ungdomsåren är kopplat till sämre måltidsvanor med lägre näringsinnehåll, samt att detta även lätt hänger med upp i åren och påverkar barn och ungdomar under flera år. Tv-tittande och tv-spelande kan också kopplas samman med koncentrationssvårigheter hos barn och ungdomar (Ramirez *et al.* 2010). Resultatet i studien visade också att på vardagarna var det drygt hälften av ungdomarna som använde datorn två till tre timmar per dag samtidigt som den siffran steg till 64% på helgerna. Författarna till denna studie anser det oroande då ungdomarna vid datorn och via Internet utsätts för enorma kommersiella kampanjer. Även Bowman *et al.* (2004) leder in på detta problem och anser att marknadsföringen av snabbmat till barn och ungdomar skulle begränsas mer.

Studien hade en frågeställning som syftade till att undersöka om det fanns något samband mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande. Studiens resultat som redovisats tidigare visade att ett positivt signifikant samband fanns. Det som kan diskuteras angående detta resultat är vilken variabel som påverkat vem? Tittar ungdomarna på tv/sitter vid datorn/spelar tv-spel för att de äter snabbmat eller äter de snabbmat för att de använder dessa tre medier? När ungdomarna använder tv och dator är risken relativt stor att de exponeras för marknadsföring utav olika sorters snabbmat eller snabbmatskedjor. Vid användande utav tv-spel är risken inte alls lika stor att de utsätts för denna typ av marknadsföring då det vanligtvis inte brukar finnas någon reklam eller dylikt på dessa spel. För fortsatt forskning skulle det vara intressant att ta reda på vilken variabel av snabbmatskonsumtion och medieanvändande som påverkar vem. Detta kan vara viktigt för länders regeringar som kan förändra prissättning och marknadsföring av snabbmat samt regleringen av marknadsföring till barn (Bowman *et al.* 2004, Powell 2009). Dagens forskning säger att det behövs preventiva åtgärder i ungdomsåren för att förebygga övervikt och fetma i vuxen ålder (Guo *et al.* 2002, Socialstyrelsens Folkhälsorapport 2009). Därför skulle det vara intressant att fortsättningsvis undersöka vid vilken ålder, eller före, det är viktigast att sätta in preventiva åtgärder mot

övervikt och fetma för att lättare utarbeta arbetsplaner och strategier för sjuksköterskor som har hand om barn och ungdomar.

Med övervikt och fetma följer det följsjukdomar som kan vara allvarliga (Ho *et al.* 2011, Almås 2009, Ericson & Ericson 2009). Därför anser författarna och Robinson *et al.* (2007) att en åtgärd mot den rådande överviktsepidemin bland barn borde vara att införa hårdare regleringar för marknadsföring av snabbmat riktad till barn och ungdomar. Powell (2009) menar att en annan orsak kan var att priserna på snabbmat är låg och den typen av mat ofta är väldigt lättillgänglig. Om priserna höjs på snabbmaten kan det leda till effekten att barn och ungdomar lättare väljer hälsosammare alternativ om dessa är billigare än den ohälsosamma maten, anser författarna till studien. Metha *et al.* (2008) kom fram till i deras studie att ju tätare restaurangerna som serverade snabbmat befann sig desto högre BMI konstaterades, medan andra restaurangers täthet inte bidrog till ökat BMI. Detta är ett bevis på att det framförallt är snabbmaten som bidrar till ett ökande BMI och inte restaurangmat i allmänhet, anser författarna till denna studie.

4.5 Slutsats

Studiens resultat visade att den största andelen av ungdomarna hade ett BMI-värde som visade på en normal vikt, dock var cirka en av tio överviktiga eller feta. Det framkom även att de flesta ungdomarna hade relativt låg snabbmatskonsumtion medan läskdrickandet konstaterades vara mer frekvent. Gruppen med överviktiga/feta drack läsk i större utsträckning än de som var underviktiga men båda grupperna åt snabbmat ungefär lika ofta. Den typ av media som användes mest var datorn och majoriteten spelade nästan aldrig tv-spel. Den föreliggande studiens resultat visade på att det finns ett positivt signifikant samband mellan snabbmatskonsumtion och medieanvändande.

