



LIIKUNTA- LÄÄKETIETEEN PÄIVÄT

16.–17.11.2022 | Original Sokos
Hotel Presidentti

Lasten ja nuorten liikuntalääketiede

OHJELMA

Järjestäjät: Liikuntatieteellinen Seura ry
Liikuntalääketieteen keskuskeskukset
| Helsingin yliopisto | Jyväskylän yliopisto | Turun yliopisto |
Suomen Fysioterapeutit

KESKIVIIKKO 16.11.2022

9.00–9.45 Ilmoittautuminen ja kahvi

9.45–10.00 Tervetuloa (Iso auditorio | Liveto-päälava)

Apulaisprofessori Arto Hautala, Jyväskylän yliopisto ja Liikuntatieteellinen Seura

Liikuntalääketieteen erikoislääkäri Harri Helajärvi, ohjelmatoimikunnan pj.; Paavo Nurmi -keskus, Turku

Sessio 1: Kasvuikäisen lapsen ja nuoren kasvu, kehitys ja liikunta – ennen ja nyt

(Iso auditorio | Liveto-päälava)

pj. Harri Helajärvi

10.00–10.30 Liikkumisen suositukset muuttuivat, liikkuvatko lapset ja nuoret riittävästi ja vähäisen liikkeen hintalappu

Johtaja Tommi Vasankari, UKK-instituutti

10.30–11.15 Physical Activity During Growth and Development – Specifics of Growth Physiology and Training on Cardiorespiratory Fitness in Children and Adolescents

Associate Professor Alan Barker, University of Exeter

11.15–12.00 Physical activity, fitness and cardiometabolic risk in children and adolescents

Professor Ulf Ekelund, Norwegian School of Sport Science (NIH)

12.00–13.00 Lounas ja kumppanien näyttelypisteisiin tutustuminen

Sessio 2: Elintavat lapsuudessa ja nuoruudessa – pysyvyyttä?

(Iso auditorio | Liveto-päälava)

pj. Riikka Kivelä

13.00–13.45 Missä mennään? Lasten ja nuorten liikunta Suomessa Tulokortin 2022 kertomana

Tutkija Piritta Asunta, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Johtava tutkija Tuija Tammelin, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

13.45–14.15 Mistä lasten ja nuorten päivän aktiivisuus koostuu? Lasten ja nuorten aktiivisuuden ja paikallaanolon mittaamisen erityispiirteitä

Johtaja Arto Pesola, Active Life Lab, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu Xamk

14.15–15.00 Liikunnan ja ruokavalion merkitys lasten terveydelle: mitä PANIC-tutkimus on opettanut?

Professori Timo Lakka, Itä-Suomen yliopisto

15.00–15.40 Kahvi ja kumppanien näyttelypisteisiin tutustuminen

15.40–17.00 Vuoden liikuntalääketieteellinen tutkimus 2022-kilpailun finaali ja palkintojen jako
(Iso auditorio | Liveto-päälava)

pj. Jari Parkkari ja Kai Savonen

- **15.45 Päivi Herranen**, Jyväskylän yliopisto: *Perinnöllinen alttius parempaan lihasvoimaan ennustaa pienempää sairastumisriskiä kansansairauksiin ja pidempää elinikää suomalaisessa väestössä*
- **16.00 Maarit Janhunen**, Jyväskylän yliopisto: *Pelillistetyn kotiharjoittelun vaikuttavuus ikääntyvien henkilöiden fyysiseen toimintakykyyn ja kipuun polven tekonivelleikkauksen jälkeen: Satunnaistettu, kontrolloitu interventiotutkimus*
- **16.15 Laura Joensuu**, Jyväskylän yliopisto: *Geneettinen alttius sepelvaltimotautiin, fyysinen aktiivisuus ja kuolleisuus suomalaisella kaksoskohortilla*
- **16.30 Niko Tynkkynen**, Jyväskylän yliopisto: *Fyysisen aktiivisuuden genotyypin yhteys aerobiseen kuntoon sekä kardiometabolisiin sairauksiin ja niiden riskitekijöihin*
- **16.45 juhlallisuudet, palkintojenjako**

17.00 Päivän päätös ja aikaa liikunnalle

19.00 Iltatilaisuus – Original Sokos Hotel Presidentti, Presidentti-Sali

TORSTAI 17.11.2022

Sessio 3: Mikä liikuttaa lasta ja nuorta vai liikuttaako? Mihin voidaan vaikuttaa?

(Iso auditorio | Liveto-päälava)

pj. Arto Hautala

8.45–9.20 Kohderyhmien tunteminen ja segmentointi vaikuttavan yhteisen työn lähtökohtana

Johtava asiantuntija Jonna Heliskoski, Sitra Lab, Sitra

9.20–9.50 Behaviour change to promote continuous physical activity in children – Fun or what?

