



DANSK SELSKAB FOR
FYSISK AKTIVITET OG SUNDHED

Formandens beretning Juni 2003 – April 2004

Dasfas, som blev grundlagt i 2001, har i sit tredje år dels videreført tidligere indslag, herunder videnskabelige møder, og dels udviklet nye virkefelter. Det sidste i nært samarbejde med andre aktører indenfor feltet. Planerne for dette samarbejde blev lagt ved et af bestyrelsesmøderne i Dasfas, hvor en repræsentant fra PLO, Leif Skive, var tilstede. Bestyrelsen har også indgående diskuteret Dasfas' økonomi og gjort et arbejde for i første omgang at finde sponsorer blandt virksomheder – men helt uden held.

Medlemstal

Dasfas' medlemstal stiger fortsat og er nu oppe på 636 medlemmer.

Videnskabelige møder

I løbet af året er der blevet afholdt fire videnskabelige møder. Det første gav indblik i de basale mekanismer, som regulerer glucoseoptagelse i skeletmuskulaturen, hvordan insulinresistens udvikles og hvordan fysisk aktivitet bidrager til at forbedre insulinfølsomhed.

Ved det andet temamøde i efteråret blev der sat fokus på hvordan motivation for motion og træning kunne øges blandt unge og gamle. Bl.a. præsenterede Melvyn Hillsdon et inspirerende og fremragende foredrag som gav indblik i, hvordan man angriber problematikken i England. Barriere for motion blev diskuteret, og tanker om den motiverende samtale gav indblik i hvordan dette bedst skal gribes an.

Ved det tredje møde var temaet ældre og træning. Stephen Harridge fra University College, London, forelæste sammen med danske eksperter indenfor feltet. Foruden de muskulære forhold, som påvirkes ved muskeltræning, belystes indgående de neuromuskulære forhold som bidrager til at træning, specielt hos ældre, kan få så stor effekt.

Dasfas afholdte for første gang temamøde udenfor København. Ved dette møde, som var det fjerde i rækken, var Lis Puggaard og Henning Beck Nielsen fra Syddansk Universitet i Odense, værter. Vanen tro var også dette møde meget velbesøgt. I Odense belystes først Type 2 diabetes og træning, hvorefter Mats Karlsson fra Malmø bidrog med et foredrag om, hvordan et aktivt liv kan modvirke osteoporose og frakturer ved fald. Det tredje tema var unges motionsvaner i et socialt perspektiv. Planen var også at inkludere frie foredrag og posters for at få en mere direkte dialog med Dasfas' medlemmer og stimulere til god forskning indenfor feltet. Dette første forsøg fik dog ikke tilstrækkelig tilslutning til at blive sat på programmet.

Udviklingsprojekter og samarbejde

Sammen med PLO er der blevet udarbejdet kursusmateriale til praktiserende læger og fysioterapeuter. Uddannelsen har til formål at sikre at "Motion på recept" implementeres på en fagligt forsvarlig måde. Fra Dasfas' side er Flemming Dela og Nina Beyer ansvarlige. Fra PLO har Leif Skive været kontaktperson, og Morten Zacho har bidraget med sine erfaringer, specielt indenfor fitness og træning. En serie kurser er blevet afviklet, primært for fysioterapeuter, men også for læger. Der har ligeledes været afholdt kurser henvendt til instruktører på fitness centre. Det er vigtigt også i fremtiden at Dasfas bibeholder et overblik over denne kursusvirksomhed, for at sikre indhold og kvalitet.

Dasfas' samarbejde med Sundhedsstyrelsen (SST) fortsætter og er bl.a. udbygget gennem en et-årig aftale mellem SST og Rigshospitalet. En gruppe er nedsat med Bengt Saltin som koordinator og Flemming Dela fra Dasfas' bestyrelse, samt Bente Klarlund Pedersen og Kirsten Møller fra RH. Et hovedformål med samarbejdet er at bistå SST med faglig kompetence indenfor området fysisk aktivitet og forebyggelse.

Tidligere bestyrelsesmedlem Bente Klarlund Pedersen er indgået i en arbejdsgruppe om forebyggelse indenfor hospitalssektoren. Fysisk aktivitet indgår som en faktor, og planen for det "Fysisk Aktive Sygehus" præsenteres på Rigshospitalet d. 28.04.04.

Som opfølgning på temamødet i foråret 2003 om byplanlægning og fysisk aktivitet, er der etableret et samarbejde med prof. Thomas Randrup ved Den Kongelige Veterinær og Landbohøjskole om bedre udnyttelse af parker og grønne områder til motion og rekreative formål. Et møde med Skov og Naturstyrelsens øverste ledelse har også fundet sted, og "Natur og Sundhed" kan blive et prioriteret område for deres virksomhed.

København, april 2004
Bengt Saltin