

# Skolbaserade insatser kan förebygga rökdebut

Insatser i skolan kan vara effektiva för att förebygga att barn och unga börjar röka. Det visar en kartläggning av systematiska litteraturöversikter gjord av Ames och kollegor på norska Folkehelseinstituttet.

Kartläggningen av Ames och kollegor visar att insatser i skolan kan förebygga rökdebut. Rökdebut förebyggdes vid långvarig uppföljning, alltså ett år eller längre efter att insatsen inleddes. Insatser som visade sig vara mest effektiva för att förebygga rökdebut hos barn och unga var bl.a. de som

- syftade till att både utveckla ungas sociala kompetens att avstå från rökning och deras färdigheter att stå emot social påverkan
- leddes av vuxna
- fokuserade endast på tobak
- använde ”booster-sessioner” d.v.s. förstärkande sammankomster.

Däremot tycks inte skolbaserade insatser som omfattade endast information eller ökad kunskap och som enbart rik-

tade sig till flickor förebygga rökdebut. Det vetenskapliga stödet var otillräckligt för att bedöma insatser som byggde på incitament, dvs. tävlingar där de klasser som förblir rökfria i 6 månader tävlar om olika priser.

## SYFTE OCH METOD

Den här utblicken sammanfattar en kartläggning av systematiska litteraturöversikter med syfte att undersöka effekterna av preventiva insatser mot tobaksbruk. Vi fokuserar i utblicken på de 5 av de 7 inkluderade översikterna som studerade skolbaserade tobaksförebyggande insatser.

Översikterna identifierades genom sökningar i 10 databaser kompletterat med genomsökning av referenslistor. Majoriteten av studierna utfördes i Nordamerika, Europa och Australien. De flesta studiedeltagarna var i åldern 12–19 år. Ingen av översikterna undersökte bruk av rökfri tobak (snus eller elektroniska cigaretter).

Det fanns måttligt starkt vetenskapligt stöd för insatserna, med undantag för insatser som inkluderade incitament där det vetenskapliga stödet var otillräckligt.

Systematisk litteraturöversikt	Antal studier i översikten	Skolbaserade insatser	Utfall	Förebyggande av rökdebut
Thomas 2013	89	Insatser för att förebygga tobaksbruk oavsett teoretisk förankring	Rökning vid uppföljning $\leq$ 1 år eller vid längsta uppföljningstiden	Ja, vid en genomsnittlig uppföljningstid på 2,6 år
Thomas 2015	50	Förebyggande insatser mot rökning (uppdatering av studien ovanför)	Rökning vid uppföljning $\leq$ 1år eller vid längsta uppföljningstiden	Ja, vid uppföljning längre än 1 år
De Kleijn 2015	16	Insatser för att förebygga rökning hos flickor	Rökning hos flickor vid en genomsnittlig uppföljningstid på 4 år	Nej
Hodder 2017	11	Universella insatser som genomförs i skolan och fokuserar på att bygga resiliens (förmåga att hantera stress och katastrofer)	Rökning vid en uppföljningstid på 3 år	Nej
Hefler 2017	6	Insatser som inkluderar incitament (tävlingar om rökfria klasser) för att förhindra rökning	Rökdebut vid längsta uppföljningstiden	Otillräckligt underlag för att bedöma den förebyggande förmågan hos insatsen

**MÅLGRUPP** Den här utblicken riktar sig till verksamheter och professioner som arbetar med tobaksprevention inom kommuner, länsstyrelser, myndigheter och ideella organisationer.

**REFERENS** Ames H, Langøien LJ, Berg RC. Hvor effektive er primærforebyggende tiltak mot bruk av tobakk hos barn og unge? En oversikt over systematiske oversikter [Internet]. Oslo: Norwegian Institute of Public Health; 2019. Report-2019. [citerad 28 maj 2019].