

SvD

Många äldre skåningar tränar hårt

Var femte man och var sjätte kvinna i åldrarna 70 år och uppåt ägnar sig åt mer ansträngande motion, exempelvis två timmar gymnastik eller löpning per vecka. Hälften av alla män och kvinnor ägnar sig åt någon form av motion upp i 80-årsåldern.

Det tyder en sammanställning ur en kommande studie på, som har gjorts av professor Sölve Elmståhl på Geriatriskt utvecklingscentrum vid Universitetssjukhuset Mas i Malmö.

Han är överraskad av den positiva inställningen till idrott som de födda på 10-, 20- och 30-talet har. Men han befarar att framtida äldregenerationer kommer att ha helt andra och sämre vanor.

- Vi har sett en förbättring av hälsan i Sverige i många år bland 80- och 90-åringarna, men nu kommer alltmer motstridiga signaler. Jag är synnerligen tveksam till om den nivå som finns nu, kommer att hålla i framtiden, säger Sölve Elmståhl till Sydsvenskan.

Sammanställningen som Elmståhl har gjort för tidningens räkning bygger på ett forskningsprojekt där 2 900 skåningar i åldrarna 60-93 år ingår.

// MALMÖ TT