

LIVSSTILPROBLEMER. Vi tror at barn har det bedre på bygdene enn i byene. Men bygdebarna sliter også med moderne livsstilsproblemer, særlig fedme.

Bygdebarnas fedme

Kronikk

BJØRN EGIL FLØ

Norsk senter for bygdeforskning

REIDUN HEGGEM

Norsk senter for bygdeforskning

JOHAN FREDRIK RYE

Institutt for sosiologi og statsvitenskap, NTNU

GJERTRUD STORDAL

Norsk senter for barneforskning

Den idylliske landsbygda. I den norske selvforståelsen finnes den gode, sunne og naturlige barndommen et sted ute på den idylliske landsbygda. Det er en rådende oppfatning blant folk at barn har det bedre på bygdene enn i byene. Så viser det seg at bygdebarna også sliter med moderne livsstilsproblemer, kanskje enda mer enn barna i byen. Blant annet kan det synes som om bygdebarn sliter mer med overvekt og fedme enn bybarn. Det er det dessverre alt for få som ønsker å snakke om.

Flere nye studier antyder at bygdebarna sliter mer med vekta og står i større fare for å utvikle påfølgende livsvarige helseproblemer enn barn som vokser opp i byene. Likevel er det merkelig få som problematiserer oppvekstvilkårene i bygde-Norge.

Troen på bygda. I stedet lever troen på bygda som det ideelle oppvekststed videre. Som bygde- og barneforskere tror vi det er på tide at det norske samfunnet tar opp mytene om bygdeidyllen til ny vurdering. Ikke det at det nødvendigvis er verre å vokse opp på bygda enn i byene, men bygdebarndommen er heller ikke uten problemer. Bygdebarna fortjener at eksisterende, unyanserte myter om bygdebarndommen går etter i sømmene.

Landlig fedme. Overvekt er en av vår tids folkesykdommer, og rammer både barn og voksne over hele landet. I utlandet har man lenge kjent til at problemet er spesielt utbredt på bygdene. I studier fra utlandet pekes det på at bygdefolk ofte tjener dårligere og har lavere utdanning enn folk i urbane strøk, to forhold som vanligvis peker mot livsstiler som i sine konsekvenser i mindre grad er helsebringende.

Man skal være forsiktig med å overføre slike forskningsresultater til Norge, spesielt ettersom den norske bygdesamfunn. Likevel er det verdt å merke seg at også norske studier de senere årene har vist tilsvarende resultater her hjemme.

Blant annet konkluderer en undersøkelse publisert i «Journal of Public Health» at det er en klar geografiske dimensjon i den norske fedmeproblematikken. Mest overvektige er barna i Nord-Norge. Også St. Olavs hospital i Trondheim rapporterer om en tydelig rural dimensjon i sitt fedmearbeid. Over halvparten av alle barna som får behandling for overvekt ved sykehuset, er fra bygda.

Kompliserte forklaringer. Forskning gir ikke et entydig bilde av hva det økende fedme problemet skyldes og mange spørsmål står ubesvarte. Generelt vises det til at overvekt og fedme må forklares ut fra komplekse kombinasjoner av mange faktorer, så som arv, kostholdsendringer, utdanning, familieøkonomi, fysisk aktivitet og andre kulturelle livsstilsulikheter. Vi vet lite om hva som gjør at de norske bygdebarna rammes hardere av fedme og overvekt enn andre barn, men lat oss likevel kort antyde noen forhold som peker



Overvekt blant bygdebarn handler om mer enn forholdet mellom inntak og forbruk av kalorier, skriver kronikkforfatterne.

FOTO: GEIR OTTO JOHANSEN

seg ut som mulige forklaringer.

For det første er det mange faktorer som antyder at bygdesamfunnenes sosiale struktur bidrar til økende grad av overvekt og fedme. På bygdene bor og arbeider mange grupper som tradisjonelt har, fra et fedmeperspektiv, uheldige kostholds- og aktivitetstradisjoner.

Videre vet vi at folk med høyere utdanning er mindre overvektige enn andre, samtidig som bygdefolk peker seg ut med et lavere utdanningsnivå enn folk i byene.

Sitter stille. Den spredtbygde bosetting på bygdene er trolig også en del av forklaringen. Grendeskoler og kulturelle aktiviteter sentraliseres, og bygdebarna er etter hvert blitt storbrukere av skolebuss og foreldretransport. Satt på spissen: Mens bybarna springer rett ut av klasserommet og på fotballøtta, sitter bygdebarna stille på skolebussen. Når man først er hjemme, er det gjerne langt til nærmeste lekekamerat, og det er kanskje lettere å sette seg til foran tv'n eller PC'en enn å organisere transport.

Samtidig har bygdefolk flest naturen tett innpå seg og organisasjonslivet med idretten som et viktig element står sterkt på bygda. Dette er et av de mange paradokser som antyder at den rurale fedmeproblematikken er mer komplisert enn det som kjapp synsing kan forklare.

Den gode bygdebarndommen? Det vil være et viktig bidrag til å forstå hvorfor overvekt og fedme er et økende problem at man begynner å nøste i den rurale overvekten. Det krever at folk, både i bygd og by, er villige til å ta opp til ny vurdering forestillingene om bygdebarndommen som en udiskutabel «naturlig» størrelse.

