

EXAMENSARBETE - KANDIDATNIVÅ

VÅRDVETENSKAP MED INRIKTNING MOT OMVÅRDNAD
VID AKADEMIN FÖR VÅRD, ARBETSLIV OCH VÄLFÄRD
K2022:86

Övervikt och fetmas påverkan på barns psykiska hälsa

Samira Shahian
Niloufar Zare



HÖGSKOLAN
I BORÅS

Examensarbetets titel: Övervikt och fetmas påverkan på barns psykiska hälsa

Författare: Samira Shahian & Niloufar Zare

Huvudområde: Vårdvetenskap med inriktning mot omvårdnad

Nivå och poäng: Kandidatnivå, 15 högskolepoäng

Utbildning: Sjuksköterskeprogrammet, GSJUK20v

Handledare: Karin Bergman

Examinator: Johan Herlitz

Sammanfattning

Övervikt och fetma hos barn är ett stort globalt problem vilket har negativa effekter på både psykisk och fysisk hälsa. Barn med övervikt och fetma löper risk att drabbas av kroniska sjukdomar så som diabetes, hjärt-kärlsjukdomar, olika cancerformer osv. Övervikt och fetma påverkar även den psykiska hälsan hos ungdomar vilket gör det svårt för dem att uppleva välbefinnande i dagliga livet. Sjuksköterskan har stort ansvar i mötet med barn med övervikt och fetma för att med ett pediatrik personcentrerat förhållningssätt kunna främja hälsa. Syftet med denna studie är att undersöka hur ungdomars psykiska hälsa påverkas av övervikt och fetma. Metoden som används i studien är litteraturoversikt enligt Friberg (2017, s. 141) för att få en översikt över problemområdet utifrån nio valda artiklar. För att få fram vårdvetenskapliga artiklar som motsvarar studiens syfte används databaserna Medline och Cinahl vilka innehåller medicinska och vårdvetenskapliga artiklar. I resultatet framkom två huvudteman och sex underteman som visar att övervikt och fetma i sig inte orsakar psykisk ohälsa utan det är ungdomarnas kroppsuppfattningar, mobbning och stigmatiseringar som gör att ungdomar har ett sämre psykosocialt välbefinnande. Det har även framkommit att ungdomars lärande påverkas av de psykosociala konsekvenserna vilket gör att de har lägre utbildningsnivå i vuxen åldern. I konklusionen har författarna utöver de två huvudteman lyft fram vikten av sjuksköterskans arbete och vikten av ett personcentrerat förhållningssätt där patientens unika livsvärld är i centrum. Med sitt pediatrika förhållningssätt kan sjuksköterskan lindra lidandet och främja välbefinnandet och därigenom förbättra ungdomars livskvalitet.

Nyckelord: *övervikt och fetma, barn och ungdomar, psykisk hälsa, personcentrerad vård, pediatrik vård, livsvärld, lidande.*

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

INLEDNING	1
BAKGRUND	1
<i>Övervikt och fetma hos barn</i>	<i>1</i>
<i>Orsak till övervikt och fetma</i>	<i>2</i>
<i>Konsekvenser av övervikt och fetma hos barn</i>	<i>3</i>
<i>Behandling av övervikt och fetma</i>	<i>3</i>
<i>Sjuksköterskans roll</i>	<i>4</i>
<i>Sjuksköterskans pediatrik förhållningssätt</i>	<i>4</i>
<i>Definition av hälsa och psykisk hälsa</i>	<i>5</i>
<i>Patientperspektiv</i>	<i>6</i>
PROBLEMFÖRMULERING	6
SYFTE	6
METOD	7
<i>Datainsamling</i>	<i>7</i>
<i>Dataanalys</i>	<i>8</i>
<i>Forskningsetiska övervägande</i>	<i>8</i>
RESULTAT	9
<i>En negativ känsla av utseende och vikt</i>	<i>9</i>
Att uppfatta sin kropp	<i>9</i>
Att bli mobbad	<i>10</i>
Att känna sig ensamma	<i>10</i>

<i>En känsla av stigmatisering och psykiska påfrestning relaterad till övervikt och fetma</i>	11
Konsekvensen av psykiska påfrestning	11
Viktrelaterade stigmatiseringar.....	11
Effekten av stigmatisering på lärande	12
DISKUSSION.....	13
<i>Metoddiskussion</i>	13
<i>Resultatdiskussion</i>	14
Hållbar utveckling	17
SLUTSATSER	18
REFERENSER	19
BILAGA 1 - ARTIKELSÖKNING.....	25
BILAGA 2 - ANALYS ÖVERSIKT AV RESULTAT ARTIKLARNA.....	26

INLEDNING

Enligt världshälsoorganisationen (WHO 2016) har antalet med fetma och övervikt hos barn ökat under de senaste 20 åren vilket är ett stort globalt problem. Det finns risk att medellivslängden minskar om fetmaepidemin fortsätter (WHO 2016). Övervikt och fetma i tidig ålder kan även påverka hälsan negativt i vuxen ålder. Barn Obesitas Register i Sverige (BORIS 2006) beskriver att 80% av överviktiga barn riskerar att utveckla övervikt och fetma i vuxen ålder vilket är ett stort folkhälsoproblem. Detta problem kan leda till kroniska sjukdomar i vuxen ålder vilket har en stor påverkan på både hälsa och livskvalitet (WHO 2016)

Intressen för detta ämne väcktes då författarna ser övervikt och fetma som ett stort hälsoproblem som påverkar barns välbefinnande och livskvalitet. Författarna är även nyfikna på hur ett hälsofrämjande arbete kan bidra till förbättring av livskvalitet hos de relaterade människorna i samhället. Övervikt och fetma påverkar både psykiska och fysiska hälsotillstånd hos barn. Författarna vill även få en förståelse för hur ungdomar med övervikt och fetma mår och hur en sjuksköterska ska förhålla sig i möten med dessa relaterade individer i vården.

BAKGRUND

Övervikt och fetma hos barn

Enligt Barnkonventionens avgränsning räknas varje människa under 18 år som barn i hela världen (UNICEF 2022). Enligt BORIS (2006) är övervikt och fetma bland barn ett stort folkhälsoproblem. Även Whitehead et al. (2020) beskriver detta som ett ökande globalt problem som kan ha ogynnsamma effekter på hälsan hos barn både fysiskt och psykiskt. Enligt Whitehead et al. (2020) har sedan 1975 övervikt och fetma hos barn stigit från 4% till 18% vilket visar att 250 miljoner barn kommer att lida av övervikt och/eller fetma samt medföljande konsekvenser år 2030. Detta hälsoproblem ökar risken att barn utsätts

för allvarsamma sjukdomar bland annat diabetes, hjärt-kärlsjukdomar, infektionssjukdomar och cancer (Whitehead et al. 2020). Psykisk ohälsa är en annan negativ effekt till följd av barns övervikt och fetma som kan framkomma enligt Trygg Lycke (2016, s. 134) vilket skapar lidande i barns tillvaro.

Enligt WHO (2021) räknas en onormal ansamling av fett som övervikt och fetma som kan ha negativ inverkan på hälsa. För att kunna klassificera viktstatus enligt folkhälsomyndigheten (2020) används mätredskapet Body Mass index (BMI= vikt/längd²). Referensvärden visar (<18,5) som underviktig, (18,5-25) som normalviktig, (>25) som överviktig och (\geq 30) som fetma hos vuxna. Mätredskapet med namnet iso-BMI används för viktstatus hos barn där tillväxtkurvan med gränsvärde (>25) visar övervikt och (>30) visar fetma. Iso-BMI skiljer sig från BMI där beräkningen även tar hänsyn till ålder, kön och utvecklingsstadium (Folkhälsomyndigheten 2020).

