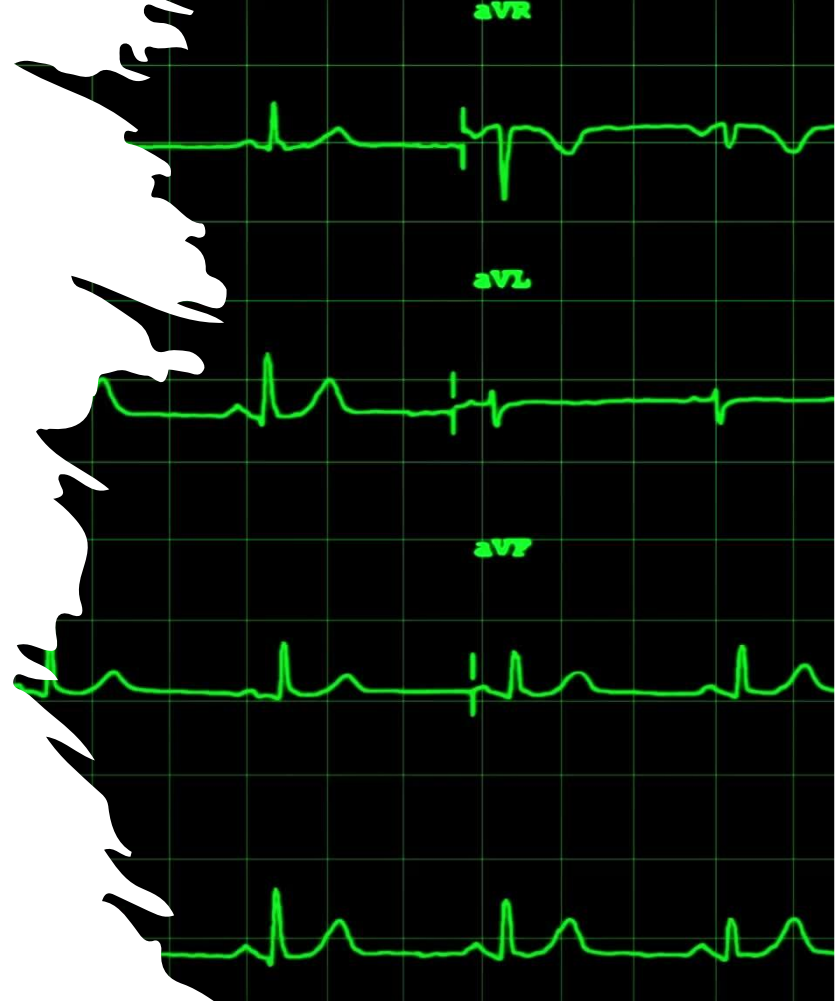


Helsetrender i samfunnet med fokus på ungdom og sosiale medier

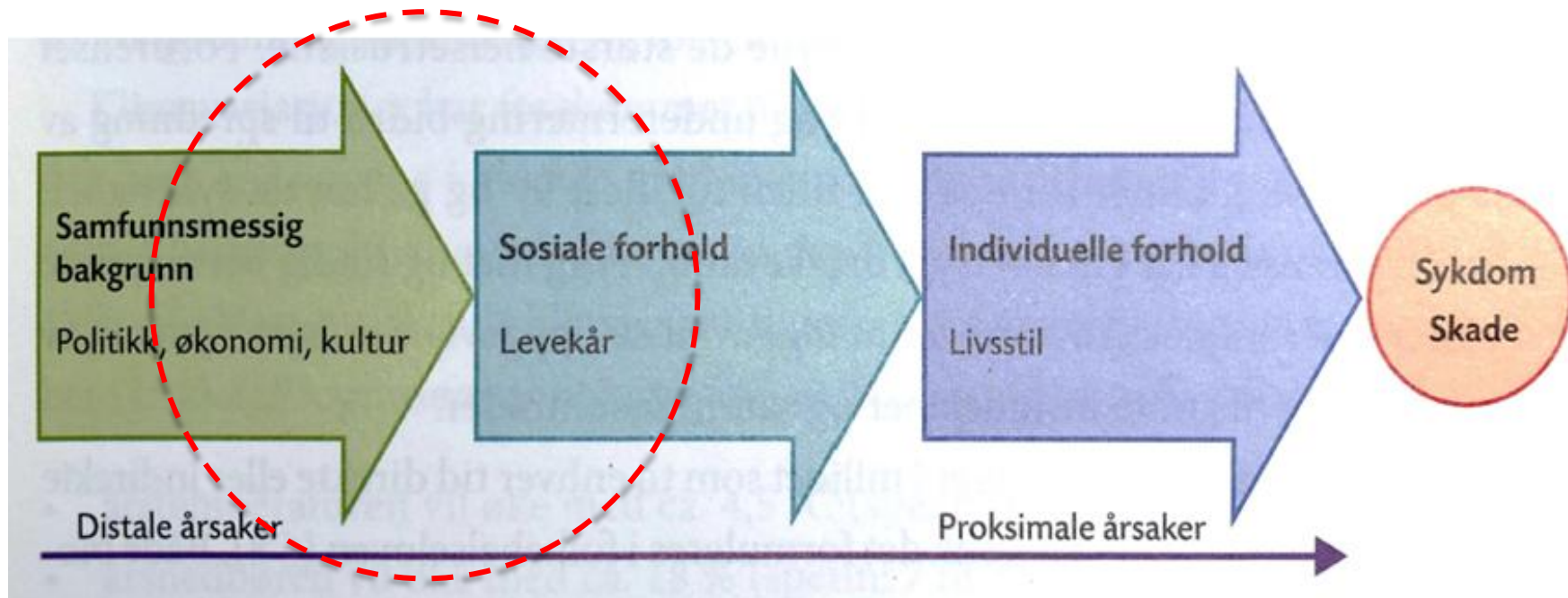
Egge Rotary
20.11.2025

Steinar Krokstad
Professor i sosialmedisin
HUNT forskningssenter
Institutt for samfunnsmedisin og sykepleie
NTNU

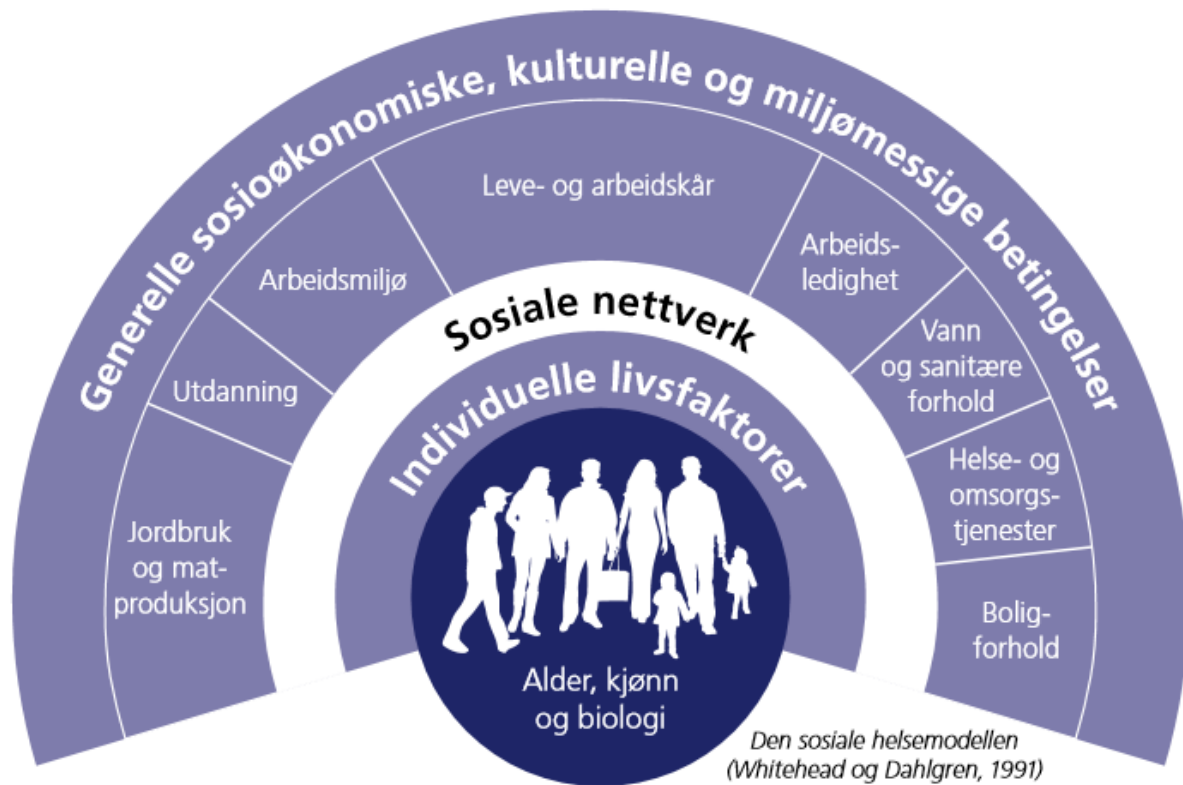
Overlege i psykiatri
Sykehuset Levanger



Samfunn og helse



Levekår som påvirker folkehelsa



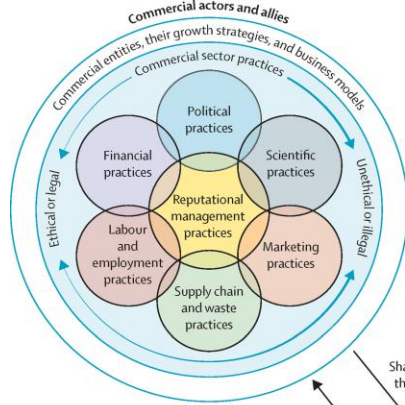
The image features a large iceberg floating in a dark red sea. The tip of the iceberg, which is visible above the water, is covered with a list of various determinants of health. The rest of the iceberg, which is much larger and submerged, is also covered with the same list of determinants, illustrating that the visible factors are only a small portion of the total influences on health.

BIG TOBACCO
BIG OIL
BIG FOOD BIG ALCOHOL
GAMBLING BIG PHARMA
BIG TECH WEAPONS MANUFACTURERS
MILITARY INDUSTRIAL COMPLEX
PRISON INDUSTRIAL COMPLEX
THINK TANKS PHILANTHROPIES LOBBYISTS
CONSULTING FIRMS NOT-FOR-PROFITS
PREDATORY MARKETING
POLITICAL DONATIONS CORPORATE SCIENCE
GIG ECONOMY MODERN SLAVERY
TAX AVOIDANCE BENEFICIAL OWNERSHIP
NEOLIBERALISM
PRIVATISATION DEREGULATION
FINANCIALIZATION
CONSOLIDATION GLOBALISATION
MULTISTAKEHOLDERISM
CAPITALISM

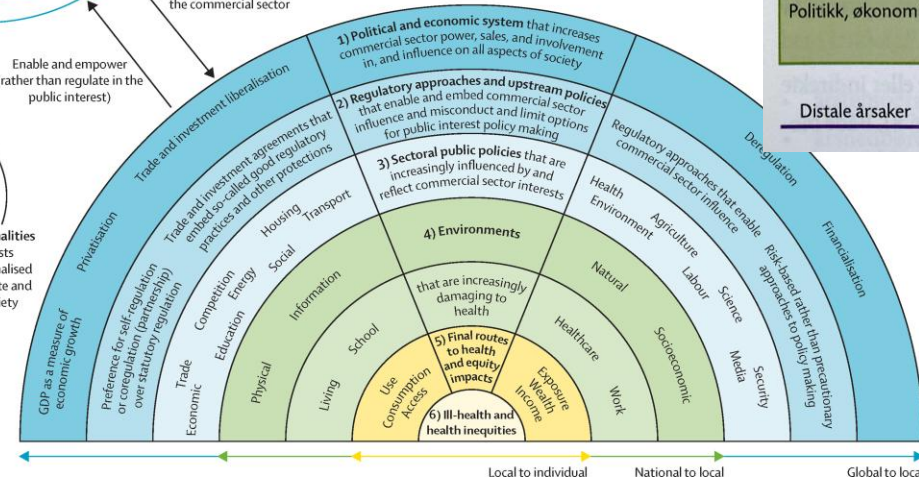
COMMERCIAL DETERMINANTS OF HEALTH

Kommersielle aktørers påvirkning av sosiale forhold

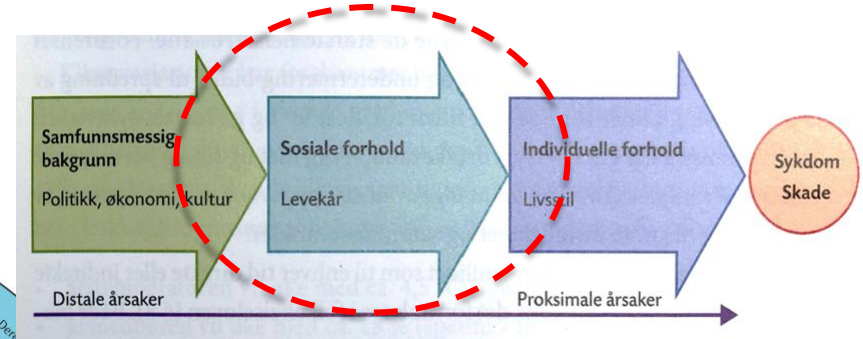
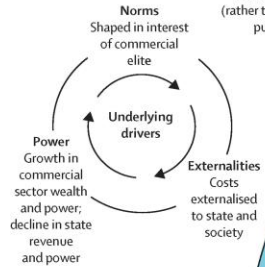
The Lancet (CDOH)



Shape in the interests of the commercial sector



Enable and empower (rather than regulate in the public interest)



Samfunnsmessig bakgrunn
Politikk, økonomi, kultur

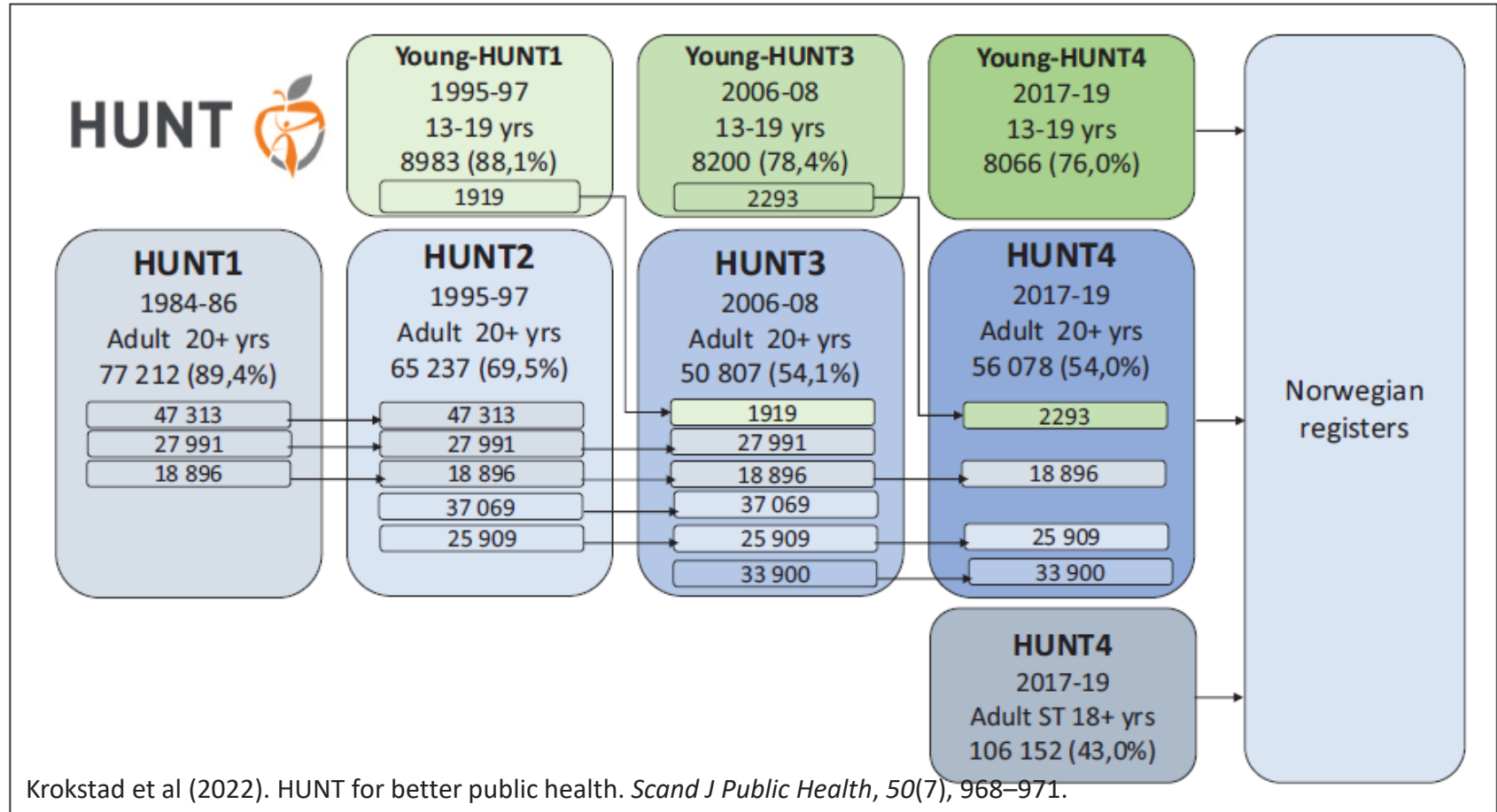
Sosiale forhold
Levekår

Individuelle forhold
Livsstil

Sykdom
Skade

Distale årsaker

Proksimale årsaker





Statsforvalteren i Trøndelag



HUNT forskningssenter



Senter for helsefremmende forskning



Trøndelag fylkeskommune
Trööndelagen fylhkentjette



Trøndelag fylkeskommune
Eldrerådet



Trøndelag fylkeskommune
Integreringsutvalget



Trøndelag fylkeskommune
Rådet for likestilling av mennesker
med nedsatt funksjonsevne



