



## **MER JÄMLIK VÅRD MED NY TEKNIK – DIETISTEN MER TILLGÄNGLIG**

Petra Rydén är lektor på institutionen för kostvetenskap vid Umeå Universitet. Hon handleder forskare och undervisar blivande dietister, kostvetare och hem- och

konsumentkunskapslärare. Forskningsområdena fokuserar på kostbehandling och dietistkontakt på distans via ny teknik, och faktorer som påverkar möjligheter att äta hälsosamt genom livet.

Forskningen kring digitala verktyg i vården verkar för ökad jämlikhet i hälsa i befolkningen. Den nya tekniken kan tillgängliggöra professionell kostrådgivning och kostbehandling oavsett var du bor, vilket språk du talar, vilka möjligheter du har att förflytta dig med mera.

– Digitala verktyg har en enorm potential, inte minst för dietister. Vi har bara sett början av en snabb kommande utveckling där dietisten använder betydligt mer digitala resurser i sitt arbete. Det är dock viktigt att granska resultaten och ta reda på mer om möjligheter och begränsningar, säger Petra Rydén.

– En viktig del av utbildningen är att utveckla förmågan till kritiskt tänkande, bland annat för att sakligt och korrekt kunna hantera och bemöta ogrundade påståenden kring kost och hälsa. För att bidra till bättre hälsa hos patienter och hos allmänheten behövs fortsatt kunskapsutveckling på vetenskaplig grund och att vi utifrån aktuell vetenskap aktivt deltar i samhällsdebatten.

– En annat viktigt område är att skapa förståelse för hur matvanorna påverkas av sociala sammanhang. Vi äter den absoluta majoriteten av våra måltider i sällskap av andra – familj, kollegor eller vänner – och vår självbild byggs också till viss del av vad och hur vi äter. En kostförändring kan innebära stora utmaningar och som dietist behöver man använda en bred kunskapsbas för att ge stöd för förändringar, inte bara för den enskilde utan också ur ett socialt perspektiv.

Petra Rydéns framtidsspaning är dietisten får en allt tydligare professionell roll utifrån sina gedigna och vetenskapligt underbyggda kunskaper inom kost och hälsa. Forskningen kring samband mellan livsstil och folkhälsa kommer att öka i takt med att våra beslutsfattare får upp ögonen för vikten av hälsosamma matvanor, bland annat för samhällsekonomi, utveckling, hälsa och miljö.

Namn:	Petra Rydén
Ålder:	44
Ort:	Skellefteå
Examensår:	1997
Favoriträtt:	Färsk fisk tillagad av en duktig kock
Bästa matminne:	Det finns alltför många för att välja ett! Men alla mina finaste matminnen har ett gemensamt drag – jag minns sällskapet lika mycket som maten 😊