



DIETIST GER ÄLDRE MÅL I MUN

Josephine Garpsäter är legitimerad dietist och jobbar inom kommunal äldreomsorg, med nutrition för sköra äldre personer. Hennes arbete handlar främst om utveckling av verksamheten, och inte minst om att öka medvetenheten kring maten och nutritionens betydelse, i alla led och på olika nivåer – från individen och personer runt omkring, till undersköterskan och till den politiska styrningen.

– På strukturell nivå ser jag till att vi har rutiner för ett bra nutritionsomhändertagande, och att mat och nutrition finns med i upphandlingar och uppföljning av verksamheter. Jag utbildar omsorgspersonalen och lägger mycket resurser på handledning för att de ska kunna anpassa maten till varje individs behov. Mycket handlar om att uppmuntra och stötta, hitta livsmedel som de äldre kan tänka sig att äta, och förklara att deras behov av energi, protein och näring ser annorlunda ut nu jämfört med när de var yngre.

– Vid individuell kostrådgivning brukar vanligtvis anhöriga eller kontaktperson vara med, till exempel vid kognitiv svikt. Det är en stor fördel att kunna ha med de anhöriga i samtalet. Alla har dock inte någon familj eller någon nära vän. Många är väldigt ensamma och kontaktpersonen på avdelningen är deras närmaste. Många äldre mår dåligt psykiskt och det är inte ovanligt att detta kommer fram i samtalet om matvanorna. Då för jag de uppgifterna vidare.

Josephine Garpsäter tror att dietisten under de närmaste åren kommer att få en allt mer självklar roll inom omsorgen och hälso- och sjukvården, och i samhället i stort. Det finns mycket att vinna på att göra tidiga insatser för att till exempel minska risken för undernäring hos äldre personer.

– Förhoppningsvis kommer det inte dröja allt för länge innan medvetenheten kring förebyggande insatser ökar, och vården blir mer jämlik. Oavsett om man är ung eller gammal, och vilken kommun man bor i, har man rätt till ett gott nutritionsomhändertagande och trevliga måltider med fokus på kvalitet både vad gäller smak, näring, bemötande och måltidsmiljö, poängterar Josephine Garpsäter.

| | |
|-----------------|--|
| Namn: | Josephine Garpsäter |
| Ålder: | 35 |
| Ort: | Södertälje |
| Examensår: | Kandidatexamen 2005, magister 2007 |
| Favoriträtt: | Inget slår knäckebröd |
| Bästa matminne: | Oaxens restaurang på Mörkö, ett himmelrike. Så gott så att jag inte ville svälja maten. |