

# Fra kunnskap til handling

Forebygging og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge

Samlerapport 2016-2019

---



## Innhold

---


Innledning	side 3-4
Landsdekkende kurs	side 5
Kursinnhold og hjemmeoppgave	side 5-6
Antall deltakere og yrkesgrupper	side 7
Nedslagsfelt	side 8
Evaluering fra deltakerne	side 9
Referansegruppe og arbeidsgruppe	side 10-11
Foredragsholdere	side 11-12
Erfaringer og videre plan	side 12-13
Skrevet av	side 14

## Innledning

«Fra kunnskap til handling» er et tverrfaglig, nasjonalt prosjekt, der hovedmålsetting er økt kompetanse på forebygging og behandling av livsstilssykdom og overvekt hos barn og

unge. «Fra kunnskap til handling» består av 3 delprosjekt.

Seksjonsoverlege Samira Lekhal er initiativtaker og leder av hele prosjektet.

Delprosjekt 1 Faglig kompetanseheving hos helsepersonell	Delprosjekt 2 Faglig kompetanseheving i barnehage og SFO 	Delprosjekt 3 Forbrukerforståelse
Faglige retningslinjer	Faglige retningslinjer	Rapport om virkemidler – Hvordan få forbrukerne til å velge sunnere?
Kurs- og kompetanseutvikling	Samlet kunnskapsplattform	Økt kunnskap i næringen
	Kurs- og kompetanseutvikling	Økt kunnskap hos beslutningstakerne

### Delprosjekt 1

Kompetanseløft for helsepersonell gjennom nasjonale kurs. Kurs for helsepersonell gjennomføres i alle regionale helseforetak og har p.t. gjennomført 3 runder med oppstart høsten 2016.

Kursene har som mål å gi økt kompetanse om hvordan i praksis veilede familier med overvekt og fedme gjennom et sunnere kosthold, mer fysisk aktivitet og mindre stillesitting. Kurset gir bl.a. praktisk innføring i basis samtaleteknikk og bruk av [www.kostverktøyet.no](http://www.kostverktøyet.no). I tillegg er det fokus på diagnose og utredning, rolle, forebygging og behandling, samt fysisk aktivitet.

Dette arbeidet er forankret i samtlige regionale helseforetak og i primær- og spesialisthelsetjenesten. Sentrale samarbeidspartnere er Helsedirektoratet, Universitet i Oslo og Oslo MET.

Seksjonsoverlege Samira Lekhal ved Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold leder dette arbeidet. Prosjekt- og forskningskoordinator Linda Mathisen deltar i arbeidet som nasjonal kurskoordinator og gjør blant annet det praktiske arbeidet rundt kurs, møter og rapporteringer.

### Delprosjekt 2

**SunnereBarn** er et kompetanseløft for ansatte i barnehage og SFO med hovedmålsetting om å fremme sunnere kosthold, økt matglede, økt kunnskapsnivå og endring i det faktiske mattilbudet. Det er utarbeidet en kunnskapsplattform/nettportal med e-læringskurs og kursmaterieell for ansatte, dette vil kunne bidra til økt kompetanse og utbredt bruk av nasjonale og internasjonale retningslinjer for kosthold og fysisk aktivitet i daglig praksis. Arbeidet startet opp høsten 2017 og fikk navnet SunnereBarn.

*I 2019 har  
4000 ansatte  
tilsvarende  
35000 barn  
vært med på  
SunnereBarn.*

Det ble tildelt midler fra GjensidigeStiftelsen for utvikling av konseptet og SunnereBarn tilbyr per i dag kompetansepakke med e-læringsmoduler, opplæringsmaterieil, utarbeidet handlelister med nøkkelhull og bestillingsmuligheter på mat. I tillegg er det utarbeidet et nettbasert skåringsverktøy som evaluerer hvordan barnehage og SFO jobber med mat og måltid – Måltidssjekken. Denne skårer nivå av kunnskap, holdninger, rutiner og hvordan det faktiske mattilbudet er. Prosjektet driftes gjennom GreeNudge Health AS med Samira Lekhal som prosjektleder, Helena Slapø som prosjektkoordinator på konsept og utvikling og Linda Mathisen som prosjektkoordinator for kurs og kommunikasjon.

SunnereBarn har flere strategiske samarbeidspartnere; OsloMET, Handelshøyskolen BI, Opplysningskontorene for frukt og grønt og brød og korn, Landslaget for mat og helse i skolen. Samt næringslivsaktørene ASKO, BAMA, Mills, Lerøy Sjømathus og Nortura. [www.sunnerebarn.no](http://www.sunnerebarn.no)

### **Delprosjekt 3**

Målsetting om økt kompetanse og kunnskap om forbrukeratferd med fokus på tiltak som medfører at forbruker velger sunnere alternativer. Første del av arbeidet var å lage en vitenskapelig rapport om forbrukeratferd. Dette arbeidet ble gjennomført som et samarbeid mellom NOFIMA, SIFO, UiO, Senter for Sykelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold og GreeNudge ved.

