

Fysisk aktivitet  
som case

Evidens i praksis

# Tre punkter

- Tendenser i motionsvaner
- Typer af evidens
- Øget evidensinformering

Hvor aktive er danskerne?



# Voksnes aktivitet

Kvinder: 29%

Mænd: 28%

**Andel, der ikke lever op til WHO's  
anbefaling for fysisk aktivitet**

# Bevægelse i Grundskolen

Tabel 10: Et flertal af danske børn rører sig 45 minutter i løbet af skoledagen mindst to gange om ugen (pct.)

	Total	Køn		Alder		
		Piger	Drenge	7-9 år	10-12 år	13-15 år
5 gange om ugen	43	38	48	53	49	27
2-4 gange om ugen	34	36	32	33	34	33
Én gang om ugen	11	14	9	7	9	19
2-3 gange om måneden	2	3	1	1	1	3
Sjældnere	4	4	4	2	4	8
Aldrig	3	3	3	1	1	7
Ved ikke	3	3	3	3	2	4

Tabellen viser svarfordelinger på spørgsmålet: 'Er du aktiv i nogen af disse sammenhænge i din hverdag? Minimum 45 minutters bevægelse i løbet af din skoledag?' Total og fordelt på køn og alder (n=3.165).

Typer af evidens

# Flere typer af evidens

*Type I evidens* oplyser om årsager til og udbredelse af en given (sundheds)tilstand

*Type II evidens* belyser effekterne af interventioner på en given (sundheds)tilstand

*Type III evidens* giver indsigt i, hvilke forudsætninger og fremgangsmåder, der skal til for at bestemte interventioner har størst mulig virkning og rækkevidde i forhold til udvalgte målgrupper

# Et knowing-doing gap?

## Videns findes men implementeres ikke

'.... fordi mange andre opgaver føltes mere presserende, fordi man ikke mente, at andres resultater kunne overføres til ens eget område, fordi man havde prøvet „lidt i det små“ tidligere, eller fordi man ikke kunne på grund af dårlige fysiske rammer eller konkret ressourcemange'.

Rundrejse i det danske sygehusvæsen  
Statsministerens personlige repræsentant, Erik Juhl  
Juni 2007



# Der skal være noget for alle

## Centrale interessenter (lige bortset fra slutbrugerne.....)

**Den ansvarlige politiker med sin forvaltningschef** efterspørger bl.a. viden om omkostningseffektiv, dvs. blandt lige effektive metoder vælges den billigste. Viden om brugertilfredshed er også på dagsordenen.

**Fagchefen og ledende medarbejdere** med direkte ansvar for kerneopgaven vil gerne vide præcist i hvilken grad effekten af identificerede indsatser er dokumenteret samt mere formativ viden om indsatsens komponenter, kompleksitet og fordringer på fx medarbejderkompetencesiden.

**Fronlinjemedarbejderen** (fx velfærdsprofessionelle) vil have - og har krav på at få - evidensinformerede vurderinger af i hvilken grad en given indsats har opnået opstillede målsætninger under sædvanlige omstændigheder, evt. ved sikring af bestemte foranstaltninger for at undgå utilsigtede hændelser.

**Evidenstilvejebringeren** (i hvert fald, hvis der er tale om forskere) ønsker at udmønte vidensprocessen i en formel udgivelse (efter princippet: Publish or Perish)

