

Anna Ek

Forskare, Enheten för pediatrik, CLINTEC, Karolinska Institutet
Medicine doktor i pediatrik, legitimerad dietist
E-post: anna.ek@ki.se



Nuvarande tjänst

- Okt 2019- Forskare på enheten för pediatrik, Institutionen för klinisk vetenskap intervention och teknik (CLINTEC), Karolinska Institutet (KI)
Kursansvarig för två kurser vid Institutionen för biovetenskaper och näringslära (BioNut), KI:
- Fristående kurs på avancerad nivå, Kroppssammansättning vid olika sjukdomstillstånd, 7.5 hp
 - Kurs på kandidatprogrammet för nutritionister, Klinisk nutrition, 10 hp

Grundexamen, Examensår: 2004

- 2000–2004 Filosofie kandidatexamen. Dietistprogrammet, 140 p, Institutionen för Hushållsvetenskap (IKV), Uppsala Universitet (UU).
Legitimerad dietist: 2006

Forskarutbildning

- 2011–2016 Disputation: 23 september 2016, CLINTEC, KI. **Avhandlingens titel:** Early obesity: Family-based risk factors and treatment interventions. **Huvudhandledare:** Paulina Nowicka, Docent, Med Dr i pediatrik, KI.

Postdoktorutbildning

- 2016–2019 Postdoktor vid CLINTEC, KI. 50%
2016–2018 Postdoktor på Institutionen för biovetenskaper och näringslära, BioNut, KI. 50%

Tidigare relevanta anställningar

- 2009–2015 Forskningsassistent/Projektsamordnare/Familjecoach, CLINTEC, KI
2004–2009 Legitimerad dietist, Barnöverviktsenheten Region Skåne, Malmö

Forskningsprojekt

- 2018–2022 Science and Technology in Childhood Obesity Policy (STOP) – EU-finansierat projekt i vilket jag ingår är samordnare för den grupp som ska genomföra och utvärdera en randomiserad kontrollerad studie (RCT) om tidig behandling av fetma hos barn i Sverige, Spanien och Rumänien, Mer och Mindre Europa studien.
- 2011– Mer och Mindre (MoM) – RCT om tidig behandling av fetma hos barn. KI, Stockholm.
- 2016–2018 The Smart City Active Mobile Phone Intervention (SCAMPI) - RCT för att främja fysisk aktivitet genom aktiv transport hos vuxna, BioNut, KI, Stockholm
- 2009–2015 Early STockholm Obesity Prevention Project (Early STOPP) - RCT om prevention av fetma i förskoleåldern. CLINTEC, KI.
- 2004–2006 Aktiva barn i samarbete med Skåneidrotten (AB-ISS) – RCT om aktivitetsläger med uppföljande deltagande i idrottsklubb kan förbättra BMI för 8-12 åringar med fetma, Barnöverviktsenheten, Malmö.

Handledning av studenter

- 2016–2020 Bihandledare, doktorand, IKV, UU.
2020 Bihandledare, magisterstudent, IKV, UU.
2019 Handledare magisterstudent, Institutionen för neurobiologi, vårdvetenskap och samhälle, KI
2019 Handledare, magistersstudent, BioNut, KI
2018 Handledare, mastersstudent, BioNut, KI/Stockholms Universitet (SU)
2018 Bihandledare, mastersstudent, BioNut, KI/SU
2018 Bihandledare, internationell mastersstudent, Maastrichts Universitet, Holland

- 2017 Bihandledare, mastersstudent, BioNut, KI/Stockholms Universitet
 2014 Bihandledare, kandidatstudent, Institutionen för folkhälsovetenskap, KI
 2013 Bihandledare, två kandidatstudenter, Institutionen för folkhälsovetenskap, KI

Meriterande relevanta uppdrag

- Dec 2020 - Medlem i Arbetsgrupp barnövervikt och fetma, Region Stockholm (ArbBF) med uppdrag att inom ramen för kunskapsstyrningen i regionen ge råd om insatser som kan förebygga och behandla barnövervikt och fetma.
- Jan-juni 2021 Vetenskaplig granskare, Socialstyrelsen – granskare av den litteratur som ska ligga till grund för de nationella riktlinjerna för behandling av fetma hos barn och ungdomar.

Utbildningar, presentationer, föreläsningar, workshops etc.