Assistant Professor Keegan Knittle, University of Jyväskylä

9.50–10.20 Liikuttaako pelillistetty teknologia? – Kokemuksia MOPO-hankkeesta

Projektipäällikkö Anna-Maiju Leinonen, Oulun yliopisto, ODL Liikuntaklinikka

Tutkija Tim Luoto, Oulun yliopisto

10.20–10.30 Taukoliikuntaa

Fysioterapeutti Adèle Salonen, Sibelius-Akatemia

10.30–11.00 Kahvi ja kumppanien näyttelypisteisiin tutustuminen

11.00–12.00 Liikuntalääketieteelliset tutkimusesittelyt | rinnakkain 2 salissa

(esitykset 4+2 min)

- **Tutkimusesittelyt 1: Lasten ja nuorten fyysisen aktiivisuuden yhteydet terveyteen sekä suorituskykyyn** (Iso auditorio | Liveto-päälava)
pj. Tiina Saanijoki
- **Tutkimusesittelyt 2: Aikuisten fyysinen aktiivisuus sekä metabolia- ja sydänterveys** (kokoustila Kaleva | Liveto-pikkulava)
pj. Leena Kurtti

12.00–13.00 Lounas ja kumppanien näyttelypisteisiin tutustuminen

13.00–14.30 Rinnakkaiset teemasessiot

Teemasessio 1: Nuoret, aivot ja liikunta

(Iso auditorio | Liveto-päälava)

pj. Arja Uusitalo

13.00–13.20 Liikunta ja oppiminen

Yliopistonlehtori Eero Haapala, Jyväskylän yliopisto

13.20–13.40 Aivojen rakenteen ja liikunnan yhteys – Miten liikunta ja fyysinen kunto näkyvät nuorten aivoissa?

Tutkija Ilona Ruotsalainen, Teknologian tutkimuskeskus VTT

13.40–14.00 Lasten kognitiiviset ja motoriset haasteet liikunnassa

Tutkija Piritta Asunta, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

14.00–14.20 ADHD – miten liikunta auttaa? (videoluento)

Lastentautien ja nuorisopsykiatrian erikoislääkäri Maria Sumia, Pirkanmaan sairaanhoitopiiri

Teemasessio 2: FINETAP - suomalaisten lasten ja nuorten kiihtyvyyssantureilla mitatun fyysisen käyttäytymisen viimeaikaisista tuloksista

(kokoustila Kaleva | Liveto-pikkulava)

pj. Timo Rantalainen

13.00–13.15 Lasten aktiivinen matkustaminen Mikkelissä ja Kouvolassa: saako pyöräilyn mitattua ja vähentääkö maksuton bussi aktiivista matkustamista?

Johtaja Arto Pesola, Active Life Lab, Kaakkois-Suomen ammattikorkeakoulu Xamk

13.15–13.30 Lasten ja nuorten liikkuminen, paikallaanolo ja uni – LIITU-tutkimuksen tuloksia

Vanhempi tutkija Pauliina Husu, UKK-instituutti

13.30–13.45 Piilo-hankkeen tuloksia 4–6-vuotiaiden lasten fyysisestä aktiivisuudesta

Johtava tutkija Tuija Tammelin, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

Asiantuntija Janne Kulmala, Likes, Jyväskylän ammattikorkeakoulu

13.45–14.30 International Children Accelerometer Database (ICAD)

Professor Ulf Ekelund, Norwegian School of Sport Science (NIH)

14.30–15.00 Kahvi ja kumppanien näyttelypisteisiin tutustuminen

Sessio 4: Lasten ja nuorten urheilijoiden harjoittelu, jaksaminen ja vammat

(Iso auditorio | Liveto-päälava)

pj. Kerttu Toivo

15.00–15.30 Mitä kasvuikäisen urheilijan harjoittelussa ja arjessa tulee huomioida, jotta päästäisiin hyviin tuloksiin?

Professori Jari Parkkari, Jyväskylän yliopisto

15.30–16.00 Lasten ja nuorten urheiluvammojen ehkäisy – tutkimuksesta suosituksiin ja suosituksista käytäntöön

Tutkimus- ja kehittämisjohtaja Mari Leppänen, Tampereen urheilulääkäriasema

16.00–16.10 Seminaarin päätös

16.10 Hyvää kotimatkaa

Pidätämme oikeuden ohjelmamuutoksiin.

Järjestäjät:

Liikuntatieteellinen Seura ry

Paavo Nurmi -keskus, Turku

Tampereen Urheilulääkäriasema - UKK-instituuttisäätiö

Kuopion liikuntalääketieteen tutkimuslaitos, KuLTu

ODL Liikuntaklinikka - Oulun Diakonissalaitoksen säätiö

HULA - Helsingin urheilulääkäriasema, Urheilulääketieteen säätiö sr

Huippu-urheilun instituutti, KIHU

Jyväskylän yliopisto

Turun yliopisto

Suomen Fysioterapeutit

