



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö

Ger Red Bull dig vingar?

Faktorer som påverkar barns konsumtion av energidryck

**Jessica Andersson
Linda Hallstensson**

Kandidatuppsats, 15 hp

Kost- och friskvårdsprogrammet, 180 hp

Handledare: Lena Jonsson

Examinator: Anna Post

Datum: Juni, 2010

Vårt tack!

Idén till vårt examensarbete växte fram när vi föreläste i Stance Vujic skolklass och vi vill därför rikta ett stort tack till henne och eleverna. En annan person som vi skulle vilja rikta ett stort tack till är vår handledare Lena Jonsson, ett extra tack för att du till och med har tänkt på vårt arbete under nätterna. Andra vi skulle vilja tacka är Josefina Bodin som hjälpte oss att knyta kontakt med kranskommunen som deltog i undersökningen samt tack till alla rektorer, lärare och elever som har gjort vårt arbete genomförbart. Vidare vill vi skicka ett stort tack till Ulla Beckman Sundh på Livsmedelsverket som bidragit med information kring ämnet. Tack även till Stina Olafsdottir för att du vägledde oss genom SPSS och till Carina Boysen för att du korrekturläste vårt arbete. Det hade aldrig blivit något arbete utan alla er.

Sist men inte minst vill vi tacka våra kära sambos, Christian Olin och Fredrik Johnsson, för att ni stötta och stått ut med oss under denna period. Tack för att ni alltid finns där för oss, ni är guld värda!

Jessica Andersson och Linda Hallstenson



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö MHM
Box 320, SE 405 30 Göteborg

Titel: Ger Red Bull dig vingar? – Faktorer som påverkar barns konsumtion av energidryck.

Författare: Jessica Andersson och Linda Hallstensson

Typ av arbete: Kandidatuppsats, 15 hp

Handledare: Lena Jonsson

Examinator: Anna Post

Program: Kost- och friskvårdsprogrammet, 180 hp

Antal sidor: 33

Datum: Juni, 2010

Sammanfattning

Försäljningen av energidryck såsom Red Bull, Monster och Burn har under 2000-talet ökat och marknadsföringen från energidrycksföretagen är ofta intensiv och inriktas mot unga individer, för att locka dem att köpa deras produkt. Drycken innehåller höga halter av koffein, taurin, glukoronolakton och tenderar ofta att innehålla fler kalorier än vanlig läsk.

Biverkningar som kan drabba konsumenten vid ett högt koffeinintag är huvudvärk, trötthet, irritabilitet, koncentrationssvårigheter, hjärtklappning etc. men enligt Livsmedelsverket finns det inget som i dagsläget tyder på att energidryck är hälsofarligt. Det efterfrågas dock mer forskning kring hur ämnena i energidryck gemensamt påverkar kroppen.

Tankar kring vårt examensarbete väcktes under kursen Folkhälsoarbete 15 hp där vi blev uppmärksammade på att elever redan i skolår 6 intar energidryck dagligen. I dagsläget finns det få kartläggningar av svenska ungdomars konsumtionsmönster av energidryck. Med detta som bakomliggande orsak är syftet med examensarbetet att undersöka energidryckskonsumtionen och vilka bakomliggande faktorer det möjligen finns som kan förklara intaget hos elever i skolår 6 och 9 i en stadsdel och en kranskommun till Göteborg. För att ge bredd åt studien valdes ett kvantitativt tillvägagångssätt i form av enkäter som undersökningsmetod, och totalt deltog 671 elever. Resultatet visade i stora drag att ca hälften av de tillfrågade drack energidryck mer än en gång per vecka. Det framkom att det fanns signifikanta skillnader i intaget mellan både skolår och kön, skolår 9 samt pojkar drack oftare energidryck.

Nyckelord: energidryck, konsumtionsmönster, ungdomar, biverkningar, marknadsföring.

Innehållsförteckning

1. Inledning.....	4
2. Bakgrund	4
2.1 Energidryckens historia	4
2.2 Vad är energidryck?	5
2.2.1 Koffein	6
2.2.2 Taurin	7
2.2.3 Glukuronolakton.....	7
2.3 Red Bull.....	8
2.4 Söta drycker och fetma.....	9
2.5 Marknadsföring och försäljningsstatistik	10
2.6 Utbud	10
2.7 Konsumtionsmönster.....	11
2.8 Unga och energidryck.....	11
3. Syfte.....	12
3.1 Frågeställningar	12
4. Metod	12
4.1 Val av metod	12
4.2 Urval.....	13
4.3 Deltagare	13
4.4 Tillvägagångssätt.....	15
4.4.1 Pilotstudien.....	15
4.4.2 Enkätundersökningen	15
4.5 Bearbetning och analys.....	16
4.6 Validitet och reliabilitet.....	16
4.7 Etiska ställningstagande	17
5. Resultat.....	17
5.1 Bortfall	17
5.2 Vilka faktorer påverkar ungdomarnas intag av energidryck?.....	18
5.3 Hur skiljer sig intaget åt mellan elever i skolår 6 och 9?	19
5.4 Hur skiljer sig konsumtionen sett ur ett genusperspektiv?.....	21
5.5 Övrig information.....	23
6. Diskussion	24
6.1 Metoddiskussion.....	24
6.2 Resultatdiskussion.....	25
6.2.1 Konsumtionsmönster.....	25
6.2.2 Eventuella faktorer som kan bidra till energidryckskonsumtion.....	26
6.2.3 Hur införskaffar och konsumerar ungdomar energidryck?	27
7. Slutsats och förslag till fortsatt forskning.....	28
8. Referenser.....	30
Bilaga 1. Enkät	34
Bilaga 2. Missivbrev.....	36
Bilaga 3. Informationsblad	37

1. Inledning

Under de senaste årtiondena har konsumtionen av koffeininnehållande drycker såsom Coca Cola och energidryck ökat markant (Meltzer m.fl., 2008). I Sverige uppgick försäljningsstatistiken av energidryck¹, tillsammans med sportdryck², till hela 4,9 miljoner liter förra året, år 2009, enligt Fredrik Sörbom³.

Energidryck innehåller generellt ingredienserna koffein, taurin, glukoronolakton samt socker (Livsmedelsverket, 2010c). Höga intag av dessa drycker kan ge biverkningar i form av främst huvudvärk men även att individen blir ”speedad” (okoncentrerad) och upplevelse av hjärtklappning mm. har förekommit (Sveriges Radio, 2009a; Malinauskas, Aeby, Overton, Carpenter- Aeby & Barber- Heidal, 2007; Livsmedelsverket, 2010c). Med sitt höga sockerinhåll utgör energidrycken en kaloribomb (Gustafsson, 2009) och forskning visar att intaget av tomma kalorier som t.ex. läsk, godis etc. utgör ungefär en fjärdedel av energiintaget hos barn i åldrarna 4, 8, och 11 år (Enghardt Barbieri, Pearson, & Becker, 2006). Enligt Enghardt Barbieri m.fl. (2006) bör detta intag hos barn halveras. Detta för att förhindra att barn drabbas av övervikt och fetma i tidig ålder vilket annars ofta kan resultera i att de förblir överviktiga även i vuxen ålder (Socialstyrelsen, 2009).

Under en av våra föregående kurser som utgjordes av Folkhälsoarbete 15 hp, vid Institutionen mat, hälsa och miljö vid Göteborgs universitet, genomförde vi en målgruppsanalys (2009-11-18) där syftet var att undersöka den fysiska aktivitetsnivån samt kostvanorna hos elever i skolår 6 i en stadsdel i Göteborg. Information som framkom från den undersökningen var bl.a. att många elever konsumerade tomma kalorier i form av främst energidryck, läsk och godis mer än en dag i veckan. Det som vi upplevde som ett påtagligt problem var elevernas konsumtion av energidryck, då flertalet av eleverna uppgav att de drack detta varje dag. Enligt Pellmer och Wramner (2001) så grundläggs vanor som har livslång betydelse för individens hälsa i tidig ålder. Vi anser därför att ungdomars konsumtion av energidryck är värd att undersöka.

2. Bakgrund

I bakgrunden definierar vi vad energidryck är för något samt vad drycken innehåller. Dessutom kommer en inblick ges till hur bl.a. energidryck marknadsförs samt vad tidigare forskning har kommit fram till inom ämnet.

2.1 Energidryckens historia

Energidryckens historia tog sin början i Japan på 1960- talet då japanerna började producera drycken Lipvitan- D som bl.a. innehöll olika B-vitaminer samt aminosyror niacin och taurin (Mupsip, 2010). Drycken introducerades först som en medicin vars syfte var att ge människan, främst fabriksarbetaren, ”energi”. Den blev snabbt populär i Kina och Japan och spreds sedan vidare till Thailand, där drycken användes av bl.a. tuk tuk⁴ förarna. Det var i Thailand som en österrikare vid namn Dietrich Mateschitz kom i kontakt med denna dryck. Idén bakom Red Bull föddes och tog fart, året var 1984 (Red Bull, 2010a). Mateschitz vidareutvecklade drycken genom att bl.a. tillsätta koffein och socker (Mupsip, 2010) och

¹ Med energidryck menar vi t.ex. Red Bull, Monster, Burn etc.

² Sportdryck är en dryck som innehåller vatten, enkla sockerarter och elektrolyter (salter) (Burke, 2007).

³ Fredrik Sörbom, Projektledare Sveriges Bryggerier, mailkontakt den 29 april 2010.

⁴ En form av mopetaxi som är vanlig i bl.a. Thailand.

drycken som framställarna utlovar ska "liva upp kropp och sinne" (Red Bull, 2010b) lanserades 1987. Energidrycken blev snabbt populär runt om i Europa och år 1996, ungefär 10 år efter sin debut, började Red Bull säljas på den svenska marknaden (Livsmedelsverket, 2010d). Ett år senare (1997) infördes energidrycken i USA, vilket idag är det land som tillsammans med Thailand konsumerar mest energidryck (Reissig, Strain & Griffiths, 2009).

När det gäller försäljning av energidryck i Europa har drycken varit förbjuden att säljas i bl.a. Danmark, Norge och Frankrike men sedan några år tillbaks är försäljningen av dessa produkter tillåten även i dessa länder⁵. Anledningarna till att försäljning förbjöds i de olika länderna var att i Norge klassades alla aminosyror⁶ som läkemedel vid tillsättning i fri form, i Danmark fanns en lagstiftning vad gäller berikning och Frankrikes förbud grundades på att de inte tillåtit koffeintillsättningen.

2.2 Vad är energidryck?

I många ögon är energidryck det samma som sportdryck, t.ex. Powerade, Iso m.fl., dock finns det mycket som skiljer dessa drycker åt. Enligt toxikologen Ulla Beckman Sundh som arbetar på Livsmedelsverket finns det ännu ingen officiell definition på energidryck (Sveriges Radio, 2009a) men den kan beskrivas som en söt läskliknande dryck som generellt innehåller koffein, taurin, glukoronolakton och B-vitaminer (Livsmedelsverket, 2010c). Sportdryck däremot består främst av vatten, enkla sockerarter och elektrolyter, dvs. salter, (Burke, 2007).

Det finns idag två huvudsakliga sätt att söta energidryck. Det ena sättet är med socker vilket leder till att drycken får ett stort kolhydratinnehåll tillskillnad mot det andra tillvägagångssättet som är med sötningsmedel och därmed resulterar i färre kolhydrater (Meadows- Oliver & Ryan- Krause, 2007). Energidryck tenderar ofta att innehålla fler kalorier än vanlig läsk (Gustafsson, 2009), vilket framkommer i tabell 1.

Tabell 1. Jämförelse av kaloriinnehåll i energidryck och läsk.

Märke	Milliliter	Kcal	Socker i gram
Red Bull	100	45	11
Monster	100	45,6	11,4
Burn	100	57,2	13,2
Coca-Cola	100	42	10,6

Energidryck och sportdryck ger båda energi vid förtäring, dock bör den förstnämnda inte intas vid träning (Burke, 2007; Livsmedelsverket, 2010b). Trots att även energidryck innehåller hög halt av socker har den i motsats till sportdrycker en vätskedrivande effekt då den innehåller koffein (Livsmedelsverket, 2010c). Detta kan bidra till att energidryck snarare får en negativ effekt vid träning, den kan t.ex. ge upphov till hjärklappning (Baum & Weiss, 2001). Sportdryckers funktion vid träning är däremot att fylla på kroppen med socker och salter som den förlorat vid fysisk ansträngning och svettning, vilket leder till att vätskebalansen återställs snabbare i kroppen (Burke, 2007). Den största likhet som dessa två drycker har är att de båda innehåller mycket socker som kan bidra till övervikt vid ett för stort intag och för lite fysisk aktivitet (Livsmedelsverket, 2007a).

⁵ Ulla Beckman Sundh, Toxikolog vid Livsmedelsverket, mailkontakt den 10 maj 2010.

⁶ Aminosyror är en kemiskförening som är en del av ett protein.

Energidryck innehåller höga halter av de stimulerande ämnena koffein, taurin och glukoronolakton, hur dessa ingredienser påverkar människan råder det idag delade meningar om i forskarvärlden.

2.2.1 Koffein

I flera tusen år har människor använt koffein som en stimulantia⁷ då det har en uppiggande påverkan i det centrala nervsystemet (Meltzer m.fl., 2008). Koffein finns naturligt i vissa livsmedel såsom kaffe och te men tillsätts även i andra produkter som i t.ex. energidryck (Livsmedelsverket, 2010d). Generellt innehåller 250 ml energidryck oftast ca 320 mg koffein, vilket ungefär motsvarar samma mängd koffein som återfinns i en normalstor kopp kaffe. Det förekommer även energidrycker som innehåller lägre samt högre halter av koffein skriver Livsmedelsverket (2010d) på sin hemsida. Energidryckerna med högre halt koffein går främst att köpa via Internet.

Koffein kan påverka människan på ett positivt sätt genom att bl.a. ge en ökad vakenhet, stimulera andning och hjärtverksamhet mm. (Livsmedelsverket, 2010d). En måttlig konsumtion av drycker som innehåller koffein kan förhindra sömnen för ett tag men de kan aldrig ersätta behovet av sömn (Smith & Atroch, 2007). Överdoserat koffeinintaget kan negativa symtom såsom huvudvärk, ångest, oro, yrsel och hjärtklappning uppstå, dock är toleransnivån av koffein väldigt individuell (Livsmedelsverket, 2010d). En annan negativ effekt i samband med koffeinintag är, som nämnts ovan, att koffein är vätskedrivande. Enligt EFSA:s⁸ (Aguilar m.fl., 2009) utvärdering av de olika ämnena som förekommer i energidryck så kan de vätskedrivande effekterna av drycken kopplas till dess koffeininnehåll.

