

**Föräldrastilar som kan orsaka
emotionellt ätande bland barn och
unga:**

En strukturerad litteraturstudie

**Parenting styles that can cause
emotional eating among children
and adolescents:**

A structured literature study

Examensarbete för kandidatexamen med
huvudområdet folkhälsovetenskap
Grundnivå 15 högskolepoäng
Vårtermin 2022

Student: Katarina Eriksson

Handledare: Karin Flodin

Examinator: Viveca Larsson

SAMMANFATTNING

Titel: Föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga: En strukturerad litteraturstudie

Författare: Eriksson, Katarina

Avdelning/Institution: Avdelningen för folkhälsovetenskap, institutionen för hälsovetenskaper, Högskolan i Skövde

Program/kurs: Folkhälsovetenskapligt program, Examensarbete i folkhälsovetenskap G2E, 15 hp

Handledare: Karin Flodin

Examinator: Viveca Larsson

Nyckelord: Emotionellt ätande, föräldrastilar, barn, emotionell reglering, fetma

Sammanfattning

Introduktion: Barnfetma är ett globalt folkhälsoproblem som växer i snabb takt. Obehandlad övervikt och fetma bland barn kan leda till kroniska följsjukdomar i vuxenlivet, såsom högt blodtryck, förstadier till diabetes typ-2, psykisk ohälsa samt förtidig död. En hög frekvens av emotionellt ätande bland barn och unga har visat sig ha samband med barnfetma. Emotionellt ätande (EE) handlar om att känslor hanteras genom att äta mat vilket kan leda till ökat kaloriintag. Möjliga orsaker som förknippats med EE bland barn är bland annat föräldrastilar, det vill säga föräldrarnas beteende och förhållningssätt till mat och matsituationen. **Syfte:** Litteraturöversikten syftade till att undersöka föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga. **Metod:** En strukturerad litteraturöversikt användes där en tematisk analys utfördes på nio vetenskapliga originalartiklar. **Resultat:** Föräldrastilar som orsakade EE bland barn var: föräldrar som använde mat som belöningsmetod för gott beteende, önskvärt beteende eller för att mildra ett temperamentsfullt barn till lugn. Andra föräldrastilar var då föräldern begränsade barnets matintag på grund av oro för viktuppgång samt föräldrarnas brist på hantering av negativa känslor såsom stress och ångest vilket hanterades genom att använda mat som strategi för att mildra de negativa känslorna. Specifikt moderns hantering av negativa känslor och moderns egna emotionella ätande orsakade EE bland barn. **Slutsats:** Att förstå

hur sociala kognitiva processer påverkar känslomässig reglering och ätbeteende kan stödja utvecklingen av förebyggande och terapeutiska strategier för behandling av barnfetma.

ABSTRACT

Title: Parenting styles that can cause emotional eating among children and adolescents: A structured literature review

Author: Eriksson, Katarina

Dept./School: Department of Public Health, School of Health Sciences, University of Skövde

Course: Bachelor's Degree Project in Public Health Science G2E, 15 ECTS

Supervisor: Flodin, Karin

Examiner: Larsson, Viveca

Keywords: Emotional eating, parent practices, child, emotion regulation, obesity

Abstract

Introduction: Childhood obesity is a global public health problem that is growing at a rapid pace. Untreated overweight and obesity among children can lead to chronic diseases in adulthood. A high frequency of emotional eating among children and adolescents has been shown to be associated with childhood obesity. Emotional eating (EE) is about emotions being managed by eating food which can lead to increased calorie intake. Possible causes associated with EE among children include parenting styles, that is, parental behavior and approach to food and the food situation. **Aim:** The literature review aimed to investigate parenting styles that can cause emotional eating among children and adolescents. **Method:** A structured literature review was used in which a thematic analysis was performed on nine original scientific articles. **Results:** Parenting styles that caused EE among children were: parents who used food as a method for good behavior, desirable behavior, or to soften a temperamental child to calm. Other parenting styles were when the parent restricted the child's food intake due to concerns about weight gain and the parent's lack of coping with negative emotions such as stress and anxiety which was managed by using food as a strategy to mitigate the negative emotions. Specifically, the mother's dealing with negative emotions as well as the mother's emotional eating caused EE among children. **Conclusion:** Understanding how social cognitive processes affect emotional regulation and eating behavior can support the development of preventive and therapeutic strategies for the treatment of childhood overweight and obesity.

