

## Forskningsprojektet IMPA

### Implementering av fysisk aktivitet på recept för barn som har obesitas

#### (Implementation of Physical Activity on prescription for children with obesity)

Detta är en kort beskrivning av forskningsprojektet IMPA. Projektet handlar om hur barn som har obesitas kan få stöd till en aktiv livsstil och bli mer fysiskt aktiva och syftar till att förbättra barnens hälsa och välmående.

#### **Bakgrund**

Övervikt och obesitas ökar kraftigt i vårt samhälle och anses idag vara ett stort folkhälsoproblem. En av de främsta anledningarna till obesitas bland barn är att man rör sig för lite under tidig barndom och under uppväxtåren. Obesitas i barndomen har ett starkt samband med obesitas som vuxen, varför det är viktigt att behandla obesitas hos barn. Det finns även ett tydligt samband mellan fysisk aktivitet och risk för olika sjukdomar, till exempel diabetes 2 och högt blodtryck. Dessa sjukdomar går allt längre ner i åldrarna och yngre barn drabbas i allt högre utsträckning.

#### **FaR**

Fysisk aktivitet på recept (FaR) är en intervention som används för både barn och vuxna för att främja en aktivare livsstil. För vuxna har forskning visat att FaR leder till ökad aktivitetsnivå men för barn vet vi inte om samma sak gäller. Än så länge är detta viktiga område i princip obeforskat!

Nationellt används FaR för barn och unga i olika regioner. I Göteborg erbjuds FaR bland annat på barn- och ungdomsmedicinska mottagningar, med möjlighet till utökat stöd till barn och föräldrar via FaR-mottagningar. Även om interventionen används saknas kunskap om hur den kan införas och anpassas till olika verksamheter samt om upplevda hinder och underlättande faktorer för att arbeta med FaR för barn med fetma. Innan FaR kan införas i större omfattning är det viktigt att undersöka dess genomförbarhet och att studera förutsättningar för framgångsrik implementering.

#### **Projektet**

Projektet IMPA handlar om att undersöka hur FaR fungerar för barn som har obesitas och hur den bäst kan anpassas till patientgruppen. För att ta reda på detta har vi i en första fas gjort en enkätstudie bland personal och chefer i barnsjukvården samt en fokusgruppstudie. Utifrån denna kartläggning har vi anpassat FaR och utvärderar nu den anpassade metoden i en andra fas på en grupp barn och föräldrar. Effekter på fysisk aktivitetsnivå mäts med rörelsemätare och effekter på fysiskt och psykiskt mående med frågeformulär och blodprover. Vi kommer också att intervjua barn och dess föräldrar om deras upplevelser av FaR.

Den kunskap projektet förväntas generera om FaR för barn som har obesitas kan komma att ligga till grund för implementering av metoden i större skala. Vi som står bakom forskningsprojektet är en forskargrupp knuten till Göteborgs universitet och Lunds universitet samt Regionhälsan, Västra Götalandsregionen.

För frågor om projektet, kontakta:

Ansvarig forskare: Susanne Bernhardsson, forskningsledare, FoUUI primär och nära vård, Regionhälsan samt docent, Inst för Neurovetenskap och fysiologi, Göteborgs Universitet,  
tel 0733-223950, epost: [susanne.bernhardsson@vgregion.se](mailto:susanne.bernhardsson@vgregion.se)

*Tack för visat intresse för denna forskning!*