

Modul: Utviklingshemmede; Hva må til for å sikre et sunt kosthold?

Visjon

Deltakere skal få en økt forståelse for spesifikke utfordringer med ernæring og problemstillinger rettet mot overvekt

Målgruppe

Alle kommunale ansatte som jobber med psykisk utviklingshemmede

Forkunnskaper

Ingen

Innhold

- Forståelsen for problemstillingen rundt eldre og ernæring
- Endringen i en aldrende kropp
- Kriterier for underernæring
- Økt behov for enkelte næringsstoffer

Kompetansemål

Målet er at deltakere etter gjennomført kurs:

- Kjenne til hva forskriftene sier og hva man plikter å gjøre som ansatt
- Ha en økt forståelse for problemstillinger rundt overvekt
- Ha en økt forståelse for hvorfor man bør kartlegge og jobbe så systematisk som mulig
- Ha en økt forståelse for hvordan spesifikke syndromer som f.eks. Downs Syndrom påvirker valg av mat og fordøyelsen av denne
- Etter fullført kurs, skal deltakerne føle seg bedre rustet til å gjennomføre ernæringskartlegging av sine brukere
- Kjenne seg bedre rustet til å jobbe med tilrettelegging av kosthold i samarbeid med andre kollegaer og brukere

Arbeidsformer og arbeidsomfang

- 1 time med forelesning og gruppediskusjoner

Relevante kurs

- <http://www.samordningsradet.no/kosthold.cfm?pArticleId=36986&pArticleCollectionId=5077>
- <http://matogtrivsel.helsekompetanse.no/>

Referanseliste til kurset

- Kosthåndboken: <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/kosthandboken-veileder-i-erteringsarbeid-i-helse-og-omsorgstjenesten>
- Nasjonal faglig retningslinje for forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos barn og unge: <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/nasjonalt-faglig-retningslinje-for-forebygging-utredning-og-behandling-av-overvekt-og-fedme-hos-barn-og-unge>
- Nasjonalt kompetansesenter om utviklingshemming (NAKU): <https://naku.no/kunnskapsbanken/ern%C3%A6ring-og-helse-personer-med-utviklingshemming#main-content>

Pensumliste (anbefalt)

- -Kolset S, Hope S, Retterstøl K, Nordstrøm M, Iversen P. Securing rights and nutritional health for persons with intellectual disabilities – a pressing challenge. fnr [Internet]. 2018Jun.7 [cited 2019Jan.3];620. Available from: <https://foodandnutritionresearch.net/index.php/fnr/article/view/1268>
- Sigrun Hope, Marianne Nordstrøm, Kjetil Retterstøl, Per Ole Iversen, Svein Olav Kolset [Retten til et helsefremmende kosthold for personer med utviklingshemming](#), Tidsskriftet (2018)