



**INSTITUTIONEN FÖR KOST-  
OCH IDROTTSVETENSKAP**

# **Läsk- och energidryckskonsumtion**

**En jämförande studie om gymnasieungdomar i två olika socioekonomiska  
områden i Göteborg**

**Frida Ekman  
Linnea Löfström**

Kandidatuppsats 15 hp

Program Hälsopromotion inriktning kostvetenskap

Vt 2017

Handledare: Lena Gripeteg

Examinator: Daniel Arvidsson

Rapportnummer: VT17-29

## Kandidatuppsats 15 hp

|                |  |
|----------------|--|
| Rapportnummer: | VT17-29  |
| Titel:         | Läsk- och energidryckskonsumtion - En jämförande studie om gymnasieungdomar i två olika socioekonomiska områden i Göteborg   |
| Författare:    | Frida Ekman och Linnea Löfström  |
| Program:       | Hälsopromotion inriktning kostvetenskap  |
| Nivå:          | Grundnivå  |
| Handledare:    | Lena Gripeteg  |
| Examinator:    | Daniel Arvidsson   |
| Antal sidor:   | 34   |
| Termin/år:     | Vt 2017  |
| Nyckelord:     | Adolescents, Attitudes, Energy drinks, Health inequalities, Soft drinks, Socioeconomic status, Socioeconomic position, Socio-demographic, Sugar sweetened beverages. |

## Sammanfattning

Ojämlighet i hälsa existerar i hela världen och förekommer mellan olika grupper i samhället. I Göteborg förekommer variationer mellan olika geografiska områden där grupper med lägre utbildning och inkomst har mindre hälsosamma matvanor i jämförelse med grupper som har högre utbildning och inkomst. Konsumtionen av läsk och energidryck är stor bland ungdomar och ett högt intag av drycker med tillsatt socker konsumeras mest hos ungdomar till föräldrar med låg utbildningsnivå. Syftet med denna studie är att jämföra intaget av läsk och energidryck bland ungdomar på två gymnasieskolor i olika socioekonomiska områden i Göteborg.

Enkäter delades ut på en skola i Angered och en i Göteborgs centrum och totalt 173 ungdomar inkluderades i studien. En kvantitativ analys utfördes med utgångspunkt i att jämföra de olika skolorna.

Resultatet visar att ungdomarna från Angeredskolan oftare dricker läsk och energidryck jämfört med ungdomarna från centrumskolan. Centrumskolans ungdomar intar däremot en större mängd läsk vid ett och samma tillfälle och energidryck intas i större mängd hos ungdomarna från Angeredskolan. Under skoltid konsumerar ungdomarna från Angeredskolan mer läsk och energidryck till skillnad från ungdomarna från centrumskolan. Största skillnaderna till varför ungdomarna dricker läsk på de olika skolorna är för att ungdomarna på centrumskolan unnar sig, medan ungdomarna på Angeredskolan dricker läsk för att det ses som en vana eller för att deras kompisar dricker det. Sammanfattningsvis visar resultatet på att ungdomarna från familjer med lägre socioekonomisk status (SES) konsumerar mer läsk och energidryck jämfört ungdomarna från familjer med högre SES.

## Förord

Vi vill börja med att tacka vår handledare Lena Gripeteg som har stöttat oss genom hela skrivprocessen och gett bra tips samt feedback på hela arbetet. Vi vill även tacka rektorerna som lät oss dela ut enkäter på de båda skolorna samt eleverna som ställde upp och gjorde studien möjlig. Slutligen vill vi också tacka våra vänner som läst igenom arbetet och gett oss bra feedback.

Tabell 1. Författarnas bidrag

| <b>Arbetsuppgift</b>        | <b>Procent utfört av<br/>Frida/Linnea</b> |
|-----------------------------|---|
| <b>Planering av studien</b> | 50/50                                     |
| <b>Litteratursökning</b>    | 50/50                                     |
| <b>Datainsamling</b>        | 50/50                                     |
| <b>Analys</b>               | 50/50                                     |
| <b>Skrivande</b>            | 50/50                                     |
| <b>Layout</b>               | 50/50                                     |

# Innehållsförteckning

|  |           |
|--|-----------|
| <b>Inledning</b>   | <b>5</b>  |
| Syfte  | 5         |
| Frågeställningar   | 5         |
| <b>Bakgrund</b>  | <b>5</b>  |
| Skillnader i medellivslängd, utbildning och inkomst hos olika grupper i samhället    | 6         |
| Socioekonomisk status i Angered och Göteborgs centrum                                | 6         |
| Föräldrars inverkan på ungdomars hälsa och läskkonsumtion                            | 7         |
| Sockerintag och läskkonsumtion bland ungdomar  | 7         |
| Energidryckskonsumtion bland ungdomar  | 8         |
| Ungdomars attityder, normer och beteenden kring konsumtionen av läsk och energidryck | 9         |
| Empowerment bland ungdomar för att minska ojämlikhet i hälsa                         | 9         |
| Problemformulering   | 9         |
| <b>Metod</b>   | <b>10</b> |
| Design   | 10        |
| Urval  | 10        |
| Datainsamling  | 11        |
| Databearbetning och analys   | 12        |
| Metodologiska överväganden   | 13        |
| <b>Resultat</b>  | <b>13</b> |
| Könsfördelning, årskursfördelning och programfördelning på de olika skolorna         | 13        |
| Läsk- och energidryckskonsumtion   | 14        |
| Mängd läsk och energidryck som intas vid ett och samma tillfälle                     | 15        |
| Anledningar till att dricka läsk och energidryck                                     | 16        |
| Tillfällen när ungdomar dricker mycket läsk och energidryck                          | 17        |
| Tillfällen när ungdomar dricker lite läsk och energidryck                            | 18        |
| <b>Diskussion</b>  | <b>19</b> |
| Metoddiskussion  | 19        |
| Resultatdiskussion   | 21        |
| Läsk- och energidryckskonsumtion   | 21        |
| Mängd läsk och energidryck som intas vid ett och samma tillfälle                     | 22        |
| Anledningar till att dricka läsk och energidryck                                     | 23        |
| Tillfällen när ungdomar dricker läsk och energidryck                                 | 24        |
| <b>Slutsatser och implikationer</b>  | <b>25</b> |
| <b>Referenser</b>  | <b>27</b> |
| <b>Bilagor</b>   | <b>32</b> |
| 1  | 33        |
| 2  | 34        |
| 3  | 38        |

## Inledning

Ojämlighet i hälsa är något som existerar runt om i hela världen och förekommer mellan olika grupper i samhället (Rostila & Toivanen, 2012). Kön, ålder, boendeförhållanden, utbildning och inkomst är exempel på faktorer som kan förklara skillnader i hälsa bland befolkningen (Pellmer, Wramner & Wramner, 2012). I Göteborgs stad förekommer variationer mellan olika geografiska områden, exempelvis så skiljer sig medellivslängden med nio år bland olika boendeområden (Göteborgs Stad, 2014).

De flesta människor eftersträvar en god hälsa och frånvaro av sjukdom trots olika förutsättningar (Rostila & Toivanen, 2012). Hälsosamma matvanor är en förutsättning för att skapa och vidmakthålla en hälsosam livsstil (Socialstyrelsen, 2009) och grupper med lägre utbildning och inkomst har i större utsträckning mindre hälsosamma matvanor i jämförelse med grupper som har högre utbildning och inkomst (Statens folkhälsoinstitut, 2010). Hafekost, Mitrou, Lawrence och Zubrick (2011) visar också på att ett högt intag av drycker med tillsatt socker, som läsk och energidryck konsumeras mest hos norska barn och ungdomar som har föräldrar med låg utbildningsnivå. En amerikansk studie visar att barn och ungdomar är den grupp som konsumerar mest livsmedel med tillsatt socker, främst i form av sötade drycker som står för hela 40 procent av deras dagliga energiintag (Riebl et al., 2016). Konsumtionen av läsk i Sverige har tredubblats från 1980 till 2015 (Jordbruksverket, 2015) och även energidryckskonsumtionen har ökat kraftigt under de senaste tio åren runt om i Europa (Breda, Whiting, Encarnaçao, Norberg, Jones, Reinap & Jewell, 2014).

En mer jämlik hälsa kan ge människor ökad trygghet, delaktighet och en bättre sammanhållning (Göteborg Stad, 2014), samt gynna samhället genom att kostnaderna för bland annat sjukvård och läkemedel kan minska (Ramsberg & Ekelund, 2011). För att förebygga ohälsa och främja hälsa bland invånare kan olika hälsofrämjande insatser genomföras av bland annat hälsovetare. Hälsovetare fokuserar på det som gör människor friska och strävar efter att stärka bestämningsfaktorer som kan förbättra hälsan (Strat, 2017). Eftersom det saknas kunskap om intaget, anledningar och i vilka miljöer ungdomar konsumerar läsk och energidryck i olika socioekonomiska områden i Sverige ska det i denna studie jämföras om konsumtionen av sötade drycker skiljer sig åt mellan ungdomar i Angered och Göteborgs centrum. På grund av studieomfång begränsas studien till enbart läsk och energidryck med tillsatt socker.

## Syfte

Syftet är att jämföra konsumtionen av läsk och energidryck bland ungdomar på två gymnasieskolor i olika socioekonomiska områden i Göteborg.

## Frågeställningar

1. Hur skiljer sig intaget av läsk och energidryck mellan de olika områdena?
2. Varför väljer ungdomar att inta läsk och energidryck?
3. Vid vilka tillfällen intar ungdomar läsk och energidryck?
4. Hur skiljer sig konsumtionen av läsk och energidryck mellan tjejer och killar?

## Bakgrund

I bakgrunden beskrivs medellivslängd, utbildning, inkomst samt kvinnor och mäns SES i Angered och Göteborgs centrum. Även ungdomars läsk- och energidrycksintag och anledningar till intag av sockersötade drycker samt deras föräldrars socioekonomiska påverkan granskas.

## Skillnader i medellivslängd, utbildning och inkomst hos olika grupper i samhället

Det finns påtagliga skillnader i hälsa mellan olika grupper i samhället (Statens folkhälsoinstitut, 2010). En förklaring till skillnader mellan grupper är den sociala gradienten som handlar om vilken position en individ eller en grupp har i samhället (Rostila & Toivanen, 2012). De olika nivåerna delas in i relation till vilken status individen eller gruppen har ute i arbetslivet, vilken utbildningsnivå, inkomst och yrkesroll personen besitter. Grupper med högre position lever oftast ett längre och friskare liv medan de med lägre position eller med en lägre SES oftast inte har lika stor tillgång till resurser såsom bostad, pengar, utbildning och arbetsstatus. Detta innebär dock inte att alla individer i en lägre position har det sämre ställt, men att det finns en ökad sannolikhet att personer med en låg SES inte har en lika god hälsa och samma livsvillkor som personer med högre SES (Göteborgs Stad, 2014). En grupp med låg utbildningsnivå har på grund av en låg position större risk att utveckla ohälsosamma levnadsvanor jämfört med en grupp med hög utbildningsnivå (Folkhälsomyndigheten, 2016; Göteborgs Stad, 2014). Enligt Statens folkhälsoinstitut (2010) är också livslängden kortare och hälsan sämre hos kvinnor och män med lägre utbildningsnivå, till skillnad från de resterande invånarna. Med en högre utbildning kan den beräknade medellivslängden hos gruppen öka (Statens folkhälsoinstitut, 2010). Kvinnor och män i Sverige som inte har en gymnasieutbildning kan leva 4–5 år kortare än de som har studerat på universitet. En lägre inkomst kan också vara en bidragande faktor till varför vissa inte lever lika länge och inte mår lika bra som de med högre inkomst (Rostila & Toivanen, 2012).

Vid jämförelse mellan könen uppger kvinnor att de har en sämre hälsa än män, men att kvinnor i genomsnitt lever längre, detta är något som kan skilja sig åt mellan olika områden i samhället (Göteborgs Stad, 2014). En orsak till att kvinnor i Sverige har en sämre socioekonomisk position och anses mer utsatta än män kan bero på att arbetsvillkoren, yrkespositionen och inkomsten skiljer sig åt mellan könen. Att kvinnor rapporterar sämre hälsa än män kan också bero på att livsvillkor som utbildning, delaktighet och sysselsättning samt den sociala och fysiska omgivningen betyder mer för kvinnor än för män (Rostila & Toivanen, 2012; Malmö Stad, 2013). Det är inte bara kvinnor och de med låg socioekonomisk position som upplever sämre hälsa och skillnader i livsvillkor, utan även grupper som har utländsk bakgrund, funktionsnedsättning, lever på försörjningsstöd eller personer med HBTQ-identitet (homosexuella, bisexuella, trans- och queerpersoner) (Göteborgs Stad, 2014; Statens folkhälsoinstitut, 2010).

## Socioekonomisk status i Angered och Göteborgs centrum

I Göteborg bor det 556 640 människor utspridda i olika områden (Statistiska centralbyrån, 2016). Jämförs dessa områden kan stora skillnader i livsvillkor urskiljas, såsom SES och andra hälsorelaterade faktorer (Göteborgs Stad, 2014). Exempelvis kan medellivslängden skilja sig som mest med 9,1 år för män och 7,5 år för kvinnor mellan olika områden i Göteborg (Göteborgs Stad, 2014), där Angered är den stadsdel som har den lägsta medelåldern (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016a). Angered är en stadsdel belägen i nordöstra Göteborg med en folkmängd på 51 214 invånare år 2015, varav 51 procent är födda i utlandet. Arbetslösheten ligger på 13 procent där 16 procent av dem är

födda utomlands och sju procent i Sverige. De personer som har en behörighet till att läsa på gymnasiet ligger på 69 procent medan 15 procent har en eftergymnasial utbildning på tre år eller längre. Medelinkomsten 2014 för invånarna i Angered från 20 år och uppåt ligger på 190 000 kronor (kr) (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016b).

I Göteborgs centrum ligger invånarantalet under 2015 på 60 512 personer, varav 18 procent är födda i ett annat land (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016c). Arbetslösheten i Göteborgs centrum ligger på tre procent och av dessa är sju procent födda i utlandet och tre procent födda i Sverige. Bland invånarna i centrum har 91 procent en behörighet att läsa en gymnasieutbildning och 48 procent har en eftergymnasial utbildning på tre år eller längre. År 2014 är medelinkomsten för personer från 20 år 291 800 kr.

