



GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö

# **”Det är länken mellan kund och kök som skall få gästen att äta!”**

**En studie om måltidsföreståndares uppfattningar om hälsa**

**Maksim Pettersson Löfgren**

**Kandidatuppsats 15 hp**

Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap 180 hp

Examinator: Anna Post

Handledare: Monica Petersson

Juni 2010



# GÖTEBORGS UNIVERSITET

Institutionen för mat, hälsa och miljö MHM

Box 320, SE 405 30 Göteborg

Titel: "Det är länken mellan kund och kök som skall få gästen att äta!"

En studie om måltidsföreståndares uppfattningar om hälsa

Författare: Maksim Pettersson Löfgren

Typ av arbete: Kandidatuppsats 15 hp

Handledare: Monica Petersson

Examinator: Anna Post

Kostekonomprogrammet med inriktning mot ledarskap 180 hp

Antal sidor: 23

Juni, 2010

## **Sammanfattning**

Denna kandidatuppsats tar bland annat sin utgångspunkt i modellen Måltidens fem aspekter (MFA) och hur man kan arbeta med modellens olika delar för att verka hälsofrämjande mot sina gäster. En annan utgångspunkt är olika definitioner av begreppet hälsa. För datainsamlingen har interjuver genomförts med måltidsföreståndare inom ett brett spann av områden, i det här fallet sjukhus, skola, äldreomsorg samt personalrestaurang, inom både privat och offentlig sektor inom Västra Götalands län. Resultatet visar att måltidsföreståndarna har olika syn på hälsobegreppet beroende på utbildningsbakgrund. Det framkommer också att de arbetar med MFA inom verksamheternas olika delar för att främja hälsa hos sina gäster. Här finns vissa likheter mellan respondenterna i angreppssättet men också skillnader. Gemensamt för samtliga måltidsföreståndare är att man främst fokuserar på produktaspekten av MFA. Att garantera serveringen av hälsosam mat är dock viktigare i den offentliga sektorn än den privata då man måste uppfylla Svenska Näringsrekommendationer (SNR) för den verksamhet man ansvarar för. Förutom denna del fokuseras det i varierande grad på dom andra delarna i MFA dvs styrsystem, rum, möte och atmosfär. Slutsatsen blir att forskningen fortsättningsvis bör fokusera på att undersöka vad som är gemensamt för de goda exempel man funnit i olika verksamheter. En hälsofrämjande modell skulle kunna användas

som ett pedagogiskt verktyg för att enkelt visa på hur man kan arbeta med olika delar för att skapa en mer hälsofrämjande verksamhet. Detta skulle kunna ge stöd till måltidsföreståndarna så att de satsar på att implementera den kunskap man kommit fram till i sina egna verksamheter.

**Nyckelord:** hälsa, måltidsföreståndare, hälsofrämjande arbete, måltidsverksamhet, måltidens fem aspekter

## Innehållsförteckning

Sammanfattning.....	2
Inledning .....	5
Bakgrund.....	5
Begreppet hälsa.....	5
Modellen måltidens fem aspekter (MFA).....	6
Främja hälsa hos gästen med utgångspunkt i måltidens fem aspekter (MFA).....	8
Värderingar av institutionellt producerad mat .....	8
Styrsystem .....	8
Produkt.....	8
Rum .....	9
Möte.....	9
Atmosfär.....	9
Livsmedelsverkets näringsrekommendationer och råd för privat och offentlig måltidsverksamhet.....	9
Syfte och frågeställningar .....	10
Metod.....	10
Resultat .....	12
Hälsobegreppet relaterat till kost.....	12
Hälsofrämjande arbete i verksamheten .....	13
Produkt.....	13
Rum .....	14
Möte.....	14
Atmosfär.....	14
Hälsa i förhållande till andra faktorer .....	15
Styrsystem .....	15
Diskussion .....	16
Metoddiskussion.....	16
Hälsobegreppet relaterat till kost.....	17
Hälsofrämjande arbete i verksamheten .....	17
Produkt.....	17
Rum .....	18
Möte.....	18
Atmosfär.....	19
Hälsa i förhållande till andra faktorer .....	19
Styrsystem .....	19
Referenser.....	21

## **Inledning**

Hälsa är ett ämne som vi översköljs dagligen av i media. Hur man skall äta finns det många olika åsikter om och det finns många olika tankar kring begreppet hälsa (Ewles & Simnett, 2005). Som student på Kostekonomprogrammet har jag erfarenhet av att vi ofta fokuserat på att det skall tillhandahållas mat som uppfyller Svenska Näringsrekommendationers (SNR) kriterier. En av de frågor som då blir intressant att undersöka är: Är det så att de yrkesverksamma kostekonomernas syn på hälsa präglas av den utbildningsbakgrund de har?

Förutom denna fråga har jag som blivande kostekonom också ett intresse av att ta reda på hur man främjar gästernas hälsa i praktiken. Modellen om måltidens fem aspekter (MFA) har genomsyrat undervisning och varit en röd tråd genom hela den utbildning jag gått igenom. Den beskriver olika aspekter som påverkar måltiden. Kan det vara så att man arbetar med olika delarna för att främja gästernas hälsa? Intresset för att undersöka dessa frågor beror på att det är mål som jag är övertygad om att kostekonomerna kontinuerligt arbetar med i sina verksamheter. Detta är de problemområden jag ämnar undersöka inom ramen för den här kandidatuppsatsen.

## **Bakgrund**

Följande avsnitt inleds med att beskriva olika definitioner av begreppet hälsa. Därefter handlar texten om modellen Måltidens fem aspekter (MFA). Efter detta beskrivs den sammanfattning av studier som Rapp (2008) gjort av MFA i förhållande till hälsofrämjande initiativ i olika verksamheter. Slutligen tas de råd som Livsmedelsverket ger ut upp då man behöver vara införstådd med dessa för att lättare kunna ta till sig resultatet.

### **Begreppet hälsa**

Enligt WHO:s definition är begreppet hälsa ”ett tillstånd av fullständigt fysiskt, psykiskt och socialt välbefinnande och inte blott frånvaro av sjukdom och handikapp” (Ågren, 2004). En person som är sjuk kan således ha god hälsa och en person som är frisk kan ha dålig hälsa utan att ha någon sjukdom. Definitionen syftar på människans egna uppfattning om sitt tillstånd. Fysisk hälsa handlar om att kroppen fungerar så som den ska dvs att man exempelvis kan tugga och svälja mat (Ewles & Simnett, 2005). Psykisk hälsa innebär att man har förmåga att tänka sammanhängande men också känslotillstånd och hur man samverkar med människor i sin omgivning. Socialt välbefinnande innebär att den enskilda personens hälsa är förknippad med sin omgivning dvs välbefinnandet beror av omgivningens förmåga att uppfylla individens behov (Ewles & Simnett, 2005).

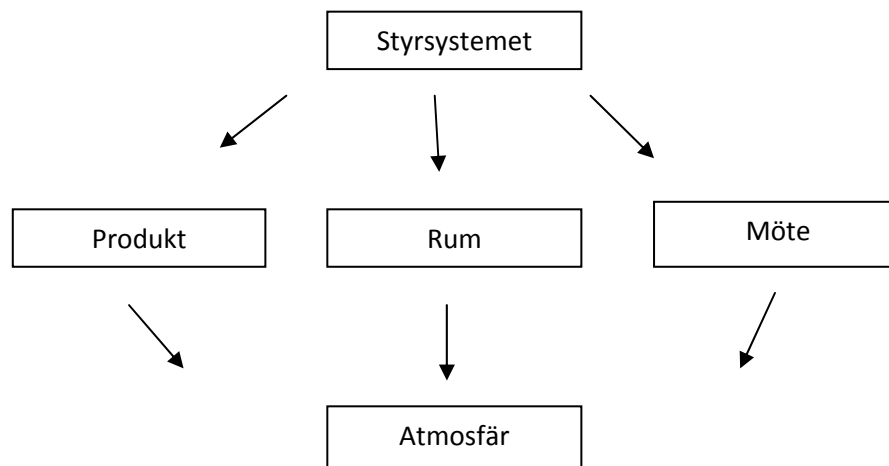
Likaså fastslår Ewles och Simnett (2005) att hälsa betyder olika saker för olika människor. En del människor anser att vissa aspekter på hälsa är mer väsentliga än andra, detta beror på vilken situation man befinner sig i då man blir tillfrågad. Om omständigheterna förändras kommer sannolikt den egna definitionen av hälsa också förändras. Exempelvis såg man i en

studie av småbarnsmammors syn på hälsa att de definierade förmågan att ta hand om familjen som ett tecken på god hälsa. Sjukvårdspersonal definierar ofta hälsa som frånvarande av sjukdom (Ewles & Simnett, 2005).