Orsak till övervikt och fetma

Övervikt och fetma uppstår då energiåtgången är mindre än kaloriintaget. Olika orsaker däribland sociala, genetiska och själsliga kan ligga till grund för tillkomst av övervikt och fetma hos barn. Ett exempel på social påverkan är vanor som avgör i vilken mängd, vid vilken tidpunkt och vad man ska äta, vilket varierar från kultur till kultur. I den mentala faktorn kan man innefatta lockelsen av hjärnans belöningssystem som skapar ett njutningstillstånd i samband med ohälsosam föda hos människan (Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn & Trygg Lycke 2013, ss. 26–29). Enligt statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU 2019) är livsstil en faktor som har stor betydelse på barn och ungdomars hälsa. Barns övervikt och fetma enligt SBU (2019) är bland annat kopplad till kost och motion. SBU (2019) beskriver skärmtiden framför teven, datorer och mobiltelefoner med andra ord orörligheten bland barn och ungdomar i dagens samhälle som en faktor som har en stor påverkan på barns och ungdomars vikt (SBU 2019).

Konsekvenser av övervikt och fetma hos barn

Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn och Trygg Lycke (2013, s. 21) beskriver skillnaden mellan övervikt och fetma då fetma räknas som ett sjukdomstillstånd medan övervikt är ett tillstånd som kan leda till olika sjukdomar. Det är först och främst barn med fetma som löper risk att lida av svåra följsjukdomar såväl fysisk som psykiskt. Det själsliga kan visa sig som depression, ångest och känslan av skuld och skam, osv. och den somatiska delen kan visa sig som allvarliga sjukdomar såsom hjärt-kärlsjukdomar, diabetes typ 2, hypertoni, sömnapné, cancer, fettlever osv. (Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn & Trygg Lycke 2013, ss. 21–25).

Behandling av övervikt och fetma

Syftet med alla behandlingar, oavsett vilken typ av behandling, är att minimera energiintaget och öka den fysiska aktiviteten för att därigenom uppnå en viktminskning (internetmedicin 2020). Enligt SBU (2018) kan man för att öka energiförbrukningen sammankoppla kostrådgivningen med rekommendationer om regelbunden fysisk aktivitet då detta bidrar till viktminskning. En långvarig behandling ger bättre resultat samt kräver att personen med fetma visar intresse och är villig att genomföra livsstilsförändringar (SBU 2018). Enligt Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn och Trygg Lycke (2013, s. 176) behöver barn stöd från föräldrarna oavsett åldern då detta underlättar behandlingen eftersom det är viktigt att göra dem delaktiga. Familjens förväntningar, erfarenheter, kommunikation, barnets ålder, personlig uppfostran, kulturella mönster och traditioner är faktorer som kan påverka behandlingen (Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn & Trygg Lycke 2013, ss. 176-177). Barn med övervikt och fetma kan bli utsatta för viktstigmatiseringar (Guardabassi & Tomasetto 2020). Stigmatisering handlar om att en viss grupp som anses vara annorlunda i samhället och betraktas ha vikande värde, utpekas och sammankopplas med negativa stereotyper (Folkhälsomyndigheter 2020).

Sjuksköterskans roll

Enligt Arman (2015, s. 42) finns det olika former av lidande såsom vårdlidande, sjukdomslidande och livslidande. Arman (2015, ss. 41-43) beskriver att sjuksköterskan ska ha insikt om de olika formerna av lidande då detta ligger till grund för en god relation med patienten där patienten kan känna sig trygg och säker vilket resulterar i en mera gynnsam vård. En god relation gör det möjligt att förstå patientens livsvärld och utifrån det kunna lindra lidandet (Arman 2015, ss. 38-60). Enligt Bergbom (2019, s. 89) krävs det att sjuksköterskan har kompetens i sex områden för att kunna ge en betryggande och god vård till patienten. Detta innebär att sjuksköterskan är medveten om samarbete i teamet, förbättringskunskap, evidensbaserad vård, säker vård, informativt och personcentrerat förhållningssätt. Med personcentrerad vård som ingår i de sex områdena menas att ha respekt för patientens upplevelser av ohälsa och lidande och utifrån detta kunna främja hälsa (Bergbom 2019, s. 89). Enligt Ekman et al. (2011) menas med personcentrerad vård att inte bara se sjukdomen i sig utan även människan bakom sjukdomen alltså att se människans behov, vilja, känslor och styrkor. Personcentrerad vård skapar en helhetssyn och möjliggör ett tillgodoseende av patientens behov såväl fysiskt som psykiskt (Svensk sjuksköterskeförenings 2010). Ett personcentrerat förhållningssätt skapar enligt Ekman et al. (2011) ett bättre partnerskap och ett delat beslutsfattande mellan patienten och sjuksköterskan vilket ger bättre effekt på behandlingsplaner, behandlingsresultat samt patientnöjdhet.

Enligt svensk sjuksköterskeföreningen (2017 s. 4) ansvarar sjuksköterskan för att självständigt fatta beslut som ger patienten möjligheter att förbättra, upprätthålla eller återfinna sin hälsa samt att kunna hantera sitt hälsoproblem och åstadkomma bästa möjliga välmående och livskvalitet fram till livets slut.

Sjuksköterskans pediatrik förhållningssätt

Att vara lyhörd och ge en åldersanpassad information i mötet med barn och unga är centralt för sjuksköterskor (Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn & Trygg Lycke 2013, ss. 181-183). Med lyhördhet menas att ha tålamod och ge patienten tid att kunna uttrycka sig för att på så sätt kunna synliggöra sina upplevelser. Samtalet ska ge barn möjlighet att

kunna fatta egna beslut och självständigt bestämma utifrån sin ålder. Ett omtänksamt och medvetet förhållningssätt för att visa att man är intresserad underlättar för patienten att få kännedom om sina styrkor. Rätt åldersanpassade information och utbildning gör att patienten kan känna sig trygg och därigenom på bästa möjliga sätt kunna hantera läget. Sjuksköterskan ska genom ett motiverande samtal få patienten att bli benägen till förändringar i den aktuella situationen där förändringarna kommer från patienten själv (Holm Ivarsson, Kuehn Krylborn & Trygg Lycke 2013, ss. 181-183). Kärnan i en pediatrik omvårdnad enligt Christian (2013) är att kunna erbjuda både barn och föräldrar en god vård. Att skapa en god stödjande relation med föräldrarna förbättrar vårdkvaliteten. God kommunikation krävs för att kunna informera om sjukdom, behandling samt kunna undervisa barn och föräldrar om hälsa och egenvård och på samma gång minska den sjukdomsrelaterade stressen hos dem. Att utbilda familjen om hälsa och sjukdom är en grundläggande del i pediatrik omvårdnad för att ge föräldrarna vägledning och förbättra deras förmåga att hantera barnens hälsa och utveckling (Christian 2013).

Definition av hälsa och psykisk hälsa

Enligt Ekebergh (2015, ss.28-29) är hälsa ett tillstånd där personen upplever välbefinnande och kan drivas genom livsresan både biologiskt och existentiellt då motsatsen till detta innebär att personen upplever illabefinnande eller med andra ord ohälsa. Med välbefinnande menas att personen är psykiskt sund även om hen har någon fysisk sjukdom (Wiklund 2003, ss. 78-82). Enligt folkhälsomyndigheten (2022) finns en koppling mellan mental och fysisk hälsa där den ena påverkar den andra. Psykisk hälsa är viktigt i vardagen och frånvaro av detta tillstånd gör det svårt för personen att till exempel uppleva glädje, fokusera, kunna planera, umgås med andra och klara vardagen (folkhälsomyndigheten 2022).

Patientperspektiv

Enligt Ekeberg (2015, s. 75) har livsvärldsperspektivet en stor betydelse i vården av patienten. Ekeberg (2015, s. 75) menar att det inte går att utföra vårdande utan att beakta patientens livsvärld. Sjuksköterskan som inte behärskar att möta livsvärlden kan inte ge ett vårdande vård. Olika individer har olika erfarenheter av lidande och välbefinnande. Därför är det viktigt att sjuksköterskan ser den unika människan för att kunna uppmärksamma det aktuella behovet hos patienten. Sjuksköterskan med sin kompetens ska ge patienten marginal att kunna förmedla sitt behov och sin smärta, med andra ord göra sej själv delaktig i vården (Ekebergh 2015, ss. 73–75).

