



**INSTITUTIONEN FÖR KOST-
OCH IDROTTSVETENSKAP**

Mål för att förebygga undernäring inom äldreomsorgen

En kvalitativ innehållsanalys av kostpolicydokument

Linda Aideborn

Kandidatuppsats 15 hp

Program: Kostekonomi med inriktning mot ledarskap

Vt 2021

Handledare: Hillevi Prell

Examinator: Cecilia Magnusson Sporre



INSTITUTIONEN FÖR KOST- OCH IDROTTSVETENSKAP

Kandidatuppsats 15 hp

Titel:	Mål för att förebygga undernäring inom äldreomsorgen En kvalitativ innehållsanalys av kostpolicydokument
Författare:	Linda Aideborn
Program:	Kostekonomi med inriktning mot ledarskap
Nivå:	Grundnivå/Avancerad nivå
Handledare:	Hillevi Prell
Examinator:	Förnamn Efternamn
Antal sidor:	33 (inklusive bilagor)
Termin/år:	Vårterminen 2021
Nyckelord:	Undernäring, Måltidsmodellen, Äldreomsorg, kostpolicydokument

Sammanfattning

Livslängden ökar bland de äldre och alltfler drabbas av olika besvär såsom skörhet, försämrad rörelseförmåga men även andra sjukdomar. Undernäringen är ett stort problem inom äldreomsorg och karaktäriseras som ett bristande tillstånd mellan energibalansen och nedbrytningsprocessen som regleras av sjukdom samt åldrande. I Sverige kontrolleras äldreomsorgen av ramlagar, förordningar och handlingar av både regering och nationella myndigheter. Den lokala nivån omfattas av varje kommun av de 290 kommuner som finns i Sverige och som har sitt egna politiska styre gällande ansvar för alla faktorer som avser äldreomsorgen. Bland annat behöver kommunerna förhålla sig till kostpolicydokumenten som ser olika ut för varje kommun men utgångsläget är detsamma då de förhåller sig till Livsmedelsverkets råd. Syftet är att utforska kommunernas kostpolicydokument med fokus på äldre och förebyggande av undernäring. Författaren valde att analysera 29 av kommunernas kostpolicydokument vid insamling av data. Resultatet i studien visar hur olika kommuner arbetar utifrån olika mål i kostpolicydokumenten riktat mot äldre. De mål som framhålls i kommunernas kostpolicydokument är att måltidsverksamheten ska främja den medicinska hälsan genom matkultur och trivsel, främja delaktighet och socialt välbefinnande, främja livskvalitet utifrån helhetsperspektivet, främja säkra måltider med kvalitet och en engagerad kompetent personal så att ingen äldre ska lida av ofrivillig undernäring eller felnäring. En slutsats är att det varierar mellan kommunerna vad man lyfter fram som viktigt samt att en del kommuner har inte uppdaterat sina kostpolicydokument med nya råd och riktlinjer. Sammanfattningsvis är det styrande dokumentet ansiktet utåt för organisationen och en vägledning för att verksamheterna ska nå målen.

Förord

Efter all denna tid, 3 fina år, vad fort allting gick! Nu är examensarbetet skrivet som sista arbetet på utbildningen Kostekonomi med inriktning ledarskap.

Vill tacka Hillevi Prell för ditt engagemang och fina stöd som fått mig att slutföra denna kandidatuppsatsen. Det har varit en utmaning men vad lärorikt.

Tack till IKI för denna fina utbildning som givit mig nya kunskaper till kommande yrkesroll.

Innehållsförteckning

Introduktion	5
Syfte och frågeställning.....	6
Bakgrund	6
Äldre och åldrande	6
The Five Aspects Meal Model – FAMM	8
Måltidsmodellen för bra måltider i äldreomsorgen.....	8
Kostpolicydokument inom kommuner	12
Metod	13
Design.....	13
Urval och Datainsamling.....	13
Databearbetning och analys.....	13
Metodologiska överväganden.....	14
Resultat	14
Främja livskvalitet utifrån helhetsperspektiv	15
Främja medicinsk hälsa	15
Främja socialt välbefinnande.....	16
Främja delaktighet och individanpassning.....	16
Erbjuda säkra måltider med kvalitet.....	16
Främja god matkultur och trivsel	17
Engagerad kompetent personal	17
Bra för klimatet - främja miljö	18
Diskussion	18
Metoddiskussion.....	18
Resultatdiskussion	19
Referenser.....	25
Bilagor	31

Introduktion

I Sverige var det år 2020 cirka 401 000 medborgare (19 procent) i åldern 65 år och äldre som hade behov av äldreomsorg (Socialstyrelsen, 2020). Livslängden ökar bland de äldre och allt fler drabbas av olika besvär såsom skörhet, försämrad rörelseförmåga men även andra sjukdomar (Livsmedelsverket, 2019). Undernäringen är ett stort problem inom äldreomsorg och karaktäriseras som ett bristande tillstånd mellan energibalansen och nedbrytningsprocessen som regleras av sjukdom samt åldrande. Detta tyder på att måltiderna för äldre personer med äldreomsorg består av otillräcklig tillförsel av livsnödvändiga näringsämnen samt vitaminer och mineraler för kroppens optimala funktion (Socialstyrelsen, 2020). Inom sjukhusområdet kan ett otillräckligt näringsintag grunda sig i dålig miljö, otillgänglig personal och smaklösa måltider (Volkert, 2002).

Undernäring som påpekats är ett vanligt förekommande problem hos äldre personer (Socialstyrelsen 2019). För att skapa en god livskvalitet och motverka sjukdomar samt för att den medicinska behandlingen ska ge en god effekt krävs ett stabilt näringstillstånd. De faktorer som har en inverkan på äldres välbefinnande är måltidens betydelse av att maten smakar gott, ser god ut, är serverad på ett tilltalande sätt utifrån färger samt att måltiden är konsistensanpassad för de behövande. Andra betydelsefulla faktorer som påverkar de äldres hälsa är sällskapet och en trivsamt miljö (Socialstyrelsen 2019).

Jämfört med förr behöver numera äldreomsorgens måltider utgå från individens anspråk och önskemål för att gynna äldres matlust och matglädje samt låta måltiden vara en del av omsorgen. Det är innebörden i Livsmedelsverkets riktlinjer för måltider i äldreomsorgen med fokus på hemtjänst och äldreboenden (Livsmedelsverket, 2020).

Skinnars Josefsson m.fl. (2017a) förklarar att äldreomsorgen i Sverige kontrolleras av ramlagar, förordningar och handlingar av både regering och nationella myndigheter. Den lokala nivån omfattas av varje kommun av de 290 kommunerna och som har sitt egna politiska styre gällande ansvar för alla faktorer som avser äldreomsorgen. Bland annat behöver kommunerna förhålla sig till kostpolicydokumentet som ser olika ut för varje kommun men utgångsläget är detsamma då de förhåller sig till Livsmedelsverkets råd.

Livsmedelsverket (2021a) förklarar att kommunernas kostpolicydokument oftast inkluderar en anvisning till Livsmedelsverkets råd ”Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen” och många använder måltidsmodellen för att förbättra de olika områdena utifrån de sex delarna. Livsmedelsverket (2021a) förklarar att andelen kommuner med måltidspolicydokument för grundskolan har ökat medan det saknas kostpolicydokument för äldreomsorgen på många håll.

I kostpolicydokumentet finns hänvisning till Livsmedelsverkets råd och de flesta kostpolicyer inkluderar alla kvalitetsområden av måltidsmodellen; näringsriktiga, säkra, miljösmarta, trivsamma, integrerade och goda måltider. Var femte policydokument saknar både integrerad och miljösmarta måltider. Livsmedelsverket (2021k) nämner att i äldreomsorgen framkommer upplysning av statistik att knappt hälften av kommunerna serverar måltider enligt rekommenderad måltidsordningen medan 29 kommuner av 290 kommuner inte svarar. Då kommunernas kostpolicydokument är styrande för måltidsverksamheten inom äldreomsorgen

är deras fokus på att förebygga undernäring bland äldre ett viktigt och nödvändigt område att studera.

I kommande yrkesprofession som kostekonom är den offentliga måltiden en verksamhet som är aktuell att arbeta med då andelen äldre kommer att öka i framtiden (Socialstyrelsen, 2021) och kommunernas kostpolicydokument är styrande för kostverksamheten vilket gör dessa till ett angeläget område att analysera.

Syfte och frågeställning

Syftet är att utforska kommunernas kostpolicydokument med fokus på äldre och förebyggande av undernäring.

- Vad har kommunerna för mål med kostverksamheten riktad till äldre?

Bakgrund

Äldre och åldrande

Äldre består av en stor del av den svenska befolkningen samtidigt ökar medellivslängden för de äldre (Abrahamsson m.fl., 2013). Larsson och Rundgren (2010) definierar indelningen av äldre som personer över 80 år och bör kallas "äldre" medan 65-åringar definieras som "yngre" äldre. Socialstyrelsen (2021) beskriver att andelen äldre i populationen är hög och beräknas öka ytterligare till 2030. Cirka 36 procent av populationen bor idag inom särskilt boende och hemtjänst (Socialstyrelsen, 2021). Äldre definieras som pensionärer vilket kan upplevas som positivt kring många aspekter som självständig, god ekonomi och många år av erfarenhet. Åldrande innebär även nya omställningar som kroppslig begränsning samt fysiologiska förändringar (Faxén Irving m.fl., 2016). En annan faktor som påverkar det vardagliga livet vid åldrande är den sociala aspekten när en äldre går miste om både arbetskollegor, vänner och grannar som har varit närvarande hela livet vilket medför både ensamhet och depression (Lindqvist, 2016).

Åldrande och sjukdomar

Vid åldrande ökar förekomst av sjukdomar och funktionsförändringar (Larsson & Rundgren, 2010). De sjukdomar som förknippas med åldrandet är stroke, cancer, diabetes, osteoporos och demens (Abrahamsson m.fl., 2013). Vid åldrande sker olika funktionsförändringar som påverkar lukt, syn, hörsel, känsel och smak avtar (Abrahamsson m.fl., 2013). Eftersom andelen äldre ökar i samhället behöver även hälso- och sjukvården utvecklas både inom sjukhus och i samhället (Abrahamsson m.fl., 2013). Flera olika sjukdomstillstånd och funktionsnedsättningar kan leda till att undernäring, malnutrition förekommer. Äldres hjärtsvikt och KOL försvårar andningen vilket kan leda till att individen inte får i sig tillräckligt med mat och vätska för kroppens totala energibehov. Äldre med ett minskat näringsintag leder till ökad trötthet och infektionskänslighet, försämrad sårhäkning och ökad muskelförlust (Lindqvist, 2016).