Generellt har de flesta studier kring hur koffein påverkar människokroppen hittills utförts på vuxna, därför är kunskapen kring hur koffein påverkar barn och ungdomar inte fullständig (Meltzer m.fl., 2008; Temple, 2009).

I de nordiska länderna har det gjorts en litteraturstudie på barn och ungdomars intag utav koffein som kommer från endast söta drycker (Meltzer m.fl., 2008). Rapporten visar på att läskkonsumtionen i alla de nordiska länderna har fördubblats från 1980- talet fram till 2000-talet, vilket har bidragit till att dagens barn och ungdomar får i sig större mängder koffein. Detta eftersom den viktigaste konsumtionskällan hos unga individer utgörs av koffeininnehållande läskedrycker, då främst Coca Cola men även energidryck (Meltzer m.fl., 2008).

Biologiska effekter såsom toleransutveckling, abstinensbesvär, ångest och darrningar har identifierats bland barn och ungdomar även vid låga koffeinintag (Meltzer m.fl., 2008). Vid intag på 0,3 mg koffein/kg kroppsvikt framkom inga påtagliga negativa effekter, däremot började det synas negativa effekter vid ett intag av 1,0-1,3 mg koffein/kg kroppsvikt i form av främst huvudvärk. Andra ”biverkningar” som kan framkomma vid ett intag kring 1,0-1,3 mg koffein/kg kroppsvikt är t.ex. dåsighet, depression, ångest, trötthet, irritabilitet och nedsatt förmåga att koncentrera sig. Vid intag av 2,5 mg koffein/kg kroppsvikt kunde Meltzer m.fl. (2008) identifiera symptom som ångest och darrningar. Bland de svenska ungdomarna låg det dagliga medelintaget av koffein på en nivå runt 0,3-0,6 mg/kg kroppsvikt. Enligt Meltzer m.fl. (2008) visade studien att det fanns tendenser till att utveckla ett beroende av koffein hos

⁷ Stimulantia är en substans som förstärker en eller flera funktioner i organismen (Nationalencyklopedin, 2010a).

⁸ EFSA= European Food Safety Authority. Den europeiska motsvarigheten till Livsmedelsverket.

20 % av de nordiska ungdomarna. I tabell 2 nedanför visar vi mer överskådligt intagen i milligram baserat på ett barn med normalvikt⁹ i skolår 6- och 9.

Tabell 2. Negativa symptom i samband med intag av koffein (Meltzer m.fl., 2008).

Skolår	Vikt (kg)	Milligram koffein/kg kroppsvikt	Intaget i milligram	Symtom
6	48	0,3	14,4	Inga negativa effekter.
9	60		18	
6	48	1,2	57,6	Främst huvudvärk men även trötthet, irritabilitet, koncentrationssvårigheter etc.
9	60		72	
6	48	2,5	120	Ångest och darrningar.
9	60		150	

I dagsläget har inga acceptabla nivåer (ADI¹⁰) för koffein kunnat fastställas (Meltzer m.fl., 2008). Det har heller inte bestämts någon övre gräns för koffein vid vilken nivå ett beroende skapas.

2.2.2 Taurin

Aminosyran taurin som utgör en tillsats i de flesta energidrycker, som idag finns på marknaden, förekommer naturligt i livsmedel från djurriket och tillhör en av de aminosyror som kroppen själv klarar av att bilda (Livsmedelsverket, 2010d). Generellt innehåller de flesta energidryckerna 4000 mg taurin per liter (Livsmedelsverket, 2007b). Detta innebär att en individ får i sig ungefär 7-8 gånger mer taurin genom att dricka en burk energidryck motsvarande 250 ml jämfört med det normala dagsintaget som brukar ligga runt 120- 130 mg för en person som äter en kost där kött- eller fiskprodukter ingår (Abrahamsson, Andersson, Becker & Nilsson, 2006).

Taurin har en rad olika funktioner i kroppen bl.a. reglerar denna aminosyra vätskebalansen samt blodsockernivån i kroppens celler (Livsmedelsverket, 2010d). Vidare så påverkar taurin även hjärtrytmens reglering.

I Sverige finns det idag ingen acceptabel nivå för taurin. Ännu finns inga bevis för att denna tillsats skulle vara skadlig, men bl.a. Livsmedelsverket (2007b) menar att det fortfarande saknas tillräckligt med forskning som visar hur höga intag av denna aminosyra under en längre period påverkar kroppen, inte minst hos barn och ungdomar. Vidare har få studier gjorts kring hur taurin och t.ex. koffein, som utgör en annan substans i energidryck, gemensamt påverkar kroppen.

2.2.3 Glukuronolakton

Glukuronolakton är en nedbrytningsprodukt som bildas då kroppen bryter ned kolhydrater i samband med matsmältningen (Livsmedelsverket, 2010d). I många livsmedel förekommer glukuronolakton naturligt och det dagliga intaget av ämnet som vi får via kosten ligger runt 1-

⁹ Elevernas vikt är baserat på uppgifter från Inger Manneback, skolsköterska Sandeklevsskolan, telefonkontakt den 10 maj 2010.

¹⁰ ADI= accepterat dagligt intag.

2 mg/dag. Dessa 1-2 mg ska då komma från naturliga källor i livsmedel. I energidryck tillsätts detta ämne i syfte att vara energigivande (Gustafsson, 2009). En burk energidryck á 250 ml innehåller 600 mg glukuronolakton (Livsmedelsverket, 2010d). Om man jämför dessa siffror med varandra ger 1 burk energidryck (250 ml) ett 300 gånger så högt intag av glukuronolakton än vad vi får i oss dagligen via kosten.

Flera studier om glukuronolakton har genomförts av EFSA (Aguilar m.fl., 2009), där de har sett till både biologiska och toxikologiska data¹¹. Där framkom att denna överkonsumtion av glukuronolakton inte utgjorde någon hälsofara för individen. Andra slutsatser de kom fram till var att glukuronolakton, koffein och taurin tillsammans inte ger ökade samverkans effekter vid fysisk aktivitet.

2.3 Red Bull

Red Bull är ett utav de världsledande företagen när det kommer till energidrycksförsäljning och är fortfarande en utav de mest populära energidryckerna trots större konkurrens (Reissig m.fl., 2009). Är det någon som undgått reklamen där ett företaget påstår att energidryck med dess tillsatser, då främst koffein, taurin och glukuronolakton, kommer att ”ge dig vingar”? På företagets hemsida kan man läsa att ”Red Bull livar upp både kropp och sinne” (Red Bull, 2010b) och drycken utlovar att förse konsumenten med mer energi, öka prestationsförmågan samt förbättra koncentrations- och reaktionsförmågan. Stämmer då dessa påståenden att drycken kan förhöja både den mentala och psykiska prestationsförmågan, och hur påverkar intaget individen?

I studien *The effects of Red Bull Energy Drink on human performance and mood* (Alford, Cox & Wescott, 2001) framkommer att Red Bull förbättrade reaktionstiden, vakenheten och koncentrationsförmågan hos studiens deltagare. I en annan studie visade sig att den uppiggande effekten hade som störst verkan 30-60 min efter intag (Smit, Cotton, Hughes & Rogers, 2004). De kom även fram till att koffeinet utgjorde den uppiggande källan.

Baum och Weiss (2001) utfördes en dubbelblind tvärsnittsstudie där 13 deltagare fick olika Red Bull drycker att dricka innan träning. De tre dryckerna såg ut och smakade som Red Bull fast dryckerna hade olika innehåll. Dryck ett innehöll inte koffein eller taurin och fick namnet ”placebo¹²”. Dryck två innehöll koffein men inte taurin och kallades ”control”. Den sista drycken var en vanlig Red Bull och innehöll därmed både taurin och koffein och fick benämningen ”verum”. Studien påvisar att de som drack Red Bull med både taurin och koffein i hade fler hjärtslag under återhämtningsperioden efter ett maximalt arbetsprov. Forskarna kom även fram till att det var taurin tillsammans med koffein som gav denna påverkan.

Ragsdale m.fl. (2009) utförde dubbelblindtest på studenter där de fick dricka Red Bull, Red Bull light och placebo vid träning. Resultatet forskarna kom fram till var att de inte såg någon skillnad i hjärtfunktionen hos de olika deltagarna som intagit olika drycker, á 250 ml.

I en svensk studie av Wiklund, Öström, Messner och Holmgren (enligt Lehtihet, Beckman-Sundh & Andersson, 2006, s 2739) har det forskats hur energidrycksintag påverkar hjärtrytmen i samband med träning och alkohol. Tio försökspersoner deltog där några fick dricka enbart tre burkar energidryck (750 ml) och de resterande fick dricka energidryck i

¹¹ Toxologisk data är information om höga halter av skadliga ämnen.

¹² Placebo är ett preparat som inte har någon medicinsk verkan, men som skenbart är ett läkemedel (Nationalencyklopedin, 2010b).

kombination med alkohol (från 7 cl-1,1 dl) före ett maximalt arbetsprov. Studien visade att innan arbetsprovet (30 min efter intag) registrerade man en signifikant förändrad hjärtfrekvensvariabilitet, dvs. en pulsvariation. Denna effekt förstärktes i samband med alkohol.

Livsmedelsverket (2010e) skriver på sin hemsida att det är olämpligt att blanda och inta energidryck och alkohol. Detta främst pga. att koffeininnehållet i energidryckerna påverkar personen i den riktning att de inte känner och inser vilken berusningsgrad de befinner sig i (Livsmedelsverket, 2010d). I början på 2000- talet förekom ett flertal dödsfall där den gemensamma nämnaren var att dessa individer intagit energidryck i samband med alkohol, dock kunde det inte fastställas i något av fallen att energidrycken var den bakomliggande orsaken (Lehtihet, Beckman-Sundh & Andersson, 2006). Individer bör vara varsamma med att kombinera energidryck och alkohol så länge det inte finns mer genomförd forskning inom ämnet (Livsmedelsverket, 2010e).

Överlag har de flesta av dessa studier (Alford, Cox & Wescott, 2001; Baum & Weiss, 2001; Lehtihet m.fl., 2006) få deltagare och det kan vara svårt att dra slutsatser utifrån resultaten då de kan vara missvisande och inte representativa för befolkningen i den åldersgruppen.

2.4 Söta drycker och fetma

Övervikt och fetma har dramatiskt ökat bland skolbarn världen över de senaste 40-50 åren (Olsen & Heitmann, 2008). Från 1980- talet fram till 2000-talet har övervikten bland barn i Sverige ökat kraftigt men nu visar rapporter på att denna ökning tycks ha stabiliserats och t.o.m. planat ut något (Socialstyrelsen, 2009). Idag är ungefär 15–20 procent av alla barn och ungdomar överviktiga och 3–5 procent klassas som obesa (Nordic Council of Ministers, 2005). I Europa och USA har framförallt konsumtion av söta drycker ökat och står nu för 80% av de tomma kalorierna. Flera kanadensiska studier tyder på att läskedryckskonsumtionen har blivit ett dagligt mönster hos många kanadensiska barn (Roblin, 2007). Forskning visar även på att läskkonsumtionen i alla de nordiska länderna har fördubblats från 1980-talet fram till 2000-talet, dock har denna trend avstannat och till och med minskat något de senaste åren (Meltzer m.fl., 2008).

Ett högt intag av läskedrycker som ger mycket extra kalorier är förknippat med en ökad risk för övervikt hos barn och ungdomar (Ludwig, Peterson & Gortmaker, 2001; Socialstyrelsen, 2009). Det höga intaget av söta drycker hos barn riskerar att ske på bekostnad av andra viktiga näringsämnen (Roblin, 2007; Livsmedelsverket 2003). I den dagliga kosten får högst 10 E%¹³ komma ifrån socker (Livsmedelsverket, 2003). Detta motsvarar för en elev i skolår 6 ett dagligt intag på ca 50-60 g socker och för en elev i skolår 9 utgör det ett intag som motsvarar 55-70 g socker/dag. En energidrycksförpackning på 250 ml innehåller ca 30 g socker. Det finns enligt professor Erlanson-Albertsson (2005) flera undersökningar som visar att sött, då framförallt söta drycker, stimulerar aptiten. Det framgår i ett interventionsexperiment att det ledde till ständigt ökad aptit och viktuppgång om en person drack 1,2 liter söta drycker per dag i 10 veckors tid. Denna undersökning är ett bevis på att söta drycker leder till övervikt menar professor Erlanson- Albertsson (2005). Olsen och Heitmann (2008) har utfört en litteraturstudie där det i åtta av fjorton studier framkom att det fanns signifikanta samband mellan sötade drycker och fetma. Slutsatsen som författarna kom fram till var att ett högt intag av kaloritäta söta drycker kan leda till fetma. Detta kan bero på att socker i flytande form inte ger samma mättnadskänsla som kolhydrater i fast form (Livsmedelsverket, 2003).

¹³ E%= energiprocent.

2.5 Marknadsföring och försäljningsstatistik

De senaste åren har försäljningen av energidrycker utvecklats till en multibillion dollar industri (Meadows- Oliver & Ryan- Krause, 2007). Under endast år 2006 lanserades 500 nya märken av energidryck världen över. Försäljningen i Sverige av sport- och energidryck har stadigt ökat på 2000-talet och under 2009 såldes 4,9 miljoner liter, enligt Fredrik Sörbom¹⁴. Reissig m.fl. (2008) menar även att marknadsföringen av energidryck ökat markant de senaste åren världen över. Marknadsföringen beskriver de som intensiv samt att den inriktas mot unga människor, då framförallt mot pojkar. Energidrycker som är sötade med sötningsmedel och innehåller färre kolhydrater lanseras dock främst mot flickor (Meadows- Oliver & Ryan- Krause, 2007). Den saluförs på ett sätt så att flickor inte ska vara rädda att gå upp i vikt i fall de dricker den.

När energidryck lanseras används ofta ord som ”förbättrar välbefinnandet”, ”uppiggande”, ”ökar prestationsförmågan”, ”ökad reaktions- och koncentrationsförmåga”, ”stimulerar ämnesomsättningen”, ”stimulerar cirkulationen och centrala nervsystemet” etc. (Livsmedelsverket, 2007b). Experter på Livsmedelsverket anser att ingredienserna i energidryck inte alls håller för dessa påståenden. De menar att det inte heller är helt osannolikt att de som dricker drycken inbillar sig dessa effekter då det står på förpackningen att de ska infinna sig vid förtäring (Wallin, 2009; Livsmedelsverket, 2007b; Konsumentföreningen Stockholm, 2009).

