



Ingi Þór Einarsson ver doktorsritgerð sína í menntavísindum við Íþróttá- tómsunda- og þroskaþjálfadeild, Menntavísindasviði Háskóla Íslands:



„ Hreysti og heilsa íslenskra barna með þroskahömlun - Physical fitness and health of Icelandic children with intellectual disability“
föstudaginn 20. apríl kl. 13.00 í Hátíðasal Háskóla Íslands

Andmælendur eru dr. Heidi Stanish, dósent við University of Massachusetts og dr. Jorge Mota, prófessor við University of Porto.

Leiðbeinandi var dr. Sigurbjörn Árni Arngímsson, prófessor við Menntavísindasvið Háskóla Íslands og meðleiðbeinandi dr. Daniel Daly, prófessor við KU Leuven, Belgíu.

Auk þeirra sat í doktorsnefnd dr. Erlingur S. Jóhannsson, prófessor við Menntavísindasvið Háskóla Íslands.

Anna Sigríður Ólafsdóttir, deildarforseti Íþróttá- tómsunda- og þroskaþjálfadeildar Menntavísindasviðs, stjórnar athöfninni.

Allir velkomnir

Um verkefnið

Umræðan um minnkandi hreyfingu og versnandi holdafar hjá íslenskum ungmennum hefur verið nokkuð áberandi undanfarin ár. Þrátt fyrir að erlendar rannsóknir hafa bent á að börn með hinar ýmsu fatlanir hreyfi sig minna og sé hættara við að vera of feit en jafnaldrar þeirra án fatlana, er lítið vitað um stöðu mála hjá íslenskum börnum með fatlanir.

Meginmarkmið þessarar rannsóknar var að skoða hreyfingu, þol, holdafar og ýmis viðhorf til hreyfingar meðal tæplega 100 íslenskra ungmenna með þroskahömlun á aldrinum 6-16 ára. Til samanburðar var hópur barna sem ekki hafði neina fötlun skoðaður á sama tíma og á sama hátt.

Niðurstöður sýndu að börn með þroskahömlun voru líklegri til að flokkast of feit, voru með hærri blóðþrýsting og hærra mittismál. Einnig voru börn með þroskahömlun með lægra þol og hreyfðu sig minna en en jafnaldrar þeirra án fötlunar. Engin börn með þroskahömlun náðu ráðlögðum viðmiðum um lágmarkshreyfingu af hárrí ákefð á dag, en um þrír fjórðu ófatlaðra barna náðu þeim viðmiðum. Við nánari skoðun á hreyfimyndum barnanna kom í ljós að börnin með þroskahömlun fengu stærstan hluta hreyfingar sinnar á skólatíma og eins voru þau meira kyrrset eftir skóla en á skólatímanum sjálfum. Þessu var öfugt farið hjá börnum án fötlunar.

Hóparnir tveir hafa mismunandi ástæður til að stunda hreyfingu, þar sem börn með þroskahömlun eru alls ekki eins keppnisdrifin og ófötlugu börnin en höfðu meiri áhyggjur af holdafari sínu. Einnig kom í ljós að þekking fötlugu barnanna og fjölskyldna þeirra á mikilvægi hreyfingar sé ekki góð, því stór hluti þeirra taldi sig vera að hreyfa sig alveg nóg, þó að raunin væri allt önnur.

Enska

Children and adolescents in Iceland and biggest part of the western world have been increasing their adiposity and decreasing their physical activity over the past decades. Although studies from other countries indicate that children with intellectual disability (ID) have a high prevalence of overweight and obesity, little is known about disabled children in Iceland in this context.

The main aims of this study were to investigate physical activity, fitness, adiposity, and reasons to take part in sport and physical activity among children with ID. Nearly 100 children and adolescents with ID took part in this study as well as 100 typically developed individuals (TDI) at the same age.

Results showed that Icelandic children with ID are more likely to be overweight and obese, to have higher blood pressure and waist circumference than their TDI peers. They also had lower aerobic fitness and had less physical activity. No children with ID reached recommended time of moderate- to vigorous physical activity during the day. Children with ID also accumulated more of their physical activity during school hours and were less sedentary during that time of the day than after school hours. Opposite pattern was observed among TDI children.

The two groups named different reasons to take part in sport and physical activity, where children with ID were much less competitively driven but more concerned about their body fat than TDI children. Further, children with ID and their families were less aware of the importance of physical activity because many of them considered their physical activity to be sufficient even though very few even came close.

Um doktorsefnið

Ingi Þór Einarsson er fæddur á Akranesi 24. ágúst 1968. Hann er aðjunkt við Háskólann í Reykjavík. Ingi Þór lauk stúdentsprófi frá Menntaskólanum í Hamrahlíð 1989, BS próf í íþróttافرæði 2005 og Meistaraprófi 2008 frá Kennaraháskóla Íslands. Ingi Þór hefur lengi starfað með Íþróttasambandi fatlaðra að afreksþjálfun fatlaðra íþróttamanna ásamt því að vera ráðgjafi fyrir Alþjóðsamök fatlaðra íþróttamanna (IPC)

Maki Inga Þórs er Guðrún Árnadóttir og börn þeirra eru Eydís og Laufey.