NORD
universitet



Kompetansesenteret
Tannhelse Midt



selvhjelp
norge

FONTENEHUSET
TRONDHEIM



Nord-Trøndelag
legeforening

DEN NORSKE LEGEFORENING



DEN NORSKE KIRKE
Nidaros bispedømme -
Nidarosen bæspatjette



Rådgivning om
spiseforstyrrelser



Pensjonistenes Fellesorganisasjon
TRONDHEIM



Kommuneregionene



UNGE
KOKKER



Kompetansesenter rus - Midt-Norge
ST. OLAVS HOSPITAL
UNIVERSITETSSYKEHUSET I TRONDHEIM



TRØBUR
Trøndelag barne-
og ungdomsråd



NORGES
IDRETTSFORBUND
Trøndelag Idrettskrets

Funksjonshemmedes
fellesorganisasjon



NTNU | Institutt for samfunnsmedisin
og sykepleie



Kultur, helse og omsorg
NASJONALT KOMPETANSESENTER



BEDRIFTSIDRETTE
NORD-TRONDELAGE



Ny bok om ABC

ABC for god psykisk helse

Fra teori til praksis

Krokstad S
Donovan RMS

<https://www.emblaforlag.no/products/abc-for-god-psykisk-helse>



NOU

Norges offentlige utredninger 2024: 20

Det digitale (i) livet

Balansert oppvekst i skjermenes tid

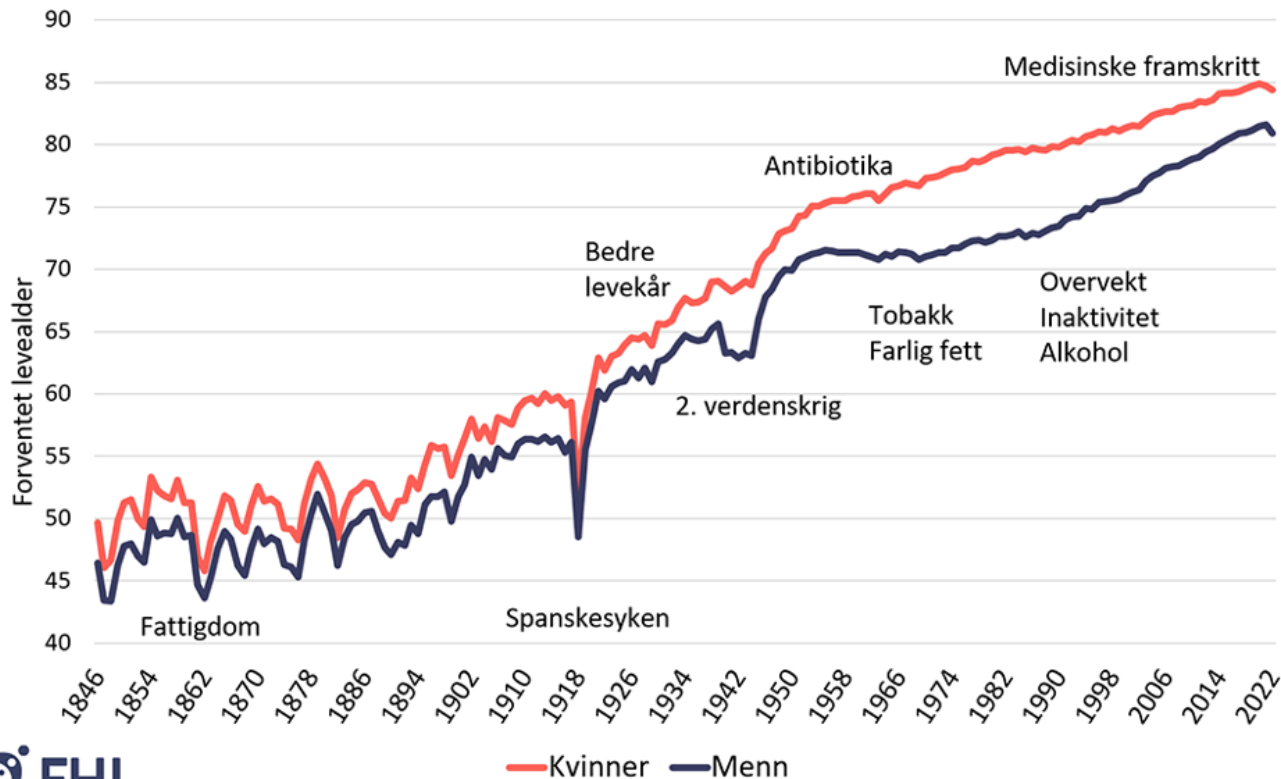


NOU 2024:20

11. november 2024

Forventet levealder øker i Norge

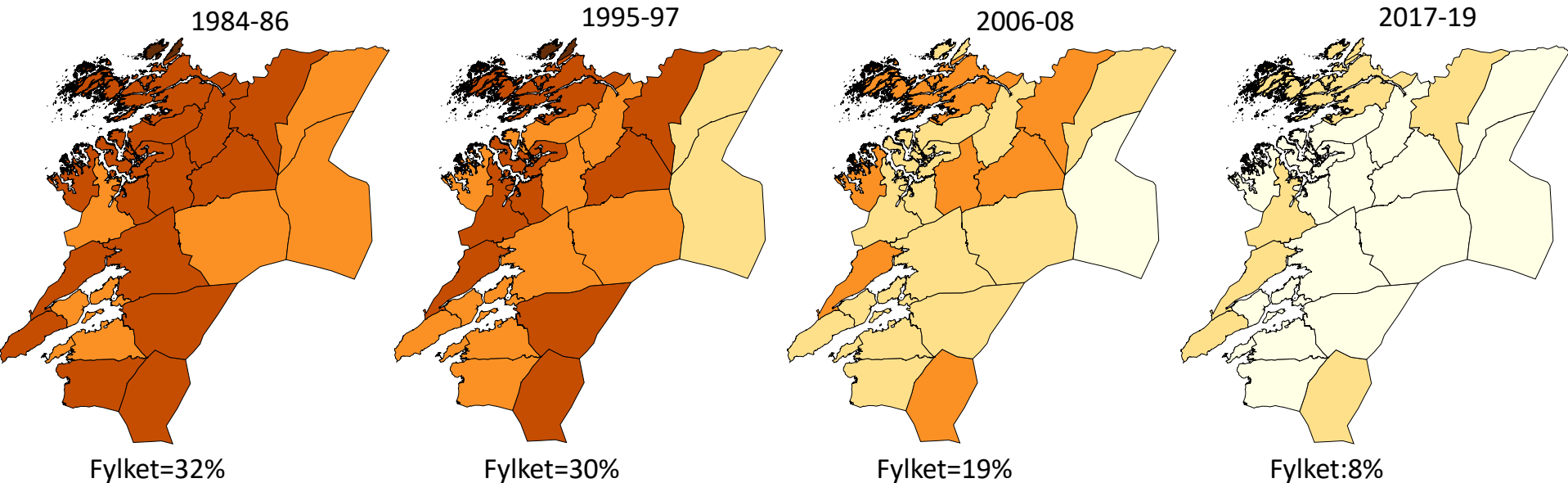
Utvikling i forventet levealder



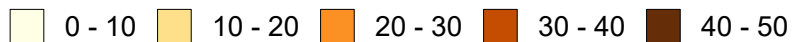
Røyking



Dagligrøyking kvinner i %

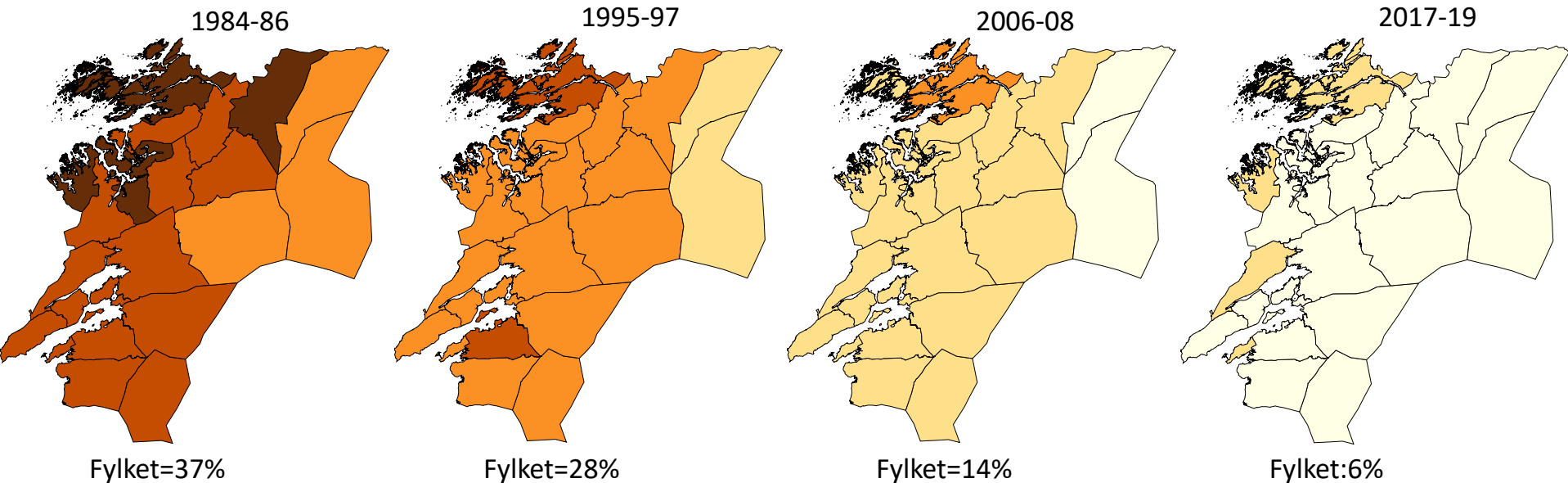


Prevalence (%)

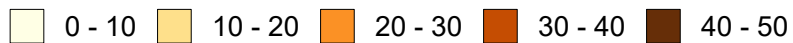


Nord-Trøndelag

Dagligrøyking menn i %

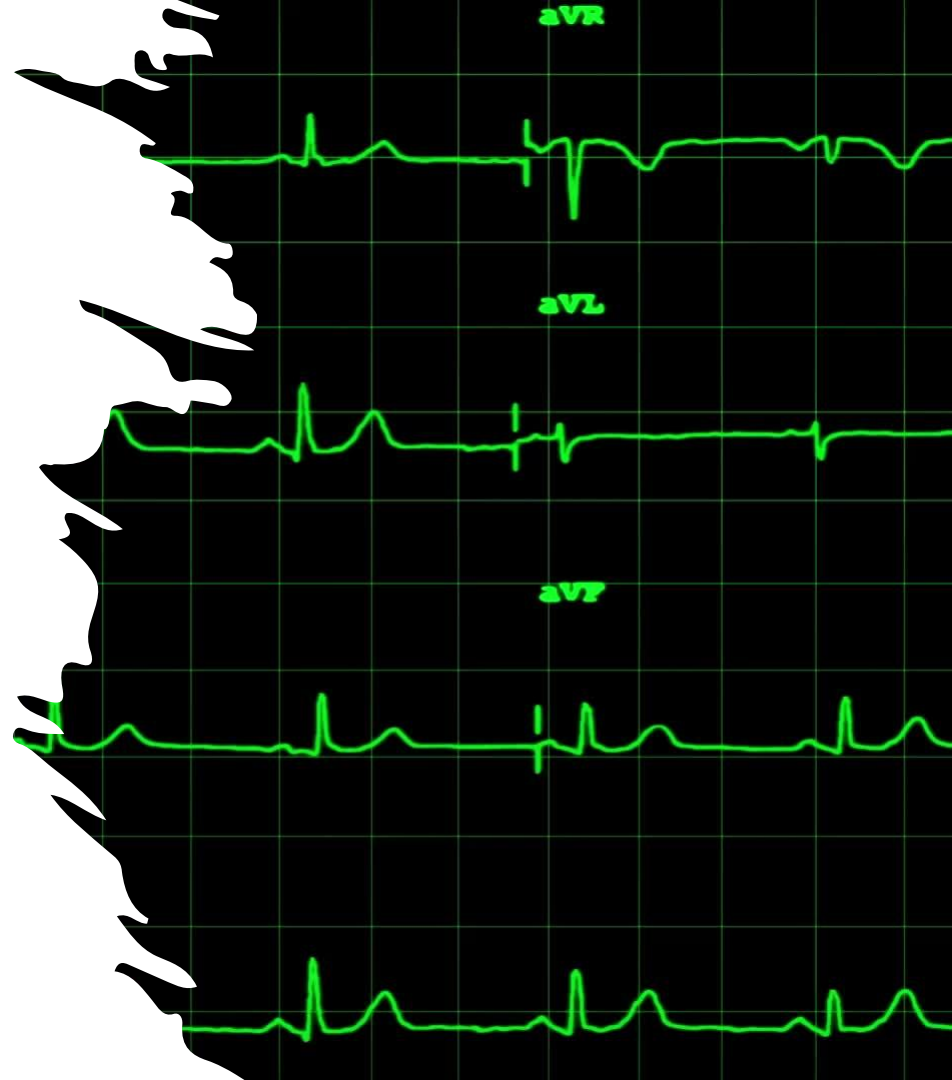


Prevalence (%)