Konsumentföreningen Stockholm (2007a) har sedan en längre tid varit mycket engagerad i om energidryck är skadligt för hälsan eller inte. År 2000 anmälde de ett företag som tillverkar energidryck för vilseledande marknadsföring till Livsmedelsverket och Konsumentverket (Konsumentföreningen Stockholm, 2007b). Fallet överlämnades till Bedömningsnämnden för Kost- Hälsainformation (BKH) för avgörande. År 2003 beslutade BKH att marknadsföringen som hävdade att energidrycken hade en positiv påverkan på hjärt- och blodomlopp samt ökade ämnesomsättningen stred mot god marknadsföringssed.

När det gäller vad som påverkar vid inköp av en vara framkom det i studien ”Children as co-researchers voicing their preferences in foods and eating” (Bergström, Jonsson & Shanahan, 2010) att barn ser humor samt en attraktiv förpackning som två viktiga faktorer vid köp utav en produkt. Energidryckens förpackning är ofta färgglad, stilren, tilltalande och ”cool”, detta för att locka till sig köpare (Reissig m.fl., 2009).

2.6 Utbud

Energidryck har sålts i Sverige sedan 1996 (Livsmedelsverket, 2010d) och utbudet har gått från endast ett fåtal olika märken till att under de senaste åren ha exploderat med nya varumärken (Sveriges Bryggerier, 2010). Förutom den vanliga ”standardstorleken” på energidryck (250 ml) har flera leverantörer, däribland Dark Dog, nyligen lanserat en större variant som innehåller 500 ml energidryck (Dark Dog, 2010a). Drycken finns även att köpa i så kallade PET- flaskor där mängdstorleken varierar mellan 330 ml upp till 1,5 l. Sedan 2009 har vissa företag marknadsfört en shot som är en koncentrerad form av energidryck (Sveriges Radio, 2009a). Dessa små flaskor rymmer ca 50 ml energidryck men ändå innehåller dessa samma mängd koffein och taurin som återfinns i en burk som motsvarar 250 ml, det enda som skiljer dessa storlekar åt är att den koncentrerade varianten inte är kolsyrad. Priset på energidryck varierar från ca 5-30 kr beroende på märke, storlek och affär.

¹⁴ Fredrik Sörbom, Projektledare, Projektledare Sveriges Bryggerier, mailkontakt den 29 april 2010.

Koffein regleras sedan 2006 som ett aromämne inom EU vilket innebär att varningstexten ”barn, gravida och andra personer känsliga för koffein avråds från att använda denna dryck”, som var ett krav från Livsmedelverkets sida när energidryck började säljas på den svenska marknaden (1996), inte längre är obligatorisk (Livsmedelsverket, 2010d). Enligt de nuvarande reglerna räcker det med att drycker som innehåller mer än 150 mg koffein/l märks med ”högt koffeininnehåll” samt att den totala mängden koffein från alla källor ska anges. I Sverige finns det ingen lag på åldersgräns för försäljning utav energidryck, dock har många livsmedelsbutiker infört egna åldersgränser, vilka generellt brukar ligga runt 15- 16 år (Sveriges Radio, 2009a). Emellertid har bl.a. folkpartisten Eva Flyborg (2009) skickat en motion till Riksdagen om att det borde lagstiftas om 15 års gräns vid inköp av energidryck, men någon lag har ännu inte stiftats.

2.7 Konsumtionsmönster

När det gäller studier rörande ungdomars konsumtionsmönster så har Kaliber som är ett undersökande program i P1, Sveriges Radio, utfört en elektronisk enkätundersökning bland 700 skolsköterskor som arbetar runt om i Sveriges grundskolor (Sveriges Radio, 2009a). Detta för att ta reda på hur skolsköterskorna uppfattar energidryckskonsumtionen bland ungdomarna samt eventuella biverkningar som de satt i samband med detta intag. I undersökningen framkommer att energidryck främst konsumeras av elever i skolår 7-9 och de främsta faktorerna till varför ungdomarna dricker denna dryck är enligt skolsköterskorna för att bli piggare samt att de använder den som törstsläckare och måltidsersättning (Sveriges Radio, 2009b).

Konsumtionsmönstret av energidryck har även granskats i en amerikansk studie av Malinauskas m.fl. (2007) då bland collegestudenter, 21-25 år gamla. Lite mer än hälften (51 %) av de 496 deltagarna uppgav att de drack mer än en energidryck per månad. De främsta bakomliggande motiven till konsumtionen utgjordes av att de upplevde att de fått otillräckligt med sömn, kände ett behov av att öka sin energi och 54 % angav att de främst intog energidryck i kombination med alkohol i samband med fest. Flera drack även energidryck då de arbetade med ett större projekt i den pågående kursen. Inga skillnader i konsumtionsmönstret för de kvinnliga jämfört med de manliga studenternas intag hittades i denna studie (Malinauskas m.fl., 2007).

2.8 Unga och energidryck

Tillverkarna av energidryck hävdar ofta att drycken är framtagen för dem som vill öka sin prestationsförmåga i samband med bl.a. sportaktiviteter (Red Bull 2010c; Dark Dog, 2010b). Livsmedelsverket (2010c) rekommenderar emellertid inte att man ska använda energidryck som prestationshöjande dryck, törstsläckare eller återhämningsdryck vid fysisk aktivitet. Energidryck med sitt höga koffeininnehåll främjar vätskeförlust vilket ökar risken för uttorkning i samband med svettning under fysisk aktivitet (Meadows- Oliver & Ryan- Krause, 2007). Därav är risken större att barn drabbas av uttorkning då de är mer känsliga för koffeinets fysiologiska effekter jämfört med vuxna.

I den amerikanska studien ”A survey of energy drink consumption patterns among college students” (Malinauskas m.fl., 2007) undersöktes, förutom konsumtionsmönstret, studenternas självupplevda biverkningar av energidrycksintag. Av deltagarna som angav att de drack energidryck kände 29 % av studenterna någon gång varje vecka att energinivåerna i kroppen gick snabbt upp och snabbt ner i samband med intag av energidryck. Detta beskriver författarna som ”jolt and crash episodes”. Andra förekommande biverkningar var huvudvärk och hjärtklappning. I den svenska undersökningen utförd av Kaliber (Sveriges Radio, 2009b)

uttryckte 75 % av skolsköterskorna en oro över ungdomars nuvarande intag av energidryck och anser att det utgör ett problem. Negativa effekter som skolsköterskorna satt i samband med att eleverna konsumerar energidryck är främst att de blir stressade (speedade), okoncentrerade, får sömnsvårigheter samt drabbas av hjärtklappning.

Den största skillnaden till varför barn och vuxna reagerar olika på intag av energidryck beror i första hand enligt Livsmedelsverket (2010c) på att vuxna generellt har högre kroppsvikt än barn, och kan därmed tåla större mängd koffein. Kaffe är en stor social faktor i vuxenvärlden och intas till stor del av vuxna svenskar. Genom att många vuxna dagligen dricker kaffe blir reaktionen på koffein i deras kroppar inte lika stor som hos barn och unga, dvs. en högre tolerans för koffein uppstår (Livsmedelsverket, 2010c). Negativa effekter som t.ex. huvudvärk och hjärtklappning framträder tydligare och oftare hos barn då de inte exponeras för koffein lika ofta och mycket som vuxna.

Under 2000-talet har konsumtion av energidryck ökat kraftigt enligt Fredrik Sörbom¹⁵ och lockar framförallt den yngre generationen medan den för de äldre generationerna fortfarande är relativt okänd. Därför anser vi att det är av betydelse att undersöka detta ”nya” fenomen för att individer i barns närhet ska få upp ögonen för vad det egentligen är deras barn dricker. För att förstå varför barn väljer att dricka energidryck behöver vi också veta vilka faktorer som kan tänkas påverka ungdomarnas konsumtion av denna dryck som ”lovar att ge dem vingar”.

3. Syfte

Syftet med studien är att undersöka hur konsumtionen av energidryck ser ut bland elever i skolår 6 och 9 i en stadsdel samt en kranskommun till Göteborg.

3.1 Frågeställningar

- Hur skiljer sig intaget åt mellan eleverna i skolår 6 och 9?
- Hur skiljer sig konsumtionen sett ur ett genusperspektiv?
- Vilka faktorer påverkar ungdomarnas intag av energidryck?

4. Metod

Under detta avsnitt beskrivs metoden detaljerat för att denna studie ska kunna återskapas. Här motiveras vårt val av metod, tillvägagångssättet beskrivs samt urval och bortfall klargörs.

4.1 Val av metod

För att kunna besvara studiens syfte valde vi att använda oss av en kvantitativ enkätundersökning med en föregående pilotstudie. För att få ytterligare information och inte gå miste om viktiga detaljer hölls, efter eleverna fyllt i enkäten, en öppen gruppdiskussion med dem. Valet av att använda oss av enkäter baserades främst på att man genom detta angreppssätt kan nå ut till fler ungdomar (Trost, 2001), då antalet tillfrågade deltagare i vår studie var ca 900 elever, samt att det utgör ett bra mätinstrument då man utför undersökningar i skolmiljö. Trost (2001) menar även att enkäter är användbart då man vill mäta bl.a. individers åsikter och beteende.

I stor utsträckning anser Trost (2001) att enkäter liknar personliga intervjuer dock är den stora skillnaden att individen som ska svara på enkäten själv skriver ner sina svar. Däremot undviker man den s.k. intervjueffekten, som Ejlertsson (2005) uttrycker det, när man utför en enkätundersökning. Han menar att respondenten i en intervju till viss del alltid berörs av på

¹⁵ Fredrik Sörbom, Projektledare Sveriges Bryggerier, mailkontakt den 29 april 2010.

vilket sätt intervjuaren ställer sina frågor samt följdfrågor, vilket kan påverka svaren. Utformningen av frågorna är av stor betydelse då en nackdel är att enkäten har ett begränsat antal frågor, dvs. den får inte vara för lång (Ejlertsson, 2005). Enligt Wibeck (2000) kan gruppintervjuer vara passande när man vill utforma enkäter inför större studier. Genom gruppintervjuer kan t.ex. passande frågeområden framkomma. Därav valde vi att genomföra en pilotstudie, innehållande bl.a. en gruppintervju, för att utforma och säkerställa enkätens frågor.

4.2 Urval

Det finns många olika sätt att gå tillväga när man ska välja ut ett urval av deltagare till en studie (Ewles & Simnett, 2005). Ambitionen med vår studie var från början att göra en totalundersökning i de två valda områdena och pga. det valde vi att avgränsa oss till att undersöka detta fenomen hos enbart elever i skolår 6 och 9 tillhörande en stadsdel och en kranskommun till Göteborg. Valet av stadsdel och kranskommun baserades på att få med elever från både låg-, mellan- och hög socioekonomisk status. I stadsdelen fanns fyra skolor och i kranskommunen sex skolor och alla dessa tillfrågades. Emellertid gick det inte att genomföra en totalundersökning då tre utav de totalt tio tillfrågade skolorna tackade nej. Utav de skolor som valde att tacka nej var en belägen i stadsdelen och de andra två skolorna i kranskommunen. Urvalet av deltagare till studien har därför inte skett genom ett slumpmässigt urval utan genom ett bekvämlighetsurval och har i första hand styrts av lärarnas villighet att ställa upp. Detta kan innebära att resultatet inte kommer att bli representativt för populationen i dessa två områden, dock representerade två skolor varje socioekonomisk grupp i studien. Stadsdelen utgör låg socioekonomiskstatus medan kranskommunen är uppdelad i både mellan- och hög socioekonomiskstatus¹⁶.

4.3 Deltagare

Deltagarna i studien utgjordes av elever i skolår 6- och 9 från en stadsdel och en kranskommun till Göteborg. Tabell 2 beskriver försöksupplägget, dvs. fördelningen av elever mellan stadsdel och kranskommun samt kön (där F står för flickor och P utgör pojkar i tabellen) och omfattar även en kortare miljöbeskrivning. Totalt uppgick undersökningsgruppen till 878 elever där könsfördelningen var 424 flickor och 454 pojkar. Antalet elever i skolår 6 bestod av 406 ungdomar jämfört med totalt 472 deltagare från skolår 9. Totalt 229 elever representerar skolorna A, B och C som är placerade i stadsdelen och resterande skolor tillhör kranskommunen med 649 elever. I tabell 2 går det att utläsa att alla de tre skolorna som är lokaliserade i stadsdelen ligger i nära anslutning till mindre kiosker medan skola D och G tillhörande kranskommun har ca.1 km till närmsta inköpsställe.

¹⁶ Inger Forslund, Statistiska centralbyrån, mailkontakt den 12 maj 2010.

Tabell 3. Fördelning av deltagare.

Skola	Skolans placering	Antal elever		Omgivning
		År 6	År 9	
A	Stadsdel	F* 20 P* 23	F 26 P 37	I ett höghusområde låg skola A och ca 50 m från skolan fanns en kiosk belägen.
B	Stadsdel	F 17 P 16	F ** P**	Skola B var belägen i ett höghusområde med närhet till ett flertal mindre kiosker och butiker med ett varierat utbud.
C	Stadsdel	F 18 P 21	F 28 P 23	I ett höghusområde var skola C belägen. En hållplats bort med spårvagn låg en kiosk.
D	Kranskommun	F 24 P 33	F 40 P 58	En bit från ortens centrum låg skola D belägen i ett villaområde. Närmsta butik återfanns ca 1km från skolan.
E	Kranskommun	F 49 P 56	F 56 P 50	Skola E låg i en miljö som bestod främst av villor men även tvåplanslägenheter förekom. I anslutning till skolan fanns två närliggande större affärer samt en videobutik som sålde bl.a. godis och läsk, däribland energidryck.
F	Kranskommun	F 36 P 36	F 46 P 48	Skola F låg inom ett villaområde och skolan angränsade till ett torg där det fanns både en större matbutik samt en mindre kiosk.
G	Kranskommun	F 29 P 28	F 35 P 25	En bit från ortens centrum låg skola G belägen i ett villaområde. Närmsta butik fanns ca 1km från skolan.

* F står för flickor och P utgör pojkar.

** Inga högstadielklasser vid denna skola.

4.4 Tillvägagångssätt

Under denna rubrik kommer studieprocessens förlopp att redovisas dvs. pilotstudien samt den stora enkätundersökningen.