Rapporten er en beskrivende oppsummering av forskningsfunn som viser hvordan utforming av matvareprodukter, dagligvareforretninger, restauranter og skoler påvirker hva forbruker kjøper. Rapporten ble ferdigstilt i 2017 og lansert 30.03.17.

Rapporten finnes her:

<http://greenudge.org/wp-content/uploads/2018/03/GreeNudge-Fra-kunnskap-til-handling-rapport-2017.pdf>

***Denne rapporten omhandler delprosjekt 1 og beskriver antall deltakere, nedslagsfelt, yrkesgrupper og evalueringer fra kursdeltakere.***

## Landsdekkende kurs

I perioden august 2016 – februar 2019 har vi kurset helsepersonell over hele Norge. «Fra kunnskap til handling – Overvekt og fedme hos barn og unge» er et kurs som primært er ment for primærhelsetjenesten. Kursene har blitt gjennomført i alle regionale helseforetak gjennom 3 kursrunder, bortsett fra i Helse Nord på siste runde pga. for lavt antall påmeldte.

Etter flere arbeidsgruppemøter med planlegging, strategi og nedsetting av program, startet vi kursingen av helsepersonell i august 2016. Opprinnelig ble kursene planlagt og gjennomført over 3 kursdager i 2 deler; 2 dager sammenhengende og siste kursdag ca 1 måned senere. I siste runde etter kommentarer og evaluering, så man at det holdt med 2 litt lengre dager.

### Kurskalender kursrunde 1 2016/2017

Helseforetak	Kursdato	Sted
Helse Sør-Øst	24.08., 25.08. + 29.09.16.	Helsedirektoratet i Oslo
Helse Midt-Norge	26.10., 27.10. + 24.11.16.	Folkeuniversitetet + St.Olavs Hospital i Trondheim
Helse Vest	08.11., 09.11. + 07.12.16.	Haukeland Sykehus i Bergen
Helse Nord	25.01., 26.01. + 02.03.17.	Universitetet i Tromsø

### Kurskalender kursrunde 2 2017/2018

Helseforetak	Kursdato	Sted
Helse Sør-Øst	16.08., 17.08. + 14.09.17.	Helsedirektoratet i Oslo
Helse Midt-Norge	08.11., 09.11. + 07.12.17.	Kunnskapssenteret Trondheim
Helse Vest	16.01., 17.01. + 14.02.18.	Haukeland Sykehus i Bergen
Helse Nord	14.03., 15.03. + 12.04.18.	Nordlandssykehuset Bodø

### Kurskalender kursrunde 3 2018/2019

Helseforetak	Kursdato	Sted
Helse Midt-Norge	11.09.-12-09.18.	Kunnskapssenteret Trondheim
Helse Sør-Øst	28.11.-29.11.18.	Helsedirektoratet i Oslo
Helse Vest	06.02.-07.02.19.	Haukeland Sykehus i Bergen
Helse Nord	Planlagt april-19	Ingen kurs pga. for få påmeldte

## Kursinnhold og hjemmeoppgave

Alle i arbeidsgruppen har vært med å bestemme kursets innhold, varighet og utvalgte foredragsholdere. Programmet har

vært likt i alle helseforetak og inneholdt disse hovedtemaene:

- Rolle, forebygging og behandling.
- Diagnose og utredning.
- Riktig og balansert kosthold.
- Kostverktøyet.
- Meningsfylt fysisk aktivitet – motivasjon og mestring.

- Samtalekunst – motiverende samtale, den vanskelige førstesamtalen, familiedynamikk, familiebasert atferdsterapi og behandling av forstyrret spiseatferd.
- Egne erfaringer – presentasjon av analyse fra egen arbeidsplass, kasuistikk og veiledning i plenum.

Hjemmeoppgaven skulle gjennomføres mellom kursdag 2 og 3 med et arbeidsomfang på ca 5 timer og 1-2 sider under kursrunde 1 og 2, men ble sendt i forkant av kurs under kursrunde 3. Flere fra samme kommune/arbeidsplass kunne gå sammen for å løse oppgaven som skulle gi en oversikt over hvordan deres arbeidsplass jobber med å forebygge og behandle overvekt og fedme hos barn og unge. Vi ba også samtlige kursdeltagere om å beskrive hvordan egen

arbeidsplass/kommune kunne jobbe bedre, hvordan dagens ressurser utnyttet eller kunne utnyttet bedre. Oppgaven ble sendt inn til oss ca 1 uke før siste kursdag for gjennomlesing og kursleder Samira Lekhal trakk ut noen av de innsendte oppgavene som ble brukt til diskusjon i plenum for å fremme læring. Dette ble meget godt mottatt av deltakerne på alle kursene.

