

Suomen Lihavuustutkijat ry JÄSENKIRJE 1/2011

- Puheenjohtajan terveiset
 - Palkintojuhlaa syysseminaarissa
 - Vuoden 2011 jäsenmaksu
 - Yhdistyksen kevätseminaari ja vuosikokous
 - Sähköpostilista / Muutokset yhteystiedoissa
 - FACEBOOK
 - Tietoa matka-apurahojen hakemisesta
 - Kuulumisia Euroopan lasten lihavuustutkijoiden kokouksesta
 - Kansainvälinen kongressikalenteri
 - Väitöksiä
-

Puheenjohtajan terveiset

Lihavuus jatkaa voittokulkuaan. WHO julkisti hiljan tuloksensa, jonka mukaan joka kymmenes ihminen maailmassa on ylipainoinen. Ongelma on vahvasti ottanut jalansijaa myös kehitysmaissa, josta kuulumme edellisessä maailman kattojärjestömme IASOn kokouksessa Afrikan edustajien kertomana. Euroopalaisen kattojärjestömme EASOn strategiatyöskentelyssä on puolestaan pureuduttu lihavuustutkimuksen vaikuttavuuteen lihavuusepidemian ratkaisussa. Suomessa lihavuustutkimus tuntuu nyt kukoistavan: viimeisen puolen vuoden aikana on ennätykselliset 17 nuorta tutkijaa puolustanut väitöskirjaansa, jonka aihe liittyy lihavuuteen! Hoidon puolella olemme saaneet uuden Lihavuuden Käypä hoito –suosituksen ja sen jalkauttaminen on alkanut.

Yhdistyksemme toiminta jatkuu kevätseminaarin merkeissä 6.5. Helsingissä, jolloin uutena yhteistyökumppanimme on Painonhallintaohjaajien yhdistys. Tällöin on myös sääntömääräinen kevätkokous, jossa keskustellaan mm. tulevasta toiminnasta, joten jäsenten osallistumista toivotaan. Keskustelulle päivän polttavista lihavuuskysymyksistä on mahdollisuus nyt myös Facebookissa. Toivottavasti monet teistä löytävät tiensä tälle foorumille ja voimme epämuodollisesti vaihtaa ajatuksia vaikka uusista tutkimustuloksista, hoidon keinoista, ehkäisyn esteistä tai kysyä neuvoja tutkimusmetodeista.

Tätä kirjoittaessani aurinko loistaa täydeltä taivaalta ja kevään tuloa ei voi enää estää. Yhtä varmasti kuin lumien sulaminen ja ensimmäiset muuttolinnut kuuluvat keväseen, kuuluvat siihen myös naistenlehden 'Kesäksi bikinikuntoon' –jutut. Onneksi monet meistäkin pääsevät vaikuttamaan asiantuntijoina näiden juttujen sisältöön ja lukijoiden saamaan painonhallintatietoon. Asiantuntijoita niin lehdistön, muiden tutkijoiden kuin oman toimintamme suunnittelun avuksi löydetään myös yhdistyksemme ylläpitämästä asiantuntijat -luettelosta nettisivuiltamme. Jos et vielä ole antanut tietojasi siihen, niin nyt olisi hyvä aika.

Aurinkoista kevättä!
Eriika

Palkintojuhlaa syysseminaarissa

Suomen Lihavuustutkijat ry myöntää vuosittain **Painonhallintapalkinnon** painonhallintaa edistävästä toiminnasta, joka perustuu tutkittuun tietoon lihavuuden ehkäisystä tai hoidosta ja tavoittaa suuren joukon suomalaisia. Vuoden 2010 palkinnon sai Keski-Suomen Sairaanhoidopiirin hallinnoima Aistien avulla ruokamaailmaan – Sapere-menetelmän levittäminen varhaiskasvatukseen –hanke.