4.4.1 Pilotstudien

För att kunna utforma enkätfrågorna på bästa sätt samt för få en uppfattning om vilka faktorer som skulle kunna tänkas styra ungdomars intag av energidryck utförde vi en gruppintervju med åtta elever ur en klass som gick i skolår 6. Gruppen bestod av 3 flickor och 5 pojkar, som vi sedan tidigare hade varit i kontakt med. Vid intervjutillfället ställdes ett antal olika märken av energidrycker fram och eleverna ombads att prata fritt kring dessa drycker om i vilka situationer de intogs av ungdomarna. Ibland fick moderatoren (den som leder gruppintervjun) ingripa och ställa frågor för att få till en fortsatt diskussion. Denna intervju spelades in och tog ca 25 min. Faktorer som framkom varför eleverna valde att dricka energidryck var bl.a. att de tycker att det är gott, de blev piggare, för att orka mer, orka göra läxorna och känna sig starkare. Baserat på denna information utformades en enkät med 16 frågor (se bilaga 1) där de första enkätfrågorna omfattade bakgrundsvariabler som t.ex. kön och skolår samt en fråga som syftade till att få en uppfattning om ungdomarnas veckointag av energidryck. Resterande frågor behandlade faktorer som kunde tänkas påverka konsumtionen samt två frågor som berörde dels var eleverna drack energidryck och vem som inhandlade drycken utformades med enbart fasta svarsalternativ. Eleverna ombads att endast ange ett svarsalternativ per fråga, detta för att förenkla sammanställningen samt inmatningen av enkäterna i SPSS¹⁷. För att få en återkoppling till hur enkäten uppfattades av utomstående delades den ut till en skolklass (skolår 6) bestående av 16 elever, varav 8 elever var de som deltog i gruppintervjun. Denna skola deltog inte i den stora studien. Detta resulterade i att några frågor formulerades om samt att frågeföljden ändrades något. Totalt tog enkäten ca 10-15 minuter att besvara.

4.4.2 Enkätundersökningen

När pilotstudien var avklarad och enkäten formulerats om togs kontakt med rektorerna, som vi tidigare haft mailkontakt med, där vi förklarar syftet med studien och bifogat ett missivbrev¹⁸ (se bilaga 2), för respektive skola i den utvalda kranskommunen och stadsdelen för att bestämma datum för utlämning av enkäten. Vid utdelandet av enkäterna var vi själva närvarande för att dels minimera bortfallet samt för att ge en inledande information om enkäten och dess ämne. Detta även för att kunna definiera vad vi menade med energidryck samt förtydliga vissa enkätfrågor, t.ex. ordet tillgänglighet och för att kunna besvara eventuella frågor kring enkäten. Alla elever ombads att besvara frågorna ett till tre som bestod av kön, skolår samt hur deras konsumtion av energidryck såg ut per vecka. De elever som på fråga tre (se bilaga 1) svarade att de aldrig drack energidryck avtackades och behövde inte besvara resterande frågor.

Efter att eleverna fyllt i enkäten hölls en kortare diskussion med ungdomarna för att eventuellt få ut mer information. Bland annat ställdes en efterföljande fråga som berörde vilken förpackningsstorlek som de främst inhandlade, jämförelsen gjordes mellan tre förpackningar (50-, 250- och 500 ml) av samma märke. Dessutom fick eleverna chansen att ställa övriga frågor gällande energidryck. Informationen som framkom här antecknades.

¹⁷ SPSS= Statistical Package for Social Science.

¹⁸ Missivbrev är ett dokument som innehåller information om studiens syfte samt ger en möjlighet att motivera individerna att delta i undersökningen (Patel & Davidson, 2003).

4.5 Bearbetning och analys

Inspelningen av gruppintervjun som utfördes i pilotstudien och syftade till att få fram bakomliggande faktorer kring ungdomarnas konsumtion av energidryck transkriberades. När intervjuer ska bearbetas finns det olika metoder att tillgå beroende på vilken typ av analys man vill utföra (Wibeck, 2000). Eftersom transkribering är en process som tar lång tid valde vi att göra en skriftlig sammanfattning, dvs. lyssnade igenom materialet och antecknade det vi ansåg vara viktigt. De intressanta partierna av gruppintervjun lyssnades igenom ytterligare några gånger för att inte gå miste om information.

För att kunna granska och bearbeta materialet som vi fick in via enkäterna användes statistikbearbetningsprogrammet SPSS och för utformning av diagram användes även kalkylprogrammet Excel.

Till att börja med kodade vi om våra kvalitativa variabler i SPSS, dvs. gav frågorna som berörde smak, hälsosamhet, betydelse, ork, kompisar, beroende samt ifall energidryck intogs i samband med idrott eller om drycken ersatte någon måltid (se fråga 4-9 samt fråga 11 och 12, bilaga 1) en ny kategoriindelning (Djurfeldt, Larsson, Stjärnhagen, 2010). Exempelvis slogs de fyra svarsalternativen (gott, lite gott, inte särskilt gott, inte alls gott) på frågan ”Energidryck är för mig” ihop till att representera de två kategorierna gott och inte gott, dvs. de fick en positiv och en negativ indelning. Frågorna som rörde hälsosamhet, betydelse, ork, kompisar, beroende delades även de in på detta sätt. I fall eleverna drack energidryck i samband med idrott eller använde drycken som måltidsersättning delades in i alternativen händer och händer inte. Analysen utfördes sedan i tre olika steg och inledningsvis granskades hur fördelningen av konsumtionen såg ut hos alla respondenter samt vilka faktorer som kunde tänkas påverka intaget. Därefter gjordes en jämförelse mellan skolår 6- och 9 och även mellan pojkar och flickor för att finna eventuella skillnader i konsumtionsmönster samt styrande faktorer. De tre olika analyserna har utförts med både originalvariablerna, dvs. de fyra svarsalternativen, samt med de omkodade variablerna som utgjordes av endast två kategorier svarsalternativ. För att undersöka om signifikanta skillnader förekom använde vi oss av Chi²-testet¹⁹ där vi lagt signifikansnivån till $p < 0,05$.

Sammanställning av den muntliga informationen som framkom i de efterföljande gruppdiskussionerna redovisades i form av citat.

4.6 Validitet och reliabilitet

När en kvantitativ undersökning utförs finns det två viktiga begrepp att ta hänsyn till, anser Patel och Davidson (2003), reliabilitet och validitet. De båda begreppen inverkar på varandra så det är viktigt att de används tillsammans och på ett korrekt sätt.

Torsten Thurén sammanfattar ordet validitet i sin bok *Vetenskapsteori för nybörjare* enligt följande: ”Validitet innebär att man verkligen har undersökt det man ville undersöka och ingenting annat.” (Thurén, 2007, s. 26). När en undersökning utförs måste man alltså veta att man verkligen mäter det som man vill mäta, undersökningen måste ha hög validitet för att vara trovärdig. För att höja validiteten i vår undersökning valde vi att kombinera enkätundersökningen med en föregående gruppintervju för att kunna besvara studiens syfte på bästa sätt (Djurfeldt m.fl., 2010). Genom gruppintervjun fick vi en bild utav hur deltagarna talade om ämnet samt att det framkom bakomliggande faktorer kring ungdomarnas intag av

¹⁹ Chi²- test används för att avgöra om det finns skillnader eller samband mellan olika variabler (Djurfeldt m.fl., 2010).

energidryck som var av värde att undersöka, vilket möjliggjorde utformningen av enkäten. Vidare utfördes en pilotstudie där enkäten besvarades av 16 elever i skolår 6. Detta för att få en uppfattning om hur eleverna dels tolkade frågorna men även om något svarsalternativ saknades.

Med reliabilitet menar man att undersökning man gjort är utförd korrekt, dvs. ett mått på tillförlitlighet, t.ex. att de individer som besvarat enkäten är tillräckligt många och att de siffror man fått fram är rätt uträknade (Thurén, 2007). När en undersökning har hög reliabilitet är den noggrann och tillförlitlig. När man använder sig av enkät som undersökningsmetod är det ofta svårt att undersöka tillförlitligheten i förväg (Patel & Davidson, 2003). För att bidra till att öka reliabiliteten bad vi eleverna som deltog i gruppintervjun om tillstånd att spela in intervjutillfället samt att vi fanns tillhands vid enkätutdelandet för att kunna besvara eventuella frågor från eleverna. För att minimera inmatningsfel som kan uppstå när data förs över från frågeformulär till statistikbearbetningsprogram, SPSS, (Djurfeldt m.fl., 2010), fördes en skola i taget in och kontrollräkning utav enkäter utfördes direkt efteråt.

4.7 Etiska ställningstagande

Vid undersökningstillfällena är det viktigt att man tar hänsyn till de fyra forskningsetiska huvudkraven, dvs. informations-, samtyckes-, konfidentialitets- samt nyttjandekravet (HSFR, 1991).

Då flertalet av ungdomarna som deltog i vår undersökning (gruppintervju samt enkät) var under 15 år bör man enligt Humanistisk- samhällsvetenskapliga forskningsrådets etikregler (1991) få föräldrarnas samtycke. Vid telefonkontakt med rektorerna för respektive skola fördes en dialog kring detta och i de flesta fallen ansågs inte föräldrarnas tillstånd vara nödvändigt då enkätfrågorna inte omfattade några frågor av etiskt känslig natur. Enkäten skickades, tillsammans med ett kortare informationsblad (se bilaga 3), med e-post till de skolor som ville lägga ut den på hemsidan så att elevernas föräldrar kunde ta del av den. Vid fokusgruppsintervjun fick även eleverna som deltog en förfrågan om tillåtelse att spela in intervjun.

Vid både pilotundersökningen samt enkätundersökningen informerade vi eleverna om syftet med studien samt poängterade att deltagandet var frivilligt samt anonymt (HSFR, 1991). Eleverna i studien garanterades konfidentialitet, dvs. de ska inte kunna identifieras av någon utomstående (Ejlertsson, 2005). Sist men inte minst informerade vi deltagarna om att de insamlade uppgifterna endast kommer att användas i vårt examensarbete och inte i t.ex. några kommersiella syften (HSFR, 1991).

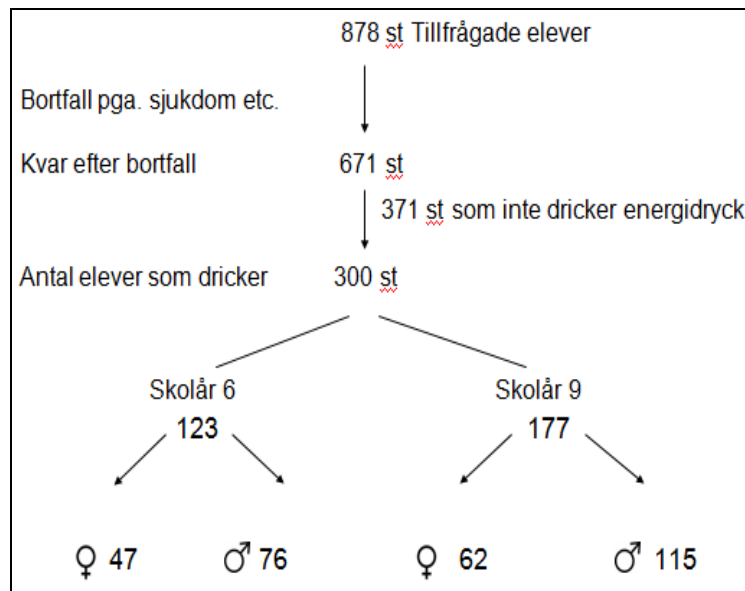
5. Resultat

I detta avsnitt presenteras resultatet från de 671 eleverna som deltog i studien samt att bortfallet redogörs. Resultatet kommer att presenteras först övergripande, alla elever, för att sedan gå in mer detaljerat för att kunna besvara våra frågeställningar. Skillnaden i konsumtionsmönster mellan skolåren samt sett ur ett genusperspektiv kommer att redovisas.

5.1 Bortfall

I studien deltog sju skolor med totalt 878 elever (se figur 1), av dessa besvarade 671 elever enkäten, 371 elever svarade att de aldrig drack energidryck och är därmed bara med i studien fram till fråga tre (se bilaga 1). Skola C, som tillhörde stadsdel (se tabell 2), beslöt vi att utesluta ur studien pga. att de hade ett så pass stort bortfall i skolår 6, då flera av dessa elever

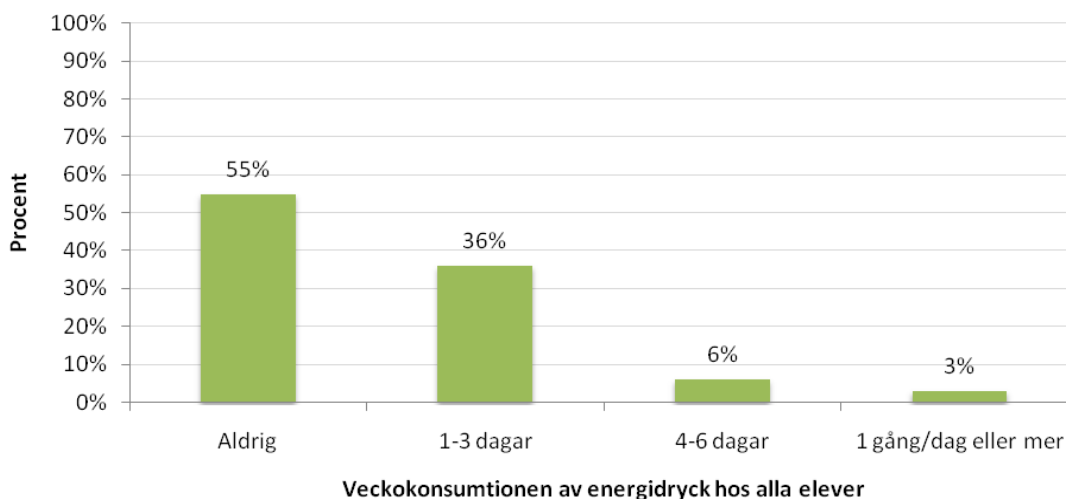
skrev prov, samt att skolår 9 blev inplanerade på en annan aktivitet vid enkättillfället. Totalt genomförde 76,4 % av de tillfrågade enkäten.



Figur 1. Bortfall och fördelning av elever i skolår 6 och 9.

