

Kom igång med Sagasagors Hälsosamtal inom Barnhälsovården

Introduktion

Sagasagors hälsosamtal är ett helhetskoncept utformat för att främja hälsosamma levnadsvanor på arenor som möter barn tidigt i livet. Verktøyen i konceptet skapar en röd tråd mellan olika samhällsarenor såsom barnhälsovården, tandvården, förskolan, skolan och hemmet. Genom att använda ett gemensamt språk och anpassade verktyg underlättas samtal om hälsa och levnadsvanor med barn och deras familjer. Initiativtagarna bakom konceptet är Generation Pep och Cancerfonden.

Sagasagors hälsosamtal bygger på böckerna *Sagasagor fiffiga kroppen och finurliga knoppen* och *Sagasagor starka tänder och taskiga troll*. Tillsammans med böckerna skapar verktygen ett helhetskoncept kring hälsosam mat och rörelse för små barn.

Bakgrund till Sagasagors hälsosamtal

Allting började med boken "Sagasagor - fiffiga kroppen och finurliga knoppen" som togs fram i samarbete mellan Generation Pep, Bonnier Carlsen, författaren Josefine Sundström och illustratören Emma Göthner år 2017. Syftet med boken var och är att sprida kunskap om hälsosamma levnadsvanor med en vokabulär som fångar barnens intresse genom sagovärlden. Boken har delats ut till nästa 600 000 barn över hela landet vid deras 5-årsbesök på BVC.

Sagasagor-konceptet är ett samverkansprojekt som drivs av Generation Pep, som i sin tur samlat expertis och erfarenheter från forskare och professioner som arbetar med levnadsvanor eller inom barnhälsovården.

Skaparna av Sagasagor, illustratören Emma Göthner och författaren Josefine Sundström, har levandegjort de hälsofrämjande budskapen för att skapa det gemensamma hälsospråket mellan barn och vuxna. Bokförlaget Bonnier bidrar pro bono som en brygga för att tillgängliggöra dessa barncentrerade budskap kring hälsosamma levnadsvanor till fler barnfamiljer i vårt samhälle. Flera forskare vid Karolinska Institutet har bidragit till den vetenskapliga utvärderingen av Sagasagors hälsosamtal där barnhälsovården från totalt nio regioner har varit med och bidragit i resultaten. Mer om utvärderingen kan du läsa här: [länk](#).

Utifrån ett identifierat behov från barnhälsovården och som en vidareutveckling av boken skapades en verktyglåda som kallas Sagasagors hälsosamtal. Sagasagors hälsosamtal syftar till att förstärka barnhälsovårdens hälsofrämjande och preventiva uppdrag och erbjuder utbildning och material för ett strukturerat och barncentrerat hälsosamtal på barnvårdscentralen. Framför allt är fokus på det hälsofrämjande uppdraget som inkluderar hälsosamtal och screening med alla barn, men verktyglådans olika beståndsdelar kan med fördel även användas vid uppföljningsbesök och med yngre barn.

Vad får man ut av Sagasagors hälsosamtal?

Ett samlat grepp kring hälsosamtalen i barnhälsovården. Där barn och föräldrar kan mötas av ett budskap som även är lätt att plocka hem. Materialet är även pedagogiskt utformat för att underlätta för den som håller i samtalet.

Verktyglådan Sagasagors hälsosamtal

Verktyslådan för Sagasagors hälsosamtal finns att ladda ner kostnadsfritt på Generation Peps hemsida under materialbibliotek. Det går även att beställa ett färdigt verktygskit genom att mejla vår samarbetspartner US Ab elin@us-ab.com

Verktygskitet innehåller:

- Samtalsverktyg, ett bildbaserat barncentrerat "hands on"-material inbladat i en uppställbar blädderblockspärm.
- Affischer för väntrum/mottagningsrum.
- Hemuppgifter i form av utskrivningsvänliga PDF:er.
- Boken " Sagasagor - fiffiga kroppen och finurliga knoppen"

Att komma igång med Sagasagors hälsosamtal

1. Ladda ner alla verktyg ifrån Materialbiblioteket - <https://generationpep.se/sv/materialbibliotek/?tags=Saga+Sagor> genom att filtrera på kategori Sagasagor och tagga med barnhälsovård. Alternativt beställ ett fysiskt verktygskit.
2. Registrera dig för nyhetsbrev för att ta del av uppdateringar och nyheter kopplat till Sagasagors helhetskoncept.
3. Gå introduktionsutbildningen: <https://generationpep.se/sv/sagasagors-halsosamtal/information-for-bhv-mottagning/>

Vill du breddinföra Sagasagor i din region?