I den norske folketroen, helt fra nasjonalromantikken på 1800-tallet, har bygde- ne stått sterkt i folks bevissthet som det gode, naturlige og trygge samfunn. Spesielt gjelder dette forestillinger om den gode barndommen. Den finner sted et eller annet sted utenfor byen, lengst mulig vekk fra byens larm og kaos, anonymitet og rastløshet, forurensning og kriminalitet.

Bygdebarns økende fedme problemer rokker ved denne forestillingen, og viser at den ikke lenger kan taes for gitt. Også på bygdene har det moderne samfunnet gjort sitt inntog, med alle dens positive og negative utslag. Å være barn på bygda er ikke lenger, og har heller kanskje aldri vært, et vern mot modernitetens farer.

Mer enn kalorier. Det økende fedme problemet blant barn på bygdene kan kanskje også sees på som et symptom på noe mer, og man kan spørre seg hvordan det egentlig står til med barna som vokser opp i Norges bygder og distrikter. Skjuler det seg flere sosiale problemer bak de overvektige kroppene?

For overvekt blant bygdebarn handler om mer enn forholdet mellom inntak og forbruk av kalorier. Barns livsstil er blant annet avhengig av foreldrenes livsstil, og barns overvekt må ikke sees på som et isolert fenomen, men et fenomen som inngår i praksiser der foreldrenes tilrettelegging og utforming av kosthold og aktivitet står sentralt. Bygdebarns overvektproblemer bør studeres i lys av familiens livsstil som helhet, både økonomisk og sosialt.

Flere arenaer. Samtidig lever barn i dag sine liv på flere arenaer enn i familien. Barn inngår i mange ulike sosiale kontekster som har innvirkning på barndommen, skole, lokalsamfunn, venner og jevnaldningsmiljø. Barn er i stadig økende grad regnet som målgruppe for markedsføring og aktører i forbrukersamfunnet, og vi vet lite om hvordan bygdebarn tar del i den generelle forbruksveksten.

Skal tiltak for å redusere problemet ha noen effekt, bør man ha grundig kjennskap til hva fenomenet handler om og hva det skyldes.

Myter for fall? Ingen vet med sikkerhet hvor stort bygdens fedme problem er, og enda færre er kjent med årsakene. Så lenge man slår seg til ro med mytene om den rurale idyllen og den gode, trygge og sunne bygdebarndom, vil man heller ikke få slik kunnskap.

Derfor tror vi det er på tide med en ny debatt om bygdebarndommen, og den bør fortrinnsvis bygge på kunnskap heller enn myter.

Barnfrihet ikke skjebnesvangert

Lege og sosiolog Tor Inge Romøren gir i sitt innlegg 20. desember uttrykk for bekymring for hvordan vi i fremtiden skal kunne fø på og pleie våre gamle når flere velger å være barnløse.

At barn av blitt et spørsmål om livsstil og ikke sees på som «arbeidskraft og en investering i alderdommen» er ifølge ham en «skjebnesvanger fremmedgjøring».

Mener Romøren på alvor at vi er for få mennesker på denne planeten, eller glemmer han at det bør mennesker utenfor det han kaller det «vestlige samfunn»? Formodentlig er han klar over at det kreves mer enn et par foreldre for at barn skal vokse opp og bli til arbeidskraft. For eksempel er det nødvendig med rent vann og mat. Dette er knappe ressurser i dag, om vi ser jorden under ett.

De som av bekvemlighetsgrunner velger å være uten barn kan ha god samvittighet, da det er nok av mennesker som, til tross for vårt klima, gjerne flytter fra hjemlig uro og fattigdom for å fylle de arbeidsplassene som skulle stå tomme her.

Skal man se «samfunnet som helhet», som Romøren oppfordrer til, bør man løfte blikket såpass at man ser noe lenger enn til Svinnesund.

HELGE RAGER FURUSETH
sivilingeniør, Oslo

God helse gir livskvalitet!

I sin søndagskronikk «God helse som avgud» angriper professor dr. philos Odd Nordhaug ved Norges Handelshøyskole arbeidsgivere som oppmuntrer og stimulerer sine ansatte til fysisk aktivitet. Han hevder at dette er et inngripen i privatsfæren, og at det er lønnsomhetsbetraktninger som ligger til grunn.

Det er imidlertid et faktum at man har bedre livskvalitet når helsen er god. Også med kroniske sykdommer, psykiske sykdommer og livstruende sykdommer som kreft og hjerteinfarkt kan man få bedre livskvalitet hvis man sørger for å ha en sunn livsstil med mye mosjon. Det styrker immunforsvaret og motvirker overvekt, stress og depresjon.

Som leder for forbundet til de med stoffskiftesykdommer, erfarer jeg stadig hvor viktig dette er når man lider av kroniske sykdommer. At fysisk aktivitet også kan føre til gevinst for arbeidsgiveren, burde etter min mening være positivt, men den største gevinsten vil den enkelte selv innkassere i form av høyere livskvalitet.

BENTE BAKKE
forbundsleder,
Norsk Thyreoidaforbund

«Skjuler det seg flere sosiale problemer bak de overvektige kroppene?»