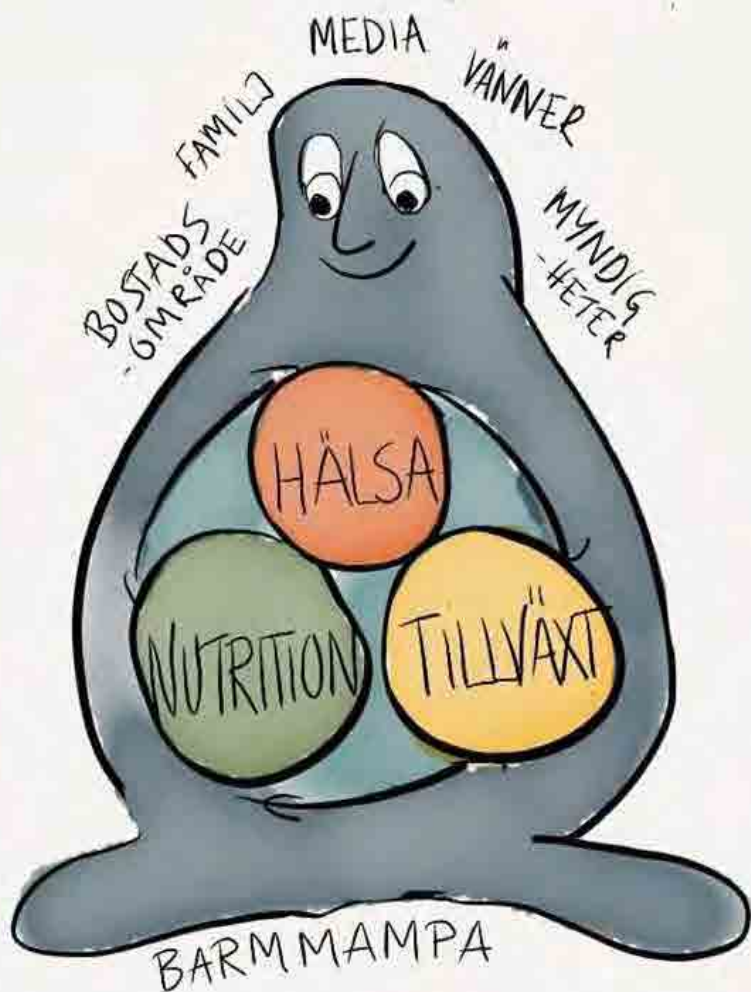




Barns nutrition

Gerd Almquist-Tangen, med.dr

Hälso- och sjukvårdsstrateg, Region Halland

Barnnutrition

ge barn tillräckligt med mat av bra kvalitet

för att säkerställa – god tillväxt och
undvika näringsbrist.



Mycket tyckande

- Ekologiskt, närproducerat, rättvisemärkt, nyttigt, sockerfritt
- Myter, halvsanningar och hypoteser (Rössner)
 - 6-7 mackor/dag (1976)
 - Gluten introduktionen
 - Skyddar mot allergier
 - Främjar anknytning
- Marknadsföring - 'Laktosfri juice'
- **Friskare och smalare utan gluten? (Må bra)**



Mat och hälsa

- WHO, EFSA, ESPGHAN, Livsmedelsverket
- Svårforskat ämne
- Forskas mycket
 - Amning (17 900 art) – Bröstmjolk (8 590)
- Undernäring och svält förekommer i mindre utsträckning (Food and Agricultural Organization of the UN, 2017; Ayla, 2017) - övervikt och fetma ökar.



Förändringar - mat, måltider



- 'Circadisk rytm'
- Äter i förebyggande syfte
- Dricker mat - kalorier
 - Flytande kalorier, föda, välling, proteinpulver
- Portionsstorlek har ökat (Wansink 2006: Rössner, 2009)
- Mat och dryck - social klass (Bourdieu, 1979) eller nationell identitet (Appadurai, 1988).
- Stora regionala skillnader

Ett historiskt perspektiv

- Ammar
- Ammor vanligare i de södra delarna av Europa.
- Artificiell uppfödning – djurmjolk, buljong, vin, vatten, muskot, citron
- Bröd doppad i bröstmjolk - kokas upp (Galen)
- Nappflaskor
 - Dihorn
 - Lera
 - Glas
 - Plast



Vad styr föräldrarnas val?

Media

Släkten vänner

BHV

Barnmatsindustrin

Livsmedels
verket

Forskning

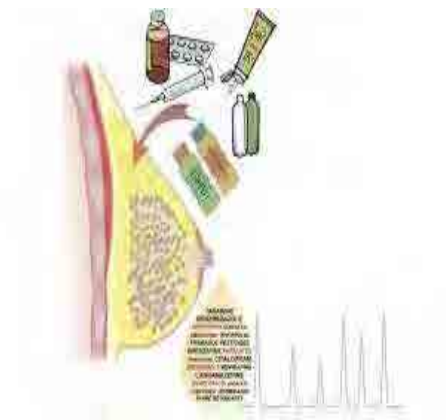
Socialstyrelsen



Barnmat – en
viktig, känslig,
kostsam,
debatterad ämne

Barn nutrition första tiden 0-4 mån

- Bröstmjolk och/eller bröstmjölksersättning (bme).
 - Bröstmjolk
 - Kropps- och art egen produkt, skapad för just den specifika arten och individen. (Kampman, 2015).
 - Dynamisk, anpassas över tid, på dagen men även över längre tid (Andreas, 2015).
 - Bröstmjolk
 - Ammar
 - Pumpning
 - Läkemedel (SSRI) och miljögifter (Lopes, 2016)
- 



Bröstmjolk Fördelar



- Infektioner
 - Mag-tarm infektioner (Ip, 2007; Kramer 2012; Horta, 2013)
 - ÖLI (Kramer, 2012; Horta 2012, Victora, 2016)
 - Otit (Ip, 2007; Bowatte, 2015)
 - Munhälsa (Salone, 2013; Peres, 2015) karies blandade resultat
- SIDS
- Fetma och övervikt – blandade resultat
 - Adiponectin – neg samband med tillväxt (Fields, 2016)

Statistiken (Socialstyrelsen, 2015)