## Föräldrars inverkan på ungdomars hälsa och läskkonsumtion

I Sverige finns vissa skillnader gällande barn och ungdomars hälsovillkor (Folkhälsomyndigheten, 2016). Bland de familjer som har en lägre SES påverkas ungdomarna i lika stor utsträckning som deras föräldrar (Göteborgs Stad, 2014). Barn till föräldrar med en lång utbildning har till exempel i högre grad visat sig få gymnasiebehörighet till skillnad från barn till föräldrar med kort utbildning. Generellt sett har föräldrar med lägre utbildningsnivå och inkomst också sämre matvanor, men detta kan skilja sig åt bland befolkningen (Statens folkhälsoinstitut, 2010). Då barn och ungdomar i tidig ålder oftast bor hemma har deras föräldrar en stor påverkan på deras matval (Livsmedelsverket, 2016b), även skolan är en viktig arena som påverkar matvalen eftersom barn och ungdomar spenderar en stor del av dagen där (Pellmer et al., 2012).

En hög konsumtion av sötade drycker med tillsatt socker bland norska ungdomar kan även kopplas samman med föräldrarnas låga utbildningsnivå (Hafekost et al., 2011). Ungdomar till föräldrar med en längre utbildning konsumerar mindre läsk och istället mer söta juicer och mjölk än ungdomar till föräldrar med en kortare utbildning. Enligt Nilsen et al. (2009) har också 13–19 åriga tjejer till mödrar med lägre utbildning en tendens att dricka mer läsk än tjejer till mödrar med en högre utbildning. Fismen, Samdal och Torsheim (2012) har också hittat ett samband som pekar på att norska ungdomar med ett högt läskintag oftast lever i en familj med låg SES, medan ungdomar i familjer med hög SES oftast har en lägre läskkonsumtion samt sundare kostvanor. Fismen et al. (2016) visar på att det finns en koppling mellan läskkonsumtion och SES i Danmark, men inte i Norge, Finland och Sverige.

## Sockerintag och läskkonsumtion bland ungdomar

I livsmedel finns olika sockerarter, vissa är tillsatta och andra finns redan naturligt i produkten (Livsmedelsverket, 2016a). De nordiska näringsrekommendationerna rekommenderar att intaget av tillsatt socker inte bör överstiga 10 energiprocent, vilket motsvarar 50–75 gram (g) med variation beroende på individens energibehov (Nordic Council of Ministers, 2014). World health organisation (2015) rekommenderar istället ett sockerintag på fem energiprocent, vilket skulle innebära en halvering av de nordiska näringsrekommendationerna. Ett högt intag av livsmedel med tillsatt socker som exempelvis läsk, saft, godis, glass, kakor och bullar bör begränsas, eftersom det sällan innehåller någon näring, samt att det lätt kan resultera i ett energiöverskott (Nordic Council of Ministers, 2014). År 2011 intog svenskarna 42 kilo (kg) socker per person (Jordbruksverket, 2011). Utifrån det totala energiintaget av livsmedel kom 16 procent från socker, sirap, choklad- och konfektyrvaror, glass samt malt- och läskedrycker med mera. Enligt Riksmaten (2011) bidrog läsk, bakverk, snacks och godis med 15 procent av det totala energiintaget hos svenska vuxna.

Ett överskott av energi kan lätt uppnås när livsmedel med mycket tillsatt socker intas (Nordic Council of Ministers, 2014). Sockersötade drycker är något som konsumeras en hel del bland barn och ungdomar i USA och visar sig utgöra 40 procent av deras energiintag (Riebl et al., 2016). I Sverige har läskkonsumtionen tredubblats sen åttiotalet (Jordbruksverket, 2015) och barn mellan 2–17 år dricker i genomsnitt ett glas läsk eller saft per dag (Livsmedelsverket, 2016b). Enligt Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas (2017) innehåller en 0,5 liter (l) flaska läsk 35 g tillsatt socker. Ett intag av en flaska 0,5 l läsk kan då resultera i ett överskott av energi vid jämförelse med World health organisation (2015) rekommendation på fem energiprocent.

Generellt sett har ett intag av energirika och näringsfattiga livsmedel såsom snacks och sötade drycker ökat i Sverige från 1960 till 2010 (Juul & Hemmingsson 2015). Den åldersgrupp som dricker mest sötade drycker med tillsatt socker är 16–34 åringar och konsumtionen är som högst bland de yngre i åldersgruppen, det vill säga ungdomar (Riksmaten, 2011; Hafekost et al., 2011; Kumar, Pan, Park, Lee-Kwan, Onufrak & Blanck, 2014; Fismen et al., 2016). Många studier visar också på att män i dessa åldersgrupper är de största konsumenterna av läsk (Riksmaten, 2011; Socialstyrelsen, 2009; Nilsen, Krokstad, Holmen & Westin, 2009). Enligt Riksmaten (2011) kan dagsintaget av sötade drycker variera från några milliliter (ml) upp emot 1000 ml, medelkonsumtionen i åldrarna 18–30 år var 17,6 centiliter (cl) för kvinnor, 23 cl för män och 19,7 cl för hela gruppen. I en norsk studie visar Nilsen et al. (2009) också på en skillnad mellan könen, mäns läskkonsumtion stod för 29 procent och kvinnors intag låg på 15 procent av det dagliga energiintaget. I en Australiensk studie gjord på barn och ungdomar i åldrarna 5–16 år visar det sig att en ökad konsumtion av sockersötade drycker kan leda till tandkaries (Armfield, Spencer, Roberts-Thomson & Plastow, 2013). De såg också att de äldre killarna med låg SES drack mer läsk och borstade tänderna i mindre utsträckning. Ett högt eller ett dagligt intag av sötade drycker kan också öka risken för övervikt och fetma samt andra kostrelaterade sjukdomar som typ 2-diabetes och hjärt- och kärlsjukdomar (Breda et al., 2014; Kumar et al., 2014; Livsmedelsverket, 2016a; Grenard et al., 2013). Enligt Riksmaten (2011) kan risken för typ 2-diabetes öka vid ett intag av 80 cl läsk per vecka.

## Energidryckskonsumtion bland ungdomar

Under de senaste 10 åren har också energidryckskonsumtionen expanderat runt om i Europa (Breda et al., 2014) och enligt Bergkvist, Reuterswärd, Göransdotter-Nilsson och Nyholm (2015) är ungdomar i åldrarna 10–18 år de som konsumerar mest energidryck. Energidrycksintaget visar sig vara som störst bland yngre män i åldrarna 16–29 enligt en dansk och amerikansk studie (Friis, Lyng, Lasgaars & Larsen, 2014; Berger, Fendrich, Chen, Arria & Cisler, 2011), till skillnad från kvinnor och övriga åldersgrupper. De flesta energidrycker innehåller tillsatt socker samt koffein, glukuronolakton, taurin och vitamin B (Livsmedelsverket, 2016c). En alltför stor konsumtion av energidryck kan leda till negativa hälsokonsekvenser på grund av de höga halterna av koffein (Breda et al., 2014). Vid överdosering kan symtom som huvudvärk, hjärtklappning, sömnproblem och yrsel uppstå, men det varierar från individ till individ. Även energidryck i samband med alkohol kan vara farligt eftersom det kan påverka individens medvetande om berusningsnivån (Livsmedelsverket, 2016c). Enligt Berger et al. (2011) tenderar 18–29 åringar vara dem som i störst utsträckning blandar energidryck med alkohol. Enligt Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas (2017) innehåller en 25 cl burk energidryck 15,5 g tillsatt socker och enligt Friis et al. (2014) kan övervikt bli ett problem om en alltför hög energidryckskonsumtion intas, då de oftast är sammankopplat med en ohälsosam livsstil. En regelbunden konsumtion



av energidryck har även visats leda till beteendestörningar och sämre skolresultat hos slovakiska ungdomar (Holubcikova, Kolarcik, Madarasova, Reijneveld & Van Dijk, 2017).

I en studie gjord på 16 europeiska länder visar det sig att ungdomar i Sverige och Tyskland är de största konsumenterna av energidryck (Zuconi, Valpato, Adinolfi, Gandini, Gentile, Loi & Fioriti, 2013). Ungdomar i Sverige visar sig vara högkonsumenter av energidryck, men det visar sig också vara lågkonsumenter av energidryck i samband med träning. De ungdomar med föräldrar som har en högre utbildning dricker oftast mindre energidryck till skillnad från de ungdomar med föräldrar som har en lägre utbildning (Berger et al., 2011). Holubcikova et al. (2017) har också kommit fram till att ungdomar, främst killar i familjer med en låg SES dricker energidryck regelbundet.

## Ungdomars attityder, normer och beteenden kring konsumtionen av läsk och energidryck

Det är viktigt att redan i tidig ålder börja arbeta med ungdomars attityder, då en vana är svårare att förändra vid högre ålder (Pedersen, Meilstrup, Holstein & Rasmussen, 2012). Fishbein och Ajzen (2010) definierar attityder som "we define attitude as a latent disposition or tendency to respond with some degree of favorableness or unfavorableness to a psychological object." (s. 76). Nationalencyklopedin (2017) förklarar attityder som en inställning som har skapats från olika erfarenheter och som tolkas genom att människor är för eller emot något. Theory of planned behavior (TPB) är en teori som grundar sig på attityder, subjektiva normer och upplevd kontroll och kan användas för att ta reda på vad som ligger bakom ett beteende (Ajzen, 2011). Attityder, subjektiva normer och upplevd kontroll anses vara förknippade med varför vi väljer att dricka läsk respektive varför vi inte dricker läsk (Kassem, Lee, Modeste & Johnston, 2003; Kassem & Lee, 2004). Enligt en australiensk studie påverkas 18-30-åringars attityder till sötade drycker av familjen, samt de regler som förekommer i hemmet (Hattersley, Irwin, King & Allman-Farinelli, 2009). Ungdomars intag av sötade drycker kan även påverkas av andra personer i deras omgivning utöver föräldrarna (Riebl et al., 2016). Lockelsen att konsumera sötade drycker kan också influeras av olika sociala miljöer eftersom det finns tillgängligt på både restauranger, barer och biografier, men också i hemmet (Hattersley et al., 2009). Enligt Ranjit, Evans, Byrd-Williams, Evans och Hoelscher (2010) har en koppling mellan ett ökat läskintag och tiden framför datorn och Tv:n visats. En anledning till varför läsk konsumeras kan vara att det ses som en belöning (Hattersley et al., 2009).

## Empowerment bland ungdomar för att minska ojämlikhet i hälsa

Ökad jämlik hälsa i samhället kan uppnås med hjälp av empowerment, vilket innebär att alla individer kontrollerar och har makt över sina egna liv (UCL Institute of health equity, 2010). För att ojämlikheterna i hälsa ska bli mindre och för att uppnå empowerment bland barn och ungdomar som lever i familjer med lägre SES bör fokus ligga på att stärka den sociala och kulturella delaktigheten i samhället (Folkhälsomyndigheten, 2014; UCL Institute of health equity, 2010). Det krävs både deltagande genom eget ansvar, men också att samhället arbetar med samhällsutveckling som att eliminera strukturella hinder för att minska ojämlikheter i hälsa (UCL Institute of health equity, 2010). Genom att stötta ungdomar till egenmakt kan det på längre sikt leda till att de utvecklar mer hälsosamma vanor genom att en livsstilsförändring kan ske (Raustorp, 2013).

## Problemformulering

Ojämlighet i hälsa kan leda till sämre förutsättningar att uppnå en god hälsa hos grupper med lägre SES, eftersom de oftast har sämre tillgång till resurser (Rostila & Toivanen, 2012). I Angered är inkomst och utbildning lägre till skillnad från Göteborgs centrum, samt att det bor många utlandsfödda där (Göteborg Stad, 2014). Detta kan medföra att de som bor i Angered har mindre resurser och upplever ohälsa i större utsträckning. Ohälsa kan kopplas samman med ohälsosamma matvanor såsom livsmedel med tillsatt socker och att konsumtionen av sötade drycker som läsk och energidryck är stor bland ungdomar i familjer med låg SES (Fismen et al., 2012; Statens folkhälsoinstitut, 2010; Berger et al., 2011). I och med detta vill vi undersöka hur mycket, hur ofta, varför och vid vilka tillfällen ungdomar i olika socioekonomiska områden konsumerar läsk och energidryck. Detta kommer att göras genom en enkätundersökning bland gymnasieungdomar i två olika skolor, en i Angered och en i Göteborgs centrum.

## Metod

I metoddelen lyfts studiens tillvägagångssätt fram, från att rektorerna på skolorna kontaktades till bearbetning av insamlad data.

## Design

Studien var baserad på en kvantitativ forskningsstrategi där stort fokus låg på kvantifiering av data vid insamling och analys. Studien var också kopplad till ett deduktivt synsätt där fokus låg på prövning av teorier. En jämförande design måste utgöra minst två tvärsnittsundersökningar där data samlas in vid samma tidpunkt från respektive fall. En tvärsnittsdesigns syfte är att utifrån flera variabler finna kvantifierbar data för att sedan upptäcka mönster i olika sammanhang (Bryman, 2011). Därmed har en komparativ tvärsnittsdesign använts då syftet med studien var att jämföra konsumtionen av läsk och energidryck bland ungdomar på två gymnasieskolor i olika socioekonomiska områden i Göteborg.

## Urval

Enkäter samlades in från 173 ungdomar på två olika gymnasieskolor belägna i två olika socioekonomiska områden i Göteborg. Anledningen till att gymnasieungdomar valdes ut var för att det i tidigare studier har visats att de är de största konsumenterna av läsk (Riksmaten, 2011) och energidryck (Bergkvist, 2015). Ytterligare en anledning till att gymnasieungdomar valdes ut var för att de anses tillräckligt gamla för att ta ansvar och själva bestämma över sin egen medverkan. Skolan utsågs som en arena eftersom många ungdomar var samlade på samma plats och enkelt kunde besvara enkäten, samt direkt lämna tillbaka det besvarade formuläret till författarna. Studien valdes att utföras i Göteborg på grund av bekvämlighetsskäl. Områden där skolorna låg i valdes ut genom att reda på vilka områden som hade låg respektive hög SES i Göteborg. De utvalda områdena blev Angered och Göteborgs centrum. Skolan i Angered bestod av 1062 elever och på skolan i centrum gick det 1075 elever. Antalet elever på skolan jämfört med antalet insamlade enkäter resulterade i en svarsfrekvens på 8% på respektive skola och 16% vid sammanslagning av de båda skolorna. Efter val av område skickades ett informationsblad ut via mail till rektorer på 10 gymnasieskolor inom de utvalda områdena (se bilaga 1). Efter fyra veckodagar utan svar kontaktades rektorerna via telefon, rektorer från två skolor i respektive område svarade och gav sitt samtycke att låta eleverna på skolorna delta, förutsatt att de själva gick med på det. Inklusionskriterierna i denna studien var att ungdomarna skulle vara mellan 16–19 år, kunna

läsa och förstå svenska samt tillhöra Angered eller Göteborgs centrum. Det var inte förutbestämt vilka ungdomar på skolorna som skulle besvara enkäten, utan enkäterna delades ut till de ungdomar som befann sig på plats vid själva insamlingstillfället.

