



Folkhälsomyndigheten

# De 1000 första dagarna i de nordiska länderna-resultat och slutsatser

Ann-Cristine Jonsson, utredare, Enheten för hälsofrämjande levnadsvanor



# Betydelsen av de första åren

- De första månaderna och åren i barns liv är avgörande för deras framtida välbefinnande.
- Hjärnans utveckling är på topp
  - Grunden läggs för neurala vägar och hjärnregioner som dikterar framtida lärande, språk, känsloreglering beteende.



# Grunden för en god mental hälsa

- Ett barns förmåga att lita på, älska, känna medkänsla, reglera sina känslor och bilda egna positiva relationer i framtiden utvecklas genom nära, intima relationer med omsorggivare.
- Detta lägger grunden för god psykisk hälsa under hela livet.



# De första 1000 dagarna i de Nordiska länderna

Ett treårigt nordiskt samarbetsprojekt inleddes 2019 som en del av Islands ordförandeskap i Nordiska ministerrådet

## 1.En omfattande nulägesanalys

- Främja psykisk hälsa och välbefinnande under graviditeten
- Stödja positiva föräldra-barn-relationer
- Identifiera och reagera tidigt på riskfaktorer
- Stöd till välbefinnande bland de yngsta barnen i förskola och barnomsorg

## 2.Granska evidensbasen för insatser och tester

## 3.Utarbetande av förslag på insatser

# Medverkande partners och referensgrupper

- Island: Direktoratet för hälsa
- Norge: Hälsodirektoratet, Regionalt center för barn och ungdomars psykiska hälsa (RBUP)
- Finland: Självständighetsjubileets barnstiftelse sr (Itla)  
Institutet för hälsa och välfärd (THL)

Danmark: Sundhedsstyrelsen

- Sverige: Folkhälsomyndigheten
- Nationella samrådsgrupper
- Nordisk referensgrupp med representanter från Grönland och Färöarna



# Nulägesanalys 2019

De nordiska länderna har många viktiga styrkor när det gäller att stödja en hälsosam start i livet

- Väl etablerad, kostnadsfri, tillgänglig mödra- och barnhälsovård
- Högt deltagande i mödravård och barnhälsovård,
- Allmän tillgång till förskola och barnomsorg
- Betydande föräldraledighet
- Ökande tonvikt på psykisk hälsa och att stödja känslomässig utveckling och förälder –barn relationen

# Nulägesanalys 2019

Men också flera områden som kan utvecklas

- Användningen av evidensbaserade metoder,
- Stöd till kompetensutveckling,
- Identifiering av riskfaktorer,
- Olika tillgång på olika tjänster
- Begränsat med tidiga insatser
- Brister i tvärsektoriell samverkan, mellan barnhälsovård och förskola

# Granskning av vetenskapligt stöd 2020

- Två forskargrupper vid Regionalt centrum för barns och ungas psykiska hälsa och barns välfärd (R-BUP Nord) vid Universitetet i Tromsø – Norges arktiska universitet och Itla Barnstiftelse i Finland.
- Redaktörer Monica Martinussen och Marjo Kurki
- Även om ett stort antal insatser och tester finns tillgängliga för föräldrar och små barn i de nordiska länderna är stödet för deras effektivitet och psykometriska egenskaper ofta otillräckliga.



# 1. Ge erkännande till vikten av de första 1000 dagarna för livslång mental hälsa och välbefinnande

## Stärk fokuset på de första 1000 dagarna av livet

- Se över befintliga policyer och handlingsplaner, inkludera de första åren/ utveckla nya som fokuserar specifikt på de första åren av livet, inklusive graviditet.
- **Stöd genomförandet** genom tydligt definierade implementeringsplaner.
- Säkerställ skyddet av barnets rättigheter i alla policies
- Infoga sätt att skydda de yngsta barnens rättigheter i befintlig politik och handlingsplaner.
- **Prioritera finansiering** för tjänster för blivande och nyblivna föräldrar och barn under två år.