Vid 1 veckas ålder 77.8% helammas (81.2%) *Ammade* 95.2%

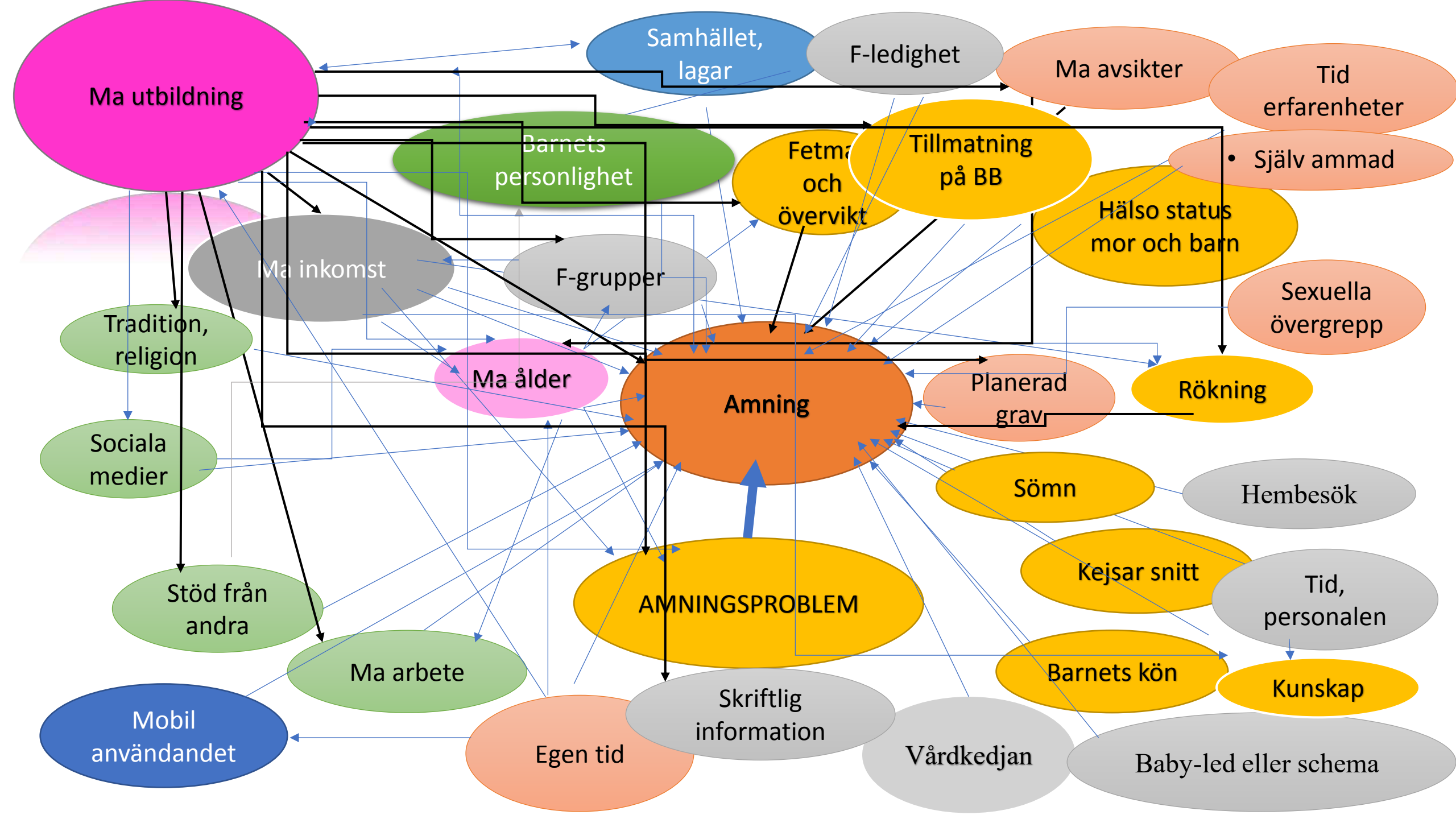
Vid 2 mån ålder 63.6% helammas (63.6%)

Vid 4 mån ålder 51.2% helammas (52.3%)

Vid 6 mån 14.6% helammas (15.3%) *Ammade* 63.2%

Påverkansfaktorer (2019)

Demografisk	Biologisk	Socialt	Psykologisk	Organisatorisk
Utbildningsnivå (Tangen, 2011, 2013; Wallby)	Hälso- status mamma och barnet (Sowden, 2009) Kejsarsnitt	Ma arbete (Thomas.Jackson, 2016)	Ma avsikter, önskemål (Sowden, 2009, Meedya, 2010)	Tillmatning på BB
Socioekonomi (Tangen, 2011, 2013; Wallby2013; Baerug, 2017)	Fetma och övervikt (Hauff, 2014; Babendure, 2015)	Stöd från andra (närstående) (Schafer, 2016)	Sexuella övergrepp (Prentice, 2002; Kendall-Tuckett, 2006; Bowman, 2009)	Vårdkedjan (Meedya, 2010; Roll 2016; McFaddem 2017)
Ma ålder (Tangen, 2011, 2013; Lutssiv, 2013)	Amningsproblem, sår, mjölkstockning, PIM (Tangen, 2011; 2017)	Media (Obrian, 2016; Hitt 2017)	Ma tidigare erf. av amning (Schafer, 2017; Nix, 2017)	Professionellt stöd (Lämpligt; Inkonsekvent)
Rökning	Rökning (Joseph, 2017)	Reklam, produkt- information (Sowden, 2009)	Ma upplever sig begränsad (tied down) (Brwon, 2011)	Baby-led eller schema (Cochrane report, 2014-16)
Tradition (Kong, 2004; Labuschange, 2014)	Barnets kön (Seema	Mobil telefonen (Dahl, 2017)	Planerad grav (Balogun, 2016, Lau, 2017)	Hembesök (Gill, 2007)



Barnets nutrition 0-4 mån - alternativ

- Flaskmatning
 - Storlek, mängd, tillredning och tillväxt (Appleton 2017)
- Bröstmjölk ersättning BME (EFSA, ESPGHAN) (Drapala, 2017)
 - En ersättning, inget likhetstecken
 - Riskhandboken – tabell
 - Sammansättning
 - Olika fabrikat, snarlik sammansättning
 - Tillredningen
- Inte blanda i grädde, socker, vaniljsocker, buljong mm (Lakshman)
- Vid byte av förpackning, flytta inte över den gamla doseringssked (Stenberg P.)

Mängder

Barnets ålder	Mängd/måltid	Antal måltider	Mängd/dygn
7-14 dagar	70-120 ml	5-6	350-500 ml
2-4 veckor	80-150 ml	5-6	400-700 ml
1-2 månader	100-160 ml	5-6	500-800 ml
3-4 månader	120-200 ml	5-6	600-1000 ml
5-6 månader	140-250 ml	4-6	600-1200ml

Ungefärliga mängder bröstmjölkersättning första halvåret.

Mammans upplevelse av att flaskmata med BME

Kolsmyr (2018) identifierade 4 kategorier

- kränkning av patientens värdighet,
- fördömelse och straff,
- maktutövning,
- utebliven vård eller icke-vård

Upplevelse av att inte amma (Hvatum, 2017)

Behöver ett känslomässigt och praktiskt stöd (Falloon 2017)

Önskar mycket hjälp och stöd (Tarrant, 2013)

Citat (Kolsmyr, 2018)

- ”...så jag tänkte så här, nej, men jag vill inte fortsätta... hon blev lite så där, varför vill du inte fortsätta, det här bäst för bebisarna, jo,”
- ”... jag nästan satt på BVC och bara grät och vet inte vad jag ska göra, alltså vår BVC-sköterska, hon är så himla bra, alltså hon var så guld värd då för hon bara, vet du en sak, vi skiter i amningen, vi går över till ersättning...”



