



## Starka samband mellan levnadsvanor och skolprestationer

COMPASS – en studie bland 15-åringar i Stockholms län

*Enligt denna rapport från Karolinska Institutets folkhälsoakademi finns det starka samband mellan ungdomars levnadsvanor, i detta fall främst rökning och matvanor, och hur de presterar i skolan.*

*Hela rapporten kan hämtas från [www.folkhalsoguiden.se/2011-8](http://www.folkhalsoguiden.se/2011-8)*

Författare: Malin Kark<sup>1</sup>, Anders Hjern<sup>2</sup>, Finn Rasmussen<sup>1</sup>

1. Institutionen för folkhälsovetenskap, Karolinska Institutet

2. CHES, Karolinska Institutet/Stockholms universitet

På uppdrag av  
Stockholms läns landsting



**Karolinska  
Institutet**

## Bakgrund

Forskning har visat att individer med hög utbildningsnivå i vuxen ålder haft mer hälsosamma levnadsvanor tidigare i livet, medan individer som inte utbildat sig i samma utsträckning haft mindre hälsosamma levnadsvanor. Eftersom ohälsosamma levnadsvanor har betydelse för kronisk sjuklighet senare i livet finns skäl att studera hur olika faktorer i skolmiljön är relaterade till hälsobeteende och levnadsvanor.

Syftet med studien var att analysera samband mellan ungdomars levnadsvanor, med fokus på rökning och matvanor, och skolprestationer genom både betygsnivå och ofullständiga betyg i årskurs 9.

## Studiepopulation

Studien baseras på tvärsnittsdata från COMPASS, en studie som genomfördes bland 15-åringar i kommunala skolor i sydvästra Storstockholm år 2000-2001. Materialet består i huvudsak av uppgifter om viktstatus och kroppssammansättning från en hälsoundersökning, uppgifter om matvanor, måltidsordning, fysisk aktivitet, och rökvanor från en elevenkät samt uppgifter om familjetyp, föräldrars utbildning, ungdomars och föräldrars födelseland samt ungdomars skolbetyg från olika register vid Statistiska centralbyrån. Skolprestationer består av genomsnittsbetyg från årskurs 9 samt uppgifter om ofullständiga betyg.

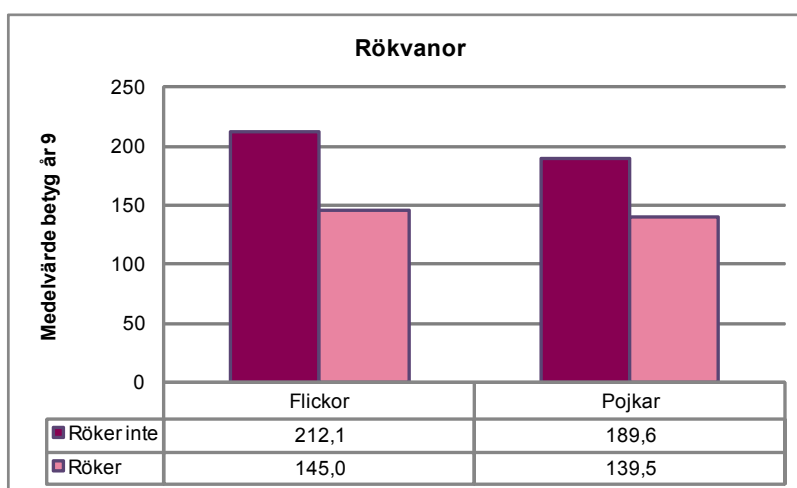
År 2000-2001 identifierades i COMPASS-studien 4 188 ungdomar. Av dessa ingår 3 538 i denna studie, 1 807 pojkar och 1 731 flickor.

## Resultat

Ungdomar som rökte i årskurs 9 hade lägre betyg än ungdomar som inte rökte (Figur 1).

