



Central barnhälsovård
2025-03-27

Föräldrakraft för barns hälsa – en satsning på föräldraskapsstöd på BVC

Central barnhälsovård satsar medel från statsbidrag med syfte att ge en ökad och jämlik tillgång till föräldraskapsstöd. Satsningen omfattar två föräldraskapsstöd på universell nivå inom ramen för projektet Föräldrakraft för barns hälsa. Myndigheten för Familjerätt och föräldraskapsstöd ([MFoF](#)) beskriver att barns förutsättningar under uppväxten har stor betydelse för deras hälsa och utveckling. Att tidigt erbjuda föräldraskapsstöd för att främja goda levnadsvanor är betydande för barnets hälsa och utveckling.

Föräldrakraft för barns hälsa

Målet för arbetsmodellen Föräldrakraft för barns hälsa är att stärka föräldraskapet och föräldrars tilltro till sin egen förmåga att ge sina barn goda levnadsvanor. Modellen innefattar kunskap till både personal och föräldrar. Målet är att förbättra psykisk och fysisk hälsa hos barn och föräldrar samt att främja hälsosam viktutveckling hos barn. Ett stegvis införande över hela regionen pågår under 2025 och 2026.

Föräldraskapsstöd i varje möte

Föräldraskapsstöd i varje möte bygger på Solihullmodellen och syftar till att utveckla och fördjupa barnhälsovårdens arbetssätt. En viktig del är att utveckla personalens förmåga att tillämpa ett personcentrerat föräldraskapsstöd som stärker föräldrars förmåga till förändring och utveckling. Den ökade kunskapen om föräldrars roll påtalar vikten av barnhälsovårdens uppdrag att arbeta med föräldraskapsstöd. Idag vet vi genom forskning att under barns tidiga år läggs grunden för framtida psykisk hälsa. Föräldrars bemötande och följsamhet har stor påverkan på barns förutsättningar att anpassa sig till förändringar och klara av svårigheter genom livet.

MINISTOP

MINISTOP är ett digitalt föräldraskapsstöd i form av en app som syftar till att stödja föräldrar till förskolebarn i att skapa hälsosamma mat- och levnadsvanor. Programmet är en del av barnhälsovårdens arbete i att främja hälsosamma levnadsvanor hos barn.

Forskning har visat positiva effekter på barns kost och fysiska aktivitet och blir även en del av omställningen till god och nära vård. MINISTOP kommer att erbjudas till alla föräldrar i samband med 18-månadersbesöket. Detta program ersätter tidigare metod och material Äta, växa och må bra som därmed utgår i samband med införandet.

Referenser

- [Specialist Nurses' Experiences of Working with Parental Support in Each and Every Encounter, According to an Evidence-Based Model in Child Healthcare](#)
- [Effectiveness of a Smartphone App \(MINISTOP 2.0\) integrated in primary child health care to promote healthy diet and physical activity behaviors and prevent obesity in preschool-aged children: randomized controlled trial | International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity](#)