PROBLEMFORMULERING

Övervikt och fetma är ett folkhälsoproblem idag. Om det inte sker någon förändring kommer 250 miljoner barn år 2030 att lida av detta. Forskningen har visat att övervikt och fetma är ett stort hälsoproblem som förutom fysiska konsekvenser påverkar barn/ ungdomarnas psykiska hälsa vilket skapar lidande även i vuxen ålder. Forskning har visat att ungdomar med övervikt och fetma löper risk att drabbas av allvarliga sjukdomar bland annat hjärt-kärlsjukdomar, diabetes och olika cancerformer samt psykisk ohälsa såsom depression och ångest vilket gör dessa individer sårbara. Sårbarheten för ungdomar är hög vilket kräver stöd från närstående och sjuksköterskor. Sjuksköterskans kunskap i mötet med de här patienterna har stor betydelse för att i första hand kunna bemöta och råd ge patienten på bästa sätt. Målet med denna studie är att belysa hur ungdomars psykiska hälsa påverkas av övervikt och fetma. Detta arbete kan vara till hjälp i sjuksköterskans arbete i mötet med barn som lever med övervikt och fetma.

SYFTE

Syftet med litteraturoversikten är att undersöka hur ungdomars psykiska hälsa påverkas av övervikt och fetma.

METOD

Metoden som valdes var litteraturöversikt. För att få en översikt inom ett särskilt område behövs det, enligt Friberg (2017, ss. 141-144), en systematisk litteraturgranskning av tidigare forskning, där syftet är centralt för informationssökningen. I examensarbetet användas både kvalitativa och kvantitativa studier för att undersöka hur psykisk hälsa hos ungdomar påverkas av övervikt och fetma vilket, enligt Friberg (2017, ss. 141-144), ger en utsträckt kunskap av det bestämda ämnet.

Datainsamling

För att hitta vetenskapliga artiklar för examensarbetet har författarna använt sig av två databaser Cinahl och Medline. Cinahl och Medline innefattar material inom det vårdvetenskapliga och det medicinska området som utgår från människors upplevelser av hälsa (Karlsson 2020, ss. 82-83). För att få fram relevanta sökningar har författarna använt sammanställningar av sökord som OR och AND samt (*) och (“”) för trunkering vilket kallas booleska operatörer då denna teknik hjälper till att smala ner sökningen (Karlsson 2020, ss. 90-93). I sökningar av litteraturer i databaserna Cinahl och Medline har följande sökord används: *Obesity, Overweight, “Mental health , Experience, ” Psychosocial factors”, stigma, , Bullying, Self-esteem, qualitative, Childhood, self-image, body image, confidence, self-perception, academic performance* (se bilaga 1). I alla sju sökningarna i de valda databaserna har även följande inkluderats: *Peer- Reviewed, Adolescent: 13-18 years* samt kravet att året för publikation inte är äldre än tio år. Ovanstående är alltså inklusionskriterier för att få fram relevanta artiklar. Exklusionskriterier har varit artiklar som har varit litteraturöversikt samt artiklar som har undersökt andra konsekvenser av övervikt och fetma än psykisk ohälsa hos ungdomar. Två av de valda artiklarna har både barn och föräldrars perspektiv då författarna var intresserade av att få kunskap om hur föräldrar uppfattar ungdomars psykiska hälsa i samband med övervikt och fetma. Efter granskning av de framkomna artiklarna blev det totalt nio artiklar utvalda för att få fram studiens resultat (se bilaga 2).

Dataanalys

För att kunna analysera de insamlade artiklarna och åstadkomma en ny helhet har författarna använt sig av Fribergs (2017, ss. 148-150) modell där analysen sker i fem steg vilket leder till tillkomst av kategorisering, teman och subteman. I första steg lästes valda artiklarna flera gånger för att få en uppfattning om innehållet. Författarna har i nästa analys steg identifierat vad artiklarna har kommit fram till i resultatet utifrån syftet. Därefter skapades en översikt av de valda artiklarna via en tabell där varje artikels syfte, metod, resultat och urval sorterades, vilket gav en god klassificering av det aktuella materialet, vilket gjorde det möjligt att kunna formulera nya teman. Vidare har författarna värderat likheter och skillnader i de aktuella artiklarna för att kunna formulera nya subteman (Friberg 2017, ss. 148-150).

Forskningsetiska övervägande

Författarna till examensarbetet har haft respekt för etiska övervägande vilket enligt Vetenskapsrådet (2017) i första hand innebär respekt för mänskliga rättigheter. Skribenterna har varit uppmärksamma på att de valda artiklarna som är relaterade till studiens resultat har etiskt godkännande (Vetenskapsrådet 2017, ss.7–8). De lagar, riktlinjer och etiska principer som finns är en vägledning för att förhindra att människor blir utnyttjade eller skadade under forskningens gång. Etiska lagar har fokus på människors grundläggande rättigheter alltså att människans integritet ska skyddas samt respekt för människans självbestämmande skall visas (Kjellström 2020, ss. 59-64). Författarna till detta examenarbete har noggrant valt artiklar där forskningen har tagit ställning till etiska lagar när det gäller barn. Enligt Kjellström (2020, s. 69) så måste föräldrar enligt etiska lagar tillfrågas först om barn är under 15 år, men även barnen måste tillfrågas enligt deras ålder och utveckling. Informationen ska vara rätt anpassade till barn efter deras förståelse. Barn mellan 15-18 år är enligt Kjellström (2020, s. 69) förmögna att själva bestämma om de vill delta i forskningen. Det är viktigt att respektera den enskildes vilja om hen inte vill delta även om föräldrarna önskar detta (Kjellström, s. 69, 2020).

RESULTAT

Utifrån analysprocessen framkom två teman och sex underteman. Dessa tema är *en negativ känsla av utseende och vikt*, *En känsla av stigmatisering och psykiska påfrestning relaterad till övervikt och fetma*.

Tema	Undertema
En negativ känsla av utseende och vikt	<ul style="list-style-type: none">. Att uppfatta sin kropp. Att bli mobbad. Att känna sig ensamma
En känsla av stigmatisering och psykisk påfrestning relaterad till övervikt och fetma	<ul style="list-style-type: none">. Konsekvensen av psykisk påfrestning. viktrelaterade stigmatiseringar. Effekten av stigmatisering på lärande

En negativ känsla av sitt utseende och sin vikt

Ungdomar med övervikt och fetma hade en negativ upplevelse av sitt utseende och sin vikt. Detta var kopplat till psykiska påfrestningar exempelvis mobbning som ungdomar med övervikt och fetma hade utsatts för i skolan eller i hemmet. Denna psykiska påfrestning påverkade de negativt och de var inte nöjda med sitt utseende och sin vikt (Patte et al. 2021; Lin et al. 2017).

Att uppfatta sin kropp

Ungdomar med övervikt och fetma hade en negativ kroppsuppfattning vilket ledde till att de drabbades av psykisk ohälsa så som depression och ångestsyndrom. En orsak till detta var att ungdomar med övervikt och fetma utsattes för mobbning vilket påverkade deras syn på sin kropp (Patte et al. 2021; Lin et al. 2017). De negativa kroppsuppfattningarna

hos ungdomar med övervikt och fetma gjorde att de kände sig ensamma och drog sig undan från gemenskapen med andra (Rupp & McCoy 2019; Jacobs et al. 2020).

Att bli mobbad

Ungdomar med övervikt och fetma upplever att de blir mobbade och detta är kopplat till att andra ungdomar retar dem för deras övervikt. Detta leder till att de överviktiga drabbas av depression och psykisk ohälsa. Ungdomar med övervikt och fetma som hade haft upplevelser som mobbningsoffer och utsatts för negativa upplevelser relaterade till deras övervikt, hade sämre psykosocialt välbefinnande vilket ledde till negativa effekter på deras psykisk hälsa (Patte et al. 2021; Lin et al. 2017; Roberts et al. 2021). Flera föräldrar upplevde att deras överviktiga ungdomar fått depression, ångest och dålig självkänsla samt att de hade en negativ kroppsuppfattning på grund av mobbning (Roberts et al. 2021; Rupp & McCoy 2019).

