

FYSISK AKTIVITET HOS ELDRE VED BRUK AV TRENINGSSAPP

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt som er et samarbeid mellom Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap ved NTNU og Trondheim Kommune. Hensikten med studien er å gjennomføre en brukertest av en spillbasert treningsapp blant hjemmeboende eldre med fokus på brukeropplevelser og om den kan påvirke nivå av fysisk aktivitet i hverdagen. Du forespørres om å delta i dette prosjektet da du er over 70 år og bor hjemme. I dette skrevet gir vi deg informasjon om målene for prosjektet og hva deltakelse vil innebære for deg.

HVA INNEBÆRER PROSJEKTET?

Formålet med studiet er teste ut den spillbaserte treningsapplikasjon «Keep On Keep Up» (KOKU) som er utviklet i Storbritannia og er designet for eldre. Appen har blitt oversatt til norsk og det er ønskelig å teste den på norske eldre. Studien er en gjennomførbarhetsstudie der du blir bedt om å teste ut en applikasjon som lastes ned på en iPad. Dersom du ikke har egen iPad vil du få låne en under prosjektets varighet. KOKU oppfordrer deg til å gjennomføre noen treningsøvelser hver dag og vil sende deg påminnelser om disse. Dersom alle øvelsene gjennomføres, vil du gradvis få progresjon i vanskelighetsgrad av øvelser. I tillegg inneholder appen noen spill som gir deg informasjon om blant annet ernæring og fallrisiko i hjemmet.

Personer som blir bedt om å delta i dette prosjektet er selvhjulpene personer over 70 år som bor hjemme. Selve studiet vil vare i 6 uker, med en oppfølging etter nye 6 uker. Før du laster ned appen er det ønskelig å måle din fysiske aktivitet i løpet av en vanlig uke. Dette gjøres ved å feste to aktivitetsmålere på kroppen (et på lår og et på ryggen). Aktivitetsmålerne er små (2x3x0,7 cm) og påvirker ikke hva du kan gjøre i løpet av en uke, men det er ønskelig at du ikke er i basseng den uken du har på disse. Du vil bli bedt om å bruke disse aktivitetsmålerne igjen etter å ha brukt appen i 6 uker. Deretter er det ønskelig å gjennomføre en oppfølging etter nye 6 uker for å se hvordan ditt aktivitetsnivå er ved dette tidspunktet. Du vil ha tilgang til KOKU og eventuelt låne iPad i hele 12 ukers perioden.

Vi vil også be deg gjennomføre noen tester for å vurdere balanse, styrke og gangfunksjon samt noen korte spørreskjema om helse, teknologibruk og fall ved oppstart og igjen etter 6 uker. Testingen tar ca 1 time. I tillegg er det ønskelig at du deltar på et intervju etter ca 4 ukers bruk for å få dine tilbakemeldinger om KOKU. Det vil bli gjort lydopptak av intervjuet.

HVEM ER ANSVARLIG FOR FORSKNINGSPROSJEKTET?

Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet (NTNU) er ansvarlig for prosjektet. Prosjektet gjennomføres i samarbeid mellom Institutt for nevromedisin og bevegelsesvitenskap og Trondheim Kommune. Prosjektet

gjennomføres hovedsakelig av to masterstudenter ved Fysisk aktivitet og helse, samt studenter som tar sin bachelorgrad ved fysioterapiutdanningen. Resultater fra studien vil derfor bidra til flere studentoppgaver, og vil også bli forsøkt publisert i et vitenskapelig tidsskrift, samt presentert på nasjonale og internasjonale konferanser.

MULIGE FORDELER OG ULEMPER

Å være i fysisk aktivitet er vist å være et av de viktigste tiltakene for å forhindre, eller minske alvorlighetsgraden av, mange kroniske sykdommer. Å bruke en teknologibasert løsning som minner deg på å gjennomføre aktivitet kan være nyttig for å imøtekomme de anbefalinger for fysisk aktivitet.

Det forventes ingen ulemper eller sikkerhetsrisiko ved deltakelse i prosjektet. Risikoen for uønskede hendelser (fall og/eller skader) er veldig lav, men kan forekomme når man er i fysisk aktivitet. Vi ber deg derfor om å følge sikkerhetsrådene som oppgis i appen.

I forbindelse med COVID-19 pandemien vil alle prosjektmedarbeidere bli bedt om å ta NTNU og Trondheim Kommunes smittevernkurs før de deltar i prosjektet. Smittevern hensyn i henhold til Folkehelseinstituttets (FHI) generelle anbefalinger samt anbefalinger for helsepersonell følges under hele prosjektet.