## Program

### Dag 1

Kl.	Emne
1000-1025	Registrering
1025-1030	Velkommen
1030-1115	Rolle, forebygging og behandling
1115-1145	Diagnose, utredning og behandlingsmål
1145-1200	Pause med frukt
1200-1245	Diagnose og utredning
1245-1315	Lunsj
1315-1340	Riktig og balansert kosthold – Anbefalt kosthold til barn med overvekt og fedme
1340-1405	Riktig og balansert kosthold – <a href="http://www.kostverktøyet.no">www.kostverktøyet.no</a>
1405-1450	Riktig og balansert kosthold – Kasuistikker med bruk av Kostverktøyet
1450-1500	Pause med frukt
1500-1600	Meningsfull fysisk aktivitet for barn og ungdom med fedme
1600-1700	Meningsfull fysisk aktivitet - Motivasjon og mestring

### Dag 2

Kl.	Emne
0900-1000	Samtalekunst – Familiedynamikk, familiebasert atferdsterapi og behandling av forstyrret spiseatferd
1000-1015	Pause med frukt
1015-1115	Samtalekunst – Familiedynamikk, familiebasert atferdsterapi og behandling av forstyrret spiseatferd
1115-1145	Samtalekunst - Den vanskelige førstesamtalen
1145-1215	Lunsj
1215-1400	Samtalekunst - Motiverende samtale og atferdsendring
1400-1415	Pause med frukt
1415-1545	Egne erfaringer – presentasjon av analyse fra egen arbeidsplass. Kasuistikk og veiledning i plenum
1545-1600	Oppsummering/ta med hjem-budskap

## Antall deltakere og yrkesfordeling

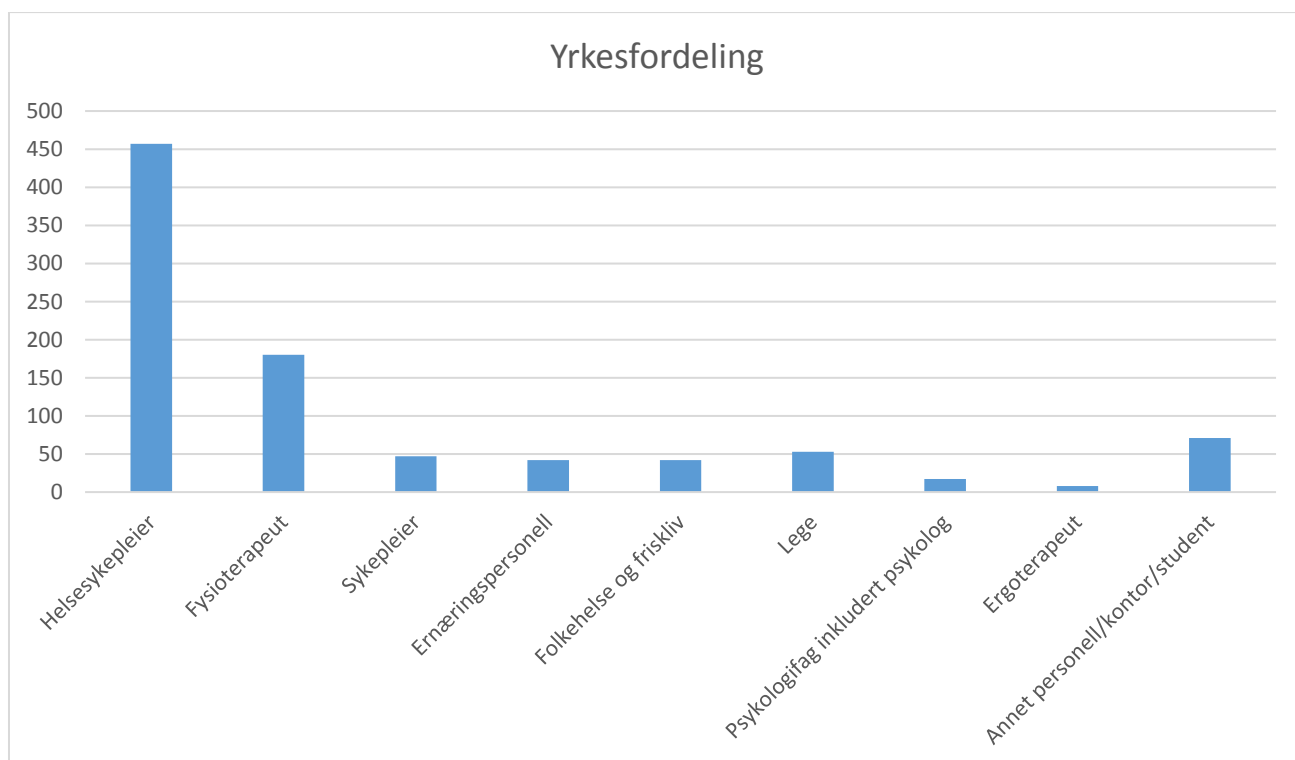
Gjennom alle 3 kursrundene har totalt 917 helsepersonell deltatt på kurs.