Att känna sig ensamma

Ungdomar med fetma och övervikt kände sig ensamma och isolerade sig. Anledningen till detta var att de utsatts för psykisk påfrestning och mobbning. Ungdomar med övervikt och fetma upplevde utanförskap då de hade svårt att hitta vänner i jämförelse med ungdomar som inte hade utsatts för mobbning och hade normalvikt (Rupp & McCoy 2019; Jacobs et al. 2020). Ungdomar med övervikt och fetma isolerade sig från gemenskap och från samhället eftersom de kände sig mindre populära, beundrade, utanför samt att de inte ansågs som romantiskt intressanta. Självförtroende, vänskapsrelationer, socialutveckling och psykisk hälsa påverkades negativt av isolering från gemenskap bland ungdomar med övervikt och fetma (Jacobs et al. 2020).

En känsla av stigmatisering och psykisk påfrestning relaterad till övervikt och fetma

Stigmatiseringar påverkar ungdomarnas självkänsla och kroppsuppfattning negativt och har därmed negativa effekter på den psykiska hälsan (Langford et al. 2022; Robert et al. 2021).

Konsekvensen av psykiska påfrestning

De ungdomar med övervikt och fetma som uppfattar sin vikt och sitt utseende negativt, har högre risk för självskadebeteende och planerat självmord. Vissa ungdomar som upplevde sig överviktiga och/eller hade blivit mobbade i skolan eller i sociala medier, hade självskadebeteende. Ungdomar som upplevde viktdiskriminering och/eller hade erfarenhet av att bli orättvist behandlad på grund av sin övervikt hade ökad risk för skadliga beteenden som innebar psykisk ohälsa (Singh et al. 2020; Sutin et al. 2018). Dessa ungdomar hade även en viss tendens att få ätstörningar och röra på sig mindre vilket i sig ökar risken för viktökning samt upplevde daglig stress (Sutin et al. 2018).

Viktrelaterade stigmatiseringar

Ungdomar med övervikt och fetma upplevde särbehandlingar och stigmatiseringar på grund av sin vikt (Langford et al. 2022; Robert et al. 2021). Dessa upplevelser förekom inte bara i skolan och via klasskamrater utan stigmatiseringar framkom också från familjen och/ eller vårdpersonal. Ungdomar med övervikt och fetma som hade fått höra ”åh du är så fet” av sina kamrater eller syskon, utgör exempel på deras erfarenhet av stigmatisering. Ungdomar med övervikt och fetma som har upplevt dessa känslomässiga erfarenheter, har känt sig annorlunda. Denna känslomässiga erfarenhet hos ungdomar med övervikt och fetma har en negativ påverkan på deras självkänsla, kroppsuppfattning och psykisk hälsa. Ungdomar med övervikt och fetma upplever skuldkänslor, ångest och en känsla av att det är ”mitt fel” när det uppstår en stigmatisering i mötet med ungdomar med övervikt och fetma (Robert et al. 2021). Viktstigmatiseringar i ungdomars liv ackumulerar med tiden negativa påverkningar på deras psykiska hälsa och ökar risken för

självskadebeteende (Robert et al. 2021; Singh et al. 2020). Det psykosociala samspelet hos ungdomar med övervikt och fetma påverkas negativt på grund av stigmatiseringar vilket påverkar deras livskvalitet negativt (Langford et al. 2022; Robert et al. 2021).

Effekten av stigmatisering på lärande

Lärande påverkades negativt hos ungdomar med övervikt och fetma (Langford et al. 2022; Jong-Hyuck et al. 2013). Ungdomar med övervikt och fetma som hade upplevt negativa psykosociala relationer med andra i skolan, hade sämre betyg i skolan. Ungdomarna försökte testa olika strategier för att minska exponeringen för stigmatiseringar på grund av sin övervikt alltså att vara osynlig eller öka sin sociala acceptans. Alla dessa strategier som till exempel att vara ”stygg”, ha populära vänner, att vara ”nördig” eller att vara ”osynlig” alltså att inte delta i aktiviteter eller inte äta i skolan vidtogs för att undvika mobbning. Ungdomar med övervikt och fetma upplevde att de hade svårt att koncentrera sig eller delta i skolarbetet på grund av mobbning relaterad till deras vikt. Detta hade en negativ inverkan på deras lärandeförmåga. Däremot påverkades inte lärandeförmågan negativt hos de ungdomar med övervikt och fetma som var populära eller omtyckta i klassrummet. Dessa grupper hade stabil psykisk hälsa och mårde bra eftersom de inte blev mobbad av sina klasskamrater. Ungdomar med övervikt och fetma som hade negativa upplevelser på grund av sin övervikt hade högre risk för en begränsad utbildningsnivå i jämförelse med andra ungdomar (Langford et al. 2022).

DISKUSSION

Metoddiskussion

Enligt Friberg (2017, ss. 141–144) innebär litteraturöversikt att skapa en översikt över befintliga kunskap inom ett visst område. För att lyfta fram nya aspekter på befintlig kunskap valdes litteraturöversikt vilket gör det möjligt att generera en djupare insikt. Litteraturöversikt är, enligt Friberg (2017, ss. 141-144), väsentligt inom hälso och sjukvården för observationer av problem och därmed förbättringspotentialer inom området. Dock skiljer sig detta från empiriska studier där man studerar verkligheten och har utrymme för insamling av data från den egna verkligheten. Syftet med litteraturöversikten var att undersöka hur ungdomars psykiska hälsa påverkas av övervikt och fetma. För att hitta vårdvetenskapliga artiklar genomfördes sökningar i databaserna Medline och Cinahl som innehåller vetenskapliga artiklar såväl inom omvårdnad som medicinska frågor vilket är en fördel. Dock var det svårt att finna tillräckligt många artiklar med bara några få sökningar. Därför genomförde författarna en flertal sökningar för att få fram relevanta artiklar som besvarade studiens syfte. Genom sökningen i de valda databaserna fick författarna huvudsakligen fram kvantitativa artiklar och bara två kvalitativa artiklar som var relevanta och besvarade studiens syfte. Detta kan ses som en svaghet då studien skulle vara baserade på ungdomarnas egna upplevelser av övervikt och fetma. Utifrån de valda artiklarna fick författarna idéer till nya sökord som exempelvis “Stigma” vilket skulle kunna påverka kvaliteten negativt men eftersom det dök upp flera sådana artiklar, så valde författarna att inkludera de relevanta. Vissa artiklar exkluderades av åldersskäl då urvalet var ungdomar i åldern 13-18.

Enligt Friberg (2017, s. 147) ska de utvalda artiklarna kritiskt granskas vilket är av största vikt för att garantera god kvalitet i resultatet då detta ökar studiens trovärdighet. Detta innebär enligt Mårtensson och Fridlund (2020, ss. 428-431) att de valda artiklarna ska ha hög validitet och reliabilitet. Med validitet menas enligt Mårtensson och Fridlund (2020, s. 429) tillförlitlighet det vill säga att studien mäter vad den skall mäta och reliabilitet gäller pålitlighet alltså att få samma resultat med samma mätinstrument vid olika

mätningar. Trovärdighet enligt Mårtensson och Fridlund (2020, s. 431) handlar om giltighet alltså att författaren i en kvalitativ studie som är baserade på intervju inte har påverkat informationen med sina egna tankar då detta minskar trovärdigheten. Författaren i en examensarbetet ska tydliggöra sin förståelse vilket enligt Mårtensson och Fridlund (2020, ss. 432) ökar pålitligheten. Det är också viktigt att analysprocessen är tydligt beskriven så att andra kan gå genom analysen och få fram samma resultat vilket ökar bekräftelsebarheten. För att arbetet ska vara överförbar krävs det att resultatet redovisas på ett konkret sätt samt att trovärdigheten, bekräftelsebarheten och pålitligheten har säkerställts (Mårtensson & Fridlund 2020, ss. 432-433). I examensarbetets resultat har författarna använt sig av både kvalitativa och kvantitativa studier vilket enligt Borglin (2020, ss. 236-237) ger en allsidig bild av ämnet och detta gör att resultatet blir mer kompletterande vilket ökar studiens trovärdighet (Borglin 2020, ss. 236-237). Enligt Rosen (2020, s. 383) ger kvalitativa artiklar i jämförelse med kvantitativa mer förståelse för om det aktuella problemet vilket också ökar kvaliteten på litteraturöversikten. Resultatet av studien baseras även på kohortstudie vilket enligt Rosen (2020, s. 383) anses öka studiens kvalitet.