Undernäring

Undernäring karaktäriseras som ett bristande tillstånd av energi och protein. Bakomliggande faktorer till utvecklad undernäring hos äldre bedöms som multifaktoriella sjukdomar. Vid ökad ålder sker förändringar i kroppen som försvårar näringsintaget och denna kroppsliga omställning är försämrade smak och luktsinne. Andra faktorer som påverkar näringsintaget hos äldre är begränsad rörlighet, tugg och sväljsvårigheter, förvirring men även depression som utvecklas till minskad aptit. Inom sjukhusområdet kan otillräckligt näringsintag grunda sig i dålig miljö, otillgänglig personal och smaklösa måltider (Volkert, 2002).

Ett förekommande problem hos äldre är (PEM) en protein- och energi malnutrition (Agarwal m.fl., 2013). Abrahamsson m.fl. (2013) nämner att det mest förekommande undernäringsproblem för äldre i Sverige är protein och energi malnutrition som beskrivs som en negativ inverkan på människors välmående. Protein- och energi malnutrition förekommer oftast hos äldre parallellt med neurologiska störningar som påverkar kroppens rörelseförmågor negativt såsom ALS, Parkinson samt stroke. Sjukdomstillståndet påverkar protein och energiintaget som försvårar återhämtning vid sjukdom (Alaverdashvili m.fl., 2015). De riskfaktorer som protein- och energi malnutrition medför påverkar äldres näringsintag som associeras med måltidsmiljön och hur måltiderna upplevs vilket påverkas negativt (Agarwal m.fl., 2013).

Socialstyrelsen (2019) förklarar ingående hur undernäring förändras till olika sjukdomstillstånd. **Risk för undernäring** observeras som ett kritiskt läge vid förhöjd risk av sjukdomar. **Undernäring** kan betraktas som sjukdomsrelaterat men även socioekonomiska och fysiologiska faktorer men även dålig munstatus har en inverkan. **Sjukdomsrelaterad undernäring med inflammation** är ett befinnande som är förknippat med neurologiska sjukdomar såsom stroke, ALS och Parkinson sjukdom. **Sjukdomsrelaterad undernäring med inflammation** är ett läge orsakat av kroniska och inflammatoriska sjukdomar.

Senior alert

Summer och Josefsson (2018) betonar att i Sverige och Italien är andelen äldre vuxna som störst jämfört med andra europeiska länder. Det vill säga att 2015 var 1,9 miljoner (20%) av den svenska populationen 65 år eller äldre medan Socialstyrelsen (2021) hävdar att äldre vuxna över 80 år förväntas öka från 534 000 till 806 000 personer år 2030. Ökningen av antalet äldre vuxna innebär en utmaning för hälso- och sjukvården med fler hälsoproblem men även att vårdkostnaderna expanderar.

Senior alert är ett nationellt kvalitetsregister som är tillgängligt via webben och ett vägledande verktyg inom hälso- och sjukvården för att bedöma risker, utföra handlingar och följer inom områden som fall, undernäring, trycksår, munhälsa och blåsdysfunktion noteras. Syftet med senior alert är att skapa ett kvalitativt system inom hälso- och sjukvården samt äldreomsorgen i kommunerna för att förebygga nämnda områden (Summer & Josefsson, 2018).

Summer och Josefsson (2018) beskriver att vårdpersonalen registrerar mötet mellan patient och anhöriga i senior alert för att se en anpassad klassificerad skala för att vid senare tillfälle kunna se jämförelser i vårdutvecklingen av registrerade patienter. Genom att registrera patienter förbättras både vården och den förebyggande processen av äldre vuxna främjas.

Senior alert involverar regering och politikerna inom området med uppgifter medan kommuner och landstings syfte är att förbättra hälso- och sjukvården för att skapa bästa målsättningarna. Idag används 90% av Sveriges kommuner och landsting senior alert (Summer & Josefsson, 2018).

Enligt senior alert (2020) var antalet riskbedömda för undernäring cirka 56% av de kommuner som anmält till kvalitetsregistret.

The Five Aspects Meal Model – FAMM

The Five Aspects Meal Model (FAMM) är en modell som Gustafsson m.fl. (2006) tog fram ur en idé utifrån Michelin Guide granskning av hotell och restauranger. Syftet med modellen är att bidra till nya idéer i förberedning, planering och servering av måltider inom restaurangfältet för att ge gästen en minnesvärd måltidsupplevelse (Gustafsson m.fl., 2006).

The Five Aspects Meal Model kan användas som ett hjälpmedel inom den offentliga måltiden för att utveckla samt förbättra måltidsupplevelsen inom äldreomsorgen. FAMM består av fem betydelsefulla faktorer; *rummet, mötet, produkten, styrsystemet och atmosfären* (Gustafsson, m.fl., 2006). Utformning av *rummets* design, ljud, ljus och färg kan påverka måltidsupplevelsen genom att skapa en positiv effekt bör menyns utbud stämma överens med restaurangens inredning. *Mötet* omfattar servicenivån och hur gästerna bemöts genom kunskap utifrån socialpsykologi, teorin om känslor samt social interaktion kan mötet bidra till ett gott intryck för gästens måltidsupplevelse. *Produkten* innefattar all mat och dryck som serveras och genom akademisk kunskap kan kockarna skapa gastronomiska maträtter utifrån produkten och dess egenskaper. Serveringspersonalen bör applicera sin kunskap vid val av rätt dryck till rätt maträtt samt ge förslag till gästerna genom att skapa en minnesvärd matupplevelse. *Styrsystemet* är verksamhetens kärna vilket innefattar regler, administration, logistik, personalfrågor samt planering. *Atmosfären* i restaurangen skapas när rummet, mötet, produkten och styrsystemet samverkar vilket bidrar till en helhetsupplevelse för gästerna (Gustafsson m.fl., 2006)

Måltidsmodellen för bra måltider i äldreomsorgen

Inom den offentliga verksamheten med fokus på måltider kan måltidsmodellen nyttjas vid planering och uppföljning baserat på modellens sex olika delar för att skapa en god måltidsupplevelse utifrån ett hållbarhetsperspektiv. Livsmedelsverket har utformat måltidsmodellen med inspiration hämtad från The Five Aspects Meal Model (FAMM) (Gustafsson m.fl., 2006). För att uppnå goda resultat inom den offentliga måltidsverksamheten bör måltidsmodellen olika delar; *god, säker, näringsriktig miljösmart, trivsam och integrerad* nyttjas av professionerna i verksamheten genom att de olika parterna samverkar och involverar sig för att skapa en fulländad matupplevelse för matgästerna (Livsmedelsverket, 2021g).



Figur 1. Måltidsmodellen (Livsmedelsverket, 2021g)

God

Matlagning innefattar god och näringsriktig mat baserat på fina råvaror med bakomliggande kunskap samt engagerad personal som både serverar och presenterar måltiden för gästerna vilket medför ett intresse för måltidsupplevelsen hos gästen. Flera aspekter kan ha inflytande på maten för att gästerna ska uppleva den som delikat utifrån både eget önskemål men även från tidigare egna smakupplevelser. Vid bakomliggande kunskap kring råvaror samt olika matlagningstekniker och rätt användning av tillagningsteknik vid matlagning av varierande maträtter blir upplägget av maten på tallriken både inbjudande, god och näringsriktig. Inom äldreomsorg och på sjukhus är upplägget på tallriken det som väcker både matlust och uppmärksamhet hos individen (Livsmedelsverket, 2021b).

Vid ökad ålder påverkas de sensoriska egenskaperna *syn, hörsel, känsel, smak och lukt* både av medicinska skäl men även kroniska sjukdomstillstånd. Faxén Irving m.fl., (2016) beskriver att mängden smaklökar på tungans papiller minskar med åldern och styrkan av att känna smak härstammar från luktsinnet som har en ledande roll i smakupplevelsen. Salivproduktionen avtar vilket gör att maten blir smaklös genom att tillsätta syrlighet, umami och salt aktiveras smakerna i munnen. Känselsinnet förstärker tidigare upplevelser och det sinne som påverkar styrkan vid tuggmotstånd. Ett sätt att höja måltiden är genom att servera kolsyrad dryck vid sidan av eller använda ingefära samt chili i maträtterna för att förstärka intrycket av smaken. Både syn och hörsel försämras och kökspersonalen bör ta hänsyn till de äldres nedsatta sinnen genom att tillaga både varierande, färgglada och traditionella maträtter men även presentera maten på färgglada tallrikar på ett aptitretande sätt för att väcka både minne och smaklökar till

liv samt förväntningar som ställs på måltiden (Livsmedelsverket, 2019).

Integrerad

Måltiden är betydelsefull för både sjuka och äldre inom den personcentrerade vården och omsorgen. Genom att involvera de äldre inom omsorgen i både matlagning, matsedelsplanering och i måltidsmiljön ökar känslan av delaktighet. På sjukhus kan individen påverka måltiden genom önskemål och vart samt när servering av måltiden ska ske (Livsmedelsverket, 2021c). Westergren (2019) förklarar att äldre personer som är beroende av hjälp från andra associeras som maktlösa samt vara till besvär för omgivningen och slutligen leder till katabolt tillstånd. Engagerad personal som uppmärksammar äldres åsikter skapar en trygghet vilket förhindrar både dysterhet, nedsatt aptit och omedveten viktnedgång. Ett bra sätt att förbättra samverkan mellan alla involverade professioner i verksamheten är genom matråd där alla röster får bidra med idéer som berör måltiden. De äldre som befinner sig inom omsorgen lever i en ensamhet som är en av riskfaktorerna till undernäring. Regelbundna uppföljningar bör observeras av äldre för att direkt kunna förebygga undernäring men även andra sjukdomstillstånd. Men även att återkoppling av måltiderna som serveras bör följas upp av kökspersonalen. Genom att anordna måltidsträffar som bidrar till social aktivitet medför både glädje och samvaro inom äldreomsorgen (Livsmedelsverket, 2019)

Miljösmart

Inköp av råvaror och måltidsservering har stor betydelse för såväl måltidsgäster som för klimatet, djuren och uppfödare. Bortsett från att välja klimatsmarta råvaror är det viktigt att professionerna i verksamheten involverar måltidsgästerna vid strävan mot minimering av matsvinnet (Livsmedelsverket, 2019). Göteborgsmodellen är ett funktionellt hjälpmedel för minskat matsvinn i processen från matsedelsplanering till matavfall inom den offentliga måltiden (Göteborgs Stad, 2016) och är underlaget till Livsmedelsverkets handbok för minskat matsvinn (Livsmedelsverket, 2021d). Genom att servera klimatsmarta måltider med hänsynsfullhet av smak, näringsriktighet och ekonomi kan verksamheten avstå från onödig miljöbelastning inom den offentliga måltidssektorn (Livsmedelsverket, 2020a).

