

FÖRÄLDRARS UPPLEVELSER AV ATT INTRODUCERA FAST FÖDA TILL SINA BARN

EN SYSTEMATISK LITTERATURÖVERSIKT

LINA LINDAHL
EMMA NYMAN

FÖRÄLDRARS UPPLEVELSER AV ATT INTRODUCERA FAST FÖDA TILL SINA BARN

EN SYSTEMATISK LITTERATURÖVERSIKT

LINA LINDAHL
EMMA NYMAN

Lindahl, L & Nyman, E. Föräldrars upplevelser av att introducera fast föda till sina barn. En systematisk litteraturöversikt. *Examensarbete i pediatrik omvårdnad 15 högskolepoäng*. Malmö universitet: Fakulteten för hälsa och samhälle, institutionen för vårdvetenskap, april 2026.

Bakgrund: Tidigare forskning beskriver att introduktion av föda är en period i barns liv som för föräldrarna präglas av oro och osäkerhet. Oavsett länders nationella riktlinjer varierar tidpunkten för introduktionen av fast föda vilket påverkas av variabler såsom bland annat demografi, stöd från hälso-och sjukvård, sociala faktorer och kulturella normer. Olika metoder för matintroduktion har urskilts genom åren och val av metod påverkar föräldrars upplevelse. Det saknas en övergripande bild över hur föräldrar upplever matintroduktionen ur ett känslomässigt såväl som praktiskt perspektiv. **Syfte:** Syftet var att genom en systematisk litteraturöversikt undersöka om det fanns vetenskapligt stöd för hur föräldrar upplever matintroduktion till barn och vilken betydelse detta har i det dagliga livet. **Metod:** En systematisk litteraturöversikt med kvalitativ ansats genomfördes enligt riktlinjer från Statens beredning för medicinsk och social utvärdering. Databassökningar utfördes i CINAHL, PubMed och Scopus utifrån fyra sökblock (föräldrar, upplevelser, matintroduktion, kvalitativ metod). Inklusionskriterier var kvalitativa primärstudier om föräldrar till friska barn (0–24 månader). Totalt inkluderades åtta studier efter screening i flera steg (titel, abstrakt, fulltext). Studiernas kvalitet granskades med SBU:s granskningsmall och analyserades genom tematisk syntes. Tillförlitligheten bedömdes med GRADE-CERQual. **Resultat:** *Resultatet mynnade ut i fyra huvudteman: Föräldrars känslor, Att lita på barnet men bibehålla kontroll, Matval i praktiken, Navigera bland externa influenser och information.* **Slutsats:** Föräldrars upplevelser av matintroduktion beskrivs som känslösamt för föräldrar eftersom de känner att de slits mellan strävan att ge sitt barn det bästa och osäkerhet ifall barnet får det den behöver. Föräldrar beskriver kvävning och allergisk reaktion som exempel på rädslor förknippade med matintroduktion. Föräldrar upplever en balansgång att lita på sitt barns förmågor och att själva ha kontroll över situationen och att kunna säkerställa att barnets behov tillgodoses. Kräsenhet framkommer som oönskvärt och någonting som föräldrar arbetar proaktivt med att försöka förebygga. Matintroduktion beskrivs av föräldrar påverkas av ekonomiska och praktiska förutsättningar samt råd och rekommendationer som inte alltid är samstämmiga.

Nyckelord: Barn, fast föda, föräldrar, matintroduktion, upplevelser.

PARENTS' EXPERIENCES OF INTRODUCING SOLID FOODS TO THEIR CHILDREN

A SYSTEMATIC LITERATURE REVIEW

LINA LINDAHL
EMMA NYMAN

Lindahl, L & Nyman, E. Parents' experiences of introducing solid foods to their children. A systematic literature review. *Degree project in pediatric care 15 credits*. Malmö University: Faculty of Health and Society, Department of Care Science, April 2026.

Background: Previous research describes the introduction of food as a period in a child's life that for parents is characterized by worry and uncertainty. Regardless of national guidelines, the timing of introducing solid foods varies and is influenced by factors such as demographics, support from healthcare services, social factors, and cultural norms. Different methods of food introduction have been identified over the years, and the choice of method affects parents' experiences. There is a lack of a comprehensive understanding of how parents experience food introduction from both an emotional and a practical perspective, **Aim:** The aim was to use a systematic literature review to investigate whether there was scientific evidence for how parents experience the introduction of solid food to children and what significance that has in everyday life. **Method:** A systematic literature review with a qualitative approach was conducted according to guidelines from the Swedish Agency for Health Technology Assessment and Assessment of Social Services (SBU). Database searches were conducted in CINAHL, PubMed and Scopus based on four search blocks (parents, experiences, food introduction, qualitative method). Inclusion criteria were qualitative primary studies about parents of healthy children (0-24 months). A total of eight studies were included after screening in several steps (title, abstract, full text). The studies' quality was reviewed using SBU's review template and analyzed through thematic synthesis. Reliability was assessed with GRADE-CERQual. **Conclusion:** Parents' experiences of food introduction are described as emotional for parents because they feel torn between the desire to give their child the best and worry about giving the child all it needs. Parents describe choking and allergic reactions as examples of fears associated with food introduction. Parents experience a balancing act of trusting their child's abilities and having control over the situation themselves and ensuring that the child's needs are met. Pickiness emerges as undesirable and something that parents work proactively to try and prevent. Food introduction is described by parents to be affected by economic and practical conditions as well as advice and recommendations that not always are consistent.

Keywords: Children, experiences, food introduction, parents, solids.

Innehållsförteckning

BAKGRUND	2
<i>Introduktion av fast föda till barn</i>	2
<i>Föräldrars upplevelser av att introducera sitt barn till fast föda</i>	3
<i>Problemformulering</i>	3
SYFTE	3
METOD	4
<i>Avgränsningar</i>	4
<i>Inklusions- och exklusionskriterier</i>	4
<i>Litteratursökning</i>	4
<i>Relevansbedömning</i>	6
<i>Bedömning av metodbrister</i>	7
<i>Extraktion av data</i>	8
<i>Sammanvägning av resultat</i>	8
<i>Bedömning av tillförlitligheten av sammanvägda resultat</i>	9
<i>Etiska aspekter</i>	11
<i>Reflexivitet</i>	11
RESULTAT	12
<i>Föräldrars känslor</i>	13
Strävan att erbjuda sitt barn det bästa	13
Oro för sjukdom och olyckor.....	14
<i>Att lita på barnet men bibehålla kontroll</i>	14
Att fostra självständiga ätare	14
Att förstå och reglera barnets matintag.....	15
Hantera kräsenhet	15
<i>Matval i praktiken</i>	16
Ekonomiska förutsättningar	16
Bekvämlighet	17
<i>Navigera bland externa influenser och information</i>	17
Råd och riktlinjer från sjukvården	17
Påverkan av anhöriga.....	18
DISKUSSION	18
<i>Metoddiskussion</i>	19
Avgränsningar	19
Inklusions-och exklusionskriterier	19
Databassökning.....	20
Relevansbedömning.....	21
Bedömning av risk för metodbrist i identifierade artiklar	21
Extraktion av data.....	22
Sammanvägning av resultat	22
Bedömning av tillförlitligheten av sammanvägda resultat	22
Analysmetoder	22

Etiska aspekter.....	22
Författarnas förförståelse i ämnet.....	23
<i>Resultatdiskussion</i>	23
Föräldrars känslor.....	23
Att lita på barnet men bibehålla kontroll.....	24
Matval i praktiken.....	26
Navigera bland externa influenser och information.....	27
Behov av fortsatta studier.....	28
SLUTSATSER	28
KLINISK TILLÄMPBARHET	28
INDIVIDUELLA INSATSER	29
REFERENSER	30
BILAGOR	33

BAKGRUND

Introduktion av fast föda utgör en viktig del av spädbarnets tidiga utveckling och innebär en betydande förändring i familjens vardag när amning och/eller flaskmatning successivt kompletteras med en ny typ av kost (Di Prete m.fl. 2025; D'Auria m.fl. 2018). Perioden påverkas av rekommendationer, olika metoder för matintroduktion samt tillgång till information, vilket gör att föräldrar kan uppleva övergången på olika sätt (Livsmedelsverket, 2026; Spurlock m.fl. 2022). Tidigare forskning visar att föräldrar ofta söker information från flera källor vilket kan skapa osäkerhet kring hur och när fast föda bör introduceras (Wang m.fl. 2019; Spurlock m.fl. 2022). Föräldrars erfarenheter av matintroduktion är därför centrala att belysa för att öka förståelsen för vilka faktorer som upplevs underlättande eller försvårande i denna process (Arden & Abbott, 2015).

Meleis transitionsteori används inom omvårdnadsområdet för att förstå förändringsprocesser som uppstår vid utvecklingsrelaterade och situationsbundna övergångar (Meleis, 2010). Introduktion av fast föda kan betraktas som en transition, eftersom den innebär en förändring i barnets näringsintag och föräldrarnas omsorgs- och omvårdnadsrutiner. Med fördjupad kunskap i ämnet matintroduktion och transitionsteori kan det tänkas att barnsjuksköterskan ger bättre stöd och vägledning till familjer under denna övergångsperiod i barnets och föräldrarnas liv.

Introduktion av fast föda till barn

Sveriges nationella rekommendationer för introduktion av fast föda utgår från Livsmedelsverket (2026). Enligt dem rekommenderas inte introduktion av fast föda förrän vid fyra månaders ålder med hänvisning till barnets dittills omogna mag-tarmfunktion. Trots dåvarande svenska rekommendationer om introduktion av fast föda vid 4–6 månaders ålder visar forskning att avvikelser förekom. I en longitudinell prospektiv studie från Sverige, där mödrar till 506 ammade barn deltog, rapporterades att 34 % av barnen introducerades till fast föda före fyra månaders ålder (Hörnell m.fl. 2001). Fenomenet att föräldrar introducerar fast föda till sina barn tidigare än rekommenderat återfinns i andra länder. En holländsk studie baserad på data från 2157 individer kunde redovisa att 21,4% av barnen fått fast föda innan fyra månaders ålder (Wang m.fl. 2019).

När och hur mat introduceras beror inte enbart på rekommendationer utan samvarierar även med demografiska och sociala faktorer. Föräldrars utbildningsnivå, moderns ålder och amningsduration har visat sig vara av betydelse för vid vilken tidpunkt som introduktionen genomförs (Wang m.fl. 2019). Enligt Białek-Dratwa m.fl. (2022) beskrivs baby-led weaning (BLW) som ett växande internationellt koncept för introduktion av fast föda där barnet själv styr sitt matintag. Metoden innebär att barnet erbjuds mjuk mat i anpassade bitar som plockas upp med händerna och förs till munnen framför traditionell metod som innebär matning med sked av föräldern (D'Auria m.fl. 2018). Grundtanken i BLW är att barn som tidigt får äta självständigt utvecklar ökad autonomi och matglädje (Białek-Dratwa m.fl. 2022). Vidare att barnet uppmuntras att själv reglera intag utifrån hunger- och mättnadssignaler samt exponeras tidigt för olika konsistenser och smaker (D'Auria m.fl. 2018). Metoden ställer en del krav på föräldrar som behöver erbjuda säker och anpassad mat för att minska risken för kvävning (a.a.). Exakt hur utbredd BLW-metoden är går inte att fastställa men för att exemplifiera uppger 75 % av 646 polska mödrar som deltagit i en kvantitativ tvärsnittsstudie att de använde metoden (Białek-Dratwa m.fl. 2022).

Föräldrars upplevelser av att introducera sitt barn till fast föda

Föräldrars upplevelse av matintroduktion kan påverkas av sociala nätverk, kulturella normer och familjetraditioner (Spurlock m.fl. 2022). Enligt Moore m.fl. (2017) kan introduktion av fast föda upplevas som en utmanande process som kan präglas av osäkerhet och oro kring barnets näringsintag och mättnad. Detta kan innebära att föräldrar upplever att de saknar kontroll över barnets matintag samt har svårt att följa rekommenderade matintroduktionsmetoder (Spurlock m.fl. 2022). Enligt Meleis kännetecknas transitioner av att de sker över tid och likt Moores (2017) beskrivning är transitioner förenade med osäkerhet (a.a.). Vidare beskriver Meleis att transitioner ofta innebär förändringar i roller och ansvar, vilket är särskilt relevant i samband med matintroduktion. Föräldrar går från etablerade matningsrutiner till nya praktiker. Således kan Meleis transitionsteori möjligtvis ge en förståelse av matintroduktion som en pågående utvecklingsprocess snarare än en enskild händelse.

Barnets reaktioner, såsom kväljningar eller svårigheter för nya konsistenser, påverka hur matintroduktionen genomförs (Moore m.fl. 2017). Enligt Spurlock m.fl. (2022) når information om matintroduktion föräldrar genom flera olika kanaler. I en översikt av 15 kvalitativa studier från Storbritannien och Nordirland som syftade till att undersöka föräldrars källor till information i samband med matintroduktion framkom att föräldrars val påverkas av flera faktorer. Resultatet presenterar en kombination av professionella råd, digitala plattformar, sociala nätverk och kulturella normer, samt att sjukvårdens organisering och familjetraditioner påverkar vilka informationskällor som upplevs som tillförlitliga (a.a.). I en irländsk kvalitativ intervjustudie beskriver 13 föräldrar hur osäkerhet kring barnets matintag kan väcka känslor av ansvar och stress hos dem. Dessa föräldrar efterfrågar stöd och bekräftelse i samband med matintroduktion, och oro kring barnets ätande kan påverka både föräldrarnas självförtroende och deras val av matningsstrategier (Hennessy m.fl. 2020).

Problemformulering

Matintroduktion är en central del av barnets utveckling (Di Prete m.fl. 2025). Forskning visar att föräldrar upplever oro och känner sig osäkra inför hur fast föda ska introduceras (Spurlock m.fl. 2022; Wang m.fl. 2019). Orsaker till föräldrarnas oro och osäkerhet varierar och påverkas av flera olika faktorer som inte alltid beskrivs i gällande rekommendationer och riktlinjer (Di Prete m.fl. 2025; Spurlock m.fl. 2022; Wang m.fl. 2019). Tidigare forskning beskriver olika metoder för matintroduktion, exempelvis traditionell skedmatning och BLW, därtill föräldrars upplevelser av detta. Däremot saknas en större övergripande bild av forskningen som beskriver hur föräldrar upplever denna period och hur övergången till fast föda påverkar de involverade såväl praktiskt som känslomässigt. Det finns därför ett behov av att sammanställa befintlig forskning inom området för att bidra till att skapa en djupare förståelse för föräldrars upplevelse av matintroduktion.

SYFTE

Syftet är att undersöka om det finns vetenskapligt stöd för hur föräldrar upplever introduktionen av fast föda till barn och vilken betydelse detta har i det dagliga livet.

Frågeställningar

- Hur upplever föräldrar matintroduktionen till sina barn?
- Vilken påverkan har detta i det dagliga livet?

METOD

En systematisk litteraturöversikt innebär en strukturerad och transparent process med flera steg, där relevanta studier identifieras, granskas och analyseras (SBU, 2024). Litteraturöversikten kommer inkludera artiklar med kvalitativ ansats eftersom syftet är att undersöka föräldrars upplevelser av matintroduktion. En kvalitativ metod lämpar sig väl för att fånga erfarenheter, känslor och upplevda betydelser, vilket är centralt när forskningsfrågor rör människors upplevelser och perspektiv (Polit & Beck, 2021).

Avgränsningar

SPICE är en akronym för: sammanhang, perspektiv, insats/intresse, jämförelse (eng. control) och utvärdering (eng. evaluation) (SBU, 2024). Syften struktureras enligt SPICE-modellen för att strukturera upp forskningsfrågor, underlätta litteratursökning och säkerställa att alla relevanta aspekter av ett kvalitativt fenomen undersöks. SPICE-modellen avser sammanställa erfarenheter och upplevelser (a.a.) likt i denna systematiska litteraturöversikt som avser sammanställa föräldrars upplevelser.

S (Setting):	Introduktion av fast föda till barn.
P (Perspective):	Föräldrar (vårdnadshavare).
I (Intervention):	Olika sätt att introducera fast föda, till exempel traditionell puréintroduktion och BLW.
C (Comparison):	Ej aktuellt. Ej kontrollgrupp i aktuell studie.
E (Evaluation):	Föräldrarnas upplevelser och vilken påverkan dessa har i det dagliga livet.

Inklusions- och exklusionskriterier

Följande kriterier har utformats för att inkludera artiklar som kan svara på syftet: Studierna ska involvera en eller två föräldrars upplevelse av fullgångna friska barns introduktion till mat i en hemmiljö via personliga enskilda intervjuer. Upplevelserna ska beröra barn upp till 24 månaders ålder. De kvalitativa designerna som var aktuella att inkludera omfattar studier med data utifrån intervjuer och forskningsdesigner som innehöll innehållsanalyser, tematiska analyser och fenomenologisk design. Studierna skulle vara primärstudier publicerade i vetenskapliga tidskrifter, skrivna på svenska eller engelska samt peer review-granskade.