Den aller største faggruppen som har deltatt på kursene er helsesykepleiere og deretter fysioterapeuter. I tillegg har det deltatt sykepleiere, ernæringspersonell,

familieterapeuter, folkehelse- og frisklivscoordinatorer. Det har også deltatt leger, psykologer, samt andre som kontorpersoneell, selvstendige næringsdrivende og studenter.

### Yrkesfordeling

Helsesykepleier	457
Fysioterapeut	180
Sykepleier	47
Ernæringspersonell	42
Folkehelse og friskliv	42
Lege	53
Psykologifag inkludert psykolog	17
Ergoterapeut	8
Annet personell/kontor/student	71
<b>Totalt</b>	<b>917</b>



## Nedslagsfelt

Gjennom alle kursrunder har vi kurset helsepersonell fra samtlige fylker og 229 kommuner.

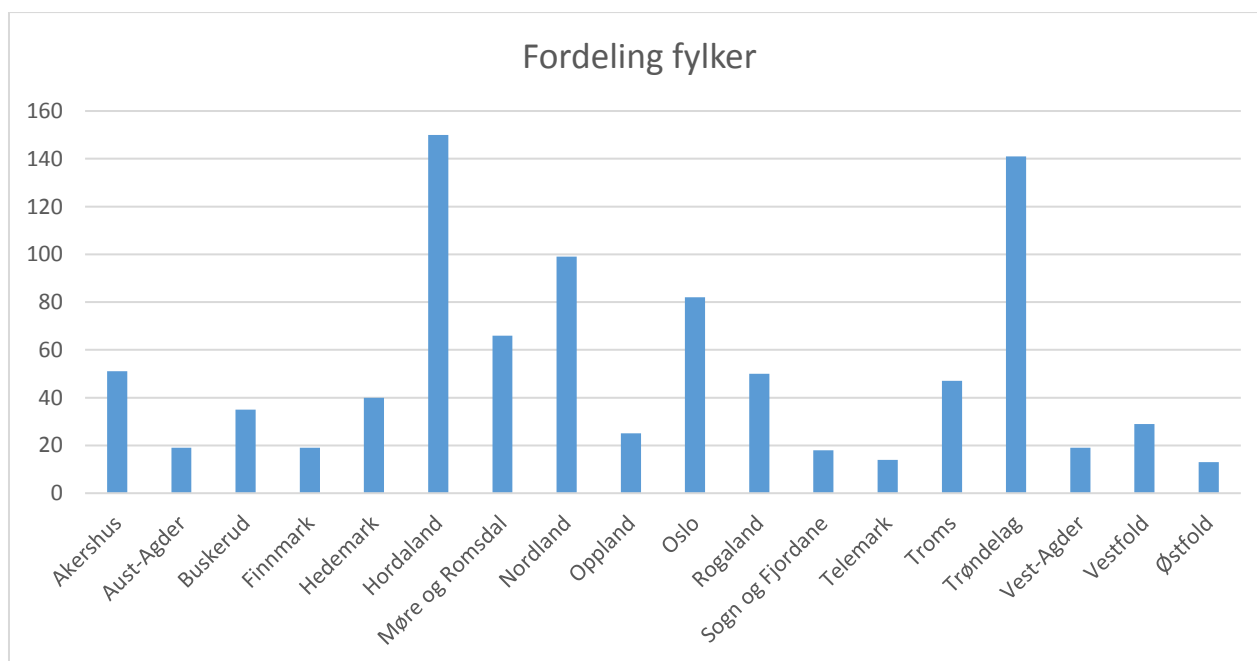
### Fylker

Akershus	51
Aust-Agder	19
Buskerud	35
Finnmark	19
Hedmark	40
Hordaland	150
Møre og Romsdal	66
Nordland	99
Oppland	25
Oslo	82
Rogaland	50
Sogn og Fjordane	18
Telemark	14
Troms	47
Trøndelag	141
Vest-Agder	19
Vestfold	29
Østfold	13
Totalt	917

### Helseregioner i Norge



Som vist i figuren under har Trøndelag og Hordaland hatt flest deltakere på kurs. Nordland har hatt nærmere 100 deltakere, deretter Oslo, Møre og Romsdal, Rogaland, Akershus og Troms. Mens øvrige fylker ligger lavere i deltakerantall.





