

# Inntak av protein blant eldre

Erfaringer fra tiden som sykepleier bidro til at Linda Anette Kornstad Nygård ville ta doktorgrad om ernæring og eldre.

## Linda Anette Kornstad Nygård

Doktorand

Doktorgrad

Ernæring

Eldre

«Inntak av protein blant eldre. Er det behov for økt inntak eller tilskudd?»

Avhandlingen ser på om et tilskudd av hydrolysert fiskeprotein kan bidra til å forebygge aldersrelatert tap av fysisk funksjon og muskelstyrke hos eldre. Det ble ikke påvist signifikante forskjeller mellom de som fikk fiskeprotein eller placebo, men studien gir økt innsikt i Eldres kostholdsvaner og diskuterer mangfoldet av faktorer som kan påvirke hvorvidt protein i kostholdet bidrar til god fysisk funksjon og styrke hos eldre.

- Doktorand: Linda Anette Kornstad Nygård
- Disputas: 14. juni 2021
- Utgått fra: Høyskolen i Molde

## Tre svar fra Nygård

- **Hva tilfører denne forskningen av ny innsikt?** Den kliniske studien i avhandlingen er den første som tester effekten av hydrolysert fiskeprotein på Eldres fysiske funksjon og muskelstyrke. I tillegg beskrives proteinfordeling per måltid hos hjemmeboende eldre, noe det finnes svært lite data på fra før.
- **Hvilke metoder har du brukt og hvorfor?** Studien er en dobbeltblindet randomisert klinisk studie, og det er brukt sammenlignende statistikk og

regresjonsmodeller for å se på ulikheter mellom de som fikk fiskeprotein og de som fikk placebo.

- **Hvem vil kunne dra nytte av forskningen i klinisk praksis?** Studien av effekt av fiskeproteinet vil ha mest nytte for videre forskning, da det var det første studiet av sitt slag. Kunnskap om måltidssammensetning kan brukes til å planlegge mer målrettede tiltak hos eldre som har for lavt proteininntak.