



# FETMANS FYSIOLOGI

fysisk aktivitet som preventions- och  
behandlingsstrategi, 7,5 högskolepoäng

Fetma och fetmarelaterade ohälsotillstånd är ett växande problem i vårt samhälle. Behovet och efterfrågan av effektiva och långsiktiga strategier för behandling och prevention ökar; både hos de drabbade individerna och hos dem som skall tillhandahålla vård.

Högskolan Dalarna erbjuder nu därför kursen "Fetmans fysiologi: fysisk aktivitet som preventions- och behandlingsstrategi". Denna kurs vänder sig framför allt till personer inom landstings- och företagshälsovården som arbetar med behandling och prevention av fetma och fetmarelaterade ohälsotillstånd, samt andra som har nytta av denna kompetens.

Genom denna kurs får den studerande en bred vetenskaplig plattform för förståelse av modern långsiktig terapi vad avser fysisk aktivitet, kost och beteendeförändring. I kursen behandlas orsaker till övervikt och fetma, så som genetik, fysisk inaktivitet, kostsammansättning, aptitreglering och läkemedel. Grundläggande principer för prevention och behandling av övervikt/fetma kommer att belysas, och de moderna strategierna för fetmabehandling, så som fysisk aktivitet, kostterapi och beteendeterapi analyseras.

Kursen ges på distans via nätet. Som nationellt ledande lärosäte inom området nätbaserad utbildning har Högskolan Dalarna hög kompetens inom IT-baserat lärande och verktyg till stöd för utbildning, arbetsliv och social interaktion. Tekniskt och pedagogiskt stöd erbjuds till studenter fram till klockan 22.00 varje vardag via högskolans IKT-pedagogiska centrum.



## Kurstid

Startdatum: 21 september

Slutdatum: 11 februari

## Studietakt

25%

## Behörighet

Högskolan ställer inga behörighetskrav på deltagarna. Arbetsgivaren avgör vem som skall delta i utbildningen.

## Avgift

9 500 kronor exkl moms.

Kostnader för litteratur tillkommer.

## Anmälan

Via e-post [h03annsj@du.se](mailto:h03annsj@du.se) snarast.

## Avtal

Arbetsgivaren avtalar om utbildningen med Högskolan Dalarna

## Mer information

Anna Sjöström

e-post: [h03annsj@du.se](mailto:h03annsj@du.se)

Michail Tonkonogi

e-post: [mtn@du.se](mailto:mtn@du.se)

tel: 023-77 80 73