Näringsriktig

Maträtter som är goda samt täcker behovet av näring och energi skapar välmående och har en positiv inverkan på immunförsvaret och minnet (Livsmedelsverket, 2019). Bra måltider inom äldreomsorg och sjukhus är den avgörande faktorn till förebyggande av undernäring (Livsmedelsverket, 2021h). Nordiska näringsrekommendationer 2012 (NNR) är rekommendationer som bör användas i måltidsplanering och riktar sig till individer som kan tillgodose sina egna behov samt vid förebyggande av ohälsa (Nordic Council of Ministers, 2014). Medan Livsmedelsverket (2019) förklarar att undernäring är ett ledande problem inom äldreomsorgen och måltiden bör planeras för äldre med nedsatt aptit utifrån att servera små energi- och proteinrika måltider. Vid nedsatt förmåga av att äta är det extra viktigt att måltiderna är spridda över dygnet för att täcka behovet av energi- och näringsämnen och att nattfastan inte passerar elva timmar samt vid behov kunna erbjuda extra mellanmål trots klockslag (Faxén Irving m.fl., 2016). Andra fysiska besvär som tugg- och sväljsvårigheter gör att äldre behöver äta konsistensanpassad kost för att bibehålla tuggförmågan men även i detta tillstånd bör måltiderna vara smakrika, energitäta samt vara liknande som normalkosten (Livsmedelsverket, 2019).

Säker

All hantering av råvaror skall vara säkert att äta och bidra till trygghet inom äldreomsorgen. Vid tillagning och hantering av konsistensanpassad kost är hygien extra grundläggande då finfördelad mat är oerhört känslig för bakterietillväxt. Konsistensanpassad kost serveras till äldre med tugg- och sväljsvårigheter och tillagning av gelékonsistens är puré som blandas med vätska och gelatin (Faxén Irving m.fl., 2016). Rätt temperatur är extra viktig i samband med att bakterietillväxten förökar sig mer genom att ingen värmebehandling sker och Faxén Irving m.fl. (2016) förklarar att måltider av gelékonsistens bör undgå rumstemperatur. Varma måltider som transporteras ska innehålla rätt temperatur med varmhållningen och märkta med innehållsförteckning för att mottagaren ska få en inblick i vad måltiden innehåller och känna en trygghet oavsett med eller utan allergener.

Personalens ansvar inom olika boenden innefattar att måltiden tydligt ska presenteras för de ätande och dess innehåll. Vid ökad ålder försämras äldres immunförsvar och kökspersonalen bör vara extra noggranna i kontakt med livsmedelshantering så att matförgiftning inte sprids genom att tvätta händerna mellan varje moment. Enligt lagen bär kökspersonalen ansvaret över måltiden som serveras med att maten både är säker utifrån handhygien samt mot allergi- och överkänslighet. Verksamheten ansvarar för att rätt information når ut till personal och brukare oavsett med eller utan specialkost skall varje brukare förse med rätt förutsättningar. Kökspersonalen som tillagar måltiderna till äldre ska innehålla kunskap kring allergi och överkänslighet oavsett behov ska varje äldre person ha möjlighet till goda måltidsupplevelser (Livsmedelsverket, 2021i).

Om det skulle uppstå en olycka vid intag av måltiden genom att de äldre reagerar på specialkost eller ordinarie maten skall en anmälan utföras av den ansvarige i verksamheten. När informationen nått livsmedelsinspektören i kommunen vars uppgift är att undersöka problemet för att förbättra köksrutinerna men även för att kökspersonalen ska förstå allvaret av konsekvenserna (Livsmedelsverket, 2021i).

Trivsamt

Måltidsupplevelsen påverkas inte endast av vad som serveras på tallriken utan stämningen skapas utifrån alla faktorer som berör helhetsupplevelsen. Matsalen är platsen som ska bidra till trivsamt måltid för matgästerna. De faktorer som påverkar stämningen är ljus, ljud, äthjälpmiddel och inredning men även trevlig personal som är ansiktet utåt (Livsmedelsverket, 2021j). Dukning av varma färger som gult, orange och rött för äldre med nedsatt syn skall lokalisera föremålet (Faxén Irving m.fl., 2016). Inom vård och omsorg är åsikterna betydelsefulla för personalen både önskemål och måltidsmiljön (Livsmedelsverket, 2021j). Faxén Irving m.fl. (2016) beskriver att måltiderna bör anpassas efter de förändrade omständigheter som åldrande, sjukdom och funktionshinder medför för att väcka aptiten. Måltiden ska involvera alla sinnen samt vara orsaken till tillfredsställelse och gemenskap men även vara värd att se fram emot. En annan viktig faktor är att måltiden ska vara lugn och ro vilket främjar ätandet samt förebyggande av undernäring (Livsmedelsverket, 2019).

Kostpolicydokument inom kommuner

Riksdagen och regeringen tar beslut om lagarna som relateras till den allmänna vård- och omsorg i Sverige medan Social- och hälsovårdsministeriet ansvarar för att uppfylla de mål som ställs inom äldreomsorgen (Sydner & Fjellström, 2007). Sydner och Fjellström (2007) poängterar att varje individ har förfogande att få en tillgång till en god vård och medicinering samt försörjning av mat. Den svenska livsmedelslagstiftningen justerar de allmänna bruk vid hantering av råvaror inom produktionen av service och måltider. Medan Socialstyrelsen och Livsmedelsverket styr både svenska näringsrekommendationer för allmänheten samt rekommendationer för specifika målgrupper. Måltider för äldreomsorgen har på senare tid utvecklats jämfört med förskolor och skolor vilket Livsmedelsverket förklarat i publicerat dokument om äldre som är i behov av vård med tanke på de näringsproblem som äldre drabbas av. Livsmedelsverket (2019) nämner i de nationella riktlinjerna för måltider i äldreomsorgen vilket beskrivs av fem aspekter med goda resultat för bra måltider som individanpassning, kunskap och kompetens, helhetssyn på måltidskvalitet, god samverkan mellan yrkesgrupper samt ständig utveckling och utvärdering av måltidsverksamheten. Både regering, landsting samt kommuner bär av något slag ett ansvar för äldreomsorgen men kommunerna bär det dagliga huvudansvaret för mat, måltider och vård av de äldre.

Måltiden har en stor inverkan på äldreomsorgen i Sverige och kommunernas huvudsakliga ansvar är att se till att personalen i verksamheten utgör en god livskvalité genom måltider och vård för äldre. I en svensk undersökning kunde man ta del av skillnaderna mellan kommuner utifrån systematiskt kvalitetsarbete kring kost och näring. Resultatet påvisade att ett systematiskt kvalitetsarbete förekommer mer i skyddade hem än inom äldreomsorg. Efter att kommunerna beslutat att ta ansvar för kost och näring som en del av vården för de äldre skapades en diskussion kring valfrihet för varje enskild individ vilket resulterade i ekonomiska svårigheter som ledde till att det inte fungerar med behov och önskemål för de äldre. 2005 besluta regeringen att Socialstyrelsen och Sveriges kommuner samt regioner skulle ta del av ett uppdrag om kvalitét inom mat, näring och måltidsfördelning i äldreomsorgen. Detta innebar att uppmärksamma måltider och näring inom äldreomsorgen som ett viktigt stöd för kommunerna (Sydner & Fjellström, 2007).

Skinnars Josefsson m.fl. (2017a) förklarar att äldreomsorgen i Sverige kontrolleras av ramlagar, förordningar och handlingar av både regering och nationella myndigheter. Den lokala nivån omfattas av varje kommun av de 290 kommunerna och som har sitt egna politiska styre gällande ansvar för alla faktorer som avser äldreomsorgen. Kvalitetsindikatorer är en tillämpad metod vid utveckling av nutritionsomhändertagande inom äldreomsorgen. Metoden har visat tydliga resultat utifrån föregående vetenskapliga artiklar som resulterat i utbildad personal samt meningsfulla policydokument med innehåll av anpassade riktlinjer för rätt målgrupp som varit en bidragande faktor i uppdatering av näringsvårdspraxis. Vid hantering av undernäring är kvalitetsindikator ett hjälpmedel för att uppnå goda resultat kring näringsriktigheten hos äldre. Andra viktiga faktorer vid förebyggande av undernäring inom måltiden är utvecklingen av de sensoriska egenskaperna i maträtterna med både näringsriktigt, variation av måltider samt önskekost. Vilket resulterar i både ökad kroppsvikt men även måltidsglädje hos de äldre (Skinnars Josefsson m.fl., 2017b).

Livsmedelsverket (2021a) förklarar att kommunernas kostpolicydokument oftast inkluderar en anvisning till Livsmedelsverkets råd ''Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen'' och många använder måltidsmodellen för att förbättra de olika områdena utifrån de sex delarna.

Metod

I denna del presenteras studiens upplägg som urvalsprocessen, dataanalys och metodologiska överväganden för att ge läsaren ett förtydligande som varit relevant för studiens syfte.

Design

En kvalitativ dokumentanalys har utförts genom att analysera kostpolicydokument. Insamling av data har varit utifrån ett *slumpmässigt urval* (Ejlertsson, 2019) utifrån 290 av Sveriges kommuners lista (SKR, 2021). Studiens syfte var att utforska kommunernas kostpolicydokument med fokus på äldre och förebyggande av undernäring. Med inspiration från Livsmedelsverkets måltidsmodell jämfördes skillnader och likheter mellan koderna och kategorier skapades (Livsmedelsverket, 2021g). Under analysprocessen har en abduktiv ansats nyttjas (Graneheim & Lundman, 2017).

Urval och Datainsamling

Urvalet till studien har genomförts utifrån ett *slumpmässigt urval* (Ejlertsson, 2019) av 15% procent av 290 av Sveriges kommuner (SKR, 2021). Från början bestämdes att 10% av kommunernas kostpolicydokument skulle analyseras. I kommunernas lista valdes var tionde kommun ut med början på slumpmässigt dragen siffra. När kommun utan kostpolicydokument stöttes på valdes nästkommande kommun ut så att sammanlagt 43 kommuners hemsidor besöktes (15%). Av dessa var det 14 kommuner som saknade kostpolicydokument.

Ett dokument skapades för de utvalda kommunerna med tillhörande län och angivna datum för utfärdat kostpolicydokument samt en uträkning av invånarantal i kommunerna och siffror för de äldre invånare i kommunen i åldern 75+ (Bilaga 1).

