

Aktiivinen kulkeminen koulumatkoilla siirtyy sukupolvelta toiselle

Kirjoittajat: Tuuli Suominen^{1,2}, Tuomas Kukko², Xiaolin Yang², Katja Pahkala^{3,4,5}, Suvi Rovio^{3,4,6}, Mirja Hirvensalo¹, Mika Kähönen⁷, Olli Raitakari^{3,4,8}, Tuija Tammelin², Kasper Salin¹

Kirjoittajien taustayhteisöt:

1 Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto, Jyväskylä

2 Likes, hyvinvointiyksikkö, Jyväskylän ammattikorkeakoulu, Jyväskylä

3 Sydäntutkimuskeskus, Turun yliopisto, Turku

4 Väestötutkimuskeskus, Turun yliopisto ja Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri, Turku

5 Paavo Nurmi keskus, Turun yliopisto ja Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri, Turku

6 Kansanterveystiede, Turun yliopisto ja Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri, Turku

7 Kliininen fysiologia, lääketieteen ja terveysteknologian tiedekunta, Tampereen yliopisto

8 Kliininen fysiologia ja isotooppilääketiede, Turun yliopisto ja Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri, Turku

Asiasanat: Aktiivinen kulkeminen, fyysinen aktiivisuus, koulumatka, lapsuus, nuoruus

Tausta:

Koulumatkojen kulkeminen aktiivisesti, kuten kävellen tai pyörällä, on tärkeä arkiaktiivisuuden muoto lapsille ja nuorille. Vanhemmilla on merkittävä vaikutus siihen, kuinka heidän lapsensa kulkevat koulumatkansa. Elintavat, kuten fyysinen aktiivisuus, siirtyvät usein sukupolvelta toiselle. Tässä tutkimuksessa selvitettiin, onko vanhempien lapsuuden ja nuoruuden aktiivinen koulumatkakulkeminen yhteydessä heidän jälkeläistensä vastaavaan käyttäytymiseen.

Menetelmät:

Tutkimus perustuu Lasten sepelvaltimotaudin riskitekijät -pitkittäistutkimukseen, joka alkoi vuonna 1980. Vuoden 2018 seurannassa mukaan kutsuttiin myös alkuperäisten tutkittavien lapset. Tässä tutkimuksessa hyödynnettiin 660 vanhempi-lapsiparin itseraportoitua koulumatkakulkemista vuosilta 1980–1986 (vanhemmat, 9–18-vuotiaat, 53 % tyttöjä) ja 2018 (lapset, 7–20-vuotiaat, 52 % tyttöjä). Polkumallilla tarkasteltiin vanhempien koulumatkakulkemisen yhteyttä heidän lastensa koulumatkakulkemiseen. Tarkastelussa otettiin huomioon sekä vanhemman että lapsen koulumatkan pituus, kouluaste, sukupuoli, asuinympäristö, vanhempien koulutus ja perheen tulotaso.

Tulokset:

Koulumatkan pituus oli käänteisesti yhteydessä aktiiviseen kulkemiseen molemmilla sukupolvilla ($\beta \leq -0,75$; $p < 0,001$). Vanhempien lapsuuden ja nuoruuden aktiivinen koulumatkakulkeminen oli positiivisessa yhteydessä heidän lastensa aktiiviseen koulumatkakulkemiseen ($\beta = 0,14$; $p < 0,01$). Esimerkiksi koulumatkan pituuden kasvaminen kolmesta neljään kilometriin vähensi lapsen aktiivisen kulkemisen todennäköisyyttä 13 prosenttiyksikköä (OR = 0,46) kun taas vanhemman aktiivinen kulkeminen lisäsi sitä vastaavalla matkalla 4 prosenttiyksikköä (OR = 1,28). Kouluasteittaisissa jatkotarkasteluissa sukupolvien välinen yhteys oli tilastollisesti merkitsevä vain alakouluikäisillä ($\beta = 0,29$; $p = 0,001$).

Johtopäätökset ja sovellettavuus:

Aktiivinen kulkeminen koulumatkoilla voi siirtyä sukupolvelta toiselle. Yhteys on kuitenkin melko heikko ja heikkenee siirryttäessä ylemmille kouluasteille. Ylisukupolvinen yhteys saattaa heijastaa vanhempien omia asenteita ja kokemuksia koulumatkaliikumisesta, jotka voivat vaikuttaa siihen, miten he tukevat ja mahdollistavat lastensa aktiivista kulkemista. Riittävän lyhyet koulumatkat ovat keskeinen tekijä aktiivisen kulkemisen mahdollistamisessa. Aktiivisia kulkutapoja tukemalla voidaan edistää sekä nykyisten että tulevien sukupolvien liikumista ja hyvinvointia.