Sapere on lapsilähtöinen, lasta osallistava, käytännönläheinen menetelmä, joka tukee lasten terveellisiä ja monipuolisia ruokatottumuksia. Sapere antaa ruokailoa ruokakasvatukseen niin kotona kuin päivähoitodossa. Lapsia tutustetaan kaikkien aistiensa ja myös leikin avulla erilaisiin ruoka-aineisiin. He rohkaistuvat maistamaan uusia ruokia ja syövät entistä monipuolisemmin mm. kasviksia ja marjoja ja mieltyvät myös puuroihin ja kalaruokiin. Sapere innostaa ja rohkaisee lapsia tutkimaan, ilmaisemaan, kokeilemaan ja iloitsemaan ruokamaailmasta aistikokemustensa ja yhteisen tekemisen kautta. Toiminnassa käytetään päivähoiton ruokalistan mukaisesti aitoja ruokia. Lapset harjaantuvat taitaviksi keittiövälineiden käyttäjiksi. Toimintaan kehitetystä lapsilähtöisestä, pedagogisesta ruokalistasta on saatu hyvät kokemukset. Uusi yhteistoimintakäytäntö mahdollistaa lapsille runsaasti erilaisia oppimistilanteita päivähoiton arjessa.

Tätä suomalaisen ruokakulttuurin edistämishjelman rahoituksella toteutettavaa hanketta hallinnoi Keski-Suomen sairaanhoitopiiri. Sapere-menetelmä on kirjattu Keski-Suomen maakunnalliseen terveydenedistämisen suunnitelmaan lasten ruoka- ja ravitsemuskasvatuksen hyväksi käytännöksi. Hankkeessa ovat mukana seuraavat kunnat ja kaupungit: Jyväskylä, Turku, Äänekoski, Viitasaari, Pihtipudas, Hankasalmi, Keuruu ja Laukaa. Sapere-menetelmä on leviämässä vuoden 2011 aikana noin 100 päivähoiton yksiköön eri puolilla Suomea (Keski-Suomi, Pirkanmaa, Uusikaupunki, Kouvola ja Joensuu).

Laihdutuslimbo -antipalkinto myönnetään tuotteelle, johon liitettyjä väittämiä ja tehoa ei ole tieteellisesti vahvistettu tai jonka laihduttava vaikutus on nykytietämyksellä mahdoton. Vuoden 2010 antipalkinnon saajaksi on valittu FatKiller -valmiste, jota markkinoidaan internetissä. Tuote täyttää hyvin humpuukituotteen kriteerit. Tuotteen luvataan poistavan 2/3 kehon rasvavarastosta vain valmistetta syömällä. Tämänkaltaiset absurdit väitteet tuotteen vaikutuksesta ovat kuluttajan huijaamista.

Palkinnot julkistettiin 24.11.2010 Helsingissä järjestetyssä syysseminaarissa, jonka aiheena oli "Milloin ei kannata laihduttaa – painonhallinnan erityistilanteita".

Syysseminaarin yhteydessä järjestettiin **väitöskirjakilpailu**. Finaaliin oli valittu Tiina Hänninen työllään "Lihavuus ja laihduttaminen laihdutusmainonnassa ja vaikeasti lihaviiden ihmisten kokemana", Tiina Lapalainen työllään "Obesity, low-grade inflammation and cardiovascular diseases" ja Nyamdorj Regzedmaa työllään "Anthropometric measures of obesity-their association with type 2 diabetes and hypertension across ethnic groups". Valitettavasti finaaliin pääsi lopulta osallistumaan vain yksi kilpailija: Tiina Lapalainen palkittiin mielenkiintoisen esityksen jälkeen voitostaan matka-apurahalla.

* **Vuoden 2011 painonhallintapalkinto ja laihdutuslimbo** jaetaan yhdistyksen syyskokouksessa 2011. Jäsenistö voi ehdottaa palkinnonsaajaa hallitukselle sähköpostitse.

JÄSENMAKSUINFOA!

Vuoden 2011 jäsenmaksun **eräpäivä on 13.4.2011. Maksathan jäsenmaksusi siihen mennessä!**

Jäsenmaksu maksetaan tilille Nordea 206518 – 136588.

Jäsenmaksun suuruus on **25 €** (opiskelijoilta **15 €**). **Huom!** Opiskelijaksi katsotaan perusopiskelijat ja väitöskirjaa tekevät.

Muistathan laittaa laskun viitetietoihin nimesi. Tämä on erityisen tärkeää siinä tapauksessa, että maksaja on joku muu kuin jäsen itse!