INNEHÅLLSFÖRTECKNING

1	INTRODUKTION.....	1
1.1	Folkhälsovetenskaplig relevans.....	2
1.2	Hållbar utveckling	2
1.3	Nationell statistik	2
1.4	Internationell statistik.....	3
1.5	Ekonomiskt perspektiv.....	3
1.6	Riskfaktorer	3
1.7	Friskfaktorer.....	3
1.8	Teoretiskt perspektiv.....	4
1.8.1	Emotionell reglering / dysreglering.....	4
2	SYFTE	6
3	METOD	7
3.1	Studiedesign	7
3.2	Urval	7
3.2.1	Inklusionskriterier	7
3.2.2	Exklusionskriterier.....	7
3.2.3	Kvalitetsgranskning	7
3.3	Datainsamling	8
3.4	Analys	8
3.5	Etiska överväganden.....	8
4	RESULTAT	10

4.1	Begränsad kosthållning	11
4.2	Föräldrarnas oror för viktuppgång	11
5	DISKUSSION	13
5.1	Resultatdiskussion.....	13
5.1.1	Mat som verktyg.....	13
5.1.2	Stress och psykisk ohälsa	13
5.1.3	Oklart om det finns skillnad mellan mödrar och fäder.....	15
5.1.4	Teori	15
5.2	Metoddiskussion	16
5.2.1	Val av metod.....	16
5.2.2	Söksträng.....	17
5.2.3	Söktabell och resultat	17
5.2.4	Kvalitetsgranskning	18
5.2.5	Etiska aspekter	19
5.3	Slutsats	19
	TACKORD	20
6	REFERENSER	21
7	Bilagor	28

1 INTRODUKTION

Barnfetma är ett stort folkhälsoproblem över hela världen som växer i en alarmerande snabb takt bland spädbarn, barn och unga (Valero-García et al., 2021). Sjukdomar som kan kopplas till barnfetma är bland annat högt blodtryck, förstadier till diabetes typ-2 samt psykisk ohälsa. Barn med fetma har dessutom en avsevärt högre risk att dö i tidig vuxen ålder (Lindberg et al., 2020). Omkring 80% av sex till sju åringar med övervikt är fortfarande överviktiga i tonåren (Riksdagen, 2021) och övervikt och fetma är en av de främsta orsaker till för tidig död och sjukdomsburda i Sverige (Folkhälsomyndigheten, 2022). Sjukdomar som är vanligt förekommande i vuxen ålder är hjärt-kärlsjukdom, diabetes, stroke och olika cancerformer. Övervikt och fetma kan även öka risken för social stigmatisering, psykisk ohälsa samt bidra till graviditets- och förlossningskomplikationer bland kvinnor och även påverka fostret negativt (Folkhälsomyndigheten, 2022a).

Under år 2020 rapporterades 39 miljoner barn under 5 år med övervikt eller fetma och år 2016 var 340 miljoner barn och unga mellan 5-19 år överviktiga eller feta (WHO, 2021). Trots stora folkhälsoinsatser som syftar till att förebygga barnfetma är barnfetman fortfarande hög (Fiechtner, et al., 2018). En faktor som kan påverka viktuppgång under barndomen är emotionellt ätande vilket formas under barnets uppväxtmiljö (Herle et al., 2018). Emotionellt ätande handlar om att känslor hanteras genom att äta mat eller sötsaker (Strein, 2018) vilket kan leda till känslomässigt överätande med ett ökat kaloriintag (Valero-García et. Al., 2021). En hög frekvens av emotionellt ätande bland unga har visat sig ha samband med överätning och fetrik mat, vilket även har förknippats med barnfetma (Kidwel et al., 2017).