## 2. Ge omfattande stöd till föräldrar under barnens första 1000 dagar i livet

- Involvera **både födande och icke-födande föräldrar** i mödra- och barnhälsovård.
- Erbjud grupp- och individuellt **föräldrastöd till alla** blivande och nyblivna föräldrar, Fokusera på att förbereda för föräldrarollen, stödja utvecklingen av föräldraskap, främja positiva relationer mellan föräldrar och barn, stödja föräldrarelationen och stärka föräldrarnas sociala nätverk.

**Inkludera digitala lösningar** för att ge vård, information och insatser till föräldrar.

- Utforska sätt att öka flexibiliteten när det gäller att kombinera arbete och familjeliv för småbarnsföräldrar.

### 3. Identifiera och reagera systematiskt på riskfaktorer tidigt i livet

- Implementera tillförlitliga metoder för att identifiera riskfaktorer inom mödra- och spädbarns- och barnhälsovården : psykiska hälsoproblem  
sociala svårigheter relationssvårigheter, alkohol- och drogberoende  
våld och trauma
- Se till att bedömning och insatser **når både föräldrarna och barnet** när det är tillämpligt.
- Upprätta systematiska och stegvisa rutiner för uppföljning efter bedömning och screening.

## 4. Förbättra tillgång till och kvalitet i tjänsterna för små barn och deras familjer

- Utveckla effektiva nationella strategier för att påverka **orättvis tillgång på tjänster** till små barn och deras familjer.
- **Säkerställ tillräckliga resurser** för att kunna ge högkvalitativ, individualiserad vård i alla tjänster som rör små barn, särskilt familjer som behöver extra stöd.
- Erbjud regelbunden **kompetensutveckling, handledning och högkvalitativ personalutbildning om evidensbaserade metoder** inom alla system som tillhandahåller tjänster till små barn och deras familjer.
- Se till att **uppföljnings- och kvalitetskontrollsystem** fungerar med tillräcklig frekvens, noggrannhet och auktoritet

## 5. Stärk det sektorsövergripande samarbetet till för små barn och deras familjer

- Säkerställ systematisk samordning och samverkan mellan **mödravård och barnhälsovård.**
- Etablera ett systematiskt samarbete mellan **barnhälsovården och förskola.**
- Säkerställa ett effektivt samarbete mellan **specialiserad vuxenvård** och mödravård, spädbarns- och barnhälsovård, socialtjänst vid föräldrars psykiska ohälsa, alkohol- och drogmissbruk, våld eller andra utsatta omständigheter.
- Definiera det juridiska ansvaret för alla relevanta institutioner när det gäller samarbete inom och mellan system som tillhandahåller tjänster till de yngsta barnen och deras familjer.