Litteratursökning

För att få en överblick i det valda ämnet genomfördes en sökning i Cochrane Library för att undersöka om det redan fanns aktuella systematiska översikter som kunde besvara syftet och frågeställningarna (SBU, 2023). Därefter gjordes en "quick and dirty"-sökning tillsammans med bibliotekarie med utgångspunkt i relevanta ord och fraser kopplade till frågeställningen, enligt SBU:s rekommendationer. Syftet var att uppskatta den förväntade mängden träffar och bedöma om frågeställningen var tillräckligt tydligt avgränsad eller behövde

förtydligas. Nästa steg i processen var att utföra en litteratursökning i tre databaser med utgångspunkt i litteraturöversiktens syfte. Vid genomförandet av en systematisk litteraturöversikt bör litteratursökningar utföras i flera databaser, där valet av databaser styrs av studiens frågeställning (a.a.).

Systematiska sökningar genomfördes i databaserna Cumulative Index To Nursing and Allied Health Literature (Cinahl), Public Medline (PubMed) samt Scopus. Se bilagor 1, 2, 3. Såväl indexeringsord som fritextord samt synonymer användes i sökningarna för att inkludera så många relevanta artiklar som möjligt som kunde besvara studiens syfte. Fritextord och indexeringsord justerades till varje databas eftersom databaserna använder olika kontrollerade ämnesord och indexeringsystem (SBU, 2024). MeSH-termer användes i PubMed för att identifiera relevanta ämnesord och motsvarande sökningar genomfördes i Cinahl med Cinahl Headings. Sökningarna genomfördes i samråd med bibliotekarie, då MeSH-termer och CINAHL Headings har vissa strukturella skillnader. I Scopus användes enbart fritextord eftersom databasen saknar ett eget kontrollerat ämnesordssystem.

Utformningen av sökstrategin resulterade i fyra sökblock: parents, experiences, weaning och qualitative research. Med stöd av SPICE-modellen utformades därefter strukturerade sökningar där sökblocken motsvarade föräldrar, upplevelser, matintroduktion och kvalitativ metod. Setting representeras av matintroduktionen som situation snarare än en fysisk plats. Med stöd av SPICE-modellen och bibliotekariens rekommendationer bedömdes dessa sökblock bäst spegla studiens syfte samt möjliggöra en bred sökning för att minska risken att relevanta artiklar skulle förbises. Det är inte standard att innefatta ett block med termer för studiedesign men det kan inkluderas (SBU, 2024). Ett sökblock för kvalitativa studier lades till för att bäst svara upp emot syftet och frågeställningarna. MeSH-termer kombinerades med fritexttermer som begränsats för att söka i titel och abstrakt för att undvika brus i sökningen och öka möjligheten att identifiera relevanta studier, i enlighet med Polit och Beck (2021) samt SBU (2024). Den booleska operatör "OR" har använts för att kombinera synonyma begrepp och närliggande termer. Resultatet blir att databasen söker efter artiklar som innehåller någon av de angivna söktermerna (SBU, 2024). Trunkering användes genom att lägga till en asterisk (*) i slutet av utvalda sökord för att inkludera olika böjningsformer, i enlighet med beskrivningar av sökstrategier i Polit and Beck (2021). Den booleska operatör "AND" användes för att kombinera söktermer så att minst en term från varje sökblock förekom i sökresultatet. Användningen av booleska operatörer är en etablerad metod vid systematiska litteratursökningar (SBU, 2024). Litteratursökningarna genomfördes inledningsvis separat i de tre databaserna och artiklar i resultatet jämfördes därefter för att identifiera och ta bort dubletter.

Tabell 1: Översikt MeSH-termer och fritexttemer med begränsad sökning till titel/abstract

Databas	MeSH-termer	Fritexttermer med begränsad sökning till titel/abstrakt
PubMed	Parents Attitude Weaning Infant food Qualitative research	Parent*, Mother* Experience*, View*, Feeling*, Attitude* Introduc* to solid*, Baby led weaning

		Qualitative, Interview, Focus Group, Observation
CINAHL	Parents Attitude Infant weaning Infant food Qualitative studies	Mother, Mother* Experience*, View*, Attitude*, Feeling* Weaning, Infant food, Introduc* to solid*, Baby led weaning Qualitative research, Qualitative studies, Interview*, Focus group*, Observation*
Scopus		Parent* , mother* Experience*,view*, Feeling*, Attitude* "introduc* to solid*", "solid food*" "complementary feeding", "complementary food*" , "baby-led weaning" , "baby led weaning", Weaning Qualitative research, Qualitative studies, interview*, "Focus group*", Observation*

*trunkering

Relevansbedömning

Artiklarna som de tre databassökningarna genererat sammanställdes i onlineverktyget Rayyan vilket är en webbaserad AI-assisterad plattform som hjälper forskare att effektivt screena artiklar, hantera referenser och genomföra systematiska litteraturöversikter (Ouzzani m.fl., 2016) i enlighet med SBU:s metodbok (2024). Det första steget i urvalsprocessen var att ta bort dubletter/tripletter av artiklar med Rayyans AI-funktion. Denna funktion innebär att Rayyan själv kan detektera vilka av det totala antalet artiklar som har likadant innehåll och automatiskt exkluderar dubbletten. Programmet jämför artiklar en mot en och anger en procentsats hur mycket av informationen i filerna som samstämmer. De artiklar som samstämmer till >95% kan man vara säker på är samma artikel och låta AI:n radera dessa utan manuell granskning (5 procents differensen kan till exempel bero på olika referenshantering på olika plattformar som publicerat artikeln). Programmet rekommenderar att artiklar som överensstämmer till mindre än 95% bör granskas manuellt för att programmet inte ska exkludera unika artiklar av misstag. Ca hälften av dubbletterna/tripletterna var >95 % samstämmiga och hanterades och exkluderades automatiskt av AI-funktionen. Resterande hanterades manuellt. Det slutgiltiga resultatet av sökningarna i de tre databaserna efter exkludering av dubletter/tripletter var 1077 artiklar.

Därefter relevansbedömdes resterande (n=1077) artiklar i enlighet med SBU:s (2024) rekommendationer på titel/abstraktnivå i förhållande till litteraturöversiktens syfte samt inklusions- och exklusionskriterier. Detta gjordes i två steg, först bedömdes alla artiklars titlar (n=1077) varpå de som tydligt inte var relevanta för litteraturöversikten exkluderades. Bedömningen genomfördes oberoende av varandra och därefter sambedömdes de titlar som bedömts olika. De som bedömdes relevanta eller osäkra gick vidare till nästa steg, det vill säga abstraktgranskning (n=222). Urvalsprocessen redovisas i bifogat PRISMA-flödesschema (Preferred Reported Items for Systematic Reviews and Meta-analyses), bilaga 4. Metoden kräver att en reproducerbar sökdocumentation för alla databaser ska finnas tillgänglig i översikten vari eventuella avgränsningar i sökningen och sökdatum framgår (SBU, 2024). Efter oberoende granskning av abstrakt sambedömdes återigen de artiklar som bedömts

olika av översiktsförfattarna. Totalt exkluderades 200 artiklar i detta steg och 22 kvarstod.

Kvarstående 22 artiklar lästes i fulltext oberoende av varandra med hjälp av en för studien modifierad mall för relevansbedömning (SBU, 2014). Se bilaga 6. Ytterligare 13 artiklar kunde exkluderas utifrån bedömningskriterierna efter konsensusdiskussion. De studier som ska ingå i översikten måste vara relevanta (SBU, 2024). Det vill säga uppfylla SPICE samt övriga urvalskriterier vilket den modifierade mallen syftar till att säkerställa. De artiklar som exkluderats protokollfördes och huvudanledningen till exkluderingen noterades därtill i enlighet med SBU:s (2024) riktlinjer. Se Bilaga 5- exkluderade artiklar. Därefter kvarstod åtta artiklar vilka skulle utgöra den systematiska översikten.

Bedömning av metodbrister

I syfte att identifiera eventuella metodbrister genomfördes bedömning av metodbrister med hjälp av SBU:s mall "Bedömning av studier med kvalitativ metodik", se bilaga 7. Detta gjordes i samband med att de åtta inkluderade artiklarna lästes i fulltext. Mallen pilottestades med en första artikel så att den skulle uppfylla sitt syfte att bedöma de enskilda studiernas metodbrister på ett lämpligt sätt. Mallen bedömdes ej behöva modifieras. Först bedömdes varje studie oberoende av varandra. Därefter diskuterades bedömningarna gemensamt tills konsensus uppnåddes.

Protokollet utgår från fem frågeområden vilka är 1. den teoretiska underbyggnaden, 2. deltagarnas roll i studien, 3. datainsamlingens genomförande och presentation, 4. analys samt 5. forskarens relation till studien i enlighet med SBU (2024). När alla områdena var bedömda gjordes en sammanvägd bedömning av de metodologiska bristerna som obetydliga eller mindre, måttliga eller stora brister. SBU:s Vägledning för granskning av studier med kvalitativ metodik (SBU, 2022) användes för att vägleda bedömningen av de inkluderade studiernas kvalitet i enlighet med beskrivningen i SBU:s metodbok (SBU, 2024). Det finns tre fasta bedömningsalternativ för risk att fynd påverkats: allvarlig, inte allvarlig eller otillräcklig information. Om den sammanvägda bedömningen var att artikeln har så allvarliga brister att den inte bör ingå i syntesen skulle den exkluderas. Denna bedömning gjordes i två steg, först oberoende av varandra, därefter sambedömdes artiklarna för konsensus. Inga artiklar exkluderades i detta stadie eftersom alla bedömdes ha måttlig risk för metodbrist med undantag för en som bedömdes ha stora metodbrister. Risker för metodbrist innebar bland annat att författarnas förförståelse/förkunskaper ej redovisats. Risk för "recall bias" (minnesförvanskning) det vill säga att intervjuer genomförts långt efter det att matintroduktion varit aktuell för deltagare vilket innebar att erfarenheten möjligtvis inte återspeglats på rätt sätt. Även otillräcklig beskrivning av deltagarrekrutering, små urval eller mycket kort intervjutid påverkade den totala bedömningen. Den artikel som bedömdes ha stora metodbrister diskuterades och det beslutades att den skulle inkluderas. Detta eftersom den blivit peer-reviewed och tidskriften redogör för på sin webbplats att alla artiklar granskas av etisk kommitté med vissa undantag för intervjustudier. Om så var fallet för denna artikel är inte klarlagt vilket utgör en brist. Alla deltagare i studien hade dock lämnat informerade samtycken till medverkan och artikeln bidrog med ett viktigt kulturellt perspektiv som kompletterade övriga studier. Genom att vara transparenta med artikelns metodologiska brister bedömdes det att studien trots dess brister kunde inkluderas och bidra till litteraturöversiktens syntes.

Extraktion av data

Nästa steg i processen var att extrahera data, med andra ord samla information från de inkluderade studierna och sammanställa dessa i en matris (SBU, 2024). Syftet var att läsaren snabbt ska kunna få en översikt över studiernas innehåll utan att själva behöva läsa dem, likaså presenteras studiernas resultat överskådligt (a.a). Matrisen fylldes i enligt SBU:s (2024) riktlinjer och innehåller en sammanfattning av varje studie inklusive författare, titel, år, land, syfte, population, design, resultat samt de metodologiska styrkor och svagheter som angetts av respektive artiklars författare och/eller som innehållet tolkats. Se matris i bilagor. Under rubriken resultat sammanfattas de teman och eventuella subteman som studierna kommit fram till.

Sammanvägning av resultat

I litteraturöversikten analyserades de studier som inkluderats genom en tematisk syntes enligt metoden beskriven i SBU (2024) och som är utvecklad av Thomas och Harden. Tematisk syntes är en metod som används för att systematiskt sammanföra och integrera resultat från flera kvalitativa studier (a.a.).

För att bearbeta och dokumentera analysprocessen användes ett gemensamt separat webbdokument. I ett första steg fastställdes meningsbärande enheter i primärstudiernas resultat, dessa kodades och kondenserades till preliminära teman. Texten extraherades ordagrant från respektive artiklars resultatdelar. Det kunde vara långa eller korta texter, ofta följda av citat från deltagare, som innehöll beskrivningar av föräldrars upplevelser. Därefter organiserades meningsenheterna och kondenserades till koder som i sin tur sorterades för att hitta likheter och skillnader och bildade första nivåns teman. För att underlätta denna process användes färgmarkeringar. De fynd som verkade likartade färgades i samma färg. De beskrivande första nivåns teman sorterades sedan vidare utifrån likheter och skillnader till andra nivåns teman som sedan tolkades till en mer abstraherad analytisk nivå vilket utgjorde följande tredje nivåns teman: Föräldrars känslor, Att lita på barnet men bibehålla kontroll, Matval i praktiken och Navigera bland externa influenser och information. Teman utvecklas i en bearbetande process som inkluderar länkar mellan de deskriptiva teman och vilka följer de skulle kunna ha för deltagarna i enlighet med SBU (2024).. Se tabell 2 för exempel. Syntesen mynnade ut i nio andra nivåns teman och fyra tredje nivåns teman. Vissa meningsenheter var lätta att placera in, till exempel de som berörde föräldrars rädsla för kvävning eller allergisk reaktion. Andra var svårare, till exempel "Att förstå och reglera barnets matintag" som innebar mer tolkning av texter och undermeningar samt att titta noggrant på kontexterna som dessa uppträdde i.

Tabell 2: Utdrag ur syntes

Meningsbärande enhet	Kod: Första nivåns teman	Andra nivåns teman	Tredje nivåns teman
As infants transition from mash to family foods, parents became increasingly concerned about providing a healthy and balanced diet. They faced a dilemma between offering healthy foods like vegetables and providing foods their infants enjoy.	Dilemma mellan att erbjuda hälsosam mat och vad barnet vill äta	Strävan att erbjuda sitt barn det bästa	

<p>One mother said: “On one hand, he has to eat vegetables to get enough vitamins, but he does not like vegetables or fruits. At the same time, I want my children to enjoy their food, so what should I do?”</p> <p>When infants are transitioning from mash to family foods (n=10), concerns about choking are still relevant (n=6), as some infants are not able to bite well. A father said: “I am still very careful about what foods I give to him because I am still afraid that he will choke on something, as he cannot bite very well yet”</p>	<p>Oro för att barnet ska sätta i halsen</p>	<p>Oro för sjukdom och olyckor</p>	<p>Föräldrars känslor</p>
<p>Participants believed that through offering the infant a range choices at this stage combined with allowing them to self-feed would foster a healthy diet and approach to food later on: I think that is he is offered lots of tastes then that is what he will grow up expecting to eat. Start as you mean to go on.”</p> <p>Many mothers encouraged their infant to self-feed as a strategy to reduce the threat of pickiness. One mother explained, “we ... would put it in front of her and let her feed herself ... and ... the benefits as far as how we started introducing foods, she’s always very curious about what we want to eat. She’s not a picky eater”</p>	<p>Varierad kost tros skapa bra vanor på sikt</p> <p>BLW som strategi att minska risk för kräsenhet</p>	<p>Att fostra självständiga ätare</p> <p>Hantera kräsenhet</p>	<p>Att lita på barnet men bibehålla kontroll</p>

Bedömning av tillförlitligheten av sammanvägda resultat

Som ett sista steg i analysen användes GRADE-CERQual för att på ett transparent sätt bedöma tillförlitligheten i det sammanvägda resultatet, i linje med SBU (2024). Detta för att bedöma ifall syntesens fynd representerar fenomenet. CERQualbedömningen utgörs av fyra domäner: metodologiska begränsningar, relevans, koherens och tillräcklig data (a.a.). Metodologiska begränsningar innebär i vilken grad studiernas genomförande och design påverkar tillförlitligheten hos deras resultat (SBU 2024; Munthe-Kaas m.fl. 2018). Relevans innebär att bedöma hur väl den data som utgörs av de underliggande studierna överensstämmer med litteraturöversiktens syfte (SBU 2024; Noyes m.fl. 2018). Koherens innebär hur väl fyndet är underbyggt av data från studierna (SBU 2024; Colvin m.fl. 2018). Tillräckliga data innebär att bedöma huruvida datamättnaden är tillräcklig för att kunna dra slutsatser av resultatet, vilket

innefattar hur rika data är såväl som kvantiteten data (SBU 2024; Glenton m.fl. 2018).

CERQualbedömningen utgår från litteraturöversiktens syntes och dess andra nivåns teman. I enlighet med SBU:s (2024) rekommendationer utgick bedömningen från att fynden initialt har hög tillförlitlighet. Med utgångspunkt i andra nivåns teman bedöms de fyra domänerna som nämnts ovan. Därefter får temat en total bedömning vilken utgörs av en fyrgradig skala:

- Mycket låg tillförlitlighet ($\oplus\circ\circ\circ$), innebär att fyndet i studien inte motsvarar fenomenet.
- Låg tillförlitlighet ($\oplus\oplus\circ\circ$), innebär att fyndet i studien möjligtvis kan representera fenomenet.
- Måttlig tillförlitlighet ($\oplus\oplus\oplus\circ$), innebär sannolikt att fyndet i studien representerar fenomenet.
- Hög tillförlitlighet ($\oplus\oplus\oplus\oplus$), innebär att fyndet i studien tolkas vara representativt till fenomenet. (SBU, 2024).

