

Salutdag 2016

Västerbottens läns landsting



Health literacy

Hur kan vi skapa goda förutsättningar som främjar health literacy och en mer jämlik hälsa för barn och deras föräldrar?

Ewy Olander
Fil.dr. Distriktssköterska
2016-03-03

Health literacy ur en hälsofrämjande perspektiv

Vi som planerat den här utbildningen är:

Karin C. Ringsberg, Per Tillgren och Ewy Olander

redaktörer för boken:

Health literacy

Teori och praktik i hälsofrämjande arbete



Health literacy ur en hälsofrämjande perspektiv

- Helhetssyn på hälsa
- Hälsofrämjande som en process
- Hälsofrämjande är en övergripande ansats
- Grundprinciper är jämlikhet, delaktighet och empowerment.



Föreläsningens upplägg om health literacy (HL)

Hur kan vi skapa goda förutsättningar som främjar HL och en mer jämlik hälsa för barn och deras föräldrar?

- Definition och innebörd
- Hur identifiera HL
- En bestämningsfaktor för hälsa
- Hur stärka HL



Gruppdiskussioner i teamen

- Hur kan vi stärka HL i våra möten med barn och föräldrar?
- Hur kan vi skapa en HL - främjande miljö i vår verksamhet?

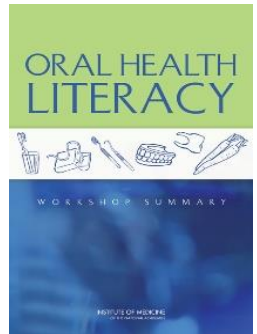
Fylla i en utvärderingsenkät

Ett växande intresse och ökande förståelse för betydelsen av health literacy

- **Hälsopolitiska dokument**



- **Forskning, utveckling konferenser**



- **Nätverk**



En introduktion



<https://youtu.be/BVSIz6Zg7hA>

V. Götaland och Göteborgs stad, 2015

Health literacy – vad är det?



- Vad tänker du på när du hör begreppet health literacy?
- Har du hört begreppet förut? Kanske något annat begrepp?
- Vad använder ni för begrepp när ni pratar om hur barns och föräldrar kan hitta information om hälsa, förstå och kritiskt värdera den, samt omsätta den i sin vardag?

Prata med din granne några minuter.

Health literacy

”förmåga att hitta, förstå, kritiskt värdera, göra egna val samt använda hälsorelaterad information för att främja hälsa ”

Bästa uttryck på svenska?

Häsolitteracitet	Hälsokunskap	Hälsokompetens	Hälsoförståelse	Hälsokapacitet
	Hälsoförmåga	Hälsofärdigheter	Hälsomedvetenhet	

Finns ännu ingen konsensus om ett svenskt begrepp

Vad utgår begreppet health literacy från?

HEALTH, HÄLSA

- Holistisk utgångspunkt
- Resurs i livet som ger individer möjlighet till att leva ett innehållsrikt och produktivt liv
- Hälsa skapas i den vardagliga miljön (WHO 1998).

LITERACY

- Förmåga att identifiera, förstå och kunna använda och kommunicera tryckt och skrivet material inom olika områden
- Kontinuerligt lärande och utveckling av kunskaper och potentialer för att nå sina mål och kunna delta fullt ut i ett vidare samhällssammanhang.

(UNESCO, 2003)



Health literacy

Health literacy

Kritisk HL

- kunna välja relevant hälsorelaterad information
- kritiskt värdera den
- använda den för att påverka sin egen hälsosituation, levnadsmiljöer samt sociala och politiska strukturer

Interaktiv HL

- kunna omsätta hälsorelaterad information
- kunna samtala om hälsa och hälsorelaterad information i olika sammanhang

Funktionell HL

- kunna läsa och förstå muntlig och skriftlig hälsorelaterad information

Att identifiera health literacy

- mäta med
mätinstrument

- utforska, lyssna

Befolkningen

- Vilken HL finns i befolkningen?
- Vilka samband med socioekonomiska faktorer?
- Mätinstrument

I verksamheten

(MHV,, BHV, tandvård, familjecentral, öppen förskola)

- Vilka föräldrarna och barn möter vi i vår verksamhet?
- Hur ser deras HL ut på gruppnivå?
- Ev. mätinstrument

Mötet med enskilda individen/familjen

- Vem är det jag möter?
- Hur ser hens/deras HL ut?

