



**Høringssvar vedrørende: Livsstilsintervention ved svær overvægt.
Anbefalinger for kommunale tilbud til børn og voksne**

Ergoterapeutforeningen
Nørre Voldgade 90
DK-1358 København K
Tlf: +45 88 82 62 70
Fax: +45 33 41 47 10
Cvr nr. 19 12 11 19
etf.dk

Den 14. november 2019
Side 1
Ref.: UG
E-mail: ug@etf.dk
Direkte tlf.: 53 36 49 25

**Ergoterapeutforeningens høringssvar vedrørende:
Livsstilsintervention ved svær overvægt. Anbefalinger for kommunale tilbud til
børn og voksne**

Ergoterapeutforeningen takker for invitationen til at være høringspart vedrørende ovennævnte høring.

De stigende tal for overvægt og svær overvægt viser, at der er brug for et skærpet fokus på området. Rapporten har inddelt målgruppen af overvægtige og svært overvægtige i yderligere i tre målgrupper, hvortil vi har bemærkninger til afsnittene vedrørende børn og voksne (herunder ældre).

Interventioner bør altid tage udgangspunkt i det enkelte menneskes mål og ønsker og hvad der er meningsfuldt og betydningsfuldt for den enkelte. Det er derfor positivt at læse, at denne tilgang er tilstede i anbefalingerne, idet vi mener, at den ikke kan fremhæves for meget.

Ligeledes er det positivt, at anbefalingerne også har et fokus på opsporing af behov for konkrete livsstilsinterventioner og dermed også får den forebyggende del med. Det bør dog fremhæves, at det skal være nemt og let tilgængeligt for både den henvisende og den henviste at finde frem til relevante tilbud i kommunen.

Målgruppen af børn:

Til børn og unge som er omfattet af problemstillingen svær overvægt, finder vi, at der er behov for at tilrettelægge indsatser, som omhandler hverdagsaktiviteter med involvering af hele familien. Mange praksisindsatser har et isoleret fokus på kost og motion, og mindre på integrering af livsstilsforandringer i hverdagslivet med henblik på høj grad af compliance. Familierne bør anerkendes som eksperter i deres eget liv. Skal vaner, roller og mønstre i familien ændres, skal familierne målrettet inddrages i at se muligheder og begrænsninger så en helhedsorienteret tilgang til sundhed og livsstilsændringer forankres i familien.

Vi ser derfor de udarbejdede anbefalinger som en særdeles vigtig indsats tidligt i livet, så også antallet af voksne (herunder ældre) mennesker med svær overvægt reduceres.

Målgruppen af voksne (herunder ældre):

Vi har opdelt vores kommentarer imod fire komponenter: 'Livskvalitet og trivsel', 'hverdagsliv og vaner', 'pårørende og sociale relationer' og 'relevante faggrupper'.

Livskvalitet og trivsel: Rapporten har i sin nuværende form et overvejende biomedicinsk fokus, hvilket naturligvis også er relevant for målgruppen ift. de forøgede risici, som overvægt kan medføre. Livskvalitet og dårlig trivsel på grund af stigmatisering og nedsat tro på egne evner i vægttabsammenhæng er imidlertid også væsentlige elementer ift. at lykkes med et vægttab. Vi vil derfor anbefale, at formålet med livsstilinterventioner ikke isoleret rettes imod selve vægttabet, men imod de parametre, som giver øget livskvalitet, forbedret trivsel og styrket "self-efficacy". Konkret anbefaler vi, at det indskrives under punkt 1.3.4, under punkt 3.5.1, samt under punkt 5.2.

Hverdagsliv og vaner: For mennesker med overvægt og svær overvægt er mange faktorer i hverdagen påvirket. Anbefalingerne kunne derfor med fordel have et større praktisk fokus mhp. at implementere varige vægttabsinterventioner til målgruppens hverdagsliv. Vi anbefaler derfor, at konkrete aktiviteter som madlavning, motion, besøg i hjemmet mv. får plads i anbefalingerne. Som ergoterapeuter har vi god viden om, at det er ved at *udføre* de konkrete livsstilsændrende handlinger, at forandringer fastholdes.