Tillförlitlighetsbedömningen genomfördes genom gemensam diskussion och reflektion. Det skapades en tabell för att i arbetsprocessen överskådligt sammanställa andra nivåns teman och dess understödande artiklar samt bedömningarna utifrån de fyra domänerna. Till exempel de metodologiska bristerna i artiklarna som utgjorde ett andra nivåns tema kunde samlas på ett ställe och då blev det tydligt hur stora dessa brister blev sammantaget. Av de nio andra nivåns teman bedömdes åtta ha måttlig tillförlitlighet och ett tema bedömdes ha låg tillförlitlighet. Se tabell 3.

Med metodologiska begränsningar avses i vilken utsträckning design och genomförandet av studierna påverkar tillförlitligheten hos deras resultat (Munthe-Kaas m.fl. 2018). Alla inkluderade artiklar hade metodologiska begränsningar, sju hade måttlig och en hade allvarlig metodologisk begränsning, vilket är beskrivet i artikelmatrisen i bilaga 8. Detta påverkade CERQual-bedömningen i samtliga andra nivåns teman i kombination med ytterligare metodologiska begränsningar. Till exempel i Norlyks m.fl. (2019) artikel där det för det första inte beskrevs till fullo hur deltagare rekryterats. För det andra var deltagandet relativt litet (10 mammor + 10 pappor) och för det tredje diskuterades inte artikelförfattarnas förförståelse. Dessa fynd låg till grund för CERQual-bedömningen i temat "Att förstå och reglera barnets matintag" vilket innebär att det syntetiserade fyndet har måttlig tillförlitlighet. SBU (2024) förtydligar att måttlig tillförlitlighet kan tolkas som att det är troligt att fyndet representerar fenomenet. Bristande redogörelse för hur författarnas förförståelse hanterats återkom i sju av de åtta artiklarna. Även om författarnas bakgrund och möjliga förförståelse i vissa fall kunde utläsas genom presentationen av forskarna, saknades en tydlig beskrivning av hur denna förförståelse reflekterats över och hanterats under forskningsprocessen. Detta bedömdes som en metodologisk begränsning, då en otillräcklig hantering av förförståelse kan påverka studiens trovärdighet.

Med relevans avses i vilken utsträckning de data som finns i de underliggande studierna är tillämpliga för forskningsfrågan och för sammanhanget (Noyes m.fl. 2018). Relevansen i samtliga andra nivåns teman bedömdes vara av hög tillförlitlighet eftersom litteraturöversiktens tydliga inklusions- och exklusionskriterier resulterade i att alla andra nivåns teman bedömdes vara relevanta i relation till syftet. Därför gjordes inga avdrag för denna domän.

Med koherens avses att fyndet är väl underbyggt av data från studierna och ger en övertygande förklaring för de mönster som identifierats (Colvin m.fl. 2018). Sex andra nivåns teman bedömdes ha låg risk för brist i koherens. Tre andra nivåns teman bedömdes ha måttlig risk för brist i koherens. Ett exempel är Brown och Lees (2011) resultat som i förhållande till andra nivåns temat "Att fostra självständiga ätare" inte bokstavligen säger ord såsom "independent", men det som framkommer i texten är faktumet att man pratar om barnets självständighet.

Datamättnad handlar dels om hur rika data är, dels kvantiteten data (Glenton m.fl. 2018). Rika data ger tillräckligt med detaljer för att fenomenet ska förstås, men den totala mängden data är också viktig (a.a.). Tre subteman bedömdes ha låg risk för otillräcklig datamättnad. Fyra andra nivåns teman bedömdes ha måttlig risk för otillräcklig datamättnad. Två andra nivåns teman bedömdes ha hög risk för otillräcklig datamättnad: "Råd och riktlinjer från sjukvården" samt "Påverkan av anhöriga". Dessa teman representerades av få artiklar med måttlig eller begränsad data. "Råd och riktlinjer från sjukvården" representerades av tre artiklar med 69 deltagare, dock beskrevs fenomenet kortfattat i samtliga artiklar. "Påverkan av anhöriga" representerades av två artiklar med 29 deltagare, en av dessa artiklar hade rik men kortfattad data vilket låg till grund för bedömningen.

Den sammanvägda bedömningen gav måttlig tillförlitlighet för sju av de åtta andra nivåns teman. "Påverkan av anhöriga" bedömdes ha låg tillförlitlighet på grund av avdrag för såväl metodologiska brister som risk för otillräcklig datamättnad.

Etiska aspekter

Eftersom litteraturöversikten sammanställer redan publicerad forskning har detta inte krävt godkännande från forskningsetisk kommitté (Vetenskapsrådet, 2024). Genom hela arbetsprocessen har etiska aspekter i forskningen löpande reflekterats kring och diskuterats. Etiska principer i Helsingforsdeklarationen (2013) har löpande beaktats, såsom krav på informerat samtycke, etisk prövning och skydd av deltagarnas integritet. Alla deltagare i inkluderade artiklar har lämnat informerat samtycke till deltagande i respektive studie.

Reflexivitet

Uppfattningen av resultatet kan påverkas av personliga erfarenheter vilket kan innebära risk för metodbrist (SBU, 2024). Således finns det risk för att egna upplevelser påverkar urvalet av artiklar och analysen av innehållet omedvetet. Att arbeta systematiskt utifrån en kvalitativ innehållsanalys med tydliga inklusions- och exklusionskriterier syftar till att minska risken att författarnas förförståelse ska påverka urvalet (a.a.). Översiktsförfattarna har en förförståelse inom området genom egna erfarenheter av att introducera fast föda till barn från fyra månaders ålder. Den ena översiktsförfattaren har använt Baby-Led Weaning medan den andra har erfarenhet av traditionell skedmatning. Författarnas personliga erfarenheter kan ha påverkat hur litteraturen tolkats, exempelvis genom att vissa aspekter upplevs mer relevanta än andra. Den egna förförståelsen har samtidigt bidragit till en kontinuerlig reflektion under arbetets gång. För att minska risken för att personliga erfarenheter skulle styra analysen har materialet granskats av översiktsförfattarna oberoende av varandra. För att säkerställa att tolkningarna grundats i studiernas resultat och inte den egna upplevelsen eller tolkningen har översiktsförfattarna haft en genomgående gemensam dialog med varandra samt

handledare. Avsikten med dialogen har varit att undvika över- och/eller undertolkningar under dataanalysen.

RESULTAT

Resultatet av denna systematiska litteraturöversikt baseras på åtta vetenskapliga artiklar med kvalitativ ansats. Studierna som artiklarna baseras på genomfördes i sju länder: Danmark, Schweiz, Nya Zeeland, Storbritannien (representeras i två artiklar), USA, Indonesien, Uganda. Antalet deltagare i respektive studie varierade mellan 7-36 personer. Totalt deltog 151 personer. Av dessa var 137 kvinnor och 14 män. Alla studier är baserade på individuella intervjuer av deltagare med undantag för en som intervjuade föräldrapar samt en som hade blandad intervjustil vilken innefattade både fokusgrupper och personliga intervjuer. Litteraturöversiktens syntes resulterade i nio underteman (andra nivån) som grupperades i fyra huvudteman (tredje nivån): Föräldrars känslor, Att lita på barnet men bibehålla kontroll, Matval i praktiken, Navigera bland externa influenser och information. Se teman i nedan tabell 3. I denna tabell presenteras även fyndens tillförlitlighet.

Tabell 3: Resultatets teman och bedömning av tillförlitlighet (CERQual).

Huvudteman (Tredje nivåns teman)	Underteman (Andra nivåns teman)	Antal studier (inkluderade studier) Antal deltagare för andra nivåns teman	Fyndets tillförlitlighet (CERQual)	Kommentar till gjorda avdrag
Föräldrars känslor	Strävan att erbjuda sitt barn det bästa	3 studier ^(1,4,5) 82 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
	Oro för sjukdom och olyckor	5 studier ^(1,2,4,5,6) 118 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
Att lita på barnet men bibehålla kontroll	Att fostra självständiga ätare	3 studier ^(4,6,7) 60 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
	Att förstå och reglera barns matintag	3 studier ^(1,4,7) 67 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
	Hantera kräsenhet	4 studier ^(1,4,5,6) 96 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar

Matval i praktiken	Ekonomiska förutsättningar	3 studier ^(2,3,4) 73 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
	Bekvämlighet	3 studier ^(2,3,4) 73 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
Navigera bland externa influenser och information	Råd och riktlinjer från sjukvården	3 studier ^(1,2,5) 69 deltagare	⊕⊕⊕○ Måttlig tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar
	Påverkan av anhöriga	2 studier ^(2,8) 29 deltagare	⊕⊕○○ Låg tillförlitlighet	1 avdrag för metodologiska begränsningar 1 avdrag för datamättnad

¹Norlyk m.fl. (2019) ²Hässig-Wegmann m.fl. (2024) ³Katiforis m.fl. (2011)

⁴Brown & Lee (2011) ⁵Dorsey Graf m.fl. (2022) ⁶Fitria Utami m.fl. (2020)

⁷McNally m.fl. (2020) ⁸Nandagire m.fl. (2019)

Föräldrars känslor

Att introducera fast föda till barn är någonting som väcker känslor hos föräldrar (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025; Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020) Föräldrar strävar efter att ge sitt barn det bästa (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025; Brown & Lee 2011) men beskriver en slitning mellan denna ambition och farhågor att misslyckas som föräldrar (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025).

Strävan att erbjuda sitt barn det bästa

Föräldrar beskrev att de satte höga krav på sig själva i rollen som huvudansvariga för deras barns föda (Norlyk m.fl. 2019; Katiforis m.fl. 2025; Brown & Lee 2011). Rollen beskrivs bland annat innebära att anpassa matinnehållet (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Brown & Lee 2011). Exempel på anpassningar som förekom var att maten skulle ha lägre innehåll av salt, socker och fett, eller varierad, balanserad eller ekologisk (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Brown & Lee 2011). Föräldrar uppgav uppfattningar om att en ansvarsfull förälder lagar mat från grunden och för somliga med enbart ekologiska ingredienser (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024). Ifall barnet föredrog halvfabrikat kunde det utgöra anledning att man kompromissade med sina ideal (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024). Detta fenomen skapade ett dilemma hos vissa föräldrar mellan maten som är hälsosam och mat som barnet njuter av (Hässig-Wegmann m.fl. 2024).

// "On one hand, he has to eat vegetables to get enough vitamins, but he does not like vegetables or fruits. At the same time, I want my children to enjoy their food, so what should I do?" //

(Hässig-Wegmann m.fl. 2024)

Mödrar beskrev frustration över att spendera mycket tid på att laga hälsosam mat (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025). Ibland uppstod skuld känslor

över att ge sitt barn halvfabrikat när föräldern behövde prioritera tiden det besparade dem (Katiforis m.fl. 2025).

Oro för sjukdom och olyckor

Föräldrar beskrev en stor oro gällande risken att deras barn skulle sätta i halsen och kvävas vid matintroduktionen (Norlyk m.fl 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Brown & Lee 2011; Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl., 2020). Fenomenet synliggörs i en av studierna där artikelförfattarna förtydligar att ordet säkerhet nämns uppemot 55 gånger av deltagare (Hässig-Wegmann m.fl. 2024). Oron för kvävning påverkar valet av mat som barnen erbjuds:

“I am still very careful about what foods I give to him because I am still afraid that he will choke on something, as he cannot bite very well yet” //
(Hässig-Wegmann m.fl. 2024)

Föräldrar hanterade rädslan för att sätta i halsen genom förebyggande strategier såsom att aldrig lämna barnet själv vid matbordet (Norlyk m.fl 2019; Dorsey Graf m.fl. 2022). Rädslan för kvävning beskrevs minska över tid (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Brown & Lee 2011). Mödrar beskrev klökningar, som trots att de är obehagliga, som en del i lärandeprocessen att äta fast föda (Fitria Utami m.fl. 2020). BLW-metoden beskrivs som att den ofta kritiserar på grund av kvävningens risk vilket förvärras av närstående som reagerar starkt på vanliga klökningens beteenden eftersom de ofta förväxlas med kvävning (Brown & Lee 2011). Säkerhet vid matintroduktion spelar en avgörande roll för föräldrar (Norlyk m.fl 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020). Föräldrar hanterade sin oro genom att minimera risker och/eller förbereda sig för en eventuell händelse (Norlyk m.fl 2019; Brown & Lee 2011; Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020). Osäkerheten kring hur en eventuell allergisk reaktion kunde te sig hanterades genom att minimera uppfattade risker (Dorsey Graf m.fl. 2022). Detta kunde innefatta att undvika allergener eller tvärtom genom provokation (a.a.). Vissa föräldrar gick HLR-utbildning för att lära sig reagera på och hantera allergiska reaktioner snabbt och effektivt (Brown & Lee 2011; Dorsey Graf m.fl. 2022). Vissa gick så långt som att införskaffa sig antihistamin i förebyggande syfte inför en eventuell allergisk reaktion (Dorsey Graf m.fl. 2022).

Att lita på barnet men bibehålla kontroll

Samspelet i matintroduktionen kan beskrivas som en balansgång mellan barnets autonomi och föräldrarnas ansvar att barnet frodas. Baby-led weaning (BLW) beskrivs som ett sätt att främja både barnets autonomi och bibehålla föräldrarnas kontroll (Brown & Lee 2011; Fitria Utami m.fl. 2020; McNally m.fl. 2020).

Att fostra självständiga ätare

Vid introduktion av fast föda beskriver föräldrar fördelar med att använda BLW (Brown & Lee 2011; Fitria Utami m.fl. 2020; McNally m.fl. 2020). I en studie framkommer en uppfattning om att barnet senare i livet kanske kan bli mindre selektiv i sitt ätande och utveckla mer varierade kostvanor (Brown & Lee 2011). Föräldrar uttryckte att exponering för många olika smaker i tidig ålder, tillsammans med att barnet själv styr sitt ätande, möjligen kan främja en hälsosam relation till mat (a.a.). En förälder uttryckte det som:

// " I think that if he is offered lots of tastes then that is what he will grow up expecting to eat. Start as you mean to go on"//
(Brown & Lee 2011)

Flera föräldrar beskriver att BLW ökar barnets självständighet, delaktighet, utveckling och engagemang vid måltiden (Fitria Utami m.fl. 2020). Barnen beskrivs som aktiva i sitt ätande och involverades ibland i matlagning och val av måltider (Fitria Utami m.fl. 2020; McNally m.fl. 2020). Barnet utvecklade förmåga att tugga olika konsistenser och visade ökad nyfikenhet på nya livsmedel med hjälp av BLW (Fitria Utami m.fl. 2020). Vidare lyftes att barnen utvecklade självständighet genom att äta och dricka själva, vilket sågs som viktiga milstolpar. När behovet av att laga separata måltider minskade upplevdes metoden underlätta vardagen (a.a.).

Att förstå och reglera barnets matintag

Mödrar beskriver att det kan vara svårt att tolka barns hunger- och mättnadssignaler (Norlyk m.fl 2019; Brown & Lee 2011; McNally m.fl. 2020). Oavsett matningsmetod beskrevs tolkningen av signaler som en osäker process där mödrar ofta behövde "gissa" barnets behov, särskilt i tidig ålder då signalerna upplevdes som otydliga (Brown & Lee 2011; Fitria Utami m.fl. 2020; McNally m.fl. 2020). Att uppmärksamma utvecklingssignaler blev lättare när barnet blev äldre, både genom ökad erfarenhet hos mödrarna och förbättrad kommunikationsförmåga hos barnet (McNally m.fl. 2020). Avsaknaden av tydliga mättnadssignaler i kombination med oro kring att barnet åt för lite eller för mycket ledde till att föräldrarna kontrollerade portionsstorleken trots att de hade en tilltro till barnets självreglering. Föräldrar beskrev vikten av att lita på barnets förmåga att reglera matintaget trots detta, även om den tilliten behövde utvecklas över tid (a.a.).

Mammor som följde BLW-metoden beskrev att de var trygga med att barnet i perioder åt små mängder och litade på barnets förmåga att själv reglera sitt matintag vilket beskrivs som en central del av metoden (Brown & Lee 2011). Föräldrar beskrev att kontrollen över barnets matintag minskade i takt med att barnet blev äldre och tydligare markerade vilka livsmedel det föredrog vilket gjorde det svårare att styra matningen jämfört med när barnet var yngre. Exempelvis började äldre barn föredra kolhydratrik mat framför frukt och grönsaker och följaktligen upplevde föräldrar att det var svårare att säkerställa tillräckligt näringsintag (Hässig-Wegmann m.fl. 2024).

