

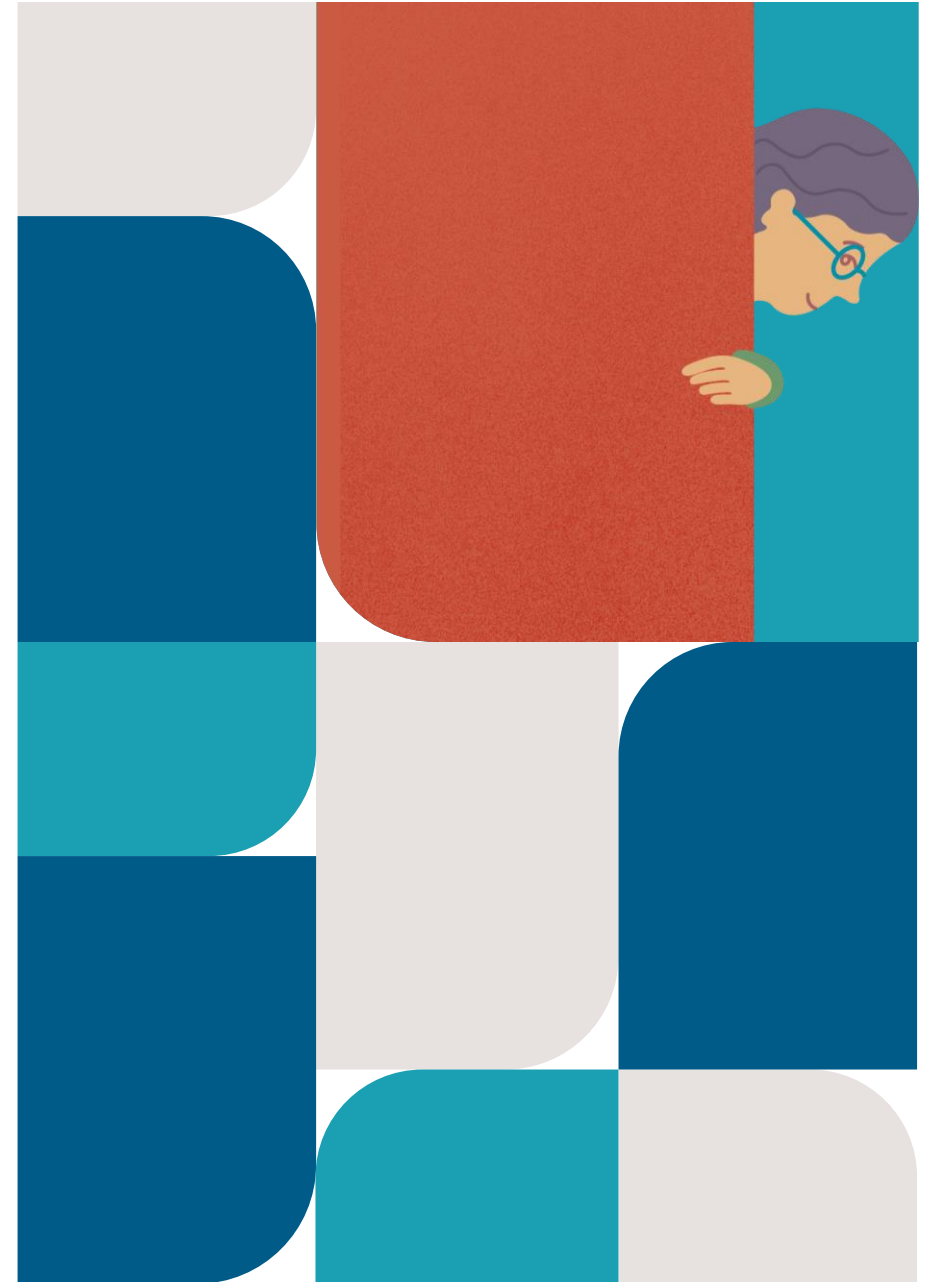
BHV-forum 240925

Central barnhälsovård

Maria Bengtsson, Dietist

Charlotta Wahlberg, Verksamhetsutvecklare

Petra Jufalk, Administratör



Introduktionskurs i barnhälsovård

En digifysisk utbildning som vänder sig
till de som är nya i arbetet på BVC



Grundläggande utbildningar

Ingår i diplomering för
BHV-sjuksköterskor

Formulär att fylla i över genomförda grundutbildningar

Introduktionskurs
i barnhälsovård

EPDS och stödjande
samtal

Enskilt föräldrasamtal
till icke födande
förälder

Grundkurs i
barnhälsovård

Fråga om våld – en
bas- och
metodutbildning

En förälder blir till

Amningsutbildning i
VGR

Pediatrik nutrition

Samverkansutbildning
för barnhälsovård,
familjecentraler och
tandvård

Risk- och
missbruksutbildning

Ny introduktionskurs

- för personal på BVC

- Regional utbildning
- Nationella barnhälsovårdsprogrammet
- Hög tillgänglighet, kunna komma igång fort
- Skapa tidig kontakt
- Lättare att kunna ta igen om man missar ett tillfälle



Introduktionskursen som helhet

- Mål: att självständigt och tryggt kunna planera och genomföra besök anpassade efter varje familjs behov
- Rikshandboken utgör basen i arbetet
- Examination eller uppföljningen vid sista tillfället: arbete med fall som också i sig är ett lärandemoment



Introduktionskurs i barnhälsovård i tre delar

Del 1

Digital träff

Startar varje
månad

Tidsåtgång 3
timmar

Del 2

Självstudier i Lärportalen

Deltagaren startar
själv efter del 1

Tidsåtgång
ca en dag

Del 3

Avslutande Workshop

Startar varannan
månad

Tidsåtgång
en heldag

Introduktionskurs i barnhälsovård i tre delar

Del 1

Digital träff

Egna förberedelser
Introduktionsfilm

Rikshandboken
Efterföljande frågor

Att vara ny i barnhälsovården
Hälsöfrämjande förhållningssätt
Orientering i verksamheten
