



Uppdatering av svenska rekommendationer för fysisk aktivitet och stillasittande 2020

Yrkesföreningar för Fysisk Aktivitet (YFA) arbetar under 2019-20 med uppdatering av rekommendationer om fysisk aktivitet för hälsa med statsbidrag från Socialstyrelsen. Uppdateringen utgår bland annat från amerikanska Physical Activity Guidelines Advisory Committee Scientific Report, UK Chief Medical Officers' Physical Activity Guidelines och WHO:s uppdaterade rekommendationer 2020. Parallellt pågår en uppdatering av kunskapsunderlaget Fysisk aktivitet i Sjukdomsprevention och Sjukdomsbehandling (FYSS), även denna med statsbidrag från Socialstyrelsen, innehållande det vetenskapliga underlaget för rekommendationerna. Arbetet är organiserat i projekt- och expertgrupper enligt nedan. Extern granskning av rekommendationerna kommer att göras av experter utsedda av Svenska Läkaresällskapet. En första version av rekommendationerna planeras gå ut på remiss till relevanta aktörer i november 2020.

Projektgrupp och huvudansvariga:

Matti Leijon, Med Dr i folkhälsovetenskap / Folkhälsovetare, Region Östergötland
Eva Jansson, Professor emerita i klinisk fysiologi, Läkare, Karolinska Institutet
Maria Hagströmer, Professor i fysioterapi, Karolinska Institutet
Margareta Eriksson, Med Dr i fysioterapi / Folkhälsostrateg, Region Norrbotten
Ing-Mari Dohrn, Med Dr i fysioterapi, Karolinska Institutet

Expertgrupp vetenskapligt underlag - vuxna:

Patrik Wennberg, Docent i folkhälsa och klinisk medicin, Umeå Universitet / Allmänläkare, Region Västerbotten
Eva Jansson, Professor emerita i klinisk fysiologi, Läkare, Karolinska Institutet
Maria Hagströmer, Professor i fysioterapi, Karolinska Institutet
Ulf Ekelund, Professor i idrottsmedicin, Norges idrettshøgskole, Oslo

Expertgrupp vetenskapligt underlag - äldre:

Jorunn L. Helbostad, Professor i fysioterapi, Institutt for nevrologi og bevegelsesvitenskap, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, Trondheim
Kerstin Frändin, Senior docent i fysioterapi, AgeCap, Centrum för åldrande och hälsa, Göteborgs universitet
Ing-Mari Dohrn, Med Dr i fysioterapi, Karolinska Institutet

Expertgrupp vetenskapligt underlag - gravida:

Kari Bö, Professor i fysioterapi, seksjon for idrettsmedisinske fag, Norges idrettshøgskole, Oslo
Cecilia Fridén, Docent i fysioterapi, Karolinska Institutet
Lene Haakstad, Docent i idrottsmedicin, seksjon for idrettsmedisinske fag, Norges idrettshøgskole, Oslo

Expertgrupp riskbedömning:

Mats Börjesson, Professor i idrottsfysiologi, Göteborgs universitet / Överläkare i kardiologi, Västra Götalandsregionen
Mikael Dellborg, Professor i kardiologi, Göteborgs universitet / Överläkare i kardiologi, Västra Götalandsregionen