

Måltidsskiftet – från reaktiv till proaktiv omsorg

Publik redovisning av genomförande, resultat och lärdomar

Koordinerande organisation: Livsmedelsverket

Projektledare: Livsmedelsakademin



Livsmedelsverket



Livsmedels-
akademin

Titel: Måltidsskiftet – från reaktiv till proaktiv omsorg

Engelsk titel: The meal shift – from reactive to proactive care

Projektperiod: 2025-12-01 – 2026-05-31

Projektnummer:

Diarienummer: 2025-03612

Övriga projektdeltagare och deras organisation:

- Kävlinge kommun
- Falu kommun
- Livsaptit AB

Datum: 2026-08-11

Innehållsförteckning

1	Sammanfattning	4
2	Genomförande	4
3	Resultat	5
4	Slutsatser och lärdomar	6
5	Bilagor och länkar	6

1 Sammanfattning

Projektet Måltidsskiftet har arbetat med att förebygga undernäring och stärka hälsa och livskvalitet för äldre i ordinärt boende genom att integrera mat och måltider som en central och förebyggande del av omsorgen.

Reaktiv och fragmenterad hanteringen av måltidsfrågor bidrar idag till undermålig måltidsmiljö som leder till risk för undernäring och i förlängningen ökade vårdkostnader.

En bakgrundsanalys samlade insikter från Livsmedelsverkets kommunkartläggning, organisationsforskning, innovationsplattformen Nollvisionen för undernäring hos äldre, prototyper och personliga erfarenheter. Analysen tydliggjorde vilka aspekter som är centrala för att stärka äldres måltidssituation.

Genom nära samarbete mellan myndigheter, kommuner, forskare och entreprenörer har projektet utvecklat mjuka brytpunkter för tidig upptäckt av försämrad måltidssituation och en systemmodell för bättre samverkan. Resultaten har bidragit med inspel till Livsmedelsverkets policy brief om hur kommuner kan förebygga undernäring bland äldre, och till Socialstyrelsens regeringsuppdrag (S2026/00145), vilket visar på omedelbar nationell påverkan.

De viktigaste slutsatserna är att mat och måltider måste ses som en central del av omsorgen, och att tidiga, proaktiva insatser kan förebygga undernäring och skjuta upp behovet av mer omfattande vård. Projektet har identifierat systemhinder som fragmenterad styrning och bristande samverkan, men också möjliggörande faktorer som starkt engagemang, förtroende och flexibla arbetsmetoder.

Tidiga tecken på förändring inkluderar ökad politisk medvetenhet om måltidens roll för äldres hälsa och välbefinnande.

2 Genomförande

Projektet genomfördes i fyra arbetspaket: systemanalys och behovsinventering, utveckling av verktyg och koncept, lärande och spridning, samt projektledning. Arbetet byggde på ett nära samarbete mellan projektets aktörer, där varje part bidrog med sin unika kompetens och sitt perspektiv på äldreomsorgens utmaningar. Projektets styrka var att samla aktörer från olika nivåer i systemet; nationell myndighet, kommunal verksamhet, forskning, innovation och klinisk erfarenhet. Den samlade kunskapen och erfarenheten utgjorde en central resurs genom hela projektet och bidrog till bred systemförståelse och effektivt utvecklingsarbete.

Arbetet genomfördes genom återkommande digitala projektmöten, två fysiska workshoppar och studiebesök i både Dalarna och Skåne, där projektgruppen tillsammans analyserade dagens arbetssätt, identifierade systemhinder och utvecklade möjliga lösningar. Samskapande, erfarenhetsutbyte och gemensam analys användes som huvudsakliga arbetsmetoder, kompletterat med organisationsforskning, klinisk erfarenhet och kommunal verksamhetskunskap.

Den tvärprofessionella sammansättningen gjorde det möjligt att belysa utmaningar ur flera perspektiv och identifiera både hinder och möjliggörare för ett mer proaktivt arbetssätt.

Under projektets gång förtydligades inriktningen successivt. Från ett inledande fokus på systemanalys och behovsinventering utvecklades arbetet mot mer konkreta lösningar för implementering.