När Sagasagor i hälsosamtal implementeras rekommenderar vi att konceptet förankras i ett tidigt skede med hela centrala barnhälsovårdsteamet i er region.

Nästa steg är att involvera BHV-mottagningarna och BHV-sjuksköterskorna i implementeringen. Hur din region väljer att genomföra utbildningsinsatsen är helt upp till er. Antingen väljer ni att genomföra en gemensam digital utbildningsförmiddag eller så går sjuksköterskorna själva in och genomför de olika stegen i utbildningspaketet individuellt under en tidsbestämd period. Hör gärna av er till oss om ni vill breddinföra Sagasagors hälsosamtal i er region för att vi ska få vetskap om er och kunna stötta ert arbete.

Efter genomförd utbildning i Sagasagors hälsosamtal rekommenderar vi att man anordnar en uppföljningsträff. Uppföljningsträffen kan genomföras förslagsvis efter 3–6 månader, så att BHV-sjuksköterskorna som gått utbildningen har fått chansen att komma igång med verktygen och har något att reflektera kring.

Underlag för uppföljningsträffen hittar du i materialbiblioteket.

Utvärdering av materialet

Här kan du ta del av genomförda forskningsstudier, uppsatser och rapporter kopplade till Sagasagors hälsosamtal.

2022-2025

En kvantitativ typ 1 hybrid effekt-implementeringsstudie genomförd av Karolinska Institutet.

Studien mäter:

- Hälsoeffekt: Self-efficacy Förälderns tilltro till sig själv att kunna främja goda kost- och rörelsevanor hos sitt barn
- Implementering: Hur fungerar verktygen på BVC? Acceptans, lämplighet, genomförbarhet, användande, långsiktig hållbarhet

Henström,M, Delisle Nyström,C, Andermo,S, Thomas,K, Löf,M (2025) 'Saga Stories in health talks' for health promotion in Swedish child healthcare: results from a cluster-randomised hybrid type 1 effectiveness-implementation study

2019-2021

2019 gjorde Reach for change en effektrapport av boken "Sagasagor - fiffiga kroppen och finurliga knoppen". De framträdande resultaten i rapporten var:

- "Sagasagor - "Fiffiga kroppen och finurliga knoppen" ger barn och vuxna ett gemensamt språk för att prata kring hälsosamma levnadsvanor.
- Boken konstaterades ha stor potential som ett pedagogiskt verktyg inom förskolan och barnhälsovården.
- Risken med boken ansågs vara att den inte läses av alla och därmed riskerar de hälsofrämjande budskapen inte nå dem som behöver det som mest.

För att ta del av rapporten i sin helhet, kontakta: sara@generationpep.se.

2020 genomfördes en studie kring bokens roll och implementering inom barnhälsovården av en student vid Uppsala universitet, Medicinska och farmaceutiska vetenskapsområdet, Medicinska fakulteten, Institutionen för kvinnors och barns hälsa. Resultaten i studien visade att:

- 99% av BVH-sjuksköterskorna har en positiv upplevelse av boken.
- 9 av 10 upplevde att boken har en relevans i det dagliga arbetet på barnavårdscentralen.
- 70% efterfrågade fler verktyg kopplade till boken.

Michalski,K Implementation of children book in maternal care for children's healthier lifestyle: Implementation process and the Swedish nurses experiences of Saga Sagor "Fiffiga kroppen och finurliga knoppen"

De framtagna verktygen var klara våren 2021 och tre pilotregioner (Sörmland, Halland, Östergötland) genomgick en halvdagsutbildning i metoden för att sedan testa verktygen. Karolinska Institutet ansvarade för den vetenskapliga utvärderingen.

Resultat från den vetenskapliga utvärderingen visar att Sagasagors hälsosamtal:

- Är ett av sjuksköterskorna uppskattat material med relevant innehåll för hälsosamtal inom barnhälsovården
- Har en stödjande funktion i arbetet kring att främja hälsosamma levnadsvanor både inom barnhälsovården och i hemmet.
- Med dess barnvänliga och uppskattade illustrationer, öppnar upp för vidare samtal om levnadsvanor och berör känsliga ämnen på ett pedagogiskt och lättsamt sätt.
- Gör det enkelt för BHV- sjuksköterskan att delaktiggöra och fånga barnets uppmärksamhet på ett naturligt sätt, samtidigt som föräldrarna involveras i samtalet.

Collan,C, Dahl,L, Henström,M, Delisle Nyström,C, Löf,M, Andermo,S To capture the child's interest - nurses experiences of 'Saga stories in health talks'