Samverkan, Viktiga vårdgrannar
Kunskapsstöd, vägledning och stöd
Information om utbildningens upplägg

Introduktionskurs i barnhälsovård i tre delar

Del 2

Självstudier i Lärportalen

Uppföljande frågor och uppgifter
Diskussionsforum för dialog, reflektion och erfarenhetsutbyte

Introduktion till grundläggande ämnen:

- barns utveckling inkl. kommunikation, tal och språk
- barn som far illa inkl. hedersförtryck och kvinnlig könsstympning
- tillväxt
- pediatrik på BVC
- vaccinationer
- nutrition och amning

Introduktionskurs i barnhälsovård i tre delar

Del 3

Avslutande Workshop

Träff på plats

I fokus står reflektion och deltagarnas funderingar och frågor

Förberedelse av fall

Utgår från fall – följer upp tidigare delar

Teamutveckling

Lokala förutsättningar

Egen utbildningsplan

Föräldrakraft för barns hälsa



Föräldrakraft för barns hälsa

Bakgrund

- Barnhälsovården har i uppdrag att stödja och stärka föräldrar i både universella och preventiva insatser.
- Etablering av levnadsvanor sker tidigt i livet och föräldrar är viktiga för att forma goda förutsättningar och hälsosamma levnadsvanor.

Syfte

- Skapa en hållbar arbetsmodell för att arbeta jämlikt och evidensbaserat när det gäller levnadsvanor för barn 0-5 år



Föräldrakraftsmodellen



Föräldraskapsstöd i varje möte -Solihullmodellen

”Vi har lärt oss att stärka föräldrarna i deras föräldraroll, hjälper dem att känna trygghet och att se barnets perspektiv”





Solihull modellen syftar till att främja tillräckligt "gott" föräldraskap och därmed skapa förutsättningar för att främja utvecklingen av trygg anknytning

Föräldraskapsstöd i varje möte -Solihull modellen

Är ett hälsofrämjande förhållningssätt som syftar till att främja tillräckligt "gott" föräldraskap och därmed skapa förutsättningar för att främja utvecklingen av trygg anknytning.