Jäsenetuna:

- Sähköpostilistan kautta ajankohtaista tietoa lihavuustutkimuksen laajasta rintamasta
- Kevät- ja syysseminaarit ja mahdollisia muita kokouksia ILMAISEKSI
- IASOn ja EASOn jäsenyys sekä jäsenalennus IASOn/EASOn kongressimaksuista
- Jäsenkirje (sähköpostitse)
- Mahdollisuus hakea matka-apurahaa

Yhdistyksen kevätseminaari ja vuosikokous

Kevätseminaari järjestetään tänä vuonna yhteistyössä Painonhallintaohjausyhdistys ry:n kanssa. Suomen Lihavuustutkijat ry:n sääntömääräinen vuosikokous järjestetään samassa yhteydessä. Molemmat tilaisuudet järjestetään perjantaina 6.5.2010 klo 9-15 Valion pääkonttorin auditoriossa Helsingissä (Meijeritie 6, 00370 Helsinki).

Kevätseminaarin teema on "**KOKONAISUUS KUNNIAAN – UNI JA STRESSI PUNTARIIN**".

Seminaari on yhdistysten jäsenille maksuton. Ei-jäsenille hinta on 75 euroa sisältäen koulutuspäivän ja ruokailut. Tutustu ohjelmaan ja ilmoittaudu ajoissa mukaan, koska paikkoja on rajoitetusti! Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä ja mukaan mahtuu 120 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.

Sitovat ilmoittautumiset 8.4.2011 mennessä osoitteessa www.painonhallintaohjaus.fi olevien ohjeiden mukaisesti.

PS. Mikäli et pääsekään paikalle, ilmoitathan ystävällisesti asiasta sähköpostiosoitteeseen info@painonhallintaohjaus.fi, niin vältymme turhilta tarjoiluvarauksilta ja voimme antaa paikkasi seuraavalle!

Yhdistyksen sääntömääräinen vuosikokous järjestetään kevätseminaarin yhteydessä alkaen klo 15.00. Kokouksessa käsitellään mm. toimintakertomus ja -suunnitelma, tilinpäätös ja talousarvio sekä hallituksen kokoonpano tulevalle vuodelle (vuosikokoukseen tulee myös erillinen kutsu, jonka liitteenä kokouksen esityslista). Tänä vuonna täytetään uudelleen kaksi hallituspaikkaa, joten asiasta innostuneet jäsenet ovat tervetulleita ehdokkaiksi. Tule vaikuttamaan yhdistyksemme toimintaan! Ennakkoilmoittautumista vuosikokoukseen ei tarvita.

KOKONAISUUS KUNNIAAN – UNI JA STRESSI PUNTARIIN Ohjelma

9.00–9.30 Ilmoittautuminen, aamukahvit ja näyttelyyn tutustuminen
9.30–9.45 Päivän avaus

UNI JA PAINONHALLINTA – aamupäivä

9.45–10.15 Olet, miten nukut - Unen vaikutus elimistöön
Dosentti Tarja Stenberg, Helsingin yliopisto
10.15–10.45 Toimit, miten nukut - Unen vaikutus elintapoihin
Dosentti Erkki Kronholm, Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos
10.45–11.15 Apua unettomuuteen ja vinkkejä ohjaukseen
Uniterapeutti, erik.laboratoriohoitaja Susan Pihl, Helsingin Uniklinikka
11.15–11.45 Keskustelua aamupäivän aiheista
11.45–12.15 Painonhallintaohjausteko 2011 – palkinnon jako
Valion puheenvuoro
12.15–13.00 Lounas ja näyttelyyn tutustuminen

STRESSI JA PAINONHALLINTA – iltapäivä

13.00–13.30 Altistaako stressi lihomiselle?
Dosentti Eriika Savontaus, Turun yliopisto
13.30–14.00 Hyvä, paha stressi – kehon palautumisen avaimet
Työhyvinvointivalmentaja, Helka Moilanen, Diacor Wellbeing
14.00–14.30 Stressi ja voimavarat puheeksi - kohti rentoa painonhallinnan ohjausta
PsT Susanna Anglé, Tampereen yliopisto
14.30–15.00 Keskustelua iltapäivän aiheista sekä päivän päätös
15.00- Yhdistysten Vuosikokoukset

Lämpimästi tervetuloa!