Samtala med din granne några minuter...

- Har du i ditt arbete reflekterat över att föräldrar kan ha olika utvecklad HL?
- I vilka situationer har det varit?
- Hur har du uppmärksammat det?

*Varför är det viktigt att främja
health literacy i mitt arbete med
barn och föräldrar ?*



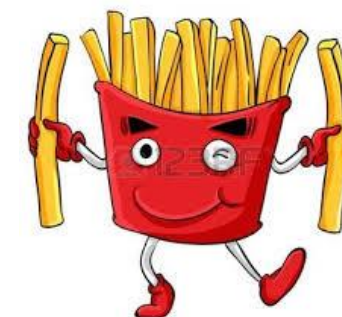
Det moderna samhället ställer krav på den enskilde medborgaren

- Vi ställs ständigt inför ny information och nya situationer som berör vår eller våra barns hälsa
 - Vi förväntas ta ansvar för vår egen och våra barns hälsoutveckling
 - Vi förväntas kunna navigera och välja,
- men ...

alla människor har inte resurser för att klara av detta i sin vardag eller för att påverka sina levnadsförhållanden

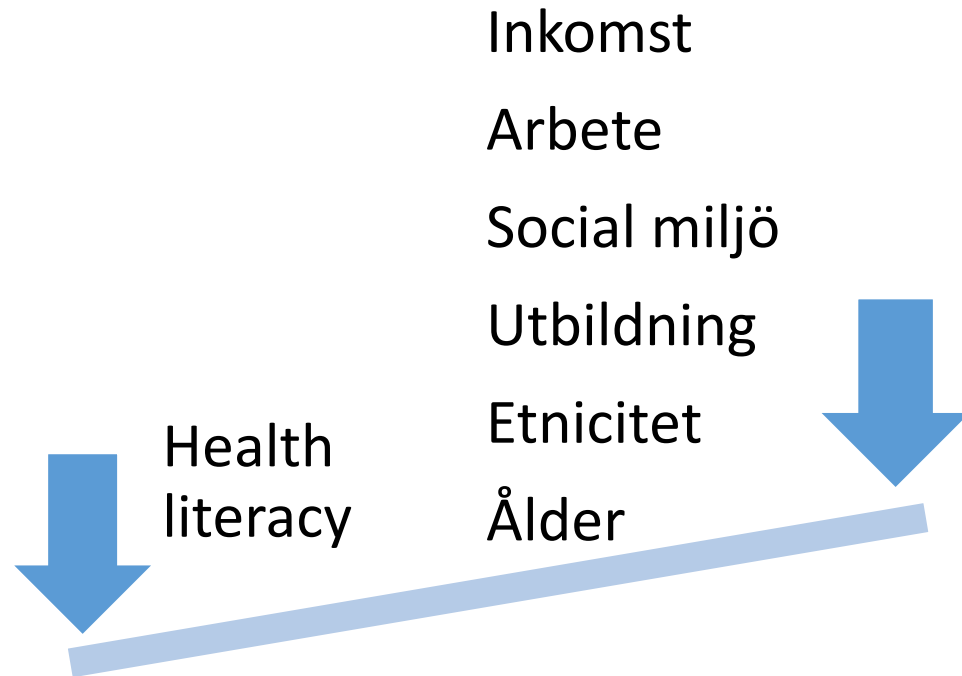
- Många generella och riktade hälsofrämjande och sjukdomsförebyggande insatser genomförs,
- men...

många människor har inte hälsosamma levnadsvanor



Health literacy

en angelägen bestämningsfaktor för barn och föräldrars hälsa



- Mätning av HL i Europa visar att i genomsnitt 47 % av befolkningen har en begränsad HL.
(Sörensson et al, 2012.)
- En svensk studie visar att 30 % av deltagarna i hälsoundersökning för asylsökande inte fullt ut förstod vad som hade sagts.
(Wängdahl, m.fl. 2015).