5. Referenslista

- Adair L. S. & Popkin B. M. (2005) Are child eating patterns being transformed globally? *Obesity Research* 13(7), 1281-1299.
- Almås H. (2009). *Klinisk omvårdnad del 1*. Stockholm: Liber AB.
- Barr-Andersson D.J., Larson N.I., Nelson M.C., Neumark-Sztainer D. & Story M. (2009) Does television viewing predict dietary intake five years later in high school students and young adults? *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 6(7), 1-8.
- Bauer K.W., Larson N.I., Nelson M.C., Story M. & Neumark-Sztainer D. (2009) Fast food intake among adolescents: Secular and longitudinal trends from 1999 to 2004. *Preventive Medicine* 48, 284-287.
- Bener A., Al-Mahdi H.S., Vachhani P.J., Al-Nufal M. & Ali A.I. (2010) Do excessive internet use, television viewing and poor lifestyle habits affect low vision in school children? *Journal of Child Health Care* 14(4), 375-385.
- Bowman S.A., Gortmaker S.L., Ebbeling C.B., Periera M.A. & Ludwig D.S. (2004) Effects of Fast-Food Consumption on Energy Intake and Diet Quality Among Children in a National Household Survey. *Pediatrics* 113(1), 112-118.
- Brener N.D., McManus T., Galuska D.A., Lowry R. & Wechsler H. (2003) Reliability and validity of self-reported height and weight among high school students. *Journal of Adolescent Health* 32, 281-287.
- Bjørndal A. & Hofoss D. (1998). *Statistik för hälso- och sjukvårdspersonal*. Stockholm: Universitetsförlaget.
- Caballero B., Himes J.H., Lohman T., Davis S.M., Stevens J., Evans M. et al. (2003) Body composition and overweight prevalence in 1704 schoolchildren from 7 American Indian communities. *American Journal of Clinical Nutrition* 78(2), 308-312.
- Colapinto C.K., Fitzgerald A., Taper L. J. & Veugelers P. J. (2007) Children's preference for large portions: prevalence, determinants and consequences. *Journal of American Dietetic Association* 107, 1183-1190.
- Cole T.J., Bellizzi M.C., Flegal K.M. & Dietz W.H. (2000) Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *British Medical Journal* 320(1240), 1-6.
- Collison K.S., Zaidi M.Z., Subhani S.N., Al-Rubeaan K., Shoukri M. & Al-Mohanna F.A. (2010) Sugar sweetened carbonated beverage consumption correlates with BMI, waist