De nationella mål för folkhälsan som presenterades år 2004 av statens folkhälsoinstitut innebär att man tagit fram målområden som skall vägleda arbetet för en god folkhälsa inom olika sektorer av samhället (Ågren, 2004). Ett av dem är målområdet ”goda matvanor och säkra livsmedel”. I beskrivningen av målområdet fastslås att maten har en avgörande betydelse för hälsan. Övervikt är det dominerande problemet i Sverige idag då nästan 10 procent av dem vuxna är kraftigt överviktiga. Orsaken anser man vara en felaktigt sammansatt kost med ett alltför stort energiinnehåll. Vi äter för mycket socker och fett, i synnerhet mättat fett medan intaget av frukt och grönt är för lågt (Ågren, 2004).

### **Modellen måltidens fem aspekter (MFA)**

Måltidens fem aspekter (MFA) är en modell som utgår från det faktum att olika processer är involverade i skapandet av en måltidsupplevelse (Rapp, 2008). Måltidsupplevelsen är intrycket efter besöket i en restaurang. Hur rummet ser ut, hur maten smakar, bemötandet av personalen, och om atmosfären är lugn och avslappnad eller stressig. Dessa olika delar som alla påverkar måltidsupplevelsen benämns i modellen som aspekter och innebär följande: styrsystemet, produkten, rummet, mötet och atmosfären. Modellen är av hierarkisk karaktär där produkten, rummet och mötet är underordnat styrsystemet då det påverkar hur man uppnår dessa faktorer (se figur 1 nedan). Slutligen är atmosfären nederst placerad i hierarkin då de andra faktorerna tillsammans skapar atmosfären. Härnäst förklaras de olika aspekterna och exemplifieras för att ge en grundläggande förståelse av dem.



Figur 1. Modellen måltidens fem aspekter (MFA) (Rapp, 2008)

## Defintioner av måltidens fem aspekter:

- Måltid** En måltid är antingen en händelse då man äter mat (ex frukost). En måltid kan också vara det man äter (t ex en varmkorv med bröd eller en grekisk sallad med ett glas vitt vin till) (Rapp, 2008).
- Styrsystem** Lagar, ekonomi och ledarskapsresurser som gör måltiden möjlig och gör måltidsmiljön till en enhet (Gustafsson, Öström, Johansson & Mossberg, 2006). Med lagar inbegrips exempelvis den rådande livsmedelslagstiftningen medan ekonomin syftar på det kapital man har att röra sig med. Ledarskapsresurser syftar på vad chefen har för möjligheter att lägga ner tid på att leda sin enhet. Alla dessa delar pågår bakom kulisserna och är inget som gästen ser vid första anblicken men de påverkar ändå indirekt rummet, mötet och produkten. Ett exempel är att om man har en begränsad budget kommer det troligtvis att påverka vilka råvaror man kan köpa in och därmed vilka typer av rätter man serverar. Om personalen är stressad på grund av ett dåligt arbetsklimat orsakat av dåligt ledarskap kan det komma att påverka mötet med gästen så att den kanske inte får ett lika trevligt bemötande som om dessa saker fungerat.
- Rum** Med rummet menas det faktiskt fysiska rum där måltiden tar plats. I en skola menar man då skolmatsalen. Här ingår exempelvis inredning t ex ljuddämpande stolar och bord och ljussättning etc.
- Produkt** De rätter som serveras i restaurangen och tillhörande dryck, bröd, sallad etc. Om det är en asiatisk restaurang kanske man främst har kryddstarka wokrätter på menyn.
- Möte** Det möte som uppstår emellan gäst och personal samt emellan gästerna (Gustafsson et al, 2006). Bemötandet från personalen, hur personalen samtalar med varandra samt hur gästerna interagerar med varandra. På en lyxigare restaurang kanske personalen drar ut stolen innan man sätter sig och servitören föreslår eventuellt vin till maten. Om det är en krog kanske det händer att man pratar med andra än de man känner.
- Atmosfär** Upplevelsen som helhet av måltidssituationen. Detta beror på de andra fyra faktorerna dvs rum, produkt, möte och styrsystem. Atmosfären skulle exempelvis kunna uppfattas som varm och inbjudande beroende på att personalen är trevlig och lugn och är mån om att varje gäst skall bli nöjd. Inredningen kan vara i varma färgtoner, och man använder levande ljus för att ge en mysig och avslappnad atmosfär.

## **Främja hälsa hos gästen med utgångspunkt i måltidens fem aspekter (MFA)**

I en sammanfattning av studier som Rapp (2008) gjort drogs slutsatsen att MFA påverkar matintaget och därmed nutritionsstatusen hos de gäster man arbetar med. Grundat på Rapps urval av studier har dessa studerats. Härnäst presenteras studier inom de olika aspekter som tillsammans utgör MFA dvs styrsystemet, produkten, rummet, mötet och atmosfären. Först noteras dock några grundläggande värderingar som är vanligt förekommande kring den institutionella måltiden. Ett exempel på institutionell mat är mat producerad inom offentliga verksamheter dvs skola, äldreomsorg, sjukhus etc.

### **Värderingar av institutionellt producerad mat**

Rapp (2008) identifierar några grundläggande värderingar som påverkar matintaget. Enligt Cardello, Bell och Kramer (1996) är det förmodligen bättre för de som producerar mat inom offentliga verksamheter att försöka fokusera på att förändra de negativa attityder som gästerna har emot maten som serveras än att förändra maten då den oftast är av god kvalitet. Den negativa attityden påverkar inte enbart vad man tycker om maten utan leder också till ett lägre matintag (Edwards & Gustafsson, 2007). Andersson och Mossberg (2004) noterar att lunchkrogar till skillnad från restauranger man går till på kvällen i huvudsak skall uppfylla fysiologiska behov hos gästen dvs huvudsaken för gästerna är att dom blir mätta.

### **Styrsystem**

För styrsystemet inom den offentliga verksamheten är oftast en av grundpelarna att man skall tillhandahålla näringsrik mat till en viss kostnad per person och dag (Rapp, 2008). Andra faktorer är tillgången på råvaror beroende på säsong och hur mycket halvfabrikat man är tvungen att använda pga tidsbrist, personal, utrustning, ekonomi etc. Detta påverkar utbudet, vilken prisnivå som sätt samt vilken kvalitet maten har etc.

### **Produkt**

Studier som har undersökt produktaspekten har bland annat visat att en god sensorik har en positiv påverkan på matintaget. Detta visar på vikten av att servera mat som är fint upplagd (Rapp, 2008). En annan faktor är smaken och om man upplever att maten är välsmakande kommer man troligtvis att också äta mer av den. Klosse, Riga, Cramwinckel och Saris (2004) fann sex faktorer som påverkar hur man uppfattade matens smak. För att maten skulle uppfattas som välsmakande skulle namnet och presentationen av rätten överensstämma med det man fick på tallriken. Maten bör också ha en aptitretande doft, de olika smakkomponenterna bör vara välbalanserade, umami bör användas, rätten bör också inneha både grövre och mjuka konsistenser och slutligen måste smakrikedomen vara hög. Vidare har Wansink, van Ittersum och Painter (2000) studerat hur menybeskrivningar av rätter påverkar gästnöjdheten. En god beskrivning är mer tilltalande, smakar bättre och upplevs som mer kaloririk än när maten är beskriven på ett mer prosaiskt sätt.