# Trivsel og Bevægelse i Skolen

---

## TrygFonden

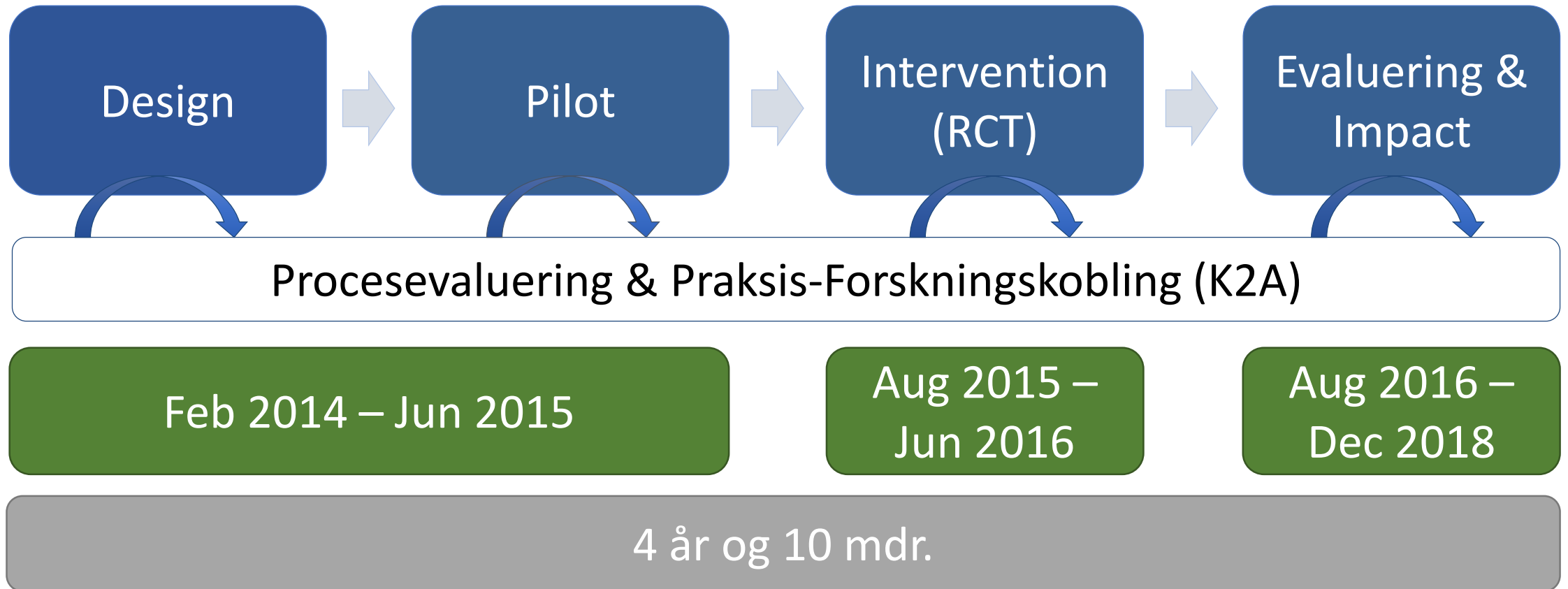
---

---



Foto: Jacob Nørgaard

# Et projekt i fire faser



# The Big Why

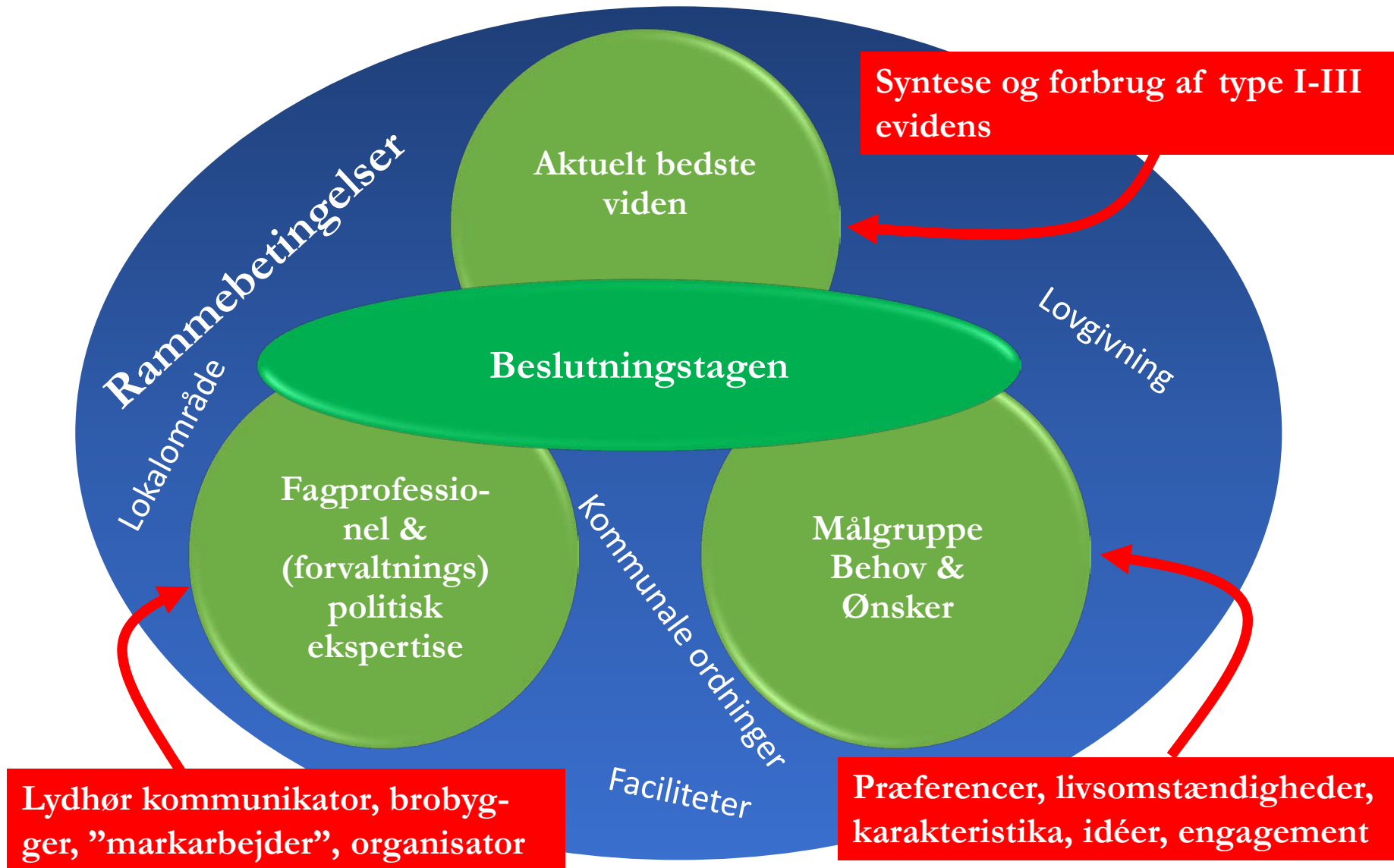
- Solid evidens for, at fysisk aktivitet fremmer børn og unges trivsel
- Mange danske skoleelever bevæger sig for lidt
- De sociale og pædagogiske rammer er afgørende for positiv indvirkning af bevægelse på elevtrivsel
- Begrænset viden om, hvordan bevægelse kan bruges til at understøtte fysisk, psykisk og social trivsel for alle elever