Hantera kräsenhet

Ämnet kräsenhet tas upp i flera artiklar. Kräsenhet benämns som negativt och föräldrar strävar efter att matvanor ska minska risken för att deras barn utvecklar kräsenhet (Norlyk m.fl 2019; Brown & Lee 2011; Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020). Mödrar upplevde att kräsenhet kunde leda till ohälsosamma kostvanor och motsvarande viktproblem såsom över/undervikt eller fetma senare i deras barns liv (Norlyk m.fl 2019; Brown & Lee 2011; Dorsey Graf m.fl. 2022). Föräldrar hanterar risken för kräsenhet genom att erbjuda sina barn en varierad kost (Norlyk m.fl 2019; Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020). Mat som barnet vägrat äta erbjuds flera gånger om (Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020). Ohälsosam mat såsom salt, söt, fet mat och skräpmat beskrivs som att den begränsades med intentionen att barnet inte skulle utveckla kräsenhet (Norlyk m.fl 2019; Dorsey Graf m.fl. 2022). En förälder beskrev att hennes barn

var mindre kräset utomhus när de gick en promenad vilket kan tolkas som att distraktion kan vara gynnsamt i att hantera kräsenhet (Fitria Utami m.fl. 2020). En annan strategi att förebygga kräsenhet var att verka som förebilder för sina barn genom att själva handla, förbereda, äta och njuta av hälsosam mat framför barnet (Dorsey Graf m.fl. 2022). BLW var en metod man ansåg kunde minska kräsenhet (Dorsey Graf m.fl. 2022; Fitria Utami m.fl. 2020) och beskrevs såhär av en av mödrarna:

// “we ... would put it in front of her and let her feed herself ... and ... the benefits as far as how we started introducing foods, she’s always very curious about what we want to eat. She’s not a picky eater”. //
(Dorsey Graf m.fl. 2022)

Matval i praktiken

Matval för barn påverkas inte enbart av föräldrars känslor, tankar och samspel med sitt barn. Praktiska omständigheter och begränsningar beskrivs av föräldrar spela en stor roll för matintroduktion (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025; Brown & Lee 2011; McNally m.fl. 2020). Ekonomiska faktorer utgör en del av detta i varierande utsträckning (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025; Brown & Lee 2011; McNally m.fl. 2020). Basala saker - allt ifrån familjedynamikens praktiska aspekter till kladd, påverkar föräldrars upplevelser och i sin tur hur de väljer att mata sina barn (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Brown & Lee 2011).

Ekonomiska förutsättningar

Vilken typ av mat barn erbjuds påverkas av familjers ekonomiska situation (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025; Brown & Lee 2011) Mödrar beskriver en begränsad budget som stressande när barnen börjar äta fast föda då mat går till spillo när det blir kastat på marken (Brown & Lee 2011). På grund av detta erbjöd de motvilligt dyr mat såsom färsk frukt. Så småningom upplevde mammorna att problemet minskade och ett kostnadseffektivt sätt att erbjuda mat var att i stället kunna ge barnet en liten portion av det som övriga familjemedlemmar åt. På så sätt blev inte slöseriet lika kännbart och inte lika negativt förknippat (a.a.). När barn blev äldre beskrev mammor att man också frångick tidigare ideal såsom att ge ekologisk mat på grund av kostnadsfrågan (Hässig-Wegmann m.fl. 2024).

Mödrar beskriver återgång till arbete som en bidragande faktor till en påskyndad introduktion av fast föda (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; McNally m.fl. 2020). De beskrev att det berodde på att de inte hade ekonomiska förutsättningar att vara hemma längre och kände sig tvingade att börja ge fast föda så att barnen inte skulle vilja amma i samma utsträckning (Hässig-Wegmann m.fl. 2024, McNally m.fl. 2020).

//“I started complementary feeding as recommended at 4 months because I wanted to go back to work after 6 months [...] How should I exclusively breastfeed until 6 months if paid maternity leave is only 4 months? That is just not possible if you need the money”//
(Hässig-Wegmann m.fl. 2024)

Mödrar med extremt begränsad ekonomi beskriver initialt en stress att själva äta tillräckligt för att upprätthålla sin bröstmjölksproduktion (Katiforis m.fl. 2025).

Dessa mödrar beskriver hur de sedan fick kompromissa med sina egna matval för att kunna ge sina barn mat. De hoppade över måltider och mättade sin hunger med vatten. De beskriver att de var tvungna att köpa sämre mat på grund av kostnadsfrågan men behövde också dryga ut måltider med billiga stärkelserika ingredienser för att maten skulle räcka längre (a.a.).

Bekvämlighet

Vilken mat som introduceras till barn påverkas av bekvämlighet och praktiska omständigheter (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025; Brown & Lee 2011). Om föräldrarna inte åt fisk eller kött så erbjöds inte heller barnet det (Hässig-Wegmann m.fl. 2024). Tidsåtgång påverkar hur föräldrar introducerar mat (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025). Såväl de som jobbade heltid som deltid fann det svårt att hinna med att laga mat från grunden (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Katiforis m.fl. 2025). Föräldrar beskrev att de upplevde att de inte spenderade sin tid väl när de behövde lägga ner mycket tid på matlagning följt av att deras barn ratade den (Hässig-Wegmann m.fl. 2024).

//“He eats so little mash, if we are lucky three spoonfuls, and for that you free your afternoon to cook. I feel like it is not worth the time.” //
(Hässig-Wegmann m.fl. 2024)

Att följa BLW-metoden upplevdes av föräldrarna som underlättande ur ett bekvämlighetsperspektiv eftersom måltiderna ansågs enklare och mindre stressade när barnet inte behövde matas av en vuxen (Brown & Lee 2011). Ytterligare ett exempel på praktiska omständigheter som påverkar matval är att flerbarnsföräldrar beskriver att man var mindre strikt med rekommendationer och riktlinjer med sina yngre barn (Hässig-Wegmann m.fl. 2024).

Navigera bland externa influenser och information

Föräldrar förväntas hantera råd och riktlinjer från anhöriga såväl som hälso-och sjukvården vilket kan skapa inre strider (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Dorsey Graf m.fl. 2022; McNally m.fl. 2020; Nandagire m.fl. 2019). Framför allt när råden upplevs motsägelsefulla, ogrundade eller inte överensstämmer med den egna övertygelsen eller traditioner (a.a.).

Råd och riktlinjer från sjukvården

Ett överflöd av information från myndigheter i kombination med råd från anhöriga upplevdes skapa oro och osäkerhet eller frustration hos föräldrar (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Dorsey Graf m.fl. 2022; McNally m.fl. 2020; Nandagire m.fl. 2019). En del uppgav att de aktivt gick emot sjukvårdens råd för att i stället lita på sin intuition (Norlyk m.fl. 2019; Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Dorsey Graf m.fl. 2022), till exempel en mamma som råddes börja med traditionell skedmatning av vårdpersonal och i stället valde BLW (Hässig-Wegmann m.fl. 2024). En annan började introducera fast föda genom att ge sitt barn kex vilket hennes barnmorska hade avrått ifrån. En tredje gav rökt lax till sitt spädbarn trots högt saltinnehåll eftersom hon ansåg att fördelarna övervägde nackdelarna (Hässig-Wegmann m.fl. 2024). En fjärde gav komjölk till sitt barn trots att hon visste att det gick emot rekommendationer (Norlyk m.fl. 2019). Ett ytterligare exempel på hur föräldrar gick emot råd från sjukvården var att de undvek att introducera allergener till sina barn på grund av egna uppfattningar och rädsla för att orsaka en allergisk reaktion (Dorsey Graf m.fl. 2022)

// “the pediatrician did say ... next month ... when he’s nine months ... she wants us to have certain foods in him for allergies. So far, the only thing we did was peanut butter ... there’s ... nervousness if the baby ... ate a food and he was allergic to it, what would I do?” //
(Dorsey Graf m.fl. 2022)

I en artikel diskuteras schweiziska riktlinjer vilka rekommenderar introduktion av fast föda vid 4 månaders ålder (Hässig-Wegmann m.fl. 2024). Flera av de deltagande föräldrarna upplevde detta som för tidigt. Deltagarna i en engelsk studie var inte lika negativa till riktlinjer utan uppgav att de var medvetna om rekommendationer att introducera fast föda först vid 6 månaders ålder och utgick från denna information (Brown & Lee 2011). Skepsis gentemot nationella riktlinjer yttrar sig på flera sätt. Upplevelser att riktlinjer förändras snabbt eller att riktlinjer skiljer sig mycket åt länder emellan (Brasilien-Schweiz) gjorde att föräldrarna önskade veta bakgrunden till rekommendationerna för att kunna förhålla sig till dem (Hässig-Wegmann m.fl. 2024).

Påverkan av anhöriga

Föräldrar beskriver att de inte alltid höll med om maten deras barn erbjöds av andra men kände att de inte hade möjlighet att påverka andras beteenden (Hässig-Wegmann m.fl. 2024; Nandagire m.fl. 2019) exempelvis mor- och farföräldrar eller personal på barnets förskola. En mamma uttryckte att hennes egen mamma gav barnet kex mellan måltiderna trots att det var något hon själv inte ville, vilket skapade en känsla av maktlöshet då hon upplevde att beteendet skulle fortsätta oavsett hennes åsikter (Hässig-Wegmann m.fl. 2024). Erfarenheter av liknande karaktär framkom hos en heltidsarbetande pappa som upplevde att han saknade kontroll över vad barnet åt under dagtid. Han beskrev att trots information om vilken mat som serverades visste han inte i praktiken vad barnet fick i sig. Föräldrar upplevde att förskolan kunde påverka möjligheten att ge barnet en hälsosam kost, medan mor- och farföräldrar gav den mat de själva föredrog i stället för en mer näringsrik kost (a.a.)

I en studie från Uganda framkom att äldre generationer hade ett stort inflytande över föräldrars beslut om vilken mat som de skulle introducera till sitt barn (Nandagire m.fl. 2019). Mödrar beskrev att råd, vägledning och förväntningar från svärmödrar dikterar både hur och när fast föda introducerades. I studien framkom även att mödrar i stor utsträckning följde traditionella råd om att tidigt introducera olika livsmedel och vätskor, såsom örter eller mjölk, baserat på uppfattningar om hur det skulle främja barnets tillväxt och hälsa. De råden kunde innefatta specifika kostrestriktioner och uppfattningar om vilka livsmedel som ansågs lämpliga eller olämpliga för barnet. Vidare beskrev mödrarna att det upplevdes utmanande att ifrågasätta råden, då svärmödrar och äldre kvinnor betraktades som erfarna och som viktiga förebilder i barnets utveckling. Det innebar att kulturella normer och familjetraditioner i många fall vägde tyngst (a.a.).

DISKUSSION

Litteraturoversiktens diskussion utgörs av en metoddiskussion och en resultatdiskussion. Metoddiskussionen lyfter aspekter av arbetet som i efterhand anses kunde ha anpassats för att stärka studien. Metodens styrkor och svagheter diskuteras utifrån begreppen trovärdighet, tillförlitlighet, verifierbarhet och

överförbarhet (Lincoln & Guba, 1985). Resultatdiskussionen fokuserar på de mest framträdande fynden i litteraturöversikten, såsom föräldrars känslor i samband med matintroduktion, balansgången mellan kontroll och barnets självständighet, betydelsen av praktiska och ekonomiska förutsättningar samt påverkan från externa råd och normer. Dessa fynd diskuteras i relation till tidigare forskning och Meleis transitionsteori.

Metoddiskussion

Litteraturöversikten bygger på studier med kvalitativa forskningsdesiginer eftersom det ansågs lämpligt utifrån syftet. Kvalitativ forskning lämpar sig väl för att undersöka upplevelser (Polit & Beck, 2021). Möjligtvis hade en egen intervjustudie kunnat bedrivas för att skildra föräldrars upplevelse av matintroduktion och använda litteraturen för att stärka dess resultat. Valet föll dock på att göra en systematisk litteraturöversikt då dess resultat ger en mer utförlig bild av befintlig forskning och förståelse för det undersökta fenomenet vilket en enskild studie med kvalitativ design inte kan ge. En systematisk litteraturöversikt kan till skillnad från enskilda intervjustudier identifiera vilka eventuella kunskapsluckor som existerar och därmed ge en bild avseende vilken forskning som behöver göras framöver. Litteraturöversikten representerar totalt 151 personer som deltagit i inkluderade studier.

Avgränsningar

I denna litteraturöversikt avgränsades urvalet genom att formulera tydliga inklusions- och exklusionskriterier med utgångspunkt i studiens syfte och frågeställningar. Kriterierna användes som ett praktiskt verktyg vid urvalsprocessen för att systematiskt bedöma vilka studier som var relevanta att inkludera. Detta bidrar till en transparent urvalsprocess där det tydligt framgår på vilka grunder studier inkluderats eller exkluderats (SBU, 2024). Ett sådant systematiskt tillvägagångssätt kan stärka studiens tillförlitlighet (Polit & Beck, 2021). Valet föll på SPICE-modellen eftersom den lämpar sig väl i att systematiskt undersöka och sammanställa erfarenheter och upplevelser vilket beskrivs av SBU (2024). Modellen resulterade i fyra block bestående av: S: "Introduktion av fast föda till barn", P: "Föräldrar (vårdnadshavare)", I: "Olika sätt att introducera fast föda, till exempel traditionell puréintroduktion och BLW". E: "Föräldrars upplevelser och vilken påverkan dessa har i det dagliga livet". Komponenten C som står för Comparison var inte aktuell utifrån syftet.

Litteraturöversikten innefattade initialt artiklar där det förekom både personliga intervjuer och fokusgrupper men avgränsades sedan till enbart personliga intervjuer för att data skulle kunna sammanställas i en syntes. Anledningen var att de två metoderna syftar till att fånga olika typer av information och bygger på olika vetenskapliga antaganden. I en av artiklarna förekommer en blandad metodansats av både fokusgrupper och intervjuer vilket accepterades eftersom majoriteten av intervjuerna var intervjuer och fokusgrupperna bestod endast av 2–3 personer. Resultatet i denna studie presenterades på sådant sätt att den kunde likställas med övriga inkluderade studier vilket också bidrog till beslutet att inkludera den eftersom den inte var svår att behandla i syntesprocessen och hade liknande form och presentation som majoriteten av artiklarna.

Inklusions-och exklusionskriterier

Två artiklar som publicerats på portugisiska verkade utifrån titel och abstract svara på studiens syfte och frågeställningar, men fanns inte tillgängliga i fulltext

på engelska. Artiklarna beställdes via Malmö universitets bibliotek, men kunde endast erhållas i fulltext på portugisiska och exkluderades därför. Denna exkludering kan ha påverkat resultatet, då ytterligare data potentiellt hade kunnat bidra till en mer nyanserad förståelse av det studerade fenomenet. Dessa två artiklar berörde aspekter av barns matintroduktion, där särskilt kulturella och sociala faktorer framkom i abstract som var på engelska. Inkluderandet av dessa studier hade kunnat stärka redan identifierade teman. Det kan inte uteslutas att ytterligare perspektiv av fenomenet hade kunnat framkomma som exempelvis kulturella normer och överföring av kunskap mellan generationer. Exkluderingen kan ha påverkat variationen i datamaterialet, särskilt om de inkluderade studierna i hög grad representerar liknande kontexter eller perspektiv. Om så är fallet kan frånvaron av dessa studier ha bidragit till att vissa kulturella och sociala aspekter inte fångats i samma utsträckning, vilket kan ha begränsat resultatets bredd.

Artiklar inkluderades där barn var upp till 24 månader gamla. Initialt var inklusionskriteriet satt till 6–12 månaders ålder utifrån svenska riktlinjer för introduktion av fast föda. Åldersspannet korrigerades i efterhand eftersom nationella riktlinjer i andra delar av världen rekommenderar matintroduktion från fyra månaders ålder. Dessutom visade det sig att flera studier intervjuade föräldrar i ett retroperspektiv. Det vill säga, i flera studier var barnen upp till 24 månader gamla och föräldrarna redogjorde för sina upplevelser vid matintroduktionen vilket kunde ha varit för så länge som 18 månader sedan. En möjlig metodbrist sågs i detta vilket hanterades inom syntesen med avdrag i tillförlitlighetsbedömningen.

Databassökning

Inför sökning i databaser erhöles handledning med fem olika bibliotekariers vid Malmö universitet vid fyra separata tillfällen, två av dessa var individuell handledning. Om mer tid hade funnits tillgänglig hade sökstrategier kunnat omarbetas. Vid en ny genomgång av sökprocessen identifierades vissa brister i utförandet, exempelvis i valet av sökord och uppbyggnaden av sökblock. Det hade varit möjligt att revidera sökorden, ta bort vissa begrepp samt strukturera sökningen i tre sökblock i stället för fyra för att potentiellt förbättra träffsäkerheten. Att sökningen har innefattat Parents och Mothers men inte Fathers utgör en brist då väsentliga artiklar kring matintroduktion som redogjorts för av fäder riskerar att ha missats. En systematisk och välutvecklad sökstrategi är central för att identifiera relevanta studier och minska risken att viktig forskning förbises (Polit & Beck, 2021; SBU, 2024). På grund av den begränsade tidsramen för arbetet fattades dock beslutet att inte genomföra nya sökningar i februari, då fokus behövde läggas på att slutföra litteraturstudien inom given tid. Tidsdiskrepansen på tre månader mellan sökningar i Cinahl/PubMed (november 2025) och Scopus kan ha påverkat negativt eftersom en ny sökning i Cinahl och Pubmed samtidigt som den i Scopus genomfördes hade kunnat inkludera artiklar som publicerats under denna tremånadersperiod. Ingen uppdaterad sökning genomfördes inför litteraturöversiktens slutliga inlämning för att fastställa om ny forskning tillkommit efter den senaste sökningen i februari vilket kan betraktas som en svaghet i studien då det finns en risk att relevanta studier som publicerats under denna period inte har identifierats. Därmed kan litteraturöversiktens resultat sakna den allra senaste forskningen inom området.

