

Fedme giver børn fysiske mén og sår på sjælen, men hvad gør man egentlig, når man først er fed? Mikala Utzon og Thomas Moser fra Learning Lab Denmark har kortlagt danske behandlingstiltag for overvægtige børn.

Kampen mod fedme glemmer pædagogikken

»Mikala Utzon, i jeres kortlægning af behandlingstiltag kalder I det en pædagogisk udfordring at behandle overvægt blandt børn. Hvad mener I?»

»Når barnet indgår i et behandlingsforløb, er der tale om en læringsproces. Barnet lærer noget om sig selv, om kost, motion og om sin egen krop, og hvordan man skal gebærde sig på den sociale arena. Hvis barnet skal bibeholde vægttabet, er det ikke nok at gribe problematikken medicinsk an, for børn

har brug for nogle andre redskaber for at komme videre. I den offentlige debat omtales fedme hos børn typisk som et medicinsk problem, men når det drejer sig om behandlingstiltag mod fedme, så er adfærd og motivation centralt for, at behandlingen lykkes. Derfor er det også en pædagogisk udfordring.«

Hvor udbredt er fedme blandt danske børn?

»Sammenlignet med resten af Europa er danske børn nogle af de mest slanke, og de danske myndigheder er på mange måder førende, hvad angår behandling af overvægt blandt børn. Eksempelvis er Danmark det første land, der laver en national kortlægning af behandlingstiltag. Men selv om vi i Danmark ikke har det største problem med stærkt overvægtige børn, er problemet stigende. Om ti år ligner vi USA, hvis vi ikke gør noget ved det.«

Hvilke behandlingstiltag findes der i Danmark?

»I alt har vi haft kontakt med 118 projekter, som arbejder med behandling af overvægt blandt børn. Det er tiltag som Weight Watchers, Fit for fight, Farvel Fedt Junior, Tip Tap Tynde, Jeg Ku'... Du ka' oz! Mange af dem er kommunale tiltag, som har en sundhedsplejerske tilknyttet. Mange af tiltagene inddrager familien, især de tiltag, som fokuserer på kost og motion, for man ved, at det ikke hjælper kun at tage fat i det enkelte barn og lære barnet om kost, motion, livsstil osv. De dårlige vaner går også igen i familien. Barnet er ikke stærkt nok til at gå imod familiens vaner.«

Hvad skal der til, for at et behandlingstiltag opnår gode resultater?

»Man er nødt til at fokusere på kost og motion, men man må også fokusere på psykosociale aspekter, for eksempel mobning, kammeratskab og selvtillid. Det er det, som Julemærkehjemmet gør så godt: Personalet giver børnene en sund og rationeret kost, og børnene dyrker meget motion, men personalet fokuserer allermost på succesoplevelser og på at styrke børnenes selvtillid. Så børnene kommer

tilbage slanke, aktive og med et boost af selvtillid. Julemærkehjemmet er det eneste tiltag, der har kørt over mange år, så man kan rent faktisk måle, at det har en effekt. Problemet er imidlertid, at børnene tager på igen.«

Men så virker det jo ikke?

»Kortsigtet har det en positiv effekt, for det viser sig, at børn taber sig betydeligt på Julemærkehjemmet. Men ja, de tager på igen, når de kommer hjem – og ofte mere end de 20 kg, de måske har tabt. Men hvad der sker med børnene bagefter, har strengt taget ikke noget med Julemærkehjemmet at gøre. Det er op til andre aktører, for eksempel kommunale instanser, at sørge for at følge op.«

Hvordan?

»I den enkelte kommune kunne man skabe et netværk for børn, så de mødes en gang imellem og kan bruge hinanden. Myndighederne fokuserer imidlertid mest på, hvad vi kan gøre for, at danske børn ikke bliver tykkere og tykkere med et snævert fokus på vægt. Det er en løftet pegefinger: Du skal bare spise mindre og dyrke mere motion. Men hvis det var så simpelt, så ville der være flere, der efterlevede det. Man vil få mere ud af også at medtænke de psykosociale aspekter, for fedmeproblematikken er også en pædagogisk udfordring.« ▲

M Camilla Mehlisen
me@dpu.dk



Mikala Utzon

Sociolog og forskningsassistent på Learning Lab Denmark, DPU. Mikala Utzon arbejder med overvægt og læringsprocesser, der kan medvirke til en positivt forandret adfærd.

Personlig hjemmeside: www.ild.dk/om/mut

Når du først er fed – hvad så?

Sundhedsstyrelsen og Learning Lab Denmark, DPU, står med projektet 'Når du først er fed – hvad så?' bag en ekstensiv kortlægning af behandlingstiltag for overvægtige børn og unge i Danmark. Man kan frit benytte projektdatabasen på hjemmesiden www.kropogvaegt.ild.dk. Projektet er finansieret af Overvægtspuljen 2003.

I forlængelse af projektet skal Learning Lab Denmark i efteråret 2005 i gang med at udvikle en metode til et stort EU-projekt ('EMOB II'). Formålet er at kortlægge initiativer for forebyggelse og behandling af overvægt blandt børn i 31 europæiske lande. Projektet foregår i samarbejde med fire regionale partnere. Learning Lab Denmark har hovedansvaret for undersøgelsen.

Syden er tungest

Antallet af overvægtige skolebørn stiger med 400.000 om året i EU-landene. Også de danske børn får stadig mere sul på kroppen, men sammenlignet med andre europæiske lande ligger danske børn dog i den slanke ende.

Børn er mest slanke i:

Holland:	11 % af børn i alderen 7-11 er overvægtige
Danmark:	14 %
Tyskland:	16 %

Børn har mest sul på kroppen i:

Italien:	31 %
Portugal:	32 %
Spanien:	34 %

Kilde: Capgemini, maj 2004, og DSB Presse, april 2005