Flera studier visar att HL påverkar hälsostatus mer än ålder, socioekonomisk status, utbildning eller etnisk bakgrund

Health literacy - en jämlikhetsutmaning

- Många invånare med utvecklad HL ger ett starkt socialt kapital i samhället.
- Utveckling av kritisk HL är ett livslångt lärande.
- HL utvecklas i de miljöer som människor lever och vistas i.
- HL varierar i förhållande till sammanhang, kultur och miljö.
- Begränsad HL har tydlig påverkan på hälsan och kan förstärka existerande ojämlikheter i hälsa.



Health Literacy The Solid Facts (WHO 2013)

Health literacy - en jämlikhetsutmaning



**Att tidigt stärka HL är en betydelsefull uppgift för
mödrahälsovård, barnhälsovård, tandvård, familjecentraler och
förskola/skola**

- Möter nästan alla föräldrar och barn.
- Har stort förtroende.
- Ett väl etablerat hälsovägläsningsarbete: universellt, specifikt och indikerat.
- Möter föräldrar och barn vid flera tillfällen.

Salut-satsningens vision

Alla barn i Västerbotten skall ha bästa möjliga hälsa
- *en så god start i livet som möjligt*



Salut-satsningens mål

God hälsa uppnås genom salutogena insatser i samverkan mellan samhällets aktörer och familjen med barnets bästa i centrum.

Kan en health literacy- främjande miljö och möten bidra till att nå detta övergripande mål?

En health literacy –vänlig miljö och organisation

- arbetar medvetet och aktivt med HL som en resurs
- skapar bästa villkor för alla föräldrar och barn oavsett HL förmåga
- stärka personalens förståelse för HL
- inkludera föräldrar och barn i utformning och utvärdering
- använder HL strategier i mötet med föräldrar och barn

***Hur ska vi "skruva på klossarna"
så att vår verksamhet ska bli
en HL-vänlig verksamhet?***

(modifierat efter Health Literacy The Solid Facts, WHO, 2013)

Att skapa en health literacy-främjande verksamhet

- **Inventera verksamheten**
 - checklista, ”walking interviews”
- **Information och fortbildning för personal**
 - webbmateriel, fortbildningsdagar, team-träffar
- **Föräldrar och barn är delaktiga**
 - medverka i inventering, medborgardialoger
- **Verktyg som underlättar samtal om hälsa**
 - info-material, webb och appar med bild och språkstöd
- **Samarbete med andra**
 - hälsokommunikatörer, doulor, intresseorganisationer

Att stärka health literacy i mötet med föräldrar och barn

”förmåga att hitta, förstå, kritiskt värdera, göra egna val och använda hälsorelaterad information för att främja hälsa ”

I våra samtal, i föräldragrupper, på familjecentralen



Samtalets grundbult –en tydlig och förståelig kommunikation för ALLA

Förklara

Upprepa

Anpassa

Lyft fram

Erbjud

Uppmuntra

Skriv ner



(V. Götaland och Göteborgs stad, 2015)

Vad behövs mer för att stärka och utveckla health literacy ?



- *Så många informationskällor*
- *Så många alternativ....*
- *Vad ska jag välja...*
- *Hur gör andra föräldrar/barn ...*
- *Vad passar bäst för min familj...*
- *Hur kan jag påverka min och min familjs levnadssituation...*
- *Ta ansvar för min och mina barns hälsoutveckling...*

Att stödja utveckling av HL som en resurs i möten med föräldrar och barn

- **Identifiera**
- **Samtala med utrymme för reflektion**
- **Vägleda i att hitta, kritiskt värdera och välja**
- **Återkoppla och stärka**

Att stärka health literacy...



