

2011-11-04 07:00 CET

Professorn bakom ny forskarrapport föreslår samarbete i kampen mot övervikt Kommersiell viktminskning billigare och bättre än sjukvårdens

Pressmeddelande 4 november 2011

De kommersiella viktminskningsprogrammen är både billigare och bättre än de som den offentligt finansierade sjukvården kan erbjuda. Det slås fast i en oberoende forskningsstudie som presenteras idag online i den engelska medicintidskriften British Medical Journal. (<http://www.bmj.com/>)

Studien omfattar 740 patienter med konstaterat förhöjt BMI, och genomfördes av en forskargrupp vid Universitetet i Birmingham. Syfte var i första hand att under en tremånadersperiod jämföra effektiviteten hos sex olika viktminskningsprogram inom den kommersiella och den offentliga sektorn.

För tremånadersperioden uppvisade ViktVaktarna den största genomsnittliga viktminskningen (4,4 kg). Vid ettårsuppföljningen var ViktVaktarna det enda programmet som uppnådde betydligt större viktminskning än kontrollgruppen. Nästan en tredjedel av deltagarna hade då minskat med fem procent av kroppsvikten. Forskning visar att detta sänker risken för typ 2 diabetes och hjärtsjukdom.

ViktVaktarna ser i första hand den brittiska studien som en uppmuntran till fortsatt och utvecklat samarbete mellan den offentliga sjukvården och de seriösa kommersiella viktminskningsaktörerna.

– Att hantera fetma är som ett stafettlopp. Det bästa resultatet uppnås när läkare och sjuksköterskor diagnostiserar och motiverar patienterna, och sedan lämnar

över stafettpinnen till andra viktminskningsspecialister som Viktväktarna, säger Shannon Carvell, VD för Viktväktarna i Sverige och Weight Watchers i Danmark. Viktväktarna erbjuder både möten, online och ”på jobbet” tjänster.

Paul Aveyard, professor i beteendevetenskap vid universitetet i Birmingham, har lett undersökningen. En av hans slutsatser är att man bör skapa ett remissystem mellan den offentliga vården och bevisligen framgångsrika viktminskningsprogram som Viktväktarnas, för att nå en långsiktigt hållbar lösning på problemen med övervikt och fetma.

För intervju med professor Paul Aveyard eller med Viktväktarnas VD Shannon Carvell, kontakta:

Paul Aveyard, professor i beteendevetenskap, mobil: +44 (0)7779 993126
Filippa Törnwall, pressansvarig Viktväktarna Sverige,
mobil: 0733-90 6495

Fakta övervikt:

- Enligt WHO beräknas idag en miljard människor i världen vara överviktiga, och över 300 miljoner feta.
- Enligt Folkhälsoinstitutet är 40,2 procent av kvinnorna och 52 procent av männen i Sverige överviktiga.
- Viktväktarna har cirka 95 000 medlemmar i Sverige.
- Sedan starten 1972 har Viktväktarna bidragit till en total viktminskning i Sverige på 8812 ton.
- Weight Watchers är världens största viktminskningsorganisation, och håller närmare 50 000 möten i 30 länder varje vecka.

Om Viktväktarna

I Sverige har närmare 2 miljoner människor minskat sin vikt med hjälp av **ViktVäktarna**. **ViktVäktarna** erbjuder en effektiv metod för att uppnå en hållbar viktminskning som innebär att man får äta allt – men inte alltid.

ViktVaktarna följer de svenska näringsrekommendationerna. Det nya kostprogrammet **ProPoints®** bygger på den senaste vetenskapliga forskningen inom övervikt. Läs mer på: www.viktvaktarna.se