Välling

Fattigmans kost

Milk Cereal Drink (MCD) eller gruel

Komjolk och mjöl (havre, vete, råg, mannagryn, majs, ris)

Mat

Tunnare gröt – gröt

Centralamerika, Afrika – majs

Östra och sydöstra Asien - ris



Mat

- Rekommendationer WHO, EFSA, ESPGHAN, Livsmedelverket (4 - 6 m)
- Ytte-pytte, smaksensationer, smakprov,
- Barns utveckling – oralmotoriska, mognad – kan s
- Om och om igen ca 17 ggr
- Baby –led weaning (Cameron, 2012)



Smak

- Under graviditeten och under amningen utsätts spädbarnet för en mängd olika smaker och dofter, till skillnad från BME barnet (Menella, 2014, 2017)
- Smak ärvs – syskon – ffa sötma (Keskitalo, 2005), fet, surt, stark mat (Jilani, 2017).
- Finns inget schema



Socker, sötade produkter

- Socker – sötade produkter onödigt men ack så gott
 - 6m (2%); 12m (32.8%); 18m (74.7%); 24 m (90 %), 36 m (95.6%) 48 m (95.6%); (96.1%); 60 m (97.1%).
- Saft, läsk vid 5 år 14.4% saft; Mjölk 82.2%; Vatten 86.8%; Läsk 7.6%; Juice 19.2%;
- Snabbmat (korv med bröd; pizza, hamburgare) någon gång /mån 85.8%; någon gång / veckan 12.8%.
- Bullar, kakor,
- Godis

Måltider

- Trevligt vid matbordet
- Måltidsordning, rutiner (Mindell, 2017)
- Äta tillsammans (Larson, 2013, Hammons 2011) 52% delade måltid; Brannen, 2013)
 - Frukost vid 5 år (Tp- 9.2% varje dag)
 - Lunch vid 5 år (Tp – 4.3% varje dag)
 - Middag vid 5 år (Tp- 8.5% varje dag)
- Hemlagat vid 5 år 99.1%.
- Flesta barn tycker om mat 93%, men 12% har svårigheter, 5.1% av föräldrarna är oroliga.

Squeezes; Klämmis; Smoothies; Mellis

- Innehåller 12–19 % socker (Aftonbladet)!
- Ockulär besiktning 14%!



Neeeeeej, jag vill inte!!!!!!!

- Ätsvårigheter (Matvägran) 20% (80% funktionshinder)
 - Estrem, 2016
- Neofobi
- Flytande föda (flaska?)
- Diagnos (autism, Sharp, 2011; Marí-Bauset, 2014)



Växer han/hon som han ska????

- EWL- Spädbarn som 'tappade' 9-10% av sin födelsevikt första levnadsveckan starkt samband med mammas oro, nedläggning av amning mm (Bertini, 2014; Flahermann, 2016)
- Föräldrar vill ha information (Bentley, 2017; Butler, 2018)
- Hälso- och sjukvårdspersonal uppfattar inte alltid avvikelser

Övervikt och fetma

- Fetma/övervikt cykler historiskt
- Undervikt, svält- övervikt, fetma

Svält är ett samhällsansvar

Fetma är ett enskilt ansvar

- Föräldrar uppfattar, upplever inte barnet som överviktig/fetma (Berggren, 2016)
 - Hälsa är viktigare. Föräldrar uppfattar det inte som ett problem, litar inte på sjukvården eller på måtten, övervikt är överreklamerat, trigga igång ätsvårigheter, upplever att det är kritik riktad mot föräldraskapet (Gillison, 2013)

Hur gör vi nu, da?

- Främja amning
 - Förebygg amningsproblem, anpassa till föräldern
- Vårdkedjan
 - Tillmatning på BB (Svensson, 2016; Pierro, 2016)
- Hjälp flaskmatande föräldrar (Pierro, 2016)
- Nattmål - BVC och THV
- Mathörna på BVC
- Tillväxt
 - Pedagogiska hjälpmedel
- Äta rätt, grönnare och lagom mycket (Livsmedelsverket,)
- Mindre tallrik, mindre matbestick och upplägningsbestick (Wansink, 2006)



Växa i Halland

”Identifiering av tidiga påverkansfaktorer
för små barns hälsa och tillväxt.”



Tillväxtprojektet:

