



**Karolinska
Institutet**

Kursplan för

Barns tillväxt och hälsa, 15 hp

Childhood Growth and its Relation to Health, 15 credits

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

Kurskod	2QA205
Kursens benämning	Barns tillväxt och hälsa
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 vilka det ska ingå en sjuksköterskeexamen. Dessutom krävs kunskaper i Svenska B och Engelska A (med lägst betyget Godkänd).

Mål

Efter att ha genomgått kursen ska studenten kunna:

- Förklara principen bakom tillväxtkurvor och gränsvärden för övervikt och fetma från WHO, IOTF och nationella instanser, samt kritiskt bedöma konsekvensen av användningen av olika gränsvärden och tillväxtkurvor.
- Föreslå kompletterande mätmetoder för att fastslå övervikt och fetma och självständigt och korrekt kunna utföra dessa mätningar.
- Beskriva rekommendationerna vad gäller kostintag och fysisk aktivitet för barn och hur dessa kan tillämpas i praktiken.
- Beskriva de vanligaste näringsproblemen, kost- och fysisk aktivitetsmönster hos skolbarn och bestämningsfaktorer för dessa.
- Analysera, diskutera och hänvisa till olika policydokument och riktlinjer för nutrition och fysisk

aktivitet i skolan.

- Planera ett projekt för att förbättra matvanor och öka den fysiska aktiviteten hos skolbarn, samt föreslå lämpliga utvärderingsmetoder för detta.

Innehåll

Kursen är indelad i två moment.

Barns tillväxt och övervikt, 7.5 hp

Betygsskala: VU

Momentet är utformat för att ge kunskap om hur barns tillväxt och särskilt överviktsförekomst kan mätas på ett tillförlitligt sätt, vilka gränsvärden som används i Sverige och internationellt. Hur användningen av olika definitioner, protokoll och mätutrustning påverkar resultatet diskuteras, liksom faktorer som påverkar tillväxten. Momentet belyser också de rekommendationer som finns för barns kost- och näringsintag och fysisk aktivitet samt de viktigaste nutritionella problemen hos svenska barn och bestämningsfaktorer för dessa. Momentet ger enklare kunskap i metodik för att mäta och utvärdera kost och fysisk aktivitet.

Barn hälsa och praktiskt folkhälsoarbete i skolan, 7.5 hp

Betygsskala: VU

Detta moment ger kunskap om hur man kan arbeta hälsofrämjande inom skolan för att förebygga övervikt. Kursen innefattar och diskuterar policyfrågor på skol-, kommun- och nationell nivå. Effektivitet av olika interventioner diskuteras, samt hur man kan prioritera insatser inom skolan relaterat till vad som är möjligt och vad som är önskvärt att förändra. Principerna för projektplanering behandlas steg för steg.

Arbetsformer

Kursen består av föreläsningar, individuellt arbete, grupparbete och praktiska moment.

Schemalagda lärandeaktiviteter och praktiska övningar är obligatoriska.

Examination

Moment 1 examineras genom en skriftlig hemtentamen och moment 2 examineras genom en muntlig och skriftlig presentation.

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. Som provtillfälle räknas de gånger studenten deltagit i ett och samma prov. Inlämning av blank skrivning räknas som provtillfälle. Provtillfälle till vilket studenten anmält sig men inte deltagit räknas inte som provtillfälle.

Övergångsbestämmelser

Denna kursplan är nedlagd.

Sista kurstillfället var HT2011.

Övriga föreskrifter

Undervisningsspråk: Svenska, med vissa delar och litteratur på engelska.

Kursen utvärderas enligt riktlinjer fastställda av Styrelsen för utbildning.

Kursen får inte tillgodoräknas i examen samtidigt med genomgången och godkänd kurs, vars innehåll helt eller delvis överensstämmer med innehållet i kursen. Följande kurs är (delvis) överlappande:

1QA065 Barns tillväxt och hälsa, 15.0 högskolepoäng

Litteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Artiklar på området mätmetodik, gränsvärden och definitioner delas ut under kursens gång.

Ewles, Linda

Hälsoarbete

Simnett, Ina

2 : Lund : Studentlitteratur, 2005

ISBN:978-91-44-03596-3 LIBRIS-ID:8866775

[Sök i biblioteket](#)

Bra mat i skolan : råd för förskoleklass, grundskola, gymnasieskola och fritidshem

Uppsala : Livsmedelsverket, 2007 - 31 s.

ISBN:91-7714-180-6 LIBRIS-ID:10441614

[Sök i biblioteket](#)

Rekommenderad litteratur

Children, obesity and exercise : prevention, treatment and management of childhood and adolescent obesity

Hills, Andrew P.; King, Neil A.; Byrne, Nuala M.

London : Routledge, 2007 - viii, 172 p.

ISBN:978-0-415-40883-7 (hbk.) : £75.00 LIBRIS-ID:10513632

[Sök i biblioteket](#)

Faskunger, Johan

Barns miljöer för fysisk aktivitet : samhällsplanering för ökad fysisk aktivitet och rörelsefrihet hos barn och unga

Östersund : Statens folkhälsoinstitut, 2008 - 48 s.

ISBN:978-91-7257-586-8 LIBRIS-ID:11333821

URL: [Fulltext](#)

[Sök i biblioteket](#)