... med health literacy glasögon på...

- i de samtals- och vägledningsmodeller som används
- på familjecentral och i föräldrastöd i grupp
- utifrån angivna guider och informationssidor

Att stödja HL som en resurs för att

- *hitta,*
- *förstå,*
- *kritiskt värdera*
- *göra egna val*
- *omsätta i sin vardag*

*Hur kan HL -"tänk" integreras?
Vad kan förstärkas, vidareutvecklas?*

Salutdag 2016 Umeå

Health literacy

Diskussion i grupp

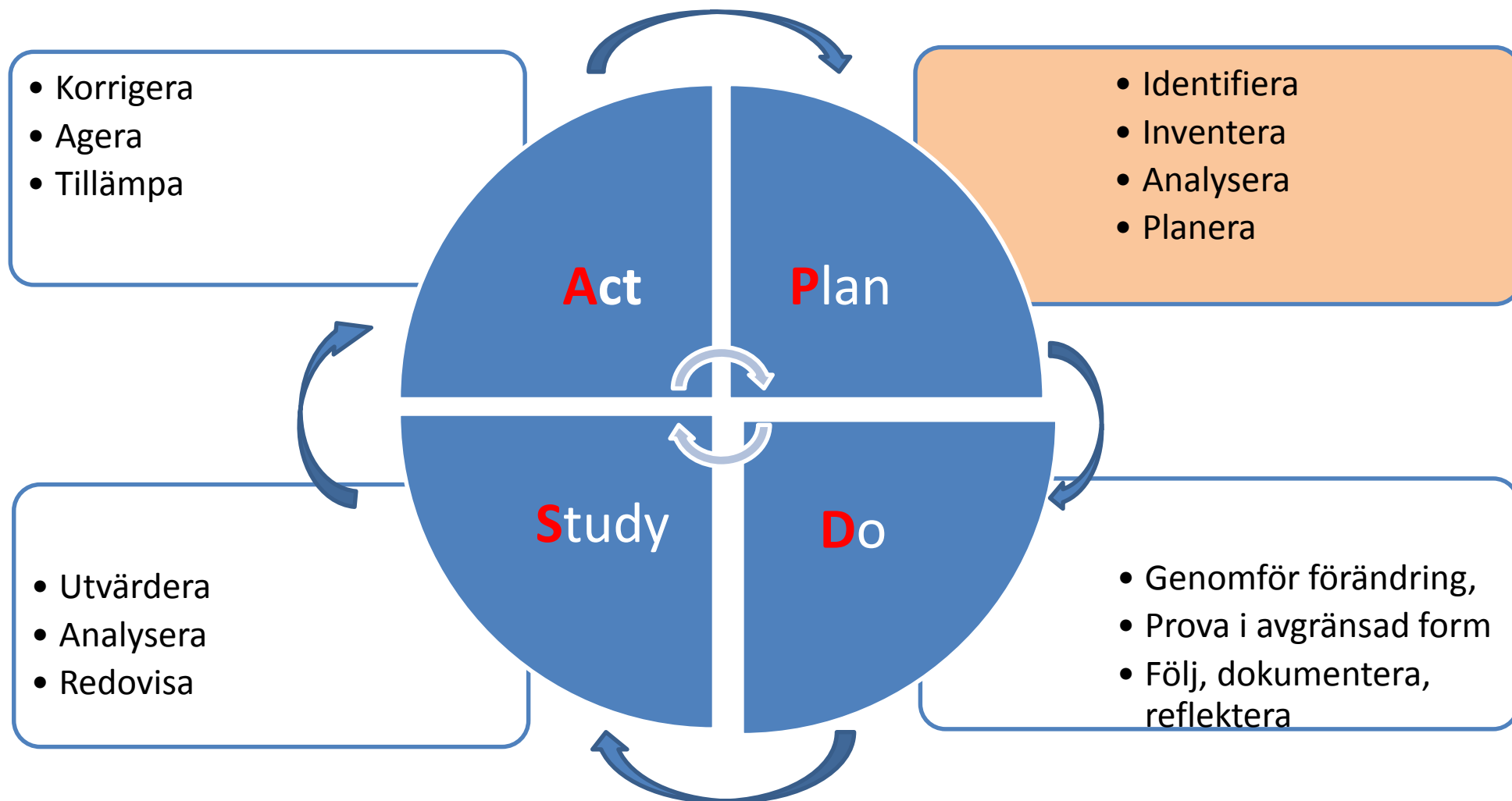
Hur kan vi stärka health literacy i våra möten med barn och föräldrar?