Gerd Almqvist- Tangen,

Josefine Roswall

Jovanna Dahlgren

Stefan Bergman

Bernt Alm

Doktorander

Katarina Boustedt

Karin Fast

Emma Kjellberg

Annelie Lindholm

Sara Bergren



Samarbetspartners

Fredrik Bäckhed, Wlab, SU

Karsten Kristiansen, Bio Inst, Danmark

Wan Jun, BGI; Kina

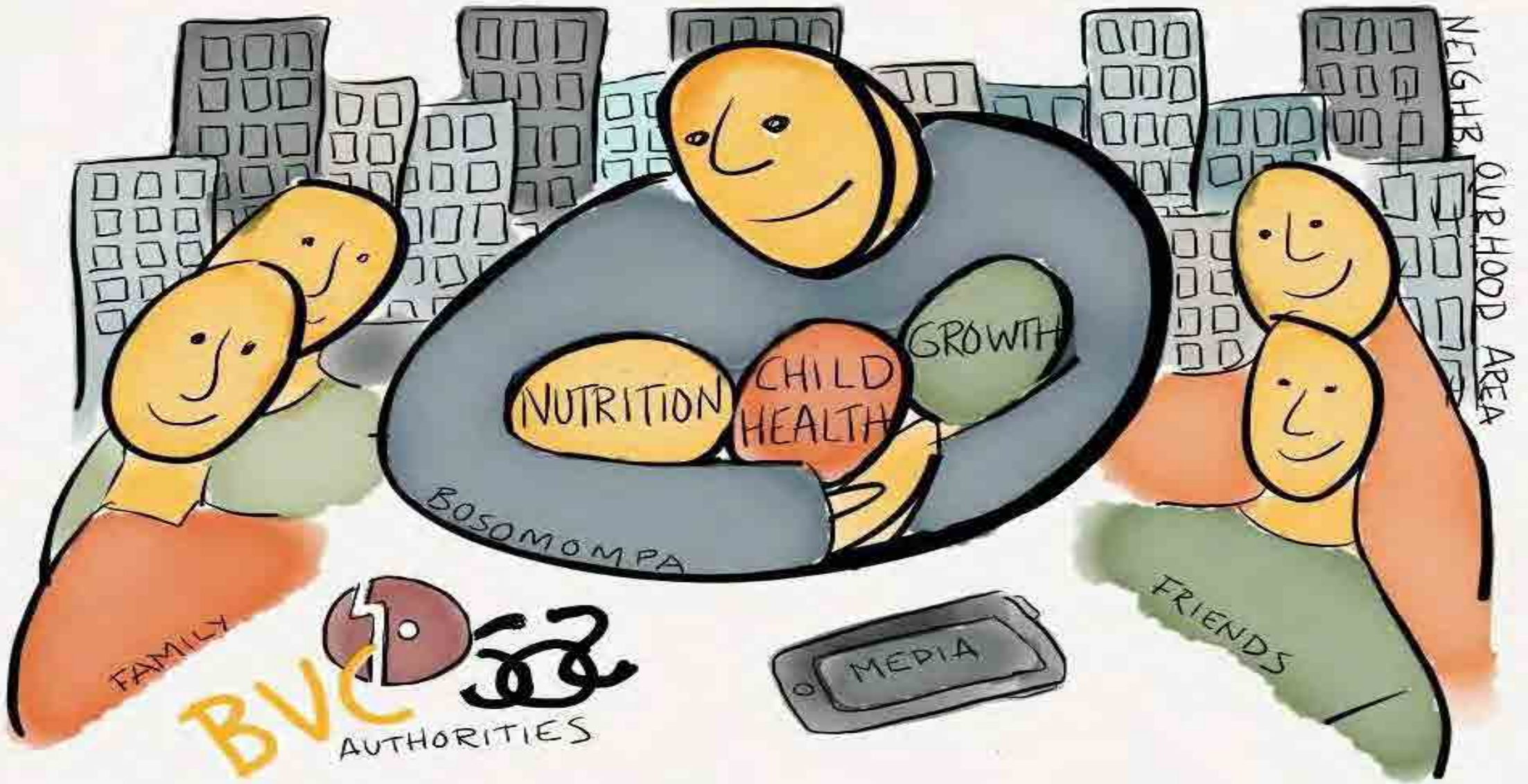
Birgitta Strandvik, KI,

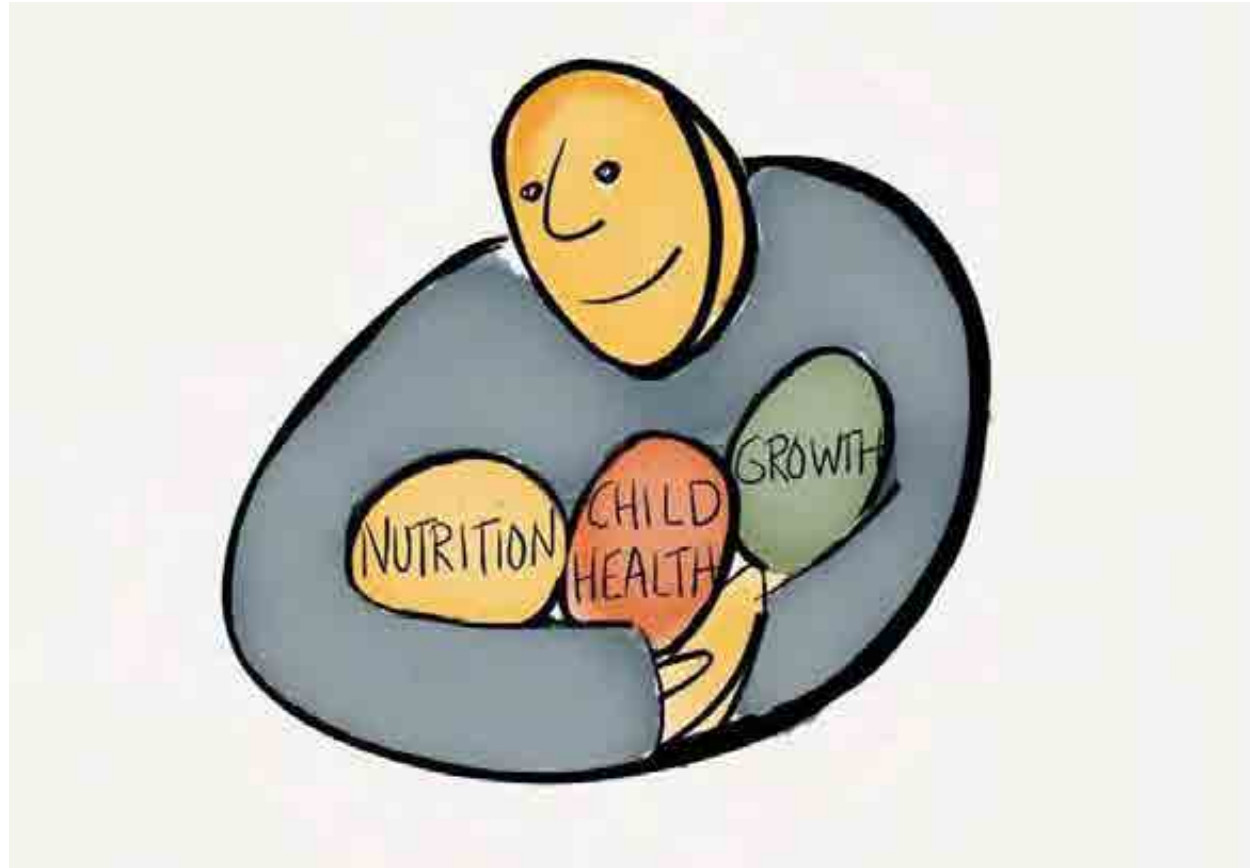
Joel Kullberg, Uppsala

ST-doktorer

Philip Bergstrand







De viktigaste riskfaktorerna hos de yngsta barnen är

Ogynnsamma vanor vad gäller mat och dryck

- söta drycker vid törst

- söta drycker nattetid

- Amning (Nirunsittirat, 2016)

Barn som fått sötad dryck nattetid vid 1 eller 2 års ålder hade hål i sina tänder vid 3 års ålder.

- Soft, juice eller nyponsoppa (Wendt, 1995).