Tidsintervallet för insamling av kostpolicydokumenten pågick i två omgångar med inhämtat kostpolicydokument via kommunernas hemsidor.

Databearbetning och analys

Det första steget i analysen var att läsa igenom de 29 kostpolicydokument för att få en översikt av vad som framkommer i kostpolicydokumenten utifrån varje kommun. Därefter markerades de delar av texten som kunde tänkas svara på frågeställningen, dvs vilka olika mål som kommunerna anger att de har med kostverksamheten riktad mot äldre. Dessa textfragment klipptes in i första kolumnen på en tabell. Sedan följde en noggrann genomgång av dessa texter där meningsbärande enheter plockades ut. Dessa kondenserades sedan och kodades. Koderna diskuterades med handledaren. Därefter jämfördes skillnader och likheter mellan koderna och kategorier skapades med hjälp av handledaren och med

Livsmedelsverkets måltidsmodell som inspiration. Hela processen var ett pendlande mellan del och helhet, en sk abduktiv ansats (Graneheim & Lundman, 2017).

Tabell 1. Exempel på analysprocessen.

Meningsenhet	Kondenserande meningsenhet	Kod	Kategori
”Den ska också skapa en god livssituation för brukare fylla det behov som finns utifrån ett helhetsperspektiv inom måltid.”	Skapa en god livssituation för brukare utifrån ett helhetsperspektiv inom måltid.	Måltid utifrån helhetsperspektiv	Främja livs-kvalitet utifrån ett helhetsperspektiv

Metodologiska överväganden

Etiska dilemman

Tight (2019) beskriver att forskaren inte behöver utgå från etiska frågor vid dokumentanalys då de existerande dokument redan behandlats utifrån informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet. Det finns många olika typer av dokument såsom publicerade dagböcker, artiklar, rapporter, officiella dokument, dokument med nationell statistik där etiska frågor inte är i direkt intresse för forskarens dokumentanalys. Vilket är en av fördelarna med forskning av dokument men däremot av dokument med personliga handlingar bör informationskravet, samtyckeskravet, konfidentialitetskravet och nyttjandekravet tillämpas. Tight (2006) förklarar att vid datainsamling av dokument bör referenserna vara korrekt refererade.

Bryman (2018) beskriver att webbsidor behöver redovisas. Vilket har redovisat som källförteckning över 29 kostpolicydokument.

Resultat

I resultatet presenteras en analys av 29 kostpolicydokument; dessa är från olika kommuner som är spridda över hela Sverige, från Eslöv i söder till Arvidsjaur i norr (Bilaga 1). En del kostpolicydokument är äldre vilket leder till att kommunerna inte tagit hänsyn till nya riktlinjer. Det finns en variation mellan tidsintervallet, flera av kommunernas kostpolicydokument var utfärdade för många år sedan, tidigast var 2009 och senast 2021. En sammanställning utifrån kommunernas mål för äldre och äldreomsorgen framkommer i resultatet. I kostpolicydokumenten finns en tydlig variation mellan kommunerna, vissa fokuserar på personalkompetens, andra på att främja delaktighet och några kommuner arbetar mer för hållbar utveckling. Men det övergripande målet för kommunernas kostpolicydokument inom äldre och äldreomsorg och som framkommer i alla dokument, är att

främja den medicinska hälsan samt god matkultur och trivsel. I många dokument lyfter man fram helhetsperspektivet på måltiden och att man vill främja delaktighet och individanpassning. Dessutom fokuserar man i varierande grad på att lyfta fram socialt välbefinnande, säkra måltider med kvalitet, engagerad och kompetent personal samt bra för klimatet.

Främja livskvalitet utifrån helhetsperspektiv

Ett tydligt mål som förekommer i kostpolicydokumenten är att främja god livskvalitet genom att rekommendera en hälsosam livsstil för de äldre. Maträtterna som serveras ska ge god livskvalitet samt vara utgångspunkten för äldres välbefinnande vid förebyggande av undernäring. I samtliga kostpolicydokument framhålls det att ett av målen är att yrkesprofessionerna inom kostavdelningen bär ansvar för att riktlinjer, planer och rutiner följs för att fylla brukarnas behov utifrån måltidens helhetsperspektiv. Måltidsenheten ska ta hänsyn till helhetsfrågorna som berör miljön som inköp, effektivitet, produktion, distribution samt äldres livskvalitet. Det övergripande målet i kostpolicydokumenten för äldreomsorgen är måltidernas centrala betydelse både i planering och hur måltiden läggs upp på tallriken. En kommun nämner även att det ska finnas en enhetlig kostverksamhet för äldre personer och för funktionsnedsatta människor. För att främja deras livskvalitet bör både måltid och måltidsmiljö vara individanpassad med fokus på att bevara deras hälsa, funktionsförmåga och livskvalitet.

Främja medicinsk hälsa

Det övergripande målet som framhålls i kommunernas kostpolicydokument är att måltidsverksamheten ska främja folkhälsa och sprida goda måltider över dagen så att äldre inte ska lida av ofrivillig undernäring eller felnäring. Måltiden är en del av den medicinska individuella vården och måltiderna som serveras är både näringsrika och varierande för att främja en god hälsa. Något annat som framhålls i kostpolicydokumenten är att en god kost ska täcka äldres energi- och näringsbehov enligt gällande näringsrekommendationer. I ett av målen i kostpolicydokumenten förekommer det om hur undernäring ska förebyggas genom att måltiderna inom äldreomsorg samt omsorg av funktionsnedsatta personer ska måltiden serveras jämnt fördelat över dagen. Vid behov ska personal ordna ett extra mellanmål och som ska serveras oavsett klockslag på dygnet.

Flera av kommunerna nämner i kostpolicydokumentet att i äldreomsorgen ska måltiderna serveras enligt rekommenderad måltidsordning från Socialstyrelsen och Livsmedelsverket för att främja äldres hälsa. Varje dag ska tre huvudmål och minst tre mellanmål serveras för att tillgodose äldres behov av energi- och näring. Måltidens betydelse för äldres hälsa är en viktig del av omvårdnaden. Ett annat mål som förekommer i kostpolicydokumenten inom äldreomsorgen är att näringsinnehållet i måltiden är extra viktigt samt betydelsefullt för att täcka äldres behov i samband med att uppnå en bättre folkhälsa. En annan viktig faktor som nämns är att nattfastan inte ska överstiga 11 timmar. Ett av kommunernas övergripande mål i kostpolicydokumentet är att måltiderna inom äldre och handikappomsorg behöver fördelas på flera små portioner under dygnet för att täcka det äldres näringsbehov i samband med att anpassa måltider utifrån behov, vanor och önskemål för att förebygga undervikt. Personalen ska använda svenska näringsrekommendationer samt Livsmedelsverkets råd i måltidsarbetet

och vara vägledande så att måltiderna är anpassade efter matgästens medicinska behov, näringsinnehåll ska prioriteras.

Främja socialt välbefinnande

I kommunernas kostpolicydokument är en av målsättningarna med att främja välbefinnande för äldre, att skapa ett trevligt bemötande. Alla matgäster och personal ska känna sig välkomna samt bli bemötta på ett ömsesidigt och respektfullt sätt. En annan viktig aspekt som nämns i samtliga kostpolicydokument är vid intag av måltiden att det ska finnas möjlighet till goda förebilder vid måltiden för att skapa en social samvaro. Personalen ges möjlighet till att äta tillsammans med brukaren för att skapa en gemenskap runt måltiden som är en viktig del av den sociala faktorn för den äldres hälsa. I äldreomsorgen är det särskilt viktigt att måltidsmiljön är uppdukad och trygg för att skapa plats för sociala kontakter och något som individen kan se fram emot under dagen. I några kostpolicydokument framkommer det att tillfälle till sällskap ska finnas vid måltiden för den som önskar oavsett boendeform. Social samvaro ska finnas tillgängligt i en lugn och trevlig miljö som ska präglas av ett gott bemötande.

Främja delaktighet och individanpassning

Det som framkommer ofta i kommunernas kostpolicydokument är ordet delaktighet och dess betydelse för de äldre. Engagemang skapar delaktighet vilket är betydelsefullt för matgästernas inflytande på måltiden gällande vilken mat som serveras. I vissa av kostpolicydokumenten nämns matrådsmöten som ska genomföras tillsammans med kostenheten en gång per halvår i samband med att brukarna ska ha möjlighet till inflytande i de praktiska frågorna gällande mat och måltidsmiljön. Medan en annan kommun nämner i kostpolicydokumentet att kostombud ska finnas tillgängligt på alla särskilda boenden samt inom hemtjänsten för att skapa samverkan i verksamheten.

I de flesta kostpolicydokument framhålls det att måltidsråd ska förekomma i äldreomsorgen för att verka för en god samverkan, konversation samt skapa en medkänsla mellan alla involverade verksamheter. En kommun nämner i kostpolicydokumentet att brukarnas möjlighet till delaktighet, valfrihet och självbestämmande är viktiga begrepp för måltiden. I samtliga kommuner framkommer det att måltider utformas utifrån brukarens behov samt att personalen ska utgå från gästens behov såsom vanor och önskemål för att tillfredsställa de äldres behov för att förebygga undernäring.

Erbjuda säkra måltider med kvalitet

Till att börja med nämner kommunerna att kostpolicydokumentet ska fungera som ett styrande dokument i det dagliga arbetet för kostverksamheten och att kvalitetsarbetet i måltiden är viktig för att säkerställa en hög kvalitet för de äldre. Måltiden ska vara tillagad utifrån säkra livsmedel och personalen ska följa livsmedelsverkets råd för att servera goda och säkra måltider. Det framkommer även i vissa av kommunernas kostpolicydokument att de äldre ska känna en trygghet vid intag av maten i samband att personal följer regler gällande specialkost och livsmedelshygien. I sofliga kostpolicydokument ska matgäster serveras av hälsosamma val av måltidskvalitet.

Främja god matkultur och trivsel

I kommunernas kostpolicydokument nämns främja god matkultur för äldre genom att skapa goda måltider av kvalitetsvärden som doft, smak, utseende, konsistens och variation. I flera kostpolicydokument framkommer det att matgästen/brukaren ska ha möjlighet att kunna inta måltiden i lugn och ro i en trivsamt måltidsmiljö utan tidspress. En annan viktig faktor som nämns är att i verksamheten ska menyer, maträtter och måltidsmiljö vara individanpassad utifrån behov, vanor och önskemål för att främja matglädjen. Maten ska anpassas efter äldres vanor både utifrån livsmedel och måltidsmiljö till exempel till individens enskilda vanor och vad den äldre tycker om.