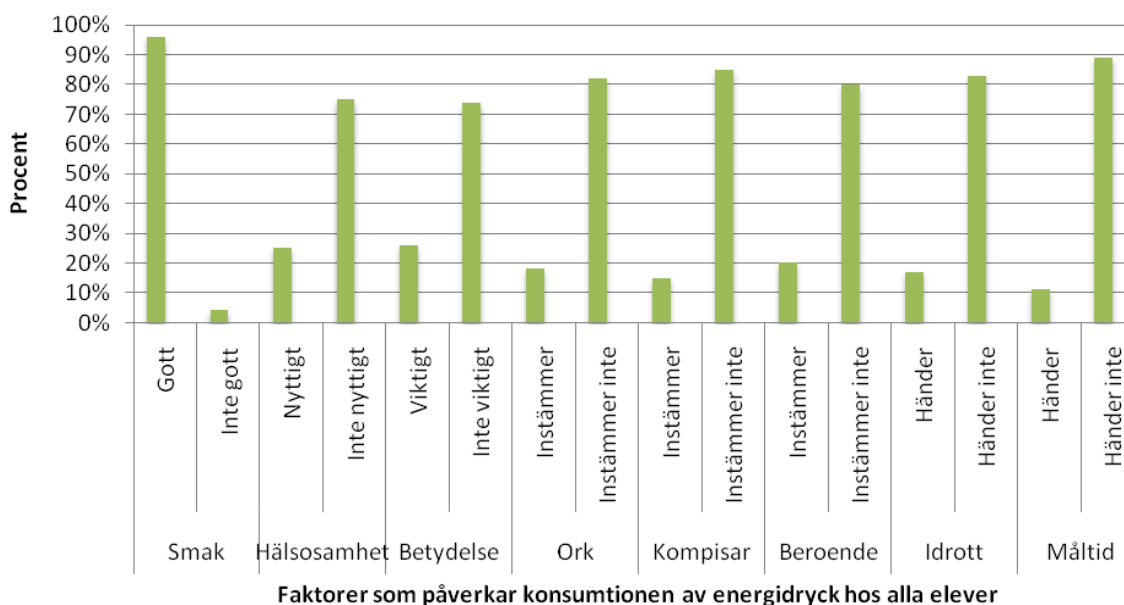
5.2 Vilka faktorer påverkar ungdomarnas intag av energidryck?

I studien deltog sammanlagt 671 elever varav 313 elever från skolår 6 och 358 elever från skolår 9. Utav dessa har 300 elever uppgivit att de konsumerar energidryck mer än en gång per vecka (se figur 2). Det vanligast är att eleverna intar energidryck 1-3 dagar per vecka.



Figur 2. Fördelning av energidryckskonsumtion per vecka för alla elever (n=671).

Av de elever som dricker energidryck svarade 96 % att de anser att drycken smakar gott (se figur 3). På resterande frågor berör hälsosamhet, betydelse, ork, kompisar, beroende, idrott och måltid svarade ca tre fjärdedelar av eleverna att de ansåg att dessa faktorer inte var speciellt viktiga.



Figur 3. Faktorer som kan tänkas påverka energidrycksintag (n=300).

På frågan ”När/var dricker du energidryck?” svarade majoriteten av ungdomarna (146 stycken) att de intar drycken på fritiden med kompisar, 44 stycken av eleverna uppgav att de konsumerar energidryck i skolan.

Det kan i resultatet utläsas att majoriteten av eleverna köper energidrycken själva (se tabell 4) samt att det främst är smaken, följt av kostnad som styr vilken sorts energidryck de väljer att dricka (se tabell 5).

Tabell 4. Införskaffandet av energidryck (n=300).

Köper själv	Kompisar	Föräldrar	Syskon	Tränare	Annan
267	12	16	1	2	3

Tabell 5. Faktor som styr vid val av energidryck (n=300).

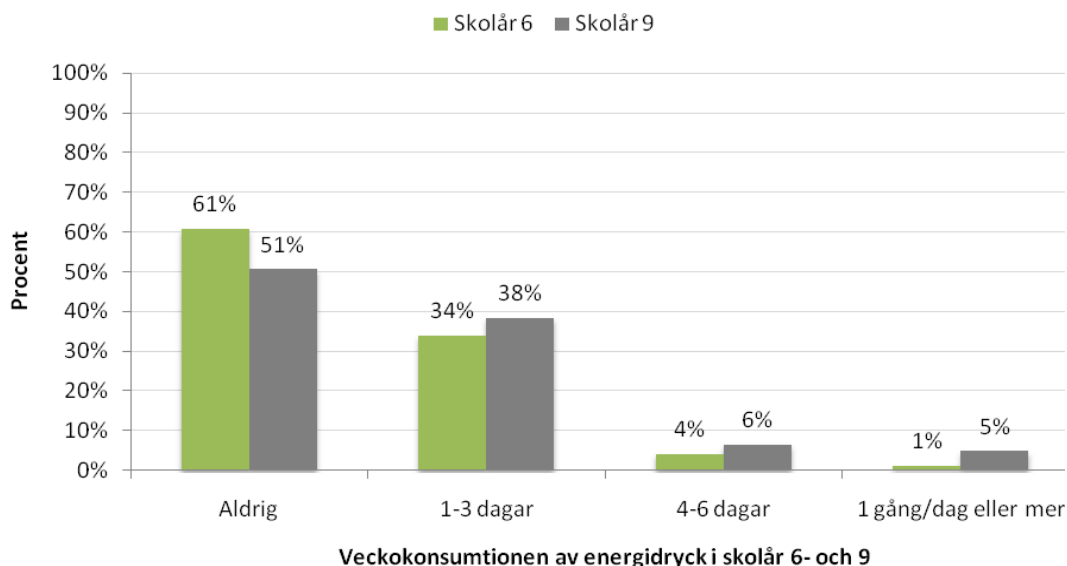
Pris	Smak	Tillgänglighet	Märket
62	201	27	11

5.3 Hur skiljer sig intaget åt mellan elever i skolår 6 och 9?

När det gäller konsumtionen av energidryck har det i studien framkommit att skolår 9 tenderar att överlag dricka energidryck oftare än elever i skolår 6 (se figur 4). Av alla elever som svarade på enkäten angav 371 stycken att de aldrig konsumerade energidryck, varav 223 elever i skolår 6 och 148 elever i skolår 9. Detta ger en skillnad på 10 % mellan skolåren. Resultatet visade att det finns en statistisk signifikant skillnad ($p < 0,004$) i dryckesintaget mellan skolåren. Enligt Chi² testet finns det en 99,6 % sannolikhet att korrelationen mellan energidryckskonsumtion och skillnad mellan skolåren är riktig.

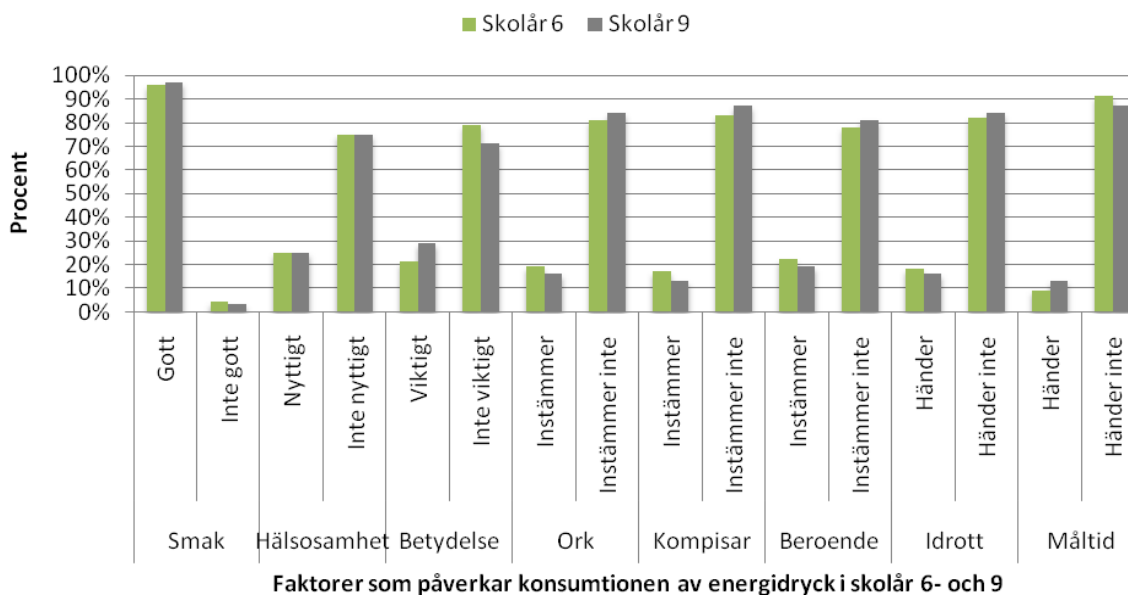
Av de elever som drack energidryck varje vecka var det vanligaste konsumtionsmönstret 1-3 dagar per vecka, detta gäller för både skolår 6 och 9 (se figur 4). Vidare kunde det tolkas att veckokonsumtionen hos eleverna i skolår 9 tenderar att ligga högre än hos eleverna i skolår 6 på alla svarsalternativen som gäller för de elever som intar energidryck. Detta syns tydligast

på svarsalternativet 1 gång per dag eller mer då 17 av eleverna i skolår 9 valde detta svar jämfört med endast 3 utav eleverna i skolår 6.



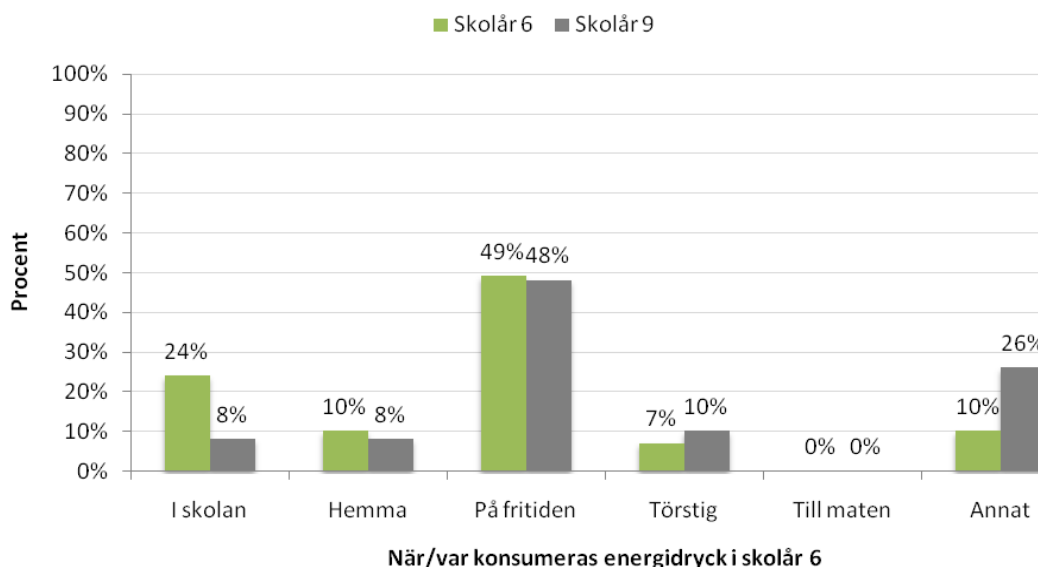
Figur 4. Fördelning av energidryckskonsumtion per vecka för skolår 6 och 9 (n=671).

Några signifikanta skillnader mellan skolåren vad gäller självskattningsfrågorna ("Energidryck är för mig", "Jag tycker energidryck är", "Att dricka energidryck är för mig", "Jag dricker energidryck för att orka med skolan och läxorna", "Jag dricker energidryck för att mina kompisar gör det", "Har du känt eller känner du att du är beroende av energidryck", "Dricker du energidryck när du idrottar" och "Brukar du ersätta någon måltid, t.ex. frukost, lunch, mellanmål eller middag med energidryck", se bilaga 1) kunde inte utläsas (se figur 5).



Figur 5. Faktorer som kan tänkas påverka energidrycksintag mellan skolår 6- och 9 (n=300).

”När/var dricker du energidryck” som svarar på i vilket sammanhang ungdomarna intar energidryck visar att ca hälften av respondenterna i skolår 6 – och 9 intar drycken på fritiden med kompisar (se figur 6). Vilket motsvarar 61 elever i skolår 6 och 85 stycken i skolår 9. Den största skillnaden som kan utläsas mellan skolåren är att 24 % av eleverna i skolår 6 intar drycken i skolan jämfört med 8 % av eleverna i skolår 9. Skolår 9 är däremot överrepresenterade i kategorin annat där eleverna har uppgett att de dricker energidryck i samband med LAN²⁰, dvs. de träffas och kopplar ihop sina datorer i ett lokalt nätverk och framförallt spelar datorspel hela nätterna och då dricker energidryck för att hålla sig vakna. Fem elever i skolår 9 angav i denna kategori att de intog energidryck tillsammans med alkohol i samband med fest.



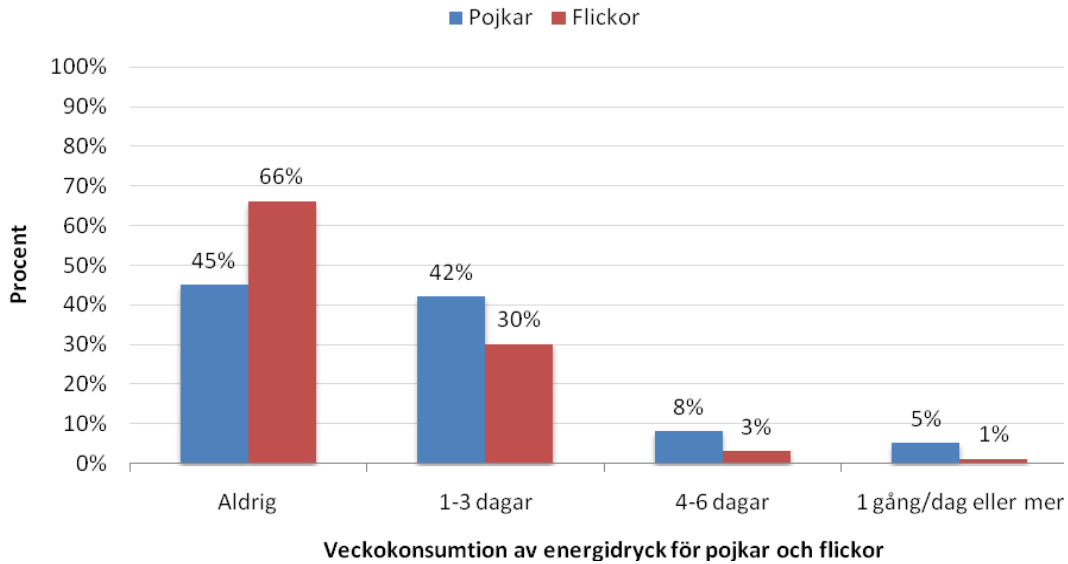
Figur 6. Sammanhang där elever i skolår 6- och 9 intar energidryck (n=300).