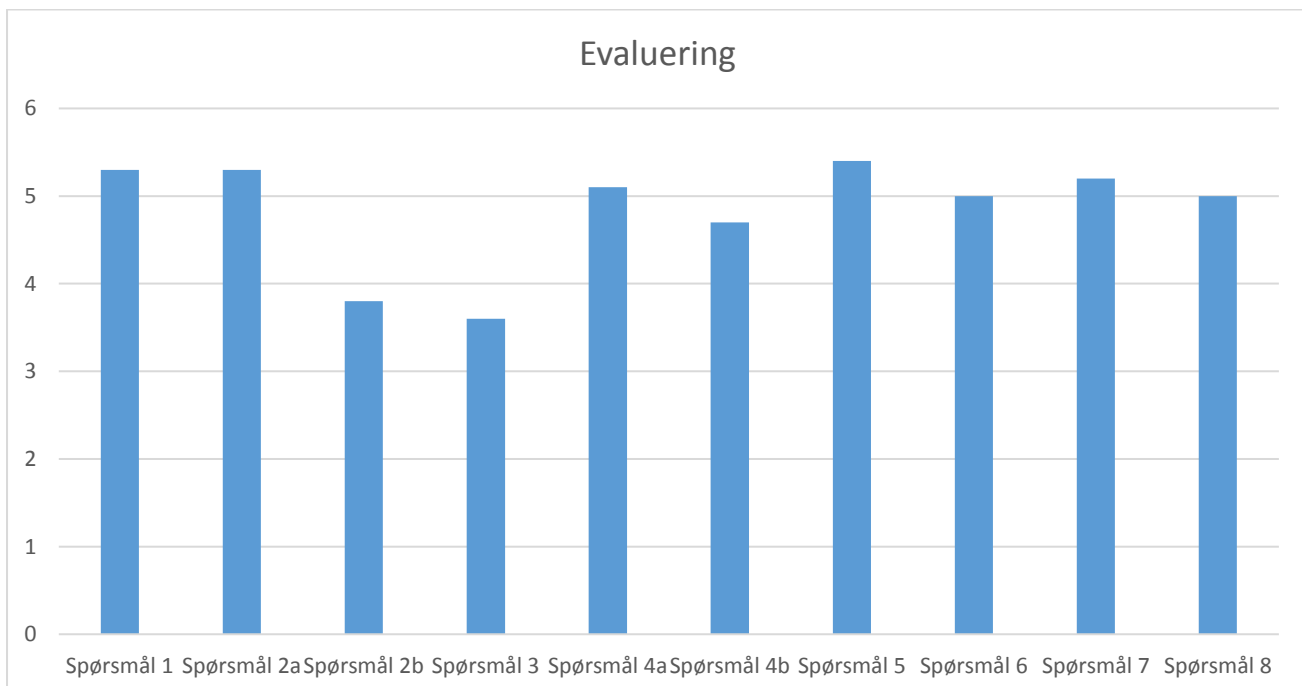
## Evaluering fra deltakere

Evalueringsskjemaet som er brukt er tilpasset kurset og kartlegger det kliniske, teoretiske og praktiske innholdet, samt samlet forventninger, læringsmetoder og kommentarer. Kommentarer er ikke tatt med i denne rapporten, da dette er fritekst fra deltakerne og ikke målbart.

Totalt mottok vi 751 av 917 evalueringsskjemaer, dvs. en svarprosent på 82 %. Disse ble utlevert i papirform etter lunsj siste kursdag og innsamlet ved kursets slutt. Jevnt over er deltakerne svært fornøyde med kurset, noe som gjenspeiler seg i figuren nedenfor.

### Spørsmål og score

1	Det faglige innholdet lå nært opp til det jeg ønsket å lære (uenig (1)-enig (6))	5,3
2a	Det teoretiske stoffet var (irrelevant - relevant)	5,3
2b	Det teoretiske stoffet var (for lite - for mye)	3,8
3	Den klinisk/praktiske andelen av kurset var (for liten - for stor)	3,6
4a	Læringsmetodene på kurset virket (dårlig tilpasset målene - godt tilpasset)	5,1
4b	Læringsmetodene på kurset virket (passiviserende- aktiviserende)	4,7
5	Kurset virket stimulerende til videre læring innen samme område (i liten grad - i høy grad)	5,4
6	Kurslærerne formidlet holdninger og tok opp relevante etiske problemstillinger (uenig - enig)	5
7	Samlet svarte kurset til mine forventninger (i liten grad - i høy grad)	5,2
8	Den praktiske gjennomføringen av kurset var tilfredsstillende (uenig - enig)	5



# Referansegruppe og arbeidsgruppe

## Referansegruppe

«Fra kunnskap til handling» har en bredt sammensatt referansegruppe der sammensetningen av gruppen reflekterer delprosjektene. Det holdes jevnlig og orienterende møter årlig for overordnet å diskutere videre plan.