Hur kan vi skapa en health literacy-främjande miljö i vår verksamhet?



Att arbeta långsiktigt mot mål om hälsa och stärkning av health literacy

Ex. PDSA- modellen som verktyg (Fritt efter Langley, Nolan, Nolan,1994)



Att samtala om i team-gruppen

Att stödja HL som en resurs för att hitta, förstå, kritiskt värdera, göra egna val samt använda och omsätta hälsorelaterad information för att främja hälsa ”



1. Hur fungerar det hos oss?

- Vad gör vi idag som stärker health literacy i vår verksamhet?
- I det enskilda mötet med föräldrar och barn?

2. Vilka konkreta förbättringar kan vi/skulle vi vilja göra för att öka förutsättningarna för att främja health literacy?

- I vår verksamhet, miljö eller organisation?
- I våra möten med föräldrar och barn?

Skriv ner punkter från ert samtal på posterblad. Skriv stort så alla kan se.

Blad 1. En kolumn med det som fungerar bra och är styrkor och en kolumn med det som fungerar mindre bra och är svagheter.

Blad 2. Konkreta förslag på förbättringar som vi vill göra för att främja HL.

Efter samtalet fästes posterblad på väggen.

Lästips

Referenser

- Health literacy: teori och praktik i hälsofrämjande arbete. Redaktörer: Karin C. Ringsberg, Ewy Olander, Per Tillgren, 2014, 1 upplaga.
- Health literacy: the solid facts. Editors: I. Kickbusch, J. M. Pelikan, F. Apfel & Agis, D. Tsouros.-WHO 2013.
- Hälsolitteracitet, Främja hälsa nr 2, 2014, Hälsofrämjande hälso- och sjukvårdsorganisationer (HSF).
- Mårtensson L, Hensing G. Hälsolitteracitet, grundbult i patientmötet. Läkartidningen 2011; 108(51–52):2718-20.
- Sorensen K, Broucke SV, Fullam J, Doyle G, Pelikan J, Slonska Z, et al. Health literacy and public health: A systematic review and integration of definitions and models. BMC Public Health. 2012;12(1):80.
- Wångdahl J, Lytsy P, Mårtensson L, Westerling R. Health literacy and refugees' experiences of the health examination for asylum seekers – a Swedish cross-sectional study. BMC Public Health (2015;15:116.

Webbsidor

- Comic Health www.comichealth.se
- Health Literacy in Europe. <http://healthliteracycentre.eu/>
- Hälsolitteracitet www.halsolitteracitet.se
- IROHLA (äldres HL) www.irohla.eu
- HFS-nätverket www.hfsnatverket.se
- Material om hälsolitteracitet från Västra Götaland/Angered www.angeredsnarsjukhus.se/sv/Angeredsnarsjukhus1/angeredsnarsjukhus/Om-Angeredsnarsjukhus/Ett-halsoframjande-sjukhus/Halsoframjande-uppdrag-2011/Halsolitteracitet
- Nordiska Livsstilsverkstan www.nordiskalivsstilsverkstan.com

Tack för idag!

**En grundbult
- en health literacy vänlig verksamhet**

Ewy Olander

Fil.dr. Distriktssköterska

2016-03-03