Ett exempel på hur sökningen hade kunnat utökas är att innefatta begreppet “complementary feeding” under sökblocket weaning eftersom det under arbetets

gång blivit tydligt i de artiklar som inkluderats att begreppet hör hemma i området. Även användningen av fritexttermer hade kunnat förbättras. Det har i efterhand framkommit i handledningen att samma fritexttermer ska användas i samtliga databaser utan att skilja sig åt. Samtliga sökningar med fritexttermer begränsades till titel och abstrakt utifrån råd och information från sakkunnig. Det hade också stärkt arbetet att jämföra sökningar där fritexttermer begränsades till titel/abstrakt med sökningar där fritexttermer söktes i hela artiklar. Detta för att kontrollera om sökningen begränsad till titel/abstrakt minskade brus på ett önskvärt sätt. Därefter hade beslut kunnat fattas om hur den färdiga sökningen skulle utformas med eller utan denna begränsning.

Inför valet av tredje databas övervägdes databasen PsycINFO. Valet föll dock på Scopus då databasen har en bred, tvärvetenskaplig täckning och indexerar tidskrifter inom bland annat medicin, omvårdnad, folkhälsa och samhällsvetenskap, se bilaga 3. Då studiens syfte berör föräldrarnas upplevelser och hälsoaspekter ansågs en bred databas vara relevant för att identifiera studier i gränslandet mellan flera ämnesområden. Enligt SBU är databaser med omfattande och bred täckning viktiga för att uppnå en hög total identifiering av relevanta studier vid systematiska litteratursökningar (SBU, 2024). Av det skälet valdes Scopus som komplement till övriga databaser för att öka sannolikheten att fånga relevanta artiklar. PsycINFO är specialiserad inom psykologi och beteendevetenskap, medan Scopus bedömdes ge en bredare ämnesmässig spridning i relation till studiens syfte. Om det funnits mer tid att tillgå hade testsökningar kunnat genomföras i PsycINFO för jämförelse med Scopus och se vilken kompletterande databas som hade lämpat sig bäst. Arbetet hade också om det fanns mer tid kunnat utökas till att innefatta såväl PsycINFO som Scopus för att tömma alla aktuella databaser på data som kunde bidragit till litteraturöversikten.

Relevansbedömning

Relevansbedömningen utfördes utifrån litteraturöversiktens syfte samt inklusions- och exklusionskriterier. SBU (2024) beskriver att breda sökningar som genererar ett stort antal artiklar att granska manuellt ökar risken för att relevanta artiklar exkluderas oavsiktligt. Eftersom sökningen genererade ett stort antal artiklar som behövde granskas manuellt kan det således tänkas att risken för att relevanta artiklar exkluderats av misstag är stor.

Bedömning av risk för metodbrist i identifierade artiklar

Modifiering av mallen Bedömning av studier med kvalitativ metodik (SBU 2022) diskuterades men ansågs inte nödvändig för att komma fram till metodbrister. I enlighet med SBU (2024) granskades studierna utifrån protokollet oberoende av varandra följt av en gemensam samordnad bedömning. Anledningen var att öka graden av objektivitet och trovärdighet i granskningen (a.a.). Alla inkluderade artiklar bedömdes och efter handledning gjordes en ny granskning av samtliga artiklar för att säkerställa att bedömningen blivit korrekt. Detta resulterade i konsensus i att samtliga artiklars totala bedömning sänktes till måttlig metodologisk brist med undantag för en som bedömdes ha allvarlig brist. Denna artikel bedömdes dock inte ha brister som var så allvarliga att det kunde motivera exkludering av artikeln.

Extraktion av data

Vid hanteringen av dubletter/tripletter i Rayyan noterades inte hur många dubletter/tripletter som togs bort i varje steg, av AI respektive manuellt. Ett protokoll över exakta antalet hade stärkt arbetets transparens och reproducerbarhet. Vid översättning av text finns det risk att information går förlorad. Därför behöll alla citat sin originalform på engelska vid extraktion av data vilket även togs i åtanke vid utformning av artikelmatrisen (bilaga 8) över inkluderade artiklar, det vill säga att matrisen redovisar varje artikel med engelska titlar och information.

Sammanvägning av resultat

Då de meningsbärande enheterna skulle extraheras gjordes detta först oberoende av varandra följt av konsensusdiskussion och ett gemensamt arbete att sortera data i ett gemensamt webbdokument. Syntesen var en mycket tidskrävande och svår process vilken krävde många diskussioner som inte kan återges i text vilket påverkar arbetets transparens. Den rigorösa bearbetningen av data kan dock ses som en styrka i arbetet eftersom data har genomgått många steg av behandling. Exempel på detta är att de meningsbärande enheterna extraherades, numrerades med artikelnummer och sorterades. Därefter omsorterades de flera gånger och färgkodades löpande utifrån preliminära tilltänkta teman följt av att artiklarna lästes återigen i sin helhet inför ytterligare sortering av de meningsbärande enheterna och utvecklingen av subteman och teman.

Bedömning av tillförlitligheten av sammanvägda resultat

Inför bedömningen lästes de artiklar som SBU (2024) hänvisar till för att mer djupgående förstå CERQual-processen och tillvägagångssättet för bedömningen av de fyra domäner som utgör CERQual (metodologiska begränsningar, relevans, koherens och tillräcklig data). Bedömningen av de fyra domänerna gjordes i nära samarbete. En gemensam bedömning av det sammanvägda resultatets tillförlitlighet stärker verifierbarheten eftersom det säkerställer att data är korrekt och återspeglar innehållet i de inkluderade studierna (Lincoln & Guba, 1985).

Analysmetoder

Litteraturöversikten utgörs av åtta artiklar med olika analysmetoder. Dessa var fenomenologisk analys (n= 1), tematisk analys (n=3), kvalitativ induktiv deduktiv analys (n=2), deskriptiv analys (n=1), och verbatim analys (n=1). Olika analysmetoder kan leda till olika resultat (SBU, 2024) vilket kan innebära en svaghet för syntesen i litteraturöversikten. Enligt SBU (2024) kan det vara möjligt att olika kvalitativa metoder inte går att syntetisera i en översikt och att de som utför en syntes av kvalitativ evidens bör vara väl bevandrade inom det metodologiska fältet för att göra upplysta vägval. Således kan det konstateras att på grund av bristande erfarenhet i forskningsfältet finns det stor risk att på grund av olika analysmetoder i originalartiklarna har syntesen inte genomförts på ett optimalt sätt. Ett sätt att hantera denna svaghet var att stötta fynden med citat från inkluderade artiklar samt att vara transparent i metoddiskussionen.

Etiska aspekter

Studierna som inkluderats i litteraturöversikten är godkända av etisk kommitté, med undantag för en studie där godkännande från etisk kommitté inte framgick. Följaktligen granskades och diskuterades denna artikels etiska resonemang särskilt. Trots avsaknaden av formellt etiskt godkännande framgick det att

informerat samtycke hade inhämtats från deltagarna vilket beaktades i den etiska bedömningen av studien och studien inkluderades.

Författarnas förförståelse i ämnet

Reflektion kring den egna förförståelsen är av stor vikt för att minska risken för personlig bias och på så sätt stärka verifierbarheten (Polit & Beck 2021). Med det som bakgrund har förförståelsen reflekterats över fortlöpande vilket i sin tur kan bidra med att förstärka verifierbarheten och kan ses som en styrka i litteraturöversikten (Lincoln & Guba 1985). Översiktsförfattarna är grundutbildade sjuksköterskor med erfarenhet av att arbeta på BB. I egenskap av mödrar har de introducerat sina barn till fast föda och i rollen som barnsjuksköterskestudenter gett information och stöd om matintroduktion till föräldrar som besökt BVC. Förståelsen kan ha påverkat tolkningen av resultatet, exempelvis genom en ökad risk för övertolkning, där fynd omedvetet kan ha uppmärksammats eller betonas som stämmer överens med egna erfarenheter och förväntningar.

Resultatdiskussion

Eftersom majoriteten av de inkluderade studierna främst baseras på mödrars erfarenheter kan resultatet därmed kan ha gett en obalanserad bild av fenomenet. Det kan tänkas att ett mer jämställt underlag hos deltagarna hade kunnat bidra med en mer nyanserad bild av fenomenet eller beskriva andra erfarenheter som bara fäder kan redogöra för. Det skall dock nämnas att i Norlyks m.fl. (2019) artikel, där deltagarna var jämnt fördelade över 10 mödrar och 10 fäder, uppger artikelförfattarna att trots ett exakt jämlikt deltagarunderlag var mödrarna mycket mer aktiva än fäderna i intervjuerna. Det upplevdes ge en bild av matintroduktion som ändå till huvuddel speglade mödrarnas upplevelser. En Asterix (*) används framför referenser i resultatdiskussion samt referenslistan vilka utgjort underlaget för litteraturöversiktens resultat för att tydligt särskilja referenserna i resultatdiskussionen från övriga källor.

Föräldrars känslor

I samband med matintroduktion beskrev föräldrarna känslor av oro, skuld och osäkerhet (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Katiforis m.fl. 2025): Detta är ett fynd med måttlig tillförlitlighet enligt CERQual vilket beskrivs i andra nivåns temat "Strävan att erbjuda sitt barn det bästa". De beskrivna upplevelserna överensstämmer med tidigare forskning som gjorts vilket visar att matintroduktion kan upplevas stressfullt och osäkert av föräldrar (Moore m.fl., 2017; Hennessy m.fl., 2020). Enligt Afaf Meleis (2010) transitionsteori kan dessa känslor förstås utifrån att föräldern genomgår en utvecklingsrelaterad process av förändring som präglas av den nya rollen och ansvaret det innebär. När föräldrar introducerar sitt barn till fast föda kan det tänkas att de upplever en sådan transition och behöver anpassa sig till förändrade krav. Liknande beskrivs i tidigare forskning där matintroduktion framställs som en komplex process som beror på många olika faktorer (Spurlock m.fl., 2022; Arden & Abbott, 2015). Detta kan tolkas det som ett uttryck för osäkerhet och sårbarhet som kan uppstå i transitionsprocesser. Enligt Meleis kännetecknas transitioner av perioder av instabilitet (Meleis, 2010), vilket kan bidra till förståelsen av de känslor av oro, skuld och frustration som föräldrarna beskriver (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Katiforis m.fl. 2025).

Litteraturoversikten kan med måttlig tillförlitlighet visa att föräldrars upplevelse av att introducera mat till sitt barn präglas av oro gällande risker för kvävning och allergiska reaktioner (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022; *Fitria Utami m.fl. 2020). Detta beskrivs i andra nivåns temat "Oro för sjukdom och olyckor". Oron påverkade vilka livsmedel som introducerades och hur föräldrar genomförde matningen (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022; *Fitria Utami m.fl. 2020). Föräldrarna beskriver olika strategier för att minska riskerna, exempelvis genom att anpassa konsistensen på mat, undvika specifika livsmedel eller vara närvarande under hela måltiden (*Norlyk m.fl. 2019; *Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Föräldrar upplevde att de behövde ha kontroll över situationen för barnets säkerhet (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022), vilket kan ses som att föräldern är osäker i en ny och eventuellt riskfylld situation. Fyndet stöds av tidigare forskning som visar föräldrar kan känna stress och ansvar vid matintroduktionen vilket kan leda till att dessa situationer upplevs som en osäker process (Moore m.fl., 2017; Hennessy m.fl., 2020). Föräldrarna upplevde att de med tiden blev tryggare och rädslan för kvävning minskade allteftersom barnet blev äldre och utvecklade sina färdigheter (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Brown & Lee 2011). Detta kan tolkas som att när föräldern ofta exponeras för situationen utan att kvävning inträffar minskar den upplevda risken. Tidigare forskning visar på liknande resultat, vilka beskriver att föräldrarna blir successivt mer trygga att introducera mat till sina barn över tid (Arden & Abbott, 2015). Trots den beskrivna växande tryggheten kvarstod osäkerhet hos vissa föräldrar, framför allt i situationer då nya livsmedel skulle introduceras (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Det kan förstås som att matintroduktionen är en gradvis process snarare än omedelbar, vilket också beskrivs i tidigare forskning (Spurlock m.fl. 2022).

Temat "Oro för sjukdom och olyckor" innefattade även föräldrars känslor av att vara osäkra kring allergiska reaktioner vilket påverkade hur de introducerade vissa nya livsmedel (*Dorsey Graf m.fl. 2022). En del föräldrar undvek potentiella allergener, och andra föräldrar introducerade livsmedlet med försiktighet eller under kontrollerade former (a.a.). Detta kan tyda på en variation i hur risk kan uppfattas och att individuella erfarenheter och föreställningar kan vara avgörande för hur situationen hanteras (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Tidigare forskning visar att föräldrar ofta efterfrågar stöd och bekräftelse i samband med matintroduktion (Hennessy m.fl., 2020). Konkreta åtgärder, som utbildningar eller förberedelser för eventuella situationer, kunde bidra till en ökad känsla av kontroll och trygghet (*Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Emellertid framkom att brist på tydlig information kunde förstärka osäkerheten (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Matintroduktionen kan således bli tryggare för föräldrar om de får tydlig information som är individanpassad och evidensbaserad. Det kan tänkas att föräldrar är särskilt mottagliga för stöd och vägledning i denna fas.

Att lita på barnet men bibehålla kontroll

Föräldrar kunde uppleva att matintroduktionen präglades av en balans mellan att fortsatt ha kontroll över barnets matintag och att successivt ge barnet ett ökat ansvar genom att låta barnet äta självständigt (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Brown & Lee 2011; *McNally m.fl. 2020). Detta är ett

fynd med måttlig tillförlitlighet vilket beskrivs i andra nivåns temat “Att förstå och reglera barnets matintag” där det framkom att föräldrar upplevde svårigheter med att tolka barnets hunger- och mättnadssignaler. Svårigheterna att tolka barnet kunde i sin tur leda till att de försökte kontrollera portionsstorlekar eller styra vad barnet åt även om de hade tilltro till barnets förmåga att själv reglera sitt matintag (*Norlyk m.fl. 2019; *Brown & Lee 2011; *McNally m.fl. 2020). Eftersom kontrollen som föräldrarna kände att de behövde ha minskade i takt med att barnet blev äldre och tydligare kunde uttrycka vad de tyckte om och inte innebar det att föräldrar i större utsträckning behövde anpassa sig till barnets signaler (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *McNally m.fl. 2020). Detta fenomen beskrivs även i Arden & Abbotts (2015) studie där BLW upplevs av somliga föräldrar göra det svårare att mäta hur mycket mat barnet fått i sig men för somliga användes metoden för att släppa kontrollen över matmängder och i stället fokusera på barnets signaler och uttryckta behov.

De tre artiklar som underbygger andra nivåns temat “Att fostra självständiga ätare” diskuterar matningsmetoden BLW. Användningen av BLW kan förstås som en metod som utmanar traditionella föreställningar om föräldrakontroll i samband med matintroduktion. BLW-metoden kan tolkas som att föräldrarna behöver omförhandla sin roll och sitt ansvar i måltidssituationen vilket i sin tur kan leda till denna upplevda förlust av kontroll (Arden & Abbott, 2015; *Brown & Lee, 2011). Resultatet visar dock att den upplevda kontrollförlusten inte är konstant utan minskar i takt med att föräldrarna får mer erfarenhet. När föräldrar blivit mer erfarna eller fått ett andra eller tredje barn intar de ett mer avslappnat förhållningssätt som kan tolkas som en utveckling av tillit såväl till barnet som till sin egen förmåga (*McNally m.fl., 2020). Trots initiala utmaningar kan BLW metoden bidra till att matintroduktionen blir mer tillitsbaserad och positivt associerad över tid (*Brown & Lee, 2011; D’Auria m.fl., 2018; Di Prete m.fl., 2025).

Balansgången som föräldrarna upplevde kan förstås som en del av transitionsteorin. Föräldrarna genomgår först ett stadie där de har full kontroll till att sedan successivt stödja barnets självständighet. Resultatet av denna litteraturöversikt visar att föräldrarna befinner sig i den process där de behöver omförhandla sin roll från att vara styrande till att bli mer stödjande i barnets ätande. Enligt Meleis är transitioner anpassningar till nya förhållanden, där individen utvecklar nya strategier för att hantera förändringar på de nya krav som uppstår (Meleis, 2010). Föräldrar kan under denna process uppleva osäkerhet då tidigare handlingsmönster ej längre är användbara, det i sin tur kan bidra till att nya strategier behövs för att hantera matsituationen. Successivt utvecklar föräldrarna tillit till att barnet själv kan reglera sitt matintag, vilket kan tolkas som att transitionen är etablerad.