Något som förekommer ofta i kostpolicydokumenten är att måltiden och måltidsmiljön ska upplevas positiv för matgästen i samband med att måltiden är lustfylld. I samtliga kostpolicydokument nämns att verksamhetens restauranger ska vara trivsamt inredda vilket ökar både matlust och trivsel för de äldre. En del av trivseln är att måltiden ska sätta guldkant på brukarens vardag. I ett kostpolicydokument framkommer det att måltiderna ska upplevas som höjdpunkter. Det nämns även i flera kostpolicydokument att måltiden bör tillagas i nära anslutning till gästen för att öka måltidsupplevelsen samt att måltiderna ska presenteras på ett tilltalande sätt för att öka matlusten för att upprätthålla matlusten för både äldre och sjuka. I kostpolicydokumenten är ett av målen att skapa god atmosfär inom äldreomsorgens verksamheter men även att varje individ ska uppleva en behaglig måltidsmiljö. De äldre ska känna sig trygga när de intar måltiden i verksamheten.

En målsättning som många kostpolicydokument nämner är att matkulturen inom den offentliga måltiden ska omse de äldre. Helger och högtider ska synliggöras med uppdukad mat för att skapa trivsel. I ett kostpolicydokument framkommer det att skapa trivsamt miljö för de äldre genom att matsedelplanering och måltidsmiljön bör präglas av traditioner, maträtter och säsonganpassad för att främja matglädje. Något annat som framhålls i kostpolicydokumenten är att hänsyn till äldres kulturella, religiösa och etiska önskemål vilket ska uppfyllas av personalen i samband med att tillmötesgå personer som vill äta specifik mat. En kommun påpekar i kostpolicydokumentet att kommunen inte erbjuder kulturellt anpassad mat såsom halal och kosher. Personalen ska erbjuda vegetarisk kost varje dag som en del av ordinarie menyn för att öka gästens valfrihet.

Engagerad kompetent personal

I vissa kostpolicydokument ska personalen vara utbildade och ha goda kunskaper samt förståelse som berör måltiden för de äldre. Personalen som både tillagar måltiden och serverar maten har kompetens om livsmedelssäkerhet för att distribuera måltiden. En annan viktig aspekt som nämns ur kostpolicydokumenten är att regelbunden utbildning av personal sker för att uppnå de mål som verksamheten ställer. Personal som är i daglig kontakt med äldre ska ha relevant kunskap och en översikt av rutiner för att förebygga, upptäcka och åtgärda ät- och nutritionsproblem. Det syns tydligt att i kostpolicydokumenten bör personalen i kommunen inom kök, vård och omsorg ha god kunskap, förståelse och helhetssyn på maten och måltidens betydelse utifrån flera perspektiv.

Bra för klimatet - främja miljö

Ett av målen som förekommer i kommunernas kostpolicydokument grundar sig i att verksamheten ska arbeta kontinuerligt med måltiden utifrån olika områden som berör den ekonomiska, ekologiska och hållbara utvecklingen. I de flesta av kommunernas kostpolicydokument framkommer det att måltiden planeras utifrån koncept S.M.A.R.T som innebär att måltiden ska bestå av större andel vegetabilier, mindre andel tomma kalorier, andelen ekologiskt bör ökas, rött kött och grönsaker och transportsnålt som underlag för matsedelsplaneringen. I kommunernas kostpolicydokument framförs det att matgästerna serveras av måltider med stor hänsyn till klimat, miljö och hållbar utveckling. Något annat som framhålls ofta i kostpolicydokumenten är att verksamheten ska sträva efter minimering av matsvinn.

Diskussion

Metoddiskussion

Urval

I urvalet användes ett stickprov ur populationen som i studiens fall var populationen Sveriges kommuner. Det slumpmässiga urval som genomfördes till studien var utifrån Sveriges kommuners lista (SKR, 2021). Ejlertsson (2019) förklarar att det som är avgörande vid stickprov är att ett slumpmässigt dras utan att någon eller något ska kunna påverka urvalet. Vilket förstärker trovärdigheten i det slumpmässiga urvalet.

Datainsamling

Till studien arkiverades 29 stycken kostpolicydokument vilket motsvarar 10 procent av Sveriges kommuner. Från början var de meningen att det skulle plockas ut 10% och till slut blev det 15% av kommunerna då 14 blev bortfall av studien.

Ett dokument skapades för de utvalda kommunerna med tillhörande län och angivna datum för utfärdat kostpolicydokument samt en uträkning av invånarantal i kommunerna och siffror på de äldre invånare i kommunen i åldern 75+ (Bilaga 1). Vilket ökar överförbarheten och giltigheten i studien (Graneheim & Lundman, 2004).

Tidsintervallet för insamling av kostpolicydokumenten pågick i två omgångar samtidigt nämner Bryman (2018) att hänvisa till hemsidor med angivet datum (Källförteckning) för forskningspraxis dels för andra forskare ska kunna kontrollera men även att insamling av dokument från hemsidor är autentisk. Vilket ökar överförbarheten och giltigheten i studien (Graneheim & Lundman, 2004).

Dataanalysen

I studien har författaren plockat ut meningsbärande enheter för att kondensera meningsenheterna till koder med hjälp av handledaren för att jämföra skillnader och likheter mellan koder och kategorier som genomförts i analysprocessen, vilket åskådliggörs i tabell 1. Detta tillvägagångssätt påstås öka trovärdigheten för läsaren (Graneheim & Lundman, 2004).

Under dataanalysen har materialet tolkats flera gånger och Denscombe (2009) förklarar att författaren bör ha inblick i datainsamlingen med att läsa flera gånger vilket leder till att författaren gör en fördjupad iakttagelse av detaljer. Det finns inga exakta siffror på inläsning av material för att uppnå en förtrogenhet.

Bryman (2018) beskriver att offentliga dokument som publicerats kan användas av forskare utan att fråga om samtycke med hänsyn till att människors anonymitet skyddas. Vilket även gäller för innehållsanalysen. Det är även viktigt att forskaren tänker på innehållet och syftet med studien vid användning av dokument (Bryman, 2018). Vilket författaren för studien tagit hänsyn till.

Resultatdiskussion

Främja livskvalitet utifrån helhetsperspektiv

Livsmedelsverket (2021a) förklarar att kommunernas kostpolicydokument oftast inkluderar en anvisning till Livsmedelsverkets råd för bra måltider i äldreomsorgen och många kommuner använder måltidsmodellen för att förbättra de olika områdena utifrån de sex delarna. Resultatet av samtliga kostpolicydokument är att ett av målen för yrkesprofessionerna inom kostavdelningen bär ansvar både för riktlinjer, planer och rutiner följs för att fylla brukarnas behov utifrån måltidens helhetsperspektiv. Vilket innebär att måltidsenheten tar hänsyn till helhetsfrågorna som berör miljön, inköp, personalens resultat, produktion, distribution samt äldres livskvalitet. Sydner och Fjellström (2007) poängterar att både regering, landsting samt kommuner bär av något slag ett ansvar för äldreomsorgen men att kommunerna bär det dagliga huvudansvaret för mat, måltider och vård av de äldre. En viktig faktor som nämns i resultatet av kostpolicydokumenten är måltidens centrala betydelse och hur måltiden läggs upp på tallriken. Skinnars Josefsson m.fl. (2017b) indikerar att viktiga faktorer vid förebyggande av undernäring inom måltiden är utvecklingen av de sensoriska egenskaperna i maträtterna med både näringsrikthet, variation av måltider samt önskekost. Vilket resulterar i både ökad kroppsvikt men även måltidsglädje hos de äldre.

Främja medicinsk hälsa

Resultatet av kommunernas kostpolicydokument var att främja folkhälsa genom måltidsfördelning för att motverka undernäring. Måltiden är en del av den individuella vården vilket framhålls i resultatet att god kost ska täcka äldres energi- och näringsbehov enligt näringsrekommendationer. Vid behov ska personal ordna ett extra mellanmål och som ska serveras oavsett klockslag på dygnet. Socialstyrelsen (2020) beskriver att måltidsordning innebär att måltiderna är jämnt fördelade över dygnet och genom att individanpassa måltiderna per dag utifrån situation och matpreferenser kan energi- och näringsbehovet ökas. En annan viktig faktor som nämns i resultatet av kostpolicydokumenten var att nattfastan inte fick överstiga 11 timmar. Enligt Socialstyrelsen (2020) är nattfastans antal timmar mellan dygnets sista och nästkommande dag första måltid och om nattfastan blir för lång minskas utvägen för att äldre individen ska uppnå sitt energi- och näringsbehov.

Ett annat viktigt mål som presenterades i resultatet utifrån kommunernas kostpolicydokument var att måltiderna inom äldre och handikappomsorg behöver bli serverade små portioner jämt fördelat på dygnet för att näringsbehovet ska täckas. Men även att måltiderna behöver

anpassas utifrån behov, vanor och önskemål vid förebyggande undervikt. Westergren (2019) beskriver om den äldre individen har svårt att få i sig tillräckligt med huvudmål kan små portioner underlätta istället och vid nedsatt förmåga är det viktigt att den äldre får behålla sitt levnadssätt och matvanor (Livsmedelsverket, 2019).

Främja socialt välbefinnande

I resultatet av kommunernas kostpolicydokument var målsättningen att främja äldres välbefinnande genom sociala faktorer som samvaro, goda förebilder vid måltiderna, gemenskap runt måltiden samt måltidsmiljön. Livsmedelsverket (2021j) definierar matsalen som en plats som ska bidra till trivsamt för matgästerna, de faktorer som påverkar stämningen är ljus, ljud, äthjälpmiddel, inredning samt trevlig personal. Westergren (2019) förklarar att vissa faktorer som påverkar äldre till att äta mindre innefattar stressig miljö, buller, ensamhet och en varm lufttemperatur. Medan ett socialt välbefinnande för individer med ätsvårigheter som enligt Socialstyrelsen (2020) innebär ätstödande åtgärder att underlätta och förse individen med energi. Viktigt att tänka på vid ätstödande åtgärder är att låta individen få äta i en rofylld miljö, vara delaktig vid uppläggning av mat, uppmuntra till att dricka och se om personen själv kan äta annars vara behjälplig (Socialstyrelsen, 2020). Att främja ett socialt välbefinnande för äldre är genom att anordna måltidsträffar för att skapa en social verksamhet som medför både glädje och samverkan inom äldreomsorgen (Livsmedelsverket, 2019).