Ovatko yhteystietosi muuttuneet?

Jos yhteystietosi muuttuvat (katuosoite tai sähköposti), ilmoitathan siitä yhdistyksen sihteerille (yhteystiedot tiedotteen yläosassa). Erityisen tärkeää on pitää ajan tasalla sähköpostiosoitteesi, koska kaikki yhdistyksen jäsentiedotus tapahtuu nykyään sähköpostitse ja/tai nettisivujen välityksellä.

Yhdistyksemme uudistetuilla nettisivuilla (www.suomenlihavuustutkijat.fi) on lista yhdistyksen asiantuntijoista. **Tarkistathan, pitävätkö omat tietosi paikkansa.** Mahdolliset päivitykset ja uudet asiantuntijatiedot pyydetään toimittamaan osoitteeseen patrik.borg@hula.fi.

Sähköpostilistalle ajankohtaisia asioita

Jos haluat tiedottaa lihavuustutkimukseen ja -koulutukseen liittyvistä asioista, se onnistuu yhdistyksemme sähköpostilistan avulla niin, että lähetät asiasi sähköpostitse ensin Susannalle (yhdistyksen sihteeri), joka sitten välittää asian sähköpostilistalaisille. Perinteinen jäsenkirje postitetaan pari kertaa vuodessa, mutta sähköpostilistan välityksellä voi infoa lähettää aina kun se on tarpeen.

Yhdistyksen hallitus päätti kokouksessaan 17.12.2008, että yhdistyksen kannattajajäsenet saavat kerran vuodessa lähettää jäsenistölle sähköistä materiaalia yhdistyksen sihteerin välityksellä. Tarvittaessa hallitus hyväksyy materiaalin. Lisäksi kannattajajäsenille tarjotaan mahdollisuutta laittaa logonsa sähköiseen jäsenkirjeeseen.

FACEBOOK

Kokeilemme kuinka Facebook voisi toimia Lihavuustutkijat ry:n viestintä- ja keskustelukanavana. Kaikki asiasta kiinnostuneet voivat laittaa Facebookissa kaveripyynnön Lihavuustutkijat ry :lle. Kaveripyynnöt hyväksytään kaikilta yhdistyksen jäseniltä, mutta ei muilta. Riippuen Facebookin käytön kokemuksista katsotaan jatkossa minkälaisessa käytössä yhdistyksen facebook tili pidetään.

Myönnetyt matka-apurahat ja tietoa matka-apurahojen hakemisesta

Hallitus on päättänyt myöntää vuonna 2011 haettavaksi kuusi 400€ matka-apurahaa (yhteensä 2400€). Vuonna 2010 matka-apurahan saivat ja käyttivät Sini Heinonen, Sonja Koljonen ja Johanna Leppälä (ICO2010, Ruotsi), sekä Kristiina Juvonen ("The intestinal wall - the regulatory interface in energy homeostasis" -kokous, Sveitsi).

Matka-apurahoja voi hakea jatkuvasti. Anomukseen tulee liittää mukaan kongressiin lähetetty tai suunnitella oleva abstrakti ja selvitys muusta rahoituksesta. Vapaa-muotoinen apuraha-anomus lähetetään lihavuustutkijoiden sihteeri Susanna Kautiaiselle. Matka-apurahoista päätetään hallituksen kokouksissa. Myönnettyistä apurahoista ilmoitetaan henkilökohtaisesti. Apuraha maksetaan saajan tilille, kun hän toimittaa tiedon abstraktin hyväksymisestä kongressiin yhdistyksen sihteerille. Matka-apurahan saajan on toimitettava matkakertomus kustannusselvityksineen lihavuustutkijoiden hallitukselle kuukauden kuluessa matkan jälkeen. Matkakertomus koostuu kahdesta osasta: noin yhden A4-arkin mittainen kongressimatkan kuvaus, joka laitetaan yhdistyksen nettisivuille; sekä erillinen selvitys matkakuluista ja niiden rahoittamisesta alkuperäisine kuitteineen.