Möjliga orsaker som förknippats med känslomässig överätning och högt kaloriintag i tidig ålder är bland annat föräldrastilar, det vill säga föräldrarnas beteende kring mat och förhållningssätt vid matsituationen där mat bland annat används som belöning eller straff (Valero-García et al., 2021). Föräldrars beteendereglering kring mat där mat används som straff eller belöning har associerats med högre kaloriintag och viktökning bland barn i tidig ålder, samtidigt kan stressade matsituationer leda till emotionell överätning bland barn där båda faktorerna kan utvecklas till mer allvarliga ätbeteenden längre fram i livet kopplat till fetma (Valero-García et. Al., 2021). Emotionellt ätande kan leda till överätning, det vill säga att äta mat eller sötsaker trots avsaknad av hunger, vilket riskerar att kroppens mättnadskänslor avtrubbas (Vandewalle et al., 2017). Emotionellt ätande kopplas även till så kallad tröstmat, där matintaget främst består av mat som är rik på socker och fett, vilket är en faktor i sig som kan bidra till en ohälsosam livsstil samt orsaka övervikt eller fetma under en längre tidsperiod (Vandewalle et al., 2017).

Idag finns det samtidigt en ökad förekomst av hetsättningsstörning som är kopplat till fetma och kan uppstå av riskfaktorer som negativa känslor såsom kroppsmisshälsa, ohälsosamma viktkontrollbeteenden, emotionellt ätande och bantning. En faktor som kopplas till hetsättningsstörning är att negativa känslor inte hanteras utan istället trycks undan av individen. Negativa känslor beskrivs som individens subjektiva upplevelse av en situation

vilket kan skapa känslor såsom ilska, sorg, ledsamhet, besvikelse, ångest, depression, där det är vanligt att individen grubblar på sina oönskade känslor än att hantera de effektivt (Dingemans, Danner & Parks, 2017). År 2013 blev hetsättningsstörning en diagnos och år 2018 inkluderades hetsättningsstörning i ICD-11 (Olsen et al., 2021). ICD-11 är internationella klassifikationer av sjukdomar där statistik förs över sjukdomar och andra hälsoproblem (Socialstyrelsen, 2021). Vid hetsättningsstörning innehar individen minst tre utav följande sex symptom: att ofta äta snabbt, att äta tills en känsla av obehaglig mättnad tillkommer, att äta en stor mängd mat utan att egentligen vara hungrig, väljer att äta ensam på grund av den stora mängden mat som intas, att känna sig äcklad av sig själv, deprimerad och/eller skuld efter att maten ätits upp (Fiechtner, et al., 2018). Därav menar Fiechtner et al. (2018) att insatser som syftar till att förebygga barnfetma även bör riktas mot känslohantering.

1.1 Folkhälsovetenskaplig relevans

Det är av vikt att undersöka alla de bakomliggande orsaker som finns till barns övervikt och fetma på grund av den höga prevalensen (Veryoort et al., 2020) och då barnfetma blir ett alltmer utbredd problem. Det är även ett prioriterat område som kan relateras till både FN:s globala mål 3 och Sveriges nationella folkhälsomål 8. FN:s målområde 3 ”hälsa och välbefinnande” beskriver punkt 3.4 som handlar om att förebyggande insatser och behandling ska bidra med en tredjedels minskning av människor som dör i förtid på grund av icke smittsamma sjukdomar (Globala målen, 2021). Sveriges nationella folkhälsomål 8 ”Det tidiga livets villkor” syftar samtidigt till att skapa bättre förutsättningar kring barns uppväxtvillkor vilket lägger grunden för barns utveckling av kognitiva, emotionella, sociala och fysiska förmågor (Folkhälsomyndigheten, 2022c).

1.2 Hållbar utveckling

Barnfetma utgör en förhöjd risk för att utveckla kardiovaskulära och metabola sjukdomar senare i livet (Saltzman et al., 2016). Folkhälsomålet *det tidiga livets villkor* beskriver hur stor betydelse hälsoutvecklingen har för barn vilket fortsätter formas under livet, inte minst utvecklingen utav barnfetma (Riksdagen, 2019). För att skapa ett mer hållbart samhälle krävs därför förebyggande insatser som gynnar goda levnadsvanor och förebygger ohälsa där människors livsvillkor, miljöer, produkter och levnadsvanor har störst påverkan på människors hälsa (Riksdagen, 2019). Detta kräver i sin tur ett sektorsövergripande arbete från flera sektioner och många samhällsaktörer som belyser dess problematik i syfte att främja en jämlik hälsa i befolkningen (Riksdagen, 2019).