Andra nivåns temat “Hantera kräsenhet” visar med måttlig tillförlitlighet att kräsenhet är negativt betingat för föräldrar. Det förknippas ofta med en farhåga att barnen i framtiden får ohälsosamma kostvanor och eventuella viktproblem. Resultatet visar att matintroduktion inte endast innefattar barns näringsintag just nu utan också lägger grunden för matvanor på sikt (*Norlyk m.fl. 2019; *Brown & Lee 2011; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Föräldrarna beskriver sig å ena sidan vilja förebygga kräsenhet (*Norlyk m.fl. 2019; *Dorsey Graf m.fl. 2022; *Fitria Utami m.fl. 2020). Å andra sidan kan denna strävan medföra att måltiderna präglas av kontroll och förväntningar vilka kan riskera att skapa stress kring måltiden

(Moore m.fl. 2017; Spurlock m.fl. 2022). Tidigare forskning bekräftar att föräldrar i stor utsträckning upplever att matintroduktionen är utmanande och barnets reaktioner mot nya smaker och konsistenser kan påverka hur introduktionen upplevs (Moore m.fl. 2017). En del föräldrar upplevde att deras barn var mindre kräsna i andra miljöer exempelvis utomhus vilket kan tyda på att miljö och distraktion kan påverka barns ätbeteende. Resultatet i temat “Hantera kräsnet” kan kopplas till tidigare forskning som belyser att matsituationen sker i en social och kulturell kontext som påverkas av flera olika miljöer (Spurlock m.fl. 2022).

Matval i praktiken

Ett för översiktsförfattarna oväntat resultat var att det framkom ett tema som blev kallat “Ekonomiska förutsättningar” där föräldrar beskrev hur ekonomiska aspekter påverkar matval (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Katiforis m.fl. 2025; *Brown & Lee 2011). Fyndet har bedömts som av måttlig tillförlitlighet. Ämnet representeras i synnerhet av *Katiforis m.fl. (2025) artikel vilken beskrev hur mödrar i fattigdom upplever matintroduktion. I kontrast till övriga artiklar som beskrev matintroduktionens olika aspekter gav denna artikel ett perspektiv som kan tänkas glömmas bort. Artikeln redovisade föräldrars upplevelser såsom svårigheter att över huvud taget sätta mat på bordet och ibland behövde mammor offra sina egna måltider till barnen och själva mätta sin hunger med vatten. Faktumet att denna artikel härstammar från Nya Zeeland, en västerländsk kontext och inte ett låginkomstland, bidrar ytterligare till att utmana föreställningen om att tillgång till mat är en självklarhet. Tack vare artikelförfattarnas detaljerade beskrivning av deltagarna gjordes det tydligt att ekonomisk osäkerhet eller fattigdom inte bara utgjordes av minoritetsgrupper såsom Maori vilket fem av deltagarna identifierade sig som. Övriga 10 av 15 identifierade sig som Nya zeeländare, européer eller sydamerikaner och två av deltagarna var universitetsutbildade vilket stärkte översiktsförfattarnas vilja att lyfta dessa fynd i resultatet. Temat “Ekonomiska förutsättningar” visar att matintroduktion inte enbart berör kunskap och rekommendationer och vilka val som föräldrarna gör utan också om de förutsättningar som föräldrarna har vad gäller ekonomi och levnadsvillkor. Perspektivet problematiserar utgångspunkten att alla föräldrar har möjlighet att följa rekommendationer om en näringsrik och hälsosam kost. Sammanfattningsvis bidrar temat till en mer mångsidig förståelse för matintroduktion och visar att den kan vara en mer komplex och ojämlig process än vad som framställs av forskning.

Praktiska omständigheter visade sig i andra nivåns temat “Bekvämlighet” påverka vilken mat som föräldrar introducerar till sina barn (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Katiforis m.fl. 2025; *Brown & Lee 2011). Detta var ett fynd med måttlig tillförlitlighet vilket innebär att det sannolikt är så att barns matintroduktion påverkas av det som föräldrar anser är praktiskt eller bekvämt. Föräldrar beskrev att de inte erbjöd sitt barn den mat som de själva inte skulle äta. När föräldrar som inte äter kött och inte heller erbjuder sitt barn kött kan det tänkas påverka barnet negativt näringsmässigt i form av risk för järnbrist, såvida föräldrar inte på ett medvetet och aktivt sätt säkerställer att barnet får i sig tillräckligt med järn på annat vis vilket kan vara svårt (Livsmedelsverket 2026). I de fall då barn inte erbjuds fisk kan det på liknande sätt också ställa högre krav på att föräldrar ser till att barnet får i sig tillräckligt med Omega-3 vilket är viktigt för barns neurologiska utveckling. Livsmedelsverket (2026) rekommenderar att barn 1–2 år gamla bör äta fisk 2–3 gånger i veckan för att utöver Omega-3 också få i sig

tillräckligt med D-vitamin, jod och selen (a.a.). Det kan därmed å ena sidan tänkas att föräldrar med specialkost riskerar att misslyckas ge sina barn en hälsosam och näringsrik kost. Å andra sidan kan det tänkas att föräldrar med specialkost har en ökad kunskap om och ambition att deras barn får i sig tillräckligt med näring för att kompensera för den näringskälla som utesluts - kanske till den grad att barnet får en bättre och mer näringsrik kost än hos dem med normalkost.

Navigera bland externa influenser och information

*Nandagires m.fl. (2019) artikel som bedrivits i Uganda gav insikter om hur djupt rotade kulturella seder och normer påverkar matintroduktion. Det framkom i temat "Påverkan av anhöriga". Eftersom temat bedömdes ha låg tillförlitlighet enligt CERQual-bedömningen kan det inte dras generella slutsatser från detta tema för föräldrars upplevelser av matintroduktion till sina barn. Dock kan fynden från studier som underbygger temat (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Nandagire m.fl. 2019) ge unika insikter kring hur anhöriga påverkar föräldrar i deras upplevelser kring matintroduktion. I *Nandagires (2019) artikel ansågs kvinnor, framför allt svärmödrar, vara mer erfarna och hade auktoritet när det gällde matning och hade stort inflytande på hur mödrar matar sina barn. Mödrarna beskrev svårigheter i att ifrågasätta kvinnors råd och också när dessa skilde sig från rekommendationer från hälso- och sjukvård. Maktförhållande kan således påverka föräldrarnas beslut om matintroduktion. Även om tillförlitligheten för fynden i temat är låg bekräftas det av tidigare studier att sociala nätverk och kulturella normer haft betydande påverkan på föräldrars matintroduktion (Spurlock m.fl., 2022). Mödrars möjlighet att ta egna beslut kring matintroduktion framstår som begränsad i de situationer där kulturella normer och familjetraditioner spelar stor roll (a.a.). Det var oväntat att just andra nivåns temat "Påverkan av anhöriga" skulle visa sig vara av låg tillförlitlighet eftersom översiktsförfattarna hade en föräning att matintroduktion till stor del påverkas av anhöriga och att fenomenet skulle representeras av data i högre grad än det förekomna.

I kontrast till övriga studier som utgör syntesen visar *Nandagires (2019) studie att beslut kring matintroduktion kan vara kollektivt och styrt av den sociala hierarkin. Detta kan kopplas till tidigare forskning som visar att föräldrar i stor utsträckning påverkas av flera olika informationskällor och att dessa kan betraktas som mer eller mindre trovärdiga (Wang m.fl., 2019; Spurlock m.fl., 2022). Resultatet tyder på att matintroduktion inte bara är en individuell process men också en social praktik där fler är delaktiga. Det kan innebära att föräldrar inte alltid följer rekommendationer från hälso- och sjukvård då etablerade normer och erfarenhetsbaserad kunskap väger tyngre. Fenomenet bekräftas av andra nivåns temat "Råd och riktlinjer från sjukvården" där föräldrar beskriver upplevda fördelar såväl som nackdelar med sjukvårdens påverkan på matintroduktion (*Norlyk m.fl. 2019; *Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Flertalet mödrar ger exempel på matintroduktion som genomförts trots vetskapen att det går emot riktlinjer och rekommendationer (*Hässig-Wegmann m.fl. 2024; *Norlyk m.fl. 2019; *Dorsey Graf m.fl. 2022). Denna anomali kan tolkas som en indikation på att sjukvården behöver arbeta mer på att fånga föräldrars uppmärksamhet och skapa tillräckligt med förtroende för att föräldrar ska följa riktlinjer som är till för att skydda och värna om barnen.

Behov av fortsatta studier

Översiktsförfattarna ser ett behov av fortsatta studier i ämnet för att med hög tillförlitlighet kunna beskriva föräldrars upplevelser av matintroduktion och dess påverkan i det dagliga livet. Eftersom litteraturöversikten endast kunde inkludera åtta artiklar som underlag med kvalitativ data där föräldrar beskriver sina erfarenheter behövs det fler liknande studier för att utforska ämnet.

Eftersom resultatet av denna litteraturöversikt till stor del baseras på studier som främst baseras på mödrars upplevelser tyder på att det finns en reducerad representation av faders perspektiv. Trots att det framför allt är mödrar som har huvudansvaret för matintroduktionen belyser resultatet att det finns ett behov av fortsatt forskning som inkluderar fäder och andra familjekonstellationer. Detta för att få en mer nyanserad och heltäckande förståelse av upplevelser i samband med matintroduktion. När fler perspektiv inkluderas kan framtida studier bidra till ökad kunskap om hur ansvar, beslutsfattande och erfarenheter av oro och kontroll fördelas i familjen. Följaktligen kan det ha betydelse för hur hälso- och sjukvården utformar stöd och information till föräldrar på ett individanpassat sätt.

Det finns ett behov av vidare forskning inom området med fokus på hur olika sociala och kulturella faktorer kan påverka föräldrars upplevelser. Detta eftersom temat "Påverkan av anhöriga" bedömdes ha låg tillförlitlighet och hade otillräcklig underbyggnad för att fenomenet med sannolikhet skulle representera verkligheten.

SLUTSATSER

Denna systematiska litteraturöversikt kan med måttlig tillförlitlighet representera följande fenomen: Föräldrars, framför allt mödrars, upplevelser av matintroduktion präglas av en balansgång mellan strävan att ge sitt barn det bästa och den osäkerhet som uppstår i en ny och föränderlig situation. Matintroduktion väcker starka känslor hos föräldrar, däribland oro för kvävning och allergiska reaktioner, och dessa känslor påverkar vilka livsmedel som introduceras och hur matningen genomförs. Upplevelserna utvecklas över tid, där ökad erfarenhet bidrar till minskad oro och ökad tillit till såväl barnets förmåga som den egna föräldraförmågan. Praktiska och ekonomiska förutsättningar utgör konkreta ramar som påverkar det dagliga livet, där familjers ekonomi, tidspress och bekvämlighet styr matval i lika hög grad som kunskap och rekommendationer. Föräldrar måste navigera bland ibland motstridiga råd från sjukvård, vilket kan både stärka och försvåra matintroduktionsprocessen. Slutligen kan temat påverkan av anhöriga konstateras vara ett fynd med låg tillförlitlighet, det vill säga att det är möjligt att anhöriga och andra vuxna i barns närhet påverkar föräldrar i deras matval till barn.

Sammanfattningsvis visar översikten att matintroduktion är en komplex process som inte kan reduceras till frågor om kunskap och riktlinjer. Den berör hela familjens vardag och formas av emotionella, praktiska, ekonomiska och sociala faktorer. I alla presenterade underteman finns en osäkerhet för hur väl fynden representerar fenomenet vilket innebär att det krävs mer forskning i ämnet.

KLINISK TILLÄMPBARHET

Föräldrar möter många utmaningar i processen med matintroduktion. Om specialistutbildade sjuksköterskor, framför allt på BVC, har en fördjupad kunskap i ämnet och en ökad insikt i hur matintroduktion upplevs av föräldrar kan det tänkas att föräldrar bättre stötts i denna process. Meleis (2010) säger att transition är en process som har ett före, ett under och ett efter och att upplevelsen av transitionen börjar så fort en förändring kan anas. Omfattningen av planering som sker innan och under en transition är en faktor som påverkar dess framgång (a.a.). Denna teori styrker vikten av BVC-sköterskans information och stöd kring matintroduktion, inte bara under tiden den genomförs, utan redan innan den har börjat. Därför kan det tänkas att om planeringen kring matintroduktion är väl förberedd och stöttad av BVC kan det skapa optimala förutsättningar att föräldrar upplever matintroduktionen som positiv och framgångsrik.

INDIVIDUELLA INSATSER

Samtliga delar av examensarbetet har bearbetats i nära samarbete mellan översiktsförfattarna. Text har producerats individuellt och därefter bearbetats av båda översiktsförfattare. I perioder har författare ett (LL) varit mer aktiv i att producera text varpå författare två (EN) har redigerat innehållet och i perioder har det varit det motsatta. Översiktsförfattarna är eniga om att samarbetet fungerat väl och att arbetsbördan har fördelats på ett jämlikt sätt. Litteraturöversiktens slutversion har godkänts av båda studenterna inför inlämning. Litteraturöversikten har bidragit till en ökad förståelse för forskningsprocessen och en fördjupad kunskap i ämnet vilket författarna anser gynnsamt i den kommande yrkesrollen som specialistsjuksköterskor.

REFERENSER

*Artiklar vilka inkluderats i resultatet.

Arden, M A & Abbott, R L, (2015) Experiences of baby-led weaning: Trust, control and renegotiation. *Maternal & Child Nutrition*, 11(4), pp. 829–844.

Białek-Dratwa A, Soczewka M, Grajek M, Szczepańska E, Kowalski O, (2022) Use of the Baby-Led Weaning (BLW) Method in Complementary Feeding of the Infant-A Cross-Sectional Study of Mothers Using and Not Using the BLW Method. *Nutrients*. Jun 8;14(12):2372.

*Brown A & Lee M (2013) An exploration of experiences of mothers following a baby-led weaning style: developmental readiness for complementary foods. *Maternal & Child Nutrition*, 9(2), pp. 233–243.

Colvin CJ, Garside R, Wainwright M, Munthe-Kaas H, Glenton C, Bohren MA, Carlsen B, Tunçalp Ö, Noyes J, Booth A, Rashidian A, Flottorp S, Lewin S, (2018) Applying GRADE-CERQual to qualitative evidence synthesis findings-paper 4: how to assess coherence. *Implement Sci*. 2018 Jan 25;13(Suppl 1):13.

D'Auria E, Bergamini M, Staiano A, Banderali G, Pendezza E, Penagini F, Zuccotti GV, Peroni DG; Italian Society of Pediatrics, (2018) Baby-led weaning: what a systematic review of the literature adds on. *Ital J Pediatr*. May 3;44(1):49.

Di Prete A, Galloway AT, Farrow C, Bellagamba F, Addressi E, (2025) A Systematic Review of the Relation between Complementary Feeding and Children's Development. *Curr Nutr Rep*. Aug 30;14(1):104.

*Dorsey Graf M, Lutenbacher M, Wasser H, Dietrich MS, Karp SM, (2022) Choking, allergic reactions, and pickiness: A qualitative study of maternal perceived threats and risk avoidance strategies during complementary feeding. *Appetite*. Apr 1;171:105914.

*Fitria Utami A, Wanda D, Hayati H, Fowler C, (2020) "Becoming an independent feeder": infant's transition in solid food introduction through baby-led weaning. *BMC Proc*. Dec 8;14(Suppl 13):18.

Glenton C, Carlsen B, Lewin S, Munthe-Kaas H, Colvin CJ, Tunçalp Ö, Bohren MA, Noyes J, Booth A, Garside R, Rashidian A, Flottorp S, Wainwright M. (2018) Applying GRADE-CERQual to qualitative evidence synthesis findings-paper 5: how to assess adequacy of data. *Implement Sci*. Jan 25;13(Suppl 1):14.

World Medical Association (2013). *Helsingforsdeklarationen: Etiska principer för medicinsk forskning som involverar människor*. Tillgänglig på: <https://slf.se/app/uploads/2018/07/helsingforsdeklarationen.pdf> (Hämtad: 2026-04-01).

Hennessy M, Heary C, Laws R, van Rhoon L, Toomey E, Wolstenholme H, Byrne M & Kearney P M, (2020) A qualitative study of parents' views and experiences of early life interventions to promote healthy growth and associated behaviours. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3605.