Mål med utbildningen

- Öka förståelse och kunskap om samspelets betydelse för utvecklingen av en trygg anknytning
- Förmedla ett sätt att arbeta och tänka utifrån en teoretisk modell
- Öka förståelsen av vikten att arbeta med stöd i föräldraskapet
- Bidra till utveckling av BVCs arbetsmetoder



Utbildningens upplägg

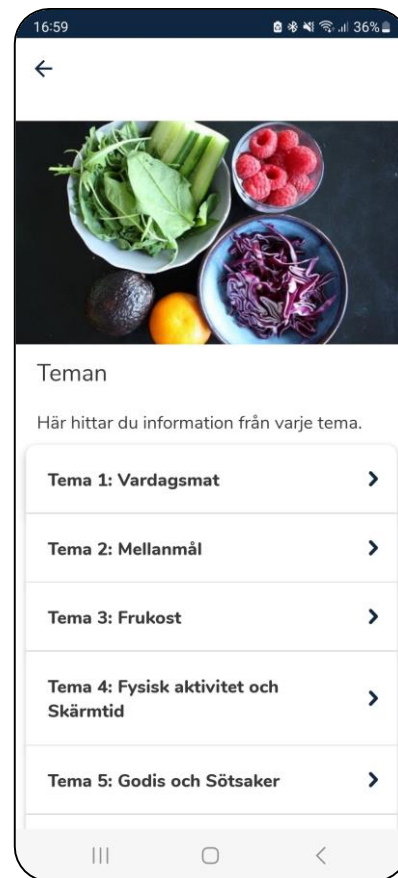
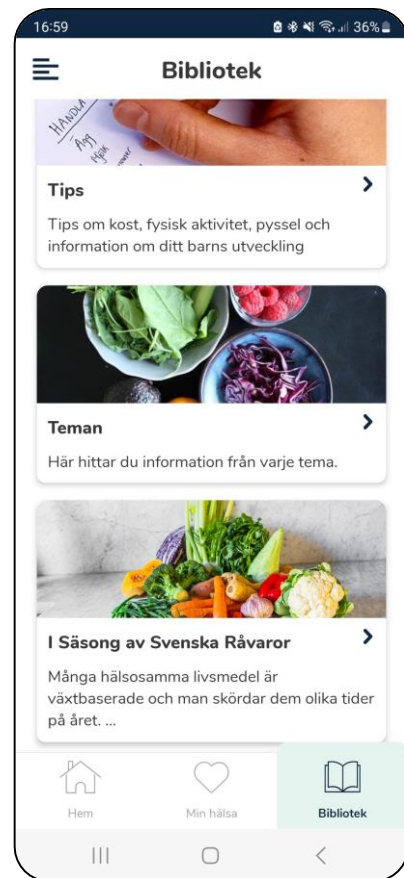
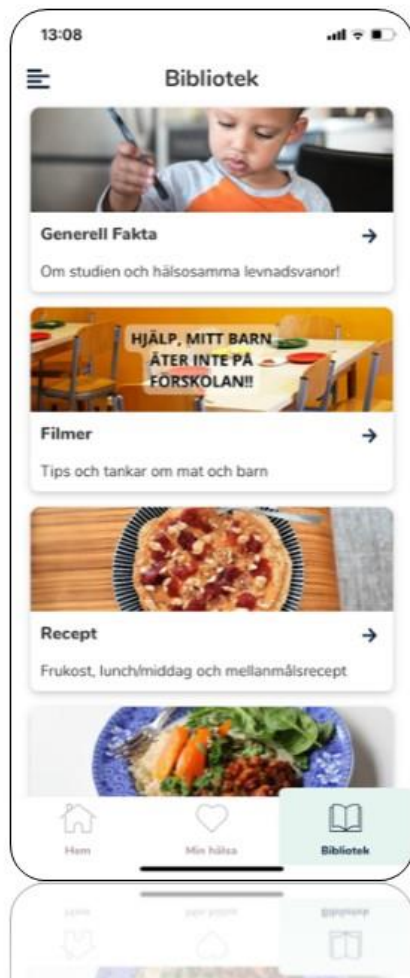
- 2 halvdagar
- Digitalt material i konsultation under 1 års tid
- Fördjupning av kunskapsbas



Kunskap 0-5 år

- Föräldrars viktiga roll
- Lilla barnets hjärna
- Anknytning
- Bemötande
- Ömsesidig följsamhet
- Inkännande gränssättning





MINISTOP

Vision med MINISTOP

Att kunna erbjuda ett evidensbaserat, digitalt stöd för att främja goda levnadsvanor hos barn som är:

- Stöd för föräldrar
- Stöd och komplement för BHV-personal
- Tillgängligt utifrån språk och kultur
- Kan individanpassas för att ge mer stöd





Många av våra vanor
grundläggs redan tidigt i
livet

Men... Att få till
hälsosamma
levnadsvanor mitt i
livspusslet är inte
alltid enkelt!