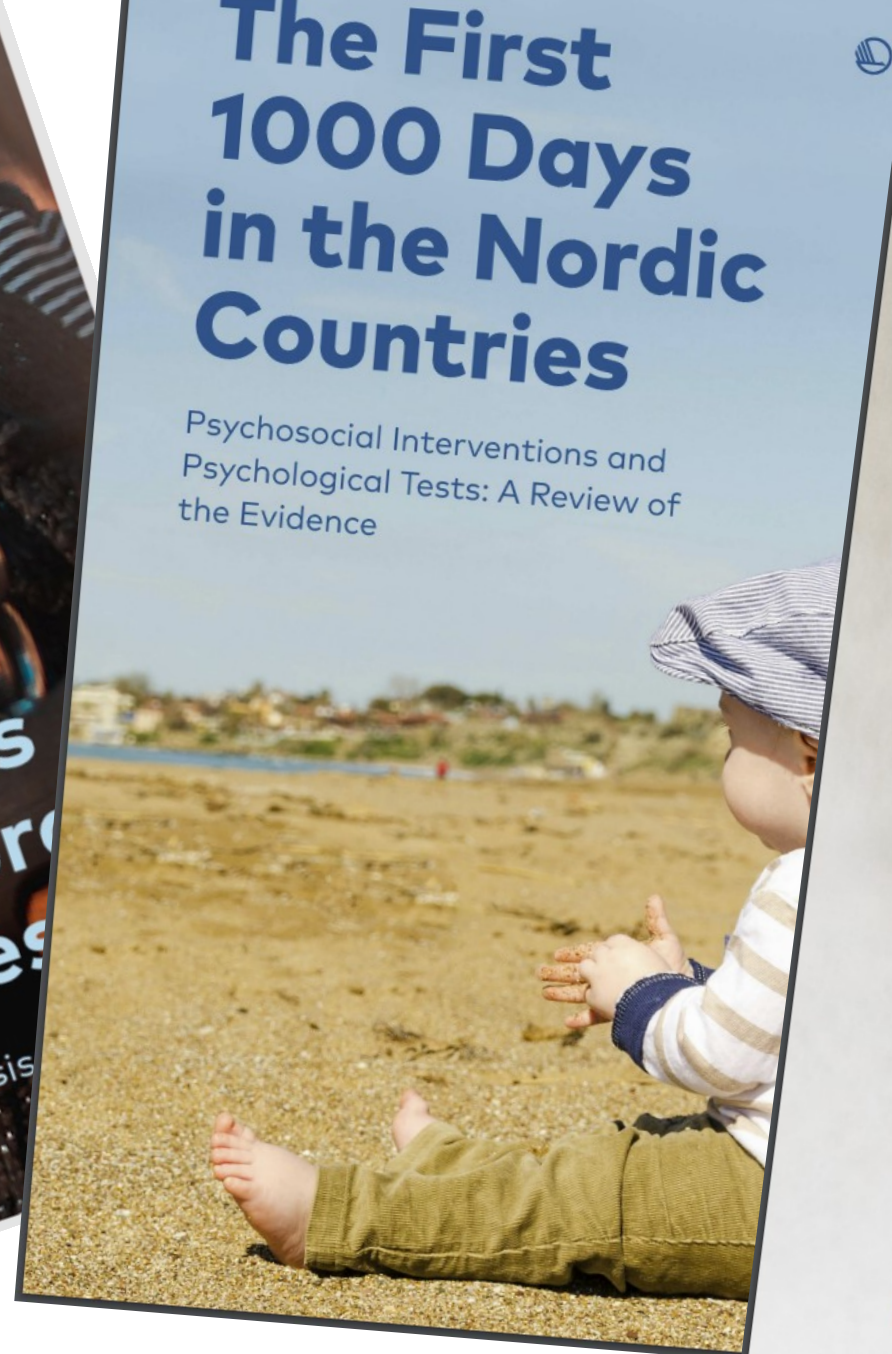
## 6. Främja forskning, kunskap och förståelse om de första 1000 dagarna av livet

- **Prioritera nordisk forskning som rör de första 1000 dagarna av livet** särskilt inom områden som identifierats som i behov av ytterligare forskning aktivt stödja forskningsamarbete inom Norden.
- Uppmuntra en särskild utlysning inom de nordiska länderna för **forskning om effektiviteten av psykosociala insatser och implementering av satser** som täcker alla nivåer på ett stegvist sätt från häsorämjande till behandling under de första 1000 dagarna i livet.
- Främja kunskap om **spädbarns psykiska hälsa och de tidiga årens betydelse** för alla föräldrar och personal inom hälso- och sjukvården, socialtjänsten, förskola.



# The first 1000 days in the Nordic Countries

A situation analysis



# The First 1000 Days in the Nordic Countries

Psychosocial Interventions and Psychological Tests: A Review of the Evidence



 Nordic Council of Ministers

# The First 1000 Days in the Nordic Countries

Policy recommendations