Enligt Bryman (2011) kan enkäter resultera i ett stort bortfall, vilket kan leda till en ökad risk för fel och skevheter i resultatet. För att minska risken för bortfall utformades ett försättsblad till enkäten med information om studiens syfte och att respondenternas medverkan var viktig. Även antalet frågor begränsades, ett försök till en tilltalande layout med bilder på läsk och energidryck, få öppna frågor och tydliga instruktioner fanns även i baktanken för att minimera bortfallen (Bryman, 2011). Totalt delades 86 enkäter ut på Angeredskolan och 85 stycken kom tillbaka ifyllda. På grund av att 22 elever inte hade tid eller hade språk- och skrivsvårigheter exkluderades dessa från studien. Av de 85 enkäterna som samlades in var det fyra procent av frågorna som inte besvarades rätt och utgjorde därmed ett internt bortfall, men de andra frågorna i den enkäten som respondenterna besvarade rätt inkluderades i studien. Några frågor i enkäten har då mer eller mindre fått olika antal svar än vad som var tanken. I skolan i centrum samlades 88 enkäter in. De var totalt 22 personer som utgjorde externt bortfall på grund av att de inte hade tid eller inte ville delta i studien. Av totalt 88 enkäter var det två procent av frågorna som inte var korrekt besvarade och därmed utgjorde internt bortfall, de frågor som missats eller fyllts i på fel sätt exkluderades, medan resten av frågorna inkluderades i studien.

## Datainsamling

Ett enkätformulär utformades (se bilaga 2) med hjälp av det webbaserade enkätprogrammet WebbEnkäter (2017), som erbjuder att på ett effektivt sätt skapa frågeformulär gratis via deras hemsida. En semistrukturerad enkät som bestod av både öppna och stängda frågor (Simon, 2011) skapades genom stöd och inspiration från tidigare examensarbeten (Ohlsson & Selin, 2015; Jansson & Nilsson, 2011). Av de sammanlagda 14 frågorna var 10 frågor utformade som slutna frågor som enligt Bryman (2011) är lättare att bearbeta samt att jämförbarheten i svaren blir bättre. Svartalternativen på dessa frågor var utformade så att deltagarna skulle kryssa i de alternativ som stämde bäst överens med deras svar. Resterande fyra frågor var öppna frågor så att deltagarna även skulle få chansen att svara mer utförligt med sina egna ord. Två av frågorna var utformade genom att beroende på vad respondenten svarade på frågan innan, avgjordes de hur frågan efter besvarades. Svartalternativen varierade mellan att vara horisontella eller vertikala beroende på hur frågan var ställd, och det framgick tydligt på vilket sätt respondenterna skulle besvara varje fråga, vilket är något som Bryman (2011) föredrar.

Frågeformulärets layout var väl strukturerat och information som var extra viktig fetmarkerades så att respondenterna inte skulle glömma att läsa det, detta kan enligt Bryman (2011) förvirra respondenterna, men för att göra det så markant som möjligt gjordes denna utformning ändå. Även bilder på läsk och energidryck med tillsatt socker samt definitionen förtydligades i samband med frågorna, för att det skulle bli så begripligt som möjligt för respondenterna att uppfatta vilka drycker som skulle ingå i studien. Efter utformningen av frågeformuläret genomfördes en internetbaserad pilotstudie på sex tjejer och två killar i åldrarna 16–19 år som befann sig i författarnas närhet. Vid utförandet av pilotstudien var dock författarna ovetande om deltagarnas socioekonomiska bakgrund. Pilotstudien genomfördes för att undersöka om deltagarna tolkade frågornas innebörd på rätt sätt (Ejlertsson, 2005). Efter genomförandet av pilotstudien samt feedback från handledaren och två kompisar

omformulerades vissa frågor och svarsalternativ, sedan fastställdes enkäten för användning i studien.

Vid insamling av data på Angeredskolan placerades ett bord ut vid entrén där författarna kunde stå, eftersom det enligt rektorn skulle passera flest elever där. Vid insamlingen på skolan i centrum stod författarna på plan två, enligt överenskommelse med den ansvarige på skolan. Alla elever som passerade blev tillfrågade om att ställa upp och besvara en enkät samt informerades om studiens syfte. Eleverna blev även instruerade i hur frågorna skulle besvaras då de enligt Bryman (2011) lätt kan ske missförstånd och feltolkningar om respondenterna uppfattar frågorna på fel sätt. I Angered pågick insamlingen av materialet på en torsdag mellan 10.30-12.30, medan insamlingen i centrum pågick mellan 11.00-12.00 dagen efter. Sammanlagt skrevs 200 enkäter ut inför besöken på de båda skolorna och 100 enkäter togs med till respektive skola. Insamlingen resulterade i 85 besvarade enkäter från Angeredskolan och 88 enkäter från centrumskolan.

Materialet i bakgrunden samlades in via databaserna Pubmed, Supersök och Google scholar, samt med hjälp av Göteborgs universitets publikationer - elektroniskt arkiv (GUPEA). Även information från kursböcker och webbsidor har inhämtats.

## Databearbetning och analys

Bearbetningen av de 173 enkäterna påbörjades genom att alla frågor kodades med siffror samt att deltagarnas svar ringades in (Bryman, 2011). Därefter fördes alla kvantitativa enkätfrågor in i statistikprogrammet SPSS version 24, samt svaren från varje enkät. Svaren från de två kvalitativa frågorna 6 och 11 om ungdomarna aldrig dricker läsk eller energidryck, samt alternativet *annat* på frågan 8 kodades och sammanställdes skriftligt i resultatet. Fråga 6 och 11 placerades efter figurerna med frågan om hur ofta ungdomarna dricker läsk respektive energidryck eftersom dessa frågor hade en koppling till varandra. Alternativet *annat* på fråga åtta placerades även här tillsammans med de andra alternativen på frågan. Alternativet *annat* på frågorna 9, 13 och 14 kodades men valdes inte att presenteras i resultatet på grund av att det var för få svar. Enkäten innehöll både frågor med ordinal- och nominalskalor som registrerades i SPSS för att kunna beräkna den kvantitativa datan. Både kvantitativa och kvalitativa variabler har använts för att enkätformuläret bestod av både numeriska och icke numeriska mätvärden (Ejlertsson, 2012). Stapeldiagram utformades sedan i programmet Excel på frågorna om hur ofta ungdomar dricker läsk/energidryck, hur mycket läsk/energidryck som intas vid ett och samma tillfälle, och vid vilka tillfällen ungdomar dricker/inte dricker läsk respektive energidryck. Detta genomfördes för att presentera resultatet på ett tydligt sätt och för att kunna se jämförelser mellan de olika skolorna (Ejlertsson, 2012).

För att få fram tydliga figurer sattes alternativen *ofta* och *alltid* ihop samt *sällan* och *aldrig* till ett alternativ i frågan om vid vilka tillfällen ungdomar dricker läsk/energidryck, därefter gjordes två separata stapeldiagram. Frågan om varför ungdomar dricker läsk/energidryck redovisades inte i en figur på grund av att många alternativ gjorde det svårt att tyda resultatet. Frågorna kön, skola, gymnasieprogram och årskurs sammanställdes i olika korstabeller för att se frekvens och hur olika variabler samvarierar (Ejlertsson, 2012). En statistisk analys genomfördes sedan för att se skillnader mellan de båda skolorna och med en viss säkerhet kunna säga om skillnaderna var signifikanta eller om de enbart utgjordes av slumpen. Ett chi-två test är ett icke parametriskt test som har utförts på frågor där resultatet från skolorna skiljde sig som mest. Chi-två testet utfördes även för att jämföra skillnader mellan tjejerna, killarna och vilken årskurs ungdomarna gick med läsk- och energidryckskonsumtionen. En

signifikansnivå på fem procent användes som grund för analysen i studien och innebär att  $p < 0,05$ . Detta betyder att p-värdet inte får överskrida 0,05 för att skillnaden ska kunna ses som statistisk signifikant (Ejlertsson, 2012).

## Metodologiska överväganden

De forskningsetiska principer som gäller vid forskning har tillämpats i denna studie (Bryman, 2011; Vetenskapsrådet, 2002). Dessa grundläggande huvudkrav är konfidentialitetskravet, informationskravet, nyttjandekravet och samtyckeskravet. Vid utdelning av enkäterna informerades ungdomarna om vilket syfte studien hade, detta genomfördes muntligt men också skriftligt genom en beskrivning på försättsbladet till enkäten för de som ville läsa (se bilaga 3). Den muntliga delen bestod av att tala om vad enkäten handlade om, samt att det var frivilligt att delta, medan den skriftliga delen gav en mer detaljerad överblick av informationskravet såsom vilka moment som ska ingå, samt att deltagarna har rätt att hoppa av om och när de vill. De andra etiska principerna stod också med på försättsbladet till enkäten tillsammans med information och kontaktuppgifter till författarna. Konfidentialitetskravet respekterades då enkätinformationen inte har visats för någon obehörig, endast för de som ligger bakom studien. Nyttjandekravet togs också hänsyn till genom att den information som samlats in endast användes till att svara på studiens syfte och frågeställningar. Då deltagarna i studien bestod av gymnasieungdomar (över 15 år) behövdes inget samtycke från deras föräldrar eller vårdnadshavare, utan de kunde själva bestämma över sin medverkan (Bryman, 2011; Vetenskapsrådet, 2002).

## Resultat

Resultatet består av en sammanslagning av de 173 ungdomarnas enkätsvar. Först presenteras läsk- och energidryckskonsumtionen bland ungdomarna från de båda skolorna, följt av mängd, anledningar och tillfällen då ungdomarna intar läsk och energidryck.

### Könsfördelning, årskursfördelning och programfördelning på de olika skolorna

Från Angeredskolan samlades 85 enkäter in, utav dessa är 59 procent tjejer och 41 procent killar. Från skolan i centrum samlades 88 enkäter in, av dessa är 59 procent tjejer, 35 procent killar och sex procent har inte uppgett vilket kön de tillhör (se tabell 2). Ifrån Angeredskolan är det flest från årskurs ett som har besvarat frågorna, medan de i från centrumskolan har en jämnare fördelning mellan de olika årskurserna (se tabell 3). Angeredskolan har ett utspritt antal deltagare beroende på vilket program de läser och på centrumskolan är det ett stort antal ungdomar från estetprogrammet som besvarat frågorna. Nollan i tabellen betyder att gymnasieprogrammen inte finns tillgängliga på skolorna (se tabell 4).

Tabell 2. Könsfördelningen på de olika skolorna (Angered  $n=85$ , Centrum  $n=88$ , Totalt  $n=173$ ).

| Kön       | Tjej | Kille | Okänd |
|-----------|------|-------|-------|
| Skola (%) |      |       |       |
| Angered   | 59   | 41    | 0     |
| Centrum   | 59   | 35    | 6     |

Tabell 3. Årskursfördelningen på de olika skolorna (Angered n=83, Centrum n=88, Totalt n=171).

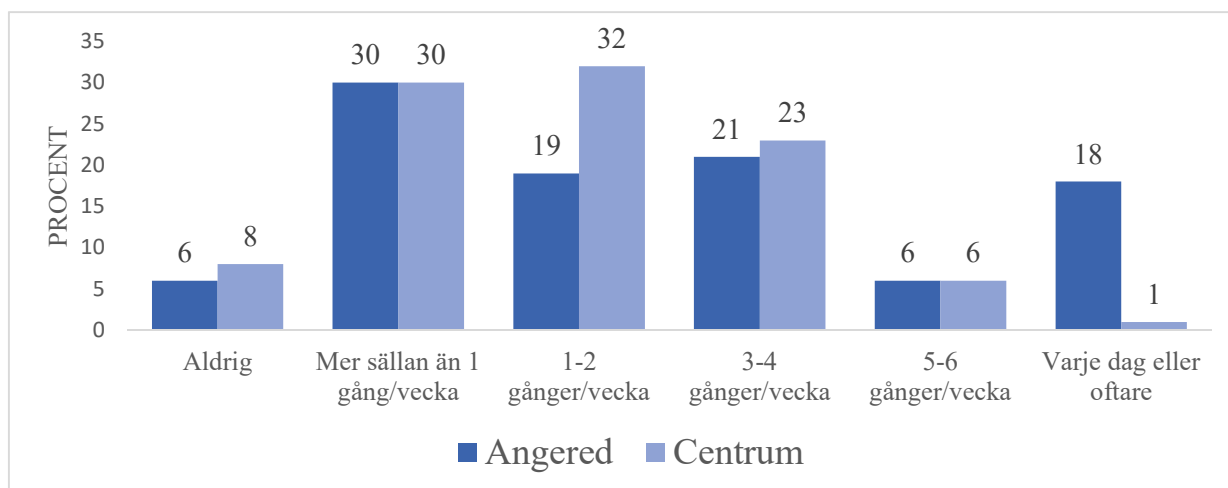
| Skola (%) | Årskurs 1 | Årskurs 2 | Årskurs 3 | Ej svar |
|-----------|-----------|-----------|-----------|---------|
| Angered   | 51        | 17        | 30        | 2       |
| Centrum   | 36        | 36        | 28        | 0       |

Tabell 4. Programfördelningen på de olika skolorna (Angered n=82, Centrum n=86, Totalt n=168).

| Gymnase program | Samhäll | Ekonomi | Humanistiska | Natur | Estet | Introduktion | Handel | Vård och omsorg |
|-----------------|---------|---------|--------------|-------|-------|--------------|--------|-----------------|
| Skola (%)       |         |         |              |       |       |              |        |                 |
| Angered         | 20      | 25      | 0            | 18    | 0     | 20           | 12     | 5               |
| Centrum         | 25      | 16      | 12           | 12    | 35    | 1            | 0      | 0               |

## Läsk- och energidryckskonsumtion

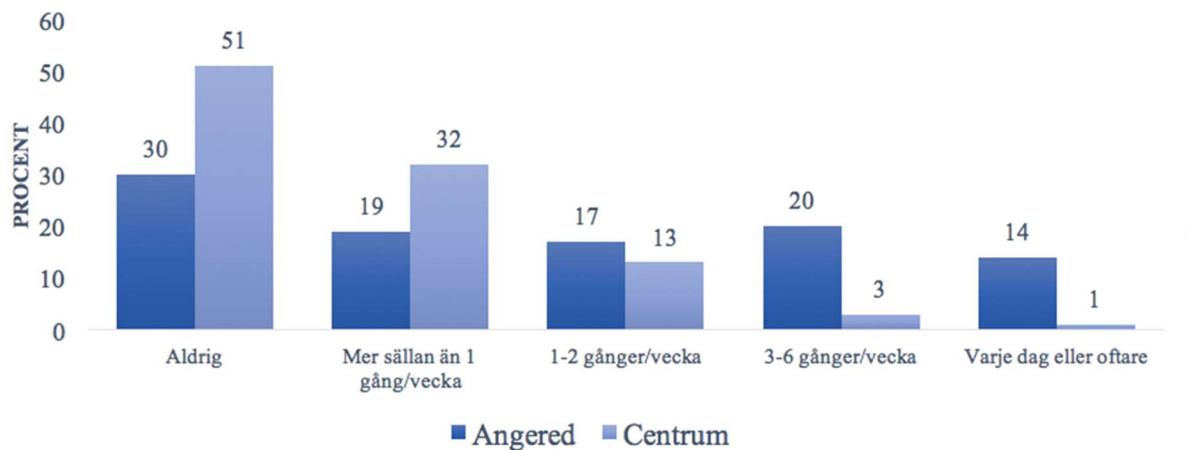
Ungdomarna från Angeredskolan intar oftare läsk än vad ungdomarna från centrumskolan gör. Fler ungdomar från Angeredskolan intar läsk varje dag eller oftare jämfört med ungdomarna från centrumskolan som intar läsk mer sällan. Fler ungdomar från centrumskolan intar oftare läsk 1–2 gånger/vecka (se figur 1). För att underlätta vid en statistisk analys är vissa alternativ sammanslagna, aldrig med mer sällan än 1 gång/vecka, 1–2 gånger/vecka med 3–4 gånger/vecka och 5–6 gånger/vecka med varje dag eller oftare. Det visar sig att signifikant fler ungdomar från Angeredskolan dricker läsk 5 gånger/vecka eller oftare (24%) än ungdomarna från centrumskolan (7%),  $p < 0,05$ .