ECOG 2010 and beyond: Taking childhood obesity off the menu

- Kuulumisia Euroopan lasten lihavuustutkijoiden kokouksesta

Yhteenveto: Hanna Lagström (hanna.lagstrom@utu.fi)

Euroopan lasten lihavuustutkijoiden (ECOG) 20. kokous järjestettiin marraskuussa 2010 Brysselissä. Yhdistyksen tavoitteena koota säännöllisesti yhteen tutkijat lapsuuden lihavuuden kentältä. Järjestössä on noin parisataa jäsentä, Suomesta vain muutamia. Vuosittaiset kokoukset ovat avoimia myös muille kuin jäsenille (lisätietoa: <http://www.ecog-obesity.eu/>)

Kokouksen julkinen käynnistäminen tapahtui EU -parlamentista. Ensimmäisen päivän aiheena oli "Public launch" ja puhujina virkamiehiä ja poliitikkoja Euroopan ei maista. Päivän konkreettisinta ja vauhdikkainta antia esitteli islantilainen Magnus Scheving, joka on lanseeranut LazyTown TV-formaatin lasten liikkumisen edistämiseksi.

Tämän ensimmäisen päivän jälkeen kokous jatkui tieteellisemmissä merkeissä kuitenkin niin, että meidän osallistujat haastettiin todella tekemään töitä päivän teemoista. Ohjelma on luettavissa [www-sivuilta](http://www.ecog-obesity.eu/index.php?a=meeting) (<http://www.ecog-obesity.eu/index.php?a=meeting>) ja pääsivulta löytyy myös linkki osaan esityksistä.

Kokouksen teemoista voitaneen mainita "lähestymistavat ja työkalut"-sessio, jossa esiteltiin eri maissa tehtyjä ylipainon ehkäisyohjelmia. Mielenkiintoisen esityksen piti professori Agneta Yngve (Akershus University College /Karolinska Institutet) koulun ja kunnan roolista lihavuuden kontrolloinnissa. Tärkein viesti oli "arvioi ja julkaise", oli sitten kyse millaisesta ohjelmasta tahansa.

Valoisan yhteisesityksen pitivät myös Alison Hardy ja Richard Storey (UK) aiheesta "Communicating the message of obesity prevention to the public". He ovat kehittäneet kuntatason Change4Life -ohjelman, jossa painotetaan tervettä painoa. Heidän viestinsä oli kiteytetty 10 jo tuttuun pääteemaan, mutta lähestymistavoiltaan ehkä uuteen. Esimerkkinä mainittakoon "fat in the body" eli he esittelevät selkein kuvin rasvaa lapsen elimistössä tai "Clarify health harms" tyyliin yhdeksän meidän 10 lapsestamme kasvaa riskissä johonkin.

Plenary -luentojen ja suullisten esitysten ohessa osallistujat oli jaettu värikoodein kuuteen eri ryhmään ja näitä workshoppeja oli yhteensä neljä. Ryhmän tuli tunnin aikana vastata useisiin kysymyksiin mm. miten meidän tulisi arvioida lasten lihavuuden ehkäisyn vaikuttavuutta, onko tutkimuksellisia katealueita, ilmastoon muutos ja lihavuus. Ryhmien puheenjohtajat avasivat keskustelujen pääkohdat kaikille yhteisesti. Toivottavasti ryhmien keskustelut ja ideat saadaan jalostettua myös hyötykäyttöön. Seuraava eli 21. ECOG kokous järjestetään Pécsissä, Unkarissa 8.-10.9.2011.

* Kokouskuulumisia tai muita alan terveisiä otetaan mielellään jäsenkirjeessä julkaistavaksi myös muilta yhdistyksen jäseniltä

Kansainvälinen kongressikalenteri

The 6th International Symposium on Diabetes & Pregnancy
24.-26.3.2011 – Salzburg, Austria
jach@kenes.com

The 10th London International Eating Disorders Conference
29.-31.3.2011 - London, UK
<http://www.mahealthcareevents.co.uk>

Suomen Lihavuustutkijat ry, The Finnish Association for the Study of Obesity (FASO) www.suomenlihavuustutkijat.fi

Puheenjohtaja: Eriika Savontaus (s-posti: erisan@utu.fi), puh. 040 738 6001

Sihteeri: Susanna Kautiainen (s-posti: susanna.kautiainen@uta.fi), puh. 040 190 1609