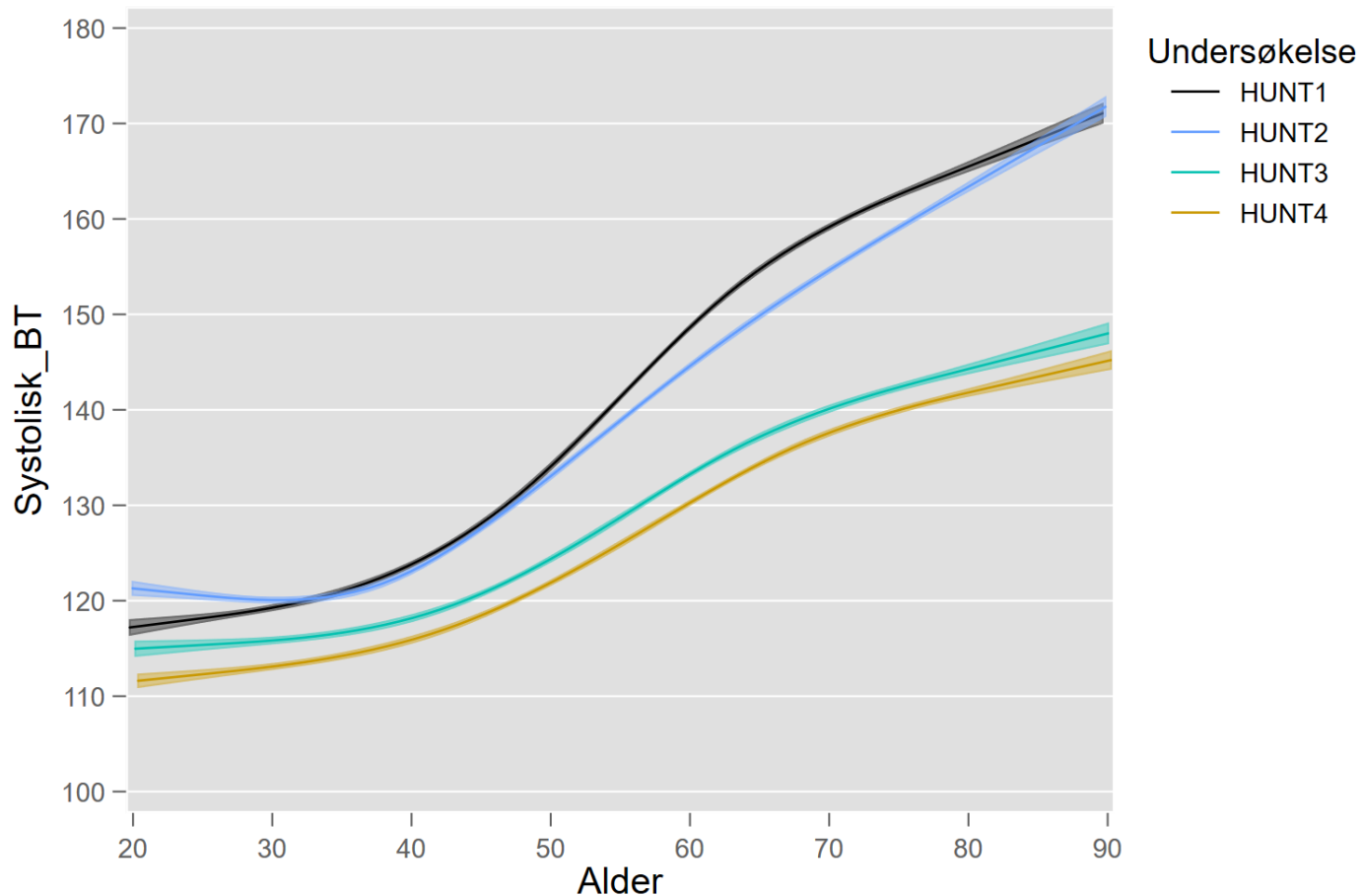


Nord-Trøndelag

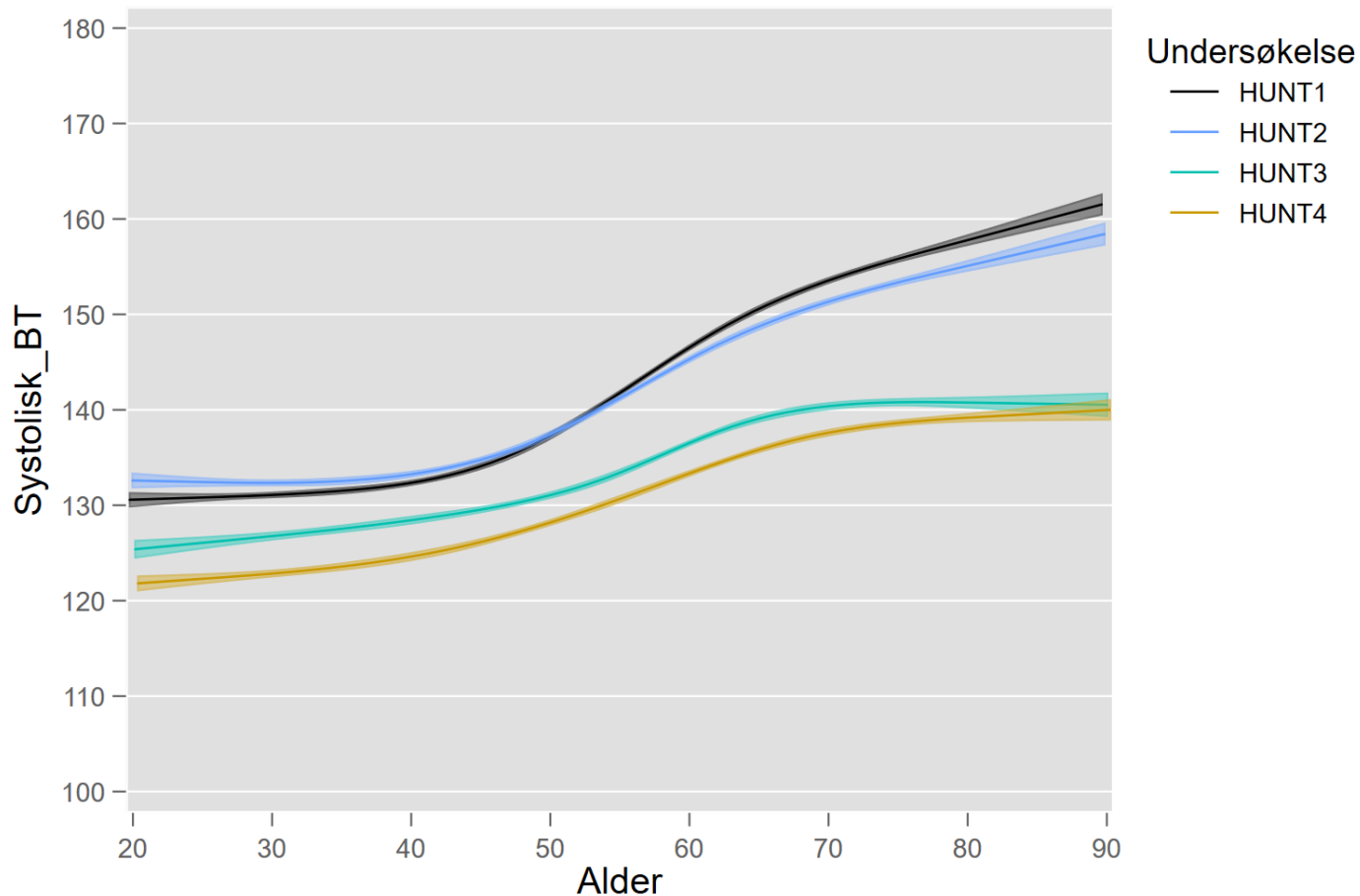
Blodtrykk



Syst. BT etter alder i HUNT 1-4 Kvinner

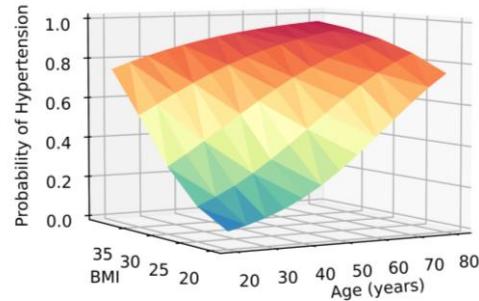


Syst. BT etter alder i HUNT 1-4 Menn

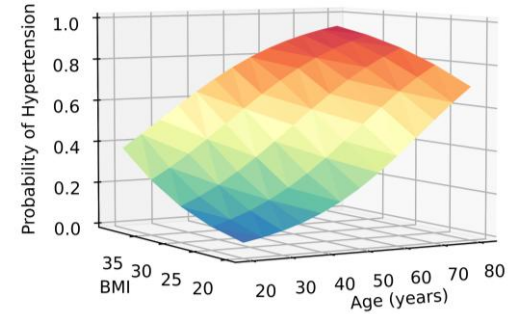


Høyt blodtrykk etter alder og BMI i HUNT1-4

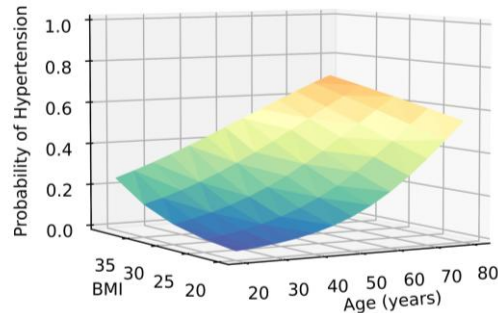
Probability of hypertension by Age and BMI in HUNT1



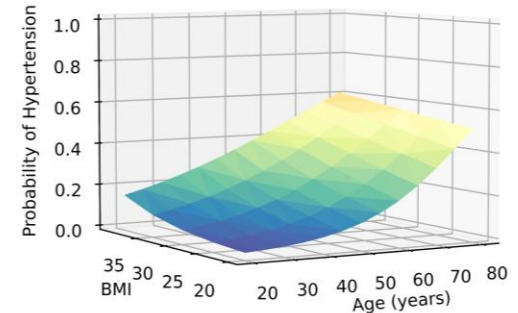
Probability of hypertension by Age and BMI in HUNT2



Probability of hypertension by Age and BMI in HUNT3

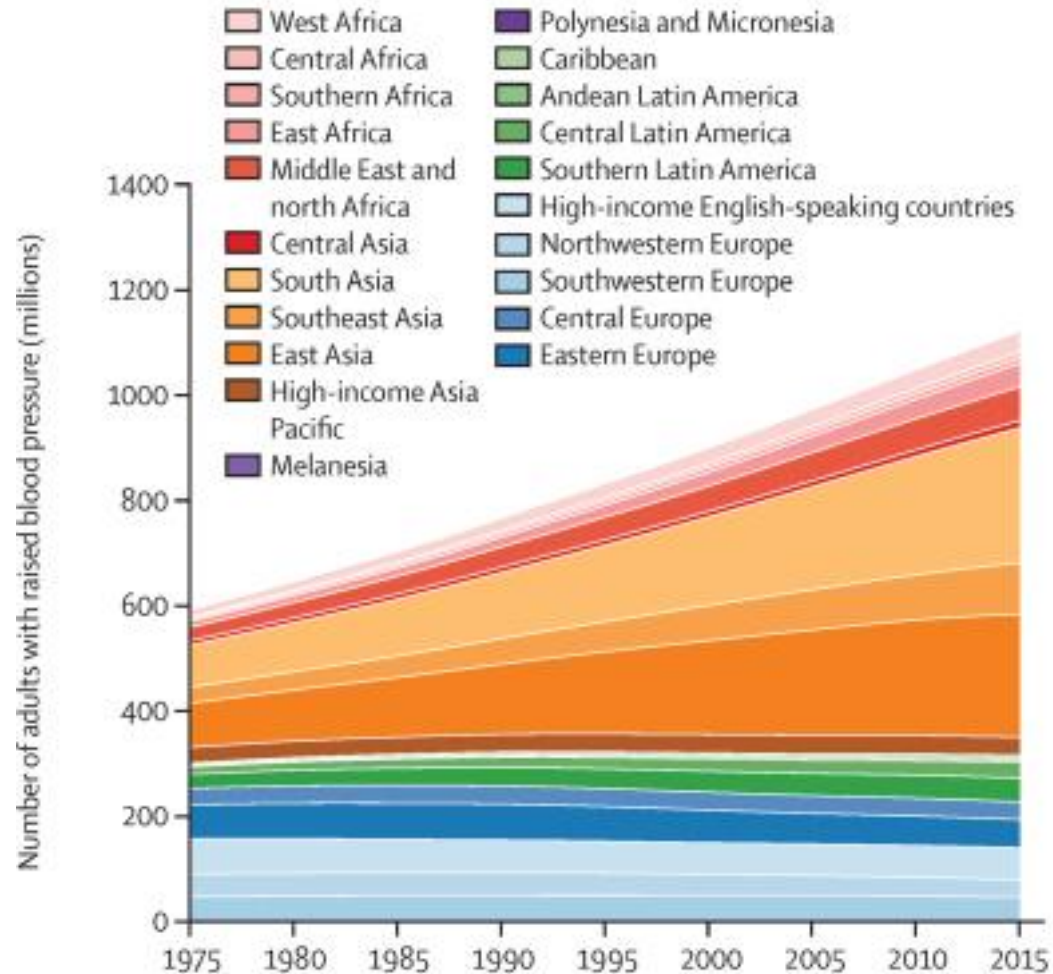


Probability of hypertension by Age and BMI in HUNT4



Global utvikling i antall med høyt blodtrykk

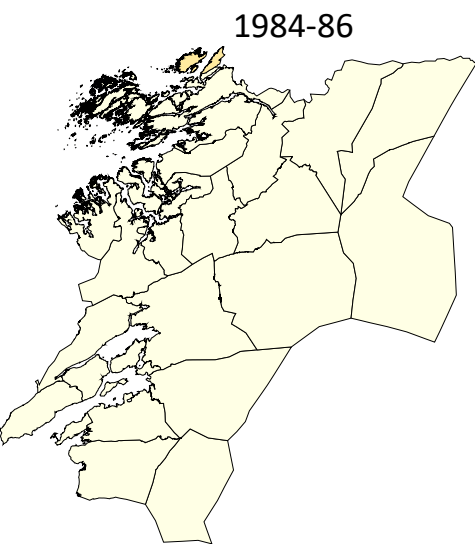
NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC)
(2017). Lancet (London,
England), 389(10064), 37–55.



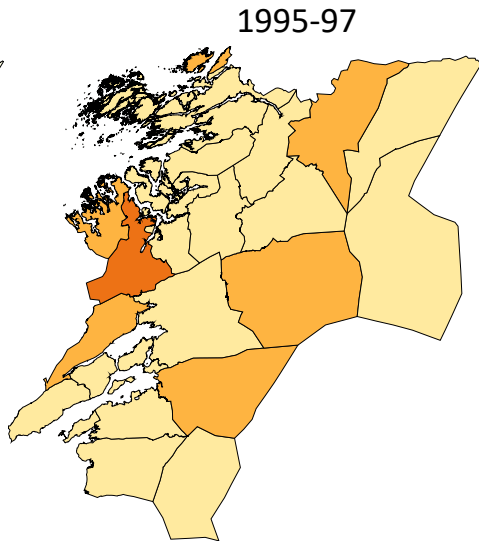
Fedme



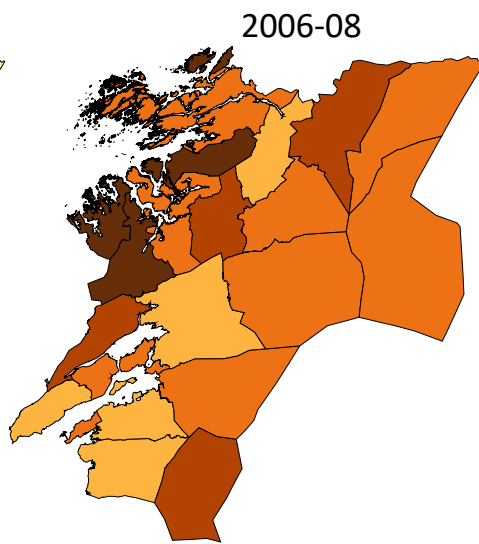
Fedme menn i % (BMI $\geq$ 30)



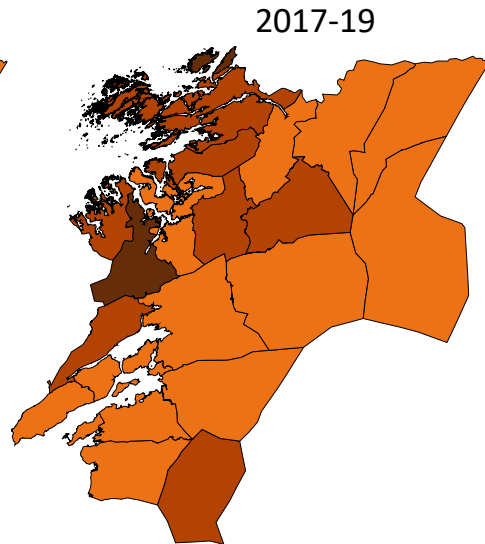
Fylket=8%



Fylket=14%



Fylket=21%

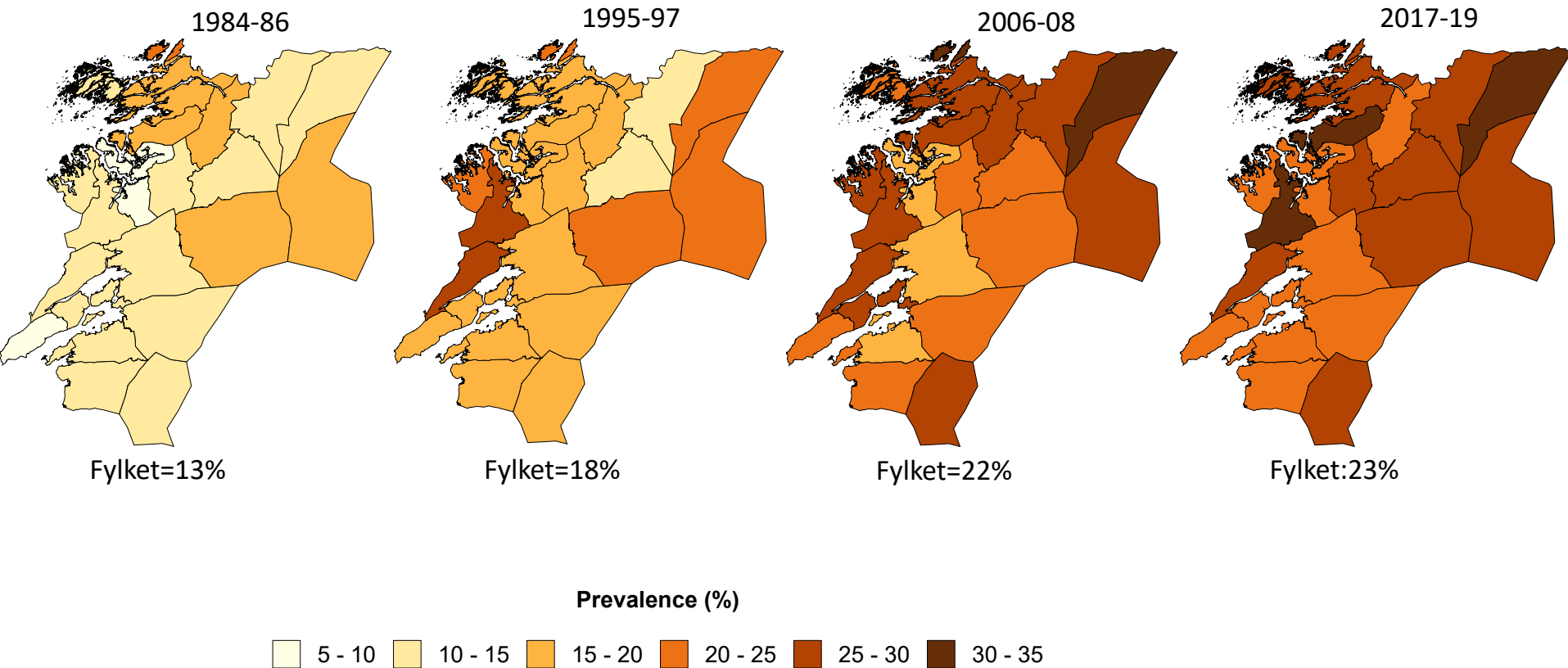


Fylket:23%

Prevalence (%)