Figur 1. Hur ofta ungdomarna dricker läsk (Angered n=84, Centrum n=88, Totalt n=172).

Totalt 14 ungdomar dricker aldrig läsk på grund av olika anledningar. Sex ungdomar från skolan i Angered anger att de aldrig dricker läsk på grund av att de inte tycker att det är gott, samt att de anser att det är skadligt för kroppen. Resterande ungdomar från skolan i centrum dricker aldrig läsk för att de inte gillar det eller inte har lust att dricka det, att de anser sig själva som nyttiga och att det är skadligt för kroppen. En av ungdomarna föredrar att dricka kaffe eller lightläsk framför läsk med tillsatt socker.

Ungdomarna från Angeredskolan intar oftare energidryck jämfört med vad ungdomarna från centrumskolan gör (se figur 2). Vid utförandet av en statistisk analys slogs vissa alternativ samman, aldrig med mer sällan än 1 gång/vecka och de resterande kategorierna med varandra. Det visar sig att signifikant fler ungdomar från skolan i centrum aldrig eller mer sällan än 1 gång/vecka intar energidryck (83%) till skillnad från ungdomarna från Angeredskolan (49%),  $p < 0,05$ . Det innebär dessutom att hälften (51%) av ungdomarna på Angeredskolan dricker energidryck 1 gång/vecka eller oftare, jämfört med centrumskolan där endast en femtedel (17%) av ungdomarna intar drycken,  $p < 0,05$ .



Figur 2. Hur ofta ungdomarna dricker energidryck (Angered  $n=85$ , Centrum  $n=88$ , Totalt  $n=173$ ).

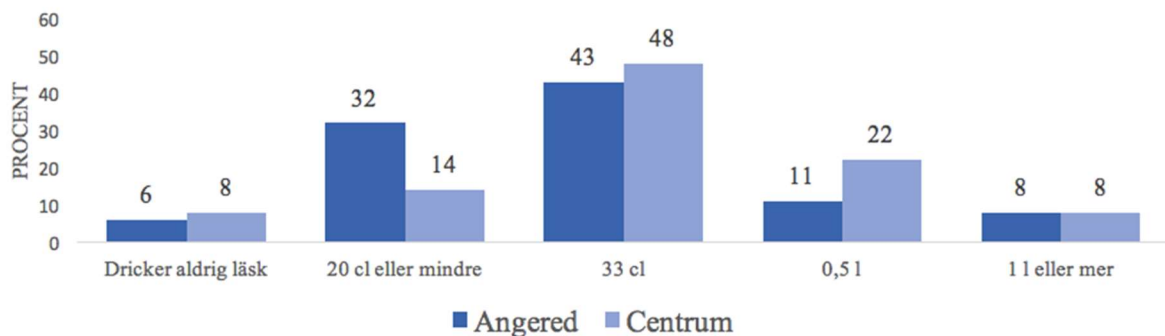
Anledningarna till att deltagarna aldrig dricker energidryck med tillsatt socker varierar. Det är 11 deltagare från skolan i Angered och 21 deltagare från skolan i centrum som anger att de aldrig dricker energidryck för att de inte gillar det och 7 från Angeredskolan och 15 från centrumskolan som anser att det är ohälsosamt och skadligt för kroppen. En deltagare från Angeredskolan och fem från centrumskolan skrev att de hellre dricker kaffe eller sockerfri energidryck. En av deltagarna från Angeredskolan hade inte provat att dricka det och att en från centrumskolan anser att man blir för pigg av att dricka energidryck.

Vid intag av energidryck visar det sig att signifikant fler killar (42%) oftare intar energidryck till skillnad från tjejerna (27%),  $p < 0,05$ . Vid intag av läsk visar det sig att killarna (20%) dricker läsk oftare än tjejerna (11%),  $p=0,06$ . Signifikant fler ungdomar från årskurs ett (42%) visar sig oftare inta energidryck jämfört med de ungdomar som går i årskurs två (18%) och tre (34%),  $p < 0,05$ . De ungdomar som oftast intar mest läsk är de ungdomar i årskurs ett (22%) till skillnad från årskurs två (7%) och tre (14%),  $p=0,12$ .

## Mängd läsk och energidryck som intas vid ett och samma tillfälle

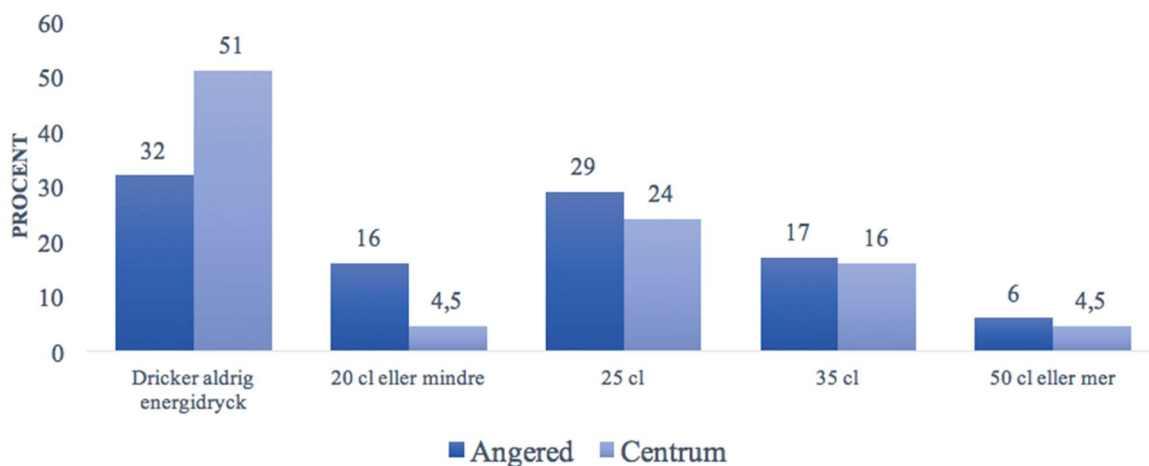
När ungdomarna från centrumskolan dricker läsk intar de en större mängd till skillnad från ungdomarna på Angeredskolan. Mängden 0,5 l läsk konsumeras mer bland ungdomarna från skolan i centrum jämfört med ungdomarna från Angeredskolan. Det är fler ungdomar från Angeredskolan som intar 20 cl läsk eller mindre vid ett och samma tillfälle jämfört med ungdomarna från centrumskolan (se figur 2). Vid sammanslagning av alternativen dricker aldrig med 20 cl eller mindre, 33 cl med 0,5 l och 1 l med 1,5 l och 2 l visar det sig att båda skolorna konsumerar lika mycket av den största mängden (8%). Det visar sig också att

signifikant fler ungdomar från centrumskolan konsumerar mer läsk vid ett och samma tillfälle gällande mängden 33 cl och 0,5 l (70%) jämfört med ungdomarna från Angeredskolan (54%),  $p < 0,05$  (se figur 3).



Figur 3. Mängd läsk som intas vid ett och samma tillfälle (Angered  $n = 81$ , Centrum  $n = 85$ , Totalt  $n = 166$ ).

Hälften av ungdomarna från skolan i centrum och en tredjedel av ungdomarna från skolan i Angered uppger att de aldrig dricker energidryck. Deltagarna från skolan i Angered dricker en större mängd energidryck jämfört med ungdomarna från centrumskolan (se figur 4). En sammanslagning av kategorierna dricker aldrig energidryck med 20 cl eller mindre och de övriga kategorierna från 25 cl och mer med varandra har gjorts för att underlätta vid en statistisk analys. Det kan då utläsas att ungdomarna från centrumskolan aldrig dricker energidryck, eller dricker mindre än 20 cl vid ett och samma tillfälle (48%), jämfört med ungdomarna från Angeredskolan (55%),  $p = 0,33$ .



Figur 4. Mängd energidryck som intas vid ett och samma tillfälle (Angered  $n = 81$ , Centrum  $n = 88$ , Totalt  $n = 169$ ).

## Anledningar till att dricka läsk och energidryck

Fråga 8 och 13 i enkäten består av 12–13 svarsalternativ och ungdomarna ombads att kryssa för de tre vanligaste anledningarna till att dricka läsk respektive energidryck. Många ungdomar kryssade för ett eller fyra alternativ istället för tre, men dessa är ändå inkluderade i studien. De ungdomar som valde att inte besvara frågorna alls eller kryssade för fler än fyra alternativ exkluderades från studien. Resultatet visar att deltagarna från båda skolorna dricker läsk främst för att det är gott (63% och 73%). Signifikant fler ungdomar från Angeredskolan jämfört med ungdomar från centrumskolan dricker läsk för att deras kompisar dricker det



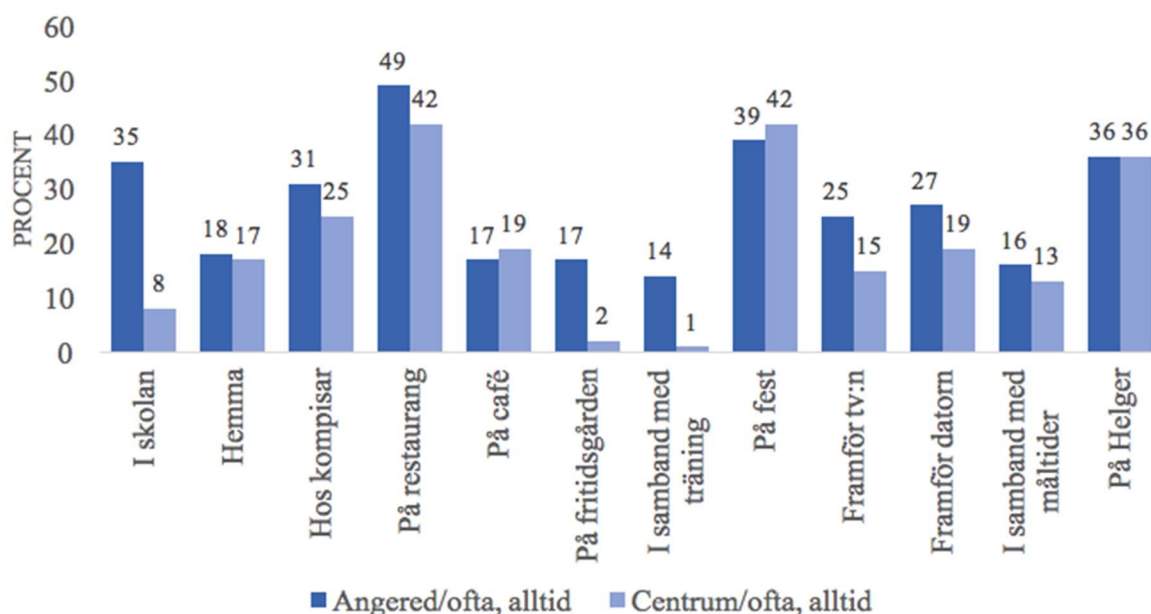
(9%), när de är hungriga (7%) och för att de blir pigga (24%),  $p < 0,05$ . Ungdomarna från centrumskolan dricker läsk för att de unnar sig (39%) och när de blir bjudna (18%).

Totalt åtta deltagare väljer alternativet annat på grund av olika anledningar. Tre deltagare från skolan i Angered anger att de dricker läsk för att det är bra för träning, att de är beroende och att de känner för det. Fem deltagare från skolan i centrum uppger att de dricker läsk för att de är beroende, för att få energi på jobbet, att det sällan finns något alkoholfritt alternativ samt att en av deltagarna inte tål sötningsmedel.

Anledningarna som ungdomarna från de båda skolorna uppger om varför de dricker energidryck är för att det är gott, för att de upplever att de blir pigga, samt för att koncentrationen ökar när de pluggar. Ungdomarna från Angeredskolan dricker också energidryck för att deras kompisar dricker det (10%) och för att de ser det som en vana (12%). Medan ungdomarna från centrumskolan också dricker energidryck för att de unnar sig (8%).