Främja delaktighet och individanpassad

Resultatet från kommunernas kostpolicydokument visar att delaktighet är en betydelsefull faktor inom verksamheten. Livsmedelsverket (2019) förklarar att delaktighet innefattar när äldre personer känner trygghet i avseende till att presentera åsikter i samband med att personalens inställning är öppen för det. Det ska finnas rutiner och bra gemenskap mellan äldre och personalen för att förstå äldres känslor och snabbt kunna agera vid olika beteendeskiftningar, minskad matlust samt omedveten viktning. Westergren (2019) beskriver en kartläggning av brukarnas möjligheter till påverkan av mat och måltider som vidtogs av Stockholms stads äldreförvaltning (2016), där flera idéer framhölls av de boende som svarar att de "vill kunna påverka vid måltidsservering samt vara närvarande vid kostrådsmöten". Några andra viktiga punkter som framkom var att de boende gärna vill att personalen frågar "vad de tyckte om maten som serverades" men även om det fanns möjlighet till fler kryddor på bordet samt om personalen kunde vara mer närvarande under måltiden (Westergren, 2019).

I resultatet av en kommuns kostpolicydokument fastställdes tre viktiga begrepp riktat mot brukarnas möjlighet till delaktighet, valfrihet och självbestämmande. Socialstyrelsen (2019) påpekar att individer med ätstödande åtgärder måste ske utifrån respekt och att vara lyhörda som personal för att inte kränka individen även låta den äldre få bestämma och känna sig delaktig.

Resultaten från kostpolicydokumenten indikerar på att individanpassning är utifrån gästens behov såsom vanor och önskemål för att tillgodose behovet vid förebyggande undernäring. Viktigt att fokusera på individen genom att övertala till ökad matlust för att skapa matglädje. Andra viktiga åtgärder att vidta som personal är att utgå från individens behov, önskemål och

vanor för att hindra omedveten viktnedgång (Livsmedelsverket, 2019)

Erbjuda säkra måltider med kvalitet

Resultatet från kostpolicydokumenten presenterade att det styrande dokumentet för både kostverksamhet och kvalitetsarbetet i måltiden är betydelsefull och att måltiden är av hög kvalitet. Livsmedelsverket (2019) påpekar att det styrande dokumentet ska inkludera verksamhetens mål, rutiner och ansvarsfördelning inom varje del av måltidsmodellen och att alla yrkesprofessioner i verksamheten ska samarbeta. Medan Sydner och Fjellström (2007) förklarar att måltiden har en stor inverkan på äldreomsorgen i Sverige. Kommunernas primära ansvar är att se till att personalen i verksamheten utgör en god livskvalité genom både måltider och vård för de äldre. En svensk undersökning presentera skillnader mellan kommuner i Sverige utifrån ett systematiskt kvalitetsarbete kring kost och näring, vilket framkom i resultatet att det systematiska kvalitetsarbetet förekommer mer i skyddat hem än i äldreomsorg (Sydner & Fjellström, 2007)

I resultat av kommunernas kostpolicydokument ska regler följas vid hantering av specialkost och livsmedelshygien för att de äldre ska känna trygghet. Det ska finnas rutiner i verksamheten så att äldre med specialkost får rätt förutsättningar utifrån behov.

Livsmedelsverket (2021i) förklarar att rätt temperatur och varmhållning är extra viktigt att tänka på vid hantering av känsliga livsmedel. Konsistensanpassad kost är oerhört känslig för bakterietillväxt dels för att maten är finfördelad och vid hantering bör händerna vara extra rena, för att undvika att de äldre blir sjuka. Livsmedelsverket (2021i) nämner att allergier och överkänslighet förekommer allt oftare och personal som arbetar med äldres måltider ska inneha kompetens kring allergi och överkänslighet.

Livsmedelsverket (2021i) beskriver att varma måltider som transporteras ska inneha rätt temperatur med varmhållningen och märkta med innehållsförteckning för att mottagaren ska få en inblick i vad måltiden innehåller och känna en trygghet oavsett med eller utan allergener. Måltiderna som serveras inom boenden ska tydligt presenteras av personalen för att skapa en säker måltid. De äldre med särskilda behov har rätt till att uppleva samma måltidsupplevelser som människorna runt bordet med att äta en säker måltid (Livsmedelsverket, 2019). Om det skulle uppstå en olycka vid intag av måltiden genom att de äldre reagerar på specialkost eller ordinarie maten skall en anmälan utföras av den ansvarige i verksamheten. När informationen nått livsmedelsinspektören i kommunen vars uppgift är att undersöka problemet för att förbättra köksrutinerna men även för att kökspersonalen ska förstå allvaret av konsekvenserna (Livsmedelsverket, 2021i).

Främja god matkultur och trivsel

Enligt kostpolicydokumenten i resultatet innebär främja god matkultur som goda måltider av kvalitetsvärden som doft, smak, utseende, konsistens och omväxling av måltider. Viktiga faktorer som synliggörs i resultatet är att maten ska vara lustfylld och att måltidsmiljön ska vara trivsamt inredd vilket bidrar till ökad aptitlust samt trivsel för de äldre. Måltiden ska sätta guldkant på brukarens vardag i samband med att matkulturen är betydelsefull inom offentliga måltiden. Något annat som framhålls i kostpolicydokumenten resultat är att hänsyn till äldres kulturella, religiösa och etiska önskemål. Livsmedelsverket (2019) poängterar att måltider reflekterar individers kulturer, livsåskådning och tro som är en betydelsefull del i

firandet av högtider. Människorna i verksamheten härleds från olika levnadssätt och firar högtiderna på olika sätt. Ett sätt att skapa samverkan är genom att ta del av varandras traditioner för att skapa nya. I äldreomsorgen bör måltiderna vara utifrån individuella behov, vanor och matpreferenser vilket fungerar om personal erbjuder fler valmöjligheter och låter de äldre få vara med att påverka (Livsmedelsverket, 2019). Westergren (2019) definierar vanor och matkultur med att människor skapar rollfördelningar. Vid ökad ålder sker en livsförändring som ensamhet och sjukdomsdrabbning vilket leder till ohälsa.

Engagerad kompetent personal

Resultatet av kommunernas kostpolicydokument pekar mot att personal som har daglig kontakt med äldre, att rutiner vid observation finns för att förebygga, upptäcka och åtgärda äldres ät- och nutritionsproblem. Men även att det förkommer ett ansvar i samarbetet mellan olika yrkesprofessioner över att måltiden planeras och tillagas korrekt. Personal ska besitta kunskap till att bedöma nutritionsproblemet och kunna identifiera äldres behov (Livsmedelsverket, 2019). Medan Westergren (2019) förklarar att ledningen ansvarar över att måltidssituationen fungerar mellan personal och de äldre. Det ska även ske kontinuerlig uppföljning i organisationen av måltidens kvalitet. Ett förekommande problem kan resultera i stressad personal som leder till att engagemang försvinner och att tiden för de äldres måltider inte är tillräcklig. Samtidigt bör ledningen tydliggöra att information når ut i de olika ansvarsområden genom policyer, äldres måltidsrutiner samt arbetsinstruktioner.

Resultatet ifrån kostpolicydokumenten fastslår att i kommunen ska personal inom kök, vård och omsorg ha god kunskap, förståelse och helhetssyn på maten och måltidens betydelse utifrån flera perspektiv. En förklaring till detta är enligt Livsmedelsverket (2021j) att måltidsupplevelsen inte endast påverkas av det som befinner sig på tallriken utan även av omgivningen. Vilket kan innebära både ljus, ljud, inredning, ätstödande åtgärder för äldre med ät- och svårigheter sist men inte minst trevlig personal.

Resultatet från kommunernas kostpolicydokument indikerar på att personalen ska vara utbildade, visa förståelse och inneha goda kunskaper för måltiden som berör de äldre. Westergren (2019) beskriver att både hälso- och sjukvårdspersonal samt omsorgspersonal behöver förkunskaper inom mat och måltider. Vid tillagning och servering av personal är livsmedelssäkerheten en grundläggande regel för en säker måltid. Enligt Livsmedelsverket (2021i) så bör kökspersonalen vara extra noggranna med hygien vid livsmedelskontakt för att undvika smittsam spridning i samband med äldres nedsatta immunförsvar.

En betydelsefull faktor som ofta förekommer i kostpolicydokumenten och som presenteras i resultatet är att personalen ska gå regelbundna utbildningar. Westergren (2019) förklarar att i organisationen bör regelbunden kompetensutveckling ske med tanke på bland annat omsättning av personal för att öka delaktighet för de äldre.

The Five Aspects Meal Model – FAMM

I resultatet synliggörs modellen FAMM och dess fem aspekter. FAMM bör nyttjas som ett hjälpmedel inom den offentliga måltiden för att utveckla samt förbättra måltidsupplevelsen inom äldreomsorgen. Gustafsson m.fl. (2006) nämner att utformningen av *rummets* design, ljud, ljus och färg kan påverka måltidsupplevelsen. Vid åldrande försämras synen och både

färger och ljus påverkas. Faxén Irving m.fl. (2016) förklarar att äldre har större behov av ljus och att tända ljus inte alls har någon bidragande effekt istället bör belysning placeras rätt i rummet för att skapa en god måltidsupplevelse. Maten som serveras bör placeras på färgrika tallrikar såsom varma färger i gul, orange och rött vilket underlättar för de äldre att både hitta och se vad som ligger på tallriken (Faxén Irving m.fl., 2016). Måltiden är en plats för gemenskap och för äldre med olika funktionsnedsättningar är inredning en viktig faktor som bör granskas av personalen. Faxén Irving m.fl. (2016) beskriver att både stolar och bord ska vara anpassat utifrån varje individs behov genom att skapa större utrymme i matsalen bör mindre bord placeras i rummet istället för långbord vilket ökar trivsamteten för de äldre.

Mötet omfattar servicenivån och hur gästerna bemöts genom kunskap utifrån socialpsykologi, teorin om känslor samt social interaktion kan mötet bidra till ett gott intryck för gästens måltidsupplevelse (Gustafsson m.fl., 2006). Ifall de äldre har ett önskemål är det betydelsefullt om personalen besvarar deras önskemål. Faxén Irving m.fl. (2016) förklarar att det kan innefatta små saker som kan betyda otroligt mycket för den enskilde. Som att förklara meny och dess utbud på ett aptitretande sätt stimulerar aptiten. En annan viktig aspekt som främjar energi- och näringsintaget är att personalen sitter tillsammans med de äldre vilket resulterar i en positiv måltidsupplevelse (Faxén Irving m.fl., 2016). En annan viktig faktor som personalen bör beakta är att låta de äldre ta sin tid vid måltiden och inta den i lugn och ro medan vissa äldre vill sitta avskilt vilket bör respekteras. Faxén Irving m.fl. (2016) beskriver att äldre med ät- och sväljsvårigheter kan uppleva måltiden som orolig dels för dregel kan förekomma, vilket kan leda till en negativ matupplevelse både för individen och för alla runt bordet.