1.3 Nationell statistik

Cirka 5-10% av alla barn i Sverige lider idag av sjuklig fetma (Riksdagen, 2021). Barn som varit överviktiga eller haft fetma som unga tenderar att fortsätta vara det som vuxen och ju äldre barnet blir desto svårare är det att behandla (1177 Vårdguiden, 2020). Övervikt och fetma är idag ett av våra allvarligaste folkhälsoproblem och den främsta orsaken till förlorade friska levnadsår i Sverige (Folkhälsomyndigheten, 2021b).

1.4 Internationell statistik

Övervikt och fetma i ett globalt perspektiv har nästintill tredubblats mellan åren 1975 – 2016. Cirka 39 miljoner barn under 5 år rapporterades lida av övervikt eller fetma år 2020 och cirka 340 miljoner barn och unga mellan 5-19 år var överviktiga eller feta år 2016 (WHO, 2021). Beräkningar från USA visar att individer i 20-årsåldern som har ett BMI på 45 kan minska livslängden med 13 år för män och 8 år för kvinnor (Riksdagen, 2021). Den globala sjukdomsburden av övervikt och fetma bidrog med fyra miljoner dödsfall år 2015, det vill säga cirka sju procent av alla globala dödsfall. Den globala sjukdomsburden beskrivs även påverka 120 miljoner funktionsjusterade levnadsår (DALY) år 2015, vilket är ett mått på de friska år som förloras på grund av sjukdom eller dödsfall (Läkartidningen, 2017).

1.5 Ekonomiskt perspektiv

Den årliga kostnaden för fetma uppskattas ligga på 70 miljarder kronor vilket baseras på en miljon individer med fetma i åldrarna 16-84 år (Folkhälsomyndigheten, 2022a). Samtidigt uppskattas dessa kostnader öka med ytterligare 17 miljarder till år 2030 (Folkhälsomyndigheten, 2022a). Övervikt och fetma påverkar Sveriges sjukdomsburda avsevärt. År 2019 låg de totala kostnaderna för hjärt-och kärlsjukdom på 60,2 miljarder kronor varav hälften (42%) var sjukdomskostnader på 25,5 miljarder kronor. Produktionsbortfall orsakat av sjukfrånvaro eller förtida död kopplat till hjärt-och kärlsjukdomar låg på 17,3 miljarder kronor vilket är en tredjedel av totalbeloppet. Den totala kostnaden för individer med diabetes förväntades ligga runt 18 miljarder kronor per år 2020 (IHE rapport, 2015). Den totala kostanden för cancervård i Europa har samtidigt fördubblats mellan åren 1995-2018, från 52 miljarder euro till 103 miljarder euro (Svensk Farmaci, 2020).

1.6 Riskfaktorer

Orsakerna till övervikt och fetma bland barn är komplext och mångfacetterat (Smith, Fu & Kobayashi, 2020). Som främsta orsak handlar det om en obalans kring barnets energiintag och den energi som barnet gör sig av med via fysisk aktivitet (WHO, 2020). Däremot finns det andra viktiga faktorer att ta hänsyn till, såsom genetik, socioekonomisk status, stress, känslomässig oro och psykisk ohälsa (Hemmingsson, 2018). Forskare är överens om att omgivningsfaktorer är det som påverkar viktuppgång allra mest, vilket är en blandning av sociala, psykologiska och emotionella faktorer (Karolinska institutet, 2022a). Barn med övervikt har dessutom oftast en genetisk känslighet vilket gör att kaloririk föda och en stillasittande livsstil får mer negativa effekter hos vissa individer mer än hos andra (Karolinska institutet, 2021). En riskfaktor som på senare tid fått uppmärksamhet är olika föräldrastilar, det vill säga hur de vuxna själva förhåller sig till mat och ätande samt vilka förhållningsregler kring mat som finns i hemmet.

