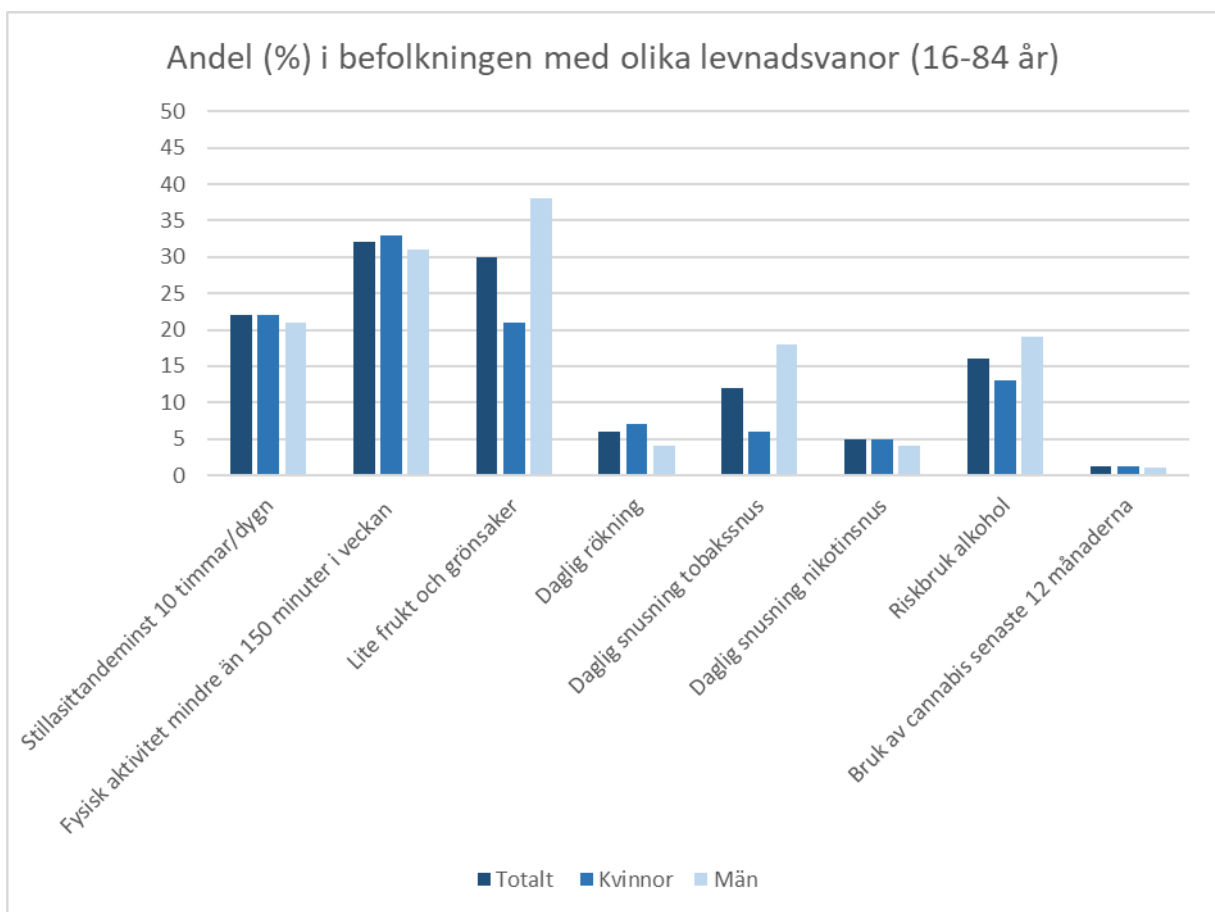


Levnadsvanor och folkhälsa

Sammanfattningen bygger på regionala resultat för Gotland från Folkhälsoenkäten Hälsa på Lika Villkor 2024 (medelvärde 2022 och 2024) och 2022 (medelvärde 2020 och 2022), åldrarna 16-84 år.