**Figur 1. Medelvärden i betyg årskurs 9 i relation till rökvanor bland pojkar respektive flickor.**

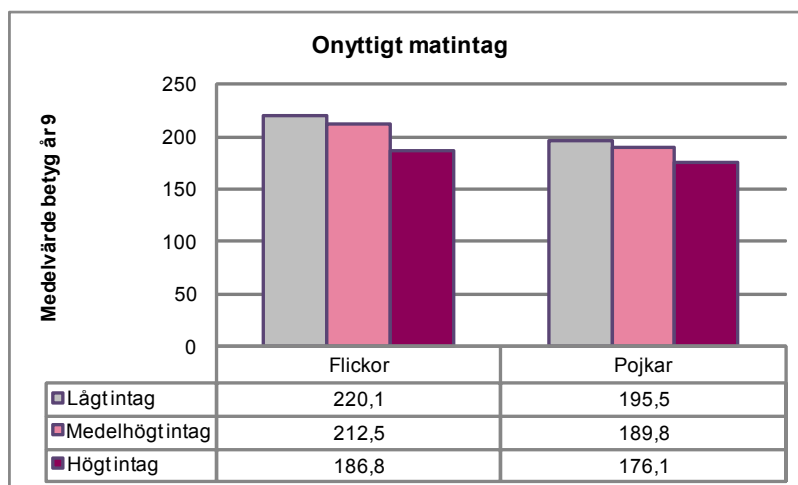
Linjära regressionsanalyser med medelvärde som utfall. Medelvärdena är justerade för föräldrars utbildning, ensamstående föräldrar och etnicitet.



Ungdomar som rapporterade ett lågt intag av onyttig mat hade högre betyg än ungdomar som rapporterade ett högt intag av onyttig mat (Figur 2).

**Figur 2. Medelvärden i betyg årskurs 9 i relation till onyttigt matintag bland pojkar respektive flickor.**

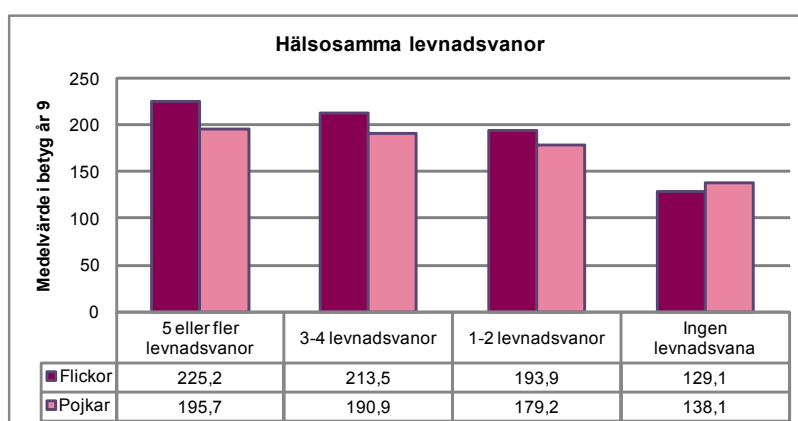
Linjära regressionsanalyser med medelvärde som utfall. Medelvärdena är justerade för föräldrars utbildning, ensamstående föräldrar och etnicitet.



Linjära regressioner, baserade på en sammanräkning av hälsosamma levnadsvanor, visade högre betygsmedelvärden i årskurs 9 bland ungdomar med 5 eller fler hälsosamma levnadsvanor än bland ungdomar som inte hade någon hälsosam levnadsvana alls (Figur 3).

**Figur 3. Medelvärden i betyg årskurs 9 i relation till antal hälsosamma levnadsvanor bland pojkar respektive flickor.**

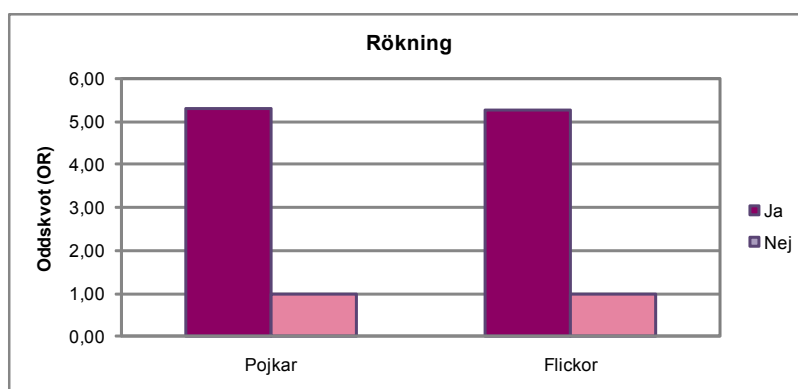
Linjära regressionsanalyser med medelvärde som utfall. Medelvärdena är justerade för föräldrars utbildning, ensamstående föräldrar och etnicitet.



