

# **GASEL** Hyvinvoivat ikäihmiset etsivät ja jakavat liikuntaan liittyvää tietoa

**Kaikki ikääntyneet eivät ole yhtä kiinnostuneita liikuntaan liittyvästä tiedosta ja osa voi jopa vältellä sitä. Etsivätkö naiset tietoa aktiivisemmin kuin miehet? Onko ikääntyneiden informaatiokäyttäytymisessä eroa iän suhteen? Välttelevätkö terveytensä huonommaksi kokevat liikuntaan liittyvää tietoa?**

Terveyteen liittyvän tiedon merkitys kasvaa ikääntyessä. Kroppamme alkaa reistaila ja erilaiset sairaudetkin vaivata – havahdumme kaipaamaan tietoa sairauksien ennaltaehkäisystä ja hoidosta. Tutkimusten mukaan tiedon aktiivinen käyttö on yhteydessä terveeseen ikääntymiseen. Ikääntyneet eivät kuitenkaan ole homogeeninen joukko ja tarvitsemmekin tietoa ihmisten välisistä eroista, jotta pystymme tarjoamaan kullekin heitä hyödyttävää ajan tasalla olevaa tietoa.

Informaatiokäyttäytymisessä ei GASEL-hankkeessa toteutetun kyselytutkimuksen mukaan ole sukupuolten välillä merkitsevää eroa. Sen sijaan kohderyhmän ikääntyneistä terveydentilansa hyväksi kokevat olivat muita todennäköisemmin etsineet liikuntaan liittyvää tietoa, keskustelleet liikuntaan liittyvästä tiedosta muiden kanssa ja kertoneet kuulemastaan muille. Ikääntyneistä vanhimmat (yli 80-vuotiaat) ja toisaalta ne, jotka arvioivat terveydentilansa huonoksi, olivat muita todennäköisemmin vältelleet liikunnan ajattelemista ja myös liikuntaan liittyvää tietoa.

*Tiedeuutinen perustuu konferenssiesitykseen:*

Enwald H, Kangas M, Keränen N, Immonen M, Similä H, Jämsä T & Korpelainen R: Health information behaviour of Finnish elderly - The GASEL project. Information: Interactions and Impact (i3) Conference, 23.-26.6.2015 Aberdeen, UK.

Kuva: Pixhill.com