Resultatdiskussion

Studiens resultat visar att det inte är övervikt och fetma i sig som påverkar ungdomars psykiska hälsa utan konsekvenserna av övervikt och fetma såsom mobbning, viktuppfattning och stigmatiseringar på grund av övervikt vilket påverkar ungdomars livskvalitet. I resultatet framkom två huvudteman vilka förklarar hur ungdomars psykiska hälsa påverkas av övervikt och fetma. Det första temat beskriver hur ungdomar uppfattar sin kropp och även hur de blir påverkade av mobbning i samband med sin kroppsvikt vilket gör att ungdomar känner sig isolerade i det sociala sammanhanget. Studiens resultat överensstämmer med Kolodziejczyk et al. (2015) som visar att det finns koppling mellan BMI och HRQOL (Health- related quality of life). Studien hävdar att förhållandet mellan BMI och HRQOL påverkas av psykosociala parametrar såsom kroppsuppfattning, mobbning och självkänsla hos ungdomar (Kolodziejczyk et al. 2015). I en annan studie av Wang et al. (2019) rapporteras att ångestsyndrom och depression är betydligt högre bland överviktiga ungdomar i jämförelse med icke överviktiga vilket påverkar

livskvaliteten negativ. De traumatiska upplevelserna av mobbning i samband med övervikt och fetma gör att ungdomar i jämförelse med normalviktiga har lägre självförtroende, har känslan av isolering och social ångest (Yusef et al. 2016). Överviktiga och feta ungdomar utsätts mer än andra för gruppförtryck och eftersom detta påverkar barns självkänsla så kan det kopplas till det vetenskapliga begreppet livslidande (Trygg Lycke 2016 s. 134).

Hur människan upplever sitt liv i samband med sjukdom eller ohälsa kallas för Livslidande (Arman 2015, s. 42). Arman beskriver att livs lidandet är sammankopplat med människans existens, självuppfattning och värdighet. Alla psykosociala konsekvenser till följd av övervikt och fetma som har framkommit i resultatet kan skapa lidande i ungdomarnas tillvaro. Arman framhäver att lidande är liksom hälsa ett motiv för sjuksköterskan vilket kräver kunskap samt förståelse för att kunna se mänskligt lidande och ge omsorg (Arman 2015, s. 41).

I resultatets andra teman framkommer att ungdomar med övervikt och fetma som har blivit utsatta för viktrelaterad mobbning eller har en negativ uppfattning om sin kropp har en ökad tendens till självskadebeteende eller självmordstankar vilket överensstämmer med Lee och Seos (2013) studie. Ungdomsmottagning verksamheten i Sverige (UMO 2020) beskriver att kroppsuppfattningar, dålig självkänsla, ångest och känslan av att "vill göra sig illa" bland ungdomar kan leda till ätstörningar.

Resultatet av studien visar även hur stigmatisering på grund av över vikt och fetma påverkar ungdomars sociala samspel negativt. Särbehandlingar och stigmatiseringar orsakar skuld känslor, ångest, låg självkänsla, negativ kroppsuppfattning och psykisk ohälsa. Att bli orättvist behandlad kan, i likhet med Yusef et al. (2016) studie, göra att ungdomar undviker att skapa relation med andra vilket leder till social isolering. Konsekvenser av stigmatiseringar, enligt studiens resultat, är bland annat en negativ påverkan på ungdomarnas lärande. I en kvantitativ studie av Finn et al. (2018) framkommer att ungdomar med övervikt och fetma har sämre utbildningsresultat. Där beskrivs att detta kan bero på att de relaterade grupperna är mindre engagerade i skolan

på grund av stigmatiseringar vilket överensstämmer med vår studies resultat där det beskrevs att de överviktiga ungdomarna vill vara "osynliga".

Livsvärld innebär människans upplevelser och erfarenheter kopplat till omvärlden vilket enligt Ekebergh (2015, s. 19) är en individuell känsla. I resultatet framkom att ungdomars kroppsuppfattningar och upplevelser av mobbning och diskriminering påverkar deras psykiska hälsa vilket gör att de blir sårbara vilket i stor sträckning påverkar livsvärlden negativt. Som sjuksköterska ska man enligt Ekebergh (2015, ss. 67-68) ha full förståelse för livsvärlden för att utifrån den kunna förstå patienten på ett djupare sätt vilket kan bidra till patientens välbefinnande. För att sjuksköterskan ska kunna möta patientens unika livsvärldsperspektiv och lindra lidandet så krävs det en god relation då det är i relation som ett "vi" skapas (Ekebergh 2015, s. 68).

I resultatet framkom att ungdomar med övervikt och fetma som inte blir utsatta för mobbning, på grund av att de på något sätt är populära och omtyckta, har ett psykosocialt välbefinnande i jämförelse med ungdomar som lider av psykosociala konsekvenser. Sjuksköterskan ska i mötet med ungdomar med övervikt vara uppmärksam på deras personliga kunskap och erfarenheter (Ekebergh 2015 s. 122). Coyne et al. (2018) beskriver att en pediatrik omvårdnad kännetecknas av personcentrerad vård vilket innebär att vården ska vara individanpassad samt att sjuksköterskan ger en röst till barnen och föräldrarna genom att skapa en god relation. Coyne et al. (2018) påpekar även vikten av att ha rätt förhållningssätt i vårdrelationen i olika situationer för att kunna ge vård av god kvalitet.

Resultatet visa att ungdomar får skuld känslor och en känsla av att det är "mitt fel" vilket ibland kan orsakas av sjuksköterskans okunskap i möte med ungdomar med övervikt och fetma. Ett möte som kännetecknas av fördomar och kränkningar skapar, enligt Arman (2015, s. 43), ett vårdlidande vilket leder till patientens maktlöshet samt utebliven vård. För att kunna ge vård av god kvalitet så krävs, enligt Ekebergh och Dahlberg (2015, s. 130), att sjuksköterskan har kunskap att samtala med patienten. Samtalet ska vara såväl vårdande som lärande och skapa möjligheter för både ungdomarna att förstå vad hälsa innebär. I dessa samtal skall även föräldrar vara involverade (Ekebergh & Dahlberg 2015, ss. 130-144). Det är viktigt att involvera föräldrarna då de skall vara en förebild för ungdomarna och även ha en stödjande roll i ungdomarnas hälsa (Rabbitt & Coyne 2013).

För att främja hälsa krävs det ett motiverande samtal som bara har fokus på att motivera ungdomarna till förändringar av till exempel levnadsvanor och motion där samtalet utgår från ungdomars livsvärldsperspektiv (Ekebergh & Dahlberg 2015, ss. 142-143).

Rabbitt och Coyne (2013) menar att det är av största vikt att sjuksköterskan arbetar på ett hälsofrämjande sätt då övervikt och fetma hos barn är ett hälsoproblem. Det är viktigt att sjuksköterskan i samarbete med andra professioner använder sig av olika förebyggande insatser för att kunna främja hälsa för barn/ungdomar och deras familj (Rabbitt & Coyne 2013).

