



# *“En våg av glädje”* VATTENDANS

**Seminarium NKA 230914**

**Marie Matérne**, Leg. Hälso- och Sjukvårdskurator, PhD, Universitetssjukvårdens forskningscentrum, Örebro

**André Frank**, Leg.Sjukgymnast, Vuxenhabiliteringen, Örebro



## Medarbetare i projektet:

- **Marie Materne**, Forskare, leg Hälso- och sjukvårskurator
- **André Frank**, Interventionsledare, leg sjukgymnast
- **Anna Duberg**, Forskare, leg sjukgymnast
- **Lars-Olov Lundqvist**, Forskare, psykolog
- **Anette Granberg**, Doktorand (implementering)

### ***Publicerade artiklar, medförfattare:***

Patrik Arvidsson, Camilla Warnicke, Charlotta Plejert,  
Evalotte Mörelius, Karin Ridder och Jessica Bui



# Bakgrund:

- **Vuxna personer med flerfunktionsnedsättning (FFN)**
  - Beroende av omfattande stöd i vardagen.
  - Kan inte själva föra sin talan.
- **Tillgången till anpassade fysiska aktiviteter är begränsad.**
- **Lite fokus på hälsobefrämjande aktiviteter.**



- **Bassänginterventioner är en vanlig och efterfrågad insats inom habiliteringsverksamheterna.**
- **Dans, i form av liggande dans, har testats på flera habiliteringar.**



# Utveckling:

- Bemöta bristen på tillgängliga och motiverande hälsobefrämjande aktiviteter.
- Kombinera fördelarna med bassängträning och liggande dans till en ny gruppaktivitet.
- Vilja att utvärdera vetenskapligt.
- Pilotgrupp för att testa vattendans genomfördes 2017.
- Forskningsprojekt – datainsamling, analys, publikationer från 2018- 2023
- Social Impact Lab 2022
- Implementering startar 2023



**Bemöta bristen på tillgängliga  
och hälsobefrämjande aktiviteter.**

**Bassängträning**

**Liggande dans**

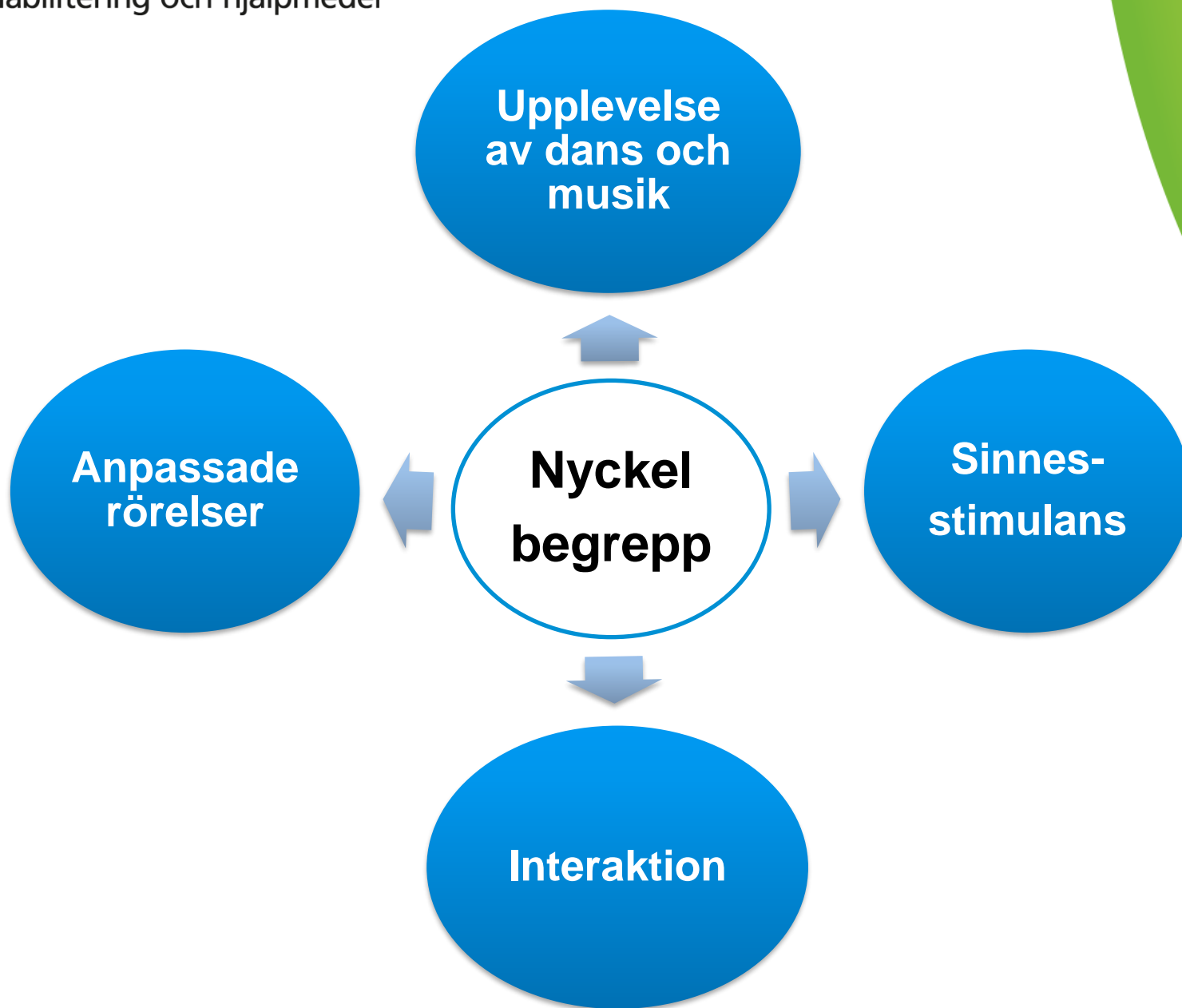
**Kombinera fördelarna med  
bassängträning och liggande  
dans till en ny gruppaktivitet.**