Vi vil desuden påpege, at nogle mennesker, som konsekvenser af fysiske gener af overvægt, er i risiko for ikke at kunne fastholde en arbejdspladstilknætning. Usikkerheden om den fortsatte arbejdspladstilknætning kan give stressrelaterede problemstillinger. Dette stiller derfor krav om en højere grad af helhedsorienteret og tværfaglig forebyggende indsats.

Det fremgår i afsnit 3.5.2 at overvægt hos ældre kan medføre alvorlige konsekvenser for funktionsevne, helbred og livskvalitet. De ældre mennesker er ofte ramt af en eller flere følgesygdomme som følge af overvægten og kan som konsekvens heraf have vanskeligt ved at udføre nødvendige og betydningsfulde hverdagsaktiviteter, vedligeholde sociale relationer samt være fysisk aktive. Jf. afsnit 5.2.1 anbefales ældre fysisk aktivitet ved moderat til hård intensitet, som en del af indsatsen til at opnå vægttab. Men mange ældre mennesker, som har multisygdomme, er ikke i stand til at være fysisk aktive på dette niveau. Det kan derfor være særdeles vanskeligt for den ældre med svær overvægt og følgesygdomme at opnå et vægttab.

I afsnit 5.4.2 "Særlige hensyn omkring voksne" mener vi, at det vil være relevant at nævne som eksempel, at det kan være uhensigtsmæssigt for den ældre svækkede patient at foretage livsstilsændringer med vægttab i forbindelse med sygdomsforløb.

I afsnit 3.5.1 om karakteristika: "Andelen af ældre med svær overvægt er ikke så høj i hjemmepleje og på plejecentre som blandt ældre i eget hjem". Vi finder, at formuleringen er uklar, idet ældre i eget hjem jo netop kan være modtagere af hjemmehjælp. Mon den tilsigtede mening er, at der er forskel i gruppen af ældre der modtager hjemmehjælp og dem, der ikke gør?

Pårørende og sociale relationer: Vi bifalder, at der i anbefalingerne er et fokus på betydningen af inddragelse af pårørende i form af ægtefæller eller samlever, som der henvises til under punkt 5. Vi mener imidlertid, at anbefalingerne ville

styrkes, hvis der kom konkrete referencer, som underbygger relevansen af at inddrage pårørende. Tilsvarende under punktet om adfærdsændring (s. 27). Flere undersøgelser dokumenterer, hvor meget vi som mennesker er påvirkede af vores pårørende og vores sociale relationer.

Relevante faggrupper: Evidensen underbygger, at vægttabsinterventioner i højere grad er effektive ved tværfaglige og flerstrengede interventioner. Vi vil derfor stærkt anbefale, at der fokuseres på vigtigheden af et tværfagligt samarbejde i anbefalingerne.

Hertil vil vi fremhæve, at der er en tværfaglig forskergruppe (med ergoterapeuter i spidsen) fra Syddansk Universitet, som siden 2017 har arbejdet med at udvikle en ny evidensbaseret livsstils- og vægttabsintervention - DO:IT (Danish Obesity Intervention Trial).

I arbejdet er bla. fortaget dybdegående interviews af 35 overvægtige og svært overvægtige mennesker, der stod på venteliste til en kommunal vægttabsintervention. Interviewene pegede særligt på to faktorer:

1. At mennesker med problemstillingen svær overvægt godt ved hvad der hensigtsmæssigt, - og uhensigtsmæssigt at spise. De fremhæver, at deres øgede kalorieindtag er forbundet med uhensigtsmæssige vaner, men at de samtidig ikke kan overskue, hvordan de får ændret deres hverdag.

2. At de er så tæt forbundet med deres sociale relationer men ikke har de fornødne redskaber til at påvirke relationerne mod en accept af konsekvenserne af en ændret livsstil og omstilling af vaner i hverdagen. Disse to faktorer vil derfor blive omdrejningspunktet i den DO:IT intervention, som forskergruppen på SDU afprøver i 2020.

Ergoterapeutforeningen står naturligvis til rådighed for eventuelle uddybende kommentarer i forhold til høringssvaret, og vi ser frem til at følge det fortsatte arbejde.

Med venlig hilsen

Tina Nør Langager, formand for Ergoterapeutforeningen