1.7 Friskfaktorer

En hälsosam livsstil med ett sunt matintag och kontinuerlig fysisk aktivitet är en av de mest grundläggande friskfaktorer mot övervikt och fetma. Bland barn och unga handlar det om att stödja barn till en hälsosam start i livet där goda matvanor och fysisk aktivitet utövas och

uppmuntras, att främja hälsosamma livsmiljöer där exempelvis skola och förskola föregår med gott exempel, att informera och stärka familjer till en hälsosam livsstil, att hälsosamma val ska vara enkla att göra som att välja hälsosam mat och mellanmål samt att det finns lättillgängliga och inbjudande platser för fysisk aktivitet (Folkhälsomyndigheten, 2022b, EU Action Plan on Childhood Obesity, 2014). Komplexiteten av riskfaktorer som kan orsaka övervikt och fetma är samtidigt en stor utmaning och därav är identifiering av orsaker och samband samt förebyggande åtgärder viktigt i ett tidigt stadie för att främja en hälsosam livsstil (Young Lee & Yoon, 2018). Därav behövs omfattande strategier som även belyser och utvecklar de beteendemässiga, psykologiska och miljömässiga faktorer som påverkar människors livsstil i samband med mat och fysisk aktivitet (Young Lee & Yoon, 2018).

1.8 Teoretiskt perspektiv

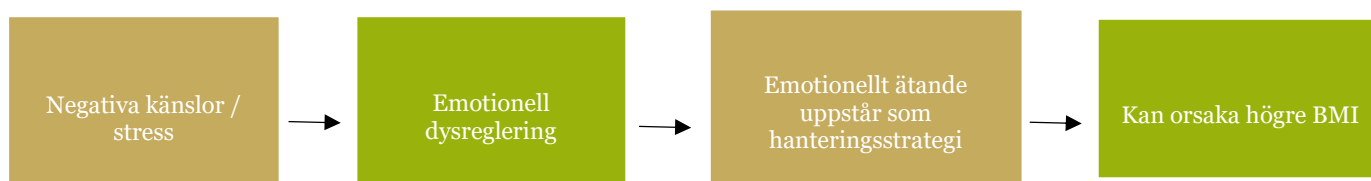
1.8.1 Emotionell reglering / dysreglering

Begreppet emotionell reglering myntades år 1994 av psykologen Ross A Thompson, där hans forskning grundar sig på tidiga relationer mellan föräldrar och barn som kan påverka bland annat emotionell reglering och socio-emotionell tillväxt under barnets tidiga levnadsår (Zeigler-Hill & Shackelford, 2017). Begreppet beskrivs som en individs förmåga att reglera och hantera sina känslor utifrån olika känslomässiga reaktioner som kan uppstå utifrån externa och interna stimuli [exempelvis yttre stress som skapar inre fysiologisk stressreaktion]. De inre och yttre stimuli kan medvetengöra, värdera och modifiera känslomässiga reaktioner vilket även kan påverka varaktigheten och intensiteten på känsloreaktionen (Sonneby-Borgström, 2012). Emotionell reglering utgörs främst av omedvetna och automatiska strategier, det vill säga att en individ ofta kan reagera emotionellt och fysiskt genom exempelvis rädsla, ilska, glädje och andra känslor innan individen hunnit reflektera över hur situationen ska hanteras (Sonneby-Borgström, 2012). Emotionell reglering kan även beskrivas som känslohantering.

En person som kan reglera sina känslor vid utmanande situationer anses kunna lösa sina konflikter på ett sätt som skapar optimalt välbefinnande och livskvalité i ett långsiktigt perspektiv (Sonneby-Borgström, 2012). En god förmåga till emotionell reglering anses kunna leda till att känslomässiga och stressade situationer hanteras på ett gott sätt, medan låg förmåga till emotionell reglering ökar risken till att långsiktigt leda till psykiska eller fysiologiska sjukdomar.