- Råd och rekommendationer är evidensbaserade och bygger på nationella/ internationella riktlinjer
- *I MINISTOP är rekommendationer omarbetade till praktiska tips av experter, inget föräldrar lätt kan läsa sig till någonstans*





MINISTOP

Kort bakgrund

2014-2017

MINISTOP 1.0

- Studie med 315 familjer
- Föräldrar till 4-åringar
- Innehåll på svenska

2018-
2022

MINISTOP 2.0

- Studie med 521 familjer
- Föräldrar till 2,5/3-åringar
- Innehåll på svenska, somaliska, arabiska, engelska

2023 -

MINISTOP 3.0

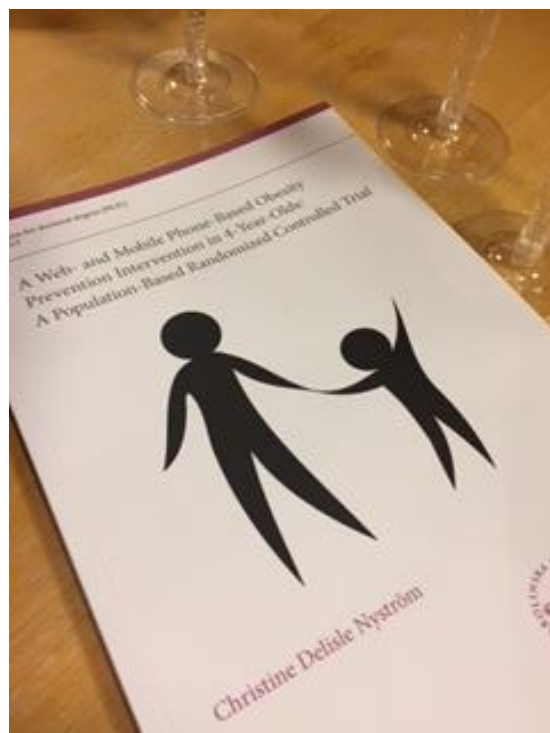
- Breddinförande inom BHV
- VGR är först ut
- Föräldrar till 1,5-åringar

Utveckling och utvärdering

Implementering



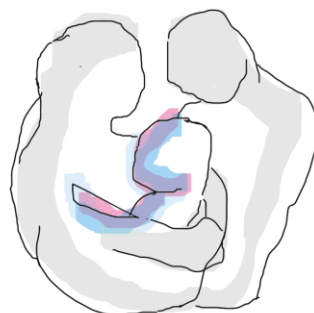
Forskning bakom MINISTOP



Linköping University Medical Dissertation No. 1848

MINISTOP 2.0: a smartphone app integrated in primary child health care to promote healthy diet and physical activity behaviors and prevent obesity in preschool-aged children

Christina Alexandrou



li.u LINKÖPING
UNIVERSITY

Totalt >20 vetenskapliga publikationer

Två doktorsavhandlingar, och två till på gång

Inkluderande

11:03 75%

Basfakta

Vad är Hälsosam mat?



Framförallt handlar det om helt vanlig vardagsmat. Det behöver inte vara så krångligt att äta bra! Grundtanken är att bra vardagsmat ska innehålla mycket frukt och grönsaker, bra råvaror, lagom mängd fett och inte så mycket socker. Ät gärna fisk någon gång per vecka och minska på charkprodukter och rött kött. Det är en vanlig missuppfattning att hälsosam mat antingen ska vara väldigt fettsnål, eller det motsatta, att barn alltid måste äta helfeta produkter. För barn över två år gäller i stort sett samma kostråd som för vuxna.




III O <


11:01 75%

Basic Facts

What is healthy food?



It's mainly about completely normal, everyday food. Eating well doesn't have to be complicated! The basic idea is that good, everyday food should include lots of fruit and vegetables, good products, the right amount of fat, and not too much sugar. It's good to eat fish about once per week, and to eat less charcuterie products and red meat. A common misconception is that healthy food must either be very low in fat, or the opposite – children must always eat full fat products. Children over the age of 2 get pretty much the same dietary advice as adults.