- **Hilde Skyvulstad**, Samhandlingssjef/kommuneoverlege, Helsedirektoratet Sarpsborg.
- **Petter Brubakk**, Administrerende direktør NHO Mat og drikke.
- **Lene Frost Andersen**, Instituttleder IMB, Universitetet i Oslo.
- **Rønnaug Ødegård**, Avdelingssjef Barne og ungdomsklinikken St. Olavs hospital, forsker Regionalt senter for fedmeforskning og innovasjon Midt-Norge, førsteamanuensis NTNU.
- **Sølvi Helseth**, Professor OsloMet, helsesøsterutdanningen.
- **Jorunn Sundgot-Borgen**, Professor, Norges Idrettshøgskole.
- **Per Møller Axelsen**, Brukerrepresentant, Landsforeningen for overvektige.
- **Ellen Margrethe Carlsen**, Avdelingsdirektør, Barne- og ungdomshelse, Helsedirektoratet
- **Jøran Hjelmesæth**, Professor Universitetet i Oslo, Leder Nasjonalt råd for ernæring, Senterleder Senter for sykelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold.
- **Samira Lekhal**, PhD, seksjonsoverlege Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør-Øst, seksjon for barn og unge, Sykehuset i Vestfold. Initiativtaker og prosjektleder Fra kunnskap til handling.

## Arbeidsgruppe

Fra kunnskap til handling er organisert som et tverrfaglig samarbeid med representanter fra samtlige regionale helseforetak og ulike forskningsmiljøer, samt høgskole og universitet. Senter for sykelig overvekt i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold leder overordnet prosjekt ved seksjonsoverlege Samira Lekhal. Denne arbeidsgruppen jobber spesifikt med gjennomføringen av delprosjekt 1 og ble etablert i 2015. Noen av deltakerne har tilkommet etter hvert.

- **Pétur Benedikt Júlíusson**, Avdelingsdirektør professor Folkehelseinstituttet, Universitet i Bergen. Overvektopoliklinikken, Haukland Universitet Sykehus.
- **Rønnaug Ødegård**, Overlege dr. med. Regionalt Senter for Sykelig Overvekt, St. Olavs og førsteamanuensis NTNU.
- **Sølvi Helseth**, Professor og prodekan Forskning og utvikling Fakultetet for Helsefag OsloMet.
- **Nina Misvær**, Førsteamanuensis OsloMet, Fakultet for helsefag, Institutt for sykepleie og helsefremmende arbeid.
- **Kari Glavin**, Professor og studieleder master og videreutdanninger, VID vitenskapelige høgskole.
- **Knut Løndal**, Professor OsloMet, Lærerutdanningen.
- **Ann-Karin Andorsen**, Regional koordinator for sykelig overvekt, Helse Nord, Nordlandssykehuset.
- **Linn-Anett Rirud**, Sykepleier og koordinator overvekt og fedme hos barn Barneavdelingen og koordinator Lærings- og mestrings senteret, Hammerfest sykehus.
- **Ketil Mevold**, Overlege barneavdelingen Nordlandssykehuset.
- **Yngvild Danielsen**, PhD, psykologspesialist, Institutt for klinisk psykologi, Universitet i Bergen.
- **Hanna Flækøy Skjåkødegård**, spesialfysioterapeut, MSc, PhD-stipendiat Universitetet i Bergen.
- **Tove Drilen**, Klinisk ernæringsfysiolog, Regionalt senter for forskning og innovasjon, St. Olavs Hospital, Trondheim og Friskliv og mestring i Trondheim kommune.
- **Linda Mathisen**, Prosjekt- og forskningskoordinator Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør Øst, Sykehuset i Vestfold. Nasjonal prosjektkoordinator i prosjektet.
- **Samira Lekhal**, PhD, overlege Senter for Sykelig Overvekt i Helse Sør Øst, seksjon for barn og unge, Sykehuset i Vestfold. Leder prosjektet og arbeidsgruppen.

### Andre samarbeidspartnere

Utenom de som sitter i arbeids- og referansegruppen, har vi inngått et samarbeid med Roede som gjennom flere år har jobbet med å oversette nasjonale kostholdsråd til forståelig informasjon og gode oppskrifter.

Roede er samarbeidspartner i delprosjekt 1 og har deltatt på samtlige regionale kurs. De har utviklet informasjonsmateriell sammen med Landsforeningen for hjerte- lunge syke og Diabetesforbundet, dette materialet har vært tilbudt deltagere på kursene.

