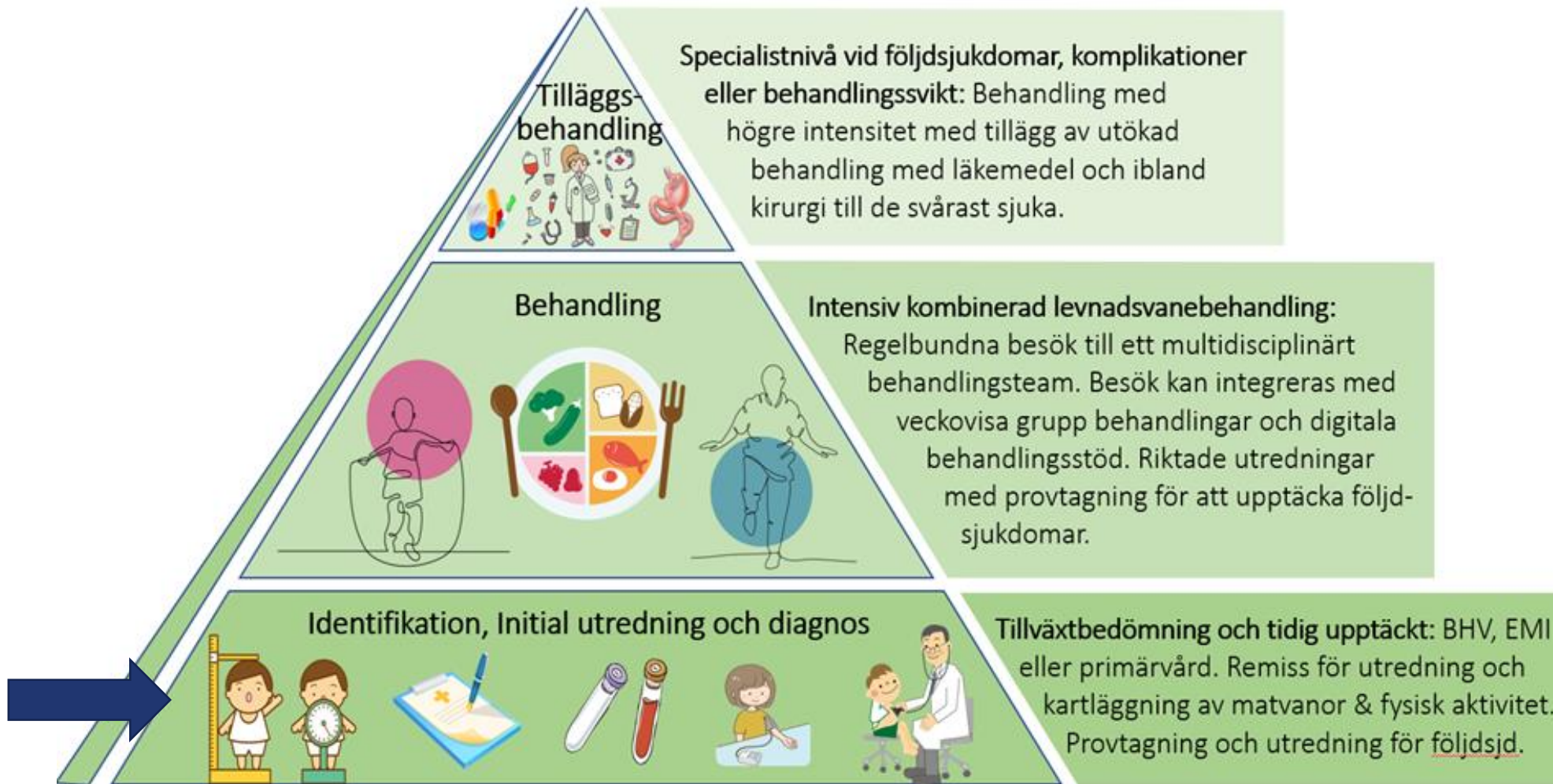


Vårdnivåer vid behandling av barn med obesitas



Kartläggning matvanor

Initiala kartläggningen syftar till
att identifiera orsaker till ett för högt energiintag
bedöma om barnet tillgodoser sitt näringsbehov

Identifiera styrkor i matvanorna lik väl som
förändringsområden

Matvanor

Exempel på frågor till vårdnadshavare vid samtal om matvanor:

- Vad fungerar bra? Vad fungerar mindre bra?
- Vad kan vara möjligt att förändra? Vad ser ni för utmaningar till att göra förändringar?
- Vad behöver ni för stöd för att möjliggöra en förändring?