III O <

11:01 75%

المعلومات الأساسية

ما هو الطعام الصحي؟



لا يختلف الطعام الصحي عن طعامنا اليومي العادي، مما يعني أن تناولنا للمأكولات الصحية والجيدة ليس بالأمر الصعب والمعقد. الفكرة الأساسية للطعام اليومي الجيد هي أن يكون غنياً بالفواكه والخضروات الطازجة، وأن يكون قليل الدسم، ويحتوي على كميات قليلة جداً من السكر. يجب تناول السمك مرة واحدة على الأقل في الأسبوع والتخفيف من تناول اللحوم وشرائح اللحوم الجاهزة والمصنعة "الشاركوتري" مثل المرتديلا، النقانق، الشجق، اللحوم المقذدة، البسطرمة، القورمة، وغيرها (...). من المفاهيم الخاطئة والشائعة عن الطعام الصحي هي أنه إما قليل الدهن أو العكس بما يعني أنه على الأطفال دائماً تناول منتجات كاملة الدسم. ولكن هذا مفهوم خاطئ، فالأطفال الذين تفوق أعمارهم السنتين، يتبعون نفس النصائح الغذائية التي تطبق على البالغين.

III O <

11:03 75%

←Waxyaabo rasmi ah oo aasa..

Maxay taha cunto caafimaad leh?

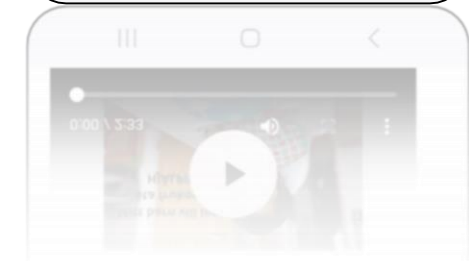
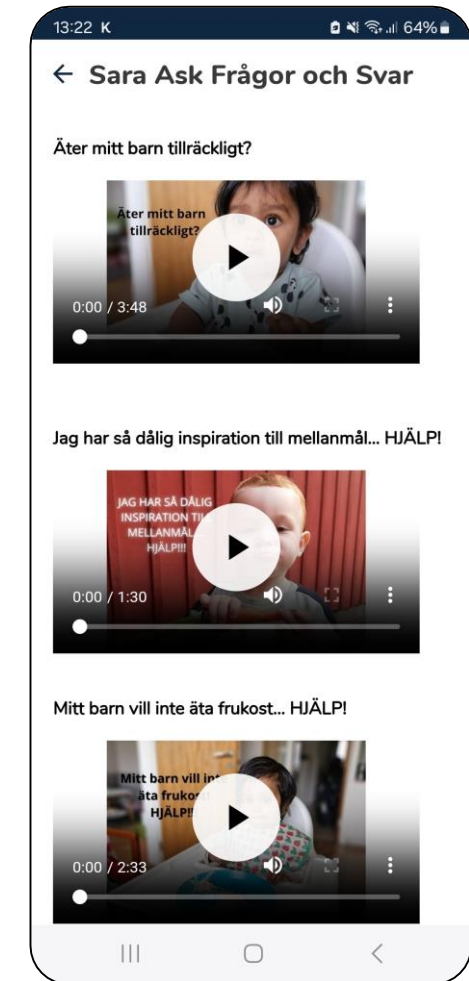


Wax walba ka hor waxay ku saabsantahay cunto maalmeedka gebi ahaanba caadiga ah. In wax fiican la cuno uma baahna in ay aad u dhib badnaato! Fikradda aasaasiga ah waa in cunto maalmeedku ay ka koobnaato qudaar macaan oo fara badan iyo qudaarta cagaaran, badeecooyin qeerin oo fiicfiican, subag aan badneyn-yareyna iyo sokor aan aad u badneyn. Fadlan cun mallay halkoo mar usbuuciiba, yareyna waxyaabaha kaawaanka la xiriira iyo hilibka guduudan. Waxaa jira fahan qaldan oo caadi ah oo ah in cunto caafimaad leh ay ama noqoto cunto aad subaggu ugu yaryahay ama taas caksigeeda, in ay tahay in carruurta ay mar walba cunto waxyaabo uu subag aad uga buuxyo. Carruurta ka sarreysa laba sano jirka waxaa inta badan khuseeya isla talooyinka

III O <

Nytta även för BHV-personalen

- Kan erbjuda ett värdefullt stöd till familjer som visat sig ha effekt (minskad skärmtid, mindre läsk, stärkta föräldrar) och är omtyckt av familjer (på olika språk) och personal.
- Har själv tillgång till uppdaterad information om bra mat och rörelse för barn i den här åldern
- Kan visa familjer bilder ur appen t ex vill visa exempel på vad som är bra mellanmål, lagom portioner, alternativ till godis mm.
- Kan hänvisa till tips och stöd på andra språk



Vilka resultat har vi sett i studierna?

