



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Att mäta och följa kost, fysisk aktivitet och överviktsförekomst, 15 hp

Assessing and monitoring diet, physical activity and body composition, 15 credits

Denna kurs är nedlagd, för mer information se rubriken Övergångsbestämmelser i den sista versionen av kursplanen.

Kurskod	2QA197
Kursens benämning	Att mäta och följa kost, fysisk aktivitet och överviktsförekomst
Hp	15 hp
Utbildningsform	Högskoleutbildning, 2007 års studieordning
Huvudområde	Övriga ämnen
Nivå	Avancerad nivå, kursens fördjupning kan inte klassificeras
Betygsskala	Väl godkänd, godkänd, underkänd
Kursansvarig institution	Institutionen för biovetenskaper och näringslära
Beslutande organ	Styrelsen för utbildning
Datum för fastställande	2011-02-10
Reviderad av	Utbildningsnämnden BioNut
Senast reviderad	2023-11-08
Kursplanen gäller från	Höstterminen 2011

Särskild behörighet

Minst 120 hp inom hälso- och sjukvård, nutrition eller idrott. Dessutom krävs kunskaper i engelska motsvarande Engelska B (med lägst betyget Godkänd).

Mål

Efter att ha genomgått kursen ska studenten kunna:

- * föreslå olika mätmetoders lämplighet i olika sammanhang och kritiskt utvärdera för- och nackdelar för varje mätmetod.
- * utveckla ett studieprotokoll för kostintag och fysisk aktivitet, på individuell och gruppnivå.
- * använda statistisk mjukvara (SPSS) och genomföra enkla statistiska analys (ANOVA, t-test och regression).
- * självständigt demonstrera färdighet i att praktiskt kunna genomföra utvalda mätmetoder.
- * förklara strukturen för och använda mätsystem för hälsoindikatorer på nationell och internationell nivå.
- * förstå de reglerande dokument som finns för den nuvarande planeringen av mätsystem inom EU och WHO och ge exempel på tillämpning.

* diskutera hur resultat från det Europeiska mätsystemet borde relatera till rekommendationer och riktlinjer inom exempelvis området kost och fysisk aktivitet.

Innehåll

Kursen är indelad i två moment.

Att mäta och utvärdera kost, fysisk aktivitet och kroppss..., 10.0 hp

Betygsskala: VU

Momentet behandlar mätmetodik. Det ger en detaljerad beskrivning av de vanligast använda mätmetoderna inom nutrition, fysisk aktivitet och kroppssammansättning. Studenterna får även kunskap om studiedesign och statistiska metoder för att optimera undersökningar och resultat.

Grundläggande begrepp såsom: validitet, reproducerbarhet i mätmetodik och praktisk utföring av olika metoder, teori och beräkning av power, storlek av urval och antal mät dagar för studier inom nutrition och fysisk aktivitet och hur detta påverkar resultatet går igenom.

Under kursen genomför studenterna 3-dagars kostregistrering, 3-dagars aktivitetsdagbok och en 24-h intervju, fitness tester, bär stegräknare, aktivitetsdagbok samt fyller i IPAQ, tränas i att utföra hudveck och bio-impedansmätning för kroppssammansättning samt konstruerar ett enkelt frekvensformulär (FFQ)

Mätsystem för hälsa, 5.0 hp

Betygsskala: VU

Studenterna får kunskap om olika kategorier av hälsoindikatorer som används, träning i att använda olika mätsystem och kritiskt reflektera över vilka informationsbehov som existerar på internationell nivå. Genom att kritiskt granska och diskutera olika indikatorer och rapporterade studier illustreras tillämplighet och jämförbarhet.

Den Europeiska dimensionen är inkorporerad i alla data och exempel på litteratur, exempel på mätsystem och databaser som används är: The Health Monitoring Programme (HPM) ECHI I och II, ECHIM och från Eurostat, OECD och WHO.

Arbetsformer

Moment 1 består av föreläsningar, individuellt arbete, grupparbete och praktiska moment.

Moment 2 använder sig av ett problembaserat tillvägagångssätt. Grundläggande koncept täcks i föreläsningsform, understödd av inläsningsmaterial och följs upp av seminarier, grupparbeten och diskussioner.

För varje delmoment i lärandeprocessen kommer studenterna att inbjudas att göra följande:

1. Kritiskt granska, och presentera för gruppen, styrkor och svagheter hos data och datainsamlingsmetodik relevant för folkhälsofrågor på europeisk nivå.

2. Skriva en rapport (i grupp) vad gäller hur mätsystemsdata för ett specifikt folkhälsoområde kan hanteras och översättas till en analys av det aktuella problemet på Europeisk nivå (exempelvis överviktsprevalens, validitet och tillgänglighet av data, magnitud av problemet, utveckling över tid). Gruppen ombeds presentera data i klassen för kommentarer och diskussion.

Seminarier och praktiska övningar är obligatoriska. Frånvaro från seminarier måste kompenseras med en skriftlig uppgift. Frånvaro från praktiska övningar måste tas igen vid nästa tillfälle de ges.

Examination

Moment 1

Skriftlig examination och skriftlig rapport om lösningar till problem inom varje typ av mätmetod.
Färdighet i att använda metoderna examineras genom ett praktiskt moment.

Moment 2

Individuella rapporter och muntlig presentation.

Betygskriterier delas ut vid kursstart.

Student som ej är godkänd efter ordinarie provtillfälle har rätt att delta vid ytterligare fem provtillfällen.
Om studenten genomfört sex underkända tentamina/prov ges inte något ytterligare tentamenstillfälle.

Omexamination för att höja ett godkänt betyg, s.k. plussning, är inte tillåten. Student som genomgått två prov för en kurs eller moment utan godkänt resultat har rätt att få en annan examinerator.

Övergångsbestämmelser

Denna kursplan är nedlagd.
Sista kurstillfället var VT2012.

Övriga föreskrifter

Undervisningsspråk: engelska

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur /Compulsory literature

In addition to the below mentioned literature, current reports and journal articles are used as compulsory literature during the course. Continuously updated EU documents are being used especially in part 2.

Field, Andy

Discovering statistics using SPSS : (and sex and drugs and rock 'n' roll)

3. ed. : Los Angeles ;a London : SAGE, cop. 2009 - xxxiii, 821 s.

ISBN:1-84787-906-3 (hbk.) LIBRIS-ID:11332390

Compulsory

[Sök i biblioteket](#)

Rekommenderad litteratur /Recommended literature

Design concepts in nutritional epidemiology

Margetts, Barrie M.; Nelson, Michael

2. ed. : Oxford : Oxford University Press, cop. 1997 - xv, 451 s.

ISBN:0-19-262740-6 LIBRIS-ID:4603144

Recommended reading

[Sök i biblioteket](#)

Gibson, Rosalind S.

Principles of nutritional assessment

2. ed. : New York : Oxford University Press, 2005 - xx, 908p. b ill.

ISBN:0-19-517169-1 LIBRIS-ID:9872506

Recommended reading

[Sök i biblioteket](#)