

Kynningarbréf fyrir foreldri/forsjáraðila

Matur og næring 10. bekkinga - Haust 2026

„þetta er ekkert mál“

Kæra foreldri/forsjáraðili

Barninu þínu stendur til boða að taka þátt í landskönnun á mataræði unglinga í 10. bekk sem hefur hlotið nafnið **Matur og næring 10. bekkinga - Haust 2026** „þetta er ekkert mál“.

Markmið og tilgangur rannsóknarinnar: Markmið rannsóknarinnar er að fá upplýsingar um mataræði þessa aldurshóps á Íslandi, næringarefnabúskap líkamans, heilsu og tengda þætti. Niðurstöðurnar munu auka þekkingu og verða grundvöllur þess að bæta ráðleggingar um mataræði unglinga og stuðla að betri heilsu í framtíðinni.

Kynning: Skólar voru valdir af handahófi og skóli barnsins þíns hefur samþykkt þátttöku. Við hlökkum til að vinna með ykkur, barninu og skólanum, og vonum að allir hafi gagn og gaman af.

Framkvæmd: Stuðst er við viðurkennda aðferð í rannsóknum á mataræði sem notuð hefur verið hérlandis og erlendis. Þátttaka í rannsókninni felst í tveimur einstaklingsviðtölum, með að minnsta kosti viku millibili, þar sem farið er yfir allt sem var borðað og drukkið síðasta sólahringinn fyrir hvort viðtal (24 klukkustunda sólahringsupprifjun). Auk þess verða almennar spurningar sem varða matarvenjur og tengda þætti svo sem hreyfingu. Viðtalið tekur um það bil 30 mínútur. Óskað er eftir leyfi ykkar fyrir því að skólaheilsugæslan veiti upplýsingar um vöxt, heilsu og líðan barnanna, sem tengdar verða nafnlaust (með dulkóðun) við gögn um mataræði, en ekki verður spurt um sömu þætti í viðtalinu. Til að meta tengsl mataræðis við næringarefnabúskap líkamans og heilsu er jafnframt óskað eftir því að þátttakendur veiti blóðsýni í formi blóðdropa úr fingri, þvagsýni og munnvatnssýni. ATH. Þessi sýni eru mikilvæg fyrir rannsóknina, samhliða viðtalinu, en þátttaka í að veita hvert sýni er að sjálfsögðu valfrjáls.

Viðtölin fara fram í skólanum á skólatíma og eru framkvæmd af rannsakendum. Útskýrt verður fyrir þátttakendum að svör þeirra verða varðveitt sem trúnaðarmál og að niðurstöður rannsóknarinnar verða alltaf sýndar sem meðaltöl og hlutfallsleg dreifing og því ekki hægt að tengja svörin við einstaka þátttakendur. Einnig fá börnin að vita að þau þurfi ekki að svara öllum spurningunum í viðtalinu. Fært heilbrigðisstarfsfólk leiðbeinir, og aðstoðar ef þarf, við töku blóðsýnis (dropa úr fingri) og munnvatnssýnis. Þvagsýni er tekið heima af þátttakendum og skilað í sýnaglas í ógegnsæjum poka í skólanum til hjúkrunarfræðings eða rannsakanda. Veitt er viðurkenning fyrir þátttöku á formi gjafabréfs fyrir bíómiða að eigin vali.

Rekjanleiki og geymsla gagna: Farið verður með allar upplýsingar sem veittar eru í viðtalinu og fást í rannsókninni sem trúnaðargögn. Rannsóknargögn verða varðveitt á öruggan hátt og eru dulkóðuð fyrir alla úrvinnslu þannig að ekki verður hægt að tengja svör eða aðrar niðurstöður við einstaka þátttakendur. Dulkóðunarlykill er varðveittur af ábyrgðarmönnum í læstri hirslu. Kennarar eða annað starfsfólk skólans koma ekki að niðurstöðum rannsóknarinnar. Óskað er eftir leyfi til að varðveita niðurstöður og gögn rannsóknarinnar til notkunar í síðari tengdum rannsóknum um mataræði og heilsu.

Ábyrgðarmenn: Inga Þórsdóttir prófessor emerita og Birna Þórisdóttir lektor, Háskóli Íslands
Meðrannsakendur: Tinna Óðinsdóttir, Sigurbjörg Bjarnadóttir, Bryndís E. Birgisdóttir, Jenny June Tómasdóttir, Hólmfríður Þorgeirsdóttir
Aðrir meðrannsakendur: Anna Sigríður Ólafsdóttir, Ellen Alma Tryggvadóttir, Jóhanna Eyrún Torfadóttir, Þórhallur Ingi Halldórsson

Áhætta og kostnaður: Engin áhætta fylgir því að taka þátt í rannsókninni. Þátttaka felur ekki í sér kostnað.

Niðurstöður: Rannsakendur hafa eingöngu áhuga á heildarniðurstöðum til að geta bætt ráðleggingar um mataræði unglinga og stuðlað að betri heilsu í framtíðinni.

Þú og barnið þitt getið óskað eftir upplýsingum um niðurstöður sem varða mataræði barnsins eða greiningar á sýnum þegar þær liggja fyrir. Dulkóðunarlykill er til hjá ábyrgðarmönnum rannsóknarinnar og má nota hann til að nálgast einstaklingsgögn ef þátttakandi óskar þess og leyfir um leið og hann spyr um niðurstöður sínar.

Leyfi: Þátttaka er algjörlega valfrjáls og foreldrar/forsjáraðilar geta, ásamt barni sínu, dregið samþykki sitt til baka og hætt þátttöku hvenær sem er, án útskýringa, og hefur það engin áhrif á samskipti í framtíðinni við aðila rannsóknarinnar eða heilbrigðisþjónustuna.

Rannsóknin er unnin í samvinnu við embætti landlæknis. Sveitarfélög, þátttökuskólar þróunarstofa heilsugæslunnar og Vísindasiðanefnd hafa veitt samþykki fyrir rannsókninni. Persónuvernd hefur engar athugasemdir við framkvæmdina.

Ef spurningar vakna má hafa samband við:

Tinnu Óðinsdóttur

tinnaodins@hi.is, s: 849 2982

Ábyrgðarmenn: Inga Þórsdóttir prófessor emerita og Birna Þórisdóttir lektor, Háskóli Íslands

Meðrannsakendur: Tinnu Óðinsdóttir, Sigurbjörg Bjarnadóttir, Bryndís E. Birgisdóttir, Jenny June Tómasdóttir, Hólmfríður Þorgeirsdóttir

Aðrir meðrannsakendur: Anna Sigríður Ólafsdóttir, Ellen Alma Tryggvadóttir, Jóhanna Eyrún Torfadóttir, Þórhallur Ingi Halldórsson