

Viktig forskning om kostfrågor och mathållning för personer med utvecklingsstörning.

Päivi Adolfsson, som forskar inom området kostvetenskap vid Uppsala universitet, har tilldelats 2002 års stipendium ur Gunnar Kyléns minnesfond, för sin forskning om kostfrågor och mathållning kopplat till svårigheten att göra egna val. I motivationen till valet av stipendiat hänvisas till att Gunnar Kyléns teorier om begåvningsutvecklingen haft betydelse för Päivi Adolfssons arbete med att finna vägar för att stödja personer med lindrig utvecklingsstörning att förstå olika aspekter på detta att välja mat.

I samband med institutionsavvecklingen har kostrelaterade hälsoproblem för vuxna med lindrig utvecklingsstörning ökat så markant att gruppen noterats som en riskgrupp när det gäller hälsa. Ju mer institutionaliserat boendet var desto mer centraliserad var också servicen med mat lagad i centralkök och levererad färdig. De som skulle äta maten kanske aldrig ens kände oset av matlagningen. Till en människas rättigheter hör att få göra egna val. Det ställer krav på kunskap och det kan vara svårt att hänga med i konsumtionssamhällets utveckling med nya matvanor, reklam och TV-serier. Det kan vara svårt att veta hur man väljer och lagar mat så att det passar både lust, hälsa och plånbok. Päivis syfte är att hitta former för hur kunskapen ska kunna öka utan att det sker på bekostnad av egna val och delaktighet samt att öppna en dialog om mat och att äta lustfyllt med alla sinnen.

Päivi Adolfssons presenterar något av sin forskning med följande korta sammanfattningar av uppsatserna **De utvecklingsstördas mat** och **Sinnesträning för personer med lindrig utvecklingsstörning**.

För mer utförlig information v g kontakta
Päivi Adolfsson, Ängsby, 740 20 Vänge
p_adolfsson@hotmail.com

De utvecklingsstördas mat

Uppsatsen kartlägger hur de utvecklingsstördas mathållning är i deras egna boenden i Uppsala och Enköpings kommuner. För att klara av sitt dagliga liv har de rätt till stöd och service av samhället. Det går att hitta fyra olika kategorier av organisationer som visar hur mathållningen har lösts.

- *Gemensamt hushåll*, då alla i gruppboenden äter måltiderna tillsammans, matsedeln planeras oftast i förväg och maten handlas av personalen eller personal och boende tillsammans. Maten lagas och oftast även äts sedan i de gemensamma utrymmena. Personalen tar huvudansvaret för mathållningen.
- *Enskilt hushåll*, alla planerar inte matsedeln, men när det görs så gör personalen den. Maten handlas mestadels av personalen och sedan lagas den i de utvecklingsstördas egna lägenheter och även här tar personalen huvudansvaret för mathållningen.
- *Självhushåll*, de utvecklingsstörda själva tar huvudansvaret för sin mathållning. De planerar sällan i förväg. De sköter handlandet och matlagningen själv.
- *Blandade hushåll*, en blandning av de andra, ibland äter de tillsammans, ibland enskilt, familjerna ofta delaktiga i det enskilda mathållningen.

En analys av köpvanorna gjordes genom att studera kassakvitton, under en hel månad hos sex personer, två från var och en av de tre första ovan nämnda kategorierna. Analysen visar att de med gemensamt hushåll köper livsmedel från alla sju grupperna i kostcirkeln och därmed kan antas ha en varierad kost, de hade handlat 101 respektive 75 olika sorters livsmedelsartiklar under månaden. För de som har enskilt hushåll beror val av livsmedel på det faktum att matsedelsplanering har gjorts, de med planerad matsedel köper mindre färdig mat och handlar mera varierat än de som inte planerar sin egen matsedel. I undersökningen var en person från kategorin enskilt hushåll med som hade planerat matsedeln i förväg. Hon hade handlat 31 olika sorters livsmedelsartiklar och det fanns artiklar från alla kostcirkelns sju grupper och inga färdiga maträtter. Den andra i samma kategori hade handlat 21 olika sorters livsmedelsartiklar från sex olika grupper i kostcirkeln hon hade handlat åtta olika färdiga maträtter. De som har självhushåll och tar hand om det mesta själv planerar sällan sin matsedel och har den sämsta kosthållningen. Den är ensidig och de köper mycket färdig mat. Den ena personen i kategorin hade handlat 19 olika sorters livsmedelsartiklar, från fem av kostcirkelns grupper och hon har handlat 16 färdiga maträtter. Den andra i samma grupp har handlat 24 olika sorters livsmedel från sex olika livsmedelsgrupper och han har handlat fyra färdiga maträtter.

Sinnesträning för personer med lindrig utvecklingsstörning

De lindrigt utvecklingsstörda vill ofta ta hand om sin mathållning själva. Det leder många gånger till att de har ensidiga matvanor och det i sin tur innebär att många av dem antingen är överviktiga eller undernärda. För att de ska få en bättre mathållning bör deras kunskaper om mat öka, det är viktigt att hitta metoder som får dem att bli intresserade av mat så att de inte upplever att alla råd om mat bara är pekpinningar. I den här uppsatsen provas hur sinnesträning med SAPERE-metoden skulle kunna användas för det. Materialet som används, handledning ”Mat för alla sinnen” är riktat till barn i grundskolans årskurs 4-6. En grupp på fem lindrigt utvecklingsstörda vuxna har deltagit i studien som har pågått i elva veckor. Då har gruppen träffas en gång i veckan och på träffarna har de fått göra övningar vilka har hjälpt dem att förstå vilka roller de olika sinnen, syn, lukt, smak, hörsel och känsel har för människans upplevelser om mat. För att undersöka effekten av metoden har individuella intervjuer med tjugofyrtimmarsintervju och strukturerade följdfrågor genomförts två eller tre gånger med dem som deltog i försöket. Efteråt gjordes även en fokusintervju med hela gruppen för att få fram deras åsikter om metoden. Resultatet visar att materialet med vissa modifieringar är lämpligt att användas för målgruppen. Med hjälp av metoden kunde avslappnade diskussioner föras om mat.

Riksförbundet FUB
FUB Utveckling
Box 6436
113 82 STOCKHOLM
tel 08-508 866 00
fax 08-508 866 66
e-post: fub@fub.se
hemsida: www.fub.se



FUB

För Utvecklingsstörda Barn, Ungdomar och Vuxna