Omvänt innebär begreppet emotionell dysreglering att en individ finner svårigheter till att identifiera, uppfatta och/eller acceptera sina känslor, vilket i sin tur kan leda till bristande strategier till att hantera känslor, lägre impuls kontroll samt svårigheter att följa upp långsiktiga mål (Ätstörning.se, 2017). Emotionell dysreglering kan uttryckas på olika sätt. En form av emotionell dysreglering är negativa känslor som hanteras genom hetsätning eller matberoende då detta blir en hanteringsstrategi för olika negativa känslor som exempelvis stress, humörsvängningar, låg självkänsla, ångest med mera (Strein, 2018). Se figur 1 för en översikt på effekten av matrelaterade beteenden och emotionell dysreglering.

Figur 1. Översikt av effekten av matrelaterade beteenden och emotionell dysreglering. (Czepczor-Bernat & Brytek-Matera, 2020).



Barn är oftast i behov av ett yttre socialt stöd utav en förälder eller vårdnadshavare som lär barnet reglera sina känslor, där den vuxne samtidigt kan behöva lära sig en liknande strategi och där det sociala stödet har stor betydelse (Sonneby-Borgström, 2012). Hetsättning bland barn upptäcks vanligtvis under tonåren, däremot kan emotionell dysreglering formas tidigare då det bland annat påverkas av föräldraskapet (Strein, 2018). Att lära ut hantering av emotionell reglering i ett förebyggande syfte kan leda till psykologisk flexibilitet och emotionellt välbefinnande där negativa känslor hanteras innan affekt/handling (Goldin & Gross, 2014).

Garnefski och Kraaijs modell för emotionell reglering beskriver individuella skillnader i hur människor kan reglera effekterna av negativa känslor som riskerar leda till negativt beteende och att en nyckelfaktor som förebygger negativa känslor är kognitiv känsloreglering (Extremera et al., 2019). Kognitiv känsloreglering består av fem strategier som bidrar med bättre mental hälsa och välbefinnande och beskrivs som medvetna, mentala strategier som individen använder förebyggande till att hantera flödet av känslomässigt upphetsande information. De fem strategierna är 1) positiv omfokusering vilket innebär att individen tar ett beslut att byta fokus i en negativ situation, 2) fokusera på planering av ett nytt beteende, 3) acceptans av situationen eller de känslor som uppstår, 4) att byta perspektiv, och 5) positiv omvärdering av situationen eller känslan (Extremera et al., 2019).

2 SYFTE

Syftet med denna strukturerade litteraturoversikt är att undersöka föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga.

3 METOD

3.1 Studiedesign

Uppsatsen grundade sig på en strukturerad litteraturstudie där 9 vetenskapliga originalartiklar granskades och analyserades med en tematisk analys. En strukturerad litteraturstudie innebär att kritisk granskning av vetenskapliga artiklar tillämpas där betydelsefull data väljs ut via olika databaser som sedan sammanfattas systematiskt utifrån det tänkta syftet (Malterud, 2012).

En tematisk analys i sin tur innebär att fokus läggs på att finna olika mönster och teman i artiklarna som sedan jämförs och kombineras för att få fram nya resultat och infallsvinklar inom området som studeras (Braun & Clarke, 2006). För att stärka uppsatsens vetenskaplighet granskades de ingående artiklarna genom granskningsmallar som var lämpliga för de olika studiedesignerna STROBE och Equator som är lämpliga för att kvalitetsgranska tvärsnittsstudier, kohortstudier och mixade metoder (Strobe, 2022, Equator, u.å.b).

3.2 Urval

3.2.1 Inklusionskriterier

De kriterier som användes för att inkludera de vetenskapliga artiklarna var att det var originalartiklar, att de var skrivna på engelska och att barn och unga upp till 18 år ingick i studierna. Vidare inklusionskriterier var att artiklarna var peer reviewed vilket innebär att ämnesexperter har granskat de vetenskapliga studierna innan de publicerades för att säkerställa kvalitén (Universitetsbiblioteket Karolinska Institutet, 2022). Detta gjordes genom att söka upp de inkluderade tidskrifterna databasen Ulrichweb (Högskolebiblioteket i Skövde, 2020). Andra inklusionskriterier var att artiklarna skulle innehålla information om emotionellt ätande bland barn i samband med föräldrastilar.