Gustafsson m.fl. (2006) förklarar att *produkten* innefattar all mat och dryck som serveras. Portionsstorleken kan påverka aptitlusten för de äldre och måltiden kan upplevas som mäktig. Faxén Irving m.fl. (2016) nämner att bordsservering är något som bör tillämpas inom boenden genom att varje individ får lägga upp sin egna mat på tallriken. Något som ökar både aptitlusten samt att självförtroende förstärks och för de äldre som inte klarar av att servera sig själva bör upplägget vara inbjudande. Kökspersonalen och omsorgstagarna bör samarbeta för att produkten på tallriken ska upplevas god. Faxén Irving m.fl. (2016) beskriver att servera tillbehör vid sidan om och passande dryck förstärker både matens smaker och ger en positiv måltidsupplevelse.

Styrsystemet är verksamhetens kärna vilket innefattar regler, administration, logistik, personalfrågor samt planering (Gustafsson m.fl., 2006). Inom äldreomsorgen bör schema över måltidsordning finnas tillgängligt och att måltiderna är spridda över dygnet för att undernäring ska förebyggas. Faxén Irving m.fl. (2016) förklarar att äldre med minskad aptit bör äta små och täta måltider frekvent.

Slutsatser och implikationer

Slutsatsen som kan dras av denna studien visar hur olika kommuner arbetar utifrån olika mål i kostpolicydokumenten riktat mot äldre. De mål som framhålls i kommunernas kostpolicydokument är att måltidsverksamheten ska främja den medicinska hälsan genom matkultur och trivsel, främja delaktighet och socialt välbefinnande, främja livskvalitet utifrån

helhetsperspektivet, främja säkra måltider med kvalitet och en engagerad kompetent personal så att ingen äldre ska lida av ofrivillig undernäring eller felnäring.

För vidare forskning bör kommunerna vara mer engagerade vid uppdatering av policydokument. Livsmedelsverket (2019a) påpekar att det styrande dokument ska inkludera verksamhetens mål, rutiner och ansvarsfördelning inom varje del av måltidsmodellen och att alla yrkesprofessioner i verksamheten ska samarbeta. Denna studien visar att det skiljer sig väldigt mycket mellan kommunerna i Sverige i förhållande till kostpolicydokument. Samt att vissa kommuner fokuserar på olika mål utifrån Livsmedelsverkets råd. Bland annat på grund av att vissa kommuner inte uppdaterat sina dokument vilket resulterar i att verksamheten inte blir uppdaterade med nya råd och riktlinjer. Det styrande dokumentet är ansiktet utåt för organisationen och en vägledning för att verksamheterna ska nå målen.

Enligt senior alert (2020) var antalet riskbedömda för undernäring cirka 56% av de kommuner som anmält till kvalitetsregistret och enligt (Summer & Josefsson, 2018) använder 261 kommuner kvalitetsregistret. Vilket tyder på att undernäring än idag är ett stort problem inom äldreomsorgen. I kommande yrkesroll som kostekonom är den offentliga verksamheten ett område att utveckla. Äldreomsorgen är en viktig del i den offentliga sektorn och utifrån kostpolicydokumenten och Senior alert (2020) finns det möjligheter till att utveckla måltider som stärker livskvalitén för de äldres välbefinnande.

Referenser

- Abrahamsson, L., Andersson, A., & Nilsson, G. (2013). *Näringslära för högskolan. Från grundläggande till avancerad nutrition*. Liber AB.
- Agarwal, E., Miller, M., Yaxley, A., & Isenring, E. (2013). Malnutrition in the elderly: A narrative review. *Mauritas*, 76(4), 296-302. <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/j.maturitas.2013.07.013>
- Alaverdashvili, M., Li, X., & Paterson G, P. (2015). Protein-Energy Malnutrition Causes Deficits in Motor Function in Adult Male Rats. *The Journal of Nutrition*, 145(11), 2503-2511. <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.3945/jn.115.216382>
- Bryman, A. (2018). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber.
- Denscombe, M. (2009). *Forskningshandboken: för småskaliga forskningsprojekt inom samhällsvetenskaperna*. (2.uppl.) Studentlitteratur.
- Lindqvist, E. (2016). *Äldres hälsa och livskvalitet*. Gleerup.
- Ejlertsson, G. (2019). *Statistik för hälsovetenskaperna*. (Tredje upplagan). Studentlitteratur.
- Faxén Irving, G., Karlström, B., & Rothenberg, E. (2016). *Geriatrisk nutrition*. Studentlitteratur AB.
- Gustafsson, I., Öström, Å., Johansson, J., & Mossberg, L. (2006). The Five Aspects Meal Model: A tool for developing meal services in restaurants. *Journal of Foodservice*, 17 (2), 84-93. DOI: 10.1111/j.1745-4506.2006.00023.x
- Göteborgs Stad. (2016). *Göteborgsmodellen för mindre matsvinn*. Hämtad 2021, april 10 från <https://goteborg.se/wps/wcm/connect/68eb3c1f-062d-49be-a38e-9b75bf6937ea/Göteborgsmodellen+för+mindre+matsvinn.pdf?MOD=AJPERES>
- Kristensson, J. (2018). *Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik – för studenter inom hälso- och vårdvetenskap*. Natur & Kultur.
- Larsson, M. & Rundgren, Å. (2010). *Geriatriska sjukdomar*. (uppl. 3). Studentlitteratur.
- Lindqvist, E. (2016). *Äldres hälsa och livskvalitet*. Gleerup.
- Livsmedelsverket. (2019). *Nationella riktlinjer för måltider i äldreomsorgen*. https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyret-foldrar/riktlinjer_for_maltider_aldreomsorgen.pdf

Livsmedelsverket. (2020a, 10 mars). *Klimatsmarta måltider*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen/miljosmart>

Livsmedelsverket. (2020). *Nationella riktlinjer för måltider på sjukhus*. <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyren-foldrar/riktlinjer-for-maltider-pa-sjukhus.pdf>

Livsmedelsverket. (2021a, 26 mars). *Fakta om offentliga måltider*. Hämtad 2021, april 25 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/fakta-om-offentliga-maltider>

Livsmedelsverket. (2021b, 10 mars). *Goda måltider*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen/god>

Livsmedelsverket. (2021c, 10 mars). *Integrerade måltider*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen/integrerad>

Livsmedelsverket. (2021d, 11 februari). *Matsvinn i storkök*. Hämtad 2021, april 9 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/matsvinn-i-storkok>

Livsmedelsverket. (2021e, 5 mars). *Måltider i äldreomsorgen*. Hämtad 2021, april 22 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/aldreomsorg>

Livsmedelsverket. (2021f, 3 februari). *Måltider på sjukhus*. Hämtad 2021, april 25 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/sjukhus>

Livsmedelsverket. (2021g, 10 mars). *Måltidsmodellen*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen>

Livsmedelsverket. (2021h, 10 mars). *Näringsriktiga måltider*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen/naringsriktig>

Livsmedelsverket. (2021i, 10 mars). *Säkra måltider*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen/saker>

Livsmedelsverket. (2021j, 10 mars). *Trivsamma måltider*. Hämtad 2021, april 8 från <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/maltidsmodellen/trivsam>

Livsmedelsverket. (2021k, 26 mars). *Äldreomsorgens måltider*. Hämtad 2021, maj 19 från https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/maltider-i-var-d-skola-och-omsorg/fakta-om-offentliga-maltider#Äldreomsorgens_maltider

Nordic Council of Ministers. (2014). *Nordic Nutrition Recommendations 2012 – Integrating nutrition and physical activity*. Nordic Council of Ministers. <https://www.livsmedelsverket.se/globalassets/publikationsdatabas/broschyer-foldrar/nordiska-naringsrekommendationer-2012-svenska.pdf>

SCB. (u.å.). *Folkmängden per månad efter region, ålder och kön – År 2000M01-2021M02*. https://www.statistikdatabasen.scb.se/pxweb/sv/ssd/START_BE_BE0101_BE0101A/BefolkManad/

Senior Alert. (2020, 17 december), *Resultat och statistik*. <https://plus.rjl.se/infopage.jsf?nodeId=40605>

Skinnars Josefsson, M., Nydahl, M., Persson, I., & Matsson Sydner, Y. (2017a). Reforming foodservice in elderly care: National actions and local outcomes. *Nutrition & Dietetics*, (75), 79-86. <https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1111/1747-0080.12388>

Skinnars Josefsson, M., Nydahl, M., Persson, I., & Matsson Sydner, Y. (2017b). Quality indicators of nutritional care practice in elderly care. *The Journal of nutrition, health & aging*, 21(9),1057-1064. DOI:10.1007/s12603-017-0970-8

Socialstyrelsen. (2019). *Öppna jämförelser 2019 enhetsundersökningen om äldreomsorg och kommunal hälso- och sjukvård*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/oppna-jamforelser/2019-10-6419.pdf>

Socialstyrelsen. (2020). *Att förebygga och behandla undernäring Kunskapsstöd i hälso-och sjukvård och socialtjänst*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/kunskapsstod/2020-4-6716.pdf>

Socialstyrelsen. (2021a). *Statistik om socialtjänstinsatser till äldre 2020*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/statistik/2021-4-7358.pdf>

Socialstyrelsen. (2021b). *Vård och omsorg för äldre – lägesrapport 2021*. <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepoint-dokument/artikelkatalog/ovrigt/2021-3-7249.pdf>

Summer, M., & Josefsson, K. (2018). Management Practices Promoting Sustained Implementation of the Quality Register Senior Alert for Older Adults in Municipal Care in Sweden. *The open nursing journal*. (12) 215-224. DOI: [10.2174/1874434601812010215](https://doi.org/10.2174/1874434601812010215)

Tight, M. (2019). *Documentary Research in Social Sciences*. SAGE Publications Ltd. <https://dx-doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.4135/9781529716559>

Volkert, D. (2008). Malnutrition in the elderly – prevalence, causes and corrective strategies. *Department of Nutrition Science*, 21(1)110-112. [https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/S0261-5614\(02\)80014-0](https://doi-org.ezproxy.ub.gu.se/10.1016/S0261-5614(02)80014-0)

Westergren, A. (2019). *Undernäring hos äldre*. Gothia fortbildning.