## Tillfällena när ungdomar dricker mycket läsk och energidryck

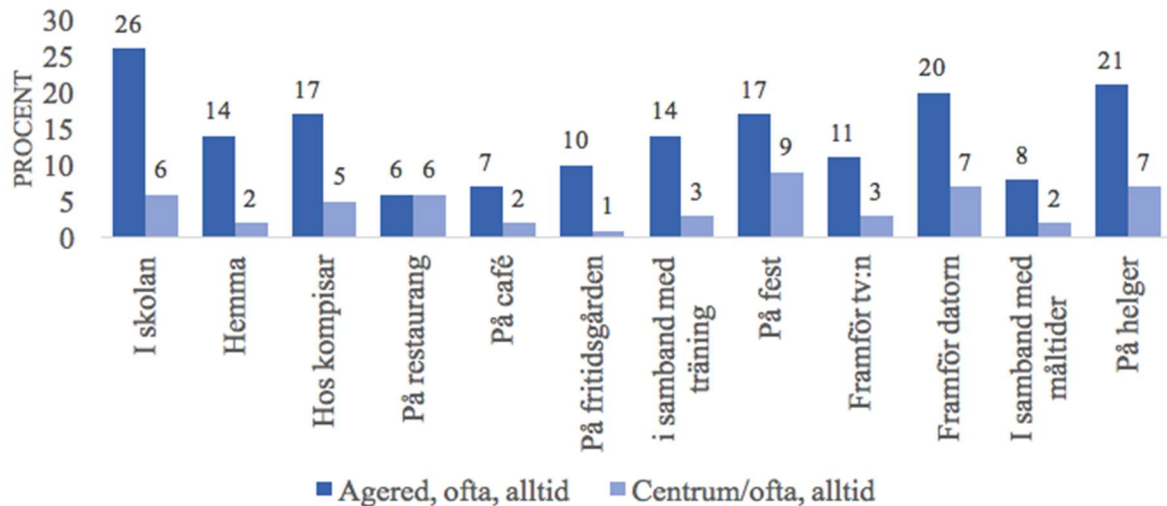
Resultatet visar på att de två vanligaste tillfällena då ungdomarna på de båda skolorna *ofta* eller *alltid* konsumerar läsk är på restaurang och på fest. Det som skiljer sig mest i frågan är att ungdomarna från Angeredskolan *ofta* eller *alltid* konsumerar läsk under skoltid medan ungdomarna i centrumskolan inte gör det lika ofta (se figur 5a). När alternativet *ibland* slogs ihop med *aldrig* och *sällan* och *ofta* med *alltid* visade det sig att signifikant fler ungdomar från Angeredskolan *ofta* eller *alltid* dricker läsk under skoltid (26%) jämfört med ungdomarna från centrumskolan (9%),  $p < 0,05$ . Antalet deltagare i figur 5a och 5b varierar på grund av att alla alternativ på vissa tillfällen inte blev besvarade.



Figur 5a. Tillfällen när ungdomarna dricker mycket läsk (Angered  $n=74-80$ , Centrum  $n=79-85$ , Totalt  $n=155-164$ ).

Stora skillnader mellan de olika skolorna vid intag av energidryck vid olika tillfällen kan utläsas i figur 5b. Det tillfälle som skiljer sig mest åt mellan skolorna är konsumtion av energidryck under skoltid, men även hos kompisar, framför datorn och på helger kan en skillnad utläsas. Vid sammanslagning av kategorierna *aldrig* med *sällan* och *ibland* med *ofta*

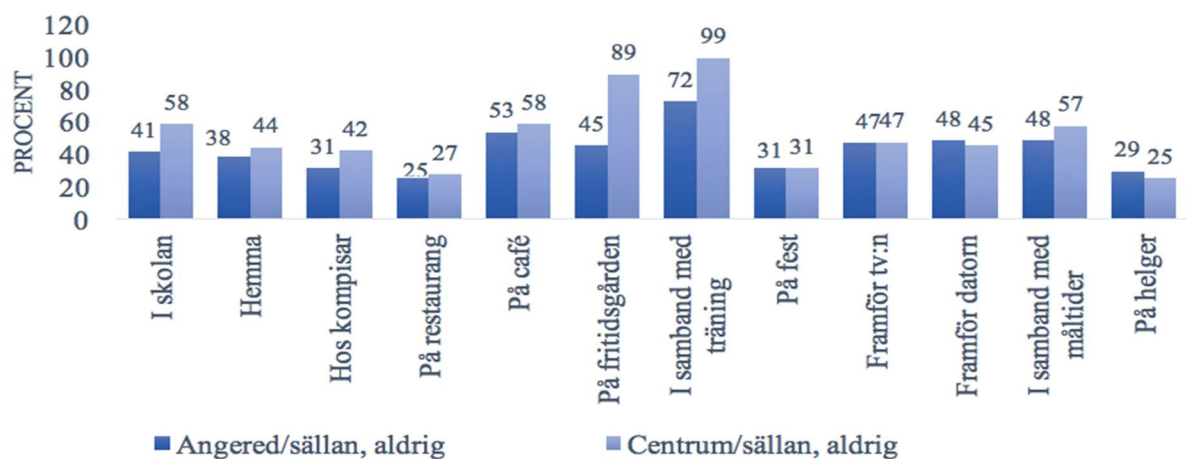
och *alltid* framgår det att signifikant fler ungdomar från Angeredskolan *ofta* eller *alltid* dricker energidryck under skoltid (48%) jämfört med ungdomarna från centrumskolan (29%),  $p < 0,05$ . Signifikant fler ungdomar från Angeredskolan konsumerar även *ibland*, *ofta* eller *alltid* energidryck hos kompisar (42%) till skillnad från vad ungdomarna i centrumskolan gör (18%),  $p < 0,05$ .



Figur 5b. Tillfällen när ungdomarna dricker mycket energidryck (Angered n=74–79, Centrum n=86–87, Totalt n=160–166).

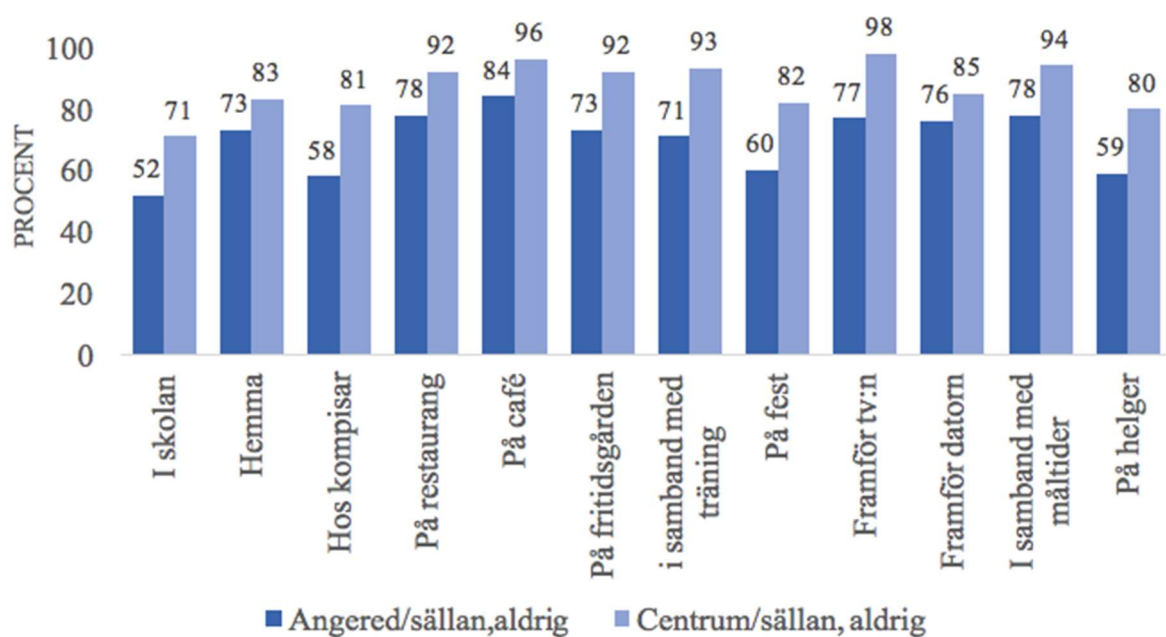
## Tillfällen när ungdomar dricker lite läsk och energidryck

Resultatet tyder på att de två vanligaste tillfällena då ungdomarna på skolan i centrum *sällan* eller *aldrig* konsumerar läsk är i samband med träning och på fritidsgården. De två vanligaste tillfällena då ungdomarna på skolan i Angered *sällan* eller *aldrig* konsumerar läsk är också i samband med träning men även på café (se figur 6a). När alternativet *ibland* slogs ihop med *aldrig* och *sällan* och *ofta* med *alltid* visar det sig att signifikant fler ungdomar från centrumskolan *ibland*, *sällan* eller *aldrig* dricker läsk under skoltid (9%) till skillnad från ungdomarna i Angeredskolan (74%),  $p < 0,05$ . Signifikant fler ungdomar från centrumskolan visar sig också *sällan* eller *aldrig* (89%) dricka läsk på fritidsgården jämfört med ungdomarna från Angeredskolan (46%),  $p < 0,05$ . Antalet deltagare i figur 6a och 6b varierar även här på grund av att alla alternativ på vissa tillfällen inte blev besvarade.



Figur 6a. Tillfällen när ungdomarna dricker lite läsk (Angered n=74–80, Centrum n=79–85, Totalt n=155–164).

Även här är skillnaderna stora då ungdomarna från centrumskolan vid olika tillfällen inte konsumerar lika mycket energidryck som ungdomarna från Angeredskolan (se figur 6b). Ungdomarna från centrumskolan dricker inte lika mycket energidryck under skoltid som ungdomarna från Angeredskolan gör. Vid sammanslagning av kategorierna *sällan* med *aldrig* och *ibland* med *ofta* och *alltid* visar det sig att signifikant fler ungdomar från centrumskolan *sällan* eller *aldrig* dricker energidryck hos kompisar (82%) jämfört med ungdomarna från Angeredskolan (58%),  $p < 0,05$ . Det visar sig också att signifikant fler ungdomar från centrumskolan *sällan* eller *aldrig* dricker energidryck på fest (83%) till skillnad från ungdomarna i Angeredskolan (59%),  $p < 0,05$ . Varken ungdomarna från Angeredskolan eller ungdomarna från centrumskolan verkar dricka stora mängder energidryck i samband med träning, men signifikant fler ungdomar från centrumskolan dricker mer *sällan* eller *aldrig* energidryck (93%) jämfört med ungdomarna från Angeredskolan (71%),  $p < 0,05$ .



Figur 6b. Tillfällen när ungdomarna dricker lite energidryck (Angered n=74–79, Centrum n=86–87, Totalt n=160–166).

## Diskussion

I diskussionsdelen diskuteras fördelar och nackdelar med designen, urvalet och metoden som använts i studien, samt de resultat som visar på störst skillnader i undersökningen.

## Metoddiskussion

Forskningsdesignen som har tillämpats i denna studie bygger på en komparativ tvärsnittsstudie. En tvärsnittsstudie är lämplig att använda för att beskriva den data som framkommit ur resultatet, den kan även vara billig och enkel att utföra. Brister med denna typ av design kan vara att möjligheter att undersöka orsakssamband minskar, samt att confounding kan utgöra ett problem (Andersson, 2016). Fördelen med en jämförande design är att tvärsnittsdesignens särskiljande drag från de olika fallen kan fungera som utgångspunkt vid reflektion och jämförelse av resultatet. En kombination av en komparativ design och en tvärsnittsdesign visar sig också vara fördelaktig samt att den ger möjlighet att jämföra

enkätsvaren (Bryman, 2011), vilket är syftet med studien. Beslutet om staden som urval gjordes på grund av bekvämlighetsskäl. Fördelen med bekvämlighetsurvalet var att en hög svarsfrekvens hade uppnåtts, vilket Bryman (2011) pekar på är en anledning till att ett bekvämlighetsurval kan tillämpas. Områdena valdes ut på grund av hur den SES ser ut i de olika områdena, vilket gjorde det svårt att slumpmässigt välja ut område och skola. Ett slumpmässigt urval är annars en lämplig metod att använda eftersom författarna inte själva väljer ut vilka deltagare som ska ingå i studien och därmed kan resultatet i större utsträckning generaliseras (Bryman, 2011).

Gymnasieelever är den målgrupp som är representativa för studiens syfte då de anses mogna att ta ansvar över sin egen medverkan, till skillnad från om yngre ungdomar eller barn hade deltagit i studien. Då urvalet består av gymnasieungdomar resulterade det ändå i en del bortfall, troligtvis på grund av missuppfattningar och oseriösa svar kring frågorna. Innan enkätundersökningen genomfördes en pilotstudie. Enligt Bryman (2011) är detta en styrka då författaren får svar på om utformningen av enkäten upplevs otydlig eller om det förekommer något annat felaktigt i enkäten. Vilket gör att eventuella problem kan förbättras och enkäten kan bli tydligare innan respondenterna besvarar den (Bryman, 2011). Fördelen med pilotstudien var också att åldern på deltagarna var representativ för den studie som sedan skulle ligga till grund för undersökningen. En nackdel med pilotstudien kan ha varit att vi var omedvetna om deltagarnas socioekonomiska bakgrund, vilket kan ha gjort att vi missat eventuella justeringar som hade kunnat genomföras på enkäten innan undersökningen och därmed minskat bortfallen. En anledning till detta kan vara att ungdomar med olika socioekonomiska bakgrunder kan ha olika svårigheter eller begränsad kunskap om det svenska språket.

För att öka reliabiliteten i undersökningen fanns båda författarna på plats under utdelningen av enkäterna för att besvara eventuella oklarheter kring frågorna (Djurfeldt, Larsson & Stjärnhagen, 2010). Tillförlitligheten kan även stärkas eftersom det var två författare som samlade in materialet tillsammans (Bryman, 2011). Enligt Djurfeldt et al. (2010) är det också bra att båda författarna medverkade vid inmatning av enkäterna i SPSS för att minska risken för inmatningsfel. En skola i taget fördes in samt en kontrollräkning av samtliga enkäter utfördes direkt efter inmatningen. Ett försök till att så noggrant som möjligt skriva fram urval, deltagare, datainsamling och analys genomfördes, vilket enligt Bryman (2011) kan stärka överförbarheten i undersökningen. Enkäter kan också resultera i en del bortfall, vilket det gjorde i denna studie. I och med en del bortfall i studien blev svarsfrekvensen lägre och risken för skevhet i resultatet kan ha ökat. Studien innefattade 173 deltagare med ett internt bortfall på två procent från centrumskolan och fyra procent från Angeredskolan. Dessa låga procentsatser kan medföra en minskad risk för snedvridning och därmed öka validiteten i undersökningen (Bryman, 2011). En risk för under- eller överrapportering kan också uppstå när ungdomarna ska uppskatta sin läsk och energidryckskonsumtion (Johansson, 2010), då vissa kan ha svårt att relatera till volymer.

Metoden som ligger till grund för studien är enkäter. Enligt Bryman (2011) och Ejlertsson (2005) finns de både fördelar och nackdelar med att ha enkäter som metod. En styrka som lyfts fram enligt (Bryman, 2011) är att enkäter är lättare för deltagarna att besvara, då de oftast innehåller fler stängda än öppna frågor till skillnad från en intervju. Stängda frågor var något som användes i nästan hela enkäten förutom fyra frågor som formulerades som öppna. Öppna frågor tar i regel längre tid att bearbeta samt att det finns en större risk att respondenterna hoppar över frågorna, till skillnad från stängda frågor. Men det är ändå fördelaktigt med öppna frågor då de kan ge utrymme för respondenten att utveckla sina svar.