Slutligen fann Cardello et al (1996) att förväntningarna på måltiden påverkar hur nöjd man blir i slutändan. Att ha höga förväntningar innan måltiden leder till en större nöjdhet i slutändan än om man har låga förväntningar.



## **Rum**

Studier som har fokuserat på den rumsliga aspekten av MFA har fått motsägelsefulla resultat. I Cardello et al studie (1996) undersökte man människors syn på nöjdhet och kvalitet på mat som serverades i olika måltidsverksamheter. De fann att det var ett starkt samband emellan synen på gästnöjdhet och kvalitet då det gällde olika verksamheter. Av det drogs slutsatsen att de förmodligen utgjorde en och samma attityd. Om du förväntade dig att du inte skulle bli nöjd av det du fick att äta i skolan så förväntade du dig också att den skulle ha en låg kvalitet. Dock har en studie av King, Weber, Meiselman, Hottenstein, Work och Cronk (2007) visat att det som påverkar kundnöjdheten och hur man upplever maten är beroende av den mat man serveras och de alternativ man har att välja mellan. I deras studie blev istället resultatet att miljön inte hade någon större effekt. Enligt Bitner (1992) bör dock miljön stödja behoven hos både gästen och de anställda då det påverkar beteendet hos båda.

## **Möte**

När det gäller mötet visar en studie av Andersson och Mossberg (2004) att genom att titta på tv medan man äter eller att äta tillsammans med vänner får man ett högre matintag än om man äter själv i en tyst omgivning, eller med personer man inte känner väl. Rapp (2008) påpekar att detta kan vara av vikt i äldreomsorgen där det är nödvändigt att påverka de äldre att äta mer.

## **Atmosfär**

Musik kan påverka hur man upplever miljön och måltiden dvs. atmosfären (Rapp, 2008). Följande studier visar alla ett samband mellan atmosfären och matintaget. I Mathey, Vanneste, de Graff, de Groot och van Stavergens (2001) studie framkommer att genom att bland annat ändra ett rums inredning och servicen kunde man påverka gästernas hälsa och nutritionsstatus på ett ålderdomshem då atmosfären förändrades. I Elmeståhl, Blabolil, Fex, Kuller och Steens studie (1987) dekorerade man en matsal inom äldreomsorgen med tidstypisk dukning från 1940-talet. Patienterna fick själva ta maten och resultatet blev att patienterna fick ett ökat energi- och näringsintag. Likaså visar Edwards och Hartwell (2004) i sin studie att sjukhuspatienter som åt sin mat vid ett bord istället för i eller bredvid sängen fick ett ökat energiintag. Slutligen konstaterar Rapp (2008) att merparten av de som arbetar inom omsorgen inte har kunskap om de andra delarna som påverkar måltidsupplevelsen förutom en välbalanserad meny.

## **Livsmedelsverkets näringsrekommendationer och råd för privat och offentlig måltidsverksamhet**

De svenska näringsrekommendationerna (Livsmedelsverket, 2005) innehåller råd kring den näringssammansättning som maten bör innehålla. Den är tänkt att användas av de som planerar kosten inom olika verksamheter. Bland annat innehåller den referensvärden man behöver för att kontrollera så att maten man serverar uppfyller det man anser vara lämpligt. Det kan exempelvis gälla energiintag, intag av vitaminer och mineraler, måltidsordning etc. I den presenteras också undersökningar som har gjorts på befolkningens matvanor. Det ingår också specifika råd för mat i förskola och skola. Rekommendationerna gäller personer som är friska och normalt aktiva.

Bra mat i förskolan (Livsmedelsverket, 2007), Bra mat i skolan (Livsmedelsverket, 2007), Bra mat på jobbet (Livsmedelsverket, 2007) samt Mat och näring för sjuka (Livsmedelsverket, 2003) innehåller samtliga råd och riktlinjer för hur man uppfyller en god näringssammansättning av måltiden samt vad de olika personer som är en del av dess utformande har för ansvar. Dessa personer är exempelvis inom förskolan rektorn, kostchefen, förskolepersonalen etc. När det gäller mat och näring för sjuka delar man upp det i olika kost för olika patientgrupper som till exempel a-kost, e-kost, proteinreducerad kost etc. Här får man riktlinjer på goda livsmedelsval samt portionsstorlekar, måltidsordning, närings- och energiinnehåll. Slutligen får man i Bra mat på jobbet råd kring hur man bör organisera raster samt hur man kan underlätta för arbetstagaren att göra goda matval (Livsmedelsverket, 2007).

De definitioner som finns av begreppet hälsa, modellen måltidens fem aspekter och hur man kan applicera de olika aspekterna på ett hälsofrämjande sätt samt beskrivningen av de råd som Livsmedelsverket ger ut ger en grund för att undersöka området. Denna bakgrund utmynnar därmed i nedanstående syfte.

## **Syfte och frågeställningar**

Syftet med undersökningen är att ta reda på vad hälsa innebär för några måltidsföreståndare och hur de främjar hälsan för sina gäster i privat och offentlig verksamhet inom Västra Götalands län.

Vad innebär begreppet hälsa för måltidsföreståndarna när det gäller matintag?

Vilka av måltidens fem aspekter kan användas för att främja hälsan hos gästerna?

Vilka andra viktiga faktorer är över- eller underordnade vikten av att främja en god hälsa hos gästerna?

## **Metod**

Då studiens syfte är att ta reda på måltidsföreståndares tankar kring bland annat begreppet hälsa var det passande att göra intervjuer för det som skall undersökas. Intervjuer ger möjlighet att gå in på djupet i utforskandet av olika teman (Kvale & Brinkmann, 2009). Begreppet hälsa kan innebära olika saker beroende på vem man frågar (Ewles & Simnett, 2005). Av den anledningen är det intressant att se vilka tankar och ideer måltidsföreståndarna har om de olika områden som skulle diskuteras.

Urvalet gjordes utifrån aspekten att jag ville undersöka måltidsföreståndare inom olika verksamheter och totalt har fyra personer intervjuats. De måltidsföreståndare som deltar i undersökningen är ansvariga för skol-, äldre-, sjukhusmat eller mat som serveras på personalrestauranger. Anledningen var att det ger en god överblick över uppfattningarna som finns inom branschen. Samtliga måltidsföreståndare arbetar inom Västra Götalands län. Tre av fyra har en kandidatexamen i kostekonomi och en är kock och har en befattning som restaurangchef. För att finna lämpliga deltagare tog jag hjälp av mina studiekollegor på kostekonomiprogrammets kontakter och valde ut några som hade ett ansvarsområde som ingick i en eller flera av ovanstående nämnda områden. Därefter kontaktades var och en av deltagarna via email (se Bilaga 1). I brevet fanns information att intervjun skulle handla om deras arbete som kostekonomer och inte att temat skulle vara hälsa då jag ville undvika att de redan innan intervjun skulle ha chans att tänka över vad för sorts frågor de kunde få och hur de skulle svara på dem. När de hade svarat att de ville delta i undersökningen fick de reda på att intervjun skulle inspelas på band, men att deras deltagande var anonymt (Vetenskaprådet, 2002). Med anonymt menas att personens namn inte framkommer i något av materialet samtidigt som jag som frågeställare inte får nämna att jag pratat med den här personen. Konfidentialiteten skyddades genom att jag använde fingerade namn istället för deras riktiga i namn i resultatet. Efter detta godkännande bokades en tid för intervjun. Intervjuerna utfördes i tre av fyra fall på måltidsföreståndarens kontor utan att någon annan förutom frågeställare och deltagare var närvarande. En intervju genomfördes på dennes arbetsplats som var en restaurang. Deltagaren blev tillfrågad om den hellre ville sitta på sitt kontor men kände sig bekväm med att sitta i restaurangen. Restaurangen var stängd så inga gäster var där, enbart ett fåtal i personalen som torkade golven. Varje intervju tog ca en timme att genomföra.