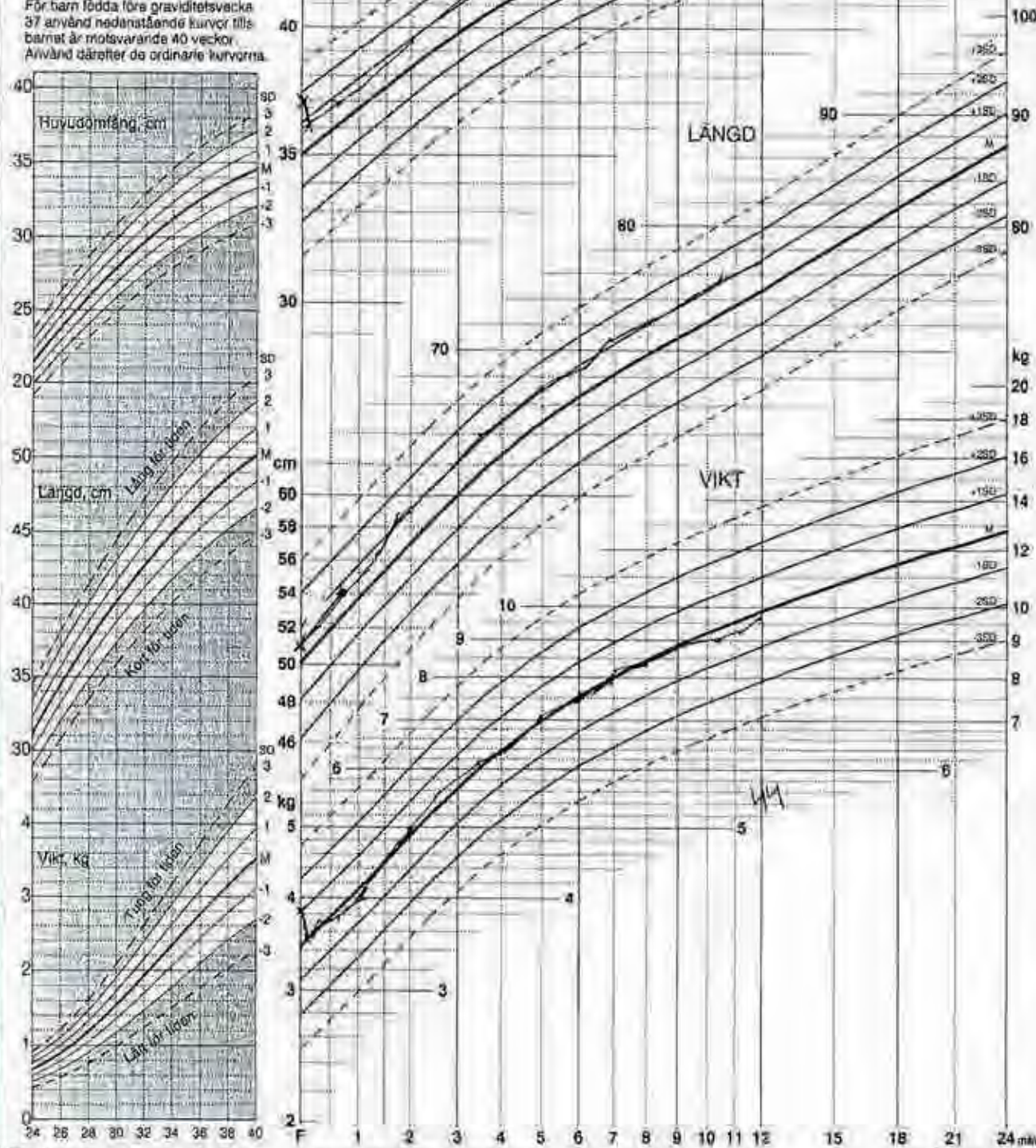


NÖTPLOCKARVISA

Jag ska plocka nötter
från morgon och till kväll,
fernton åt min moster
och tjugo åt mej själv.
Sex äter jag till middag
— det tror jag jag behöver —
sen köper jag en kaka för
de fjorton som blir över.



För barn födda före graviditetsvecka
 37 använd nedanstående kurvor tills
 barnet är motsvarande 40 veckor.
 Använd därefter de ordinarie kurvorna.



Barnhälsovårdens nationella program

För alla	För alla vid behov	
 I • Iervakning - att följa barns utveckling och livsvillkor: Tälväxt • Män somatisk • översökning • motorisk • utvecklingsbedömning • Män - utveckling/ • Män - beteendebestämning • Samspel mellan barn och föräldrar • Relation med andra barn och vuxna • Psykiska och sociala familjeförhållanden Hälsöfrämjande arbete (levnadsvanor och miljö): • Spädbarnsvård • Amning, tillvänjning till annan kost • Kost • Tandhälsa • Fysisk aktivitet • Lek och Kultur • Barnsäkerhet • Förebygga skakvåld (abusive head trauma) • Förebygga SIDS (plötsligspädbarnsdöd) • Tobak • Alkohol/droger • Våld i nära relationer Hälsöfrämjande arbete (samspel och relationer) • Främja lyhört föräldraskap • Främja barnets utveckling, kompetens och delaktighet Stöd i föräldraskapet (individuellt/grupp): • Hembesök • Individuella samtal • Föräldragrupp • Teamarbete/Nätverk Barnets/vårdnadshavarnas psykiska hälsobehov bedömda • Följa och uppmärksamma barnets psykiska hälsa • Följa och uppmärksamma föräldrars/ partners psykiska hälsa	II Samtal, vägledning och insatser efter behov Uppföljning och insatser för barnet, som bestäms av kunskap som finns eller framkommer vid den universella hälsoövervakningen (barnets bakgrund, tidigare och nuvarande hälsotillstånd, livsvillkor m.m.) Fördjupad kartläggning av skydds- och riskfaktorer. Beakta särskilt: • Föräldraoro • Emotionella och psykologiska problem • Barn med misstänkt eller faktisk avvikelse avseende hälsa, utveckling, beteende och samspel • Barn med ökad risk för ohälsa. • Barn från andra länder Vidare kartläggning och bedömning av barnets utveckling, fysiska och psykiska hälsa och sociala situation Hälsövägledning - motivera till förändrade levnadsvanor i familjen (tobak, alkohol, kost, fysisk aktivitet) Utökat föräldrastöd individuellt eller i grupp, inklusive hembesök (sjuksköterska, läkare, psykolog, konsulter) Stödsamtal vid nedstämdhet/depression postpartum Tvärprofessionell konsultation/samverkan kring barn och familj med ökade behov T.ex. med: • Psykolog för barnhälsovården. • Mödrhälsovård och elevhälsa. • Socialtjänst • Sjuk- och tandvård • Öppen förskola • Barnomsorg • Övriga Bedömning och vaccination av barn med ökad risk för smitta och/eller ofullständig vaccination Utökat D-vitamin substitution	III Ytterligare samtal, vägledning och insatser i samverkan med andra vårdgivare, socialtjänst Insatser baseras på individuella bedömningar barnets/familjens behov Upprepade hembesök Täta kontakter med BVC Remiss till annan vårdgivare Nära samverkan med andra Lex. • Barnsjukvården • Övriga vårdgivare ex. barn/vuxenpsykiatri, habiliteringen • Spädbarnsverksamhet • Socialtjänsten • Migrationsverksamheter Kontakt/anmälan till socialtjänsten Anmälan till Läkemedelsverket vid biverkan

Kunskapsstyrd verksamhet

Barnhälsovården är en kunskapsstyrd verksamhet

Mäta, väga, vaccinera, screena, stödja föräldrar,

Den styrs av;

Socialstyrelsen

Livsmedelsverket

Folkhälsomyndigheten

FN's barnkonvention

Rikshandboken

Näring, näringsämnen

- D-vitamin
- Gluten introduceras i skydd av bröstmjolk eller BME
- Stärkelse (Greer, 2018) all välling är stärkelsarik
- Salt – ny studie (Menthe, 2018) (salta med måtta); Strazullo, 2015

Barns Mat påverkas av...