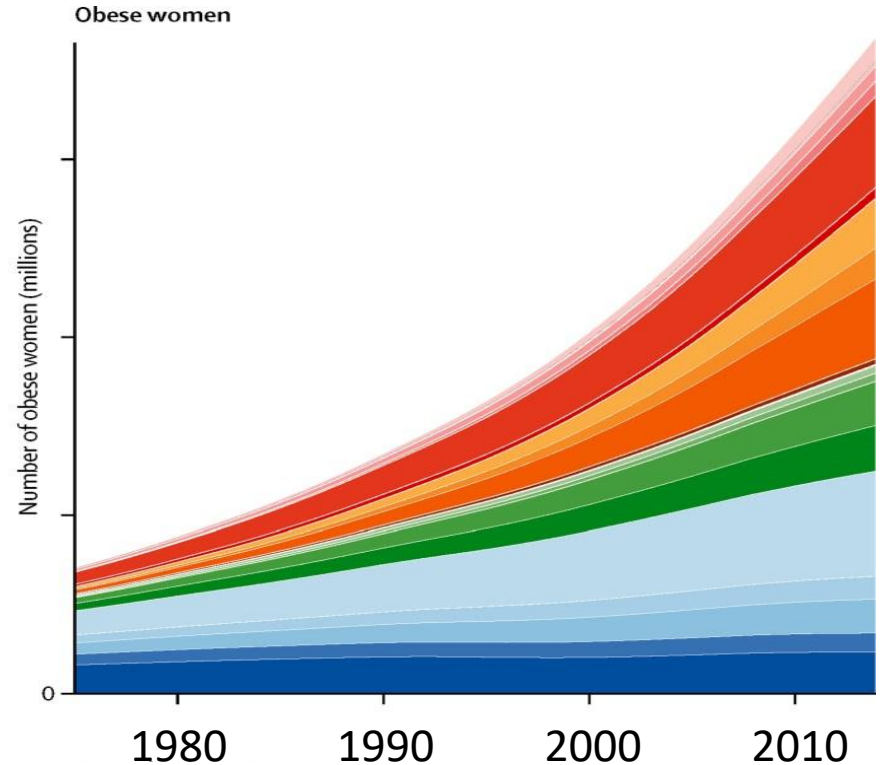
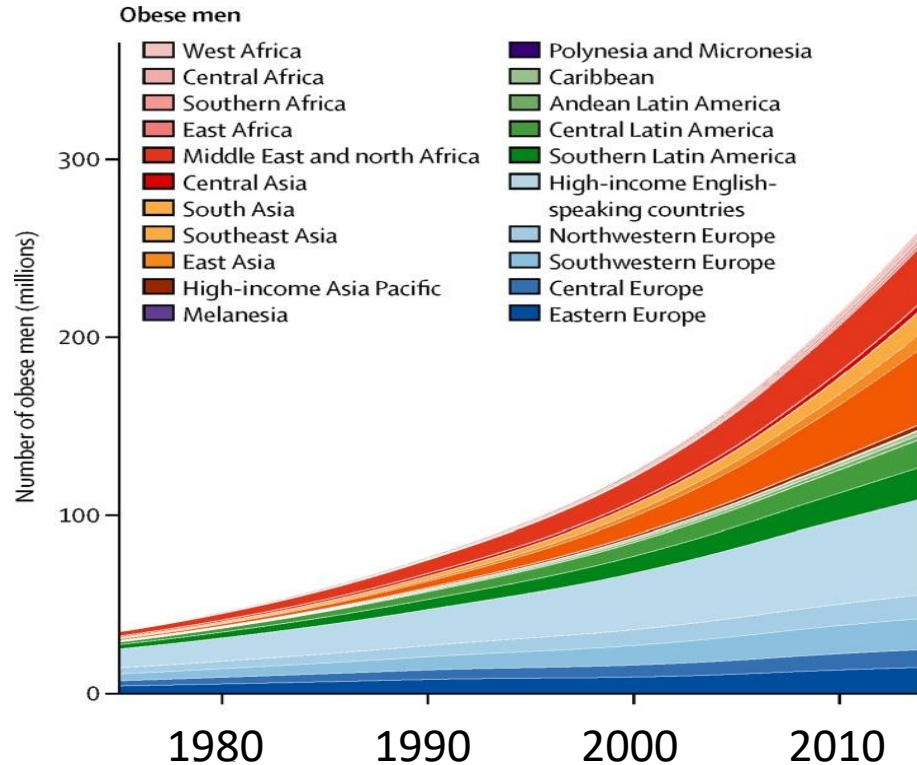


Fedme kvinner i % (BMI $\geq$ 30)



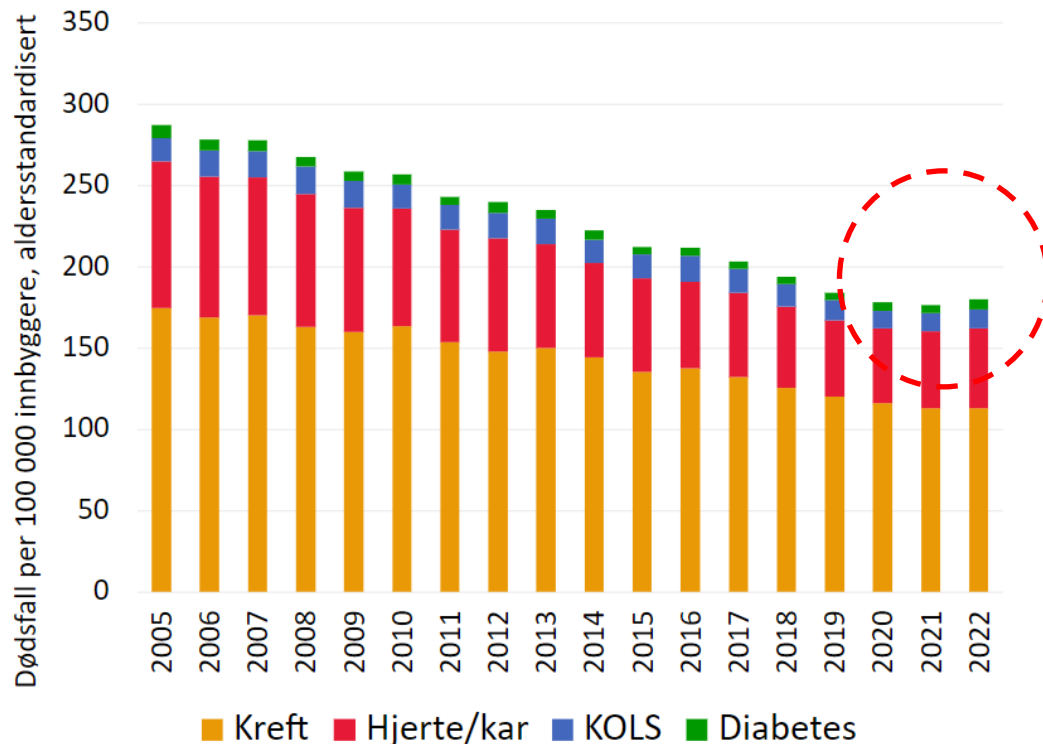
Global utvikling i antall med fedme BMI ≥ 30 kg/m²

NCD Risk Factor Collaboration (NCD-RisC). Lancet. 2016 Apr 2;387(10026):1377-96.



Redusert dødelighet for ikke smittsomme sykdommer i Norge, 30-69 år

- Årsak til nedgang Kunnskapsbasert folkehelsepolitikk: Røykeloven
- Årsak til at det kanskje snur: Mangel på folkehelsepolitikk

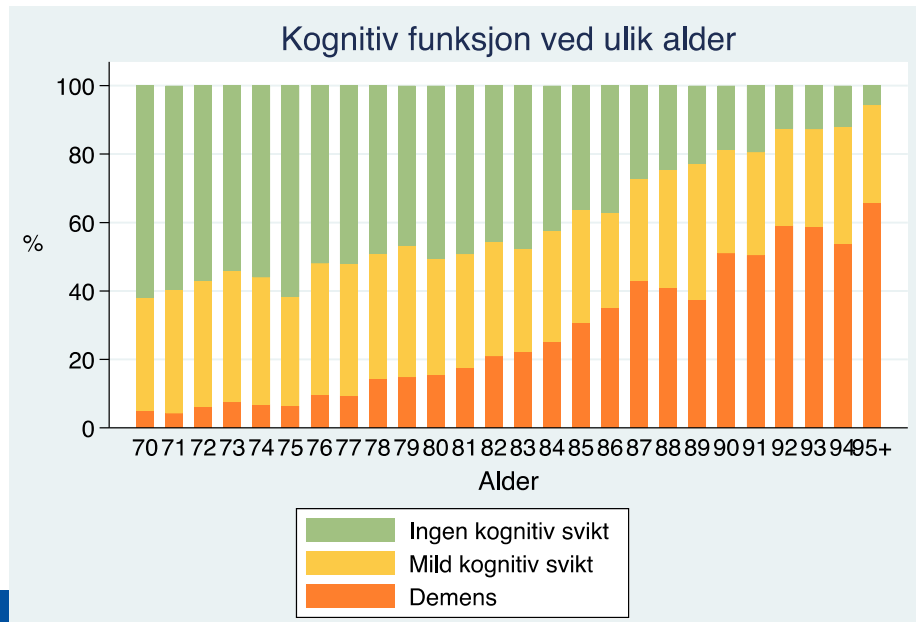


Demens og eldres helse

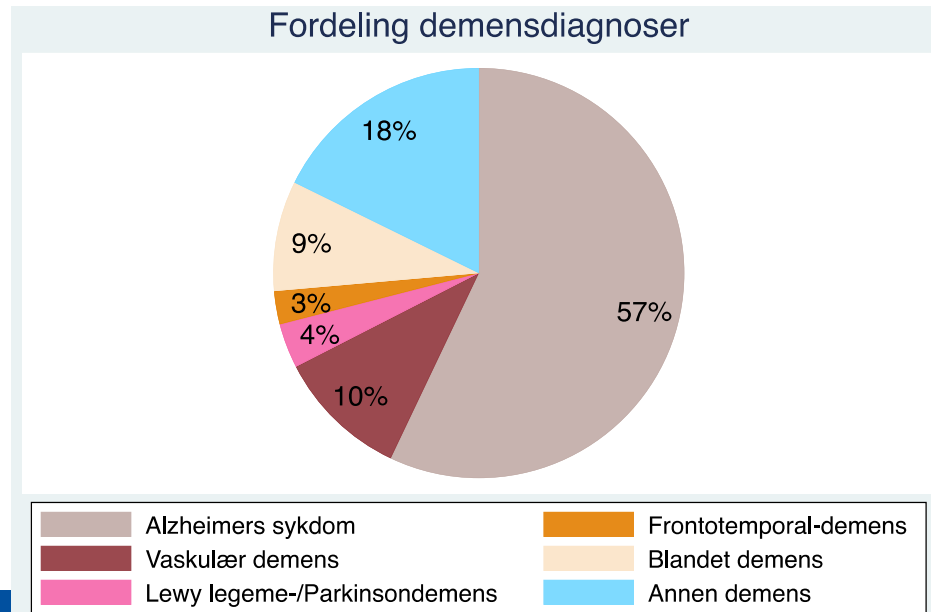


Kognitiv svikt og demens i HUNT4

Kognitiv funksjon etter alder



Fordeling av demensdiagnoser



– Det er færre 70-åringer som får demens nå enn det var for 20 år siden, sier Bente Johnsen. (Foto: Jakob Bjørvig Henriksen/UiT)

60- til 90-åringer får sjeldnere demens enn før, viser norsk studie

Likevel øker det totale antallet som lever med demens.



Elise Kjørstad
JOURNALIST

Fredag 29. september 2023 - 13:00



Samfunnet må forberede seg på å gi omsorg til flere som lever med demens i framtiden. I 2022 advarte forskere om at antallet med demens i verden kan tredobles innen 2050.

Levealderen og folketallet har økt. Når det blir flere med høy alder i samfunnet, er det ventet at flere får demens.

Received: 31 March 2023 | Revised: 8 August 2023 | Accepted: 22 August 2023
DOI: 10.1002/dad2.12479

RESEARCH ARTICLE

Open Access
Diagnosis, Assessment
& Disease Monitoring

Incidence of dementia over a period of 20 years in a Norwegian population

Bente Johnsen M.D.^{1,2} | Ieva Martinaityte PhD, MD^{1,2} | Tom Wilsgaard Prof³ | Henrik Schirmer Prof^{4,5}

¹Department of Clinical Medicine, UiT The Arctic University of Norway, Tromsø, Norway

²Department of Geriatric Medicine, University Hospital of North Norway, Tromsø, Norway

³Department of Community Medicine, UiT The Arctic University of Norway, Tromsø, Norway

⁴Department of Cardiology, Akerhus University Hospital, Lørenskog, Norway

⁵Institute of Clinical Medicine, University of Oslo, Oslo, Norway

Correspondence

Bente Johnsen, Department of Geriatric Medicine, University Hospital of North Norway, PO 100, 9038 Tromsø, Norway.
Email: bente.johnsen@unin.no

Funding information

Northern Norway Regional Health Authority, Grant/Award Number: RHF HNF1407-18; UiT The Arctic University of Norway

Abstract

INTRODUCTION: In Norway, the prevalence of dementia is higher than in demographically comparable, high income countries, but reliable incidence studies are lacking. This study calculated the incidence of age-specific dementia from 2000 to 2019.

METHODS: Participants from The Tromsø Study ($n = 44,214$) were included. Participants with a dementia diagnosis ($n = 2049$ cases) were identified. Poisson regression was used to calculate age-specific yearly and 5-year incidence rates from 2000 to 2019.

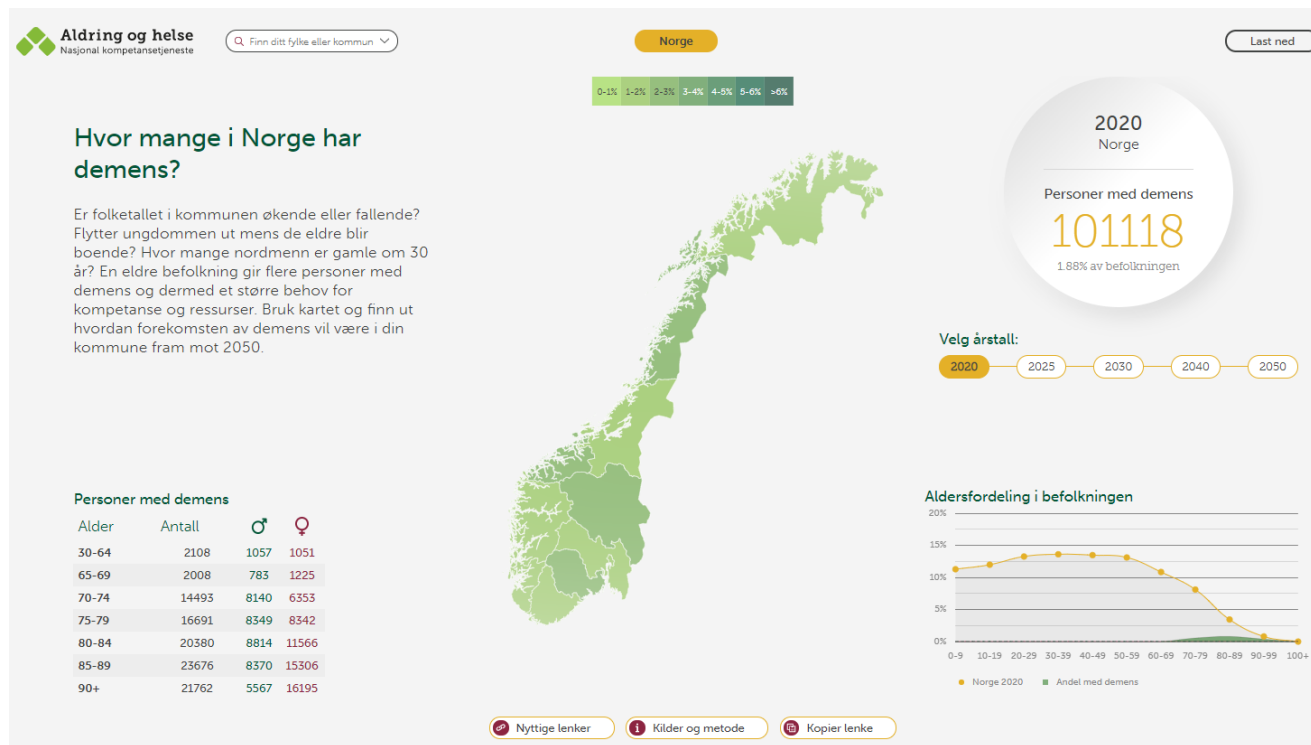
RESULTS: The incidence of dementia has decreased from 2000 to 2019. The trend was highly significant for ages of 60–99 years, and was similar for both sexes.