3 Resultat

Projektet har resulterat i en modell för mjuka brytpunkter, konceptutvecklingen av Måltidsdosetten™ som fysisk måltidslösning, samt en systemmodell som inspirerade Livsmedelsverket att ta fram en nationell policy brief. Projektet har därmed inte bara identifierat systemets utmaningar utan också lagt grunden för konkreta verktyg och arbetssätt som kan vidareutvecklas och testas i ett kommande genomförandeprojekt.

Projektet har bidragit till en ökad förståelse kring vilka organisatoriska förutsättningar som krävs för att använda måltiden som ett förebyggande verktyg för bibehållen hälsa. Flera centrala hinder har identifierats: målkonflikter mellan verksamheter där kostnaden för förebyggande insatser uppstår i en organisation medan vinsterna realiseras i en annan, bristande samverkan och informationsöverföring mellan vård-, omsorg- och måltidsverksamhet, samt arbetssätt som premierar tidseffektivitet framför individanpassning.

Undernäring uppstår sällan plötsligt, utan föregås av ett antal mjuka brytpunkter; gradvisa förändringar i måltidsrutiner, matglädje, delaktighet, identitet, social gemenskap och vardagsstruktur. Dessa brytpunkter passerar ofta obemärkta i dagens vård- och omsorgssystem. Genom att synliggöra dessa tidiga signaler kan bakomliggande mekanismer som driver undernäring identifieras tidigt, och insatser sättas in innan ett omfattande vård- och omsorgsbehov uppstår. Projektet har tagit fram en modell för mjuka brytpunkter kan användas som ett kompletterande beslutsstöd vid exempelvis biståndsbedömningar och SIP-processer. Modellen syftar till att stärka förutsättningarna för ett mer proaktivt och personcentrerat arbetssätt genom att integrera mjuka värden i beslutsunderlag och arbetsprocesser.

Projektet har även bidragit till en fördjupad förståelse för de systemhinder som begränsar ett förebyggande arbete med mat och måltider. I dialog med kommuner, myndigheter och andra aktörer har projektet utarbetat en systemmodell som bidragit till att Livsmedelsverket tagit fram en policy brief som ska stötta kommunerna att stärka arbetet med att förebygga undernäring.

Samtidigt har projektet identifierat konkreta möjliggörare för ett framtida systemskifte. De mjuka brytpunkterna, Livsmedelsverkets policy brief och en konkret måltidslösning, kallad Måltidsdosetten™, är redo att testas i ett kommande genomförandeprojekt.

Resultaten stärker förutsättningarna för tidig identifiering av risk för undernäring, ökad delaktighet för äldre som medskapare i sin måltidssituation, och en mer sammanhållen vård- och omsorgskedja.

4 Slutsatser och lärdomar

Projektet visar att ett förebyggande arbete inte enbart handlar om nutrition, utan om att identifiera och agera på de tidiga förändringar i vardagen som föregår undernäring och ett ökat vård- och omsorgsbehov. Genom utvecklingen av de mjuka brytpunkterna har projektet synliggjort faktorer som tidigare i stor utsträckning varit osynliga i beslutsprocesser, trots att de ofta utgör de första signalerna på försämrad hälsa, minskad självständighet och förändrade måltidsvanor. Ett nationellt skalbart arbetsverktyg baserat på modellen för mjuka brytpunkter bedöms kunna fungera som ett kompletterande beslutsstöd vid exempelvis biståndsbedömningar, SIP-processer och andra samverkansforum, där mjuka värden integreras i arbetsprocesser och beslutsunderlag.

Den systemmodell projektet utvecklat ger, tillsammans med Livsmedelsverkets policy brief, fördjupad förståelse för hur mat och måltider behöver integreras som en bärande del av ett mer proaktivt vård- och omsorgssystem.

En central lärdom är att långsiktig förändring kräver nära samverkan mellan myndigheter, kommuner, regioner, vård, omsorg och måltidsverksamheter. Projektet har visat att ett systemskifte inte enbart handlar om nya produkter eller tjänster, utan om att förändra synsättet på måltiden – från en reaktiv åtgärd när problem redan har uppstått till en självklar, förebyggande och bärande del av omsorgen som stärker hälsa, bevarar identitet, måltidsstruktur, självständighet och livskvalitet.

5 Bilagor och länkar