Områden att kartlägga

Livsmedelsval: drycker, frekvens och mängd av utrymmesmat (godis, snacks, glass, fikabröd), intag av grönsaker, baljväxter, frukt och bär, intag av fiber och fullkorn.

Mängd: Portionsstorlek och antal portioner.

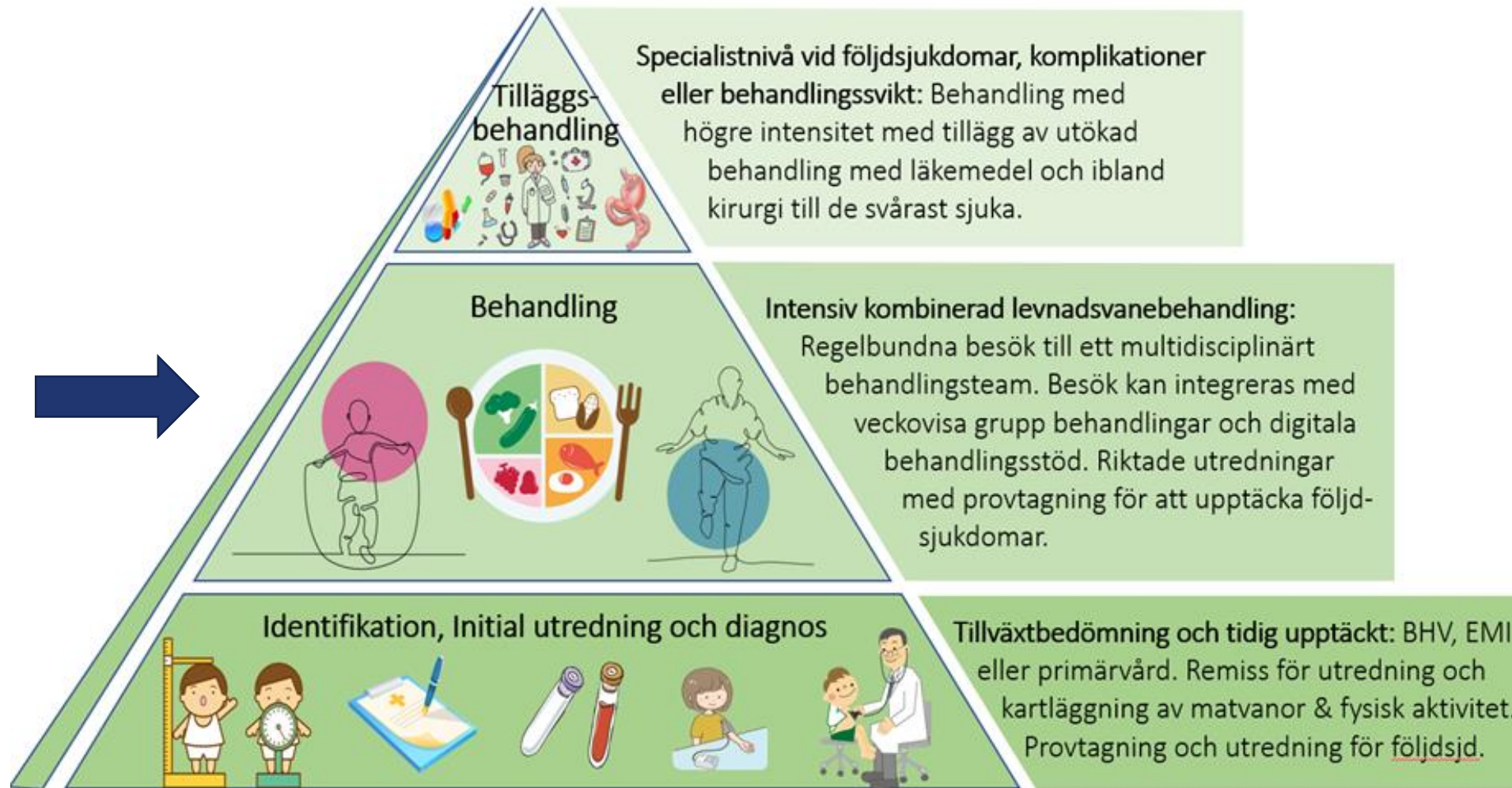
Struktur: Måltidsordning inklusive nattätning. Måltider utanför hemmet (skollunch, fritids, förskola, hos släkt eller kompisar, samband med aktiviteter). Måltider som barnet äter själv. Småätande.