DISCUSSION: The incidence of dementia in North Norway has decreased over the past two decades similar to that in Western countries, indicating that the total prevalence is increasing due to an aging population. This decrease of incidence could introduce a reduction in future estimation of dementia prevalence.

KEYWORDS

dementia, incidence, Norway, prevalence

demenskartet.no



https://demenskartet.no/?doing_wp_cron=1630404833.9249470233917236328125

Teoretisk kan 40 % av demenstilfeller unngås

- Øke utdanningsnivå tidlig i livet
- Forebygge og behandle
 - Hørselsforstyrrelser (Hearing impairment, HI)
 - hypertensjon
 - Overvekt
- Unngå hodeskader
- Kontrollere alkoholbruk
- Redusere eller slutte med røyking
- Forebygge og behandle
 - Depresjon
 - diabetes
- Unngå inaktivitet
- Bevare sosialt engasjement

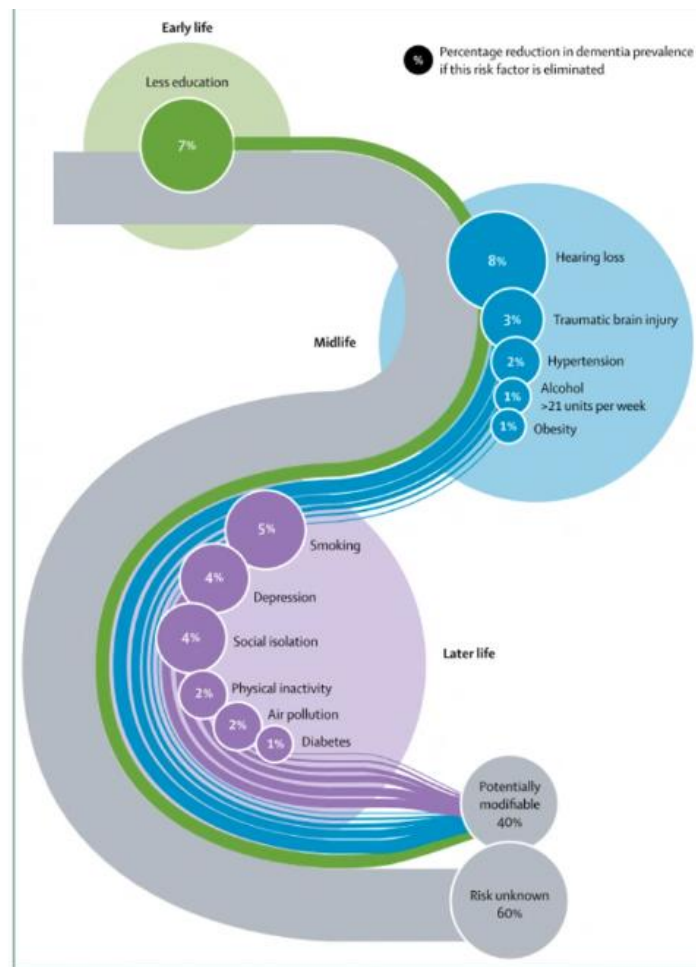


Figure 7: Population attributable fraction of potentially modifiable risk factors for dementia

DFLE in the older Norwegian population

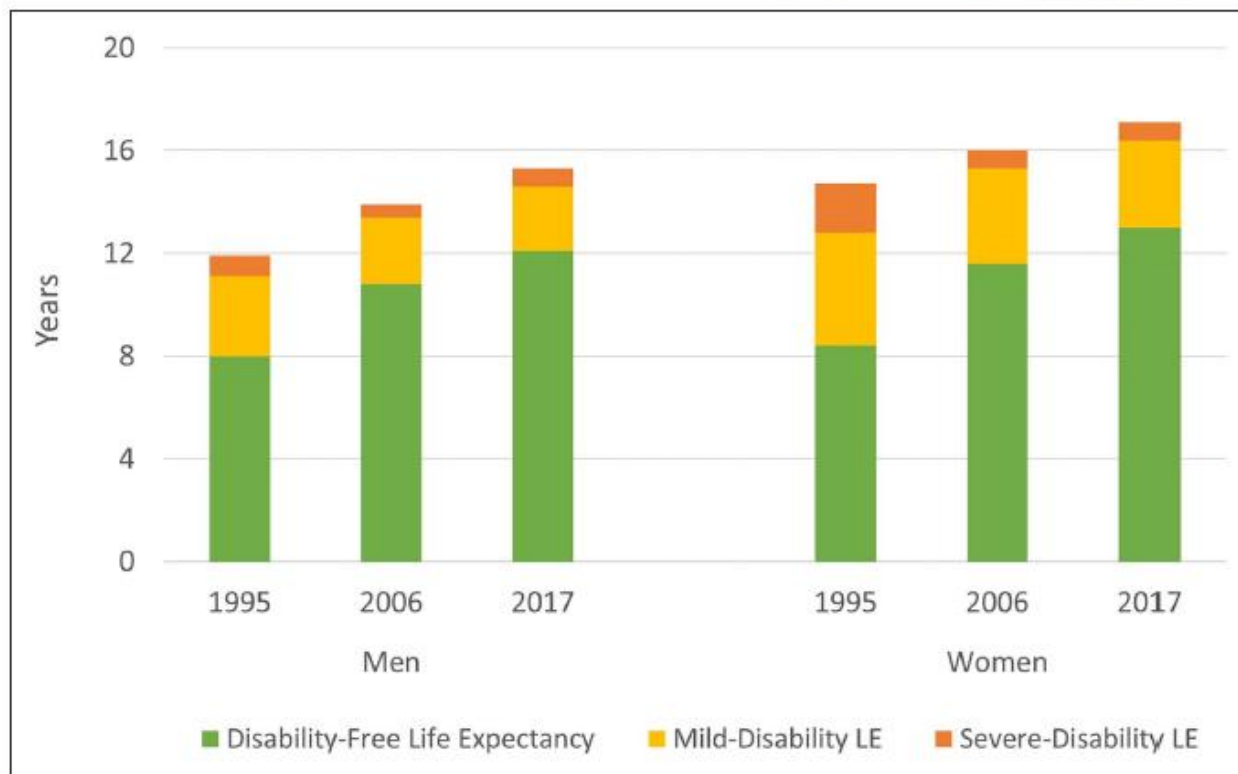


Figure 1. Disability-Free LE (DFLE), Mild-Disability LE, Severe-Disability LE for men and women at age 70 years from 1995 to 2017 the HUNT Study, Norway.

Økning i angst- og depresjons-symptomer blant ungdom, Ung-HUNT

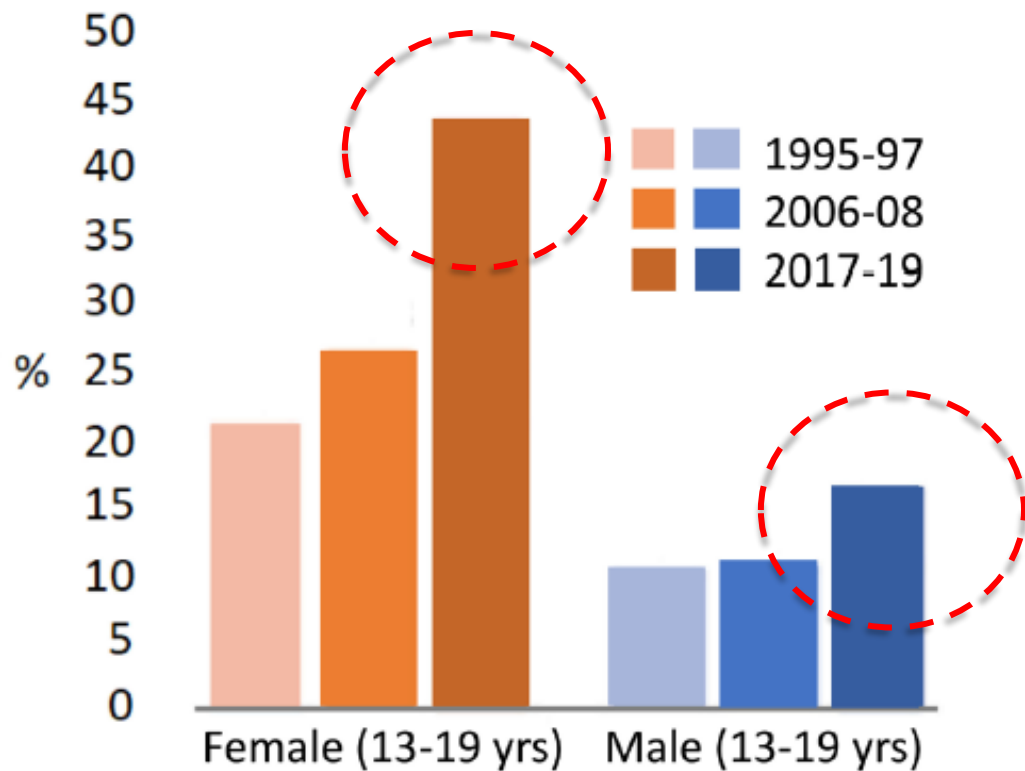
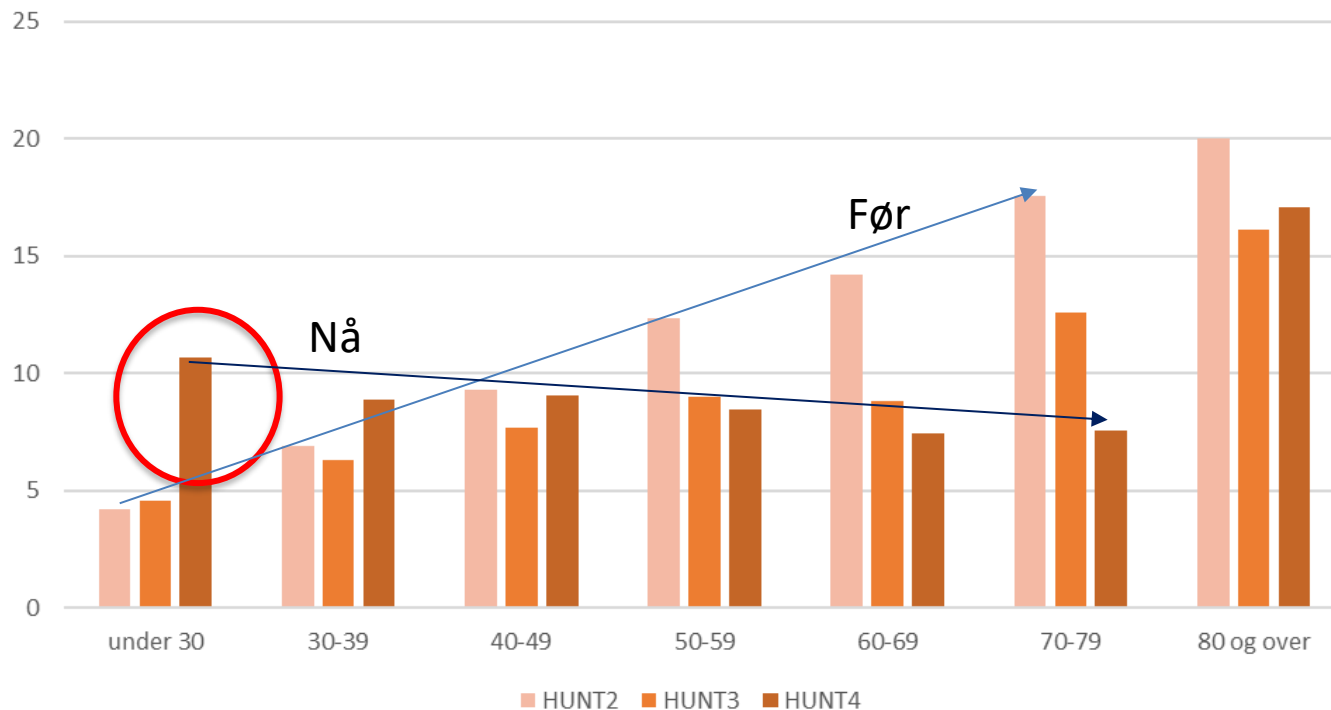


Figure 2 Prevalence (%) of anxiety and depression symptoms measured with Hopkins Symptom Checklist-5 (cut-off ≥ 2), from three decades of adolescents in the Young-HUNT Study.

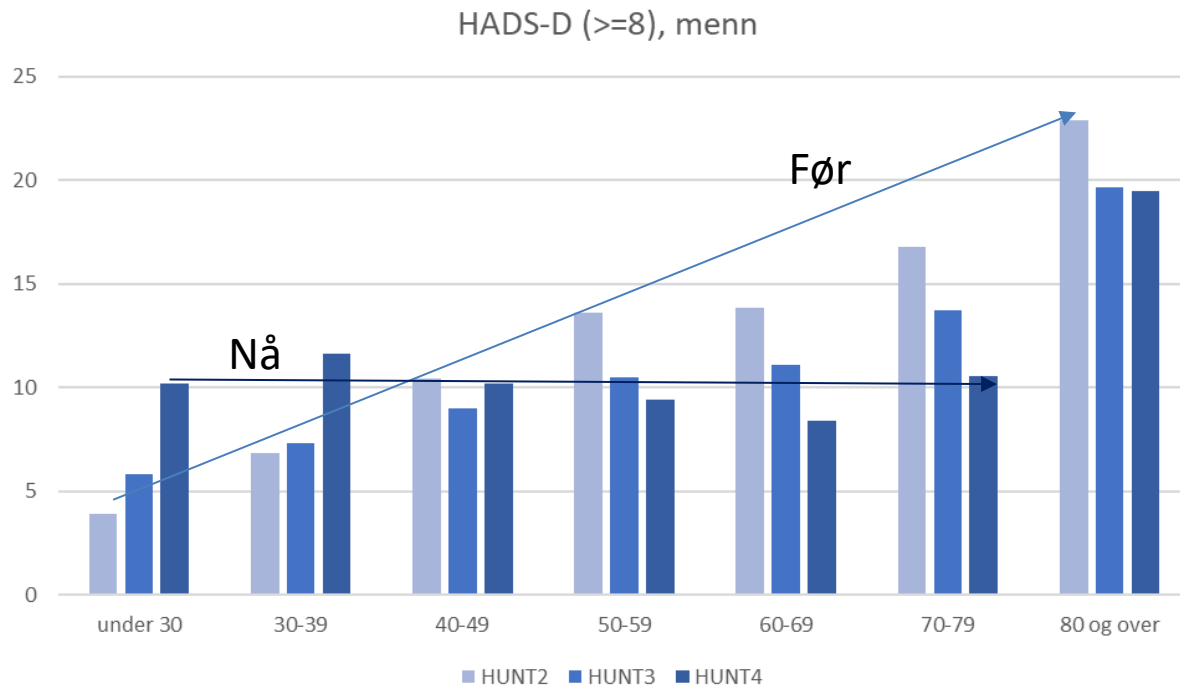
Krokstad, Weiss, Krokstad, Rangul, Kvaløy, Ingul, Bjerkeset, Twenge, Sund (2022). *BMJ open*, 12(5), e057654.

