

Bragðlaukajálfun og fæðutengd færni til að draga úr matvændni: Fæðumiðuð íhlutun í leikskólum með þátttöku kennara og foreldra ásamt langtímaeftirfylgd á vexti

Ragnar Bjarnason, yfirlæknir

Dr. Anna Sigríður Ólafsdóttir, prófessor í næringarfræði

Dr. Sigrún Þorsteinsdóttir, nýdoktor og sálfræðingur

Berglind Lilja Guðlaugsdóttir, næringarfræðingur og doktorsnemi í heilsuefningu

Dr. Jason O'Rourke, skólastjóri Washington Academy

Fyrstu æviár barna skipta sköpum fyrir framtíðarheilbrigði þeirra og þroska, þar er meðal annars fjölbreytt og hollt mataræði grundvallaratriði. Meðal hindrana fyrir aukinni fjölbreytni í fæðuvali barna er erfið matarhegðun, svo sem matvændni, sem er algeng hjá ungum börnum. Langtímarannsóknir á vexti barna með matvændni skortir og enn fremur hvort fæðumiðuðar íhlutanir geti haft áhrif á fæðuvefjum, matvændni og vöxt til lengri tíma lítið. Bragðlaukajálfun er aðferð þar sem börn eru markvisst þjálfuð í að smakka og upplifa mat með öllum skynfærum sínum með leikgleðina að vopni. Í rannsókninni verður Bragðlaukajálfun hluti af daglegu skólastarfi og fjölskyldur barnanna virkjaðar til þátttöku; foreldrar fá myndbönd og annað fræðsluefni til að auka fæðutengda færni heima fyrir. Námsefni og aðferðir íhlutunarinnar verða samhannaðar með leikskólastarfsfólki til að gæta að fjölbreytni og verða þær aðlagðar að venjum hvers og eins leikskóla. Markmið: 1) Meta gagnsemi Bragðlaukajálfunar í leikskólum ásamt því að hafa áhrif á fæðuumhverfið heima fyrir til að auka fæðufjölbreytni, sérstaklega grænmeti og ávexti og draga úr matvændni hjá ungum börnum. 2) Mat á fæðutengdri hegðun, fæðuvali og matvændni hjá börnum og fjölskyldum þeirra. Sálrænir þættir foreldra verða metnir þ.m.t. streita og líðan tengd matmálstímum sem mögulegir áhrifaþættir og félagshagfræðilegum breytum safnað. 3) Vaxtargögnum barna verður safnað gegnum ungbarnavernd frá fæðingu til sex ára aldurs bæði hjá inngrípshópi (n~1000) og samanburðarhópi (n~1000) með samstarfi við Þróunarmiðstöð heilsugæslunnar ásamt upplýsingum um matvændni og fæðuval (6 mán-4 ára). Sambærilegum upplýsingum úr fæðumiðuðum íhlutunum í leikskólaumhverfi með þátttöku foreldra hefur ekki verið safnað áður og er því nýnæmi.