Matvanor - fördjupad utredning

- Selektivt ätande
- Småätande
- Nattätande
- Överätande
- Stor upptagenhet av mat och ätande

Ibland kan det kan vara lämpligt att screena för ätstörningar.

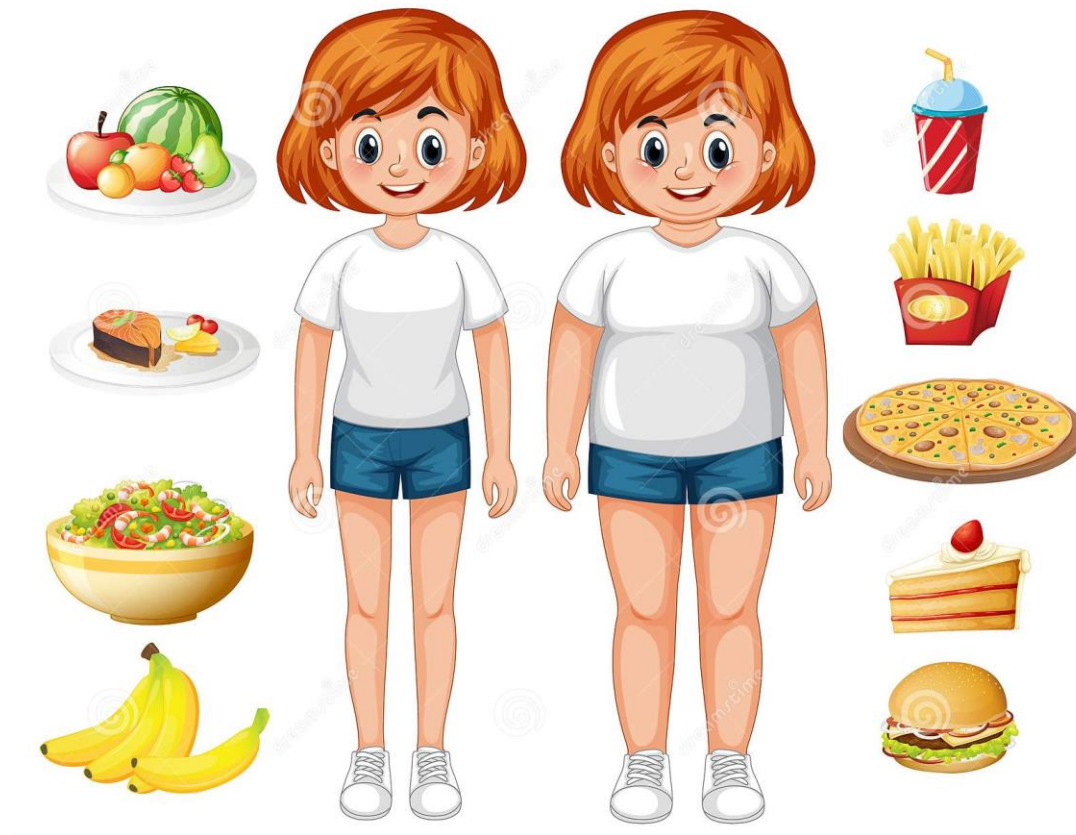
Vårdnivåer vid behandling av barn med obesitas



Matvanor - behandling

- Behandlingen bygger på Livsmedelsverkets evidensbaserade kostråd
- Jobba förändringar som bidrar till ett minskat energiintag som är hållbart över tid, obesitas är en kronisk sjukdom
- Hänsyn till barnets energibehov utifrån grad av obesitas, tillväxtfas och fysisk aktivitet
- Förändringarna anpassas utifrån individuella förutsättningar och barnets preferenser
- Föreslå förändringar som utgår ifrån barnet och familjens nuvarande matvanor
- Stötta och uppmuntra gemensamma matförändringar i familjen

Förutsätt inte att barn med obesitas har sämre matvanor än barn med normalvikt



Matvanor - behandling

- Drycker
- Portionsstorlek
- Tallriksmodellen
- Måltidsordning
- Hälsosamma livsmedelsval
- Grönsaker, frukt och bär
- Utrymmesmat och snabbmat
- Selektivt ätande