Instrumentet för datainsamlingen utgjordes av intervjumethodik som baserad på Kvale och Brinkmanns metod (2009). Vid en intervju är det undersökaren som sätter upp målen för intervjun samt också utövar kontroll över situationen. Med detta menas att frågeställaren bestämmer vilka frågor som skall ställas och därmed har kontroll över vilken information som man får ut av intervjun. Man bör också ta i akt att datan som samlas in visar de respektive deltagarnas olika världsbilder. För att kunna få fram personernas åsikter etc. är det viktigt att frågeställaren skapar en miljö där personen känner att den kan slappna av (Kvale & Brinkmann, 2009). Detta har skapats genom att börja intervjun med 1 frågor av ytligare karaktär för att skapa en ingång till intervjuns egentliga syfte (se Bilaga 2).

Eftersom det område som undersöks innehåller olika aspekter har frågorna fått utgöra olika teman (se Bilaga 2) dvs intervjun är halvt strukturerad (Kvale & Brinkmann, 2009). Under respektive tema finns också förslag på följdfrågor som kan ställas så att alla delar av temat behandlas. Förutom dessa har frågeställaren också använt förtydligande frågor då det ansetts vara lämpligt för att få en mer djupgående förklaring till de svar som respondenten uppgett.

Metodens tillförlitlighet anses vara god, då den vedertaget används i många forskningssammanhang (Patel & Davidsson, 2003). De begränsningar som finns är hur väl personen känner att den kan prata fritt i sammanhanget vilket kan vara individuellt beroende på personkemin mellan frågeställare och respondent (Kvale & Brinkmann, 2009). Dock borde det faktum att anonymitet garanterades vara av stor vikt. En annan begränsning kan vara det

faktum att frågeställaren för varje ny intervju som genomförs, blir duktigare på sin roll som frågeställare. Av den anledningen kanske man får ut mer relevant information i den sista intervjun och minst relevant i den första (Kvale & Brinkmann, 2009). Detta påverkar resultatet så till vida att man får mer information om vissa teman än andra. Enligt Patel och Davidsson (2003) har validitet i en kvalitativ studie att göra med hela forskningsprocessen. Det gäller för forskaren att skaffa ett gott underlag för att göra en trovärdig tolkning av deltagarens livsvärld. Forskaren skall sträva efter att fånga det som är mångsidigt vid sin datainsamling och detta är något som eftersträvats i denna studien då alla deltagarna arbetar inom olika verksamheter.

För att analysera datamaterialet har en tematisk analys utförts enligt den metod som Kvale och Brinkmann (2009) beskriver. I analysen fokuseras de svar som hör ihop med bland annat måltidens fem aspekter (MFA) och de som kan kopplas samman med begreppet hälsa. Först transkriberades intervjuerna ordagrant. Därefter lästes varje intervju igenom och de delar som hängde ihop med någon av måltidens fem aspekter klipptes ut och sorterades under olika flikar i en pärm. Varje flik gällde en specifik aspekt. Slutligen analyserades varje aspekt för sig där fokus låg på att se likheter och skillnader i materialet.

## Resultat

Härnäst presenteras resultatet av undersökningen. Först beskrivs deltagarna kortfattat. Därefter beskrivs hälsobegreppet relaterat till kost och avslutningsvis diskuteras måltidens fem aspekter relaterat till hälsofrämjande insatser. Citat har använts för att visa på de olika åsikter som framkommit. Då citatet innehåller ett (...) innebär det att delar av meningens tagits bort medan en parentes med en eller flera ord i betyder att författaren lagt till orden inom parentes. Anledningen är att jag endast vill presentera det relevanta i citatens innehåll.

Som tidigare nämnts i metoddelen arbetade tre av fyra måltidsföreståndare inom den offentliga verksamheten medan en arbetade inom den privata. Sara är chef på ett sjukhus medan Peter är platschef på en personalrestaurang. Hanna är chef över både förskola-, skola och äldreomsorgsmat. Slutligen är Siri kostchef på en skola. Sara tog examen 1979 och har sedan dess arbetat inom olika offentliga och privata måltidsverksamheter men även inom projekt för Göteborgs stad. Hanna tog examen 1985 och har tidigare arbetat inom både privata men främst offentliga måltidsverksamheter. Peter tog kockexamen 1988 och har både arbetat som kock, köksmästare och restaurangchef inom olika privata måltidsverksamheter. Slutligen tog Siri examen 2008 och har sedan dess arbetat som både måltidsbiträde och kostchef inom olika offentliga verksamheter.

### Hälsobegreppet relaterat till kost

För Sara och Siri som jobbar inom den offentliga sektorn handlar ett hälsosamt kostintag om att man får äta allt men i rimliga mängder. Siri exemplifierar detta då hon anser att man ”bör äta en balanserad kost alltså att man får i sig alla sorters komponenter”. Vidare hävdar hon att ”man måste (inte) sluta äta socker för att man skall äta sunt (så länge) man håller det inom rimliga gränser”. Likaså visar Sara på en liknande inställning då hon uttrycker att ”man får äta (...) allting men det handlar om balansen däremellan”. Peter som arbetar inom den privata sektorn går däremot steget längre och tycker att så länge man rör på sig så kan man i

praktiken äta lite som man vill. Detta framkommer då han säger att man bör ”äta gott och motionera” för att bibehålla en god hälsa. Enligt Peter skall man äta för att ”det skall vara en njutning” och han anser att vi blir ”fetare och fetare (...) för att vi rör oss mindre”. För både Sara och Peter är hälsa att man skall kunna njuta av maten dvs rent sensoriskt. Både Sara och Siri anser att de ekologiska råvarorna har ett högre näringsinnehåll än de traditionella. Siri anser det då hon svarar att ”studier har väl visat på att grönsaker är nyttigare om det är ekologiskt”.

### **Hälsofrämjande arbete i verksamheten**

I följande uppdelning som utgår från måltidens fem aspekter (MFA) beskrivs hur intervjupersonerna arbetar med de olika delarna för att verka på ett hälsofrämjande sätt i sin verksamhet. För produkten är detta oftast direkt kopplat till att näringsinnehållet uppfyller vissa yttre krav, medan det för de andra aspekterna snarare finns ett samband som handlar om att de insatser man gör leder till ett ökat intag av maten, vilket i sin tur leder till ett bättre hälsotillstånd.

### **Produkt**

För samtliga av de kostekonomerna som arbetar inom den offentliga verksamheten dvs Sara, Siri och Hanna säkerställs att maten man serverar är hälsosam genom att uppfylla de kriterier som svenska näringsrekommendationer (SNR) har satt upp för respektive verksamhet (Livsmedelsverket, 2005). Hanna fastslår det då hon säger att ”vi har rekommendationer vi går på”. I Siris fall anger hon att de försöker följa de råd som är i Bra mat i förskolan (2007). För Peter är smaken det viktigaste. Detta får man en tydlig indikation på då han vid frågan ”om smaken går först” svarar ”ja”. Peter som arbetar för den privata sektorn erbjuder en nyckelhålmärkt rätt per dag pga av att den organisation han jobbar inom har tagit det beslutet. Peter beskriver vad det innebär och säger att ”(de måste) kunna erbjuda nyckelhålsprodukter på alltifrån bröd, smör, salladsbuffe dryck och mat”. För Peter är det viktigt att erbjuda hälsosam mat då gästen är intresserad av att köpa den. Förutom det så begränsas kalorimängden i de andra rätterna de serverar en aning på grund av att det är för dyrt att exempelvis koka sås på enbart grädde då livsmedelspriserna är höga. Peter exemplifierar detta då han säger att ”(Vi) har (...) inte råd att slänga i 10 liter grädde”. Det blir därmed en indirekt hälsofrämjande effekt.