Sociodemografiska faktorer:

Föräldrarnas ålder, utbildning,
ekonomi, rökning, övervikt och fetma

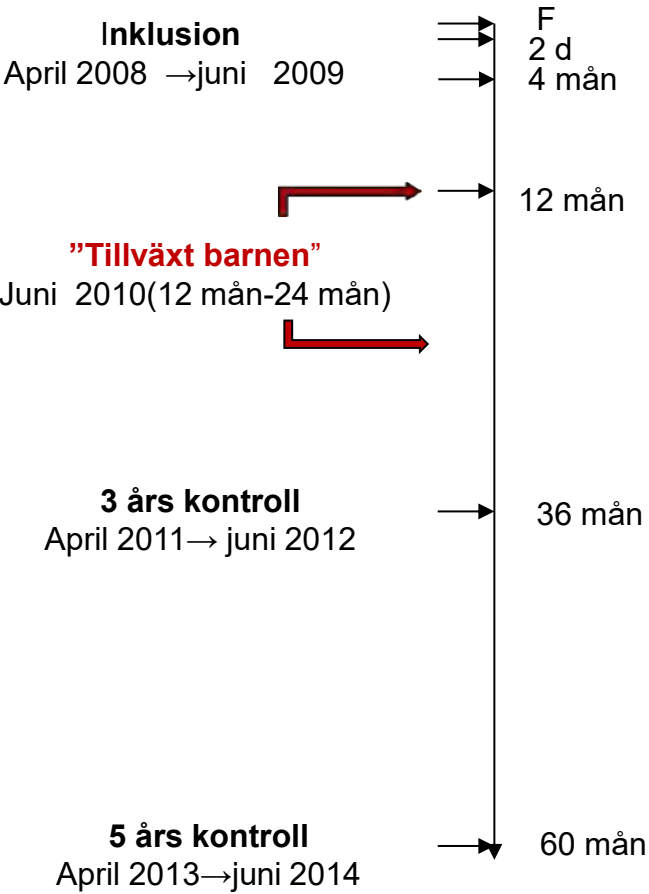


Växa i Halland

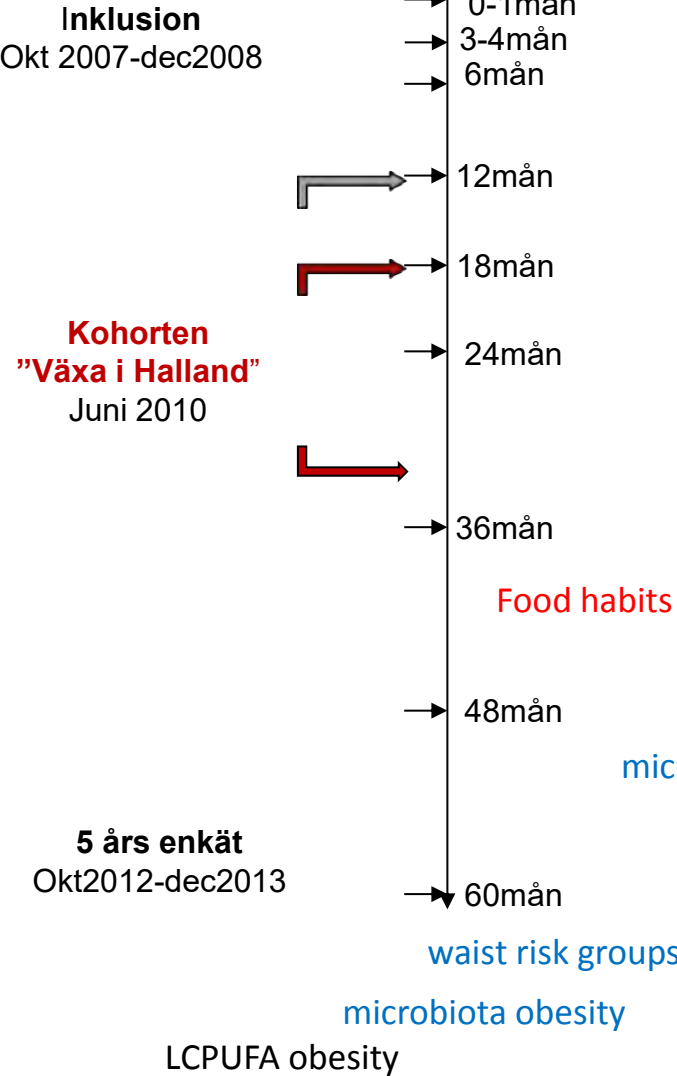
Tvärsnittet

Februari, maj, juni, okt 2006

"Tillväxtstudien"



Tillväxtprojektet H²GS



Manuskript



waist

premises

microbiota 0-12

LCPUFA 0-12

Food habits and weight velocity

Food habits information

microbiota section

microbiota genetics

Breastfeeding problems 4 and 6

cortisol

Growth patterns

microbiota metabolic

waist longitudinal

LCPUFA ages and stages

2006

2007

2008

2009

2010

2011

2012

2013

2014

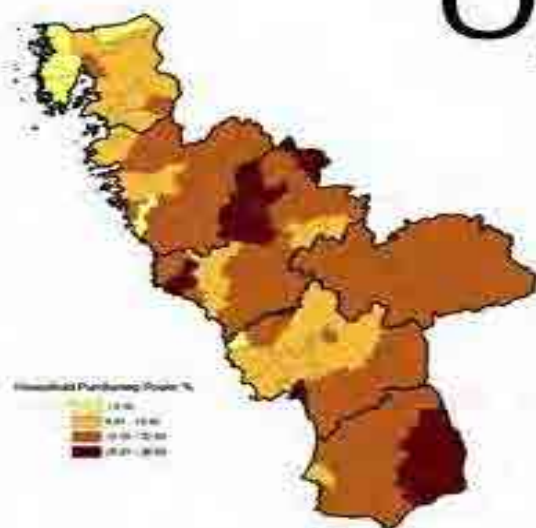
2015

2016

Föräldrar väljer att lyssna på de som tänker lika

- Motsatsen kan också ses i studien där en förälder uttryckte; “But if the clinician is like that, judgemental or fingerpointing, most people won’t go back and put up with that. You move on to find someone who is gonna be supportive, right?” (Farnesi et al., 2011, s. 14).
- Farnesi, B., Newton, A., Holt, N., Sharma, A., & Ball, G. (2012). Exploring collaboration between clinicians and parents to optimize pediatric weight management. *Patient Education & Counseling*, 87(1).