Hållbar utveckling

Med hållbar utveckling menar Sandman och Kjellström (2013, ss. 400-401) att tillgodose nutida och framtida människors behov. Där ingår tre dimensioner som är bundna till varandra alltså den sociala, ekonomiska och ekologiska dimensionen. Hälsa ingår i den sociala dimensionen som gäller att tillgodose människans grundläggande behov samt att skapa möjligheter för ett liv av god kvalitet. Hälsofrämjande arbete vid vårdande kan bidra till god livskvalitet för människan, vilket i sin tur kan vara till hjälp att uppnå en hållbar utveckling (Sandman & Kjellströms 2013, ss. 399-401). Övervikt och fetma kan förutom psykisk ohälsa öka risken för olika kroniska sjukdomar (Agenda 2030). Inom hälso och sjukvården ansvarar sjuksköterskan för att ge jämlikt och god vård samt att ha förståelse för hälsofrämjande arbete för att förbättra individens hälsa och välbefinnande vilket, enligt Hallberg (2017) är en drivkraft för hållbar utveckling. Ett hälsofrämjande arbete inom vården kan skapa möjligheter att bevara resurser, vilket kan vara ett stöd även för de ekonomiska och ekologiska dimensionerna, vilket är sjuksköterskans etiska kod dvs. att förutom vårdande av människor även vårda djur och natur (Sandman & Kjellströms 2013, ss.402-403).

SLUTSATSER

Författarna drog slutsatsen att förekomsten av psykiska ohälsa hos ungdomar med övervikt och fetma grundar sig inte av vikten i sig utan av upplevelser av kroppsuppfattningar, stigmatiseringar och mobbning. Effekten av de psykosociala komplikationerna visar sig i olika psykiska problem hos ungdomar såsom självskadebeteende, ångest, depression, ätstörningar och utanförskap. Detta skapar lidande och ungdomar med övervikt och fetma har en problematisk livsvärld. Förhoppningsvis ska detta arbete bidra till att öka sjuksköterskans förståelse i möte med dessa relaterade grupper alltså ge en överblick över hur ungdomar med övervikt och fetma mår. Detta kan förbättra sjuksköterskans förståelse för hur ungdomar med övervikt och fetma mår och utifrån det med ett pediatrikt förhållningssätt kunna erbjuda ungdomarna en individanpassad vård.

REFERENSER

Arman, M. (2015). Lidande och lindrat lidande. I Arman, M., Dahlberg, K. & Ekebergh, M. (red.) Teoretiska grunder för vårdande. Stockholm: Liber, ss. 38-60.

Bergbom, I. (2019). Vårdande kompetens, personcentrerad vård och organisationer. I Leksell, J. & Lepp, M. (red.) Sjuksköterskans kärnkompetenser. Stockholm: Liber: s. 89

Borglin, G. (2017). Mixad metod – en introduktion. I Henricson, M. (red.) Vetenskaplig teori och metod – från idé till examination inom omvårdnad. 2:a uppl., Lund: Studentlitteratur AB, ss. 233-250.

Christian, B. J. (2013). The Essence of Pediatric Nursing—Translating Evidence to Improve Pediatric Nursing Care for Children, Their Parents and Families. *Journal of Pediatric Nursing*. Vol 28, ss.193-195. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2013.02.023>

Coyne, I., Holmström, I. & Söderbäck, M. (2018). Centeredness in Healthcare: A Concept Synthesis of Family-centered Care, Person-centered Care and Child-centered Care. *Journal of Pediatric Nursing*. Vol 42, ss.45-56. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2018.07.001>

Ekebergh, M. (2015). Hälsa- ett livsvärldsperspektiv. I Arman, M., Dahlberg, K. & Ekebergh, M. (red.) Teoretiska grunder för vårdande. Stockholm: Liber, ss. 28-37.

Ekebergh, M. (2015). Vårdvetenskap som kunskap och perspektiv. I Arman, M., Dahlberg, K. & Ekebergh, M. (red.) Teoretiska grunder för vårdande. Stockholm: Liber, ss.15-24.

Ekebergh, M. (2015). Att förstå patienten ur ett livsvärldsperspektiv. I Arman, M., Dahlberg, K. & Ekebergh, M. (red.) Teoretiska grunder för vårdande. Stockholm: Liber, ss. 63-73.

Ekebergh, M. & Dahlberg, K. (2015). Vårdande och lärande samtal. I Arman, M., Dahlberg, K. & Ekebergh, M. (red.) Teoretiska grunder för vårdande. Stockholm: Liber, ss.129-144.

Ekman, I., Swedberg, K., Taft, C. H., Lindseth, A., Norberg, A., Brink, E., Carlsson, J., Dahlin-Ivanoff, S., Johansson, I. L., Kjellgren, K., Liden, E., Öhlen, J., Olsson, L.E., Rosen, H., Rydmark, M. & Stibrant Sunnerhagen, K. (2011). Person-centered care - Ready for prime time. *European Journal of Cardiovascular Nursing*. Vol 10(4), ss. 248-251. <https://doi.org/10.1016/j.ejcnurse.2011.06.008>

Friberg, F. (2017). Att göra en litteraturoversikt. I Friberg, F., red. Dags för uppsat: vägledning för litteraturbaserade examensarbeten. Lund: studentlitteratur. ss. 141-152.

Friberg, F. (2022). Att göra en integrerande sammanställning av kvalitativ forskning inspirerad av metasyntes. I Friberg, F. (red.) Dags för uppsats: vägledning för litteraturbaserade examensarbete. 4: 1 uppl., Lund studentlitteratur AB, ss. 176–179.

Folkhälsomyndigheten (2020). Att mäta övervikt och fetma bland barn. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/b99bb97449004754a458838dae4b46ca/mata-overvikt-fetma-bland-barn-20104.pdf> [2022-10-13]

Folkhälsomyndigheten (2022). Vad är psykisk hälsa?
[Vad är psykisk hälsa? - Din psykiska hälsa \(dinpsykiskahalsa.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/dinpsykiskahalsa.pdf) [2022-10-13].

Folkhälsomyndigheter (2020). Stigmatisering kopplat till psykisk hälsa. <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/6191b7bece1e4e25b69cc291cfedbf2/stigmatisering-kopplad-psykisk-ohalsa.pdf> [2022-12-12].

Finn, K. E., Faith, M. S. & Seo, Y. S. (2018). School Engagement in Relation to Body Mass Index and School Achievement in a High-School Age Sample. *Journal of Obesity*. Vol 2018, ss. 1-7. <https://doi.org/10.1155/2018/3729318>

Guardabassi, V. & tomasetto, C. (2020). Weight status or weight stigma? Obesity stereotypes—Not excess weight—Reduce working memory in school-aged children. *Journal Of Experimental Child Psychology*. Vol 189. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2019.104706>

Holm. Ivarsson, B., Kuhén Krylborn, L. & trygg Lycke, S. (2013). Konsekvenser av övervikt och fetma i Holm Ivarsson, B., Kubén Krylborn L. & trygg Lycke, S. (red). *Motiverande samtal och behandling vid övervikt och fetma, vuxna ungdomar och barn*, ss. 21-25, 26-29, 176-177.

Hallberg (2017). Hälsöfrämjande processer som drivkraft för hållbar utveckling. <https://docplayer.se/68749417-Halsoframjande-processer-som-drivkraft-for-hallbar-utveckling.html> [2022-11-15].

Internetmedicin (2020). Fetma hos barn. <https://www.internetmedicin.se/behandlingsoversikter/obesitas/fetma-hos-barn/> [2022-11-10].

Jacobs, W., Merianos, A. L., Smith, M. L., Nabors, L., Fajayan, A. & Valente, T.W. (2020). The Role of weight status and individual attributes on adolescent social relations:

Implications for obesity prevention. *Journal Of Adolescents Health*. Vol 61(7), ss. 108-114. [doi: 10.1016/j.jadohealth.2020.01.014](https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.01.014)

Jong-Hyuck, K. & Wi-Young, S. (2013). Association Between Overweight/Obesity And Academic Performance In South Korean Adolescents. *Central European Journal Of Public Health*. Vol 21(4), ss.179-183.<https://www.proquest.com/scholarly-journals/association-between-overweight-obesity-academic/docview/1492246584/se-2>

Kjellström, S. (2020). Forskningsetik i Henricson, M. (red). *Vetenskapliga teori och metod från idé till examination inom omvårdnad*. 2:5 uppl., lund: studentlitteratur AB, ss.61-64.