Sara anser att man bör hålla nere mängden halvfabrikat som serveras då man på det sättet i högre grad kan styra matens innehåll. Detta framkommer när hon säger att de inte använder ”mycket halvfabrikat utan så mycket egenlagat som möjligt”. Att matens innehåll bättre kan styras om man lagar själv hävdar hon genom att säga ”lagar du mycket själv kan du styra också vad det är du stoppar i maten på ett helt annat sätt”. Sara anser också att man bör använda så mycket ekologiska råvaror som möjligt, då de traditionella är dåliga hälsomässigt, på grund av att dom innehåller bekämpningsmedel. Detta framkommer då hon anger att ”det finns ju en anledning till varför man har en gräns för hur mycket bekämpningsmedel en produkt får innehålla, det är ju inte nyttiga produkter ju”.

## **Rum**

Hanna menar att man kan påverka skolelevernas intag av hälsosam sallad genom att placera salladsbordet som första station där maten tas. Inom äldreomsorgen måste rummet som man äter i tilltala den generation som vistas där för att ha en gynnsam miljö för bra kostintag. Detta fastslår hon i sitt svar på frågan ”Du tänker att man skall ha något som mera tilltalar den här generationen?” och svarar ”ja”. Dock anser Hanna att det är svårt att se effekten av såna förändringar och det centrala för Hanna är att personalens engagemang som serverar snarare har större påverkan på matintaget. Detta märks då intervjun handlar om hur miljön kan påverka matintag och hon menar ”det är svårt att säga, det som är det centrala är glödande intresse från vårdpersonal”.

Peter är den enda som nämner att man skyltar med att maten uppfyller hälsokriterier dvs nyckelhålet. Detta kan sannolikt locka till att göra mer hälsosamma val menar Peter.

## **Möte**

För både Sara och Hanna har gästens kostintag att göra med länken mellan köket och gästen. För både Sara och Hanna är länken undersköterskan som serverar gästen. Sara som är kostekonom på ett sjukhus menar att undersköterskan som serverar maten har ett ansvar att motivera patienten till att äta den. Detta märks då hon säger att ”den länken skall ju få den här gästen att äta”. Hanna påpekar att personalen på de äldreboenden hon har ansvar för ofta har en nedvärderande attityd till maten som serveras, vilket hon anser påverkar att gästen äter mindre än om dom hade haft en positiv inställning. Hon förklarar att ”när ett äldreboende köper en portion som skall serveras av andra så försvinner nöjdheten någonstans”. Vidare anser hon att hon anser att det är vanligt förekommande att personalen tänker ”usch, jag tycker inte om det här, och så blir det mat kvar fast egentligen så hade du en gäst som du har ansvar för som skall äta upp den här maten och vara nöjd med den”. Eftersom Hanna också ansvarar för skolmat kan hon se skillnader i jämförelse med äldreomsorgen. På en av skolorna är det de som lagar maten som också serverar den och där har man ett gott matintag. Hon förklarar detta med att ”vi har nöjda gäster i skolan, och det tror jag beror på att jag har ingen mellanhand, utan för det mesta är det ju skolmatspersonal som har restauranger, där det är min personal som serverar maten till barnen”. Siri instämmer också i att bemötandet mot gästen är a och o för att kunna påverka deras matintag i en positiv riktning. Detta förmedlar hon och säger att ”personalen ute i matsalen, hur dom är, hur dom förmedlar, står man bara och gnäller så är det inte så lätt kanske att få någon att smaka något nytt, och det handlar ju om hur man skall bemöta dom”.

## **Atmosfär**

Siri har märkt att på den skolan hon är ansvarig för upplever eleverna att atmosfären i matsalen emellanåt är stressig vilket leder till att eleverna slänger mer, dvs det blir högre svinn per person än vanligtvis. Detta påpekas vid intervjun och hon tar upp en enkät som genomförts bland eleverna som handlade om vad dom tycker om maten. Resultatet blev att ”vissa tyckte att dom var väldigt stressade och dom blev störda när dom satt och åt”. Detta kan därmed ha en negativ hälsopåverkan i det långa loppet då man inte äter tillräckligt mycket. Genom att ha lärare i matsalen som vaktar för att hålla det lugnt varje dag samt att man kunnat påverka flödet av elever genom schemalagningen av deras dag, kan man hålla nere svinn och därmed öka matintaget. Lärarnas inverkan på atmosfären i matsalen påpekar hon och säger ”vi har ju vissa lärare varje dag som är nere i matsalen och vaktar, de går runt och ser till att eleverna håller sig lugna”. Att planera schemat och därmed flödet av elever in i

matsalen är viktigt då det indirekt påverkar ”hur mycket mat dom tar hur mycket dom slänger allting hänger ihop med hur mycket elever som finns i matsalen. Är den knökfull, så kan vi inte göra något egentligen för att det blir för stressigt för alla”.

## **Hälsa i förhållande till andra faktorer**

Under rubriken styrsystem förklaras hur måltidsföreståndarna arbetar strategiskt inom sina verksamheter på ett hälsofrämjande sätt.

### **Styrsystem**

Att verka hälsofrämjande som ett konkret mål finns inte hos någon av verksamheterna. Däremot har de offentliga verksamheterna vanligtvis som mål att dom skall tillhandahålla bra måltider. De offentliga måste dock indirekt uppehålla ett gott näringsinnehåll då de skall följa SNRs rekommendationer för deras respektive verksamheter (Livsmedelsverket, 2005). Dock finns det i dagsläget ingen rekommendation för äldreomsorgen. Hälsa är underordnat de faktorer som ingår då verksamheten planeras. Ekonomi är viktigast, därefter kommer personal, utrustning etc. De flesta av deltagarna håller dock med om att de skulle vilja att det inte var så, och önskar istället att de kunde utgå från matens kvalitet då de planerar sin verksamhet.

Både Siri, Hanna och Sara som alla arbetar för offentliga organisationer arbetar med dialog på olika sätt inom sina verksamheter. I Siris fall innebär det att dom har matråd lite då och då där eleverna skall känna att de kan påverka sin måltid. Samtidigt blir det ett gyllene tillfälle för Siri att förklara varför det inte serverar pizza, pannkaka etc särskilt ofta, då de är ohälsosamma alternativ. Hon nämner också att där ”får vi ju till oss vad eleverna tycker”. Både Sara och Hanna arbetar med att kommunicera med den så kallade mellanhanden i länken emellan kök och gäst. I Saras fall har man kostombudsmöten med undersköterskorna. Samtidigt har man också vid upprepade tillfällen använt sig av dietisten för att utbilda personalen i näringslära etc. Sara berättar ”dels har vi kostombudsmöten, då är det ju undersköterskorna som är representanter för det, det är de som sköter maten”. Vidare nämner hon att ”dietisten har haft utbildning med vissa avdelningar i (...) lite grundläggande näringslära, och kring det här med måltiden som sådan”. I Hannas fall kallas det måltidsgrupp och det handlar mycket om att få vårdpersonalen att förstå hur jag själv vill bli bemött om jag var i samma situation som mina patienter. Enligt Hanna har man i måltidsgrupperna diskussioner om ”var och en sak för sig (på tallriken)” då det gäller den passerade kosten. Vidare är det viktigt för henne att få personalen att förstå att ”hur skulle jag vilja ha det om jag var i samma situation (som min patient), oavsett om den kan prata eller ej, eller om den är blind eller döv”. Hanna anser att det är bättre att jobba med dialog kontinuerligt än att bara ge de anställda en kostplan som sedan glöms bort. Detta framkommer när hon säger ”Vi har ju en kostplan, men oftast är det ju inte så att man går dit och bläddrar upp”. Enligt henne ”måste man prata om det hela tiden, man måste ta upp det till dialog” för att upprätthålla det på agendan.

För Peter däremot är det centrala vad gästen vill ha. Han anser att det är bra med nyckelhålmärkta rätter då det lockar gäster. För att få det att gå runt gäller det att uppfylla

gästens behov och därför blir det svårt att sätta hälsa i fokus om målgruppen inte har det. Vid svaret på frågan "(Om maten man serverar) har ett samband med att göra vad du har för målgrupp?" svarar han "ja absolut". Han tror dock att man skulle kunna locka fler gäster då han som svar på frågan om man genom att annonsera om att man serverar nyckelhålmärkt skulle kunna locka fler gäster svarar "det tror jag idag är ju trenden sån". Han pekar på detta då han säger att de gäster han har i dagsläget är "traditionella" dvs "de vill gärna ha raggmunk och fläsk". Vid tanken på att enbart servera nyckelhålmärkta rätter tror han i dagsläget inte att han skulle överleva på, då de flesta gillar traditionell husmanskost.