Enkäter är även en bra metod att använda då den på ett enkelt sätt kan anpassas till deltagarnas behov och att de i lugn och ro kan besvara enkäten och inte behöver stressa fram ett svar (Bryman, 2011). Ännu en fördel med enkäter kan enligt Ejlertsson (2005) vara att alla frågor och svarsalternativ framförs på samma sätt till alla deltagare, vilket underlättar tolkningen av resultatet för författarna. En svaghet med denna metod är enligt Bryman (2011) att forskarna inte befinner sig på plats och kan svara på deltagarnas funderingar och oklarheter kring frågorna. I denna studie var författarna själva på plats och delade ut enkäterna på båda skolorna, vilket då gjorde de möjligt att tydliggöra och förklara de frågor som deltagarna inte förstod.

Fråga 8 och 13 i enkäten handlar om varför ungdomarna konsumerar läsk/energidryck. I instruktionerna för hur frågorna skulle besvaras framgick det tydligt att ungdomarna skulle kryssa för de tre vanligaste anledningarna till varför de konsumerar läsk/energidryck (se bilaga 1). Detta för att göra de så tydligt som möjligt så att inga onödiga misstag skulle ske. Oavsett denna instruktion var de ändå några ungdomar som missförstod eller inte tog sig tid att läsa frågan ordentligt, detta resulterade i att de kryssade för allt från ett alternativ till fem alternativ eller inte besvarade frågan överhuvudtaget. De som kryssade för fem eller fler alternativ eller inte besvarade frågan alls registrerades som bortfall, resten valdes ändå att inkluderas i studien. Vid alternativet *annat* som fanns tillgängligt att kryssa i både på fråga 8, 9, 13 och 14 var de några ungdomar som kryssade för alternativet utan att skriva något, detta registrerades då som bortfall. En möjlig anledning till detta missförstånd kan ha varit att ungdomarna läst frågorna för snabbt och slarvigt och på så sätt svarat fel på dessa frågor. På fråga 9 och 14 användes horisontella svarsalternativ (se bilaga 1), och enligt Bryman (2011) kan detta medföra en risk då respondenten ofrivilligt kan sätta kryss på fel ställe om enkäten exempelvis fylls i väldigt hastigt. De deltagare som slarvade med dessa frågor registrerades som bortfall.

## Resultatdiskussion

Från vårt resultat har vi fått fram fynd som vi inte tidigare har funnit ifrån svenska studier. Vi har sett att ungdomar från områden med låg SES oftare konsumerar läsk och energidryck och att de ofta konsumerar dryckerna under skoltid, till skillnad från ungdomar från områden med hög SES. Vi har också sett att ungdomar från områden med låg SES konsumerar en större mängd energidryck vid ett och samma tillfälle, men att ungdomar från områden med hög SES konsumerar en större mängd läsk vid ett och samma tillfälle. Vi har även funnit anledningar som visar att ungdomar från områden med låg SES konsumerar läsk och energidryck för att deras kompisar gör det samt för att de ser det som en vana, medan ungdomar från områden med hög SES konsumerar dryckerna för att de unnar sig. Större studier behövs inom området för att bekräfta våra resultat och anledningarna till dessa fynd diskuteras vidare nedan.

### Läsk- och energidryckskonsumtion

Enligt Fismen et al. (2012) intar ungdomar som lever i en familj med låg SES oftast mer läsk än de ungdomar som lever i en familj med hög SES. Detta resultat kan knytas an till att ungdomarna från Angeredskolan intar läsk oftare än vad ungdomarna från centrumskolan gör. Läskkonsumtionen hos ungdomarna från Angeredskolan är hög och kan bero på ekonomiska svårigheter då familjer med låg SES oftast har en lägre inkomst, vilket då kan påverka möjligheterna till att köpa hälsosammare mat som frukt och grönsaker.

Berger et al. (2011) har sett en koppling mellan föräldrarnas låga utbildningsnivå och deras barns höga energidryckskonsumtion. Även Armfield et al. (2013) menar att ungdomar i familjer med högre utbildningsnivå dricker 43 procent mindre sockersötade drycker per dag

än ungdomar i familjer med lägre utbildningsnivå. Det är 15 procent av invånarna i Angered som har en eftergymnasial utbildning på tre år eller längre (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016b) till skillnad från invånarna i centrum på 48 procent (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016c). Dessa kopplingar kan liknas med våran studie där ungdomarna från Angeredskolan oftare dricker energidryck till skillnad från ungdomarna från centrumskolan. Även att medelinkomsten är lägre i Angered (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016b) kan ha en påverkan på ungdomars höga energidrycks konsumtion, då det enligt Armfield et al. (2013) konsumeras 60 procent mer av sockersötade drycker hos ungdomar till föräldrar med låg inkomst. Med utgångspunkt från de vuxnas utbildning och inkomst skulle ett samband till ungdomarnas höga läsk- och energidrycksintag på Angeredskolan också kunna kopplas samman med att ungdomarna påverkas i lika stor utsträckning som deras föräldrar (Göteborgs Stad, 2014).

Enligt Nilsen et al. (2009) kan en skillnad mellan killar och tjejers dagliga läskkonsumtion urskiljas, 29 procent hos killarna och 15 procent hos tjejerna. Becker (2009) visar också på att killar dricker läsk oftare än tjejer. I våran studie visar det sig att killarna konsumerar nio procent mer än tjejerna men att skillnaderna inte är signifikanta. Även om resultatet inte visar på någon signifikant skillnad stämmer de ändå överens med resultatet som Nilsen et al. (2009) och Becker (2009) fick fram i sina studier, att killar dricker läsk oftare än tjejer. En sak att ha i åtanke vid jämförandet av tjejer och killar i denna analys är att tjejerna är många fler till antalet än killarna vid sammanslagning av båda skolorna. Vid jämförelse mellan killarna och tjejernas energidrycks konsumtion visar det sig att killarna intar 15 procent mer energidryck än tjejerna. Enligt Holubcikova et al. (2017) har det även där framkommit att killar i familjer med låg SES dricker energidryck mer regelbundet. Flera studier tyder på att ungdomar i den yngre åldersgruppen oftare dricker läsk än de resterande ungdomarna (Riksmaten, 2011; Hafekost et al., 2011; Kumar et al., 2014; Fismen et al., 2016). Även våran studie tyder på att de yngre ungdomarna som i detta fallet går i årskurs ett oftare dricker läsk, men att resultatet inte visar på någon signifikant skillnad.

### **Mängd läsk och energidryck som intas vid ett och samma tillfälle**

Enligt Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas (2017) innehåller en 33 cl burk läsk 23 g tillsatt socker och en 0,5 l flaska läsk 35 g tillsatt socker. Genom att ungdomarna från Angeredskolan oftast dricker en 33 cl burk eller en 0,5 l flaska läsk, samt intar andra livsmedel under dagen som kan innehålla tillsatt socker, kan de lätt nå upp till eller överskrida det dagliga rekommenderade intaget av tillsatt socker på 50–75 g (Nordic Council of Ministers, 2014). Kommer en alltför stor del av det dagliga energiintaget från livsmedel med högt energiinnehåll och låg näringsstäthet (Nordic Council of Ministers, 2014) såsom livsmedel med tillsatt socker kan detta i längden leda till karies (Armfield et al., 2013), även övervikt och fetma, samt typ 2-diabetes kan utvecklas vid ett alltför stort intag av livsmedel rika på socker (Breda et al., 2014; Kumar et al., 2014; Livsmedelsverket, 2016a; Grenard et al., 2013). Om ett intag av 80 cl läsk per vecka intas, kan risken för typ 2-diabetes öka och eftersom många ungdomar dricker mellan 33–50 cl läsk och ett fåtal dricker mer än denna mängd tre gånger i veckan eller oftare, är risken stor att dessa ungdomar utvecklar typ 2-diabetes (Riksmaten, 2011). Räknas det då in att vissa av dessa ungdomar också dricker energidryck kan sockerintaget bli ännu högre, då den vanligaste mängden som intas är en burk energidryck på 25 cl som enligt Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas (2017) innehåller 15,5 g socker.

Ungdomarna från Angeredskolan dricker oftare men en mindre mängd läsk till skillnad från ungdomarna från centrumskolan som dricker mer sällan, men mer när de väl dricker läsk.

Vår studie visar då på att ungdomar från familjer med hög SES intar en större mängd läsk vid ett och samma tillfälle jämfört med ungdomar från familjer med låg SES. En orsak till att ungdomarna på skolan i centrum dricker mer läsk kan vara att det enligt Fismen et al. (2016) inte finns någon koppling mellan SES och läskkonsumtion i Sverige. Ytterligare en orsak till varför ungdomarna från centrumskolan dricker en större mängd läsk skulle kunna vara att ungdomar på skolan i centrum intar läsk för att de unnar sig, medan ungdomarna från Angeredskolan dricker läsk för att det ses som en vana eller för att deras kompisar dricker det.

Mängden energidryck som intas när ungdomarna dricker skiljer sig åt mellan skolorna. Ungdomarna från Angeredskolan har ett högre procentuellt intag, vilket kan bero på att det är fler ungdomar från Angeredskolan som överlag konsumerar mer energidryck. Detta visar sig dock inte vara signifikant, men enligt Holubcikova et al. (2017) kan skillnader mellan en lägre och en högre SES urskiljas. Vår studie kan då visa på socioekonomiska skillnader kopplat till mängd energidryck som intas vid ett och samma tillfälle.

### **Anledningar till att dricka läsk och energidryck**

Några av anledningarna till att ungdomarna på Angeredskolan dricker läsk är för att det är gott, att det släcker törsten och att de upplever att de blir pigga av det. Andra studier tyder också på att ungdomar dricker läsk av dessa anledningar och att deras attityd till läskkonsumtionen är positiv (Kassem et al., 2003; Kassem & Lee, 2004). För att det finns hemma, att de unnar sig samt att de tycker att det är gott är anledningar till varför ungdomarna på skolan i centrum dricker läsk. Grenard et al. (2013) menar på att vissa ungdomar dricker läsk för att det finns tillgängligt i hemmet. Enligt Hattersley et al. (2009) dricker många ungdomar också läsk då de ser det som en belöning, vilket skulle kunna kopplas samman med centrumskolans ungdomar som dricker för att de unnar sig.

Förutom att ungdomarna från båda skolorna främst dricker läsk för att det är gott och att det släcker törsten finns det anledningar som sticker ut. En anledning hos ungdomarna från Angeredskolan som skiljer sig mot ungdomarna från centrumskolan är att de dricker läsk för att deras kompisar dricker det, detta kan bero på att de påverkas av personer i sin omgivning vid konsumtion av sötade drycker (Riebl et al., 2016). De ungdomar som bor i en familj med låg SES kan ha en lägre självkänsla och självförtroende, vilket skulle kunna vara en ytterligare anledning till att de dricker läsk för att deras kompisar gör det. Eftersom Angered har ett större antal utlandsfödda än centrum (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016b) kan kulturer skilja sig mellan områdena och livsmedelsvalen kan då påverkas av de kulturella resurserna som formar personers val (Fismen et al., 2012). Anledningarna till att ungdomarna från Angeredskolan dricker mer läsk för att de ser det som en vana och för att deras kompisar dricker, kan ha en grund i familjens kulturella resurser såsom värderingar och vanor. Då det är troligt att ungdomarnas vanor formas av att de lever med en familj med lägre SES kan de på så sätt utveckla ohälsosamma matvanor (Statens folkhälsoinstitut, 2010). Vid jämförelse med ungdomarna från centrumskolan som oftast lever i familjer med högre SES där ungdomarna troligtvis lär sig att äta hälsosammare mat (Fismen et al., 2012) och då inte kopplar läskdrickandet till en vana.

I och med att ett större antal ungdomar från Angeredskolan dricker energidryck försvåras möjligheten att urskilja skillnader mellan skolorna, utöver att ungdomarna från centrumskolan dricker mindre. Anledningarna till varför ungdomarna aldrig dricker energidryck varierar, men en stor andel anser att de inte tycker om det. Ungdomarna från centrumskolan uppger också att det är ohälsosamt och skadligt för kroppen i större utsträckning än ungdomarna från Angeredskolan. Det verkar vara fler ungdomar från centrumskolan som har en negativ attityd

till intag av energidryck till skillnad från ungdomarna på Angeredskolan. Det kan bero på att fler ungdomar från centrumskolan svarat att de inte dricker energidryck. En annan tanke kan vara att familjer med hög SES oftast lever mer hälsosamt med sundare matvanor (Statens folkhälsoinstitut, 2010), där ungdomarna kan ha formats utefter dessa levnadsvanor och på så sätt inte byggt upp en vana att dricka energidryck. En anledning kan också vara att deras föräldrar oftast har en högre utbildning och då har mer kunskap om vad ett högt intag av sockersötade drycker kan leda till och fört det budskapet vidare till sina barn. Enligt Holubcikova et al. (2017) kan en regelbunden energidryckskonsumtion leda till beteendestörningar och sämre skolresultat, samt att risken för sjukdomar som övervikt och fetma, typ 2-diabetes med mera kan öka vid ett högt intag av dessa sockersötade drycker (Breda et al., 2014; Kumar et al., 2014; Livsmedelsverket, 2016a; Grenard et al., 2013). En hög konsumtion av energidryck kan även leda till andra negativa hälsokonsekvenser på grund av det höga koffeininnehållet (Breda et al., 2014).

En del av ungdomarna som kryssade för ett eller fyra alternativ istället för tre inkluderades i studien, vilket kan ha påverkat resultatet i större utsträckning än om de hade exkluderats från studien.

### **Tillfällen när ungdomar dricker läsk och energidryck**

Läskdrickande kan influeras av olika sociala miljöer som restauranger, barer och biografer eftersom det är miljöer där läsk förekommer (Hattersley et al., 2009). Även stormarknader, skolan och hemmet är miljöer där läsk kan finnas lättillgängligt (Hafekost et al., 2011). I våran studie är skolan en miljö där fyra gånger fler ungdomar från Angeredskolan *alltid* eller *ofta* dricker läsk jämfört med ungdomarna från centrumskolan. En anledning till detta kan vara att en Ica butik och Mc Donalds ligger precis utanför skolan, vilket kan locka ungdomarna till inköp under skoltiden. Ungdomarna från Angeredskolan dricker en större mängd läsk under skoltiden vilket också kan bero på att det är ett större antal som oftare dricker läsk till skillnad från ungdomarna på centrumskolan. Ungdomarna från Angeredskolan dricker även en del läsk på fritidsgården till skillnad från ungdomarna i centrumskolan. Det kan bero på att det inte finns några fritidsgårdar i centrum och att ungdomarna i Angered befinner sig på fritidsgården för att umgås med andra och känna sig trygga (Göteborgs stad, 2017), samt att det finns läsk tillgänglig där. En möjlig anledning till att det finns fritidsgårdar ute i Angered kan vara för att det bor många människor med utländsk bakgrund (SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad, 2016b) som är nyinflyttade i området och behöver ha någonstans att vara och knyta nya kontakter. En anledning till att det inte finns några fritidsgårdar i centrum kan då bero på att ungdomarna redan har olika aktiviteter att sysselsätta sig med på fritiden, som någon form av idrottsförening, vilket gör att de inte är i lika stort behov av att umgås med sina vänner på fritidsgården, då de redan i tidiga ålder möjligtvis har implementerat sina aktiviteter och fritidsvanor.