Risken för ofullständigt betyg (OR) i årskurs 9 var högre bland rökare jämfört med icke-rökare (Figur 4).

**Figur 4. Oddskvoter för ofullständiga betyg i årskurs 9 i relation till rökvanor bland pojkar respektive flickor. Ej rökare är referensgrupp.**

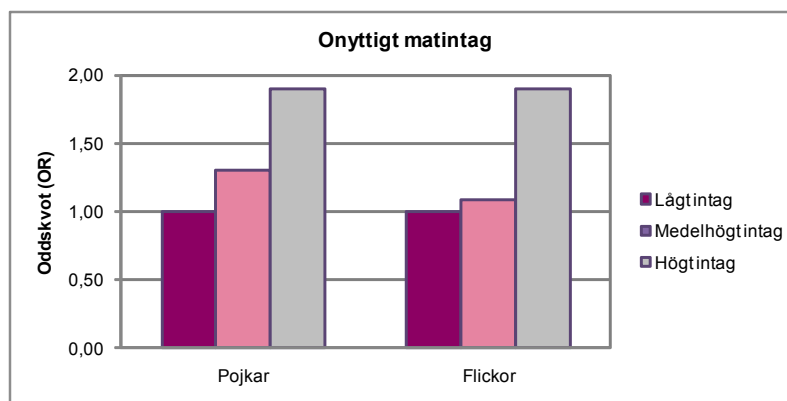
Logistiska regressionsanalyser med ofullständiga betyg som utfall. Oddskvoterna är justerade för föräldrars utbildning, ensamstående föräldrar och etnicitet.



Risken för ofullständigt betyg (OR) i årskurs 9 var högre bland ungdomar med ett högt intag av onyttig mat jämfört mot ungdomar med ett lågt intag av onyttig mat (Figur 5).

**Figur 5. Oddsquoter för ofullständiga betyg i årskurs 9 i relation till onyttig matintag bland pojkar respektive flickor. Högt intag är referensgrupp.**

Logistiska regressionsanalyser med ofullständiga betyg som utfall. Oddsquoterna är justerade för föräldrars utbildning, ensamstående föräldrar och etnicitet.



## Slutsatser

- Ungdomar som rökte presterade sämre i skolan än ungdomar som inte rökte.
- Dåliga frukostvanor och lågt intag av frukt och grönsaker hade samband med sämre skolprestationer.
- Högt intag av nyttig mat och lågt intag av onyttig mat var associerat med bättre skolprestationer.
- Inga samband kunde påvisas för fysisk aktivitetsnivå eller viktstatus.
- Även om kausala samband inte kunnat påvisas, indikerar resultaten att skolmiljön kan erbjuda en förebyggande potential som inte utnyttjas fullt ut.
- Ökat förebyggande arbete mot ohälsosamma levnadsvanor bland ungdomar från underprivilegierade familjer samt stöd till dessa elever för att hindra att de avslutar grundskolan med ofullständiga betyg, kan förmodligen på lång sikt minska riskerna för ett flertal kroniska sjukdomar.
- Att lyfta fram de starka sambanden mellan livsstilsfaktorer och skolprestationer är viktigt i arbetet med att minska social ojämlikhet i hälsa. En god skolutbildning kan minska ungdomars exponering för ohälsosamma vägval som t.ex. att börja röka.

## Läs mer

Kark M, Hjern A, Rasmussen F. **Starka samband mellan levnadsvanor och skolprestationer. COMPASS - en studie bland 15-åringar i Stockholms län. 2011:8**, Karolinska Institutets folkhälsoakademi, Stockholm 2011. Hämta rapporten på Folkhälsoguiden: [www.folkhalsoguiden.se/2011-8](http://www.folkhalsoguiden.se/2011-8)

Rasmussen F, Eriksson M, Bokedal C, Schäfer Elinder L. **Fysisk aktivitet, matvanor, övervikt och självkänsla bland ungdomar. COMPASS - en studie i sydvästra Storstockholm**. Stockholms läns landsting och Statens folkhälsoinstitut, Stockholm 2004.