- Barn vars föräldrar fått tillgång till appen under 6 månader
 - ✓ Åt mindre söta/salta snacks
 - ✓ Drack mindre söta drycker
 - ✓ Hade mindre skärmtid
- Föräldrarna
 - ✓ Kände sig mer stärkta i sin förmåga att påverka sina barns levnadsvanor jämfört med kontrollgrupp



13 olika "Teman"

Nytt tema var 14:e dag under 6 månader

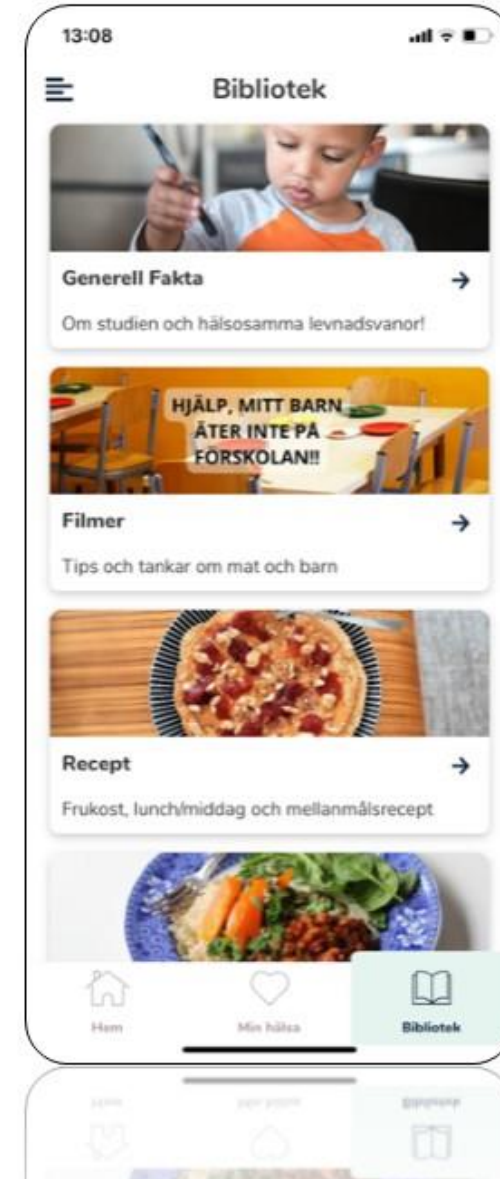
Alla teman uppdelade i :

- Basfakta
- Praktiska tips
- Strategier



Utbildningens upplägg

- 2 timmar online
- Kommer även att finnas på Lärportalen
- Kontinuerliga digitala forum för frågor och erfarenhetsutbyte
- Är under uppbyggnad!



Implementering av Föräldrakraft för barns hälsa

- Stegvis implementering utifrån barnpopulationens behov och med hänsyn till andra införanden (Millennium)
- MINISTOP ska successivt ersätta Äta, växa och må bra
- Pågår i Fyrbodal och startar inom kort i Skaraborg.
- Planeras att vara genomförd i sin helhet under 2026.
- Införande sker enligt arbetsmodellen med början i Föräldraskapsstöd i varje möte och därefter MINISTOP.
- Omfattar även utbildning av psykologer



Sammanfattning

Föräldrakraft för barns hälsa kan ge en värdefull arbetsmodell inom barnhälsovården för att främja en trygg anknytning, stödja barns utveckling och främja en positiv och hälsosam miljö för barn och föräldrar.

Det kan bidra till att skapa en mer empatiskt, stödjande och effektiv vård för både barn och föräldrar.



Planerade utbildningstillfällen

Fyrbodal

MINISTOP

31 oktober

MINISTOP

3 december

Hemsidan är under uppbyggnad och fler tillfällen kommer att komma så håll gärna utkik där.