I studien visar resultatet också på att en del ungdomar från Angeredskolan *ofta* eller *alltid* dricker läsk när de sitter framför Tv:n eller datorn. Enligt Ranjit et al. (2010) har en koppling mellan ett ökat läskintag och tiden framför datorn och Tv:n visats, vilket kan vara en anledning till att ungdomarna från Angeredskolan konsumerar mer läsk än ungdomarna från centrumskolan. Enligt Grenard et al. (2013) är ett intag av läsk inte förknippat med träning vilket stämmer bra överens med ungdomarna från centrumskolan som knappt aldrig konsumerar läsk i samband med träning. Däremot konsumerar ungdomarna från Angeredskolan mer läsk i samband med träning, vilket skulle kunna bero på att de överlag dricker mer läsk men att det ändå är det tillfället där ungdomarna i Angeredskolan *aldrig* eller *sällan* dricker läsk. Varför ungdomarna från Angeredskolan dricker läsk i samband med



träning skulle kunna kopplas samman med känslan att bli pigg, som är en av de största anledningarna till läskkonsumtionen i denna studie och även enligt Grenard et al. (2013).

Tillfällen då ungdomarna *ofta* eller *alltid* konsumerar energidryck är även här i skolan och framför datorn, men också under helger skiljer sig mest mellan de olika skolorna. Ungdomarna från Angeredskolan konsumerar *ofta* eller *alltid* mer energidryck vid samtliga tillfällen än ungdomarna från centrumskolan och anledningarna skulle kunna vara densamma som för läskkonsumtionen. Ett tillfälle som inte redan nämnts är att ungdomarna från Angeredskolan *ofta* eller *alltid* dricker en större mängd energidryck i samband med fest jämfört med ungdomarna från centrumskolan. Fest är ett tillfälle då det kanske kan förekomma att energidryck blandas tillsammans med alkohol och Berger et al. (2011) menar att 18-29-åringar är den grupp som tenderar att blanda energidryck med alkohol. Denna kombinationen kan bli farlig då det i större utsträckning kan påverka ungdomarnas medvetande om berusningsnivån (Livsmedelsverket, 2016c). Denna kunskap kan möjligtvis föräldrar med högre utbildningsnivå ha informerat sina barn om, vilket i så fall kan förklara att ungdomarna från centrumskolan inte i lika stor utsträckning konsumerar energidryck på fest.

## Slutsatser och implikationer

Efter genomförd studie kan slutsatsen dras att ungdomarna från Angeredskolan dricker mer läsk och energidryck jämfört med ungdomarna från centrumskolan. Detta kan bero på att familjer med lägre SES har mindre resurser i form av pengar, utbildning och arbetsstatus som påverkar förutsättningarna för en hälsosam livsstil, som i detta fall kan ha inverkat på ungdomarnas konsumtion av läsk och energidryck. En stor skillnad kan också urskiljas angående vid vilka tillfällen ungdomarna konsumerar mest läsk och energidryck. Skolan är platsen där ungdomarna från Angeredskolan konsumerar mer läsk och energidryck till skillnad från ungdomarna från centrumskolan. Skillnaderna till varför ungdomarna på de olika skolorna dricker läsk är för att ungdomarna på centrumskolan unnar sig, medan ungdomarna på Angeredskolan dricker läsk för att de ser det som en vana eller för att deras kompisar dricker det.

Genom att påverka attityder kopplat till våra subjektiva normer och den upplevda kontrollen kan positiva beteendeförändringar ske (Ajzen, 2011). I relation till denna studie skulle det kunna innebära en minskad läsk- och energidryckskonsumtion bland gymnasieungdomar. För att minska ojämlikhet i hälsa bör ungdomarna uppmuntras till att ta kontroll över sitt eget liv och bli mer delaktiga i samhället (Folkhälsomyndigheten, 2014; UCL Institute of health equity, 2010). Detta skulle kunna leda till beteendeförändringar samt mer hälsosamma vanor. Eftersom föräldrar har en stor påverkan på ungdomars matval (Livsmedelsverket, 2016b) och familjer med låg SES generellt sett har mindre hälsosamma matvanor (Statens folkhälsoinstitut, 2010), bör information om det tillsatta sockrets påverkan på kroppen och dess hälsorisker vid överkonsumtion förmedlas. Då skolan är en viktig arena som också påverkar ungdomars matval (Pellmer et al., 2012) kan även lärarna ha nytta av denna information som kan förmedlas vidare genom undervisning till ungdomarna. Informationen kan förmedlas genom en hälsofrämjande insats av exempelvis hälsovetare som fokuserar på att främja människors hälsa och motivera eller stötta till livsstilsförändringar (Strat, 2017)

Då vi inte kunnat hitta så många svenska studier inom det studerade området hade det varit intressant att forska vidare på hur konsumtionen av läsk och energidryck ser ut i andra områden i Sverige. Ett slumpmässigt urval hade kunnat utföras för att skapa en mer generell

bild kring ungdomars läsk- och energidryckskonsumtion i olika socioekonomiska områden i Sverige. Attityden kopplat till mängd läsk och energidryck hade också varit en intressant infallsvinkel för framtida forskning. Även intervjuer och kostregistreringar skulle kunna genomföras för att få en bredare och djupare bild över hur mycket socker gymnasieungdomar får i sig från resterande livsmedel utöver läsk och energidryck under en dag. Vår studie visar på att det förekommer skillnader i konsumtionen av läsk och energidryck bland ungdomar i olika socioekonomiska områden i Göteborg. Större studier behövs dock inom området för att bekräfta resultatet.

## Referenser

- Andersson, I. (2016). *Epidemiologi för hälsovetare: En introduktion*. Lund: Studentlitteratur.
- Ajzen, I. (2011). The theory of planned behaviour: Reactions and reflections. *Psychology and Health, 26*(9), 1113–1127. doi:10.1080/08870446.2011.613995
- Armfield, J. M., Spencer, A. J., Roberts-Thomson, K. F., & Plastow, K. (2013). Water fluoridation and the association of sugar-sweetened beverage consumption and dental caries in Australian children. *American Journal of Public Health, 103*(3), 494–500. doi:10.2105/AJPH.2012.300889
- Becker, W. (2009). *Indikatorer för bra matvanor – Resultat från intervjuundersökningar 2008*. Livsmedelsverket. Hämtad 2017-05-11 från [https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/rapporter/2009/2009\\_livsmedelsverket\\_22\\_indikatorer\\_bra\\_matvanor.pdf](https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/rapporter/2009/2009_livsmedelsverket_22_indikatorer_bra_matvanor.pdf)
- Berger, L. K., Fendrich, M., Chen, H-Y., Arria, A. M., & Cisler, R. A. (2011). Sociodemographic Correlates of Energy Drink Consumption With and Without Alcohol: Results of a Community Survey. *Addiction and Behavioral Health Research, 36*(5), 516–519. doi:10.1016/j.addbeh.2010.12.027
- Bergkvist, P., Reuterswärd, A. L., Göransdotter-Nilsson, A., & Nyholm, L. (2015). Närings- och hälsopåståenden i märkning av livsmedel - en undersökning av hur reglerna följs (Rapport 6 - 2015). Uppsala: Livsmedelsverket.
- Breda, J., Whiting, S., Encarnação, R., Norberg, S., Jones, R., Reinap, M., & Jewell, J. (2014). Energy drink consumption in Europe: A review of the risks, adverse health effects, and policy options to respond. *Frontiers In Public Health, 2*, 1–5. doi:10.3389/fpubh.2014.00134
- Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Stockholm: Liber.
- Djurfeldt, G., Larsson, R., & Stjärnhagen, O. (2010). *Statistisk verktygslåda - samhällsvetenskaplig orsaksanalys med kvantitativa metoder*. Lund: Studentlitteratur AB.
- Ejlertsson, G. (2005). *Enkäten i praktiken – En handbok i enkätmetodik*. Lund: Studentlitteratur.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (2010). *Predicting and changing behavior - The reasoned action approach*. New York: Taylor & Francis group.
- Fismen, A. S., Samdal, O. & Torsheim, T. (2012). Family affluence and cultural capital as indicators of social inequalities in adolescent's eating behaviours: a population-based survey. *BMC Public Health, 12*(1036), 1–9. doi:10.1186/1471-2458-12-1036
- Fismen, A. S., Smith, O. R. F., Torsheim, T., Rasmussen, M., Pag, T. P., Augustine, L., ... Hashimoto, K. (2016). Trends in food habits and their relation to socioeconomic status among Nordic adolescents 2001/2002–2009/2010. *PLoS ONE, 11*(2), 1-15. doi:10.1371/journal.pone.0148541

Folkhälsomyndigheten. (2016). *Folkhälsan i Sverige 2016 - Årlig rapportering*. Östersund: Folkhälsomyndigheten.

Friis, K., Lyng, J. I., Lasgaars, M., & Larsen, F. B. (2014). Energy drink consumption and the relation to socio-demographic factors and health behaviour among young adults in Denmark. A population-based study. *European Journal Of Public Health, 24*(5), 840–844. doi:10.1093/eurpub/cku003.

Grenard, J. L., Stacy, A. W., Shiffman, S., Baraldi, A. N., MacKinnon, D. P., Lockhart, G., ... Reynolds, K. D. (2013). Sweetened drink and snacking cues in adolescents: a study using ecological momentary assessment. *Appetite, 67*, 61–73. doi:10.1016/j.appet.2013.03.016

Göteborgs Stad. (2014). *Skillnader i livsvillkor och hälsa i Göteborg*. Göteborg: Göteborgs Stad.

Göteborgs Stad. (2017). *Enhetskatalogen*. Hämtad 2017-05-12, från [http://goteborg.se/wps/portal/enhetskatalogen!/ut/p/z1/hY\\_BTtoNAEIafxQMXD8ysIGy8LU2KgomathH20kCZbjehC11WSPs-PokvJo0ePGic08z\\_ff9hQEIB0ISjVpXTnana-S5ltH1m2QtPmMCnlHF8WGMkvwucpasAXv8T5IzxxEI5dyPt-FNiiwLWc6jJEbxmC-CKI83yeYwViBB6gbK68sykB31jtypJyiXVjvdDOrj3TaVveBR0\\_Rt7nXryApLFZTCKLLUQAZStV399ZcwdcAVSEv7GVr\\_zc7xwbl-uPPQw2ma\\_Fob5e-6o4e\\_FQ7d4KD46UF\\_LM5rqs9U81PQqqtPVNM7Iw!!/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh/](http://goteborg.se/wps/portal/enhetskatalogen!/ut/p/z1/hY_BTtoNAEIafxQMXD8ysIGy8LU2KgomathH20kCZbjehC11WSPs-PokvJo0ePGic08z_ff9hQEIB0ISjVpXTnana-S5ltH1m2QtPmMCnlHF8WGMkvwucpasAXv8T5IzxxEI5dyPt-FNiiwLWc6jJEbxmC-CKI83yeYwViBB6gbK68sykB31jtypJyiXVjvdDOrj3TaVveBR0_Rt7nXryApLFZTCKLLUQAZStV399ZcwdcAVSEv7GVr_zc7xwbl-uPPQw2ma_Fob5e-6o4e_FQ7d4KD46UF_LM5rqs9U81PQqqtPVNM7Iw!!/dz/d5/L2dBISEvZ0FBIS9nQSEh/)

Hafekost, K. Mitrou, F. Lawrence, D., & Zubrick, S. R. (2011). Sugar sweetened beverage consumption by Australian children: Implications for public health strategy. *BMC Public Health, 11*(950), 1–10. doi:10.1186/1471-2458-11-950

Hattersley, L., Irwin, M., King, L., & Allman-Farinelli, M. (2009). Determinants and patterns of soft drink consumption in young adults: a qualitative analysis. *Public Health Nutrition, 12*(10), 1816–1822. doi:10.1017/S136898000800462X

Holubcikova, J., Kolarcik, P., Madarasova, G. A., Reijneveld, S. A., & Van Dijk, J. P. (2017). Regular energy drink consumption is associated with the risk of health and behavioural problems in adolescents. *European Journal of Pediatrics, 1*(12), 1–7. doi:10.1007/s00431-017-2881-4

Jansson, A-S., & Nilsson, C. (2011). *Läskkonsumtion och uppfattningar om läsk bland gymnasieungdomar* (Kandidatuppsats). Göteborg: Kost och Idrottsvetenskap, Göteborgs universitet. Hämtad 2017-04-03 från [https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/30468/1/gupea\\_2077\\_30468\\_1.pdf](https://gupea.ub.gu.se/bitstream/2077/30468/1/gupea_2077_30468_1.pdf)

Johansson, G. (2010). Nutritionsepidemiologi [Elektronisk resurs] kostundersökningar: ändamål, design, biologiska markörer, felkällor och evaluering av kvalitén. Halmstad: Högskolan i Halmstad.

Jordbruksverket. (2015). *Livsmedelskonsumtion och näringsinnehåll: Statistikrapport 2015:2*. Jönköping: Jordbruksverket.

Juul, F. & Hemmingsson, E. (2015). Trends in consumption of ultra-processed foods and obesity in Sweden between 1960 and 2010. *Public Health Nutrition*, 18(17), 3096–3107. doi: 10.1017/S1368980015000506

Kassem, N.O., Lee, J.W., Modeste, N.N., & Johnston, P.K. (2003). Understanding soft drink consumption among female adolescents using the theory of planned behavior. *Oxford Journals*, (18)3, 278–291. doi:10.1093/her/cyf017

Kassem, N. O., & Lee, J. W. (2004). Understanding soft drink consumption among male adolescents using the theory of planned behavior. *Journal of behavioural medicine*, 27(3). 273–296.

Kumar, G. S., Pan, L., Park, S., Lee-Kwan, S. H., Onufrak, S., & Blanck, H. M. (2014). Sugar-sweetened beverage consumption among adults — 18 States, 2012. *Centers for disease control and prevention* 63(32) 686–690.