- *Hässig-Wegmann A, Román S, Sánchez-Siles L & Siegrist M, (2024). Complementary feeding challenges: Insights from Swiss parents' perspective. *Appetite*, 202, 107638.
- Hörnell A, Hofvander Y & Kylberg E, (2001) Introduction of solids and formula to breastfed infants: a longitudinal prospective study in Uppsala, Sweden. *Acta Paediatrica*, 90, pp. 477–482.
- Katiforis I, Smith C, Heath AM, Te Morenga LA, Styles SE, (2025) Navigating Infant Feeding in the Context of Household Food Insecurity: A Qualitative Study of New Zealand Mothers. *J Acad Nutr Diet*. Mar;126(3):156229
- Lagerlöf E, Wennergren, G, Strömberg Celind F & Alm B, (2018). Parents' experiences of feeding children at risk of overweight: A qualitative interview study. *BMC Public Health*, 18, 205.
- Lewin S, Booth A, Glenton C, Munthe-Kaas H, Rashidian A, Wainwright M, Bohren M A, Tunçalp Ö, Colvin C J, Garside R, Carlsen B, Langlois E V & Noyes J, (2018) Applying GRADE-CERQual to qualitative evidence synthesis findings: introduction to the series. *Implementation Science*, 13(Suppl. 1), 2.
- Lincoln Y S & Guba E G, (1985) *Naturalistic inquiry*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Livsmedelsverket (2026) *Spädbarn och småbarn – råd om mat*. Tillgänglig på: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/spadbarn-och-sma-barn> (Hämtad: 2026-03-26).
- Livsmedelsverket (2026) *Barn och ungdomar - barn 1-2 år*. Tillgänglig på: https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/barn-och-ungdomar/barn-1-2-ar/#Vad_ska_barn_%C3%A4ta (Hämtad: 2026-04-10)
- *McNally J, Hugh-Jones S & Hetherington M M, (2020) An invisible map: maternal perceptions of hunger, satiation and 'enough' in the context of baby-led and traditional complementary feeding practices. *Appetite*, 148, 104608.
- Meleis A I (red.) (2010) *Transitions Theory: Middle-Range and Situation-Specific Theories in Nursing Research and Practice*. New York: Springer Publishing Company.
- Moore A P, Milligan P & Goff L M, (2017) Mothers' experiences of complementary feeding: A qualitative systematic review. *Maternal & Child Nutrition*, 13(2), e12217.
- Munthe-Kaas H, Bohren M A, Glenton C, Lewin S, Noyes J, Tunçalp Ö, Booth A, Garside R, Colvin C J, Wainwright M, Rashidian A, Flottorp S & Carlsen B, (2018) Applying GRADE-CERQual to qualitative evidence synthesis findings—paper 3: how to assess methodological limitations. *Implementation Science*, 13(Suppl. 1), 9.

*Nandagire W H, Atuhaire C, Egeineh A T, Nkfusai C N, Tsoka-Gwegweni J M, Cumber S N, (2019) Exploring cultural beliefs and practices associated with weaning of children aged 0-12 months by mothers attending services at Maternal Child Health Clinic Kalisizo Hospital, Uganda. *Pan African Medical Journal*, 34, 47.

*Norlyk A, Schilling Larsen J, Kronborg H, (2019) Infants' transition from milk to solid foods: the lived experiences of first-time parents. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 14(1), 1693483.

Noyes J, Booth A, Lewin S, Carlsen B, Glenton C, Colvin C J, Garside R, Bohren M A, Rashidian A, Wainwright M, Tunçalp Ö, Chandler J, Flottorp S, Pantoja T, Tucker J D, Munthe-Kaas H, (2018) Applying GRADE-CERQual to qualitative evidence synthesis findings—paper 6: how to assess relevance of the data. *Implementation Science*, 13(Suppl. 1), 4.

Ouzzani M, Hammadi H, Fedorowicz Z & Elmagarmid A, (2016) Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews*, 5, pp. 210

Polit D F & Beck C T, (2021) *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice*. 11th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer.

Socialstyrelsen (2020). *Barnhälsovård – Statistik och uppföljning*. Stockholm: Socialstyrelsen.

Spurlock K, Deave T, Lucas P & Dowling S, (2023) Parental engagement with complementary feeding information in the United Kingdom: a qualitative evidence synthesis. *Maternal & Child Nutrition*, 19(1), pp. 1–15.

Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU) (2024). *Utvärdering av insatser i hälso- och sjukvården och socialtjänsten – En metodbok*. Stockholm: SBU. Tillgänglig på: <https://www.sbu.se/sv/metod/metodboken-2023/?pub=101442&lang=sv> (Hämtad: 2025-11-26).

Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU) (2022). *Vägledning för granskning av studier med kvalitativ metodik*. Stockholm: SBU. Tillgänglig på: https://www.sbu.se/globalassets/ebm/vagledning_granskning_studier_kvalitativ_metodik.pdf (Hämtad: 2021-01-26).

Vetenskapsrådet (2024). *God forskningssed*. Stockholm: Vetenskapsrådet. Tillgänglig på: <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2024-03-07-god-forskningssed.html> (Hämtad: 2026-03-30).

Wang L, van Grieken A, van der Velde L A, Vlasblom E, Beltman M, L'Hoir M P, Raat H, (2019) Factors associated with early introduction of complementary feeding and consumption of non-recommended foods among Dutch infants: the BeeBOFT study. *BMC Public Health*, 19, 388.

BILAGOR

Bilaga 1-Sökning i PubMed 26 nov 2025

Sökblock	Nr	Söktermer	Antal träffar
Föräldrar	#1	"Parents"[Mesh]	159,382
	#2	parent* [Title/abstract]	558,837
	#3	mother* [Title/abstract]	295,180
	#4	#1 OR #2 OR #3	825,699
Upplevelser	#5	experience* [Title/abstract]	1,616,353
	#6	View* [Title/abstract]	620,608
	#7	Feeling* [Title/abstract]	96,915
	#8	Attitude* [Title/abstract]	228,007
	#9	"Attitude"[Mesh]	735,811
	#10	#5 OR #6 OR #7 OR #8 OR #9	2,886,925
Äta fast föda	#11	"Weaning"[Mesh]	13,279
	#12	"Infant Food"[Mesh]	16,266
	#13	introduc* to solid*[Title/abstract]	95
	#14	baby led weaning[Title/abstract]	125
	#15	#11 OR #12 OR #13 OR #14	28,718
	#16	"Qualitative Research"[Mesh]	112,630
Kvalitativa studier	#17	Qualitative [Title/abstract]	411,901
	#18	interview*[Title/abstract]	539,033
	#19	focus group[Title/abstract]	44,176
	#20	observation*[Title/abstract]	1,185,312
	#21	#16 OR #17 OR #18 OR #19 OR #20	1,944,888
	#22	#4 AND #10	162,661
Föräldrar & Upplevelser	#23	#22 AND #15	1,136
Föräldrar, upplevelser & äta fast föda	#24	#23 AND #21	377

*trunkering

Bilaga 2- Sökning i Cinahl 26 nov 2025

Sökblock	Nr	Söktermer	Antal träffar
Föräldrar	#1	MH "Parents+"	134,156
	#2	mother	161,226
	#3	XB (mother*)	106,962
	#4	Mother*	163,870
	#5	#1 OR # 2 OR # 3 OR # 4	203,857
Upplevelser	#6	XB (experience*)	582,594
	#7	XB (view*)	152,102
	#8	MH "Attitude+"	615,890
	#9	XB (attitude)	109,544
	#10	XB (feeling*)	52,878
	#11	#6 OR #7 OR #8 OR #9 OR #10	1,210,364
Äta fast föda	#11	XB (weaning)	6,590
	#12	MH "Infant weaning"	1,926
	#13	MH "Infant food+"	6,335
	#14	XB (infant food)	1,703
	#15	XB (introduc* to solid*)	312
	#16	XB (baby led weaning)	102
	#17	#11 OR #12 OR #13 OR #14 OR #15 OR #16	14,795
	#18	XB (qualitative research)	28,630
Kvalitativa studier	#19	MH "Qualitative studies"	216,533
	#20	XB (Qualitative studies)	100,410
	#21	XB (interview*)	291,245
	#22	XB (focus group*)	53,836
	#23	XB (observation*)	206,987
	#24	#18 OR #19 OR #20 OR #21 OR #22 OR #23	618,529
	#25	#5 AND #11	70,353
Föräldrar & Upplevelser	#26	#25 AND #17	1,040
Föräldrar, upplevelser & äta fast föda	#27	#26 AND #24	439
Föräldrar, upplevelser, äta fast föda & kvalitativa studier	#28	(Peer reviewed)	427

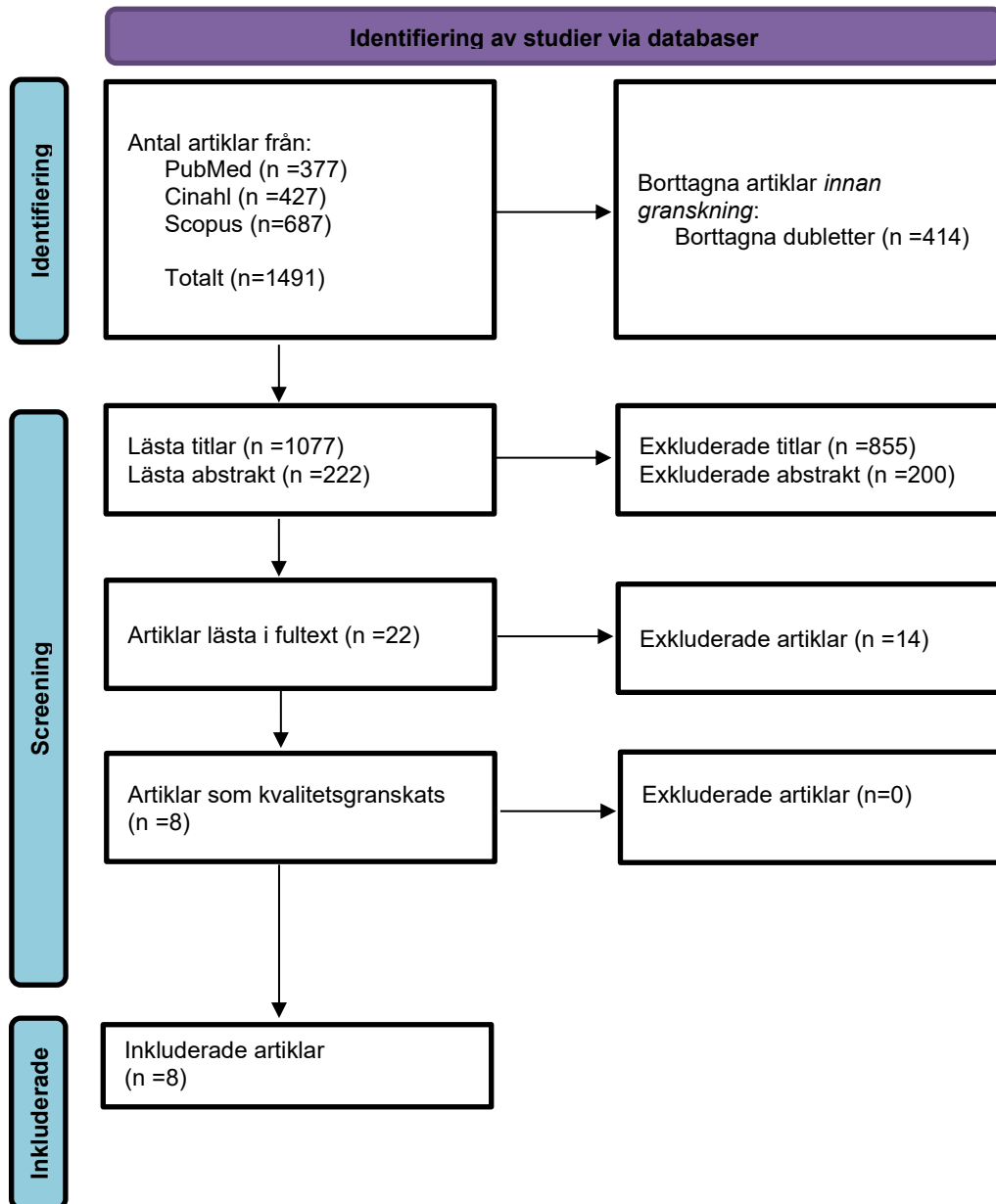
*trunkering

Bilaga 3 -Sökning i Scopus 25 feb 2026

Sökblock	Nr	Söktermer	Antal träffar
Föräldrar	#1	Parent*	862,707
	#2	Mother*	376,820
	#3	#1 OR #2	1,149,355
Upplevelser	#4	Experience*	2,451,143
	#5	View*	1,421,780
	#6	Feeling*	163,680
	#7	Attitude*	863,013
	#8	#4 OR #5 OR #6 #7	4,465,439
Äta fast föda	#9	”Introduc* to solid*”	195
	#10	”Solid food*”	4,882
	#11	”Complementary feeding”	3,168
	#12	”Complementary food”	2,404
	#13	”baby-led weaning”	120
	#14	”Baby led weaning”	120
	#15	Weaning	59,441
	#16	#9 OR #10 OR #11 OR #12 OR #13 OR #14 OR #15	72,826
Kvalitativa studier	#17	Qualitative	923,405
	#18	Interview*	1,027,759
	#19	”focus group*”	141,070
	#20	Observation*	2,417,320
	#21	#17 OR #18 OR #19 OR #20	3,961,430
Föräldrar & Upplevelser	#25	#3 AND #8	1,149,355
Föräldrar, upplevelser & äta fast föda	#26	#25 AND #16	223,664
Föräldrar, upplevelser, äta fast föda & kvalitativa studier	#27	#26 AND #21	2,031
Föräldrar, upplevelser, äta fast föda & kvalitativa studier + begränsningar		Article	687

*trukering

Bilaga 4-Flödesschema fritt efter (PRISMA 2020).



Bilaga 5-Exkluderade artiklar

Författare, år, titel, tidskrift, volym, sidor	Exklusionskriterier
M.S. van Vliet, J. Mesman, J.M. Schultink, J.H.M. de Vries, C.M.J.L. Vereijken, R.C.A. Rippe, S.M.C. van der Veeke, Baby's first bites: Association between observed maternal feeding behavior and infant vegetable intake and liking, <i>Appetite</i> , Volume 165, 2021, 105316, ISSN 0195-6663, https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105316 .	Fel studiedesign: Longitudinal randomized controlled trial
Sonego, J., Van der Sand, ICP., 'We made a deal, my milk diminished and he stopped breastfeeding little by little': stopping breastfeeding throughout three generations. <i>Revista Electronica de Enfermagem (REV ELECTRONICA ENFERMAGEM)</i> , 2002; 4(1): 1-1. (11 p)	Fanns ej i fulltext, biblioteket kunde endast hämta på portugisiska
Fernández-Medina IM, Márquez-Díaz RR, Arcas-Rueda M, Ruíz-Fernández MD, Ortíz-Amo R, Ventura-Miranda MI. Experiences and opinions towards baby-led weaning by healthcare professionals. A qualitative study. <i>Pediatr Res.</i> 2023 Nov;94(5):1784-1788. doi: 10.1038/s41390-023-02694-z. Epub 2023 Jun 20. PMID: 37340099.	Vårdpersonals erfarenheter
Wutich A, McCarty C. Social networks and infant feeding in Oaxaca, Mexico. <i>Matern Child Nutr.</i> 2008 Apr;4(2):121-35. doi: 10.1111/j.1740-8709.2007.00122.x. PMID: 18336645; PMCID: PMC6860882.	Studien handlar om hur sociala relationer påverkar tidpunkten för introduktion av fast föda snarare än föräldrars upplevelse av introduktionen.
Schwartz C, Madrelle J, Vereijken CM, Weenen H, Nicklaus S, Hetherington MM. Complementary feeding and "donner les bases du goût" (providing the foundation of taste). A qualitative approach to understand weaning practices, attitudes and experiences by French mothers. <i>Appetite.</i> 2013 Dec;71:321-31. doi: 10.1016/j.appet.2013.08.022. Epub 2013 Sep 14. PMID: 24045210.	Focus group-intervjuer
Marcon SS. Vivência de mulheres sobre o desmame (tardio) da criança [Women's experiences in the late weaning of children]. <i>Rev Gaucha Enferm.</i> 1996 Jan;17(1):43-50. Portuguese. PMID: 9272091.	Fanns ej i fulltext, biblioteket kunde endast hämta på portugisiska
Mohamad, H., Miroso, M., Bremer, P., & Oey, I. (2019). A Qualitative Study of Malaysian Parents' Purchase Intention of Functional Weaning Foods using the Theory of Planned Behavior. <i>Journal of Food Products Marketing</i> , 25(2), 187–206.	Studien handlar om inköp av mat snarare än föräldrars upplevelser av att introducera fast föda till sina barn.

