



SAL Aula - Symposier - TORSDAG 23 MAJ

Folkhälsa / Fysiologi / Barn / Äldre / Kvinnor / Träning

11.00-12.00 - Symposium 1 - [Från forskning till elit – Optimera prestation](#) – moderator doktorand, fysiolog Eric Emanuelsson, Institutionen för fysiologi & farmakologi, KI.

- **Metabola perspektiv på icke-funktionell överbelastning inom uthållighetsidrott** - PhD, fysiolog Mikael Flockhart, Institutionen för folkhälsa och klinisk medicin, Umeå universitet.
- **Immunsystemets molekylära respons till akut träning i atleter** – PhD, postdoktor, fysiolog Stefan Reitzner, Institutionen för fysiologi & farmakologi KI.
- **En tränare** – ej ännu klart.

13.00-14.00 - Symposium 2 - [Från forskning till elit - Den kvinnliga atleten](#) – moderator docent, molekylärbiolog, lektor Jessica Norrbom, Institutionen för fysiologi & farmakologi, KI.

- **Låg energitillgänglighet – ökad sensitivitet bland kvinnliga idrottare** – docent, kostrådgivare Anna Melin, Sveriges Olympiska Kommitté & Linnéuniversitet.
- **Träning & graviditet** – docent, fysioterapeut, idrottslärare Cecilia Fridén, FoU-chef för Fysioterapeuterna, Inst. f. neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, KI.
- **Idrott / Graviditet** – postdoktor, f.d. elitsimmerska Magdalena Kuras, Lunds universitet.

15.30-16.30 - Symposium 3 - [Från skärm till rörelse - hur får vi barn aktiva?](#) – moderator docent, fysiolog, hälsopedagog Elin Ekblom Bak, GIH.

- **Alla barn har rätt till bästa möjliga hälsa** – Verksamhetschef Carolina Klüft, Generation Pep.
- **Fysisk aktivitet och skärmtid bland barn** – professor Anders Grøntved, Syddansk Universitet, Odense, Danmark.
- **Fysisk aktivitet i familjen** – professor Marie Löf, Chef för IMPACT research group, KI.



SAL Aula - Symposier - FREDAG 24 MAJ

Folkhälsa / Fysiologi / Barn / Äldre / Kvinnor / Träning

09.00-10.00 - Symposium 4 - **Äldrandet och livsstil** – moderator docent, fysiolog, Tommy Lundberg, divisionen för klinisk fysiologi, KI.

- **Gåfotboll för hälsa** – PhD, postdoktor Andreas Caspers, Centrum för Hälsa och Prestation, Göteborgs universitet & doktorand, hälsopedagog Manne Godhe, GIH & CIFU-MMK, KI. h, GIH.
- **Den äldre orienteraren – Hälsa och Livsstil** – docent, fysiolog, hälsopedagog Elin Ekblom Bak, GIH.
- **Anabol potential i skelettmuskulaturen hos äldre** – doktorand, fysiolog Oscar Horwath.

10.30-11.30 - Symposium 5 - **Från forskning till elit – Parasport** - moderator doktorand Linnea Corell, Institutionen för kvinnors och barns hälsa. KI.

- **Prestation och klassificering inom parasport** - docent fysioterapeut Anna Bjerkefors, GIH, Bosön & KI.
- **Muskelfunktion vid cerebral pares – påverkar det prestation?** – docent, ST-läkare i barnmedicin Ferdinand von Walden, Klinisk muskelfysiologi, KI/KS.
- **Från normidrott till paraidrott** – svensk atlet i simning Conrad Hildebrand, Södertälje Simsällskap.

13.00-14.00 - Symposium 6 - **Fysiologiska och cellulära effekter av konditions- och styrketräning** – moderator docent, lektor Ann-Sofie Lindberg, Luleå tekniska universitet.

- **Testosteron i relation till konditionsstatus, risk- och friskfaktorer** – docent, lektor Michael Svensson, Institutionen för Samhällsmedicin och Rehabilitering, Umeå universitet.
- **Lågbelastad styrketräning med blodflödesrestriktion (ocklusionsträning) - effekter på muskler** – PhD, fysioterapeut Mathias Wernbom, Sportrehab-kliniken & Göteborgs universitet.
- **Påverkan av tidigare träningshistorik på tränings svar – skillnader mellan män och kvinnor** – docent, molekylärbioleg, lektor Jessica Norrbom, Institutionen för fysiologi & farmakologi, KI.

14.05-15.05 - Symposium 7 - **Lever fysiskt aktiva personer längre?** – moderator professor Ulf Ekelund, Norges Idrottshögskolan, Oslo, Norge.

- **Vilka lever länge?** – docent Karin Modig, Institutionen för Miljömedicin, KI.
- **Fysiskt aktiva lever längre – men leder ökad aktivitet till längre liv?** – PhD Marcel Ballin, Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES), Region Stockholm, SLSO.
- **Är dieten viktigare än träning för att leva längre?** – doktorand, läkarkandidat Emmanuel Zavalis, KI.