**Forskningsprojekt**



# Vattendans - hur?

- En anpassad och strukturerad gruppaktivitet
- 4-5 deltagare i en varm bassäng.
- En gång i veckan under 10-12 veckor.
- Ca 40 min per tillfälle
- Spellista med 9 låtar och olika syften för varje låt.
- Pardans (deltagaren + en medföljande assistent)
- Gruppen leds av en fysioterapeut eller annan erfaren person.







# Forskningsprojektet SVAN:

Utvärdera effekterna av vattendans gällande:

- Stress
- Spasticitet
- Smärta
- Välbefinnande
- Interaktion



Implementering



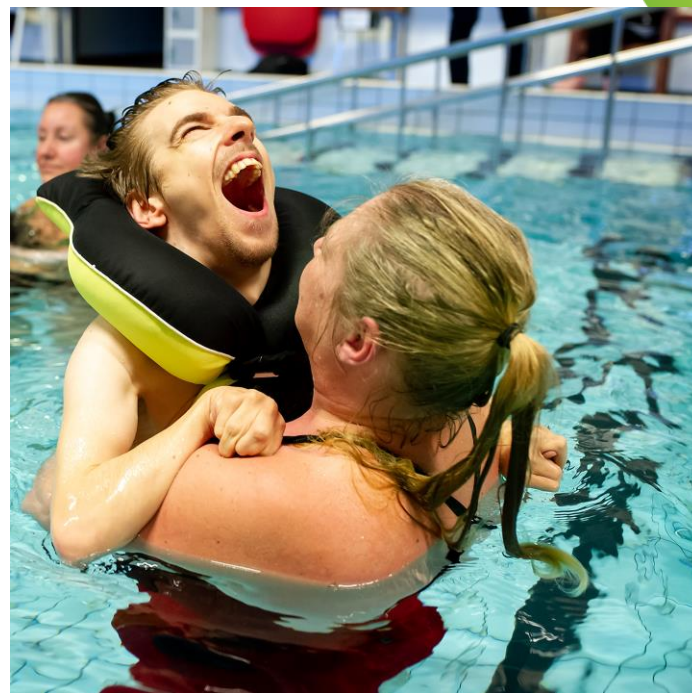
## Resultat från forskningsstudien:

- ✓ En genomförbar och uppskattad aktivitet.
- ✓ Vattendans främjar interaktion.
- ✓ Implementering är komplex.



*”Ja New York, fantastiskt när man kom upp och han kände sej nog som en prins och vi kände oss som prinsessan. För det var helt otroligt, det leendet, och Jonas är ingen uttrycksfull kille men alltså glad och liksom (ljudar) man vill nästa gråta för det var så häftigt.”*

(citrat från fokusgrupp,  
implementeringsstudie)





*”Att det var lite eget med oss och Maja och att det blev i grupp också man fick hålla varandras händer de fick ta på varandra alltså man fick ju vara nära många. Ja det var ett samspel så jag tyckte också det var mysigt.”*

(citat från fokusgrupp, implementeringsstudie)



## Resultat från forskningsstudien:

- ✓ Viss förbättring i individuell måluppfyllelse.
- ✓ Viss minskning av spasticitet.
- ✓ En tillfällig stressreduktion.