# Trivsel og Bevægelse i Skolen



Flere skal ha' mere ud af bevægelse

# TBS-Evidensinformeret indsats



Hougaard E. Evidens: Noget for psykologer? Psykolog Nyt. 2007; 20: 14-21

Satterfield JM, Spring B, Brownson RC, Mullen EJ, Newhouse RP, Walker BB & Whitlock EP. Toward a transdisciplinary model of evidence-based practice. Milbank Q. 2009 Jun;87(2):368-90.

Kessler R & Glasgow RE. A proposal to speed translation of healthcare research into practice: dramatic change is needed. Am J Prev Med. 2011 Jun;40(6):637-44.

# Meget fint, men.....

Hvad er den bredere effekt på kerneopgaven (in casu omfang og kvalitet af *Skolen i Trivsel og Bevægelse*)?

Øget evidensinformering



# Forsknings- og udviklingsmiljøers bidrag til omsætning/opskalering af forskning til/i praksis

## Den ultrakorte version

- 1.0
- 2.0
- 3.0

# Fra tankpasser, til formidler, til samskaber

1.0



**Det virker  
ikke**

**(særlig  
godt)**

Forskere og andet godtfolk  
synliggør en masse viden – og så  
bliver praksis bedre....

2.0



Forskere og andet godtfolk  
formidler en masse viden – og så  
bliver praksis bedre....

# Samskabelse

## 3.0

**Handler om** fælles udvikling af såvel spørgsmål til videre undersøgelse, fremgangsmåder og formidlingsformer.

**Samtlige parthavere** skal inddrages i videst mulig omfang og have indflydelse på tilvejebringelse, udarbejdelse og kommunikation af efterspurgt viden.

**Fører (tyder noget på) til bedre anvendelse af viden** – på både den korte og lange bane.

**Fra Information til Kommunikation & Gensidig Læring**

Straus S, Tetroe J & Graham ID (eds.). Knowledge Translation in Health Care: Moving from Evidence to Practice. Wiley-Blackwell: BMJ books, 2009

Tabak RG, Khoong EC, Chambers DA & Brownson RC. Bridging research and practice: models for dissemination and implementation research. Am J Prev Med. 2012 Sep;43(3):337-50.

Bowen SJ & Graham ID. From knowledge translation to engaged scholarship: promoting research relevance and utilization. Arch Phys Med Rehabil. 2013 Jan;94(1 Suppl):S3-8.

# Fra overførsel/transfer til samskabe/engagement

Transfer/overførsel	Engagement/samskabe
Forskere forsker	Forskere & øvrige interessenter samskaber relevante spørgsmål til videre undersøgelse
Forskere kommunikerer deres resultater	Forskere & øvrige interessenter diskuterer fortolkninger og anvendelsesmuligheder af resultater
Øvrige interessenter anvender forskningsresultater	Fælles analyse og vurdering af videre optioner
Information	Kommunikation og Læring

Bowen SJ & Graham ID. From knowledge translation to engaged scholarship: promoting research relevance and utilization. *Arch Phys Med Rehabil.* 2013 Jan;94(1 Suppl):S3-8.

Greenhalgh T, Jackson C, Shaw S & Janamian T (2016). Achieving Research Impact Through Co-creation in Community-Based Health Services: Literature Review and Case Study. *The Milbank Quarterly*, 94(2), 392-429.

Samarbejde om  
Evidens, der Virker