# ROEDE

## Foredragsholdere

---



**Navn: Samira Lekhal**

**Tittel: Seksjonsoverlege, PhD**

Spesialist i indremedisin og doktorgrad på forebygging av overvekt og hjerte-/karsykdom. Har jobbet med behandling av overvekt hos voksne, barn og unge i mer over 11 år. Etablerte og ledet overvekts poliklinikken ved Universitetssykehuset i Nord-Norge. Jobber nå som seksjonsoverlege ved Senter for sykkelig overvekt Seksjon barn og unge i Helse Sør-Øst, Sykehuset i Vestfold. Tidligere studert psykologi med spesiell interesse for endring av helseatferd, motivasjon og livsstilsendring.

Initiativtaker og leder av hele prosjektet "Fra kunnskap til handling" som er et nasjonalt tverrfaglig prosjekt med målsetting om å forebygge overvekt og livsstilssykdom hos barn og unge. Samira leder også kompetanseløftet «SunnereBarn», som er delprosjekt 2 og det er initiert samarbeid mellom sentrale forskningsinstitusjoner og matvareindustrien for å bidra til å fremme sunnere kostholdsvaner hos forbrukere.



**Navn: Hanna Flækøy Skjåkødegård**

**Tittel: Spesialfysioterapeut, MSc og PhD-stipendiat**

Spesialfysioterapeut med mastergrad i klinisk helsevitenskap, studieretning fedme og helse fra NTNU. Har siden januar 2013 jobbet ved Poliklinikk for overvekt (PFO), Haukeland Universitetssykehus.

Har jobbet i en tredelt stilling som spesialfysioterapeut og forskningsmedarbeider ved PFO og som rådgiver ved Nasjonalt senter for mat, helse og fysisk aktivitet. Norges representant i klinisk komite i International Organisation of Physical Therapists in Paediatrics (IOPTP). Er nå PhD-stipendiat i fulltid ved Universitetet i Bergen.



**Navn: Knut Løndal**

**Tittel: Professor**

Utdannet allmennlærer og faglærer i kroppsøving og idrettsfag. Har doktorgrad fra Norges idrettshøgskole og arbeider til daglig ved Fakultet for lærerutdanning og internasjonale studier ved OsloMet. I sin forskning har han spesielt interessert seg for fysisk aktiv lek og selvbestemt fysisk aktivitet blant barn og ungdom, og om hvordan dette bidrar til helhetlig utvikling og læring. Han har i mange år vært involvert i studier som undersøker fysisk aktivitet blant barn og ungdom med overvekt og fedme. Fikk professorat ved Høgskolen i Oslo i starten av 2017.



**Navn: Yngvild Sørebo Danielsen**

**Tittel: Psykologspesialist, PhD**

Psykologspesialist med fordypningsområde klinisk barne- og ungdomspsykologi. Hun har jobbet ved Barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk, Seksjon for spiseforstyrrelser og poliklinikk for overvekt ved Haukeland Universitetssykehus. Hun skrev doktorgrad om familiebasert kognitiv atferdsterapi i behandling av fedme hos barn og har skrevet læreboken "Fedme hos barn. Intervensjoner og atferdsendringer i praksis". Hun er nå postdoktor ved Institutt for klinisk psykologi ved Universitetet i Bergen.



**Navn: Kari Glavin**

**Tittel: Professor**

Sykepleier og helsesøster med tilleggsutdanning i pedagogikk og administrasjon. Hun har doktorgrad i sykepleievitenskap fra Universitetet i Oslo. Vært leder for Utviklingssenter for helsestasjon og skolehelsetjenesten i Oslo, samt skrevet flere lære- og fagbøker. En aktiv forsker og har publisert i internasjonale fagfelleverderte tidsskrifter både på temaet overvekt, barseldepresjon og andre emner relatert til helsestasjonstjenesten. Arbeider for tiden som professor ved VID vitenskapelige høyskole.



**Navn: Tove Drilen**

**Tittel: Klinisk ernæringsfysiolog**

Utdannet klinisk ernæringsfysiolog i 2006 ved Universitetet i Oslo (bachelorgrad fra La Trobe University i Melbourne, Australia). Hun har jobbet med barn og familier med overvekt i over 10 år. Har vært ansatt ved St Olavs hospital fra 2006-2014. Jobber nå ved Friskliv og mestring i Trondheim kommune. Våren 2015 startet hun opp i en 50 % stilling som prosjektleder for Kostverktøyet.no, og er i dag fortsatt tilknyttet Regionalt senter for fedmeforskning og innovasjon ved St Olavs i en delstilling som prosjektleder.