Depresjon - kvinner gjennom tre tiår

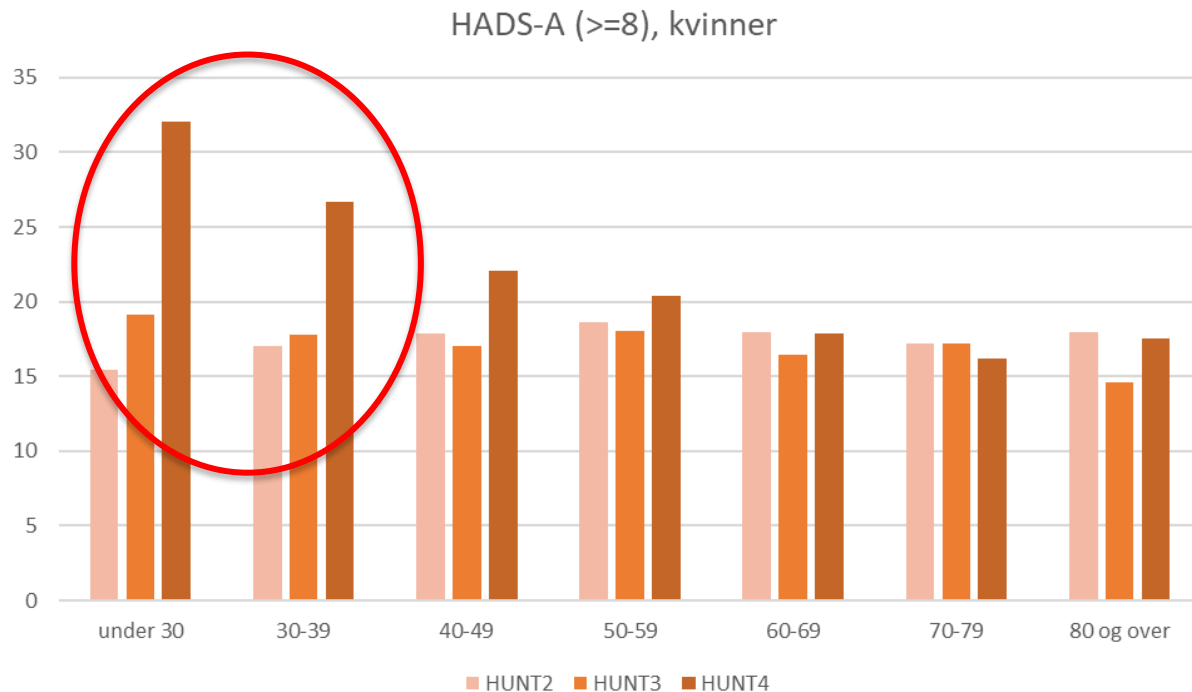
HADS-D (≥ 8), kvinner



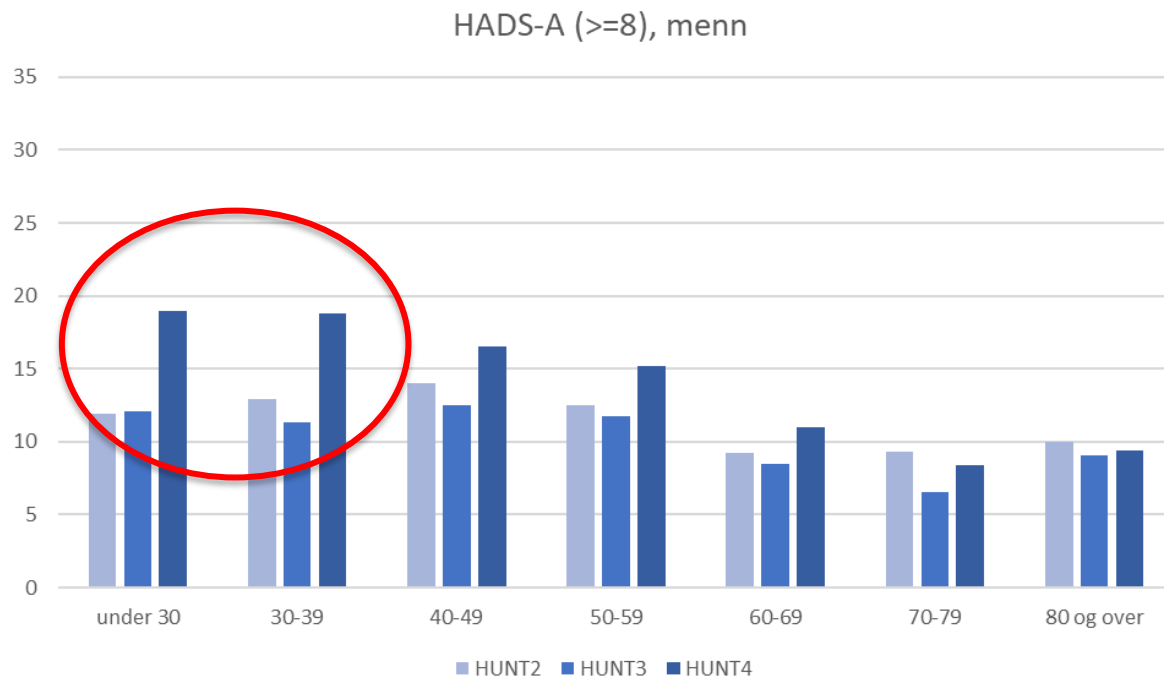
Depresjon - menn gjennom tre tiår



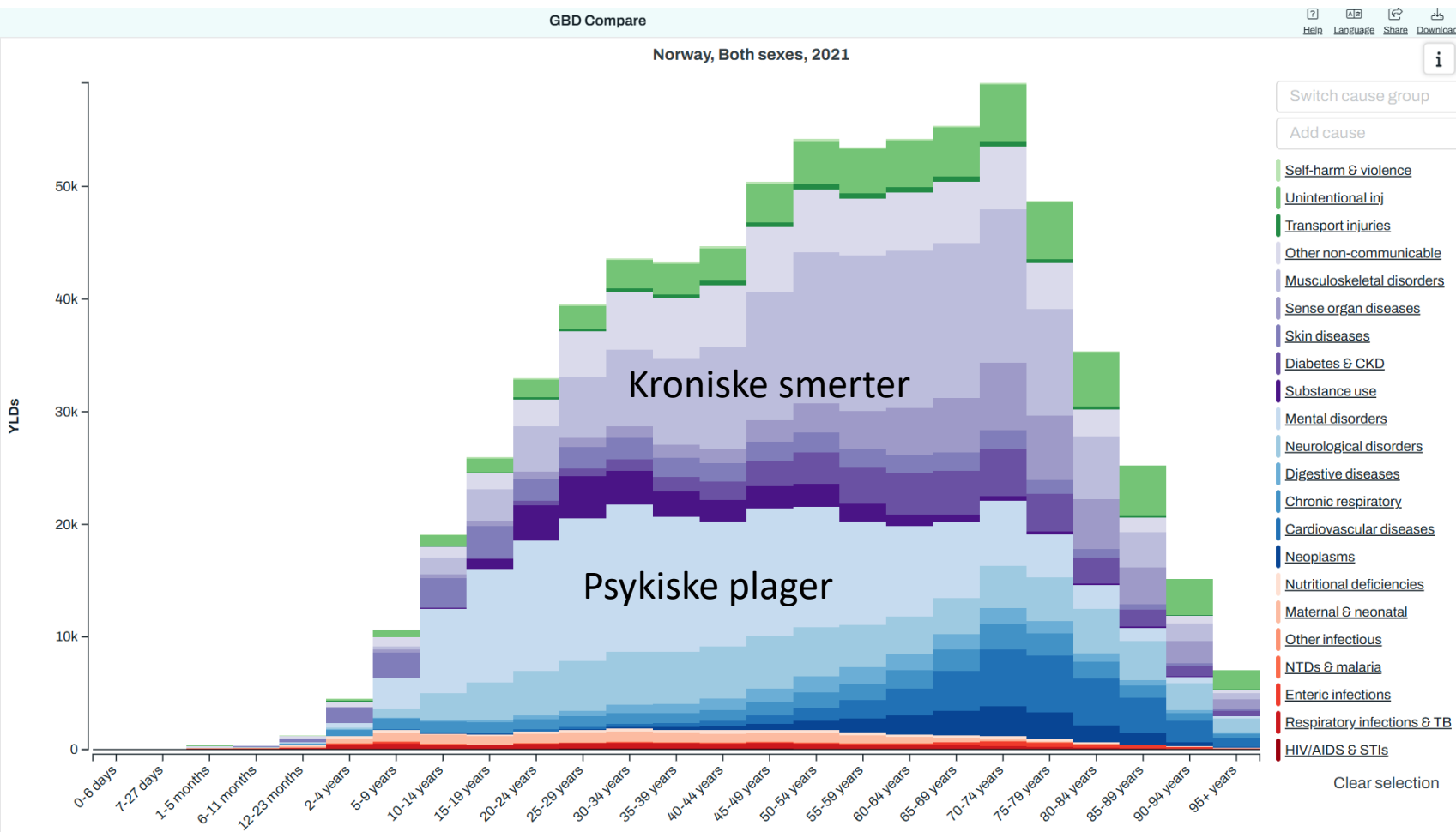
Angstplager – kvinner gjennom tre tiår



Angstplager – menn gjennom tre tiår



Sykdomsbyrde: Psykiske plager er en stor utfordring i Norge





Secular trends in risk factors for adolescent anxiety and depression symptoms: the Young-HUNT studies 1995–2019, Norway

Morten Austheim Krokstad^{1,2} · Erik Sund^{1,3,4} · Vegar Rangu^{2,3} · Adrian Bauman⁸ · Craig Olsson^{5,6,7} · Ottar Bjerkeset^{1,2}

Received: 21 March 2023 / Accepted: 8 January 2024
© The Author(s) 2024

Abstract

In recent decades, increases in mental health problems in adolescents have been reported from several large population-based surveys. This raises questions about changes in underlying risk and protective factors that can inform future intervention strategies. Population data were collected from 1995 to 2019 in three waves of the Young-HUNT studies in Norway to map decennial trends in the prevalence of established risk factors for, and their associations with, adolescent mental health problems. All adolescents (aged 13–19 years) attending lower and upper secondary school in the county of Trøndelag were invited, representing three historical cohorts of 25,245 unique adolescents. Mental health problems (HSCL-5) and established mental health risk factors were self-reported. Using a generalized linear model and linear regression, we calculated changes in relative and absolute differences between risk factors and mental health problems. Overall, the prevalence of established risk factors for mental health problems in adolescence increased markedly between 1995 and 2019, especially in girls. Prominent increases were observed for fatigue, bullying, musculoskeletal pain and migraine, loneliness, and overweight. Furthermore, with the exception of excess alcohol use and family economy, associations between each risk factor and adolescent mental health problems strengthened over the same time span in girls, but less among boys. Our findings suggest that several modifiable risk factors for poor mental health in adolescence are increasing, especially among girls, and should be targeted in community, school, and in clinical settings.

Keywords Anxiety and depression symptoms · Risk factors · Adolescence · Decennial trends · Young-HUNT · Epidemiology

Endring i helse, jenterUng-HUNT1 (1985) - Ung-HUNT4 (2017)

Tretthet	(50.6 – 64.8%)	↑
Mobbing	(1.9 – 6.7%)	↑
Ensomhet	(7.8 – 14.3%)	↑
Muskul-smerter og migrene	(32.2 – 58.5%)	↑
Overvekt/fedme	(20.3 – 28.6%)	↑
Fastlegebesøk	(57.9 – 73.9%)	↑
Fysisk inaktivitet	(77.7 – 67.6%)	↓
Høy alko-bruk	(27.2 – 17.1%)	↓

Hvorfor ser færre unge lyst på livet? Utviklingen for opplevd livskvalitet blant ungdom og yngre voksne i Norge

Why do fewer young people look positively on life? The development of subjective well-being among youth and young adults in Norway

Ottar Hellevik

Professor emeritus, Institutt for statsvitenskap, Universitetet i Oslo

Ottar Hellevik tok magistergraden i sosiologi i 1968. Ansatt ved Institutt for statsvitenskap, Universitetet i Oslo, i 1971, fra 1986 som professor, emeritus fra 2014. Har vært bestyrer og dekan. Hadde bistilling ved Ipsos (tidligere MMI) 1984-2019 og var faglig leder for Norsk Monitor. Har ved siden av forskningspublikasjoner utgitt flere lærebøker i forskningsmetode.

ottar.hellevik@stv.uio.no

Tale Hellevik

Seniorforsker, NOVA, OsloMet – storbyuniversitetet

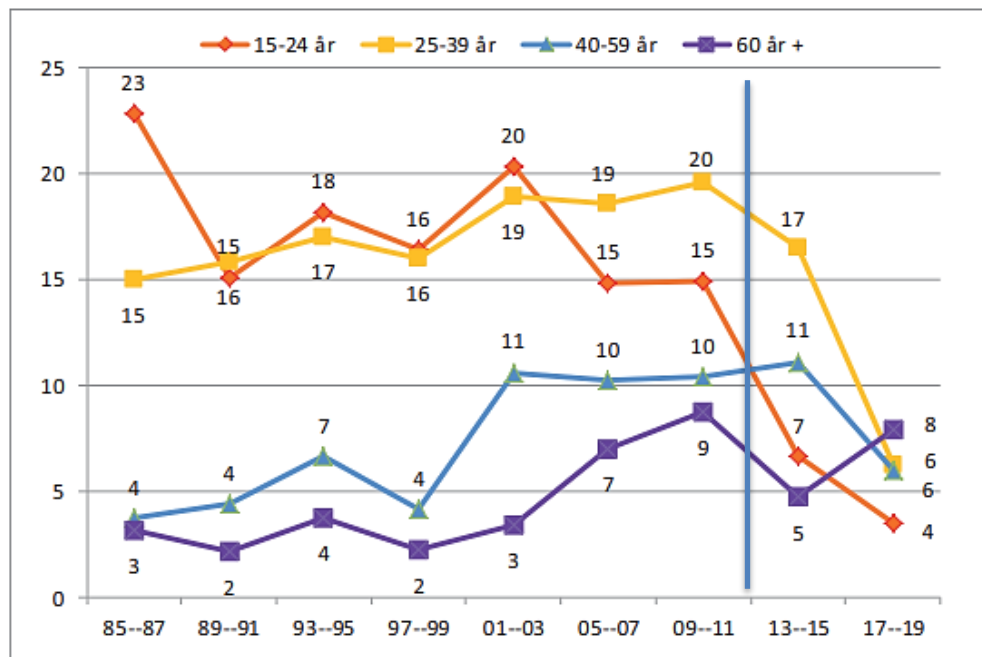
Tale Hellevik er seniorforsker ved velferdsforskningsinstituttet NOVA, hvor hun begynte i 1998. Instituttet er i dag del av OsloMet – storbyuniversitetet. Tok hovedfag i statsvitenskap i 1997 og doktorgrad i sosiologi i 2005, begge ved Universitetet i Oslo. Post doc ble gjennomført innenfor det internasjonale samarbeidsprosjektet The Timing of Life: Understanding cross-national differences in the organization of the life course in Europe.

thelle@oslomet.no

Sammendrag

Tidsserier fra Norsk Monitor for lykkefølelse og tilfredshet med tilværelsen avdekker en markert nedgang mellom 2009 og 2019. Dette i kontrast til utviklingen mellom 1985 og 2009, da nivået var stabilt eller svakt stigende. Det viser seg at denne nedgangen i sin helhet skyldes utviklingen innenfor yngre aldersgrupper (15-24 og 25-39 år) og gjelder både kvinner og menn. Fra å skåre høyst for opplevd livskvalitet ligger de yngre nå lavest. For å forklare denne dramatiske utviklingen har vi lett etter forhold som har en negativ sammenheng med opplevd livskvalitet og som har blitt mer utbredt eller har fått sterkere negativ effekt i løpet av det siste tiåret blant yngre. Vi har analysert et variert utvalg variabler fra Norsk Monitor som ut fra tidligere forskning framstår som aktuelle forklaringer. Det er økende bekymring for hva som vil skje en i framtiden som bidrar mest til nedgangen, både i lykkefølelse og tilfredshet med tilværelsen i de to yngre aldersgruppene. Denne bekymringen henger sammen med frykt for ulike negative hendelser, særlig knyttet til framtidige yrkesmuligheter og egen økonomiske situasjon. Andre forhold som også har bidratt vesentlig til redusert opplevd livskvalitet er misnøye med sosiale relasjoner og med helse, fysisk form og kropp.

file:///C:/Users/steinak/Downloads/Hvorfor_ser_færre_unge_lyst_på_livet_Utviklingen_.pdf



Figur 2. Utvikling for sammenhengen mellom alder og nivå for lykkefølelse. (Prosentovervekt av meget over ikke lykkelige. Norsk Monitor, to og to runder kombinert, 1985+1987 osv.)