## **Diskussion**

I följande diskussion reflekterar jag över de resultat som framkommit i relation till tidigare studier. Först diskuteras dock för- och nackdelar kring den metod som användes i undersökningen.

### **Metoddiskussion**

I huvudsak speglar resultatet av intervjuerna det huvudsakliga som var planerat att undersöka. Resultatet innehåller intervjupersonernas uppfattningar kring samtliga temaområden som skulle behandlas. Ett problem var dock att få jämvikt mellan de olika temana som diskuterades. Detta berodde på att vissa av deltagarna hade lättare att prata om vissa av frågorna än andra. Samtidigt var det svårt att se till att samtliga deltagare gav en åsikt om alla teman. Detta eftersom deltagarna hade en tendens att inte alltid svara direkt på frågan, utan istället lyfte en annan aspekt som hade att göra med den. Som frågeställare var det därför nödvändigt att försöka få dom tillbaka på rätt spår med följdfrågor (Kvale & Brinkmann, 2009). I vissa fall lyckades det bättre i andra sämre.

Dessutom kan resultatet av intervjuerna också ha påverkats av att frågeställaren fick mer erfarenhet av att intervjua och blev duktigare på att ställa frågor. Detta skulle kunna betyda att i den sista intervjun har frågeställaren som mest kontroll över intervjusituationen. Påföljden av detta skulle kunna innebära att man får ut mest relevant information av den sista intervjun och minst av den första. Resultatet blir att den sista intervjun får en större påverkan på resultatet, då flera relevanta tankar kan ha framkommit. Som helhet var metoden tämligen lämplig då uppdelningen i teman som skulle behandlas (se Bilaga 2) gav ett gott underlag för att checka av att man inte missat något viktigt under intervjuens gång. Som frågeställare upplevde jag att det var lätt att hålla en neutral inställning till ämnet, så att det inte skulle påverka personens svar. Dock blev jag ibland tvungen att ge mer direkta exempel på det jag frågade efter, då deltagarna hade svårigheter med att sammankoppla frågan med innebörden i sin egen verksamhet.

En annan metod som hade kunnat vara lämplig för att undersöka samma frågeställningar skulle vara att göra fokusgrupper (Patel & Davidson, 2003). Här skulle fler måltidsföreståndare kunna vara med och man skulle kunna få ett ännu bredare perspektiv på



olika tema då fler kan delta. Dock skulle det vara en risk att deltagarna påverkas av varandras åsikter och inte vågar gå emot varandras synpunkter då man känner att man är ensam om sin egen åsikt. Enkäter skulle också kunna användas. Fördelen där skulle vara att man skulle kunna få statistiskt underlag för de hälsofrämjande insatser som måltidsföreståndare gör. Nackdelen skulle vara att man måste få till en mycket bra formulering på frågorna för att deltagarna skall förstå vad man är ute efter och inte svara nej på grund av att man inte förstår vad som efterfrågas.

Slutligen bör påpekas att den tematiska analysen ger en god grund för att besvara syftet. Genom att utgå från måltidens fem aspekter och ha samma indelning i både bakgrund, resultat och diskussion (se nedan) är det enkelt att se de paralleler som har dragits. Det ger också en överskådlighet och trovärdighet till arbetet samtidigt som det gör forskningsprocessen synlig.

### **Hälsobegreppet relaterat till kost**

De svar som framkom om hälsobegreppets innebörd bland måltidsföreståndarna visar på att Elwles och Simnett (2005) uppfattning att hälsa betyder olika saker för olika människor stämmer i praktiken. Till skillnad från Sara och Siri som anser att ett hälsosamt kostintag innebär att man får äta allt men i rimliga mängder, anser Peter att man kan äta hur man vill så länge man rör på sig tillräckligt. Samtidigt visar Sara och Siri som är utbildade kostekonomers att dom har en liknande syn på hälsa. Kanske kan detta förklaras med att dom har samma utbildningsbakgrund, eller av att det helt enkelt är trötta på den mediebild som konstant dömer ut vissa livsmedel till fördel för andra. Peters uppfattning kan bero på att han som kock förmodligen inte har en lika stor grund i näringslära som de andra deltagarna. Samtidigt rättfärdigar hans ståndpunkt den verksamhet han arbetar inom då den privata sektorn endast till viss del tar ansvar för att tillhandahålla nyttiga matalternativ. Han menar att orsaken till övervikt är att vi är allt för stillasittande. Detta bör kritiserars då vi vet att den alltmer ökande övervikten i samhället både beror på en stillasittande livsstil men också på ett alltför högt intag av energitäta livsmedel (Ågren, 2004).

### **Hälsofrämjande arbete i verksamheten**

#### **Produkt**

När det gäller produkten har de flesta måltidsföreståndarna i undersökningen beskrivit att sättet att säkra måltidernas hälsosamma innehåll är genom att följa de rekommendationer som finns. De nämner dock bara kort de sensoriska kvalitétéernas vikt för att få gästen att äta den. Klosse et al visar i sin studie (2004) att sensoriken är ytterst viktig för att påverka matintaget. Här framgår att Livsmedelsverkets (2005) syn på vad som är en hälsosam måltid är för snäv för att inbegripa de sensoriska kvalitétéerna. 3 av 4 måltidsföreståndare anser att sensoriken är viktig men jobbar inte med det som en separat del för att höja matintaget. Om Livsmedelsverket också skulle börja ställa krav på de sensoriska kvalitétéerna kanske detta skulle kunna förändras då man verkar vara mån om att uppfylla kravet om näringsinnehållet i måltiderna. Näringsinnehållet är också mycket enklare att mäta än den sensoriska kvalitén. En modell för att arbeta med sensorik är något som saknas. Oftast uppfattas sensorik kanske bara som att om maten smakar gott har den en god sensorisk kvalitet men det handlar om så mycket mer. Måltidsföreståndarna måste själva ta kontroll över att säkerställa en god sensorisk kvalitet. De intervjuades svar skulle dock kunna bero på att det arbetet utförs av exempelvis kockarna

som tar fram nya recept och man själv inte är särskilt involverad som chef utan istället fokuserar på att arbeta med personalfrågor för att uppnå god kundnöjdhet.

### **Rum**

När det gäller rummets påverkan på matintaget är det inget som personerna i undersökningen direkt har arbetat med. De anser ändå att det är viktigt att skapa en trevlig atmosfär för gästerna. Det kan t ex i äldreomsorgen innebära att rummet där maten intas måste tilltala de som vistas där. Här finns ett behov av att måltidsföreståndarna mer aktivt deltar i processen om hur inredningen på ett äldreboende skall se ut. Dock är det svårt att göra kopplingen emellan bättre miljö och högre matintag. Något tidigare studier också visat (Rapp, 2008). Därför behövs det mer forskning inom det området för att utröna om det har någon större effekt och därmed är värt att satsa på.

Varken Cardello et al (1996) eller King et al (2007) tar upp hur lokalerna kan fungera som marknadsföring för verksamheten. Bitner (1992) säger dock att rummet måste uppfylla behoven hos både de anställda och gästen men det är inget uttalat att en av dom parametrarna skulle kunna vara marknadsföring. Peter menar att man genom att skylta med att man serverar nyckelhålmärkta måltider kan locka fler gäster till att göra hälsosamma val. Detta skulle därför vara av intresse att undersöka då informationen som visas i en lokal kan ha en påverkan på attityden till maten. Dock behöver inte marknadsföring av nyttiga måltider innebära att det attraherar gäster. Det kan vara så att vissa istället blir avskräckta från att besöka en sådan restaurang då man kanske likställer nyttig mat med bantningsmat och att man inte tror att man får sina fysiologiska behov tillfredsställda där på samma sätt som med mat som inte är kalori- och näringsberäknad. Att alla måltider på en restaurang är nyckelhålmärkta men att man inte skyltar med det mot gäst, kanske inte skulle avskräcka någon för att äta på en sådan restaurang ,men ändå omedvetet påverka människors matvanor till det bättre.