Drycker

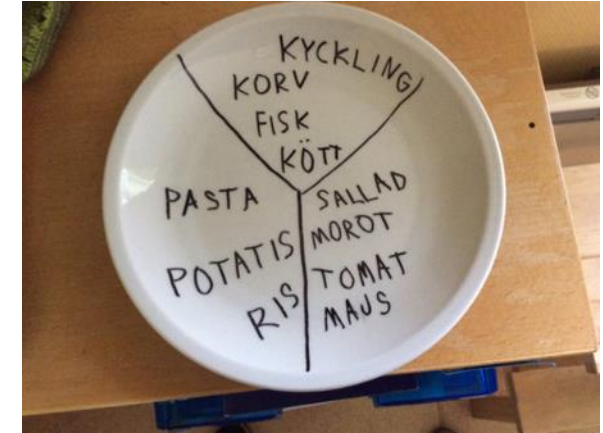
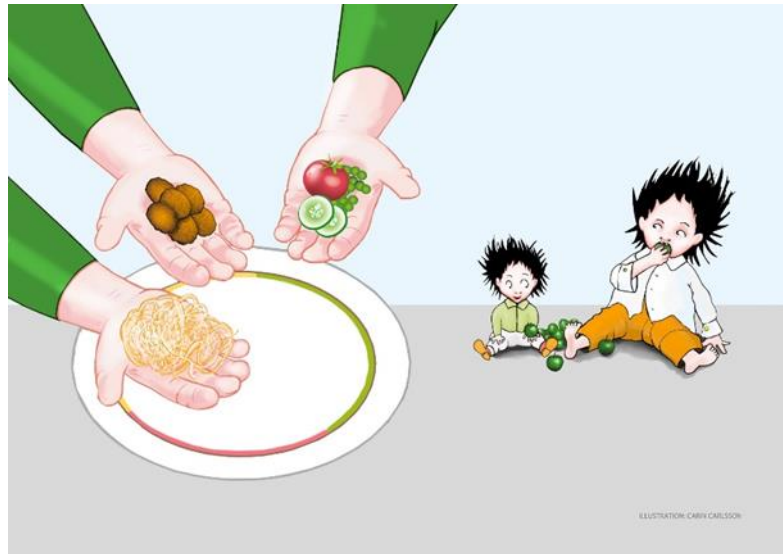
1



**Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård**

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Portionsstorlek



Äta på assiett

Två små portioner

**Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård**

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

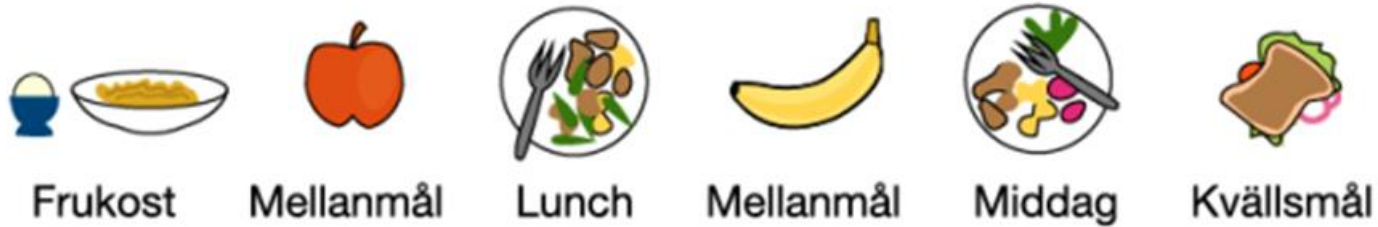
Tallriksmodellen



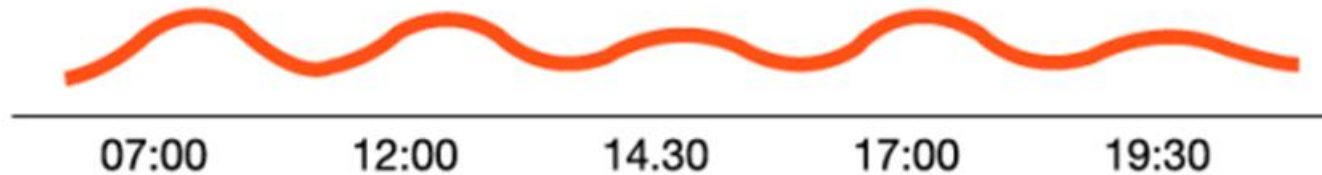
Måltidsordning

Fasta rutiner

0-3 mellanmål



Blodsocker



Hälsosamma livsmedel



**Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård**

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Grönsaker, frukt och bär



**Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård**

SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Utrymmesmat och snabbmat

Vardagsmat & sällanmat



**Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård**

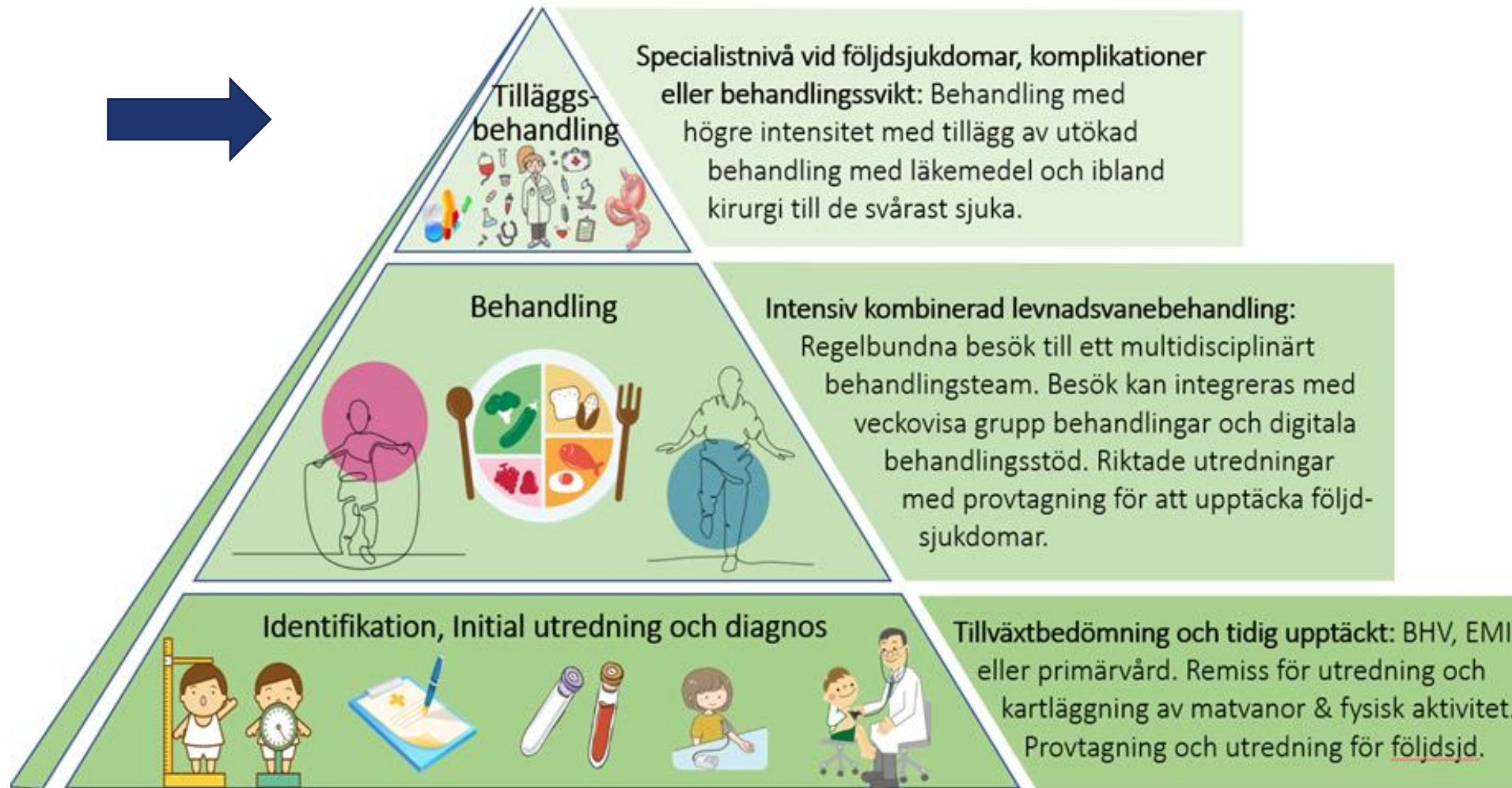
SVERIGES REGIONER I SAMVERKAN

Selektivt ätande



Vid uttalat selektivt ätande är det viktigt att utreda orsak samt vilken typ av stöd som familjen behöver

Vårdnivåer vid behandling av barn med obesitas



**Nationellt system
för kunskapsstyrning
Hälsa- och sjukvård**

SVRIGES REGIONER I SAMVERKAN

Kostbehandling vid tilläggsbehandling

- Behandling med lågkaloridiet/pulverdiet
- Kirurgi – instruktioner kring maten före och efter operation
- Råd kring maten, då annan sjukdom eller följsjukdom finns att ta hänsyn till