



Implementering av
Nationella riktlinjer för sjukdomsförebyggande metoder-

Hur kan Livsmedelsverket stödja vården?

Anette Jansson
Rådgivningsenheten



**LIVSMEDELS
VERKET**

NATIONAL FOOD
AGENCY

Uppdrag från Socialdepartementet 2012-2014

Regeringen ger Livsmedelsverket i uppdrag att **stödja arbetet för bra matvanor inom hälso- och sjukvården**. Livsmedelsverket ska praktiskt och konkret stötta läkare, sjuksköterskor, dietister med flera i det rådgivande arbetet för bra matvanor



LIVSMEDELS
VERKET

NATIONAL FOOD
AGENCY



Socialdepartementet

Socialstyrelsen

SLV

FHI

SKL

Soc

Läkare

**Psyko
loger**

**Barn
mors
kor**

**Sjuk
gym
naster**

**Arbets
terape
uter**

**Dietis
ter**

**Sjuk-
sköte
rskor**

HSO



**LIVSMEDELS
VERKET**

NATIONAL FOOD
AGENCY

7 dec 2011

Projekt 2012-2014:

Stödja ett aktivt och evidensbaserat arbete för bra matvanor
inom hälso- och sjukvården

Stöd till vården



LIVSMEDELS
VERKET

NATIONAL FOOD
AGENCY

7 dec 2011

Nya målgrupper för Livsmedelsverket

- Personal inom hälso- och sjukvård



MÅL- Stöd till vården

- Målet är att **innehållet i de samtal** om bra matvanor som hälso- och sjukvården genomför efter projektets genomförande ska vara **evidensbaserat**.

För att uppnå detta ska följande delmål vara uppfyllda när projektet är slutfört:

- De **verktyg** för rådgivning som projektet tillhandahåller ska vara **kända** och använda av personal och kända av beslutsfattare inom hälso- och sjukvården.
- Personalen inom hälso- och sjukvården ska **lätt kunna hitta verktyg samt faktaunderlag** till innehållet i samtalet.
- Personalen inom hälso- och sjukvården ska känna att de får **tillräckligt stöd** i samtalen om bra matvanor för att **känna motivation att genomföra dem**.

Focusgrupps intervjuer med olika yrkesgrupper inom vården.

Behov

- Baskunskaper i näringslära
- MI
- Om olika dieter
- Invandrarkultur
- Matdagbok
- Konkreta råd och hjälpmedel om kostbudskapen

Aktiviteter 2013-2014

- Delta i referensgrupp för implementeringen av riktlinjerna.
- Delta i Socialstyrelsen arbete att ta fram webbutbildning till vårdpersonal om bra matvanor.
- Stötta yrkesgrupperna läkare, sjuksköterskor, barnmorskor, dietister, sjukgymnaster och arbetsterapeuter med deras initiativ i implementeringsarbetet inom området bra matvanor.



Aktiviteter 2013-2014

- Verktyg:
 - Webbplats för vårdpersonal
 - Råd
 - Matvanekollen
 - Matdagböcker
 - Tallriksmodellen
 - Nyckelhålet
 - Faktabladsserie
- Samarbeta med dietistkåren
- Arrangera seminarier
- Delta i andras seminarier.
- Delta på stämmor/mässor



LIVSMEDELS
VERKET

NATIONAL FOOD
AGENCY



Matvanekollen

– testa hur du äter!



Välkommen till Matvanekollens matdagbok. Här kan du testa näringsinnehållet i en måltid eller för vad du har ätit under en dag. Om du vill få bättre koll på dina matvanor ska du registrera vad du äter under flera dagar, gå till [Matvanekollens matdagbok flera dagar](#).

I testet får du veta hur många kalorier maten innehåller samt hur många gram fett, protein och kolhydrater, alkohol och fibrer du har ätit. Du får också koll på hur mycket C-vitamin, järn, folat och D-vitamin som maten du har ätit innehåller.

För mer information om näringsinnehåll i mat, gå till [Sök näringsinnehåll](#).

Registrera en måltid

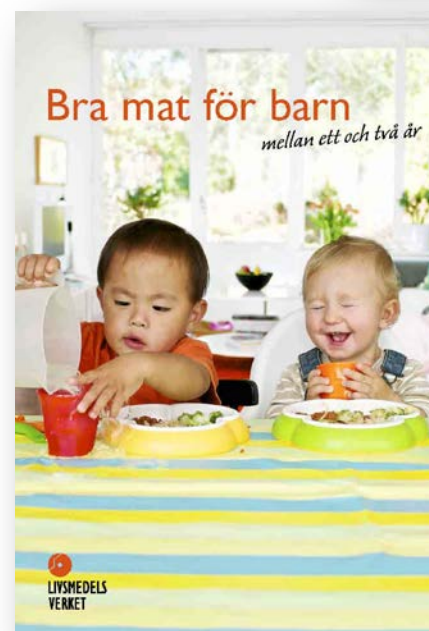
Registrera en dag

Deltagit på Läkarstämman



LIVSMEDELS
VERKET

NATIONAL FOOD
AGENCY



Enklare att välja hälsosamt

Vill du äta hälsosamt?

Ät fisk ofta
– gärna 2-3 gånger i veckan!

Ät mycket frukt och grönt
– gärna 500 gram per dag!

Välj i första hand fullkorn
när du äter bröd, flingor,
gryn, pasta och ris!

Byt till flytande margarin
eller olja när du lagar mat!

Välj gärna
nyckelhålsmärkt!



**LIVSMEDELS
VERKET**

NATIONAL FOOD
AGENCY

Focusgrupps intervjuer med olika yrkesgrupper inom vården.

Utmaningar

- Olika kostråd och dieter från media och internet
- Låg tilltro till vanlig mat och måltidsordning
- Quickfixen
- Inte orka, kunna, vilja ta tag i långa beteendeförändringar
- Nätverk och den gemensamma måltiden i upplösning?
- Tidspress och livspusslet
- Motivation
- Olika budskap och vi är inte eniga
- Maten – del i multiproblematik
- Utsatta grupper: socioekonomi och funktionsnedsättningar



Målgrupper – Stöd till vården

- Primära målgrupper **läkare och sjuksköterskor**.
- Materialet kan sedan användas av **övrig personal** inom hälso- och sjukvården.
- Andra viktiga parter är vidareinformatörer som **dietister, nyckelpersoner i landstingen, läkarnas och sjuksköterskornas organisationer** med flera.
- Dietisterna kan komma att behöva speciellt stöd då de sannolikt kommer att fungera som utbildare av olika personalgrupper i många landsting.

