

## Främja normalvikt hos barn och unga Zätagränd och Frösöns hälsocentraler

Cirka 13 % av regionens 4 åringar 2018, hade obesitas, jämfört med riket som låg på 11 % samma år. Regionen har få dietister i primärvården vars uppdrag är att b.l.a. jobba preventivt. I februari 2023 sökte vi därför projekt pengar i syfte att främja barns normalvikt i samarbete med BVC. För att kunna genomföra detta rekryterades en dietist på 20 % under en projekttid på ett år. Att arbeta förebyggande och att i ett tidigt skede involvera hela familjen har varit i fokus. En del i projektet var också att hitta ett arbetssätt för framtiden, hur ska vi kunna arbeta mer förebyggande och hälsofrämjande i primärvården i Region Jämtland Härjedalen? Detta är också en del i vårt Nära Vård arbete.

### Bakgrund

BVC bedriver hälsofrämjande arbete delvis genom information om goda levnadsvanor till alla barn och familjer. Det har framkommit från BVC-sköterskor att det finns ett behov av dietistkompetens som komplement till BVC-sköterskans information, framförallt till familjer där barnet är underviktigt eller överviktigt. En dietist kan också höja kvaliteten på föräldragrups-undervisning när det gäller levnadsvanor inriktade mot kost, samt verka för internutbildning. Således skulle en dietist kunna höja kvaliteten på insatser för bättre kostvanor inom BVC:s verksamhet.

Målet är att höja kompetensen samt frekvensen på insatser för bättre kunskap om kostvanor till BVC:s patienter och deras familjer. Det långsiktiga målet är att öka andelen normalviktiga barn på BVC.

### Metod

Vid årskontroll på BVC tillfrågades vårdnadshavare med barn som låg på ISO BMI 25-29, om de vill delta i projektet och vad det innebar. De som tackade ja, fick med sig matdagbok för att kostregistrera barnets mat- och vätskeintag under fem dagar. Sedan skickades matdagboken till dietist, som näringsberäknade matdagboken. Därefter kallades vårdnadshavarna till dietisten för ett första kartläggande besök. Första återbesöket var efter 21 dagar, det andra efter tre månader och det tredje efter ytterligare tre månader, samt det sista och avslutande besöket efter ett år. Efter varje besök fick vårdnadshavarna en skriftlig sammanfattning om vad som togs upp vid besöket.

### Resultat

Åtta familjer erbjöds programmet hos dietist. Resultat efter sex månader: två hoppade av efter andra dietistbesöket, p g a att föräldrarna tyckte att det blev känslomässigt jobbigt. Vid uppföljning efter sex månader, hade de barn som ingick i projektet, en avplanande ISO BMI- kurva.

Vid ett års uppföljning var det en familj som tackade ja till ett avslutande besök. Övriga familjer tackade nej, då de ansåg att det nu fungerade bra med mat och måltider.

### Slutsats

Vi såg ett behov av utbildningsinsatser till BVC sköterskor, det fanns också ett glapp mellan primärvård och slutenvård där primärvården skulle kunnat ta hand om fler barn själva om dietist hade funnits. Det är också viktigt att komma in tidigt i familjernas liv för att prata om vad som är normalt och inte normalt beträffande vikt och ätbeteenden. Projektet har lett till att två dietister rekryterades till primärvården inom Nära Vård Östersund (som inte bara arbetar med BVC) samt att det står i uppdragsbeskrivningen för dietist i primärvården att även BVC ingår vilket det inte gjorde tidigare. Nuläge: Dietisterna arbetar mest konsultativt mot BVC men tar också enskilda besök när behov finns. I framtiden önskar vi att det skall finnas tillgång till dietist på alla BVC i Regionen.

### Kontakt:

Monica Ottosson, [monica.ottosson@regionjh.se](mailto:monica.ottosson@regionjh.se)  
Margareta Laxvik, [margaret.laxvik@regionjh.se](mailto:margaret.laxvik@regionjh.se)  
Elisabeth Strömblad, [elisabeth.stromblad@regionjh.se](mailto:elisabeth.stromblad@regionjh.se)