- 2018- Kursledare Klinisk Nutrition inom Nutritionistprogrammet, 10 hp, BioNut, SU/KI
 2019- Kursledare Kroppssammansättning och sjukdomstillstånd, 7,5 hp, BioNut, KI
 2019 Kursledare inom magisterprogrammet Preventive nutrition – interventions, eHealth and mHealth, 7.5 hp, BioNut, KI.
- Dec 2022 Diabetesforum 2021, Göteborg. Mer och Mindre - Föräldrastöd för att underlätta livsstilsförändringar vid tidig obesitas.
- Sept 2021 Barnveckan 2021 Stockholm. Mer och Mindre – ett föräldrastödsprogram vid tidig fetma. En avancerad behandling för barn 4–6 år.
- Feb 2021 Föreläsning Barndietistdagarna: Barnfetma olika behandlingsstrategier: Mer och Mindre – föräldrastödsprogram vid tidig barnfetma
- 2017–2021 Föreläsning på kursen: Barnfetma – Orsaker, risker och åtgärder, 7,5 hp, CLINTEC, KI. Titel: Behandling i olika åldrar: 4–6 år, Mer och Mindre. 1 ggr/år.
- 2016–2021 Föreläsning för nutritioniststudenter, BioNut, KI. Titel: Behandling i olika åldrar: 4-6 år, Mer och Mindre.
- 2017–2021 Utbildning av vårdpersonal i föräldraprogrammet MoM.. 4-dagars kurs, 2 ggr/år
 2016–2021 Föreläsning för vårdpersonal: Vilken behandling kan vi erbjuda 4-6 åringar med fetma och vad tycker föräldrarna om behandlingen? Akademiskt Primärvård Centrum, Region Stockholm. 1-2 ggr/år.
- April 2019 Socialstyrelsen. Workshop 1 Kunskapsstöd för hälsosamma levnadsvanor i barnhälsovården. Föreläsning: Behandling av tidig fetma – Mer och Mindre.
- April 2019 Barnveckan 2019 Örebro. Föreläsning: Fungerande barnfetmabehandling för förskolebarn. Mer och Mindre. Workshop: En verktygslåda för dig som möter föräldrar till barn med fetma. Mer och Mindre Mini.
- 2018–2019 Föreläsning på Kompetenscentrum för vårdpersonal: Behandling i olika åldrar: 4-6 år Mer och Mindre-studien. 1 ggr/år.
- Dec 2018 Utbildning av gruppleddare ifrån Rumänien och Spanien i föräldraprogrammet Mer och Mindre som deltar i det EU finansierade projektet STOP. 4-dagars kurs.
- Nov 2017 Seminarium om tillväxtkurvor, kandidatprogrammet för dietister, IKV, UU.
- Okt 2016 BORIS (Barnobesitasregister i Sverige) – dagen. Titel: De små barnen - Vad vet vi om behandling i åldersgruppen 4–6 år? Preliminära data från Mer och Mindre.
- Apr 2016 Barnveckan 2016 Östersund. Workshop: Föräldrastöd vid barnfetma hos förskolebarn. Mer och Mindre. Föreläsning: Vilket föräldrastöd kan vi ge i behandling av fetma hos förskolebarn och vad tycker föräldrarna? Mer och Mindre.
- Jan, Sep 2014 Inspirationsdag om Barn och övervikt för personal inom barnhälso- och sjukvården. Titlar: Mer och Mindre – Vad har vi lärt oss? När kärlek inte räcker – om föräldraskap, Vad är bra mat egentligen?

Övrigt

- 2021 Socialstyrelsen: Vetenskaplig granskare för de nationella riktlinjerna för behandling av obesitas hos barn och ungdomar.
- 2021 Region Stockholm. Medlem i Arbetsgruppen för barnövervikt och obesitas tar fram rekommendationer för hur vården ska se ut inom regionen.

2004–2006 Medlem i arbetsgruppen för Barnobesitasdietister i Sverige (BODIS) med uppdrag om att ta fram riktlinjer för kostbehandling av barn med fetma.

För att sprida kunskap om barnfetma har jag under flera tillfällen medverkat i olika media.

1. SVT – 2019-12-05 – Barnfetma – behandling och utmaningar
2. Aftonbladets webb TV – 2019-02-03 Dietisten svarar på frågor om barnfetma
3. Dagens Nyheter 2016-10-12 - Så pratar du om vikt med ditt barn.
4. Aftonbladet 2016-10-12 – Att uppmärksamma fetma i tidig ålder.
5. Sveriges radio P4 2015-10-13 – Föräldraskap och fetma.
6. Aftonbladets webb TV – 2015-01-12 - När vet man att ett barn är överviktig?
7. TV4 Nyhetsmorgon 2013-05-07 – Tema barnfetma.