Gemensamt för de båda skolåren är att det är smaken som styr inköpet av energidryck och att eleverna överlag själva inhandlar drycken.

5.4 Hur skiljer sig konsumtionen sett ur ett genusperspektiv?

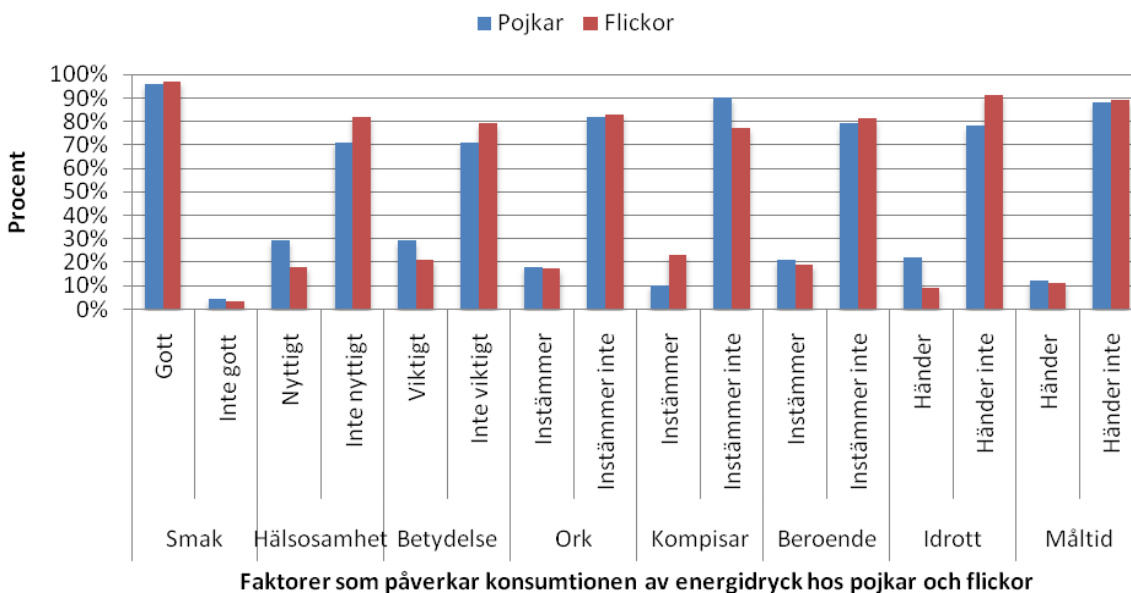
När man ser på energidrycksintaget sett ur ett genusperspektiv utgör pojkarna den större delen av konsumenterna (se figur 7). Totalt uppgav 191 pojkar att de drack energidryck i jämförelse med 109 flickor. Den största skillnaden mellan könen kan utläsas i det svarsalternativ som utgörs av 1 gång per dag eller mer, där 16 av pojkarna angav detta alternativet jämfört med endast 4 av flickorna. Pojkarna är även mycket överrepresenterade på svarsalternativet 4-6 gånger per vecka då 29 av pojkarna angav detta alternativet och endast 8 av flickorna. Resultatet påvisar att det finns en signifikant skillnad ($p < 0,001$) vad gäller konsumtionen mellan könen. Vanligaste bland både pojkar och flickor i studien var att de intog energidryck 1-3 dagar per vecka.

²⁰ Local Area Network, ett lokalt nätverk av datorer, t.ex. inom en byggnad (Nationalencyklopedin, 2010c).



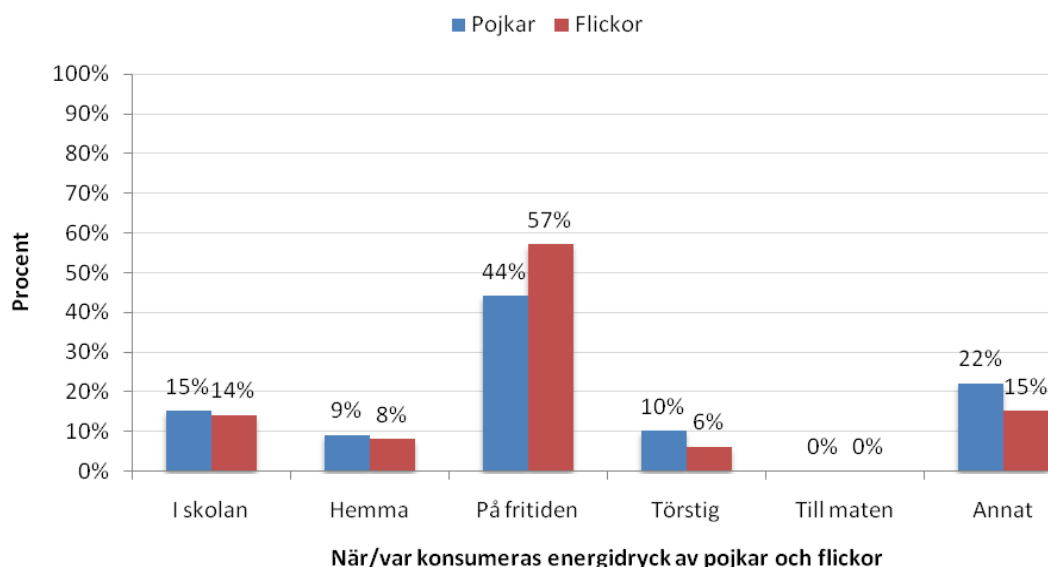
Figur 7. Fördelning av energidryckskonsumtion mellan könen (n=671).

På frågan som berör hälsoaspekten utav energidrycksintaget svarade 29 % av pojkarna att de ansåg att det är nyttigt att dricka energidryck medan 18 % av flickorna ansåg detsamma (se figur 8), och man kan utläsa att resultatet är signifikant ($p < 0,033$). Fler pojkar (55 stycken) än flickor (24 stycken) har angett att de tycker att det är viktigt att dricka energidryck, dock kunde inte ett signifikant resultat ($p < 0,138$) urskiljas. Ur resultatet framkommer även att fler flickor dricker energidryck pga. att kompisarna gör det (se figur 8), vilket visade sig vara signifikant ($p < 0,002$). Intag av energidryck i samband med träning är relativt ovanligt bland de båda könen dock är pojkarna överrepresenterade av dem som dricker. Det går att utläsa en signifikant skillnad ($p < 0,004$) i även denna fråga. De som svarat att de dricker energidryck i samband med idrott uppger att de dricker under eller efter träning detta gäller för både pojkar och flickor.



Figur 8. Skillnaden mellan faktorer som kan tänkas påverka energidrycksintag hos könen (n=300).

När det gäller när/var ungdomarna intar energidrycker är svarsalternativen jämt fördelade över könen förutom när det gäller alternativen på fritiden och annat (se figur 9). Fler flickor dricker energidryck på fritiden med kompisar, detta utgör även det vanligaste alternativet för pojkar. I kategorin annat framkommer att 26 pojkar dricker energidryck när de "lanar", dvs. de träffas och spelar datorspel. I alternativet annat uppgav även 5 elever (2 flickor och 3 pojkar) att de drack energidryck tillsammans med alkohol.



Figur 9. Sammanhang där pojkar och flickor intar energidryck (n=300).

5.5 Övrig information

Vid de olika enkätundersökningstillfällena framkom även övrig relevant information som bör belysas.

Kommentarer som yttrades från eleverna vid enkätutdelningstillfället var bl.a. när demonstrationsförpackningarna (energidryckerna) ställdes fram så uttalade ett flertal pojkar i skolår 6- och 9 kommentaren "Red Bull ger dig vingar" när de såg Red Bulls energidrycks förpackning.

Då ingen av frågorna i enkäten berörde vilken storlek på burken som oftast inhandlades av eleverna ställdes denna fråga till eleverna i den efterföljande diskussionen. Jämförelsen gjordes mellan 3 burkar (50- 250- och 500 ml) utav samma märke. Bland dem som drack energidryck svarade ca hälften att de valde burkstorlek enligt följande: "Jag väljer den stora burken när jag är jättetörstig", en annan elev i skolår 9 angav att han drack den stora burken energidryck på 500 ml "24/7"²¹ (twentyfour seven)". Flera elever från de båda skolorna motiverade sitt val av storlek med att: "Jag väljer den lilla burken för att den är ofta billigast". Valet av storlek berodde alltså på hur törstig eleven var vid inköpstillfället eller hur mycket pengar eleven hade att avvara på energidryck.

I vissa klasser diskuterades designen på förpackningarna och då framkom det att många elever ansåg att burkarna såg "coola" ut. Bland de mest tilltalande förpackningarna tillhörde Burn och Monster. En energidrycksförpackning utgjordes av en glasflaska med koncentrat

²¹ Twentyfour seven= slanguttryck för dygnet runt.

innehåll (150 ml) som ett flertal elever tyckte såg ut som en hostmedicinsflaska och de uppgav att de inte i förstahand skulle välja denna energidryck.

Endast en av frågorna i enkäten tog upp negativa effekter av elevernas energidryckskonsumtion, vilken berörde upplevt beroende. I diskussionen framkom andra biverkningar som flera elever känt av, bl.a. huvudvärk och hjärtklappning, i samband med höga intag av energidryck.

Många av de elever som fyllde i att det aldrig drack energidryck uppgav att de tidigare konsumerat energidryck mer än en gång i veckan men valt att sluta när de blivit uppmärksammade på att det inte var nyttigt.

6. Diskussion

Under detta avsnitt diskuteras val av metod, litteratur, resultat samt kommentarer från eleverna som framkommit under studien.

6.1 Metoddiskussion

Vi valde att börja vårt projekt med att göra en pilotstudie som bestod av en mindre gruppintervju. Anledningen till detta var att vi ville få fram olika faktorer som kan påverka ungdomar till intag av energidryck (Wibeck, 2000). Deltagarna i gruppintervjun representerades endast av elever från skolår 6, detta kan ha bidragit till att faktorer som styr intaget hos de något äldre eleverna inte framkom. Vidare delades enkäten ut till en skolklass där endast elever från skolår 6 besvarade denna ”testenkät”. I efterhand insåg vi att detta kanske borde ha utförts även bland respondenter i skolår 9 för att få en tydligare bild om frågor som kan misstolkas pga. att vi använt oss av t.ex. otydliga ord eller främmande uttryck.

När vi tog beslutet att välja elever i skolår 6- och 9 grundades det på att elever i skolår 6 är så pass stora att de troligen har egna pengar och kan köpa energidryck men fortfarande är relativt styrda av sina föräldrar. Eleverna i skolår 9 är däremot gamla nog att köpa energidryck i nästan alla livsmedelsbutiker trots ev. åldersrekommendationer. Därav ansåg vi att det var intressant att se om konsumtionen ökade i och med att de har åldern inne för att få köpa energidryck.

Vid designen av enkäten valde vi att begränsa frågorna till 16 stycken, detta för att eleverna inte skulle tappa motivationen till att svara seriöst på enkäten (Patel & Davidson, 2003) samt att tidsaspekten styrde utformningen. Dessutom användes mestadels fasta svarsalternativ för att vi ansåg att det skulle ge en större svarsfrekvens jämfört med öppna frågor. Detta pga. att många av de elever som deltog i vår studie inte hade svenska som modersmål vilket kan medföra problem när de ska fylla i en enkät med enbart öppna frågor (Ejlertsson, 2005). Endast en enkätundersökning ger inte någon möjlighet till att ställa några följdfrågor. Därför valde vi att närvara i klassrummen vid utdelandet av enkäterna dels för att minimera bortfall men även för att kunna ställa kompletterande frågor för att få ytterligare information samt få till en diskussion med eleverna.

När det gäller utformandet av frågorna anser vi att dessa knyter an till vårt syfte. Det som upptäcktes var att många elever uppgav, under tiden de fyllde i enkäten, att de drack energidryck fast då mindre än en gång per vecka och efterfrågade ett sådant alternativ på frågan ”Hur ofta dricker du energidryck”. Vi förklarade för dem att svarsalternativen började med 1-3 gånger per vecka pga. att storkonsumenterna ville lyftas fram. Anledningen till att inte ta med alternativet mindre än 1 gång per vecka baserades på att denna kategori i

sammanställningen i SPSS skulle slås ihop med alternativet aldrig och då räknas till dem som inte dricker i undersökningen. Dock funderar vi på om en annan utformning av frågan ”Jag dricker energidryck för att orka med skolan och läxorna” hade gett ett annat utslag om frågan t.ex. hade utformats enligt följande: ”Dricker du energidryck för att få energi?”. Då sammanställningen av enkäterna utfördes i SPSS valde vi att begränsa oss till fyra svarsalternativ på de frågor som berörde attitydfrågor (fråga 4-9 samt fråga 13 bilaga 1) för att lättare kunna omkoda variablerna men även för att få eleverna att ta ställning i frågorna. För att ytterligare underlätta inmatningen av enkäterna ombads eleverna att endast ange ett svarsalternativ på varje fråga. Flera elever påstod emellertid att fler än ett alternativ passade in på deras konsumtionsmönster, detta gällde främst frågorna ”När/var dricker du energidryck?”, ”Vad är det som avgör vilken sorts energidryck du dricker?” och ”Vem får du energidryck av?” (se fråga 10,13 och 14 bilaga 1). Detta kan innebära att vissa svarsalternativ blir över- och andra underrepresenterade.

Svårigheter med studien har främst grundats i att få tag på skolor som ville ställa upp då många har uppgett att de redan medverkar i projekt men även andra orsaker såsom nationella prov i skolår 9. I efterhand inser vi att bortfallet (23,6 %) troligtvis kunde ha minimerats om vi hade valt skolår 8 istället, men om studien innefattat elever från skolår 6- och 8 anser vi att studien inte hade fått samma slagkraft då dessa elever inhandlar energidryck på samma premisser. Då det deltar 177 elever från skolår 9 och endast 123 från skolår 6 ger detta en ojämn fördelning mellan skolåren, det skiljer sig även i deltagare mellan pojkar och flickor då det deltar fler pojkar än flickor. Resultaten i studien är inte generaliserbara för hela Sverige då fördelningen av elever i skolår 6- och 9 är ojämn och populationen i varken stadsdelen eller kranskommunen utgör medelområden i Sverige. För att studien skulle kunna bli generaliserbar bör stickprov tas ur befolkningen och resultatet blir då representativt för populationen (Patel & Davidson, 2003).

