

OPUS Skolemadsprojektet

OPUS Skolemadsprojektet er en del af forskningsprojektet OPUS, og således også finansieret af Nordea-fonden. I Skolemadsprojektet tester man effekten af at spise Ny Nordisk Hverdagsmad på omkring 1000 børn, fra 8-10 år, i 3. og 4. klasse fordelt på 9 folkeskoler rundt på Sjælland og øerne. Skolemadsprojektet er verdens største forskningsprojekt inden for nordiske fødevarer og sundhed.

Skolemadsprojektet har blandt andet til formål at undersøge, hvordan børnenes sundhedstilstand, indlæring, koncentrationsevne, aktivitetsniveau og generelle trivsel forbedres ved at spise Ny Nordisk Hverdagsmad. Skolemadsprojektet ledes af professor i børneernæring og dr. med, Kim Fleischer Michaelsen.

3 måneder med Ny Nordisk Hverdagsmad

Skolemadsprojektet er bygget op over to 3-måneders perioder. I den ene periode spiser børnene skolemåltid baseret på Ny Nordisk Hverdagsmad, og i den anden spiser børnene deres sædvanlige mad (fortrinsvis madpakker hjemmefra). I perioden med Ny Nordisk Hverdagsmad får børnene et formiddagsmellemmåltid, et frokostmåltid og et eftermiddagsmellemmåltid.

De tilmeldte skoleklasser fordeles tilfældigt i to grupper. Klasserne i den ene gruppe starter 3 måneder med Ny Nordisk Hverdagsmad, imens klasserne i den anden gruppe forsætter med deres sædvanlige mad i 3 måneder. Efter 3 måneder byttes,

så de, der begyndte med Ny Nordisk Hverdagsmad, nu spiser deres sædvanlige mad i 3 måneder, og de andre får Ny Nordisk Hverdagsmad i 3 måneder.

Børnene er i køkkenet

Maden bliver lavet ude på skolerne af personale ansat i Skolemadsprojektet og børn i de involverede klasser. Maden spises i klasselokalet, og der gøres meget ud af, at der dækkes hyggeligt op. Børnene deltager på skift i madlavningen, da tidligere erfaringer viser, at dette er altafgørende for børnenes motivation for at spise maden. Desuden sætter børnene ofte stor pris på at være med i køkkenet.

I løbet af forsøget deltager børn, forældre og skolens personale i forskellige undersøgelser. I den forbindelse er der indrettet en særlig lastbil med mobilt laboratorium, hvor der tages blodprøver af børnene, og de bliver scannet og vejede etc. Både børnene selv og deres forældre har naturligvis godkendt deltagelsen i projektet. Pilotforsøget på Melby Skole i Nordsjælland viste, at det var rigtig populært blandt børnene, når denne lastbil på 110 m² i to etager kom på besøg.

Kontakt

Camilla Trab Damsgaard, daglig projektleder og adjunkt. Telefon: 21849721. Mail: ctd@life.ku.dk





OPUS Skolemadsprojektet

Redaktionen har stillet en række uddybende spørgsmål til Camilla T. Damsgaard, som er daglig leder af OPUS Skolemadsprojektet.

1. Hvad er det primære effektmål - dvs. hvad forventes som primære outcome - i forhold til fx at kunne vurdere deltagerantallet?

I vores del af skolemadsprojektet er det primære effektmål en samlet score for metabolisk syndrom-markører, som er alders- og kønsjusteret. Her indgår børnenes taljeomkreds, deres blodtryk og blodkoncentrationer af insulin, glukose, kolesterol og triglycerid. Da vi ikke forventer at se mange børn med metabolisk syndrom, bruger vi denne kontinuerte score, hvor vi kan se små ændringer i den samlede risikoprofil, uanset hvor raske de er. Vel vidende, at vi dog ikke direkte kan spå om senere sygdomsrisiko hos raske børn.

2. Der er to interventioner - mad og madlavning - hvordan finder man ud af, hvad det er, der virker på fx indlæringen?

Det kan vi i princippet heller ikke. Men man kan sige, at madlavningen udgør en meget lille del af interventionen i forhold til maden. Hvert barn spiser Ny Nordisk Hverdagsmad i ca. 65 dage og er til sammenligning med i køkkenet 2-3 dage hver. Der er ikke et decideret pensum i køkkenet, det foregår mere som praktisk arbejde og snak med kokken undervejs. Madlavningen er et element, vi har valgt, fordi tidligere projekter viser, at børnenes involvering og ejerskab er afgørende for deres engagement og motivation for at spise maden og lyst til at prøve nye ting.

3. Hvilke blodprøver tages, og hvilke konkrete parametre måles på før og efter?

Blodet analyseres blandt andet for kolesterol og triglycerid, insulin, glukose, inflammatoriske markører, vækstfaktorer og en række markører for ernæringsstatus, herunder vitamin D, hæmoglobin og ferritin og fedtsyresammensætning.

Udover de nævnte analyser i blodet måler vi børnenes blodtryk, højde, vægt og taljeomkreds, og vi scanner dem i en åben DEXA-

scanner - en helkropsscanning, hvor man bl.a. kan se knogletæthed og kropssammensætning. Alt dette foregår i forsøgslastbilen. Derudover bliver børnenes kostindtag, fysiske aktivitetsniveau, søvn, indlæring, trivsel, accept af maden og klassesammenhold målt.

4. Hvordan skal projektet evalueres mht. indlæring, koncentrationsevne m.m. Hvilke metoder bruges til dette?

Indlæringstestene varetages af forskere fra Danmarks Pædagogiske Universitetsskole og laves, ligesom de fleste andre målinger, 3 gange i løbet af projektet. De består af en matematiktest og en sætningslæsetest, som begge er anerkendte fagprøver tilpasset klassetrinnet. Desuden vil der være en koncentrationstest samt spørgeskemaer om selvvurderet trivsel og indlæring.

5. Kan vi få konkrete eksempler på den nordiske mad i projektet? Eksempler fra menukortet, forårssæsonen, som vi er i nu:

Formiddagsmåltider:

- Æbler og rugbrød
- Skyr med mysli og hasselnødder

Frokostmåltider:

- Kalvefrikadeller med rodfrugt- og ærtemos
- Bagt laks med grøn krydderurtdressing og gulerod-havtornsalat
- Kartoffelsuppe med brændenælder, sprødt grønt, solsikkekerner, ost og krydderolie

Eftermiddagsmåltider:

- Rugbrødsbar, radiser og tørrede tyttebær
- Havrebar, gulerødder og tørrede havtornbær

Velbekomme - og ikke dårligt, om man havde været barn under OPUS Skolemadsprojektet!