

Mälardalsområdets Forskarskola i
Vårdvetenskap (MoF-V)
Chris Bengtsson, Samordnare

FORSKNINGSPROJEKT för PRESUMTIVA DOKTORANDER att söka inför erbjudande om studieplats i Mälardalsområdets Forskarskola i Vårdvetenskap (MoF-V) och antagning som doktorand med start 1 december, 2023.

Huvudhandledare: Jenny Rossen, Med Dr, Lektor
Jenny.rossen@shh.se
08-4062985

Projekttitel: Hälsöfrämjande arbete- fysisk aktivitet och matvanor bland olika socioekonomiska grupper i den vuxna befolkningen

Sammanfattning doktorandprojekt (max 1 sida)

Bakgrund

Hälso- och sjukvården ska arbeta hälsofrämjande och erbjuda stöd för hälsosamma levnadsvanor. För att ge ett person-centrerat stöd behövs fördjupad kunskap och förståelse om levnadsvanorna hos olika grupper i befolkningen.

Syfte/Frågeställningar

Projektet avser att utvärdera en digital tjänst för hälsosamma levnadsvanor och anpassa tjänsten till olika grupper i befolkningen. Vidare avser projektet att studera om mönster av fysisk aktivitet påverkar risken för insjuknande i folkhälsosjukdomar varierande i olika yrkesgrupper.

Metoder

Projektet baseras på två studier, Optimist och LongLife Active. Data från 33 000 individer ingår i Optimist som utgörs av databaser med insamlade data. Socioekonomiska faktorer, självrapporterade levnadsvanor, objektivt uppmätt fysisk aktivitet och stillasittande samt sjukdomar och dödsfall kommer att användas för detta projekt. LongLife Active är ett samarbetsprojekt inom vilket en digital tjänst (appen LongLife Active®) för hälsosamma levnadsvanor har utvecklats av forskargruppen tillsammans med produktutvecklare. Användare av appen kommer

att få frågan om de vill vara med i forskningsprojektet. Data på socioekonomiska faktorer, matvanor, fysisk aktivitet och stillasittande samlas in genom enkätfrågor vid baslinjen och efter tre och sex månader för 1000 personer. Utöver det kommer enskilda intervjuer att göras med 50 personer som använt appen under minst en månad och har fysiskt krävande yrken. Kvalitativ innehållsanalys med en induktiv ansats planeras som metod för dataanalys.

Planerade studier

Fyra delstudier ingår i projektet. Den första är en longitudinell studie baserad på data från Optimist som avser undersöka samband mellan mönster av fysisk aktivitet och insjuknande i sjukdom för olika yrkesgrupper. Den andra är en observationsstudie som utvärderar effekten av appen LongLife Active på fysisk aktivitet och matvanor. Tredje studien är en longitudinell studie som utvärderar om bakgrundsfaktorer som t.ex. yrke, sysselsättning, utbildning, kön och ålder påverkar effekten av LongLife Active®. Den fjärde studien är en intervjustudie som undersöker hur personer med fysiskt aktiva yrken resonerar om LongLife Active® och hur den bör anpassas utifrån deras behov och önskemål.

Betydelse

Detta forskningsprojekt syftar till att öka kunskapen om hur stöd för fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor kan person-centreras och optimeras för olika grupper i befolkningen. Kunskapen är användbar vid rådgivande samtal om ohälsosamma levnadsvanor och för utveckling av digitala stöd. Digitala stöd kan komplettera rådgivande samtal, de är möjliga att snabbt implementeras både nationellt och globalt och har potential att nå många individer. Baserat på forskningen inom detta projekt kan andra liknande digitala stöd utvecklas, rekommenderas och upphandlas. Projektet bidrar också med viktiga pusselbitar för att ta fram riktlinjer för fysisk aktivitet för personer med fysiskt krävande yrken.