- circumference, and poor dietary choices in school children. *BMC Public Health* 10(234), 1-13.
- Dowdell E.B. & Santucci M.E. (2004) Health Risk Behavior Assessment: Nutrition, Weight, and Tobacco Use in One Urban Seventh-Grade Class. *Public Health Nursing* 21(2), 128-136.
- Ericson E. & Ericson P. (2009) *Medicinska sjukdomar*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Guo S.S., Wu W., Chumlea W.C. & Roche A.F. (2002) Predicting overweight and obesity in adulthood from body mass index values in childhood and adolescence¹⁻³. *American Journal of Clinical Nutrition* 2002(76), 653-658.
- Ho W.C., Lin Y.S., Caffrey J.L., Lin M.H., Hsu H.T., Myers L., Chen P.C. & Lin R.S. (2011) Higher body mass index may induce asthma among adolescents with pre-asthmatic symptoms: a prospective cohort study. *BMC Public Health* 11(542), 1-8.
- Hunley S.A., Evans J.H., Delgado-Hachey M., Krise J., Rich T. & Schell C. (2005) Adolescent computer use and academic achievement. *Adolescence* 40(158), 307-318.
- Institute of Medicine (2005) *Preventing Childhood Obesity: Health in the Balance*. Washington, DC: National Academies Press.
- Svensk sjuksköterskeförening (2007) "ICN:s etiska kod för sjuksköterskor". http://www.icn.ch/images/stories/documents/about/icncode_swedish.pdf. Hämtat den: 2011-04-20.
- Jordan A., Kramer-Golinkoff E. & Strasburger V. (2008) Do the media cause obesity and eating disorders? *Adolesc Med State Art Rev* 19(3), 431-449.
- Karlsson S. & Brydolf M. (2006) Ungdomars kost- och motionsvanor: En undersökning i årskurs 9 på två svenska skolor. *Vård i Norden* 26(4), 4-9.
- Kristoffersen N.J., Nortvedt S. & Skaug E-A. (2005) *Grundläggande omvårdnad. Del 3*. Stockholm: Liber AB.
- Kristoffersen N.J., Nortvedt S. & Skaug E-A. (2006) *Grundläggande omvårdnad. Del 4*. Stockholm: Liber AB.
- Lenhart A., Madden M. & Hitlin P. (2005) *Teens and Technology: Youth Are Leading the Transition to a Fully Wired and Mobile Nation*. Washington D.C: Pew Internet & American Life Project.
- Linchey J. & Madsen K.A. (2010) State Requirements and Recommendations for School Based Screenings for Body Mass Index or Body Composition, 2010. *Preventing chronic disease, Public Health Research, Practice and Policy* 8(5), 1-7.
- Maloney M.J., McGuire J., Daniels S.R. & Specker B. (1989) Dieting behavior and eating

- attitudes in children. *Pediatrics* 84(3), 482-489.
- Mehta N.K. & Chang V.W. (2008) Weight status and restaurant availability a multilevel analysis. *American Journal of Preventive Medicine* 34(2), 127-133.
- Mendoza J.A., Zimmerman F.J. & Christakis D.A. (2007) Television viewing, computer use, obesity, and adiposity in US preschool children. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* 4(44), 1-10.
- Moreno L.A., Kersting M., de Henauw S., González-Gross M., Sichert-Hellert W., Matthys C. *et al.* (2005) How to measure dietary intake and food habits in adolescence? – the European perspective. *International Journal of Obesity Related Methabolic Disorde* 29(2), 66-77.
- Moreno L.A., Rodríguez G., Fleta J., Bueno-Lozano M., Lázaro A. & Bueno G. (2010) Trends of Dietary Habits in Adolescents. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition* 50, 106-112.
- Nationalencyklopedin (2011) ”Snabbmat”. <http://www.ne.se/snabbmat>. Hämtat den: 2011-09-27.
- Nielsen S.J. & Popkin B.M. (2004) Changes in Beverage Intake Between 1977 and 2001. *American Journal of Preventive Medicine* 27(3), 205-210.
- Olsson H. & Sörensen S. (2007) *Forskningsprocessen – Kvalitativa och kvantitativa perspektiv*. Stockholm: Liber AB.
- Polit D.F. & Beck C.T. (2004) *Nursing Research: Principles and Methods*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Powell L.M. (2009) Fast food costs and adolescent body mass index: Evidence from panel data. *Journal of Health Economics* 28, 963-970.
- Ramirez E.R., Norman G.J., Rosenberg D.E., Kerr J., Saelens B.E., Durant N. & Sallis J.F. (2011) Adolescent Screen Time and Rules to Limit Screen Time in the Home. *Journal of Adolescent Health* 48, 379-385.
- Rasmussen F., Eriksson M., Bokedel C. & Schäfer Elinder L. (2004) *Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar. COMPASS – en studie i sydvästra Storstockholm*. Stockholm: Samhällsmedicin; 2004. Rapport nr. 2004:1.
- Roberts D., Foehr U.G. & Rideout V. (2005) *Generation M: media in the lives of 8-18 year olds*. Menlo Park: Kaiser Family Foundation.
- Robinson T.N., Borzekowski D.L.G., Matheson D.M. & Kraemer H.C. (2007) Effects of fast food branding on young children’s taste preferences. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine* 161(8), 792-797.

