

## Motion

### Fysisk aktivitet på recept för barn och ungdomar i elevhälsovården

Barnövervikt och barnfetma är ett allvarligt hälsoproblem och har de senaste åren dessvärre ökat. Enligt Folkhälsomyndighetens nationella statistik så hade cirka 23 procent av barnen i åldern 6–9 år övervikt eller fetma läsåret 2021/2022. Hos 11–15-åriga skolbarn med övervikt och fetma har förekomsten ökat bland från 7 till 15 procent, mellan läsåren 1989/90 och 2021/22. Många barn och ungdomar rör på sig för lite och riskerar att må dåligt samt i förlängningen riskera att drabbas av allvarliga undvikbara fysiska sjukdomar.

Fysisk aktivitet på recept (FaR) är en evidensbaserad metod för att stödja individer till att öka sin fysiska aktivitet och kan användas både i sjukdomsförebyggande och behandlande syfte. FaR kan all legitimerad vårdpersonal förskriva. Barn kan behöva minska sitt stillasittande, öka vardagsaktiviteten eller komma i gång med någon form av fysisk träning. FaR kan användas av barn från 6 år samt till ungdomar som har eller riskerar att utveckla någon typ av ohälsa och som inte når upp till hälsorekommendationen för fysisk aktivitet. FaR kan användas i förebyggande syfte även för barn som till exempel har motoriska svårigheter, koncentrationssvårigheter, sömnsvårigheter, stress, oro och smärta.

I Malmö fanns tidigare FYSS – Fysisk aktivitet på recept. Det innebar att skolsköterskorna kunde på en gul receptblankett skriva ett visst antal gånger att gratis prova på en fysisk aktivitet, där ledarna var inriktade på barn och ungdomar som hade övervikt och behövde få roligt med rörelse utan att känna att de stack ut ur mängden. Det avslutades tyvärr för många år sedan då det drevs i projektform och aktiviteterna erbjöds endast ute på Kockums Fritid.

FaR-metoden innebär ett stödjande samtal med barnet/ungdomen och/eller vårdnadshavare. Under samtalet diskuteras barnets rörelsevanor och om vad som skulle vara en rolig och möjlig aktivitet. Efter samtalet skrivs ett recept som är en skriftlig ordination på fysisk aktivitet. I receptet beskrivs målsättning, rekommenderad aktivitet och när receptet ska följas upp.

FaR-metoden har gett positiva effekter där man satsat på det på region och kommunnivå i Sverige och inom hälso- och sjukvården generellt. Med bakgrund av den situation som finns i Malmö relaterat till psykisk och fysisk ohälsa behövs fler insatser än de som pågår och detta är en välbeprövad evidensbaserad metod som kan ge goda resultat om den genomförs brett.

### Vi föreslår därför att kommunfullmäktige beslutar:

Att berörda nämnder får i uppdrag att utbilda de skolsköterskor som inte innehar kompetensen i metoden fysisk aktivitet på recept inom Malmö stads skolor.

Att berörda nämnder genomför informationsinsatser till skolsköterskorna om att använda metoden FaR inom elevhälsans verksamhet.

Malmö 2024-11-29

Jacqueline Maly (SD)

Lisbeth Persson Ekström (SD)

Magnus Olsson (SD)