**Navn: Pétur Benedikt Júlíusson**

**Tittel: Professor og overlege**

Spesialist i barnesykdommer fra 2000 og PhD i 2010 med avhandlingen «Overweight and obesity in Norwegian children: trends, current prevalence, effects of socio-demographic factors and parental perception». Overlege ved Barneklubben og Poliklinikk for overvekt - barn, Haukeland Universitetssykehus. Professor ved Universitetet i Bergen. Seniorforsker ved Senter for sykkelig overvekt, Sykehuset i Vestfold, Tønsberg. Leder to forskningsgrupper (BERG, BarneBORG) med fokus på vekst og utvikling av barn og unge samt behandling av barn og unge med sykkelig overvekt.



**Navn: Rønnaug Astrid Ødegård**

**Tittel: Overlege dr med Førsteamanuensis II**

Barnelege med endokrinologi som spesialfelt. Har bygget opp fagområdet barnefedmebehandling ved St Olavs Hospital fra 2003 hvor kliniske forskningsprosjekter regionalt og nasjonalt har vært en del av utviklingsarbeidet. Fagleder for Barnefedme i masterstudiet Fedme og helse ved Det medisinske fakultetet NTNU.



**Navn: Nina Misvær**

**Tittel: Førstelektor**

Jobber som førstelektor på Fakultet for helsefag ved OsloMet.

Har blant annet forsket på ungdom med overvekt. Og hun har mer enn 20 års erfaring som helsesøster på helsestasjon og i skolehelsetjenesten.

Nina har også vært medforfatter i en rekke brosjyrer og bøker om ulike temaer til bruk på helsestasjoner og apotek.

## Erfaringer og videre plan

---

### Erfaringer

Under gjennomføring av kurs og diskusjon rundt praksis i utredning og oppfølging av barn og unge med overvekt og fedme, avdekker vi svært ulike tilbud i de ulike kommunene. Vår opplevelse er at det i varierende grad jobbes i tråd med Nasjonalfaglig retningslinje for utredning og behandling av barn og unge med overvekt og fedme.

Videre har vi erfart betydelig behov for økt kunnskap knyttet til diagnostikk og oppfølging av overvekt og

fedme. Det fortelles om ulik praksis for måling og veiing i kommunene og svært ulik praksis for videre oppfølging og behandling. I evalueringen meldes det også om behov for tydeligere presisering av behandlingsløp både med hensyn på hyppighet og ressurser. Arbeidsgruppen mener det er bekymringsfullt at tilbud om utredning og behandling av barn og unge med overvekt og fedme fremstår som tilfeldig.

### Videre plan

Etter tre kursrunder, er det nå avgjort i arbeidsgruppen å ta en pause frem til høst 2020 hva gjelder kurs. Dette også for å kunne utarbeide en plan for etterevaluering for alle tidligere deltakere. For å se om kursdeltakelse har gjort at flere jobber i tråd med Nasjonalfaglig retningslinje for utredning og behandling av barn og unge med overvekt og fedme og om kunnskapen er økt knyttet til diagnostikk, oppfølging, måling og veiing, samt behandlingsløp. Se på selve nytten av kompetanseløftet. Dette for å fremme for direktoratet at prosjektet bør bli et varig tilbud.

Arbeidsgruppens vurdering er at det er behov for å kontinuere nasjonalt tilbud om kompetanseløft for helsepersonell igjen fra 2020. Eventuelt også å samkjøre kurs med videreutdanningen av helsesykepleiere. Arbeidsgruppen mener videre at det er hensiktsmessig å fortsette samarbeid på tvers av

regionale helseforetak for å kunne sikre et likt og rettferdig kompetanseløft i alle deler av landet. Plan for å nå enda bredere ut i de fylkene og kommunene som har hatt få deltakere på kurs, vil diskuteres videre i påfølgende arbeidsgruppemøter. «Fra kunnskap til handling» har fra oppstart vært forankret lokalt gjennom deltagelse fra samtlige regionale helseforetak. Helsedirektoratet vil også i sine nyhetsbrev til frisklivssentraler oppfordre helsepersonell til å delta på kurs. For ytterligere å sikre regional forankring vil arbeidsgruppen jobbe videre med strategiutvikling. Prosjektet ble presentert på EASO COM summit i oktober 2017. Videre målsetting er også å kommunisere «Fra kunnskap til handling» inn mot det europeiske fagnettverket, European Childhood Obesity Group.

*Rapporten er skrevet av*

*Linda Mathisen*

*Prosjekt- og forskningskoordinator*

*Nasjonal prosjektkoordinator*

*Senter for sykkelig overvekt i Helse Sør-Øst*

*Sykehuset i Vestfold HF*

*GreeNudge Health - SunnereBarn*

*E-post: [linda.mathisen@siv.no](mailto:linda.mathisen@siv.no)*

*Telefon: 33 34 25 89 | 92 22 86 79*