Kjellström, S. (2017). *Forskningsetik*. I M. Henricson (Red.). *Vetenskaplig teori och metod - från idé till examination inom omvårdnad 2: a Uppl*. Lund: Studentlitteratur

Kolodziejczyk, J. k., Gutzmer, K., Wright S. M., Arredono, E. M., Hill, L., Patric, K. , Huang, J. S. , Gottschalk, M. & Norman, G. J. (2015). Influence of specific individual and environmental variables on the relationship between body mass index and health-related quality of life in overweight and obese adolescents. *Quality Of Life Research*. Vol 24, ss. 251 -261. <https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.1007/s11136-014-0745-1>

Kjellström, S. (2020). *Forskningsetik*. I Henricson, M.(red.) *Vetenskapliga teori och metod från idé till examination inom omvårdnad*. 2:5 uppl., lund: studentlitteratur AB, ss.59–64

Karlsson, E. K. (2020). *Forskningsetik*. I Henricson, M.(red.) *Vetenskapliga teori och metod från idé till examination inom omvårdnad*. 2:5 uppl., lund: studentlitteratur AB, ss.81-97.

Lee, CH. G. & Seo, D.CH. (2013). Trajectory of suicidal ideation in relation to perceived overweight from adolescence to young adulthood in a representative united States Sample. *Journal of Adolescent Health* .Vol 53 (6), ss. 712-716, <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2013.06.013>

Langford, R., Davies, A., Howe, L. & Cabral, C. (2022). Links Health between obesity, weight stigma and learning in adolescence: a qualitative study. *BMC Public Health*. 22:109, ss.1-10. [doi: 10.1186/s12889-022-12538-w](https://doi.org/10.1186/s12889-022-12538-w)

Lag (2003:460) om etikprovning av forskning som avser människor (2022). https://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003460-om-etikprovning-av-forskning-som_sfs-2003-460 [2022-10-13].

Lin, Y.CH., latner, J.D., Fung, X. C. C. & Ying Lin, C. (2017). Poor Health and Experiences of Being Bullied in Adolescents: Self-Perceived Overweight and Frustration

with Appearance Matter. Original Article Pediatric Obesity. Vol 26(2), ss. 397-404.
<https://doi.org/10.1002/oby.22041>

Mårtensson, J. & Fridlund, B. (2020). Vetenskaplig kvalitet i examenarbete. I Henricson, M.(red.) Vetenskapliga teori och metod från idé till examination inom omvårdnad. 2:5 uppl., lund: studentlitteratur AB, ss. 421-436.

Patte, K. A., Livermore, M. & Leatherdale, S. T. (2021). Do weight perception and bullying victimization account for links between weight status and mental health among adolescents? BMC Public Health. Vol 21(1), ss. 1-16. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-11037-8>

Rupp, k. & MacCoy, S. M. (2019). Bullying Perpetration and Victimization among Adolescents with Overweight and Obesity in a Nationally Representative Sample. Childhood Obesity. Vol 15(5), ss. 323-330. <https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.1089/chi.2018.0233>

Rose, M. (2020). systematisk litteraturöversikt i Henricson, M. (red). Vetenskapliga teori och metod- från idé till examination inom omvårdnad. 2:5 uppl., lund: studentlitteratur AB, ss. 379-386.

Roberts, K. J., Polfuss, M. L., Marston, E. C. & Davids, R. L. (2021). Experiences of weight stigma in adolescents with severe obesity and their families. Original Research: Empirical Research – Qualitative. Vol 77(10), ss. 4184-4194. <https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.1111/jan.15012>

Rabbitt, A. & Coyne, I. (2013). Childhood obesity: nurses' role in addressing the epidemic. British Journal of Nursing, Vol 21(12), ss.731-735.

<https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.12968/bjon.2012.21.12.731>

Regeringskansliet. Agenda 2030 för hållbar utveckling. <https://www.regeringen.se/regeringens-politik/globala-malen-och-agenda-2030/agenda-2030-for-hallbar-utveckling/> [2022-11-15]

Sandman, L. & Kjellström, S. (2018). Etikboken. Etik för vårdande yrken. 2:1. uppl., Lund: Studentlitteratur, ss. 399-412.

SBU:s sammanfattning och slutsatser (2018). Fetma- problem och åtgärder.

<https://www.sbu.se/contentassets/5feb5706ab904687835b28d526f3229a/sammanfattning.pdf> [2022-10-13].

SBU (2014). Främjande av fysisk aktivitet hos barn och ungdomar. <https://www.sbu.se/sv/publikationer/sbu-kommentar/framjande-av-fysisk-aktivitet-hos-barn/> [2022-10-13].

SBU (2019). Årsredovisning. https://www.sbu.se/contentassets/fc95a69ed9f34964bf562a178092cb91/sbu_arsredovisning_2019.pdf [2022-10-13].

Singh, S., Thompson, C. J., Kak, R., Smith, L. N. & Quainoo, N. (2021). Impact of Body Weight Perceptions and Electronic Bullying on Suicide-Related Risk Behaviors among Youth: Results from Youth Risk Behavior Surveillance System, 2015. *Journal of School Health*, vol 91(1), ss. 29-36. <https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.1111/josh.12974>

Svenska sjuksköterskeförening. (2017). Kompetensbeskrivning för legitimerad sjuksköterska. <https://swenurse.se/download/18.9f73344170c003062317be/1584025404390/kompetensbeskrivning%20legitimerad%20sjuksk%C3%B6terska%202017.pdf> [2022-10-13].

Sutin, A. R., Robinson, E., Daly, M. & Terracciano, A. (2018). Perceived Body Discrimination and Intentional Self-Harm and Suicidal Behavior in Adolescence. *Childhood Obesity*. Vol 14(8), ss. 528-536. <https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.1089/chi.2018.0096>

Trygg Lycke, S. (2016). I En viktig bok om övervikt hos barn och ungdomar. 1:a upplagan. Stockholm Gothia Fortbildning AB, ss. 131-136.

Unicef (2022). Barnkonventionen. <https://unicef.se/barnkonventionen/las-texten#hela-texten> [2022-09-22].

Unicef (2021). For Every child. <https://www.unicef.org/reports/unicef-strategic-plan-2022-2025>[2022-10-10].

UMO (2020). Vad är ätstörningar? <https://www.umo.se/att-ma-daligt/atstorningar/vad-ar-atstorningar/>[2022-11-14].

Vetenskapsrådet (2017). Den europeiska kodexen för forskningens integritet <https://www.vr.se/uppdrag/framja-och-finansiera-forskning/agenda-2030.html> [2022-10-19].

Vetenskapsrådet (2022). Vetenskapsrådet och Agenda 2030. <https://www.vr.se/uppdrag/framja-och-finansiera-forskning/agenda-2030.html>[2022-10-18].

WHO (2021). Obesity and overweight. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>[2022-10-11].

Wiklund, L. (2003). Vårdvetenskap i klinisk praxis. Stockholm: Natur & Kultur.

Wang, S., Sun, Q., Zhai, L., Bai, Y. & Wei, W. (2019). The Prevalence of Depression and Anxiety Symptoms among Overweight/Obese and Non-Overweight/Non-Obese Children/Adolescents in China: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. Vol 16(3), s. 340. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030340>

Whitehead, L., Kabdebo, I., Dunham, M., Quinn, R., Hummelshoj, J., George, C. & Denny- Wilson, E. (2020). The Effectiveness of nurse led Interventions to prevent childhood and adolescent overweight and obesity: Asystematic Review of randomised trials. *Journal of advanced nursing*. Vol 77(12), ss. 4612-4631. <https://doi-org.lib.costello.pub.hb.se/10.1111/jan.14928>

Yusef, S. J., Taube-Schiff, M., Fergus, K. D. & Sockalingam, S. (2016). Weight-based bullying and compromised peer relationships in young adult bariatric patients. *Journal of Health Psychology*. Vol 22(8), ss.1046-1055. <https://doi.org/10.1177/1359105315622559>

BILAGA 1 - ARTIKELSÖKNING

Databas	Sökord	antal träffar	Inkluderade i arbetet
Cinahl	<i>Obesity, Overweigh, "Mental health", Experience</i>	50	3
Cinahl	<i>Obesity, Overweight, "Psychosocial factors", Experience</i>	24	1
Medline	<i>Obesity OR Overweight, Bullying, Self-esteem, qualitative*</i>	28	2
Cinahl	<i>Obesity OR Overweight, mental health stigma</i>	20	1
Medline	Childhood, self-image OR self-esteem OR body image OR confidence OR self-perception, experience.	35	1
Cinahl	Obesity OR overweight, Mental Health, "Academic performance"	12	1
Total	7 sökningar		9

BILAGA 2 - ANALYS ÖVERSIKT AV RESULTAT ARTIKLARNA.

1. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Patte, K. A., Livermore, M., Qian, W. & T. Leatherdale, S.</p> <p>2021</p> <p>Do weight perception and bullying victimization account for links between weight status and mental health among adolescents?</p> <p>BMC Public Health</p> <p>Canada</p>	<p>Syftet med studien var att granska ungdomarnas viktuppfattning hos överviktiga och deras erfarenheter av Mobbning i samband med psykisk ohälsa.</p>	<p>Tvärsnittsun- dersöknings data Kvantitativ</p> <p>Urvalet var 57059 eleverna i årskurs 9-12 vid 134 gymnasieskolo- r</p> <p>Beskrivande statistisk</p> <p>Etiskt godkänd</p>	<p>Resultatet av studien visar att flickor med övervikt och fetma drabbas i högre grad av depression och ångestsyndrom i jämförelse med pojkar. både pojkar och flickor upplever mobbning.</p> <p>Viktuppfattning och mobbningsoffer hos ungdomar har skadliga effekter på mental hälsa i samband med fetma</p>

2. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Singh, S., Thompson, C.J., Kak, R., Smith, L.N. and Quainoo, N.</p> <p>2021</p> <p>Impact of Body Weight Perceptions and Electronic Bullying on Suicide-Related Risk Behaviors among Youth: Results from Youth Risk Behavior Surveillance System, 2015</p> <p>Journal Of School Health</p>	<p>Syftet med studien är att granska om det finns samband mellan kroppsuppfattning, mobbing och självordstankar bland ungdomar.</p>	<p>Tvärsnittstudieundersökning.</p> <p>Logistisk regressionsanalys av 2015 Youth Risk Behavior Survey.</p> <p>Urvalet är 15506 elever i årskurs 9-12 i 125 skolor i 20 städer</p> <p>Statistisk beskrivande</p>	<p>Studiens resultat visar att det finns ett signifikant samband mellan viktuppfattning och självordsbeteend e bland ungdomar som är något överviktigt eller mycket överviktiga.</p>

3. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Lin, Y.CH., Latner, J.D., Fung, X.C.C., Lin, CH. Y.</p> <p>2017</p> <p>Poor health and experiences of being bullied in Adolescents: self-perceived overweight and frustration with appearance.</p> <p>Original Article Pediatric Obesity</p> <p>USA</p>	<p>Syftet med studien är att undersöka sambandet mellan kroppsbild och psykisk hälsa</p>	<p>Tvärnationell undersökning av Health Behavior Of School- Aged Children (HBSC) data</p> <p>Urvalet är 8303 elever I årskurs 7-10</p> <p>Beskrivande statistik</p> <p>Självrapportera de frågeformulär</p> <p>Etiskt godkänd</p>	<p>Resultatet av studien visar att kroppsbild är viktigt i samband med viktstatus och mobbning. Att hur ungdomar upplever sin kroppsvikt har starkare samband med mobbning än exakta viktstatusen.</p>

4. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte & problem	Metod	Resultat
Rupp, K. & Maccoy, M. M. 2019 Bullying perpetration and victimization among adolescents with overweight and obesity in a nationally representative sample. Childhood Obesity USA	Syftet med studien är att undersöka om det finns samband mellan mobbing och BMI	Tvärsnittstudie undersökning Urvalet var 31 770 ungdomar mellan 10-17 Etiskt godkänd	Resultatet av studien visar att barn med fetma och övervikt i jämförelse med normalviktiga är mer engagerade för mobbningsbetee nde alltså mobbare eller mobbningsoffer.

5. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Langford, R., Davies, A., Howe, L. & Cabral, CH.</p> <p>2022</p> <p>Links between obesity, weight stigma and learning in adolescence: a qualitative study.</p> <p>BMC Public Health.</p> <p>Storbritannien</p>	<p>Syftet är att undersöka relation mellan kroppsvikt och utbildningsnivå</p>	<p>Intervju av 19 unga vuxna i ålder 27-28 som har varit i en födelsekohortst udie i Avon Longitudinal Study Of parents And Children (ALSPAC), Erfarenheter av att vara överviktig i tonårsålder.</p> <p>Etiskt godkänd</p>	<p>Studiens resultat visar att övervikt kan påverkar utbildning kapacitet negativ då detta på grund av negativa psykosociala medföljda av att vara överviktigt.</p>

6. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte & problem	Metod	Resultat
<p>Sutin, A. R., Robnsson, E., Daly, M. & Terracciano, A.</p> <p>2018</p> <p>Perceived body discrimination and intentional self-harm and suicidal behavior in adolescence.</p> <p>Australian</p>	<p>Syftet med studien var att undersöka om det finns samband mellan diskriminering och självskadebetee nde hos överviktiga.</p>	<p>Logistisk regression</p> <p>Urvalet var 2948 ungdomar i åldern 14-15 som har varit i en kohortstudie i Longitudinal Study Of Australien Children (LSAC).</p>	<p>Resultatet av studien visar att barn har upplevt orättvis behandling på grund av sin vikt vilket även visar att detta är kopplade till självmondsbetee nde.</p>

7. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Jacobs, W., Merianos, A.L., Smith, M.L., Nabors, L., Fajayn, A. & Valente, T.W.</p> <p>2020</p> <p>The role of weight status and individual attributes on adolescent social relations: implications for obesity prevention.</p> <p><i>J Adolesc Health.</i></p> <p>California</p>	<p>Syftet med studien är att undersöka sambandet mellan viktstatus och sociala nätverk som vänskap, uppskattning, framgång, romantik och att vara populär.</p>	<p>111010 elever i åldern 11-19 i 4 gymnasieskolor i en skoldistrikt i Los Angeles</p> <p>Sekundär analys av tvärsnittsdata från University of southern California social networks and networking pilot study(SNS).</p> <p>Beskrivande analys</p>	<p>Resultatet visar att överviktiga och feta barn löper risk för socialisolering.</p> <p>Viktstatus påverkar sociala nätverk negativt.</p> <p>Barn med övervikt och fetma har minskad möjlighet att vara beundrade/populära jämförd med normalviktiga samt dessa grupper är mindre nominerade som romantiska i jämförelse med normalviktiga kamerater.</p>

8. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Roberts, K.J ., Polfuss, M.L ., Marston, E.C. & Davids,R.L. (2021)</p> <p>Experiences of weight stigma in adolescents with severe obesity and their families.</p> <p><i>Original Research: Empirical Research – Qualitative.</i></p> <p>USA</p>	<p>Siften är att beskriva upplevelser av viktstigma hos ungdomar med fetma</p>	<p>Semistrukturerade intervjuer Kvalitativ Urvalet var 19 föräldrar och 12 ungdomar åldern 12-17</p> <p>Etiskt godkänd</p>	<p>Resultatet visar att de upprepade viktstigmatiska ringarna påverkar mental hälsa negativt och ökar risken för självskada hos ungdomar med fetma.</p>

9. Författare Årtal Titel Tidskrift Ursprung	Syfte	Metod	Resultat
<p>Jong-Hyuck, K. & Wi- Young, S. 2013</p> <p>Association Between Overweight/O besity And Academic Performance In South Korean Adolescents.</p> <p><i>Central European Journal Of Public Health.</i></p> <p>Sydkorea</p>	<p>Syftet är att undersöka sambandet mellan övervikt och fetma med akademisk prestation hos ungdomar.</p>	<p>Logistisk regressionsana lys</p> <p>Urvalet var 72399 ungdomar i årskurs 7-12</p>	<p>Resultatet visar att övervikt och fetma påverkar negativ på akademisk prestation men orsakat till detta är oklart.</p>