- Rosenheck R. (2008) Fast food consumption and increased caloric intake: a systematic review of a trajectory towards weight gain and obesity risk. *International Association for the Study of Obesity* 2008(9), 535-547.
- Schmidt M.E., Rich M., Rifas-Shiman S.L., Oken E. & Taveras E.M. (2009). Television viewing in infancy and child cognition at 3 years of age in a US cohort. *Pediatrics* 2009(123), 3.
- Shi L. & Mao Y. (2010) Excessive recreational computer use and food consumption behavior among adolescents. *Italian Journal of Pediatrics* 36(52), 1-4.
- Socialstyrelsen (2010) *Folkhälsorapport 2009*.
http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2009/2009-126-71/Documents/7_Overvikt.pdf
 & http://www.socialstyrelsen.se/publikationer2009/2009-126-71/Documents/2_Barns.pdf.
 Hämtat den: 2011-04-19.
- Socialstyrelsen (2005) *Kompetensbeskrivning för legitimerade Sjuksköterskor*.
http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/9879/2005-1051_20051052.pdf. Hämtat den: 2011-04-20.
- Straker L.M., Pollock C.M., Zubrik S.R. & Kurinczuk J.J. (2006) The association between information and communication technology exposure and physical activity, musculoskeletal and visual symptoms and socio-economic status in 5-year-olds. *Child: Care, Health and Development* 32(3), 343-351.
- Strasburger V.C., Jordan A.B. & Donnerstein E. (2010) Health Effects of Media on Children and Adolescents. *Pediatrics* 125(4), 755-768.
- Swing E.L., Gentile D.A., Anderson C.A. & Walsh D.A. (2010) Television and Video Game Exposure and the Development of Attention Problems. *Pediatrics* 126(2), 213-221.
- Sykepleiernes Samarbeid i Norden (2003) *Etiske riktlinjer for omvårdnadsforskning i Norden*.
[http://lms.hig.se/webapps/portal/frameset.jsp?tab_group_id=21&url=%2Fwebapp%2Fblackboard%2Fexecute%2Flauncher%3Ftype%3DCourse%26id%3D781%26url%](http://lms.hig.se/webapps/portal/frameset.jsp?tab_group_id=21&url=%2Fwebapp%2Fblackboard%2Fexecute%2Flauncher%3Ftype%3DCourse%26id%3D781%26url%2F)
 D. Hämtat den 2011-04-19.
- Utter J., Neumark-Sztainer D., Jeffrey R. & Story M. (2003) Couch potatoes or french fries: Are sedentary behaviors associated with body mass index, physical activity, and dietary behaviors among adolescents? *Journal of the American Dietetic Association* 103(10), 1298-1305.
- Vandewater E.A., Rideout V.J., Wartella E.A. Huang X., Lee J.H. & Shim M-S. (2007) Digital Childhood: Electronic Media and Technology Use Among Infants, Toddlers, and

Preschoolers. *Pediatrics* 119(5), 1005-1016.

Vårdguiden (2009) *BMI, midjemått och bukfetma*.

<http://www.varldguiden.se/Tema/Halsa/Livsstil/BMIidjematt/>. Hämtat: 2011-09-20.

Wang Y., Monteiro C. & Popkin B.M. (2002) Trends of obesity and underweight in older children and adolescents in the United States, Brazil, China and Russia. *American Journal of Clinical Nutrition* 75(6), 971-977.

World Health Organization (2011) *Global Health Observatory (GHO)*.

http://www.who.int/gho/ncd/risk_factors/overweight_text/en/. Hämtat den: 2011-09-20.