4th International Congress on Prediabetes and the Metabolic Syndrome.
Epidemiology, Management and Prevention of Diabetes and Cardiovascular Disease
6.-9.4.2011 – Madrid, Spain
sgambel@kenes.com

European Society of Endocrinology (ESE)
30.4.-4.5.2011 - Rotterdam, Netherlands
www.ece2011.com/

18th European Congress on Obesity (ECO)
25.-28.5.2011 – Istanbul, Turkey
www.easoobesity.org

European Society for Pediatric Gastroenterology, Hepatology and Nutrition
25.-28.5.2011 - Sorrento, Italy
www.espgahan2011.org/

The 1st Asia Pacific Congress on Controversies to Consensus in Diabetes, Obesity and Hypertension (CODHy)
2.-5.6.2011 – Shanghai, China
www.codhy.com/china

European Society of Hypertension (ESH)
17.-21.6.2011- Milan, Italy
www.eshonline.org/

78th European Atherosclerosis (EAS) Congress
26.-29.6.2011 - Gothenburg, Sweden
www2.kenes.com/eas2010/pages/home.aspx

XVI World Congress of the International Federation for the Surgery of Obesity and Metabolic Disorders
31.8.-3.9.2011 – Hamburg, Germany
www.ifso2011.de

2011 EASO Björntorp symposium: Neuroendocrine Influence on the Metabolic Syndrome
29.6.-1.7.2011 – Gothenburg, Sweden
www.easo.org/meetings/bjorntorp_symposium/

6th Asia-Oceania Conference on Obesity. The growing problem of obesity and metabolic syndrome: Asia-Oceania perspective
31.8.-2.9.2011 – Manila, Philippines
www.obesity.org.ph/

European Society of Pediatric Endocrinology (ESPE)
28.9.-1.10.2011 - Glasgow, UK
www.eurospe.org/meetings/

The Obesity Society's 2010 Annual Scientific Meeting (TOS)
30.9.-5.10.2011 - Orlando, USA
www.obesity.org/

The Obese Species Workshop. Clinical and preclinical understanding of eating and energy balance disorders
21.-26.10.2011 - Erice, Sicily, Italy
theobesespecies.unipr.it/

Federation of European Nutritional Societies (FENS)
26.-29.10.2011 - Madrid, Spain
www.fensweb.eu/

9th STOCK conference. Obesity: Lessons from Evolution and the Environment .
11.-13.11.2011 – Budapest, Hungary
www.iaso.org/events/stock-conferences/stock-2011/

* Lisää kongresseja ja kokouksia (esim. Björntorp-symposium, Prevention Task Force, Management Task Force) mm. kattojärjestöjemme EASO:n (www.easo.org/conferences/) ja IASO:n (www.iaso.org/events/) nettisivuilla, sekä Obesity Facts –lehden vuoden 2011 uusimmassa numerossa. Lehti on vapaasti luettavissa osoitteessa <http://content.karger.com/ProdukteDB/produkte.asp?Aktion=JournalHome&ProduktNr=233731>