Percent of Nordic Teens with High Psychological Distress (Ages 11-15)

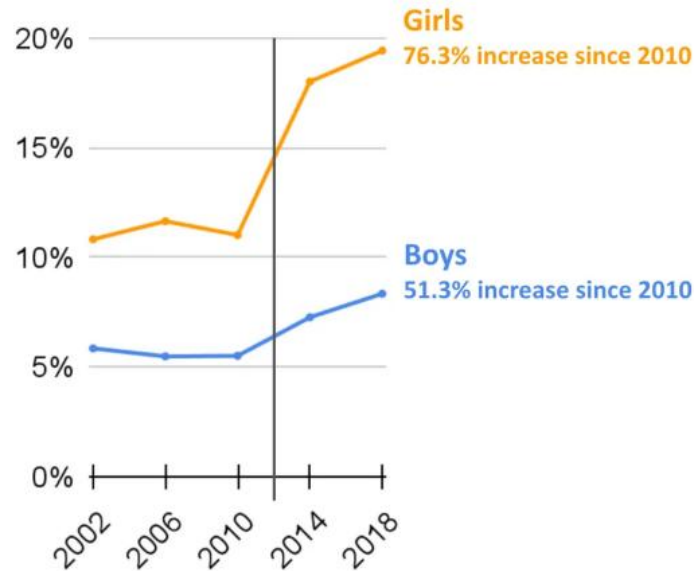
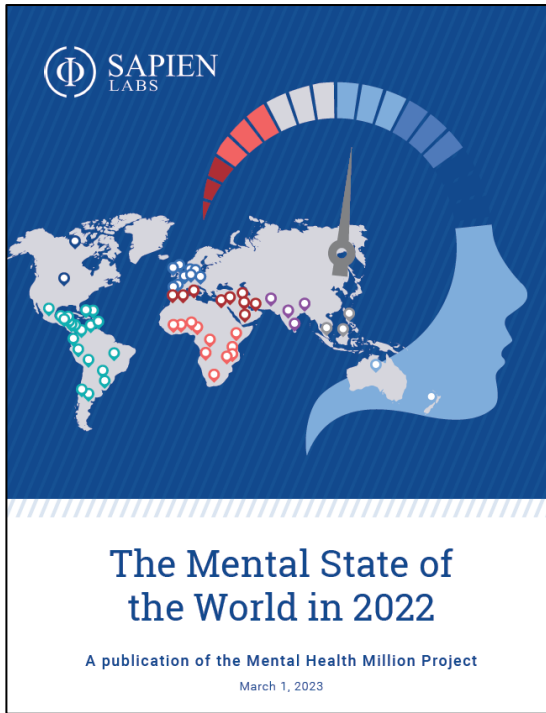


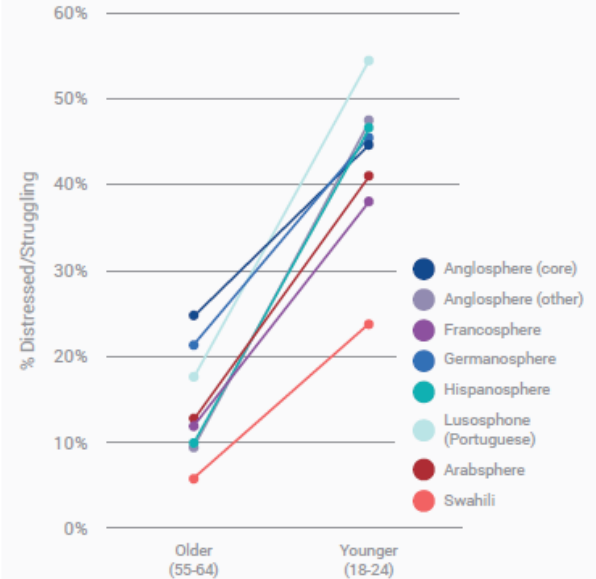
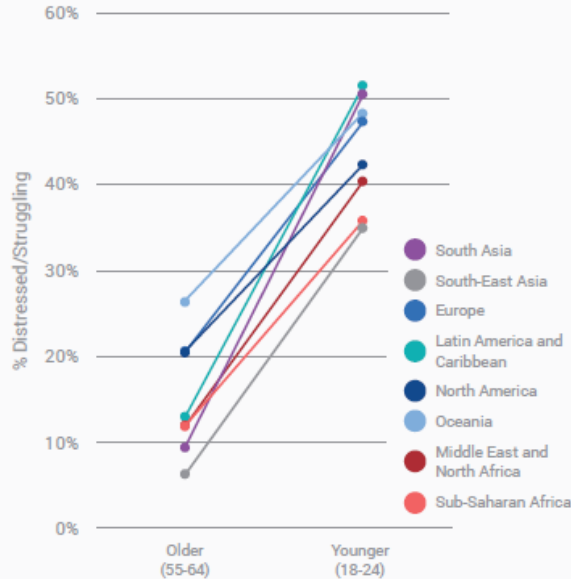
Figure 3. Percent of Nordic Teens with High Psychological Distress. Data from the *Health Behavior in School-Age Children Survey (2002-2018)*. Graphs and data were organized, analyzed, and created by Thomas Potrebny and Zach Rausch. See 1.1.1 of *Nordic Adolescent Mood Disorders since 2010*.



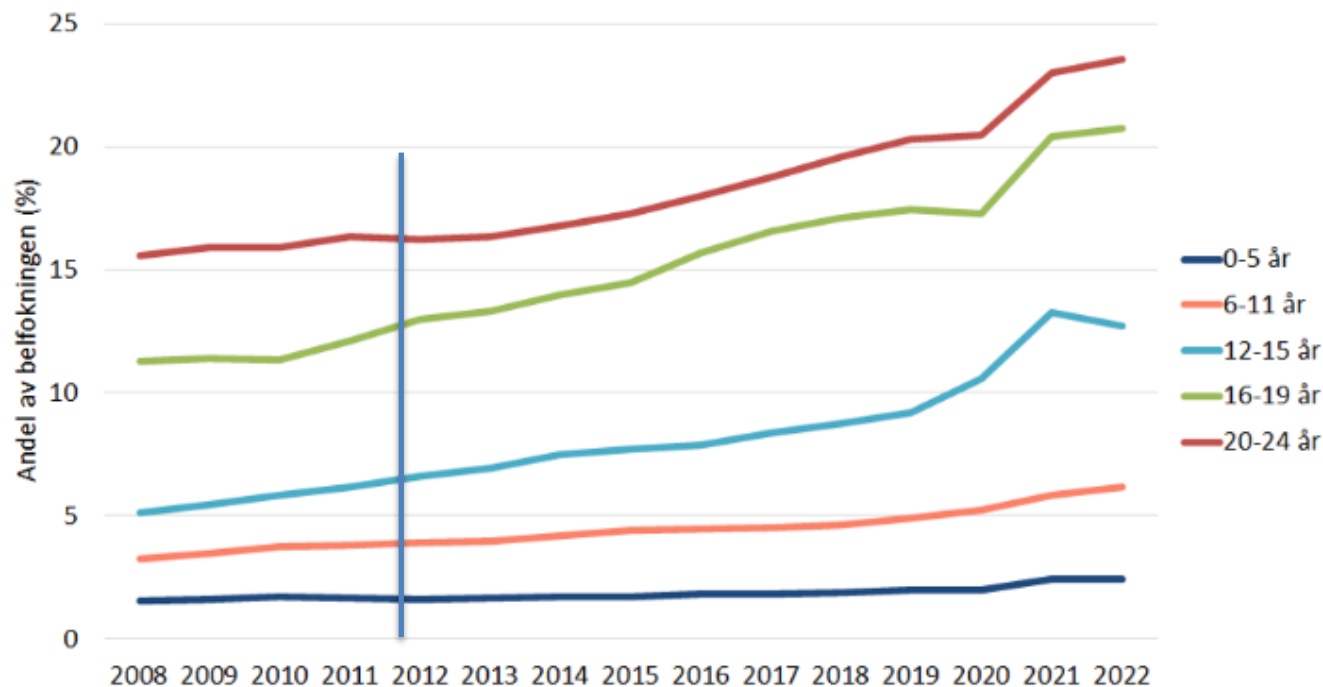
2. The global decline in younger generations

Figure 2.1: Globally young adults are three to four times as likely to struggle with their mental health as their parents' generation

The percentage of those Distressed or Struggling with their mental health is dramatically higher among 18-24 year olds relative to 55-64 year olds across all regions and language groups. This differential in mental health is greatest among the Portuguese and Spanish speakers of Latin America and English speakers of South Asia.



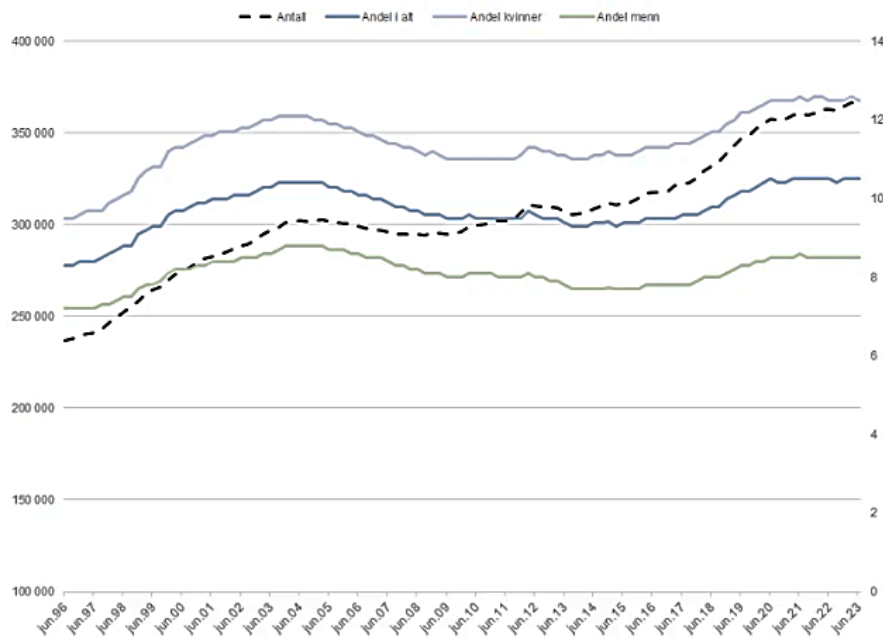
Jenter registrert med psykiske lidelser i primærhelsetjenesten



Figur 3a. Andelen jenter i befolkningen (i prosent) som var registrert med diagnosekode for psykiske lidelser i primærhelsetjenesten i perioden 2008–2022, etter alderskategori. Datagrunnlag: Kontroll og utbetaling av helserefusjoner.

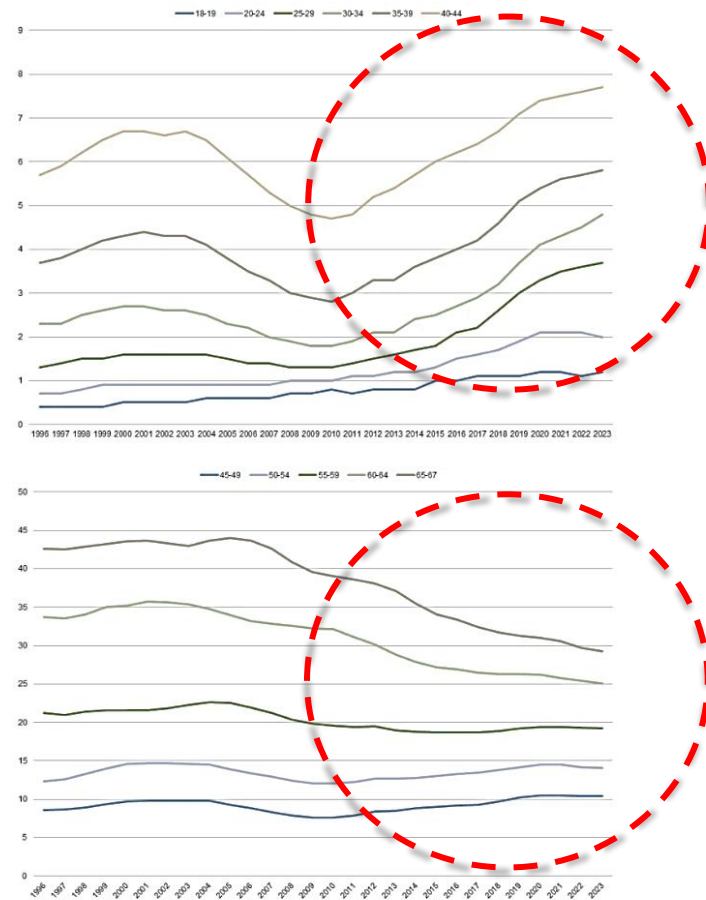
Flere unge uføre, færre eldre

Figur 1. Mottakere av uføretrygd i antall (venstre akse) og som andel av befolkningen 18-67 år* (høyre akse). Kjønn. Per kvartal 30.06.1996-30.06.2023.



Kilde: Nav

Figur 2. Uføreandel av befolkningen etter aldersgrupper (18-67 år). Per 31.03.1996 - 31.03.2023



Kilde: Nav

Forverringen av de unges helse skjedde mellom 2012 og 2020. Hva var det som endret seg akkurat da?

- Tilgang til smarttelefonen blant unge økte fra 60 – 100%
- Ingen andre hoved-forklaringer er foreslått
- GenZ – den første gjennomdigitaliserte generasjonen
- Skjermtid har medført store atferdsendringer
- Sosiale medier samspiller med de fleste andre forhold i de unges liv

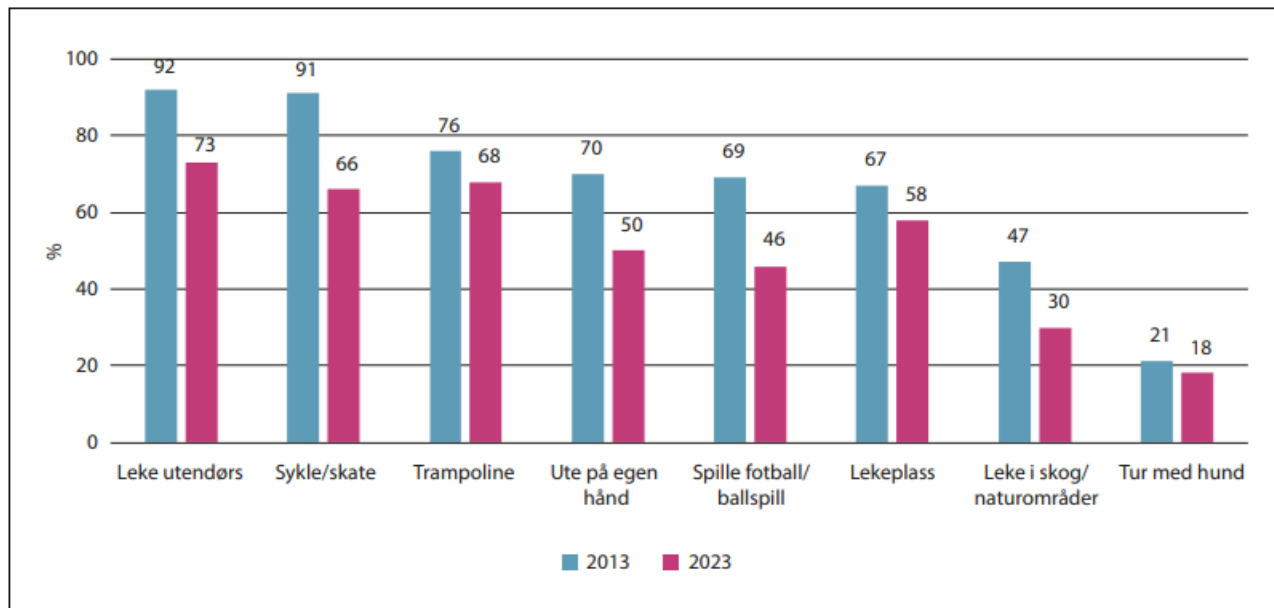
Keyes and Platt. *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 65:4 (2024), pp 384–407.

Twenge, J. M. (2023). *Generations: The Real Differences Between Gen Z, Millennials, Gen X, Boomers, and Silents—and What They Mean for America's Future*. Simon and Schuster.