Slutsats

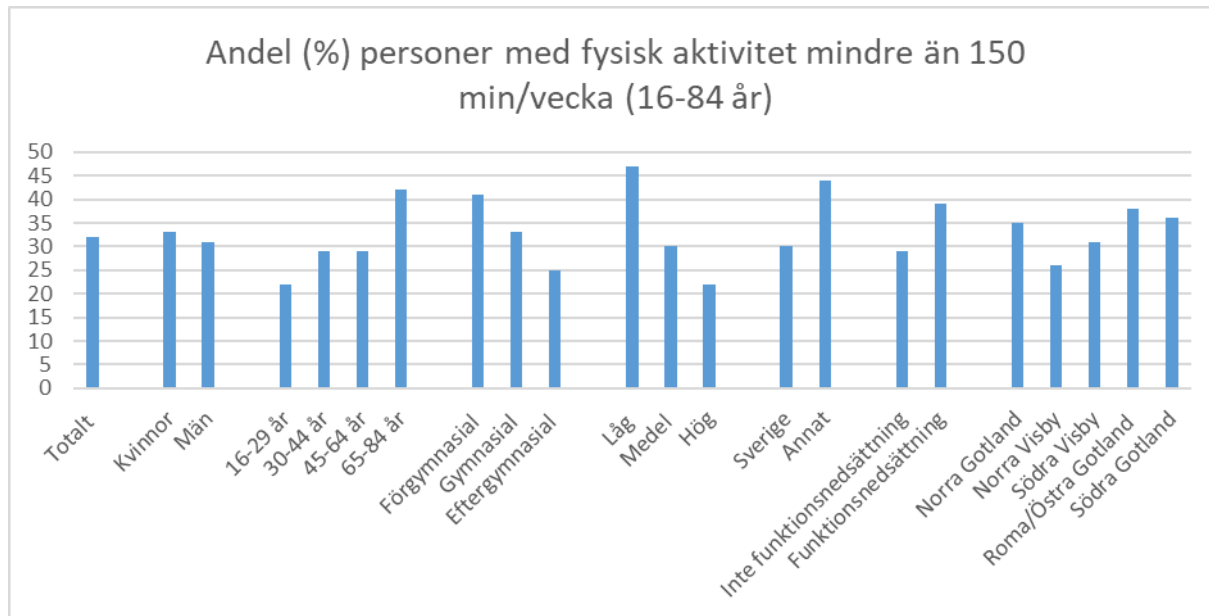
Statistiken pekar på att en stor del av befolkningen på Gotland har ohälsosamma levnadsvanor. Ungefär tre av tio personer (32%) är fysiskt aktiva mindre än 150 minuter i veckan medan cirka två av tio personer (22%) är stillasittande minst 10 timmar per dygn. Ungefär tre av tio personer (30%) äter lite frukt och grönsaker. Mindre än var tionde person (6%) röker dagligen medan drygt var tionde person (12%) använder tobakssnus varje dag. Knappt två av tio personer har riskbruk av alkohol (16%) medan ungefär en av hundra personer (1,2%) använt cannabis senaste året. Delas statistiken upp utifrån kvinnor och män framkommer en del skillnader. Statistiken tyder på att ohälsosamma levnadsvanor är vanligare bland män än bland kvinnor såsom låg konsumtion av frukt och grönsaker, högre användning av tobakssnus och större förekomst riskbruk av alkohol, medan kvinnor oftare röker dagligen. Diagrammet nedan visar andel i befolkningen totalt och bland kvinnor respektive män som har olika levnadsvanor.



Källa: Hälsa på Lika Villkor 2024. Observera att små skillnader, under 3 procentenheter, kan bero på slumpen eftersom undersökningen bygger på ett urval av cirka 2000 enkätsvar.

Fler sammanfattningar och detaljerad statistik:
www.gotland.se/folkhalsostatistik

På gruppnivå finns skillnad i levnadsvanor utifrån ålder, utbildningslängd, hushållsinkomst, födelseland, funktionsförmåga och bostadsort. Ett exempel på detta presenteras i diagrammet nedan som visar andel personer som rapporterat fysisk aktivitet mindre än 150 minuter per vecka, i olika grupper.



Källa: Hälsa på Lika Villkor 2024 Observera att små skillnader, under 3 procentenheter, kan bero på slumpen eftersom undersökningen bygger på ett urval av cirka 2000 enkätsvar.

Levnadsvanor utvecklig mellan 2022 och 2024 (16-84 år)

Mellan 2022 och 2024 ses en ökning av ande personer totalt i befolkningen som äter lite frukt och grönsaker från 26% 2022 till 30% 2024. I övrigt ses inte några generella förändringar i befolkningen när det gäller stillasittande, fysisk aktivitet, rökning, snusning, och bruk av alkohol eller cannabis. Däremot syns skillnader i vissa grupper som sammanfattas nedan.

Positiva förändringar i olika grupper

Män: andel som röker dagligen och som har använt cannabis har minskat.

Åldrarna 30-44 år: andel som röker dagligen har minskat.

Eftergymnasial utbildning: andel som röker dagligen har minskat.

Låg hushållsinkomst: andel med låg fysisk aktivitet har minskat.

Hög hushållsinkomst: andel med riskbruk av alkohol har minskat.

Negativa förändringar i olika grupper

Män: andel med låg fysisk aktivitet har ökat.

Eftergymnasial utbildning: andel med stillasittande och låg fysisk aktivitet har ökat.

Födelseland utanför Sverige: andel med låg fysisk aktivitet och med riskbruk av alkohol har ökat.