



# Så kan vi vända trenden

**Handlingsprogram  
övervikt och fetma  
2016–2020**

**HPÖ**  
HANDLINGSPROGRAM  
övervikt och fetma

Handlingsprogram övervikt och fetma 2016–2020 syftar till att sprida kunskap om och skapa förutsättningar för hälsofrämjande och förebyggande åtgärder samt bedriva metodutveckling för behandling av övervikt och fetma.

### Vision

# Trenden har vänt

– övervikt och fetma minskar i länet

### Övergripande utfallsmål

I länets kommuner och stadsdelar ska i slutet av år 2020

- andelen vuxna med övervikt vara mindre än 25 procent och andelen med fetma vara mindre än 7 procent
- andelen 4-åriga barn med övervikt vara mindre än 7 procent och med fetma vara mindre än 2 procent
- andelen gravida förstföderskor med övervikt vara mindre än 15 procent och andelen med fetma vara mindre än 5 procent



**Strategi 1**  
Hälsöfrämjande



**Strategi 2**  
Förebyggande



**Strategi 3**  
Behandling

### Prioriterade grupper

Barn och ungdomar

Grupper med övervikt och fetma med särskilda behov av stöd vid graviditet, psykisk ohälsa eller funktionsnedsättning

Övervikt och fetma är ett stort folkhälso-  
problem. Ohälsosamma matvanor,  
låg fysisk aktivitet och fetma orsakar  
tillsammans 28 procent av sjukdoms-  
bördan i Sverige. Överviktsproblematiken  
är ojämnt spridd i befolkningen. Personer  
med lägre utbildning och sämre socio-  
ekonomisk situation än befolkningen i stort  
tenderar att oftare vara överviktiga.

Enligt Stockholms Folkhälsoenkät 2014 är  
40 procent bland männen och 25 procent  
bland kvinnorna överviktiga och därtill har  
cirka 11 procent fetma. Arbetet med att  
minska förekomsten av övervikt och fetma  
är politiskt prioriterat.



Hälsa- och sjukvårdsförvaltningen

Landstings- och kommunpolitiker

Folkhälsostراتيجer  
i landstinget, kommuner  
och stadsdelar

Landstinget samverkar med andra aktörer  
och medverkar till att visionen nås.

Länets invånare

Idrottsrörelsen,  
friskvårdsaktörer,  
ideella organisationer

Socialtjänst,  
barn- och ungdoms-  
förvaltning,  
fritidsförvaltning





BUMM, Överviktscentrum,  
Rikscentrum Barnobesitas,  
livsstils- och hälsomottagningar

Tillväxt-  
och regionplane-  
förvaltningen

Förskola, skola, särskola,  
öppen förskola

# Trenden har vänt

– övervikt och fetma minskar i länet

MVC, BVC,  
elevhälsan,  
BUP

Primärvården, husläkarmottagningar,  
primärvårdsrehab, habilitering,  
psykiatri, tandvård, geriatrik

Stadsbyggnadskontor,  
trafikkontor





Förändrade levnadsvanor med mer fysisk aktivitet,  
mindre stillasittande och hälsosamma matvanor  
bidrar till att övervikt och fetma minskar i befolkningen.

Mer information om mål och stöd för arbetet finns på  
**[www.vardgivarguiden.se/hpo](http://www.vardgivarguiden.se/hpo)**