Det finns olika metoder att införskaffa information på t.ex. fokusgrupper, enskilda intervjuer, observationer mm (Patel & Davidson, 2003). Att använda sig utav intervjumetodik som metod, t.ex. i form av fokusgrupper, är lämpligt då man vill få fram de bakomliggande orsakerna eller människornas förståelse av ett fenomen som t.ex. vilka faktorer som styr energidrycksintag. Då skolorna som deltog i vår studie uppgav att eleverna inte hade tid att medverka i fokusgrupper pga. prov etc. valde vi att använda oss av en kvantitativ metod i form av enkäter. Vi är nöjda med det valet då vi nått ut till många elever under kort tid.

6.2 Resultatdiskussion

I de tre följande styckena kommer en diskussion föras kring de mest framträdande resultaten som framkommit i vår studie.

6.2.1 Konsumtionsmönster

Det visade sig att ca hälften av de tillfrågade i vår studie drack energidryck varje vecka och eleverna i skolår 9 var de största konsumenterna, detta resultat visade sig även vara signifikant ($p < 0,004$). Detta resultat överensstämmer med det som framkom i Kalibers undersökning (Sveriges Radio, 2009b) där de uppskattade energidryckskonsumtionen utifrån skolsköterskornas uppfattningar om elevernas intag. Skolsköterskornas uppgav att energidrycksintaget var vanligast bland elever i skolår 7-9. Mest förekommande är att eleverna i vår studie konsumerar energidryck 1-3 dagar per vecka. En stor andel av de elever som svarade att de aldrig drack energidryck uppgav i samband med att de fyllde i enkäten att de förr, innan de fick information om att drycken inte var nyttig, drack energidryck minst en

gång i veckan. Frågan vi ställer oss är vilken information de har fått och hur den har nått dem?

Det visade sig i vår efterföljande diskussion att valet av storlek på energidrycksburken styrdes av hur törstiga eleverna var eller hur mycket pengar de hade att tillgå. Ungdomarna angav att de oftast valde att köpa burkarna som innehöll 250- och 500 ml, emellertid har vi i nuläget ingen statistik kring vilken mängd energidryck ungdomarna intar. Endast ett fåtal elever uppgav att de skulle välja den koncentrerade drycken i första hand. Kan detta bero på att den koncentrerade varianten av energidryck inte har hunnit marknadsförts i samma utsträckning som det övriga utbudet, då den är relativt ny på marknaden (Sveriges Radio, 2009a)? Vi tror dock att det kan vara så att ungdomarna anser att de "får för lite för pengarna" då man får betala från ca 20 kr och uppåt för en energidrycksshot. Den relativt höga prisnivån på de koncentrerade energidryckerna anser vi är bra då ett lägre pris förmodligen skulle kunna locka eleverna att inhandla denna produkt för att de tror att den har större effekt. Den koncentrerade drycken tror vi kan vara lättare att överkonsumera, dvs. det är lättare för individen att dricka fler burkar vid samma tillfälle då innehållet endast är ca 50 ml samt att kolhydrater (socker) i flytande form inte ger samma mättnadskänsla (Livsmedelsverket, 2003). Den innehåller även samma mängd koffein och taurin vilket medför att de riskerar att få i sig en större mängd av dessa ämnen. Konsumtionen av energidryck hos ungdomarna är oroväckande då ett för stort intag av dessa drycker, som innehåller bl.a. mycket socker, kan leda till att de utvecklar övervikt då det totala energiintaget lättare överskrids (Socialstyrelsen, 2009; Smith & Atroch, 2007). Eleverna kanske inte är medvetna om vilken "kaloribomb" (Gustafsson, 2009) energidryck utgör.

Vidare framkom det även i resultatet att pojkar oftare konsumerar energidryck än flickor, detta resultat visade sig även vara signifikant ($p < 0,001$). Kan detta bero på att energidrycksföretagen ofta tendera att rikta reklamen mot unga individer, då främst pojkar (Reissig m.fl., 2008)? Detta var något som vi reagerade över när vi läste litteratur om ämnet. Då man i nuläget inte vet hur energidryck påverkar kroppen på lång sikt (Livsmedelsverket, 2007b) anser vi att företagen borde ta sitt ansvar och inte rikta reklam mot ungdomar under 20 år, för vem bär ansvaret om det i framtiden skulle visa sig att energidryck är skadligt för unga? Vi tror inte att konsumenten är medveten om att det är tillverkaren eller försäljaren som bär ansvaret för en säker produkt (Lehtihet m.fl., 2006) och att de därmed inte bryr sig om att rapportera in eventuella upplevda bieffekter till Livsmedelsverket.

6.2.2 Eventuella faktorer som kan bidra till energidryckskonsumtion

När det gäller vilka faktorer som påverkar ungdomars val att inta energidryck kan vi bara spekulera kring de resultat som framkom i vår studie. Smaken tenderar dock att överlag vara en bidragande faktor när det gäller både valet att dricka energidryck, då 96 % svarat att de tycker att energidryck smakar gott, samt att det även är smaken tillsammans med priset som styr vid inhandlandet hos övervägande delen av ungdomarna. Utseende på förpackningen verkade också spela en stor roll bland ungdomarna vid själva köpet vilket överrensstämde med studien Children as co-researchers voicing their preferences in foods and eating (Bergström m.fl., 2010) där det framkom att barnen bl.a. såg en attraktiv förpackning som en viktig faktor vid köpet av en produkt. Vi kan förstå varför ungdomar lockas att köpa energidryck då även vi tycker att förpackningarna är färgglada och tilltalande.

Det uppkom en signifikant ($p < 0,002$) skillnad mellan flickor och pojkar när det gäller om ungdomarna dricker energidryck för att kompisarna gör det. Utifrån resultatet framgår att flickorna i vår studie i större grad drack energidryck tillsammans med sina kompisar. Vi kan enbart spekulera i varför fler flickor gör som sina kompisar men enligt Roblin (2007) kan bl.a.

vänner påverka en individs vanor. Flertalet skolsköterskor uppgav i Kalibers (Sveriges Radio, 2009b) undersökning att elever ersatte måltider med energidryck, dock överrensstämmer inte resultaten från vår studie med detta då endast få elever uppgav att de använde energidryck som måltidsersättning.

Däremot visade det sig i vårt resultat att strax över 20 % av pojkarna som intar energidryck gör det under eller efter tränings/tävlingspass. Red Bull (2010c) marknadsför sig ofta i samband med idrottssammanhang och riktar sig till folk med en aktiv livsstil. Detta menar vi är vilseledande då Livsmedelsverket (2010c) inte rekommenderar att energidryck intas i samband med idrott. Detta finner vi oroväckande då energidryck, med dess höga koffeininnehåll, kan bidra till att kroppen blir uttorkad vid fysisk aktivitet (Meadows- Oliver & Ryan- Krause, 2007). Enligt Baum och Weiss (2001) samt Wiklund, Öström, Messner och Holmgren (enligt Lehtihet, Beckman-Sundh & Andersson, 2006, s 2739) så kan intag av energidryck påverka hjärtfrekvensen inte minst i samband med fysisk ansträngning. Hjärtklappning är en biverkning som flera skolsköterskor satt i samband med ungdomars energidrycksintag (Sveriges Radio, 2009b). Vissa av eleverna uppgav för oss att de drabbats av främst huvudvärk men även hjärtklappning då de intagit en större mängd energidryck på en dag. Trots dessa upplevda negativa effekter uppger eleverna att de fortsätter dricka drycken. Tyder detta på ett beroende eller är reklamen från energidrycksföretagen väldigt slagkraftig?

Det visade sig ändå att flertalet av de elever som drack energidryck var medvetna om att drycken inte var nyttig. Däremot angav fler pojkar att de ansåg drycken vara nyttigare och viktigare att inta jämfört med flickorna. Betydelsen av att dricka energidryck ökade med åldern. Eftersom ord som ”förbättrat välbefinnande”, ”uppiggande” och ”ökad prestationsförmåga” (Livsmedelsverket, 2007b; Red Bull, 2010b) ofta återfinns i samband med marknadsföring av drycken, anser vi att det inte är konstigt att unga pojkar anser att drycken är nyttig. Då det tenderar att finnas en mytbildning kring energidryck då konsumenten utlovas uppiggande effekter samt vingar för pengarna (Red Bull, 2010b) tror vi att ungdomarnas energidrycksintag kan vara en ”modegrej” med en hög häftighetsfaktor, vilket kan leda till att de konsumerar mer. Har energidrycken blivit ungdomarnas svar på mammornas trendiga caffè latté?

6.2.3 Hur införskaffar och konsumerar ungdomar energidryck?

När det gäller var eleverna intar energidryck uppgav deltagarna i studien att de främst konsumerade drycken på fritiden med kompisar, dock angav många elever i skolår 6 att de intog drycken i skolan. Skolan är en viktig arena för hälsofrämjande arbete (Ewles & Simnett, 2005) och vi anser att det kan vara av värde för skolpersonalen att informera både elever och föräldrar om vilka biverkningar (Livsmedelsverket, 2010c; Sveriges Radio, 2009b; Malinauskas m.fl, 2007; Baum & Weiss, 2001) ett högt intag av energidryck eventuellt kan medföra. Detta skulle även kunna bidra till att minska ungdomarnas konsumtion av energidryck menar vi.

Utifrån resultaten framgår att flickorna främst dricker energidryck på fritiden med kompisar. Under kategorin annat på frågan var de intar energidryck svarade fem elever varav två flickor att de intog energidryck tillsammans med alkohol. Vi är glada om denna siffra kan hållas nere men vi anar att det kan finnas ett mörkertal då eleverna eventuellt ansåg alternativet ”På fritiden med kompisar” innefattade även fest och alkohol. Då det har förekommit tvivelaktiga dödsfall där energidryck har varit inblandad (Lehtihet, Beckman-Sundh & Andersson, 2006) anser vi att elever behöver få information på ett mer ”slagkraftigt” sätt än ”moralpredikning”. Detta skulle kunna genomföras genom att skolorna bjuder in personer som har erfarenhet av

de allvarligare biverkningar som energidryckskonsumtion kan åstadkomma. Vi tror att ungdomarna skulle ta till sig informationen på ett bättre sätt om den är verklighetsbaserad.

Annan information som framkom i kategorin annat på frågan ”Var/när dricker du energidryck?” var att pojkar, i främst skolår 9, intar energidryck i samband med att de ”lanar”, dvs. de träffas och kopplar ihop sina datorer i ett lokalt nätverk och framförallt spelar datorspel. Det kan tänkas att denna siffra kan vara högre då ett svarsalternativ var på fritiden med kompisar vilket även skulle kunna innefatta ”lanar”. Många utav dessa elever uppgav att de drack drycken för att få energi för att orka hålla sig vakna då detta kan pågå i allt från några timmar till flera dygn. Temple (2009) menar att ungdomar som har ett högt koffeinintag riskerar att få en störd sömnrhythm. Enligt Smith och Atroch (2007) är den ökade konsumtionen av koffeininnehållande drycker ett tecken på samhällets nya livsstil som inte ger tid för en tillräcklig nattsömn. Vi undrar om föräldrarna är medvetna om att deras barn konsumerar en stor mängd energidryck under dessa träffar för att kunna hålla sig vakna under en längre tid. Frågan är hur eleverna klarar av skolan följande vecka om de intar en stor mängd energidryck, sitter uppe en hel helg och spelar dator? Vi tror att detta kan bilda en ond cirkel som kan leda till att ungdomar behöver konsumera mer energidryck för att sedan orka gå i skolan.

Energidryck är något som i princip alla ungdomar har råd att köpa då priset på utbudet varierar från ca 5 kr och uppåt. Då det i vår studie visade sig att majoriteten av eleverna oftast handlar drycken själva (89 %) anser vi att en lagstiftning på åldersgräns vid inköp av energidryck borde införas. Detta tror vi eventuellt skulle kunna bidra till att minska konsumtionen av energidryck hos unga. En lag om åldersgräns får även stöd av bland andra folkpartisten Eva Flyborg (2009) och majoriteten av skolsköterskorna i Sveriges grundskolor (Sveriges Radio, 2009b) som vill att en lagstiftning ska drivas igenom av politikerna.

7. Slutsats och förslag till fortsatt forskning

Ungefär hälften av deltagarna i studien uppgav att de konsumerade energidryck varje vecka och det vanligaste konsumtionsmönstret var att eleverna drack drycken 1-3 dagar per vecka. Elevernas intag av energidryck ökade från skolår 6 till skolår 9, men faktorerna som kan tänkas påverka konsumtionen var generellt de samma för båda skolåren förutom att fler pojkar i skolår 9 ”lanade”. Denna information menar vi kan tyda på att det kan finnas ett utbredd konsumtionsmönster bland ungdomar som bör ses över. Eleverna var mycket intresserade av ämnet och ställde flera bra frågor i samband med diskussionen efter de besvarat enkäten. Det skulle vara bra om detta ämne uppmärksammades mera och att en lagstiftning som innebär åldersgräns på minst 15 år för att inhandla energidryck skulle upprättas, speciellt eftersom det visade sig i vår undersökning att 89 % av dem som drack energidryck handlade den själv. Om en lagstiftning skulle träda i kraft anser vi att den måste efterföljas och inte som den dubbelmoral som vissa affärer uppvisar idag, då de har åldersgräns men ändå säljer till ungdomar under 15 år. Det kanske inte skulle stoppa konsumtionen, men förhoppningsvis minska den drastiskt.

Då det i Sverige idag är relativt outforskat kring hur ungdomars konsumtionsmönster av energidryck ser ut anser vi att det finns ett fortsatt behov av att kartlägga detta mönster. Det skulle bl.a. vara intressant att studera om det finns några skillnader i intaget hos ungdomar med olika socioekonomiska förutsättningar och då eventuellt undersöka ett större åldersspann av ungdomar. Sist men inte minst observera energidryckskonsumtion ur ett längre tidsperspektiv, t.ex. jämföra och följa två grupper från det att deltagarna är 15 år tills de fyller 20 år. Den ena gruppen bör utgöras av högkonsumenter och den andra icke konsumenter av

energidryck, för att se vilka negativa hälsoeffekter energidryckens ingredienser har på individen samt att placeboeffekten kan studeras.

8. Referenser

Abrahamsson, L., Andersson, A., Becker, W., & Nilsson, G. (2006). *Näringslära för högskolan*. Stockholm: Liber AB.