Smarttelefonen har bidratt til betydelige atferdsendringer

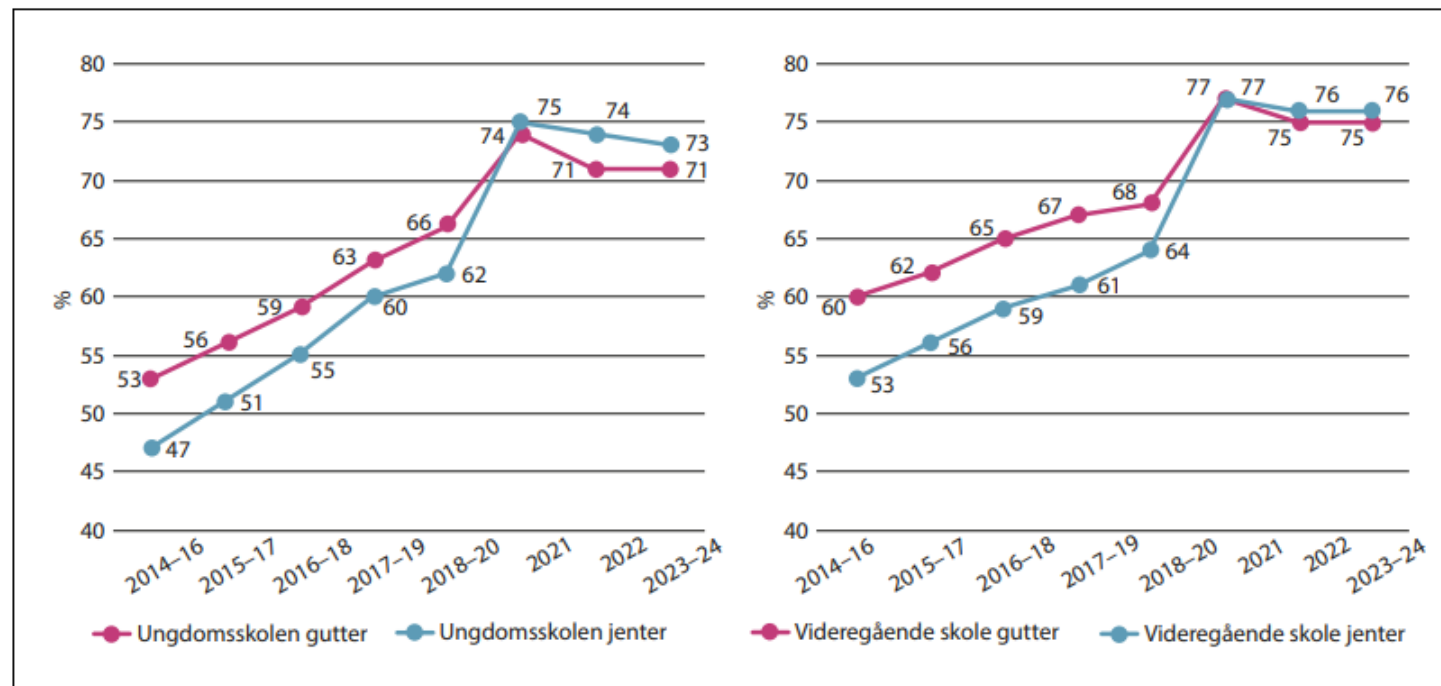
NOU 2024: 20
Det digitale (i) livet

37
Kapittel 3



Sosiale og
fysiske
aktiviteter i
nabolaget

Figur 3.2 Barn fra seks til tolv år som driver med ulike aktiviteter på fritiden i nærmiljøet ukentlig eller oftere i 2013 og 2023, i prosent (n=1456)

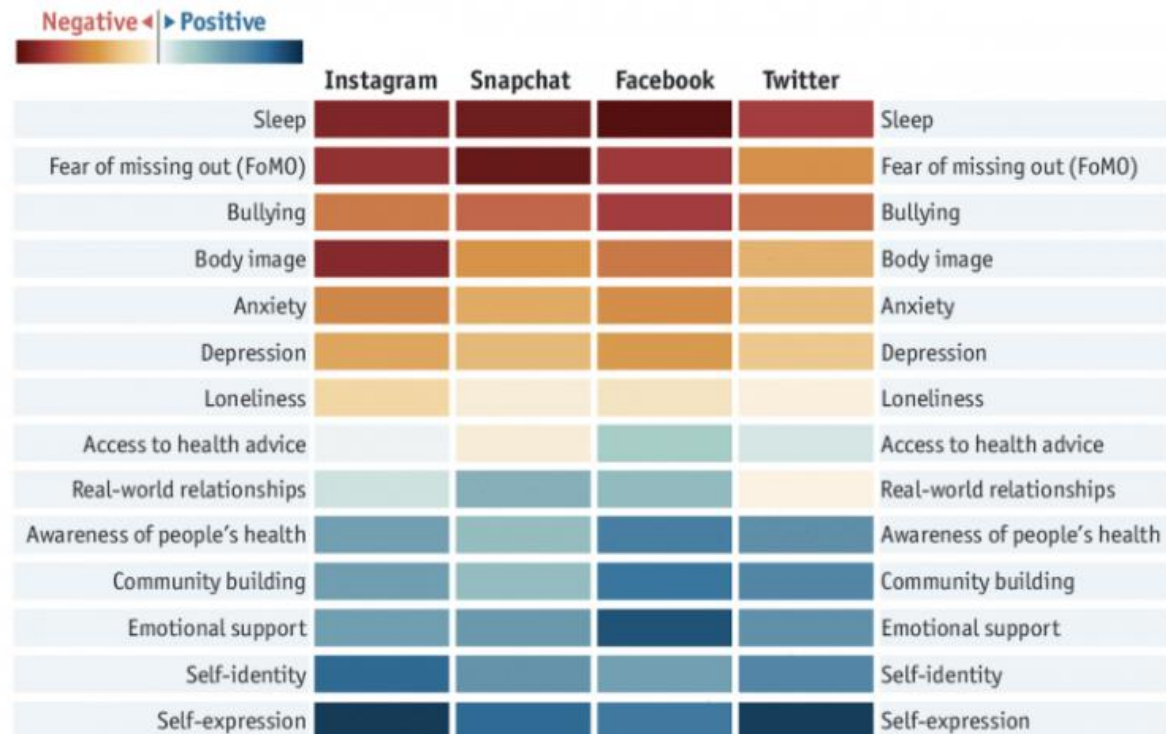


På skjerm
> 3 timer om dagen

Figur 3.4 Utvikling over tid av jenter og gutter i ungdomsskolen og videregående skole som bruker minst tre timer daglig foran en skjerm på fritiden, i prosent (ungdomsskole n=78 628, videregående skole n=58 729)

Like, obsessed

Britain, social media users, 14- to 24-years-old, reported impact on well-being, 2017



Source: Royal Society for Public Health

Economist.com

Men i sum tar
mange unge skade
av sosiale medier.

Royal Society for Public
Health, survey of British teens
ages 14-24, done in 2017.

Samfunnsmessige årsaker til endringer i folkehelsen er sammensatte

Mange endringer er i spill



Stronks, Karien, Loes Crielaard, and Naja Hülvel Rod. "Systems Approaches to Health Research and Prevention." *Handbook of Epidemiology*. New York, NY: Springer New York, 2023. 1-29.

VIRPI@BUSINESSILLUSTRATOR.COM

NBER WORKING PAPER SERIES

WHEN PRODUCT MARKETS BECOME COLLECTIVE TRAPS:
THE CASE OF SOCIAL MEDIA

Leonardo Bursztyn
Benjamin R. Handel
Rafael Jimenez
Christopher Roth

Working Paper 31771
<http://www.nber.org/papers/w31771>

NATIONAL BUREAU OF ECONOMIC RESEARCH
1050 Massachusetts Avenue
Cambridge, MA 02138
October 2023

**Foreldre og ungdom er fanget I en
kollektiv felle**

**PRODUCT MARKETS
COLLECTIVE TRAPS**

Folk kan oppleve negativ nytte av
å ikke bruke et populært produkt.
For eksempel kan det å ikkee være
på sosiale medier føre til sosial
ekskludering

**COMO
Cost-of-missing-out**

Tre egenskaper ved sosiale medier som øker risikoen for psykiske lidelser

Avhengighetsskapende

- Oppmerksomhets-økonomiens verktøy
- Laget for å skape engasjement
- Intermitterende forsterkning
- Automatisk nytt innhold
- Meningsløs tidsbruk

Persontilpasset innhold

- Mer av det samme
- Forsterker innhold som opprettholder psykiske plager
- Utsatt for desinformasjon (influensere) og skadelig innhold (diagnosefabrikk)
- Dras inn i sosiale grupper med liknende problemer (spise. – selvmord)

Sosial sammenligning

- Bygd for selv-presentasjon
- Idealiserte fremstillinger
- Synlig respons for andre
- Utsatt for influensere som er opptatt av syk perfeksjonisme, kroppsfokus osv

Big-Tech har stjålet unge menneskers **oppmerksomhet**



healthcare



Article

The Struggle for Human Attention: Between the Abuse of Social Media and Digital Wellbeing

Santiago Giraldo-Luque ¹, Pedro Nicolás Aldana Afanador ¹ and Cristina Fernández-Rovira ^{2,*}

¹ Communication and Journalism Department, Autonomous University of Barcelona, 08193 Barcelona, Spain; santiago.giraldo@uab.cat (S.G.-L.); pedronicolas.aldana@e-campus.uab.cat (P.N.A.A.)

² Communication Department, University of Vic-Central University of Catalonia, 08500 Barcelona, Spain

* Correspondence: cristina.fernandez1@uvic.cat; Tel.: +34-938-86-12-22

Received: 27 September 2020; Accepted: 17 November 2020; Published: 19 November 2020



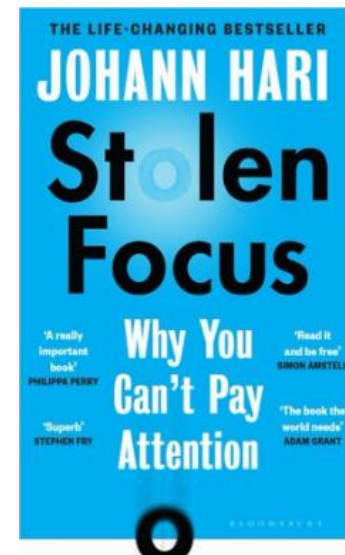
Abstract: Human attention has become an object of study that defines both the design of interfaces and the production of emotions in a digital economy ecosystem. Guided by the control of users' attention, the consumption figures for digital environments, mainly social media, show that addictive use is associated with multiple psychological, social, and physical development problems. The study presented develops a theoretical proposal regarding attention. In the first part, the research analyzes how attention has been studied and how it behaves using three disciplines: neurophysiology, neuropsychology, and economics. In the second part, considering this general framework, the study uses categories of the three disciplines to explain the functioning of social media, with special emphasis on their interactive, attractive, and addictive design. Finally, the article presents, as a practical example of the exposed theory, the main results of two case studies that describe social media consumption among young people. The research shows the relevance of the theoretical study of attention as a key element by which to understand the logics that dominate the interactive design of social media. It also uses a multidisciplinary perspective. The addictive behaviors identified in the two examples support the theoretical proposals and open research lines oriented to the measurement and understanding of the attention given to social media.

- Målet er å fange brukernes oppmerksomhet og data
- 5 milliarder brukere av sosiale medier overvåkes hvert sekund av 5 selskaper
- Meta Inc (California, USA),
- Alphabet (California, USA)
- Tencent (Shenzhen, Kina),
- ByteDance (Beijing, Kina), og
- Sina Corporation (Beijing, Kina).
- Kommersielle oppmerksomhetsmonopoler
- Den "mest standardiserte og mest sentraliserte formen for oppmerksomhetskontroll i menneskehetens historie"
- "Destruktivt, på grunn av den kognitive manipulasjonen det innebærer"

<https://www.mdpi.com/2227-9032/8/4/497>

Mobilbruk svekker skoleprestasjoner

- Avhengighet – tidsbruk
- Fysiske plager (hodepine, muskel-nakkesmerter, magesmerter)
- Søvnmangel og dårlig søvn
- Psykiske plager (bekymring og tristhet)
- Nedsatt selvbilde
- Problemer med konsentrasjon og oppmerksomhet
 - Amez, S., & Baert, S. (2020). Smartphone use and academic performance: A literature review. *International journal of educational research*, 103, 101618.
 - Paterna, A., Alcaraz-Ibáñez, M., Aguilar-Parra, J. M., Salavera, C., Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2024). Problematic smartphone use and academic achievement: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*.
 - Liu, X., Luo, Y., Liu, Z. Z., Yang, Y., Liu, J., & Jia, C. X. (2020). Prolonged mobile phone use is associated with poor academic performance in adolescents. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 23(5), 303-311.



Bakteppet er enda mer alvorlig:

Gig Tech truer også vår samfunnsmodell og vårt demokrati, fordi disse mediene svekker pressen og fremmer høyre-ekstreme bevegelser, og forsterker sosiale og økonomiske forskjeller

MORGENBLADET

KOMMENTAR

Et skred av tek-milliardærer har sluttet opp om Donald Trump

Det politiske slaget i Silicon Valley er avgjørende for høstens presidentvalg, skriver Lena Lindgren.



Tek-milliardærene har en politisk agenda. Internasjonalt erklærer de det hvite vestens suverenitet, nasjonalt angriper de minoriteters rettighetskamp og woke, skriver Lena Lindgren. (Foto: Tor Bomann-Larsen)

Publisert: 09 august 2024



Editorial

Health promotion in the algorithmic age: recognizing the information environment as a determinant of health

Forty years ago, the Ottawa Charter for Health Promotion re-framed health as a resource for everyday life and called for action across five domains: building healthy public policy, creating supportive environments, strengthening community action, developing personal skills, and reorienting health services (World Health Organization 1986). That framework was transformative, establishing a new public health through a socio-ecological lens. Its principles still resonate, but the world has changed.

The Charter recognized the importance of health information for health and well-being, which later evolved into the concept of health literacy: the ability to access, evaluate, and use health information, now even more essential in today's digital world (Liu *et al.* 2020, Muscat *et al.* 2022).

Four decades later, the information environment has become central to public health. It is the dynamic system of all information, agents, and processes, spanning individuals, organizations, technologies, and their interactions, that shape how people create, share, and engage with meaning (The Royal Society *et al.* 2020). Once dominated by one-way communication through newspapers, radio, and television, with health professionals as the main conduits of health messages,

how information and marketing influence health were already present. The International Code of Marketing of Breast-milk Substitutes warned against commercial promotion undermining breastfeeding (World Health Organization 1981). By 1997, the World Health Assembly adopted a resolution on cross-border advertising and sales of medical products online, cautioning that unregulated marketing could threaten patients and public health (World Health Organization 1997). These early debates foreshadowed today's challenges with the digital marketing of unhealthy products (Ashtari and Taylor 2023).

By the late 1990s, the internet entered households. Search engines organized the growing web, messengers connected people in real time, and Google quickly became the dominant gateway to knowledge. A BMJ editorial described “information epidemics,” warning that misinformation could spread online with epidemic force, exacerbating inequities (Coiera 1998). The internet soon shifted from a digital library to an ecosystem designed to monetize attention, engagement, and personal data. With social media, users became both producers and consumers of content, while platform design and algorithms curated what people saw, shaping opinions, interests, and decision-making.

Downloaded from <https://academic.oup.com/heapro/article/40/5/daaf166/6938>

Fremme helse

- Ottawa-charteret gir en ramme for å møte mennesker der livet utfolder seg: der vi bor, jobber, ber, leker og samles, **men også hvor vi blar, søker, strømmer og knytter kontakt**
- Støttende miljøer betydde tidligere trygge skoler, sunne arbeidsplasser og rene nabolag. I dag må de også bety **trygge informasjonsøkosystemer**

La barndommen være smarttelefonfri



Høring av forslag til lov om aldersgrense for bruk av sosiale medier

Høring | Dato: 07.07.2025

Barne- og familiedepartementet og Digitaliserings- og forvaltningsdepartementet (departementene) sender med dette på høring forslag til ny lov om aldersgrense for bruk av sosiale medier.

Status: På høring

Høringsfrist: 07.10.2025

Hvilket verktøy kan vi bruke: ABC for god psykisk helse



Gjør noe aktivt ACT

Hvis du holder deg aktiv,
vil du føle deg mer glad - oftere.
Du kan være aktiv på mange måter -
både fysisk, sosialt og mentalt.
Å være i aktivitet styrker
din psykiske helse!



Gjør noe sammen BELONG

Når du er med på sosiale aktiviteter
og bygger gode relasjoner til andre,
får du en følelse av å høre til og ha verdi.
Å være en del av fellesskapet gir deg
støtte i hverdagen, og styrker
din psykiske helse!



Gjør noe meningsfylt COMMIT

Når du jobber for en god sak eller
gjør noe godt for andre, gjør du noe
meningsfylt. Å hjelpe andre
gir mening, glede og takknemlighet.
Å gjøre noe meningsfylt styrker
din psykiske helse!

<https://www.abcforgodpsykiskhelse.no/>

Ny bok om ABC kan bidra til en viktig dreining

- ✓ fra å være opptatt av psykisk sykdom til god psykisk helse
- ✓ fra å skulle løse utforingene i helsetjenesten til å løse dem i fellesskap
- ✓ fra å være overopptatt av følelser til å gi råd om atferd
- ✓ fra å snakke om det vonde til å gjøre det gode
- ✓ fra egoisme til altruisme

Brinkmann, S. (2023). *Oplevelsessamfundet*. Samfundslitteratur.

ABC FOR GOD PSYKISK HELSE - FRA TEORI TIL PRAKSIS - EMBLA AKADEMISK