FRIVILLIG DELTAKELSE OG MULIGHET FOR Å TREKKE SITT SAMTYKKE

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å delta, undertegner du samtykkeerklæringen på siste side. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Dersom du trekker tilbake samtykket, vil det ikke forskes videre på dine helseopplysninger. Du kan også kreve at dine helseopplysninger i prosjektet slettes eller utleveres innen 30 dager, og du har rett til å sende klage til Datatilsynet om behandlingen av dine personopplysninger. Adgangen til å kreve sletting eller utlevering gjelder ikke dersom opplysningene er anonymisert. Denne adgangen kan også begrenses dersom opplysningene er inngått i utførte analyser.

Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til prosjektet, kan du kontakte prosjektleder (se kontaktinformasjon på siste side).

HVA SKJER MED INFORMASJONEN OM DEG?

Opplysningene som registreres om deg skal kun brukes slik som beskrevet under formålet med prosjektet, og planlegges brukt til 2022. Eventuelle utvidelser i bruk og oppbevaringstid kan kun skje etter godkjenning fra Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk (REK) og andre relevante myndigheter. Du har rett til innsyn i hvilke opplysninger som er registrert om deg og rett til å få korrigert eventuelle feil i de opplysningene som er registrert. Du har også rett til å få innsyn i sikkerhetstiltakene ved behandling av opplysningene. Du kan klage på behandlingen av dine opplysninger til Datatilsynet og institusjonen sitt personvernombud.

Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjenner opplysninger (=kodete opplysninger). En kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en navneliste. Vi behandler opplysningene konfidensielt og i samsvar med personvernregelverket. Det er kun prosjektleder Nina Skjæret Maroni og prosjektmedarbeidere Astrid Ustad, Emilie Bertelsen og Anders Glorvigen Lundstein som har tilgang til denne listen.

Opplysningene om deg vil bli oppbevart i fem år etter prosjektslutt av kontrollhensyn. Det skal ikke være mulig å gjenkjenne deg i hverken studentoppgaven eller eventuelle vitenskapelige publikasjoner.

Du vil bli orientert så raskt som mulig dersom ny informasjon blir tilgjengelig som kan påvirke din villighet til å delta i studien. Du vil også opplyses om mulige beslutninger/situasjoner som gjør at din deltagelse i studien kan bli avsluttet tidligere enn planlagt. Vi behandler opplysninger om deg basert på ditt samtykke.

FORSIKRING

Hvis det skulle oppstå skader underveis i testingen som kan knyttes til testsituasjonen, så må deltaker melde dette til prosjektleder. For skade på forskningsdeltaker som oppstår under testing, gjelder pasientrettighetsloven og Norsk pasientskadeerstatning (NPE).

GODKJENNING

Prosjektet er godkjent av Regional komite for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk, saksnr. hos REK XXX. NSD- Norsk senter for forskningsdata AS har også vurdert at behandlingen av personopplysninger i dette prosjektet er i samsvar med personvernregelverket (saksnr. XXX).

Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk har gjort en forskningsetisk vurdering og godkjent prosjektet med saksnr. XXXX. NSD- Norsk senter for forskningsdata AS har også vurdert at personopplysninger i dette prosjektet samsvarer med personvernregelverket (saksnr. XXX).

NTNU og prosjektleder Nina Skjæret Maroni er ansvarlig for personvernet i prosjektet.

Vi behandler opplysningene basert på ditt samtykke.

KONTAKTOPPLYSNINGER

Dersom du har spørsmål til prosjektet eller ønsker å trekke deg fra deltakelse, kan du kontakte Nina Skjæret Maroni, tlf: 995 05 704, e-post: nina.skjaret.maroni@ntnu.no

Dersom du har spørsmål om personvernet i prosjektet, kan du kontakte personvernombudet ved NTNU: thomas.helgesen@ntnu.no

Hvis du har spørsmål knyttet til NSD sin vurdering av prosjektet, kan du ta kontakt med:

NSD – Norsk senter for forskningsdata AS på epost (personverntjenester@nsd.no) eller på telefon: 55 58 21 17.

SAMTYKKE TIL DELTAKELSE I PROSJEKTET

Jeg har mottatt og forstått informasjon om prosjektet Fysisk aktivitet hos eldre ved bruk av treningsapp, og har fått anledning til å stille spørsmål.

JEG ER VILLIG TIL Å DELTA I PROSJEKTET

Sted og dato

Deltakers signatur

Deltakers navn med trykte bokstaver

Jeg bekrefter å ha gitt informasjon om prosjektet

Sted og dato

Signatur

Rolle i prosjektet