Aguilar, U.R., Charrondiere, B., Dusemund, P., Galtier, J., Gilbert, D.M., Gott, S., Grilli, R., Guertler, G.E.N., Kass, J., Koenig, C., Lambré, J-C., Larsen, J-C., Leblanc, A., Mortensen, D., Parent-Massin, I., Pratt, I.M.C.M., Rietjens, I., Stankovic, P., Tobback, T., & Verguieva, R.A. Woutersen, F. (2009). The use of taurine and D-glucurono- γ -lacyone as constituents of the so-called “energy” drinks. *The EFSA Journal* 935, 1-3.

Alford, C., Cox, H., & Wescott, R. (2001). The effects of Red Bull Energy Drink on human performance and mood. *Amino Acids*. 21: 139-150.

Baum, M., & Weiss, M. (2001). The influence of a taurine containing drink on cardiac parameters before and after exercise measured by echocardiography. *Amino Acids*. 20: 75-82.

Bergström, K., Jonsson, L., & Shanahan, H. (2010). Children as co-researchers voicing their preferences in foods and eating: methodological reflections. *International Journal of Consumer Studies*. 34: 183-189

Burke, L. (2007). *Practical Sports Nutrition*. Champaign: Human Kinetics.

Dark Dog (2010a). *Produkt portfolio*. Hämtad 2010-04-19 från <http://darkdog.se/produktportfolio.php>

Dark Dog (2010b). *Energy x 10 shot*. Hämtad 2010-05-09 från <http://darkdog.se/energyshot.php>

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.

Enghardt Barbieri, H., Pearson, M., & Becker, W. (2006). *Riksmaten – barn 2003, Livsmedels- och näringsintag bland barn i Sverige*. Uppsala: ORD & FORM.

Erlanson- Albertsson, C. (2005). Socker triggat våra belöningssystem. Sött frisätter opiater som sätter fart på sötsuget- insulin kan dämpa det. *Läkartidningen*, 21:102.

Ewles, L., & Simnet, I. (2005). *Hälsoarbete*. Lund: Studentlitteratur.

Flyborg, E. (2009). *Motion 2009/10: MJ240 Åldersgräns för energidrycker med koffein och taurin*. Hämtad 2009-05-01 från http://www.riksdagen.se/Webbnav/index.aspx?nid=410&dok_id=GX02MJ240

Gustafsson, L-E. (2009, 23 november). GP granskar energidrycker. Göteborgsposten. Hämtad 2010-05-03 från <http://www.gp.se/konsument/1.21971-gp-granskar-energidrycker>

Humanistisk- samhällsvetenskapliga forskningsrådet (HSFR) (1991). *Forskningsetiska principer inom humanistisk- samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad 2009-12-15 från <http://www.codex.vr.se/texts/HSFR.pdf>

Konsumentföreningen Stockholm (2007a). *Energidrycker - en hälsofara?* Hämtad 2010-04-22 från http://www.konsumentforeningenstockholm.se/templates/Page_2019.aspx

Konsumentföreningen Stockholm (2007b). *Anmälan av Red Bull*. Hämtad 2010-05-08 från http://www.konsumentforeningenstockholm.se/templates/Page_1452.aspx

Lehtihet, M., Beckman- Sundh, U. och Andersson, D. E.H. (2006). Energidryck- farligt eller inte? *Läkartidningen* 38:103. Hämtad 2010-05-10 från <http://www.slv.se/upload/dokument/risker/naturliga/vaxter/RB%20L%C3%A4kartidningen%20Sep06.pdf>

Livsmedelsverket (2003). *"Tomma kalorier" i snacks, läsk, glass och godis*. Hämtad 2010-05-12 från <http://www.slv.se/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Tomma-kalorier-i-snacks-lask-glass-och-godis/>

Livsmedelsverket (2007a). *Bra mat i skolan*. Hämtad 2010-04-17 från http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat_skola/Bra_mat_i_skolan_2007.pdf

Livsmedelsverket (2007b). *Taurin i energidrycker - till vilken nytta?* Hämtad 2010-04-18 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Kosttillskott/Taurin/Taurin-i-energidrycker---till-vilken-nytta/>

Livsmedelsverket (2010c). *Energidrycker*. Hämtad 2010-04-22 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Kosttillskott/Energidrycker/>

Livsmedelsverket (2010d). *Energidrycker – fördjupning*. Hämtad 2010-04-22 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Kosttillskott/Energidrycker/Energidrycker---fordjupning/>

Livsmedelsverket (2010e). *Försiktighet med "energidrycker"*. Hämtad 2010-05-12 från <http://www.slv.se/sv/grupp3/Nyheter-och-press/Nyheter1/Forsiktighet-med-energidrycker/>

Ludwig, D.S., Peterson, K.E., & Gortmaker, S.L. (2001). Relation between consumption of sugar- sweetened drinks and childhood obesity. *Lancet*. 357 505-598.

Malinauskas, B.M., Aeby, V.G., Overton, R.F., Carpeneter-Aeby, T., & Barber-Heidal, K. (2007). A survey of energy drink consumption patterns among college students. *Nutrition Journal*. 6:35.

Meadows- Oliver, M., & Ryan- Krause, P. (2007). Powering Up With Sports and Energy Drinks. *Journal of Pediatric Health Care*. 21:413-416.

Meltzer, H. M., Fotland, T. Ø., Alexander, J., Elind, E., Hallström, H., Lam, H. R., Liukkonen, K-H., Axelstad- Petersen, M., & Solbergdottir, E.J. (2008). Risk assessment of caffeine among children and adolescents in the Nordic countries. *Tema Nord*. 551.

Mupsip (2009). *Historien kring energidryck*. Hämtad 2010-04-22 från <http://www.mupsip.com/history-energy-drinks.html>

Nationalencyklopedin (2010a). *Stimulantia*. Hämtad 2010-04-22 från <http://www.ne.se/stimulantia>

Nationalencyklopedin (2010b). *Placebo*. Hämtad 2010-06-02 från <http://www.ne.se/placebo>

Nationalencyklopedin (2010c). *LAN*. Hämtad 2010-05-01 från <http://www.ne.se/lan/1034301>

Nordic Council of Ministers (2005). *Nordic Nutrition Recommendations 2004*. 4th ed. Nord 2004:13. Copenhagen: Norden.

Olsen, J. N. & Heitmann, B. L. (2008). Intake of calorically sweetened beverages and obesity. *Journal compilation*. 10, 68-75.

Patel, R., & Davidson, B. (2003). *Forskningsmetodikens grunder. Att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: Studentlitteratur.

Pellmer, K., & Wramner, B. (2001). *Grundläggande folkhälsovetenskap*. Stockholm: Liber AB.

Ragsdale, F.R., Gronli, T.D., Batool, N., Haight, N., Mehaffey, A., McMahon, E.C., Nalli, T.W., Mannello, C.M., Sell, C.J., McCann, P.J., Kastello, G.M., Hooks, T., & Wilson, T. (2009). Effect of Red Bull energy drink on cardiovascular and renal function. *Amino Acids*. 38:1193-1200.

Red Bull (2010a). *Om företaget*. Hämtad 2010-04-22 från http://www.redbull.se/cs/Satellite/sv_SE/Products/Om-f%C3%B6retaget-021242786422261?p=1242760548154#/product-En-ny-marknad-föds

Red Bull (2010b). *Red Bull Energy Drink- fördelarna*. Hämtad 2010-04-22 från http://www.redbull.se/cs/Satellite/sv_SE/Products/Red-Bull-Energy-Drink-021242782278383?p=1242760548154#/product-Fördelarna.

Red Bull (2010c). *Event*. Hämtad 2010-05-09 från http://www.redbull.se/cs/Satellite/sv_SE/Events/001242760616143

Reissig, C.J., Strain, E.C., & Griffiths, R.R. (2009). Caffeinated Energy Drinks- A Growing Problem. *Drug Alcohol Depend*. 1;99(1-3): 1-10.

Roblin, L. (2007). Childhood obesity: food, nutrient, and eating-habit trends and influences. *Applied Physiology Nutrition and Metabolism*. 32: 635-645.

Smith, N., & Atroch, A.L. (2007). Guaraná's Journey from Regional Tonic to Aphrodisiac and Global Energy Drink. *Oxford Journals*. 10.1093.

Smit, H. J., Cotton, J. R., Hughes, S. C., & Rogers, P. J. (2004). Mood and cognitive performance effects of "energy" drink constituents: caffeine, glucose and carbonation. *Nutritional Neuroscience*. 7: 127-139.

Socialstyrelsen (2009). *Folkhälsorapporten 2009*. Stockholm: Socialstyrelsen. Hämtad 2010-03-26 från

http://www.socialstyrelsen.se/Lists/Artikelkatalog/Attachments/8495/2009-126-71_200912671.pdf

Sveriges Bryggerier (2010). *Läsktyper*. Hämtad 2010-04-19 från

<http://sverigesbryggerier.se/lask/lasktyper/>

Sveriges Radio (2009a). *Energidryck: ofarlig läsk eller ungdomarnas uppåttjack?* Hämtad 2010-04-22 från

<http://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=1316&artikel=3283352>

Sveriges Radio (2009b). *Energidrycker*. Hämtad 2010-04-22 från

<http://sverigesradio.se/diverse/appdata/isidor/files/1316/7414.pdf> .

Temple, J. L. (2009). Caffeine use in children: What we know, what we have left to learn, and why we should worry. *Neuroscience and biobehavioral reviews*. 33(6):793-806.

Thurén, T. (2007). *Vetenskapsteori för nybörjare*. Malmö: Liber AB.

Trost, J. (2001). *Enkätboken*. Lund: Studentlitteratur.

Wibeck, V. (2000). *Fokusgrupper: Om fokuserade gruppintervjuer som undersökningsmetod*. Lund: Studentlitteratur.

Wallin, P. (2009, 21 mars). Socker och koffein ger kickarna. *Arbetsbladet*. Hämtad 2010-04-22 från <http://arbetarbladet.se/nyheter/sandviken/1.862654-socker-och-koffein-ger-kickarna>



Ungdomars konsumtion av energidryck

1. Kön

Pojke Flicka

2. Årskurs

6 9

3. Hur ofta dricker du energidryck?

Aldrig	1-3 dagar per vecka	4-6 dagar per vecka	1 gång per dag eller mer
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

4. Energidryck är för mig:

Gott	Lite gott	Inte särskilt gott	Inte alls gott
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

5. Jag tycker att energidryck är:

Nyttigt	Lite nyttigt	Inte särskilt nyttigt	Inte alls nyttigt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

6. Att dricka energidryck är för mig:

Viktigt	Lite viktigt	Inte särskilt viktigt	Inte alls viktigt
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

7. Jag dricker energidryck för att orka med skolan och läxorna:

Instämmer helt	Instämmer delvis	Instämmer inte helt	Instämmer inte alls
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

8. Jag dricker energidryck för att mina kompisar gör det:

Instämmer helt	Instämmer delvis	Instämmer inte helt	Instämmer inte alls
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

9. Har du känt eller känner du att du är beroende av energidryck?

Instämmer helt	Instämmer delvis	Instämmer inte helt	Instämmer inte alls
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Ungdomars konsumtion av energidryck



GÖTEBORGS UNIVERSITET

10. När/var dricker du energidryck?

(OBS! Kryssa i endast ett alternativ, det som passar bäst)

- | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------|-----------------------------|--------------------------|--------------------------|
| I skolan | Hemma | På fritiden med
kompisar | När du är törstig | Till maten |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Annat: _____ | | | | |

11 a. Dricker du energidryck när du idrottar?

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

11 b. Om du dricker energidryck när du idrottar, under vilken del av passet dricker du? (OBS! Kryssa i endast ett alternativ, det som passar bäst)

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Innan träning | Under träning | Efter träning | Alla alternativ |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

12 a. Brukar du ersätta någon måltid, t.ex. frukost, lunch, mellanmål eller middag med energidryck?

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Ofta | Ibland | Sällan | Aldrig |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

12 b. Om du ersätter någon måltid med energidryck, vilken måltid ersätter du oftast? (OBS! Kryssa i endast ett alternativ, det som passar bäst)

- | | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Frukost | Lunch | Mellanmål | Middag | Kvällsmål |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

13. Vad är det som avgör vilken sorts energidryck du dricker?

(OBS! Kryssa i endast ett alternativ, det som passar bäst)

- | | | | |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Pris | Smak | Tillgänglighet | Märket |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

14. Vem får du energidryck av?

(OBS! Kryssa i endast ett alternativ, det som passar bäst)

- | | | | | |
|---------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Köper själv | Kompisar | Föräldrar | Syskon | Tränare |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> Annan: _____ | | | | |

Tack för din medverkan!

GÖTEBORGS UNIVERSITET
Institutionen för mat, hälsa och miljö
Kost- och friskvårdsprogrammet

Hej!

Vi är två studenter som läser till Kost- och friskvårdspedagoger vid Göteborgs universitet. Vi kontaktar dig och din klass då vi skulle vilja utföra ett examensarbete om barns konsumtion av energidryck i skolår 6 och 9 på er skola.

Syftet med vårt examensarbete är att få en bild utav vilka faktorer som styr elevernas intag av energidryck för att på så sätt kunna påverka deras attityd kring denna konsumtion. Det är naturligtvis frivilligt att delta i enkäten, resultaten kommer att vara anonyma och varken skolans eller elevernas namn kommer att publiceras. Det kommer endast vara vi som har tillgång till elevernas namn och klass.

Med vänliga hälsningar

Jessica Andersson

Linda Hallstenson

Jessica Andersson
Telefon: xxxx-xxxxxx
E-post: gusjessan@student.gu.se

Linda Hallstenson
Telefon: xxxx-xxxxxx
E-post: guslhaklli@student.gu.se



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Enkät till elever i årskurs 6 och 9 om deras upplevda konsumtion av energidryck.

Vi är två studenter som läser till Kost- och friskvårdspedagoger vid Göteborgs universitet och det har nu blivit dags för oss att skriva vårt examensarbete.

Syftet med vårt examensarbete är att kartlägga elevernas konsumtion och vilka faktorer som styr deras intag av energidryck. Vi har därmed utformat en enkät med frågor rörande detta ämne som kommer att delas ut under vecka 15 i ditt barns klass. Det är naturligtvis frivilligt att delta i enkäten och resultaten kommer att vara anonyma, dvs. varken skolans eller elevernas namn kommer att publiceras i arbetet.

Har ni frågor kring detta hör gärna av er till oss.

Med Vänliga Hälsningar

Jessica Andersson

Linda Hallstensson

Jessica Andersson
Telefon: xxxx-xxxxxx
E-post: gusjessan@student.gu.se

Linda Hallstensson
Telefon: xxxx-xxxxxx
E-post: guslhakli@student.gu.se