Walsh, A., Kearney, L., Dennis, N. (2015) Factors influencing first-time mothers' introduction of complementary foods: a qualitative exploration, BMC Public Health	Innefattar focus group-intervjuer
Synnott, K., Bogue, J., Edwards, C A., Scott, J A., Higgins, S., Norin, E., Frias, D., Amarri, S., Adam, R. (2007) Parental perceptions of feeding practises i five european countries: an exploratory study, European journal of clinical nutrition 61, 946-956	Innefattar focus group-intervjuer
Dharmasoma, U.W.N.K., Senevirathne, S.S.S., Karunamuni, N., Rathnayaka, R.M.M., Pallewatta, P.W.P.W.K., & Agampodi, T.C. (2020) "The battle of feeding": awareness and practices of responsive complementary feedin in Anuradhapura, Sri Lanka- a qualitative study, Sri Lanka Journal of Child Health; 49(1):08-16	Innefattar focus group-intervjuer
Arden, M. A., Abbott, R. L. (2015) Experiences of baby-led weaning: trust, control and renegotiation, Maternal & Child Nutrition, 11, pp: 829-844	Serieintervjuer via e-post, ej personliga intervjuer
Steinman, L., Doescher, M., Keppel, G.A., Pak-Gorstein, S., Graham, E., Haq, A., Johnson, D.B., & Spicer, P. (2009) Understanding infant feeding beliefs, practises and preferred nutrition education and health provider approaches: an exploratory study with Somali mothers in the USA, Maternal & Child Nutrition, 6, pp. 67-88	Innefattar focus group-intervjuer
Swanepoel L, Henderson J, Maher J. Mothers' experiences with complementary feeding: Conventional and baby-led approaches. Nutr Diet. 2020 Jul;77(3):373-381. doi: 10.1111/1747-0080.12566. Epub 2019 Jun 18. PMID: 31211488.	Innefattar focus group-intervjuer
Abu Shosha GM. Weaning practices of Jordanian mothers: A qualitative study. Health Soc Care Community. 2022 Feb;30(2):612-621. doi: 10.1111/hsc.13165. Epub 2020 Sep 17. PMID: 32939854.	Innefattar focus group-intervjuer

Bilaga 6 -Mall för relevansbedömning

Mallen är hämtad från SBU (2014) och har modifierats för att svara mot litteraturöversiktens syfte. Modifiering och tillägg markeras med *.

Författare:

Titel:

År:

Relevans	Ja	Nej	Oklart	Kommentarer
Population				
*Är studiepopulationen föräldrar?				
Är populationen relevant? *(berör det föräldrars upplevelser om matintroduktion)				
Har studien en kvalitativ forskningsansats?				
Har studien genomförts med individuella intervjuer?				
Område				
*Undersöker studien föräldrars upplevelse av introduktion av fast föda till barn?				
*Finns det ett etiskt övervägande?				
Resultat				
*Handlar resultatet om beskrivningar och/eller tolkningar av upplevelser av att introducera fast föda till barn?				
Sammanfattade kommentarer:				
Total relevansbedömning	Relevant			Ej relevant

Bedömning av studier med kvalitativ metodik

UPPDATERAD 2022-05-11

Författare: _____ År: _____

Granskare: _____

Sammanvägd bedömning av metodologiska brister:

Obetydliga eller mindre

Måttliga

Stora brister, studien ingår inte i syntesen

Kommentarer:

1. Överensstämmelse mellan filosofisk hållning/teori och urval och metodik i studien¹

Vilken teori eller filosofisk hållning utgick författarna från?

Hänger syfte och fråga ihop med teori/filosofisk hållning?	Ja	Nej	Oklart
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentarer:

2. Deltagare

Hur gjordes urvalet?

Stödfrågor för bedömning av brister i urvalsförfarandet:	Ja	Nej	Oklart
Är urvalet lämpligt för att besvara frågan?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Är rekryteringsmetoden lämpligt vald och genomförd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Finns det allvarliga brister som kan påverka tillförlitligheten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentarer:

3. Datainsamling

Vilka metoder användes för datainsamling?

Finns det allvarliga brister i datainsamlingen som kan påverka tillförlitligheten?	Ja	Nej	Oklart
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentarer:

4. Analys

Vilka metoder användes för analys?

Stödfrågor för bedömning av brister i analyssteget:	Ja	Nej	Oklart
Är vald analysmetod lämplig och genomförd på ett lämpligt sätt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var forskarna reflexiva vid tolkning av data?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Validerades tolkningarna?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Finns det allvarliga brister i analysen som kan påverka tillförlitligheten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentarer:

5. Forskaren

Vilken bakgrund och kompetens hade forskarna?

Stödfrågor för bedömning av brister:	Ja	Nej	Oklart
Har forskarna någon relation till studiedeltagarna som kan påverka datainsamlingen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Har forskarna hanterat sin förståelse på ett acceptabelt sätt?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Var forskarna oberoende av finansiella eller andra förutsättningar som kunde påverka analysen?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Finns det allvarliga brister som kan påverka tillförlitligheten?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Kommentarer:

Gör en total bedömning av risken för att metodproblem påverkar resultaten.
För in det på sidan 1.

Bilaga 8 -Artikelmatris

Examensarbete i pediatrik omvårdnad
15 hp
Specialistsjuksköterskeprogrammet med inriktning
Mot hälso-och sjukvård för barn och ungdomar
April 2026

Malmö universitet
Hälsa och samhälle

205 06 Malmö

Title, Author, Country of origin, Year	Aim	Design/Method	Results	Valuations
<p>1. Infants' transition from milk to solid foods - the lived experiences of first-time parents.</p> <p>Norlyk, A., Schilling Larsen, J., Kronborg, H.</p> <p>Denmark 2019</p>	<p>It aimed to explore first-time parents' lived experiences of their infants' transition from milk to solid foods.</p>	<p>Design/method: Descriptive phenomenological approach Reflective Lifeworld Research (RLR)</p> <p>Data collection: Recruited from a Danish municipality and invited to participate by their health visitor.</p> <p>Inclusion criteria: First-time mothers and fathers living together, Danish native speakers.</p> <p>Number of participants: 10 mothers+fathers interviewed as couples</p> <p>Method: Joint interviews in two steps with couples, prepared but not predefined questions</p> <p>Analysis: Descriptive approach of RLR</p>	<p>Results:</p> <p>5 themes:</p> <p>Striving to be a responsible and perfect parent.</p> <p>Achieving and missing information.</p> <p>Being in a state of alertness to read the infant's reaction to solid foods.</p> <p>Generating idealized images as a frame of reference for a "normal" meal.</p> <p>Communicating meal-related values to the infant.</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations.</p> <p>Strengths: Clear aim. Good alignment between theory, methodology and analysis. "Including both parents' experiences of the transition phase contributed with new knowledge of mutual parenting during the transition". The results are supported by quotes.</p> <p>Limitations:</p> <p>Doesn't describe how participants were recruited. The interpretations were not validated by the study participants. Mothers were the more active respondents and might have dominated the discussion. Risk for selection bias. Small sample of participants. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study. Small sample of participants.</p>
<p>2. Complementary feeding challenges: Insights from Swiss parent' perspectives.</p> <p>Hässig-Wegmann, A., Román, S., Sánchez-Siles, L., Siegrist, M.</p> <p>Switzerland, 2024</p>	<p>Aimed to provide insights into the complexities of parental decision-making, the factors influencing adherence to or disregard for feeding guidelines, and the specific difficulties parents face, in developed countries like Switzerland.</p>	<p>Design/method: Qualitative study</p> <p>Data collection: Snowball sampling (among WhatsApp baby groups, initial access was gained through an acquaintance of the primary investigator)</p> <p>Inclusion criteria: Primary caregivers of infants 6-18 months, main responsible for infant's feeding, started complementary feeding before the beginning of the study, infants with normal birthweight and free from severe allergies or chronic medical conditions that could affect food intake.</p> <p>Number of participants: 22</p> <p>Method: In depth Semi-structured interviews, open-ended questions, 45-60 minutes.</p>	<p>Results:</p> <p>2 themes (5 subthemes):</p> <p>Awareness and engagement with official recommendations (Negative attitudes toward recommendations, Reasons for not being able to follow recommendations), Struggles and concerns (Safety issues, Striving for a healthy and balanced diet, Time demands and patience).</p> <p>Parents were in one of three phases: Early, middle or late phase.</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations.</p> <p>Strengths: Newly published. The interview guide was tested in a pilot interview, based on the pilot feedback, minor adjustments were made. All interviews were conducted by the PI. The results are supported by quotes.</p> <p>Limitations: Homogenous group from the same demographic region. Risk for selection bias. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study.</p>

		Analysis: Iterative, inductive-deductive qualitative content analysis (Franck et al., 2024; Graf et al., 2022; Jones et al., 2023).		
<p>3. Navigating infant feeding in the context of household food insecurity: a qualitative study of New Zealand mothers</p> <p>Katiforis, I., Smith, C., Heath, A-L M., Te Morenga, L A., Styles, S E.</p> <p>New Zealand, 2025</p>	<p>Aimed to explore the experiences of New Zealand mothers introducing complementary foods to their infants in the context of household food insecurity.</p>	<p>Design/method: Qualitative study Data collection: Eligible participants were emailed an invitation with invitation sheet (previous participants from study conducted 2020-2022) Inclusion criteria: Primary caregivers who identified as mothers, living in Dunedin, classified as living in a moderately or severely food-insecure household. Number of participants: 15 Method: In person, semi-structured interviews, 36-104 minutes. Analysis: Thematic analysis of transcripts performed using a reflexive thematic analysis approach (Braun & Clarke)</p>	<p>Results: 3 themes (1 subtheme): Food purchasing strategies were used to stretch money, The infant’s nutrition was prioritized (breast milk was perceived to support the infant’s nutrition), Support was appreciated, but seeking money or food often brought a sense of shame and disempowerment,</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations. Strengths: “The use of reflexive thematic analysis” “Purposeful selection strategy”. The results are supported by quotes. The interviews were pilot tested and then modified. Demographic characteristics of participants are well described i tables. Limitations: After the interview participants received NZ\$75 supermarket grocery voucher and fresh fruit in a reusable storage container. Risk for recall bias due to retrospective approach. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study. No theory to support the study. Quite small sample</p>
<p>4. An exploration of experiences of mothers following a baby-led weaning style: developmental readiness for complementary foods.</p> <p>Brown, A., Lee, M.</p> <p>United Kingdom, 2011</p>	<p>Aimed to examine the attitudes and reasoning of mothers following the baby-led method including decisions to introduce complementary foods, progress through this period and balancing solid meals with milk feeds.</p>	<p>Design/method: Qualitative study Data collection: Purposeful sampling via an online advert on a baby-led weaning forum. Snowball sampling whereby participants informed their peers of the research. Inclusion criteria: Infants 12-18 months who had followed a baby-led weaning approach. (Exclusion criteria: low birth weight, prematurity, significant health conditions which may affect nutrition or weight). Number of participants: 36 Method: Semi-structured interviews Analysis: Simple qualitative descriptive approach (Sandelowski 2010)</p>	<p>Results: 4 themes (4 subthemes): Introducing complementary foods, Keeping track of energy and nutrient intake, Experience of following a baby-led approach (positive), Challenges (mess, waste, choking)</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations. Strengths: Moderate/large selection of participants. The results are supported by quotes. Limitations: Self-selecting sample, mothers who struggled or decided against the method are not sampled (the authors raise awareness about the issue). Risk for recall bias due to retrospective approach. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study.</p>
<p>5.Choking, allergic reactions, and pickiness: a</p>	<p>Aimed to explore maternal beliefs</p>	<p>Design/method: Qualitative study</p>	<p>Results: 3 themes (6 subthemes):</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations.</p>

<p>qualitative study of maternal perceived threats and risk avoidance strategies during complementary feeding</p> <p>Dorsey Graf, M., Lutenbacher, M., Wasser, H., Dietrich, M S., Karp, S M.</p> <p>USA, 2022</p>	<p>surrounding complementary feeding and the factors behind their selected CFPs.</p>	<p>Data collection: Purposeful sampling, in person recruitment, posted flyers in WIC clinics in local health departments, online recruitment via Craigslist volunteer advertisements, poster flyers at community sites. Inclusion criteria: 18-40 years old, at least one infant 6-19 months old. Able to read and speak English. No established relationship with the interviewer/PI. Mothers were ineligible to participate if their infant had a medical issue that could affect feeding (e. g., cleft lip/cleft palate, Down Syndrome, diagnosed food allergy, or metabolic disorder), or if the infant was born prior to 35 weeks estimated gestational age. Number of participants: 27 Method: Semi-structured interview guide with eight open-ended questions Analysis: Inductive and deductive content analysis (Tong, Sainsbury, & Craig, 2007)</p>	<p>Maternal perceived threats: choking (feeding with caution, presenting the foods), allergic reaction (minimizing the risks, preparing for an event) pickiness (structuring the food palate, modeling the ideal).</p>	<p>Strengths: The results are supported by quotes. Quite a large sample of participants. Themes are clearly presented in table for overview. Wide demographic and socioeconomic range of participants. Analysis is well presented. The interviews were pilot-tested to test questions and adapt the study procedure. Limitations: Participants received a 25\$ gift card upon completion of the interview. Small and geographically limited sample. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study. Interviews varied a lot, some only lasting 10 minutes. Risk for recall bias.</p>
<p>6. “Becoming an independent feeder”: infant’s transition in solid food introduction through baby-led weaning</p> <p>Fitria Utami, A., Wanda, D., Hayati, H., Fowler, C.</p> <p>Bahasa Indonesia, 2020</p>	<p>Aimed to explore mothers’ experiences of using BLW to introduce their infants to complementary foods.</p>	<p>Design/method: Qualitative descriptive approach Data collection: Snowball sampling through groups in Instagram and WhatsApp platforms Inclusion criteria: Mothers of 12 month old having used BLW Number of participants: 13 Method: Semi-structured interviews Analysis: Thematic analysis (Borbasi & Jackson)</p>	<p>Results: 3 themes (6 subthemes): Avoiding being a ‘picky’ eater (trying and accepting different foods, learning to accept different food textures) Infants gagging and choking (infants gagging and choking, gagging as part of the learning process) Becoming independent feeders (learning to be independent, focus on eating).</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations. Strengths: The results are supported by quotes. Semi-structured interviews and data were coded by two researchers. Limitations: Small sample size. Participants were recruited through social media groups, which may have introduced selection bias. Only highly educated mothers were included and the study was conducted in one geographical region. Risk for recall bias.</p>
<p>7. “An invisible map”- maternal perceptions of hunger, satiation and ‘enough’ in the context of baby led and traditional and</p>	<p>Aimed to understand and compare maternal perceptions of cues and intake in BLW and TW</p>	<p>Design/method: Qualitative study Data collection: Video interviews where mothers discussed recordings of themselves feeding their infants. Inclusion criteria: Mothers from the north of England who had previously participated in a study of infant</p>	<p>Results: 3 themes: Deciphering feeding cues, perceptions of “enough”, and feeding strategies. Mothers in both groups had difficulty interpreting infants’ hunger and</p>	<p>Methodological Limitations: Moderate methodological limitations. Strengths: Use of video-elicited interviews enabled detailed reflections on real feeding interactions.</p>

<p>complementary feeding practises</p> <p>McNally, J., Hugh-Jones, S., Hetherington, M M.</p> <p>England, 2020</p>		<p>feeding cues and who agreed to take part in the interview study. The sample included mothers using baby-led weaning or traditional weaning, with infants 7–24 months old.</p> <p>Number of participants: 11</p> <p>Method:Semi-structured interviews based on discussions of short videos featuring participants feeding their infants</p> <p>Analysis: Template analysis (critical realism). A coding template was made from some of the interviews and refined across the whole dataset (Waring & Wainwright, 2008).</p>	<p>fullness signals. Mothers using TW described a wider range of fullness cues and often focused on ensuring that infants ate enough, whereas mothers using BLW focused more on infant autonomy and monitoring intake over time. Mothers in both groups used different strategies to interpret cues.</p>	<p>Direct comparison between BLW and TW provided insight into different complementary feeding approaches.</p> <p>Limitations: Small sample size. Participants received a £10 voucher for participation. Participants were relatively homogeneous demographically. Video observation may have influenced participants’ reflections on their behaviour. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study.</p>
<p>8. Exploring cultural beliefs and practices associated with weaning of children aged 0-12 months by mothers attending services at Maternal Child Health Clinic Kalisizo Hospital, Uganda</p> <p>Nandagire WH, Atuhaire C, Egeineh AT, Nkfusai CN, Tsoka-Gwegweni JM, Cumber SN</p> <p>Uganda, 2019</p>	<p>Aimed to explore cultural beliefs and practices associated with weaning of children before 6months in the maternal child health clinic Kalisizo hospital and their impact on exclusive breastfeeding</p>	<p>Design/method: Qualitative study</p> <p>Data collection: Eligible participants purposively selected</p> <p>Inclusion criteria: Mothers of child bearing age with children 0-12 months who were attending services at the maternal health clinic and who were not very sick within the study period.</p> <p>Number of participants:7</p> <p>Method: In-depth interviews using self-generated interview guides with semi-structured questions, 30-60 mins.</p> <p>Analysis: Data were transcribed verbatim, reviewed and coded. Using Ryan and Bernard’s techniques for identifying themes, transcript data were coded and put into themes and subthemes.</p>	<p>Results:</p> <p>3 themes (9 subthemes)</p> <p>Sharing information (Educative services, peer pressure from friends, advice and counselling from mother-in-laws)</p> <p>Role modelling (Behaviour for mother-in-laws, caring attitude for mother-in-laws, teaching by older women)</p> <p>Unfriendly user environment (poor organization, being alienated, unhygienic environment)</p>	<p>Methodological Limitations: Major methodological limitations.</p> <p>Strengths: The results are supported by quotes.</p> <p>Limitations: Small sample size. The recruitment of participants isn’t described as more than purposeful selection. The process of data analysis isn’t described. Demographically homogenous group. The researchers do not discuss how their preconceptions may affect the study.</p>