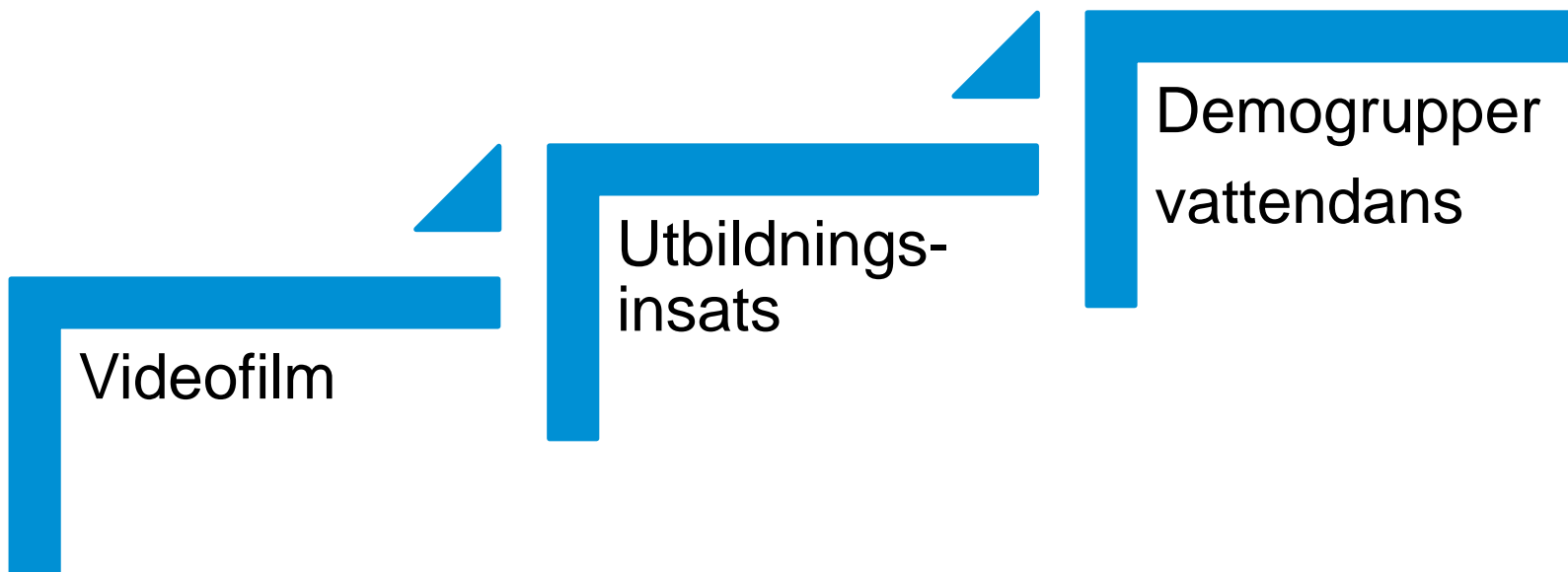


## Vinster

- En forskningsförankrad dansinspirerad fysisk aktivitet, anpassad för personer med flerfunktionsnedsättning
- Hälsovinster vad gäller bla välbefinnande, stress, spasticitet, interaktion hos deltagarna.
- Kompetenshöjning och utveckling till instruktörer och medföljande personal.



# Planering 2023-2024:



# Konklusion:

Vattendans är en ny metod som kan förbättra det fysiska och mentala välbefinnandet hos personer med FFN samt vara ett värdefullt komplement till annan sedvanlig behandling.







# Publicerade artiklar:

1. Matérne, M., Plejert, C., Ridder, K., Bui, J., Warnicke, C. Interaction and multimodal expressions in a water-dance intervention for adults with intellectual and multiple disabilities *Journal of Interactional Research in Communication Disorders* 2023; 14(1) 122–153.
2. Matérne, M., Frank, A., Lundqvist, L-O, Duberg, A. Structured Water Dance (SWAN) intervention for adults with profound intellectual and multiple disability: development and description of the method. *Dance articulated* 2022.
3. Lundqvist, L.-O., Frank, A., & Duberg, A. Effects of the Structured Water Dance Intervention (SWAN) on muscular hypertonia in adults with profound intellectual and multiple disabilities. *Scientific Reports*, 2022; 12(1).
4. Lundqvist, L-O., Matérne, M., Frank, A., Mörelius, E-L, Duberg, A. Salivary cortisol levels and stress in adults with profound intellectual and multiple disabilities participating in the Structured Water Dance Intervention: a randomised controlled crossover. *Scientific Report* 2022; 12 (17418).
5. Matérne, M., Frank, A., Arvidsson, P. The utility of goal attainment scaling in evaluating a structured water dance intervention for adults with profound intellectual and multiple disabilities. *Heliyon* 2021;7
6. Granberg, A., Matérne, M., Lundqvist, L-O., Duberg, A. Navigating change – managers' experience of implementation processes in disability health care: a qualitative study. *BMC Health Services Research*. 2021; 21:571
7. Lundqvist, L-O., Matérne, M., Frank, A., Granberg, A., Arvidsson, P., Duberg, A. Structured Water Dance Intervention (SWAN) for adults with profound intellectual and multiple disabilities: study protocol. *Heliyon* 2020;6(7)1-7.



# Kontaktuppgifter

## Frågor om metoden och implementering:

**André Frank**, leg sjukgymnast, tel: 019-602 93 55  
[andre.frank@regionorebrolan.se](mailto:andre.frank@regionorebrolan.se)

## Frågor om forskningen:

**Marie Matérne**

[marie.materne@oru.se](mailto:marie.materne@oru.se)