Källförteckning

Arvidsjaur kommun. (u.å.). *Kostpolicy för Arvidsjaur kommun*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.arvidsjaur.se/globalassets/kommun/politik/styrdokument/kostpolicy.pdf>

Bollnäs kommun. (u.å.). *Beskrivning av äldreomsorg i Bollnäs kommun*. Hämtad 2021, april 5 från https://bollnas.se/images/soc/aldreomsorg/pdf/Beskrivning_av_aldreomsorg_i_Bollnäs_kommun.pdf

Dals-Ed kommun. (u.å.). *Livsmedels- och måltidspolicy för förskola, skola och omsorg*. Hämtad 2021, april 1 från https://www.dalsed.se/media/260120/maltidspolicy_ed.pdf

Eslöv kommun. (u.å.). *Måltidspolicy – i Eslövs kommun serveras Skånes bästa måltider*. Hämtad 2021, april 1 från <https://eslov.se/wp-content/uploads/maltidspolicy-2020-06-02.pdf>

Färgelanda kommun. (u.å.). *Livsmedels- och måltidspolicy för förskola, skola och omsorg*. Hämtad 2021, april 1 från https://www.fargelanda.se/media/161096/maltidspolicy_2017_ny.pdf

Gävle kommun. (u.å.). *Kostpolicy för Gävle Kommunkoncern*. Hämtad 2021, april 1 från <https://meetingsplus.gavle.se/welcome-sv/namnder-styrelser/kommunfullmaktige/mote-2018-09-24/agenda/kostpolicy-gavle-kommunkoncernpdf-1?downloadMode=open>

Hedemora kommun. (u.å.). *Riktlinjer för mat och måltider i Hedemora kommuns kostverksamheter*. Hämtad 2021, april 1 från https://www.hedemora.se/UserFiles/BarnUtbildning/Maltidsverksamheten/Riktlinjer_for_mat_och_maltider_i_Hedemora_kommun_2021-03-01.pdf

Hällefors kommun. (u.å.). *Måltidspolicy för Hällefors kommun*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.hellefors.se/download/18.1c5a550313ebde890de59a4/1448581119638/Maltidspolicy%20för%20Hällefors%20kommun.pdf>

Järfälla kommun. (u.å.). *Riktlinjer och tillämpningsanvisningar för Järfälla kommuns måltidsverksamhet*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.jarfalla.se/download/18.71118111525e2da9337ef3a/1453391203910/Riktlinjer%20och%20tillämpningsanvisningar%20för%20Järfälla%20kommuns%20måltidsverksamhet%202016-2020.pdf>

Jönköping kommun. (u.å.). *Kostpolicy för äldreomsorgen*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.jonkoping.se/download/18.53303e0316d1a4662dd5e79/1595337921039/Kostpolicy%20äldreomsorgen.%20broschyr.pdf>

Kil kommun. (u.å.). *Kostpolicy för äldreomsorgen*. Hämtad 2021, april 1 från https://www.kil.se/globalassets/forvaltning/socialforvalt/ledningssystem/kos_kostpolicy.pdf

Kinda Kommun. (u.å.). *Måltidspolicy*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.kinda.se/download/18.5b72a6f9153276d6ee06ac2a/1520243868502/Måltidspolicy.pdf>

Kungsbacka kommun. (u.å.). *Riktlinje för mat och måltider på vård- och omsorgsboende*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.kungsbacka.se/globalassets/naringsliv-och-arbete/dokument/privat-utforare/vard-och-omsorg/riktlinjer-privata-utforare/nutrition/riktlinje-for-mat-och-maltider-pa-vard--och-omsorgsboende.pdf>

Lessebo kommun. (u.å.). *Kostpolicy*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.lessebo.se/download/18.7d5ab20b1656d12511768eba/1535453979059/KOSTPOLICY%20för%20Lessebo%20kommun.pdf>

Lunds kommun. (u.å.). *Kostpolicy för Lunds kommun*. Hämtad 2021, april 1 från https://www.lund.se/globalassets/lund.se/utb_fsk/mat-och-lunch/kostpolicy_servforv_2014.pdf? t_id=1B2M2Y8AsgTpgAmY7PhCfg==& t_q=kostpolicy& t_tags=language:sv,siteid:64f84e1d-b78a-4709-bb68-5676dc0dc33e& t_ip=172.29.0.80& t_hit.id=Pure_Core_Models_Media_GenericMedia/_12610a2b-dfb8-41ed-8183-a3d3570be387& t_hit.pos=2

Mörbylånga kommun. (u.å.). *Kostpolicy med riktlinjer*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.morbylanga.se/Documents/Styrdokument/Barn%20och%20utbildning/Kostpolicy.pdf>

Norrtälje kommun. (u.å.). *Kostpolicy Norrtälje kommun*. Hämtad 2021, april 1 från https://www.norrtalje.se/globalassets/a-stadning-i-media/kostpolicy_a4.pdf

Nykvarn kommun. (u.å.). *Kostpolicy*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.nykvarn.se/download/18.3cda1b716aa1faf26a64981/1557733399683/Kostpolicy.pdf>

Ovanåker kommun. (u.å.). *Kostpolicy för äldreomsorgen*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.ovanaker.se/stodochomsorg/maltider/kostpolicyforaldreomsorgen.2577.html>

Sala kommun. (u.å.). *Riktlinjer för måltider inom vård- och omsorg*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.sala.se/resources/files/Samhällsbyggnadskontoret/måltidsenheten/Riktlinjer%20för%20måltider%20inom%20Vård%20och%20Omsorg.pdf>

Skövde kommun. (u.å.). *Måltidspolicy*. Hämtad 2021, april 1 från <https://skovde.se/globalassets/forfattningssamling/01.-kommunfullmaktige/kommungemensamma-styrdokument/policy/maltidspolicy.pdf>

Storfors kommun. (u.å.). *Kostpolicy för Storfors kommun*. Hämtad 2021, april 5 från <https://www.storfors.se/download/18.2e281b29152546978eadd4/1548836092183/Kostpolicy%20för%20Storfors%20kommun.pdf>

Svedala kommun. (u.å.). *Kostpolicy för vård och omsorg*. Hämtad 2021, april 1 från <https://docplayer.se/4630642-Kostpolicy-for-var-d-och-omsorg.html>

Tranås kommun. (u.å.). *Riktlinjer – Kost och måltidsverksamhet i Tranås kommun*. Hämtad 2021, april 5 från <https://www.tranas.se/download/18.64efbbc1177ab288b595c/1613726868362/Riktlinjer%20för%20kost-%20och%20måltidsverksamhet%20i%20Tranås%20kommun.pdf>

Varberg kommun. (u.å.). *Mat, måltider och nutrition – riktlinje*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.varberg.se/download/18.32066c6117613b82bea56f9f/1606888772129/Riktlinje%20mat%20måltider%20och%20nutrition.pdf>

Vännäs kommun. (u.å.). *Kostpolicy*. Hämtad 2021, mars 27 från <https://vannas.se/download/18.63a3ca3817647f452196e82/1617803056076/Kostpolicy%20antagen%2020190520.pdf>

Upplands Väsby kommun. (u.å.). *Måltidspolitiskt program för Upplands Väsby*. Hämtad 2021, april 1 från <http://www.upplandsvasby.se/download/18.4715323816660b144a81ddd/1540287424648/Måltidspolitiskt%20program%20för%20Upplands%20Väsby%202018-2020.pdf>

Åstorp kommun. (u.å.). *Livsmedels- och måltidspolicy*. Hämtad 2021, april 7 från <https://astorp.se/download/18.355f08901715dd0ef335602/1586266620437/Livsmedels-och%20måltidspolicy.pdf>

Örnsköldsvik. (u.å.). *Måltids- och livsmedelspolicy för Örnsköldsvik kommun*. Hämtad 2021, april 1 från <https://www.ornskoldsvik.se/download/18.5466f5217876bbdb7e32ec4/1618817682995/Måltids-%20och%20livsmedelspolicy.pdf>

Bilagor

Bilaga 1.

En översikt av Sveriges 29 stycken slumpmässiga kommuner ur Sveriges 21 län och 290 kommuner

Län	Kommun	Datum för godkänt kostpolicydokument	Invånarantal i kommunen	Äldre invånare i kommunen, 75+
Norrbottn län	Arvidsjaurs kommun	2015-11-24	6 142	>946
Gävleborgs län	Bollnäs kommun	2019-11-05	26 803	>3 724
Västra Götalands län	Dals-Ed kommun	2017-05-17	4 766	>7 51
Skåne län	Eslöv kommun	2020-06-02	34 171	>3 353
Västra Götalands län	Färgelanda kommun	2017-02-17	6 661	>843
Gävleborgs län	Gävle kommun	2018-05-23	102 829	>11 372
Dalarnas län	Hedemora kommun	2021-03-01	15 448	>2 096
Örebro län	Hällefors kommun	2014-05-15	6 877	>1 612
Stockholms län	Järfälla kommun	2015-12-07	81 427	>7 282
Jönköpings län	Jönköping kommun	Inget datum angivet	142 459	>14 685
Värmlands län	Kil kommun	2012-02-07	12 526	>1 569
Östergötlands län	Kinda kommun	2014-06-16	10 007	>1 429
Hallands län	Kungsbacka kommun	2019-11-06	84 893	>9 378
Kronobergs län	Lessebo kommun	2015-10-26	8 673	>1 079
Skåne län	Lunds kommun	2014-08-28	125 852	>11 206
Kalmar län	Mörbylånga kommun	2017-03-07	15 487	>2 088
Stockholms län	Norrtälje kommun	2016-06-20	63 715	>9 229
Stockholms län	Nykvarn kommun	2019-03-07	11 224	>1 022
Gävleborgs län	Ovanåker kommun	2020-09-04	11 685	>1 742

Västmanlands län	Sala kommun	2016-06-10	22 882	>2 969
Västra Götalands län	Skövde kommun	2016-02-29	56 801	>5 920
Värmlands län	Storfors kommun	2015-11-X	3 983	>572
Skåne län	Svedala kommun	2009-05-13	22 677	>2 019
Jönköpings län	Tranås kommun	2017-06-26	20 742	>2 682
Hallands län	Varberg kommun	2016-09-01	65 484	>8 171
Västerbottens län	Vännäs kommun	2019-05-20	8 993	>1 047
Stockholms län	Upplands Väsby kommun	2018-06-18	47 114	>4 098
Skåne län	Åstorp kommun	2012-02-27	16 061	>1 479
Västernorrlands län	Örnsköldsvik kommun	2021-01-04	55 796	>7 283