### **Möte**

I undersökningen framkommer att samtliga av de måltidsföreståndare som arbetar inom offentliga verksamheter anser att det är viktigt att den som bemöter gästen gör det med glimten i ögat för att kunna påverka matintaget i positiv riktning. Inom den offentliga verksamhetskedjan förekommer ofta att andra än de som lagar maten serverar den, vilket kan ge ett lägre matintag då de som serverar i stor utsträckning har en negativ inställning till den enligt måltidsföreståndarna. De noterar inte att de har ett ansvar att motivera gästen att äta den och tänker kanske inte alltid på hur den bör dukas upp etc för att vara sensoriskt lockande. Att man försöker förändra det här genom att arbeta med dialog är ett bra försök att förändra situationen men man kanske också skulle försöka andra vägar för att nå fram. Ett sätt kan vara att man emellanåt bjuder personalen på den mat som de serverar gästerna för att de själva skall få en uppfattning om hur den smakar innan de påverkar gästen. Om de då uppfattar den som god kommer de förmodligen att förmedla det i fortsättningen. Det gäller också att visa sin uppskattning för det arbete som dom utför då man på det sättet kan få respekt för det man själv utför. Att ta upp till diskussion de attityder de har till institutionell producerad mat och diskutera hur dom kan förändra personalens inställning, det handlar inte om att visa att dom har fel, utan att besvara de förutfattade meningar dom har och låta dom dra sina egna slutsatser. Detta torde vara en av dom viktigaste delarna att arbeta med för att garantera ett gott matintag bland gästerna, då kunden endast möter vårdpersonalen i sin vardag.

Att studera den här länkens inverkan på matintag verkar forskarna ha missat, vilket kan ha stor betydelse då det är de som slutligen överlämnar maten till gästen. Samtidigt bör man också pröva att få de äldre att äta tillsammans med sina vänner eller äta framför tv:n för att ta reda på om det kan få de gynnsamma effekter som studierna visar. Här handlar det om att som chef ta kommandot och göra en testperiod för att se om det kan påverka. Resultatet bör mätas genom att mäta svinn per person. Naturligtvis kan man inte bestämma över hur någon skall sitta och äta, men man kan försöka införliva att man utför ett försök under en begränsad tid och att deras deltagande är viktigt. Resultatet kan sedan ligga till grund för hur man väljer att gå vidare.

### **Atmosfär**

Att atmosfären kan ha en inverkan på matintaget nämner Siri då den stressiga matsalen ofta får eleverna att slänga mer och därmed äta mindre. Dock skulle det kunna vara så att man äter lika mycket som vanligt, men att man tar till sig en större portion från början. Att eleverna upplever att matsalen är stressig har man dock ett gott underlag för då man gjort enkätundersökningar på eleverna. Dock har jag inte läst enkäten ifråga och alltså får jag lita på det som Siri hävdar var resultatet. Mathey et al (2001) och Elmeståhl et al (1987) nämner att man kan påverka atmosfären genom bland annat inredning och service. Detta är något som Siri skulle kunna pröva, kanske kan det ha en påverkan på upplevelsen av matsalen som en lugnare plats istället för att enbart fokusera på att skapa ett bättre flöde med hjälp av schemaläggning. Musikens påverkan på matintaget har man dock inte provat i någon större utsträckning och ett av hindren torde vara att man kanske inte vet hur man skall göra det rent praktiskt. Rapp (2008) nämner inte hur detta borde gå till. Det kan innebära bakgrundsmusik som lätt smälter in t ex cafémusik. Detta är något som man skulle kunna pröva men det handlar också om att sätta in högtalare lite här och var för att sprida ljudet jämnt i rummet. Återigen tror jag det handlar om att vara bestämd som chef och se till att man i alla fall gör ett försök vartefter man följer upp med utvärdering och fortsatta åtgärder. Både Siri och Hanna nämner problem med att implementera bakgrundsmusik då vissa elever störs av det pga sjukdom etc. Om man skall komma vidare i det här krävs det att forskningen fokuserar på vilken musik som är den ideala.

## **Hälsa i förhållande till andra faktorer**

### **Styrsystem**

Att ha ett hälsofrämjande mål för sin verksamhet tar varken studierna (Rapp, 2008) eller några av de som interjuvas upp. Det handlar om att se måltidsverksamheten som en helhet och inte enbart fokusera på maten som serveras. I och för sig kan man se det som en orsak av min tolkning då verksamheterna oftast har som övergripande mål att de skall tillhandahålla en god måltidsservice. Dock tror jag att det i mångt och mycket handlar om att ställa upp kvantifierbara dvs mätbara kortsiktiga och långsiktiga mål för att kunna utveckla verksamheten. Det skulle t ex kunna handla om att först göra en undersökning om kundnöjdhet och därefter sätta upp ett mål för vad som behöver utvecklas inom och hur man kan uppnå det. Att arbeta projektbaserat och sätta in vissa åtgärder kan här vara en god idé. Målet skall vara att höja kundnöjdheten till en viss nivå inom en viss tidsram. Efter man har utfört detta gör man återigen en ny undersökning om kundnöjdheten och utvärderar om man uppnått de mål man satt upp.

Anledningen till att man inte gör det tror jag beror på att sådana mål är svåra att tänka sig hur man skulle kunn mäta dom. Det är dock viktigt att detta inte får hindra att se vikten av att arbeta på ett sådant vis. Det krävs att måltidsföreståndarna tar ett helhetsbegrepp i allt större utsträckning. Här är ett område som forskningen skulle kunna bidra till genom att studera hur man gör sådant i praktiken och om det får dom konsekvenser som man tänkt.

Både i intervjuerna och tidigare forskning (Rapp, 2008) nämns det dock att grundbulten i den offentliga verksamheten är att man skall tillhandahålla näringsrik mat för en viss krona per gäst dvs den ekonomiska faktorn är överordnad. Här skulle forskningen också kunna studera hur de fall där man ändå lyckats att laga god mat på en begränsad budget. Vad skiljer dom från de mindre lyckade fallen? Detta är något som måltidsföreståndare skulle kunna ta stöd av vid sin egen planering av sin verksamhet. De flesta måltidsföreståndare nämner att de skulle vilja ha maten i fokus först, men om inte de ekonomiska förutsättningarna är så lätta att ändra så bör forskningen visa hur man kan göra det bästa av de förutsättningar man har.

Samtliga av de tre som arbetar inom offentlig verksamhet nämner också dialogen som ett sätt att säkerställa kundnöjdhet och ett gott matintag. Detta berör inte Rapp (2008) alls i sin rapport och det skulle därför vara intressant att se dialogens effekt studerad i de här sammanhangen. Dialogen använder måltidsföreståndarna bland annat för att påverka länken mellan gäst och kök, samt att dom skall förstå vikten av måltiden och få hjälp att öka matintaget. Dialogen kan dessutom användas för att visa att man tar hänsyn till elevernas önskemål inom skolan, men också vara ett sätt att främja deras kunskap om varför vissa saker är lämpliga att servera och vissa inte. Utbildning av mellanhanden dvs de som serverar kan också vara viktigt, t ex Sara som har anlitat en dietist som lär undersköterskorna näringslära.