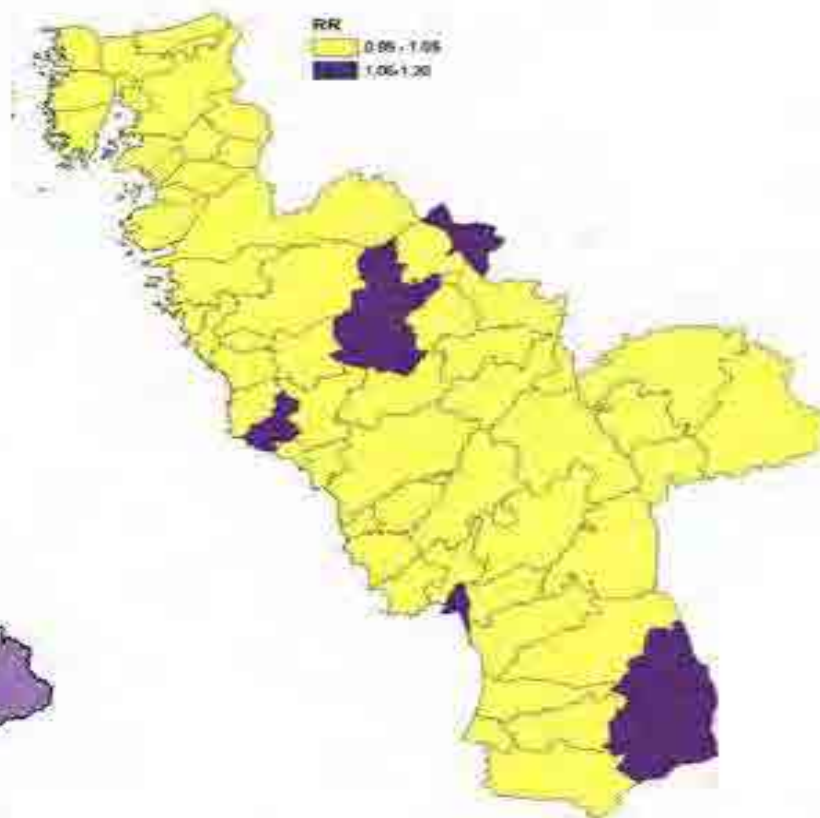
Ojämlig hälsa bland barn



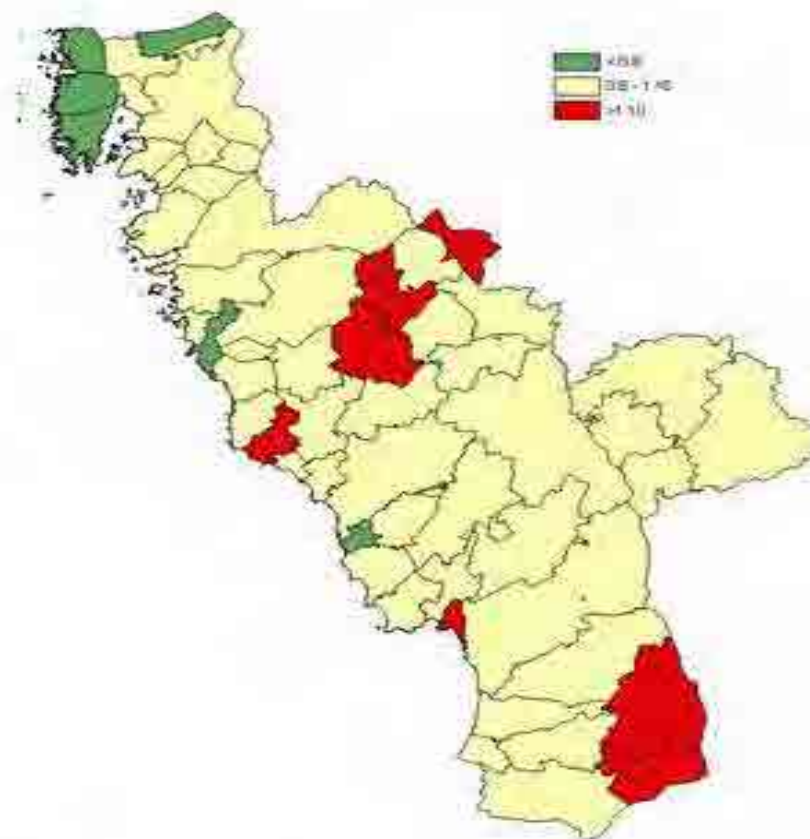
2010



Karies
Twetman, 2012, BMC

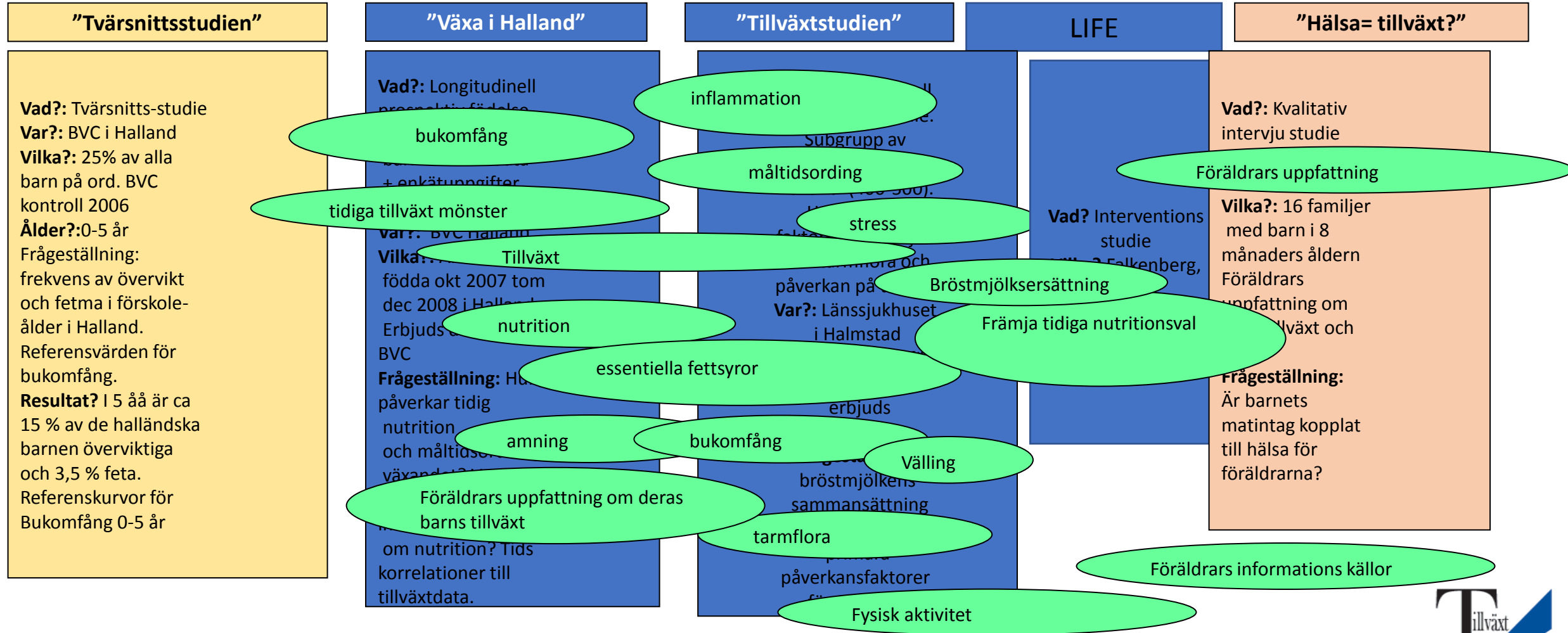


Amning
Almquist-Tangen, 2013 BMC

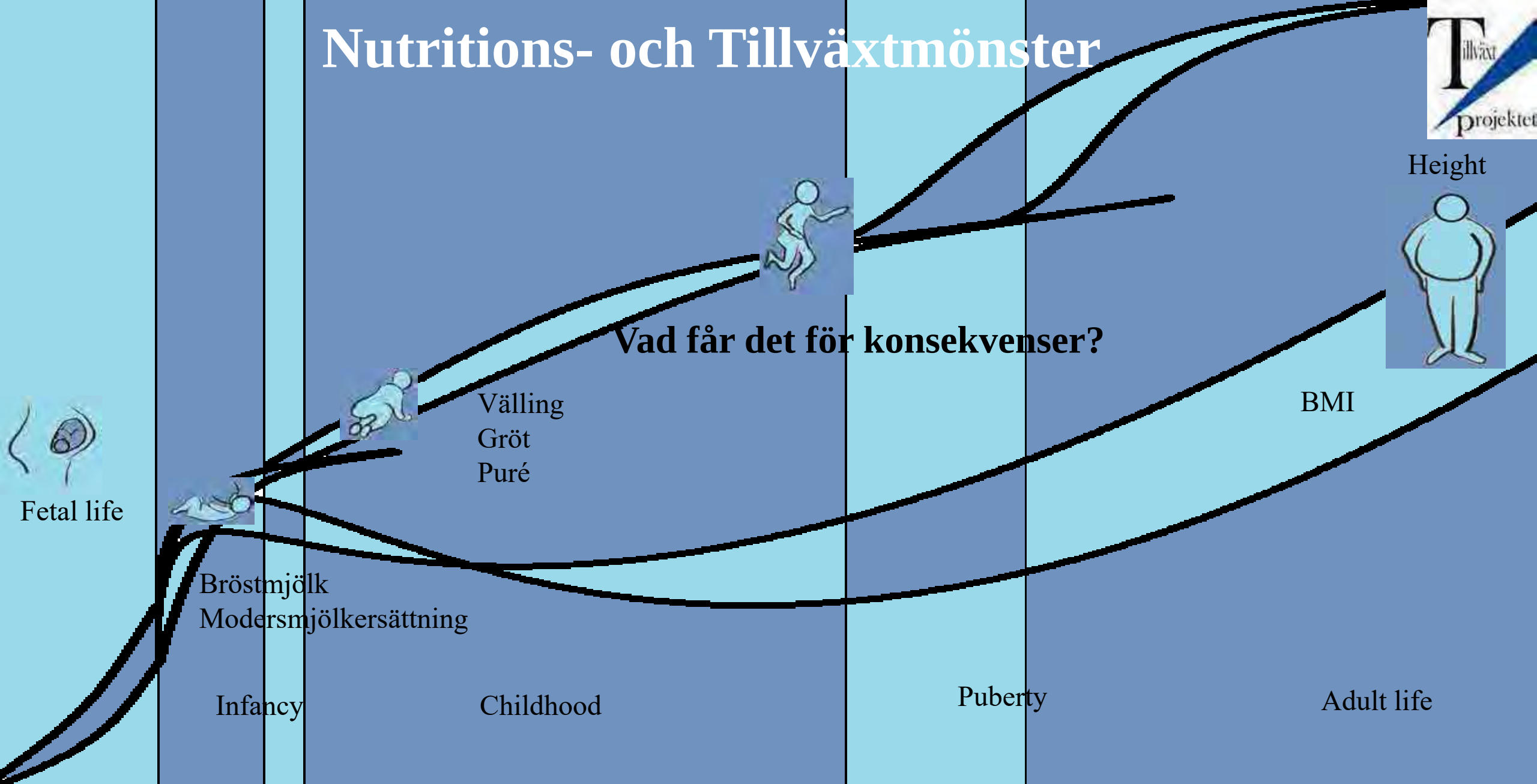


Fetma
Roswall, 2016 BMC

Identifiering av tidiga påverkansfaktorer för små barns hälsa och tillväxt.



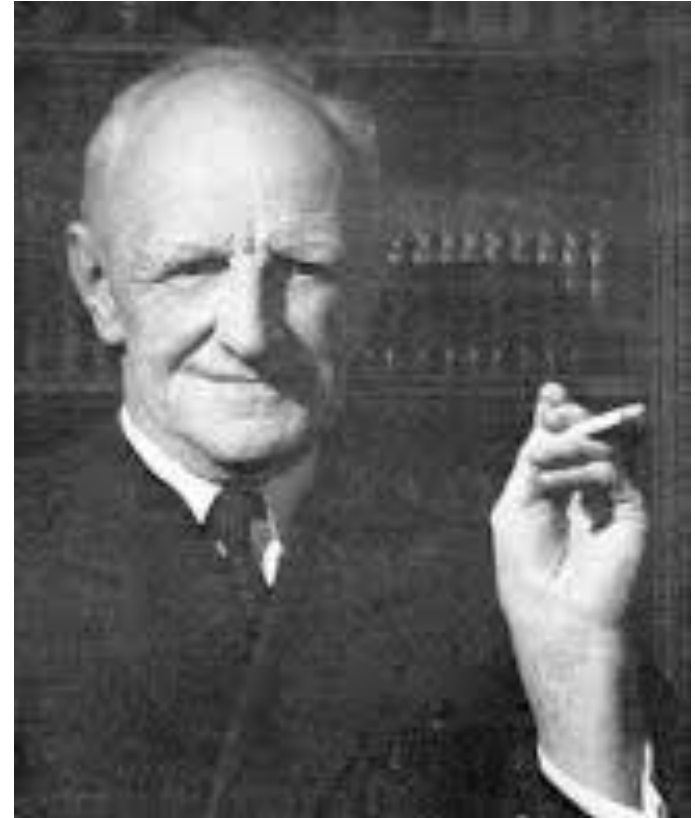
Nutritions- och Tillväxtmönster



(Illustration Roswall J.)

”Good enough mothering”

- Donald Winnicott
- Britton (2006)
- Jansen (2008)
- Jackson (2016) Nja, men endast hos flickor



Bröstmjolk, **törst**, **historik**

Föräldrar utbildning, dryck, **Fett**, Koppning *uppfödning*, probiotika,

måltider, **Vatten** **Nappflaska**, **tillväxt**, **Näring**,

Metabolism, *Familj*, *järn*, **hunger**, religion, salt,

närproducerat, *kost*, samvaro, kontroll, *hälsa*,

kejsarsnitt, **lactobaciller**, oralmotorisk

utveckling, ekologiskt,

bröstmjölkersättning, *Smak*, Politik, **D-vitamin**

amma, **protein**, **smaker**, kolhydrater, **Vanor**, näring,

glukos, Kultur, baby-led weaning, matpyramid,

vitaminer

Utbildningar fortbildningar

- Grundutbildning i klinisk nutrition behöver förbättras för alla vårdutbildningar (Aknar G, 201803).
- SIFO undersökning
- Regelbunden fortbildning (Agostoni, 2005)
- Fortbildning till BHV- personal
 - Amning, flaskmatning, mängder, oralmotoriska utvecklingen, tillväxt



Barns humör, temperament och föräldrars beteende

- Trösta barnet med mat (Stifter, 2018)