Livsmedelsverket. (2016a). *Socker*. Hämtad 2017-04-18, från <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/naringsamne/kolhydrater/socker>

Livsmedelsverket. (2016b). *Barn 2–17 år*. Hämtad 2017-04-18, från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad-och-matvanor/barn-och-ungdomar/barn-2-18-ar>

Livsmedelsverket. (2016c). *Energidrycker*. Hämtad 2017-04-18, från <https://www.livsmedelsverket.se/livsmedel-och-innehall/mat-och-dryck/drycker-och-alkohol/energidrycker>

Livsmedelsverkets livsmedelsdatabas version 2017-03-14. (2017). *Näringsinnehåll*. Hämtad-2017-05-02, från <http://www7.slv.se/SokNaringsinnehall/Home/FoodDetails/1828#>

Livsmedelsverket. (2011). *Riksmaten - 2010-11 - Livsmedels- och näringsintag bland vuxna i Sverige*. Uppsala: Livsmedelsverket.

Malmö Stad. (2012). *Kön, genus och hälsa: socioekonomiska skillnader i hälsa bland kvinnor och män*. Malmö: Malmö Stad.

Malmö Stad. (2013). *Malmöns väg mot en hållbar framtid - Hälsa, välfärd och rättvisa*. Malmö: Malmö Stad.

Nationalencyklopedin. (2017). *Attityd*. Hämtad 2017-04-21, från <http://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lang/attityd>

Nilsen, S. M., Krokstad, S., Holmen, T. L., & Westin, S. (2009). Adolescents' health-related dietary patterns by parental socio-economic position, The nord-trøndelag health study (HUNT). *European Journal of Public Health*, 20(3), 299–305. doi:10.1093/eurpub/ckp137

Nordic Council of Minister (2014). *Nordic Nutrition Recommendations 2012. Integration nutrition and physical activity*. Copenhagen: Nordic Council of Ministers.

Ohlsson, M., & Selin, M. (2015). *Energidryck - Konsumtionen bland gymnasieelever i Mellansverige* (Kandidatuppsats). Uppsala: Kostvetenskap, Uppsala universitet. Hämtad 2017-04-03 från <http://uu.diva-portal.org/smash/get/diva2:822200/FULLTEXT01.pdf>

Pedersen, T.P., Meilstrup, C., Holstein, B.E., & Rasmussen, M. (2012). Fruit and vegetable intake is associated with frequency of breakfast, lunch and evening meal: cross-sectional study of 11-, 13-, and 15-year-olds. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 9(9), 1–10. doi:10.1186/1479-5868-9-9

Pellmer, K., Wramner, B., & Wramner, H. (2012) *Grundläggande folkhälsovetenskap* Stockholm: Liber.

Ranjit, N., Evans, M. H., Byrd-Williams, C., Evans, A.E., & Hoelscher, D. M. (2010). Dietary and activity correlates of sugar-sweetened beverage consumption among adolescents. *Pediatrics*, 126(4), 754–761. doi:10.1542/peds.2010-1229

Ramsberg, J., & Ekelund, M. (2011). Stuprörstänkande gör samhällets kostnader för ohälsa onödigt höga. *Ekonomisk Debatt*, 39(5), 41–53.

Raustorp A. (2013). *Fysisk aktivitet och fysisk självkänsla*. Uppsala: Kunskapsföretaget.

Riebl, S. K., Macdougall, C., Hill, C., Estabrooks, P. A., Dunsmore, J. C., .... Davy, B. M. (2016). Beverage choices of adolescents and their parents using the theory of planned behavior: A mixed methods analysis. *Journal of the academy of nutrition and dietetics* 116(2), 226-239. doi:10.1016/j.jand.2015.10.019

Rostila, M. & Toivanen, S. (2012). *Den orättvisa hälsan - Om socioekonomiska skillnader i hälsa och livslängd*. Stockholm: Liber.

SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad. (2016a). *Befolkningsprognosen förklarad ANGERED*. Hämtad 2017-04-18. från <http://statistik.goteborg.se/Global/Faktablad/Prognosen%20förklarad/Befolkningsprognos%202016-2020%20SDN%20131%20Angered.pdf>

SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad. (2016b). *Göteborgsbladet 2016 - områdesfakta*. Hämtad 2017-04-18, från [http://statistik.goteborg.se/Global/Faktablad/Göteborgsblad/GbgBlad2016/131%20Angered\\_PRI\\_2016.pdf](http://statistik.goteborg.se/Global/Faktablad/Göteborgsblad/GbgBlad2016/131%20Angered_PRI_2016.pdf)

SCB/Stadsledningskontoret, Göteborgs Stad. (2016c). *Göteborgsbladet 2016 - områdesfakta*. Hämtad 2017-04-18, från [http://statistik.goteborg.se/Global/Faktablad/Göteborgsblad/GbgBlad2016/134%20Centrum\\_PRI\\_2016.pdf](http://statistik.goteborg.se/Global/Faktablad/Göteborgsblad/GbgBlad2016/134%20Centrum_PRI_2016.pdf)

Socialstyrelsen. (2009). *Folkhälsorapport 2009*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Statens folkhälsoinstitut. (2010). *Folkhälsopolitisk rapport 2010 - Framtidens folkhälsa – allas ansvar*. Östersund: Statens folkhälsoinstitut.

Strat. (2017). *Hälsovetare*. Hämtad 2017-04-18. från <http://www.srat.se/Yrken/Halsovetare/>

UCL Institute of health equity. (2010). *Fair society, healthy lives - The Marmot review*. London: UCL Institute of health equity.

Vetenskapsrådet. (2002). *Forskningsetiska principer - inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Stockholm: Vetenskapsrådet.

WebbEnkäter. (2017). *Skapa en enkät*. Hämtad 2017-04-25, från <https://www.webbenkater.com/skapa-enkat>

World Health Organization. (2015). *Guideline: Sugars intake for adults and children*. Geneva: World Health Organization.

Zucconia, S., Volpatoa, C., Adinolfia, F., Gandini, E., Gentile, E., Loi, A., & Fioriti, L. (2013). *Gathering consumption data on specific consumer groups of energy drinks* (Supporting Publications, 2013:EN-394). Parma: European food safety authority.

# **Bilagor**

Bilaga 1 – Informationsbrev till rektorena

Bilaga 2 – Enkätformulär

Bilaga 3 – Försättsblad till enkäten



## En enkätundersökning om läsk- och energidryckskonsumtion bland gymnasieungdomar

Hej!

Vi heter Frida Ekman och Linnea Löfström, vi är två koststudenter som läser sista terminen på programmet hälsopromotion inriktning kostvetenskap på Göteborgs universitet. Vi har nu påbörjat vårt examensarbete och hoppas ni vill vara delaktiga i vår datainsamling. Er medverkan skulle vara värdefull för oss då det är av stor vikt för ett lyckat arbete.

Vi är intresserade av att undersöka hur konsumtionen av läsk- och energidryck ser ut hos gymnasieungdomar i olika socioekonomiska områden i Göteborg, samt deras attityd till konsumtionen.

Vi har formulerat ett enkätformulär på 10 frågor som vi gärna skulle vilja lämna ut till minst 50 stycken av era ungdomar på Angeredsgymnasiet. Frågorna handlar om hur ofta, hur mycket, vid vilka tillfällen och varför man dricker läsk och energidryck, sedan kommer vi jämföra resultatet mellan er skola och en annan i centrala Göteborg.

Enkätinsamlingen önskar vi genomföra mellan v14 och 15 (innan påsk) och tänker att om vi får tillträde till skolområdet så kan vi själva dela ut enkäter till de som vill delta. Alla deltagare kommer ha rätt till att själva få bestämma över sitt deltagande och får när de vill avbryta sin medverkan. Vi kommer också att informera eleverna både muntligt och skriftligt om syftet med undersökningen. Även deltagandet kommer att vara anonymt och personuppgifterna kommer att behandlas konfidentiellt.

Den information som samlas in kommer enbart att användas i forskningssyfte och inte användas till något annat än till att svara på uppsatsens syfte och frågeställningar.

Kontakta oss gärna så snart som möjligt om ni kan tänka er att bidra till vårt examensarbete. Har vi inte fått något gensvar så hör vi av oss till Er i mitten av nästa vecka (5/4).

Med vänliga hälsningar

Linnea Löfström, gusloflib@student.gu.se  
Frida Ekman, gusekmfr@student.gu.se

En enkätundersökning om läsk- och energidryckskonsumtion bland gymnasieungdomar

Sida 1

1. Skola

2. Årskurs

 1 2 3

3. Gymnasieprogram

4. Kön

 Tjej Kille

Med läsk avser vi kolsyrad dryck med tillsatt socker. Exempelvis Cola, Fanta, Sprite mfl. (Light, zero, sockerfria och drycker med sötningsmedel ingår inte i denna studien).



5. Hur ofta dricker du läsk med tillsatt socker?

|                          | Aldrig                | Mer sällan än 1 gång/vecka | 1-2 gånger/vecka      | 3-4 gånger/vecka      | 5-6 gånger/vecka      | Varje dag             | Flera gånger om dagen |
|--------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| Läsk med tillsatt socker | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

6. Om du svarade att du aldrig dricker läsk med tillsatt socker på föregående fråga, hur kommer det sig (varför)?

7. Hur mycket läsk med tillsatt socker dricker du vid ett och samma tillfälle?

- Dricker aldrig läsk
- 20 cl (1 glas) eller mindre
- 33 cl (1 burk/glasflaska)
- 0,5 l (1 liten flaska)
- 1 l (1 medelstor flaska)
- 1,5 l (1 stor flaska)
- 2 l (1 större flaska) eller mer

8. Varför dricker du läsk med tillsatt socker?

(OBS! Kryssa endast för de 3 vanligaste anledningarna!)

- Dricker aldrig läsk     Är billigt     För att mina kompisar dricker det     Blir bjuden     En vana     Unnar mig
- Släcker törsten     Blir pigg     Är gott     Finns hemma     Mår dåligt     Är hungrig
- Annat:

9. Vid vilka tillfällen dricker du läsk/inte läsk med tillsatt socker?

|                        | Aldrig                | Sällan                | Ibland                | Ofta                  | Alltid                |
|------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| I skolan               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hemma                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hos kompisar           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På restaurang          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På café                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På fridsgården         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| I samband med träning  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På fest                | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Framför tv:n           | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Framför datorn         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| I samband med måltider | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På helger              | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Annat:                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| <input type="text"/>   |                       |                       |                       |                       |                       |

Med energidryck avser vi kolsyrad dryck med tillsatt socker. Exempelvis Red Bull, Power King, Burn, Monster, Battery m.fl. (Light, zero, sockerfria och drycker med sötningsmedel som Nocco, Celsius, Redbull sockerfri m.m ingår inte i denna studien).



10. Hur ofta dricker du energidryck med tillsatt socker?

- |                                 |                       |                            |                       |                       |                       |                       |                       |
|---------------------------------|-----------------------|----------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
|                                 | Aldrig                | Mer sällan än 1 gång/vecka | 1-2 gånger/vecka      | 3-4 gånger/vecka      | 5-6 gånger/vecka      | Varje dag             | Flera gånger om dagen |
| Energidryck med tillsatt socker | <input type="radio"/> | <input type="radio"/>      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

11. Om du svarade att du aldrig dricker energidryck med tillsatt socker på föregående fråga, hur kommer det sig (varför)?

12. Hur mycket energidryck med tillsatt socker dricker du vid ett och samma tillfälle?

- Dricker aldrig energidryck
- 20 cl (1 glas) eller mindre
- 25 cl (1 burk)
- 35 cl (1 burk)
- 50 cl (1 burk)
- Mer än 50 cl eller flera burkar

13. Varför dricker du energidryck med tillsatt socker?

(OBS! Kryssa endast för de 3 vanligaste anledningarna!)

- |   |                                     |  |                                    |  |                                     |
|---|-------------------------------------|--|------------------------------------|--|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Dricker aldrig energidryck | <input type="checkbox"/> Är billigt | <input type="checkbox"/> För att mina kompisar dricker det | <input type="checkbox"/> En vana   | <input type="checkbox"/> Öka prestationen vid iverot/träning | <input type="checkbox"/> Är hungrig |
| <input type="checkbox"/> Släcker törsten            | <input type="checkbox"/> Blir pigg  | <input type="checkbox"/> Är gott                           | <input type="checkbox"/> Unnar mig | <input type="checkbox"/> Öka koncentrationen när jag pluggar |                                     |
| <input type="checkbox"/> Annat:                     | <input type="text"/>                |  |                                    |  |                                     |

14. Vid vilka tillfällen dricker du energidryck/inte energidryck med tillsatt socker?

|                                | Aldrig                | Sällan                | Ibland                | Ofta                  | Alltid                |
|--------------------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|-----------------------|
| I skolan                       | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hemma                          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Hos kompisar                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På restaurang                  | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På café                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På fritidsgården               | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| I samband med träning          | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På fest                        | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Framför tv:n                   | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Framför datorn                 | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| I samband med måltider         | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| På helger                      | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |
| Annat:<br><input type="text"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> | <input type="radio"/> |

Titta gärna igenom enkäten en extra gång så du fyllt i alla frågor på ett korrekt sätt!

Tack för din medverkan!

Hej!

Detta är ett enkätformulär som handlar om läsk- och energidryckskonsumtion bland gymnasieungdomar.

Enkäten består av 14 frågor om läsk- och energidrycksintag, det går snabbt att besvara och alla dina svar är viktiga, så var noga med att fylla i varje fråga korrekt! Er medverkan är värdefull för oss då det är av stor vikt för ett lyckat arbete.

**Syftet** med vår undersökning är att undersöka hur konsumtionen av läsk- och energidryck ser ut hos gymnasieungdomar i olika socioekonomiska områden i Göteborg, samt attityden till konsumtionen.

**Det är frivilligt** att delta och alla dina svar är helt anonyma och vi kommer inte att veta vem som har svarat vad. Den information som samlas in kommer enbart att användas i forskningssyfte och inte användas till något annat än till att svara på uppsatsens syfte och frågeställningar.

#### Vilka är vi:

Vi heter Frida Ekman och Linnea Lövström, vi är två koststudenter som läser sista terminen på programmet hälsopromotion inriktning kostvetenskap på Göteborgs universitet. Vi har nu påbörjat vårt examensarbete och hoppas ni vill vara delaktiga i vår datainsamling.

Har ni frågor eller vill ta del av resultatet kan ni kontakta oss via mail, tack för er medverkan!

Med vänliga hälsningar

Linnea Lövström, gusloflib@student.gu.se  
Frida Ekman, gusekmfr@student.gu.se

!  
!