Skaraborg

Föräldraskapsstöd i varje möte

1 & 15 oktober

Föräldraskapsstöd i varje möte

15 & 22 november

MINISTOP

16 januari 2025

MINISTOP

28 januari 2025

Vid frågor om Föräldrakraft kontakta:

Maria Bengtsson maria.kb.bengtsson@vgregion.se

Mona Bryggman mona.bryggman@vgregion.se

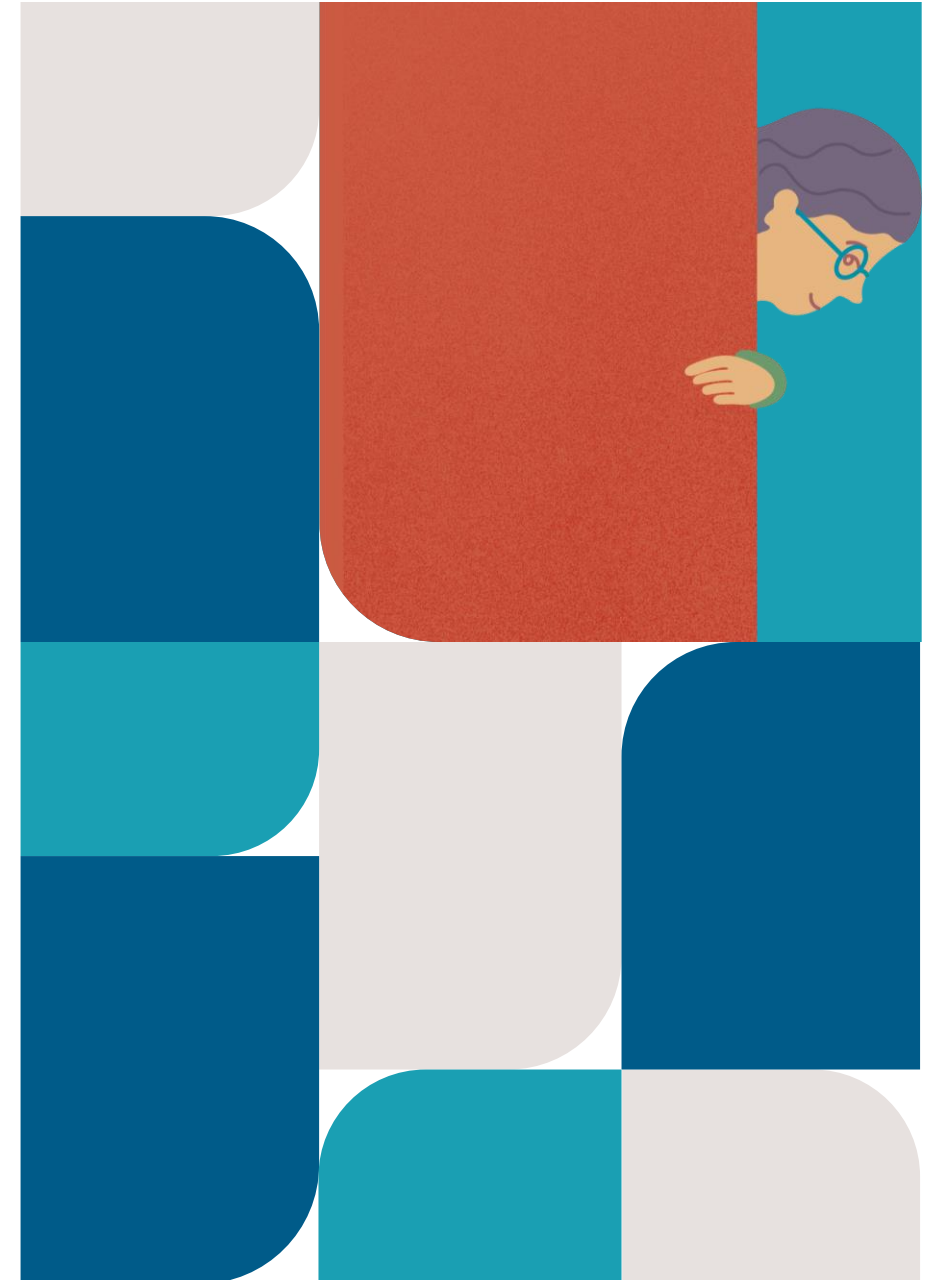
Ann-Marie Jernetz ann-marie.jernetz@vgregion.se

Tack för idag!

Nästa BHV-forum
241030 kl 10.30-12.00

Ämne inte helt klart än

Mer information kommer på hemsidan
inom kort.





VÄSTRA
GÖTALANDSREGIONEN