

UiT

**NORGES
ARKTISKE
UNIVERSITET**

Prevention of Obesity in Norway

- a literary analysis of what works and areas of improvement

Sara Hansen MK-12
E-post: sha132@post.uit.no

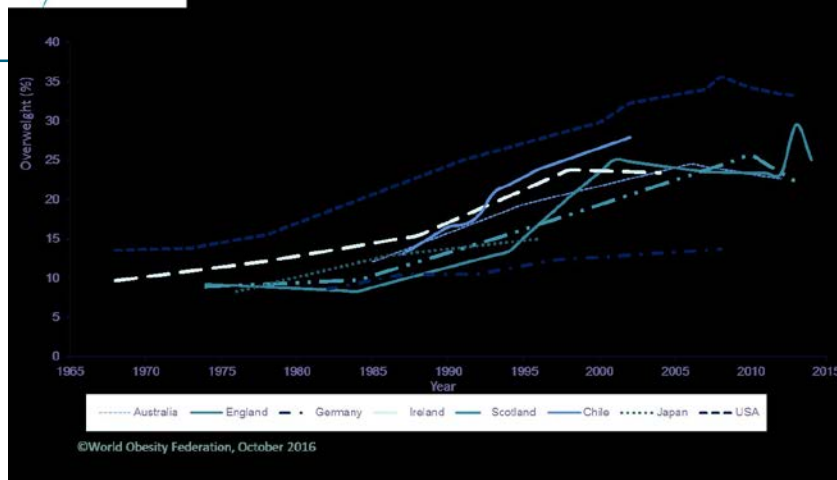


Bakgrunn

Forebygging av overvekt og fedme er viktig, nettopp fordi det kan forebygges.

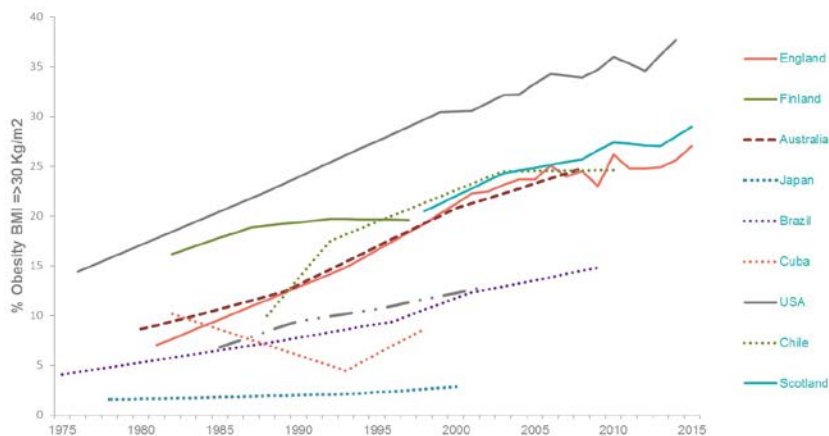
WORLD
OBESITY

Changes in % child overweight prevalence over time in selected countries worldwide



WORLD
OBESITY

Changes in % adult obesity prevalence over time in selected countries around the Globe



Last updated 17th July 2017

Prevalensen av overvekt og fedme øker, også blant barn under 5 år.

Store samfunnsøkonomiske kostnader

Overvekt og fedme er forbundet med økt komorbiditet og mortalitet.

Mål og Metode

Se på årsaker til overvekt og fedme, prevalensen av fedme på verdensbasis, samt å se på diverse forebyggende tiltak mot overvekt og fedme i Norge.

Literaturstudie, ved søk etter artikler i div databaser.



Resultat

Årsakene til overvekt og fedme er mer komplisert enn energi inn vs energi ut, men forenklet kan man si at når energi inn $>$ energi ut, over lengre tid, vil dette føre til overvekt og etter hvert fedme.

Eksempler på tiltak i Norge for forebygging av overvekt og fedme i befolkningen:

- Saltreduksjon og sukkerskatt
- FYSAK
- Nøkkelhulls merket
- Frikslivssentraler
- Økt tilgang til gang og sykkel siter



Konklusjon

Mye har allerede blitt gjort i forhold til forebygging av overvekt, både på verdensbasis og i Norge, men mer kunnskap, spesielt om effekten av div. tiltak, er nødvendig for ytterligere reduksjon av og bedre resultat av forebygging av overvekt og fedme.

Nyttige lenker for videre lesning om emnet:

www.worldobesity.org

www.wcrf.org/int/policy/nourishing-framework

www.who.int/topics/obesity/en/