Väitöksiä

- 23.10.2010 **LL Heikkilä, Outi:** Effects of Metabolic Risk Factors and Type 1 Diabetes on Brain Glucose and Brain Metabolites. Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta, sisätautioppi.
- 29.10.2010 **TtM Lappalainen, Tiina:** Obesity, low-grade inflammation and cardiovascular diseases - special emphasis on fat mass and obesity associated (FTO) and serum amyloid A (SAA) genes. Itä-Suomen yliopisto, terveystieteiden tiedekunta, klinisen ravitsemustieteen yksikkö.
- 3.12.2010 **FM Lehtonen, Henna-Maria:** Pohjolan marjat terveellisten superruokien raaka-aineeksi. Turun Yliopisto, matemaattis-luonnontieteellinen tdk, elintarvikekemia.
- 3.12.2010 **VTM Mäkinen, Tomi:** Trends and Explanations for Socioeconomic Differences in Physical Activity. Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tdk, Hjelt-instituutti, kansanterveystiede.
- 3.12.2010 **THM Alahuhta, Maija:** Tyypin 2 diabeteksen riskiryhmään kuuluvien työikäisten henkilöiden painonhallinnan ja elintapamuutoksen tunnuspiirteitä (The characteristic features of weight management and lifestyle changes of people of working age at risk of type 2 diabetes). Oulun yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta, terveystiede.
- 10.12.2010 **TtM Hänninen, Stiina:** Lihavuus ja laihduttaminen laihdutusmainonnassa ja vaikeasti lihavien ihmisten kokemana. Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tdk, terveystiede.
- 10.12.2010 **FM Mäkelä, Kari Antero:** The roles of orexins on sleep/wakefulness, energy homeostasis and intestinal bicarbonate secretion (Oreksiinien vaikutukset uneen/valveeseen, energia-aineenvaihduntaan ja suoliston bikarbonaattieritykseen). Oulun yliopisto, lääketieteellinen tdk, biolääketieteen laitos, fysiologia.
- 10.12.2010 **TtM Korkiakangas, Eveliina:** Aikuisten liikuntamotivaatioon vaikuttavat tekijät (Factors affecting exercise motivation in adults). Oulun yliopisto, lääketieteellinen tiedekunta, terveystiede.
- 11.12.2010 **M.Sc. Völgyi, Eszter:** Bone, fat and muscle gain in pubertal girls: effects of physical activity (Liikunnan vaikutus murrosikäisten tyttöjen luu-, rasva- ja lihaskudoksen kasvuun). Jyväskylän yliopisto, liikunta- ja terveystieteiden tdk, liikuntalääketiede.
- 16.12.2010 **FM, TtK Heikkinen, Tiina:** Ikääntyvien itäsuomalaisten fyysinen aktiivisuus ja siihen vaikuttavia tekijöitä. Itä-Suomen yliopisto, terveystieteiden tdk, liikuntalääketiede.
- 18.12.2010 **DI Lundbom, Jesper:** Spectroscopy of tissue triglyceride composition: In vitro and in vivo studies. Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tdk, biofysiikka ja kuvantaminen.
- 7.1.2011 **LL Aaltonen, Jonna:** Raskaudenaikainen ravitsemus vaikuttaa sydän- ja verisuonitautien varhaisiin riskitekijöihin. Turun yliopisto, lääketieteellinen tdk, lastentautioppi.
- 14.1.2011 **LitM Sillanpää, Elina:** Adaptations in body composition, metabolic health and physical fitness during strength or endurance training or their combination in healthy middle-aged and older adults (Kestävyys-, voima- ja yhdistelmäharjoittelun vaikutus kehon koostumukseen, terveyden riskitekijöihin, ja fyysiseen suorituskyykyyn keski-ikäisillä ja ikääntyvillä terveillä miehillä ja naisilla). Jyväskylän yliopisto, liikunta- ja terveystieteiden tdk, valmennus- ja testausoppi.
- 4.2.2011 **VTM Isomaa, Rasmus (Gustav):** Eating Disorders, Weight Perception, and Dieting in Adolescence. Åbo Akademi, sosiaalitieteiden laitos, kehityspsykologia.

Suomen Lihavuustutkijat ry, The Finnish Association for the Study of Obesity (FASO) www.suomenlihavuustutkijat.fi

Puheenjohtaja: Eriika Savontaus (s-posti: erisan@utu.fi), puh. 040 738 6001

Sihteeri: Susanna Kautiainen (s-posti: susanna.kautiainen@uta.fi), puh. 040 190 1609

- 18.2.2011 **FM Saarinen, Anne:** Genetic variation in the LDL receptor-related protein 5 (LRP5) gene: Association with bone health and metabolic parameters. Helsingin yliopisto, lääketieteellinen tdk, lääketieteellinen genetiikka.
- 18.2.2011 **LL Sipilä, Kalle:** Cardiometabolic and Genetic Risk Factors for Early Atherosclerosis (Varhaisen ateroskleroosin kardiometaboliset ja geneettiset riskitekijät). Tampereen yliopisto, lääketieteellinen tdk, kliininen fysiologia.
- 4.3.2011 **VTM Hankonen, Nelli:** Psychosocial processes of health behaviour change in a lifestyle intervention: Influences of gender, socioeconomic status and personality. Helsingin yliopisto, valtiotieteellinen tdk, sosiaalipsykologia.

Onnittelut väitelleille!