Slutligen kan konstateras att Rapps slutsats att de som arbetar inom omsorgen inte har kunskap om de andra delarna, som påverkar måltidsupplevelsen förutom en välbalanserad produkt, gäller även idag (Rapp, 2008). Måltidsföreståndarna behöver i allt större utsträckning ta ett helhetsbegrepp över sin verksamhet och inte vara rädda för att använda företagsmodeller för att uppnå sina mål. Att arbeta i projekt används ofta inom andra branscher för att uppnå mål och det vore en god idé att göra det även här. Eftersom kommunala verksamheter inte är vinstdrivande har man som ledare ibland svårt att se hur man konkret skall arbeta för att uppfylla gästens behov, då om man lyckats inte mäts med att man får en god vinst. Visst kan det vara svårare att arbeta med mål som inte är lika lätta att mäta t ex kundnöjdhet men det bör inte hindra måltidsföreståndarna från att ta ett företagsekonomiskt grepp över situationen. För att nå ut med forskningen till måltidsföreståndarna bör man satsa på att göra fler studier som visar på hur man kan implementera kunskapen i verkligheten kanske med hjälp av att utforma pedagogiska modeller. Detta skulle troligen kunna motivera fler att våga ta steget och prova vissa idéer i sina egna verksamheter.

## Referenser

- Andersson TD & Mossberg L (2004). The dining experience: do restaurants satisfy customer needs? *Food Service Technology* **4**: 171-7
- Bitner MJ (1992). Servicescapes: the impact of physical surroundings on customers and employees. *Journal of Marketing* **56**: 57-71.
- Cardello AV, Bell R & Kramer FM (1996). Attitudes of consumers toward military and other institutional foods. *Food Quality and Preference* **7**: 7-20.
- Edwards JSA & Gustafsson I-B (2007). *The Five Aspects Meal Model. The room-atmosphere*. The Department of Restaurant and Culinary Arts, Örebro University: Örebro, Sweden.
- Edwards JSA & Hartwell HJ (2004). A comparison of energy intake between eating positions in a NHS hospital – a pilot study. *Appetite* **43**: 323-5.
- Elmeståhl S, Blabolil V, Fex G, Kuller R & Steen B (1987). Hospital nutrition in geriatric longterm care medicine. Effects of a changed meal environment. *Compr Gerontol a* **1**: 29-33.
- Ewles L & Simnett I (2005). Hälsoarbete. Ort: Förlag.
- Gustafsson I-B, Öström Å, Johansson J & Mossberg L (2006). The Five Aspects Meal Model: a tool for developing meal services in restaurants. *Journal of Foodservice*, **17**: 84-93.
- King SC, Weber AJ, Meiselman HL, Hottenstein AW, Work TM & Cronk V (2007). The effects of contextual variables on food acceptability: a confirmatory study. *Food Quality and Preference* **15**: 645-53.
- Klosse PR, Riga J, Cramwinckel AB & Saris WHM (2004). The formulation and evaluation of culinary success factors (csfs) that determine the palatability of food. *Food Service Technology* **4**: 104-15.
- Kvale, Steind & Brinkmann, Svend. (2009). *InterViews: learning the craft of qualitative research interviewing*. Los Angeles: Sage Publications.
- Livsmedelsverket (2003). *Mat och näring för sjuka inom vård och omsorg*. Uppsala: Statens livsmedelsverk.
- Livsmedelsverket (2005). *Svenska näringsrekommendationer*. Hämtad 2010-05-15 från <http://www.slv.se/sv/grupp1/Mat-och-naring/Svenska-narings-rekommendationer/>
- Livsmedelsverket (2007). *Bra mat i förskolan*. Hämtad 2010-05-15 från [http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat\\_skola/bra\\_mat\\_i\\_forskolan\\_2007.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat_skola/bra_mat_i_forskolan_2007.pdf)
- Livsmedelsverket (2007). *Bra mat i skolan*. Hämtad 2010-05-15 från [http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat\\_skola/Bra\\_mat\\_i\\_skolan\\_2007.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/mat/mat_skola/Bra_mat_i_skolan_2007.pdf)

Livsmedelsverket (2007). *Bra mat på jobbet*. Hämtad 2010-05-15 från

[http://www.slv.se/upload/dokument/mat/rad\\_rek/bra\\_mat\\_pa\\_jobbet.pdf](http://www.slv.se/upload/dokument/mat/rad_rek/bra_mat_pa_jobbet.pdf)

Mathey M-FAM, Vanneste VGG, de Graff C, de Groot LCPGM, van Staveren WA (2001). Health effect of improved meal ambiance in a Dutch nursing home: a 1-year intervention study. *Preventive medicine* **32**: 416-23.

Patel R & Davidson B (2003). *Forskningsmetodikens grunder: att planera, genomföra och rapportera en undersökning*. Lund: *Studentlitteratur*.

Rapp, Erika (2008). Application of the meal environment as a tool to improve health? *Journal of Foodservice*, **19**: 80-86.

Wansink B, van Ittersum K, Painter JE (2000). How descriptive food names bias sensory perceptions in restaurants. *Food Quality and Preference* **16**: 393-400.

Vetenskapsrådet (2002). *Forskningsetiska principer inom humanistisk-samhällsvetenskaplig forskning*. Hämtad 2010-05-15 från

[http://www.vr.se/download/18.7f7bb63a11eb5b697f3800012802/forskningsetiska\\_principer\\_tf\\_2002.pdf](http://www.vr.se/download/18.7f7bb63a11eb5b697f3800012802/forskningsetiska_principer_tf_2002.pdf)

Ågren G (2004). Den nya folkhälsopolitiken – *Nationella mål för folkhälsan*. Rapport 2004:**20**: 3, 15. Sandviken. Statens folkhälsoinstitut.

## **Bilaga 1 - Mail till intervjupersoner**

Hej!

Mitt namn är Maksim Pettersson Löfgren och jag skriver för närvarande på min kandidatuppsats inom Kostekonomi. Min undersökning syftar till att ta reda på hur en kostekonoms arbete ser ut och då jag varit i kontakt med en av era praktikanter tyckte jag att det skulle vara intressant att få intervjuja just er. Jag hoppas därför att detta vore något som ni skulle vilja delta i. Intervjuerna genomförs emellan 12-23 april och jag undrar därför vilken dag och tid som skulle passa er i såna fall?

Med vänlig hälsning

Maksim Pettersson Löfgren, Blivande kostekonom, Göteborgs Universitet

## Bilaga 2 Intervjuteman och frågor

### Bakgrund

Hur länge har du arbetat här? Tidigare erfarenheter?

Utbildning?

### Tema: Hälsa

- Hur skulle du definiera begreppet hälsa? Vad ingår? Vad ingår inte?
- Är din definition samma nu som när du avslutade din utbildning? Skillnad mellan utbildning och verklighet?
- Vad behövs för att kunna uppnå en god hälsa? Lämpligt kostintag? Vad är lämpligt kostintag? Vem sätter riktlinjerna för det?
- Är hälsa lika viktigt för alla åldersgrupper? Viktigare att främja hälsa i vissa åldersgrupper mer än andra? Olika skeden i livet. Varför? Varför inte?

### Tema: Hälsöfrämjande arbete i verksamheten

- Vad strävar du efter att förmedla kring perspektivet hälsa i din yrkesprofession? Mål/riktlinjer?
- Hur främja god hälsa hos gästerna? Genom den mat vi serverar? Andra sätt (info etc)?
- Garanti, recept, tillagningssätt, slvs rekommendationer, hur gör ni?
- Vilket ansvar har verksamheten för gästernas hälsa? Hur kontrolleras det att detta efterföljs?
- Specialkost, hur kontrollerar man en god sammansättning där
- Vissa tycker nyttig mat inte god? Vad kan man göra åt det vid tillagning etc?
- Kan du ge några konkreta exempel på hälsofrämjande inslag?
- Finns det några hinder för att arbeta på ett hälsofrämjande sätt?

### Tema: Hälsa i förhållande till andra faktorer



- Vilka är de viktigaste faktorerna du måste ta hänsyn till då du planerar din verksamhet? Ekonomi, personal, etc. Var placerar sig främjandet av gästernas hälsa bland dem? Varför?
- Vilka mål finns för verksamheten? Hur mäts dem? Om hälsa är ett mål hur mäts det i såna fall? Över eller underordnat annat? Tycker din närmsta chef att det är viktigt? Hur visar dem det? Om hälsa inte är ett mål, varför inte? Om det inte mäts, hur skulle det kunna mätas?