3.2.2 Exklusionskriterier

Artiklar som exkluderades var översiktsartiklar och studier som var äldre än fem år då den senaste informationen eftersöktes. Vidare var att utesluta artiklar som riktade sig till spädbarn (0-2 år), barn med diagnoser samt föräldrar eller barn med ätstörningar. Innan artiklar valdes ut lästes abstract för att kunna exkludera studier som inte besvarar syftet.

3.2.3 Kvalitetsgranskning

En söktabell utformades för att på ett tydligt sätt redovisa sökvägarna (Bilaga 1) samt en artikelöversikt över de ingående artiklarna (Bilaga 2). De vetenskapliga originalartiklarna granskades genom granskningsmallarna Strobe och Equator vilket är checklistor som syftar till att kvalitetsbedöma innehållet och dess tillförlitlighet och trovärdighet för både kvalitativa och kvantitativa studier (Strobe, 2022, Equator, u.å.a). Sju av artiklarna var tvärsnittsstudier, vilket granskades genom Strobe som använder sig av 22 granskningspunkter. En artikel var en kohortstudie som också granskades via Strobe med 22 granskningspunkter. En artikel använde

sig av en mixad metod och granskades via Equator som använder 28 granskningspunkter. Den genomförda kvalitetsgranskningen beskrivs genom att ta upp artiklarnas styrkor och svagheter och ingår i bilaga 2.

3.3 Datainsamling

För insamling av vetenskapliga originalartiklar användes databaserna PubMed, PsycINFO och Cinahl. Databaserna ansågs lämpa sig för studiens syfte då de är riktade till områdena hälso- och vårdvetenskap samt psykologi och beteendevetenskap. Den söksträng som användes för alla databaser var "emotional eating" AND parent AND child*. Flera testsökningar utfördes innan det slutgiltiga valet av söksträng för att se vilken söksträng som gav flest relevanta träffar för alla databaserna. Söksträngen producerade följande sökresultat: via databasen PubMed hittades 77 sökträffar, via databasen PsycINFO hittades 436 sökträffar och genom databasen Cinahl hittades 50 sökträffar (Bilaga 1).

Sammanlagt lästes 16 artiklar i fulltext, varav nio hämtades från PubMed och utav dessa inkluderades fem originalartiklar. Två artiklar lästes i fulltext från databasen Cinahl varav en inkluderades. Från databasen PsycINFO lästes fem originalartiklar i fulltext varav tre inkluderades (Bilaga 1).

3.4 Analys

Analysen genomfördes genom en tematisk analys vilket är ett bra verktyg vid litteraturgranskningar eftersom den utförligt redovisar tillvägagångssätt vid insamling och analys av data med avsikt att svara på studiefrågan (Clarkes & Braun, 2006). Den tematiska analysen delades in i sex steg (Clarkes & Braun, 2006). Det första steget innebar att bekanta sig med materialet och samtidigt söka efter olika mönster i de ingående artiklarnas text. I steg två organiserades datamaterialet och kodades i relevanta kategorier. Steg tre handlade om att söka efter teman för att sortera och kombinera de kodade datamaterialet för att på så vis skapa en övergripande översikt. Steg fyra innebar att ytterligare granska teman ur datainsamlingen för att skapa ett mer sammanhängande mönster. Under steg fem namngavs de teman som uppenbarades ur artiklarnas text vilket sedan redovisades under resultatdelen, det sista och sjätte steget redogjorde hur den tematiska analysen genomfördes för att belysa värde och trovärdighet i analysen (Clarkes och Braun, 2006).

3.5 Etiska överväganden

Innan artiklar valdes ut för granskning undersöktes vilka etiska aspekter de tog hänsyn till genom att läsa artiklarnas metod samt styrkor och svagheter. Samtliga artiklar i denna litteraturöversikt tog ställning till etiska överväganden genom att studierna genomgått granskning av en eller flera etikkommittéer och/eller tog hänsyn till de etiska principer som fanns gällande samtyckeskravet, nyttjandekravet, informationskravet och

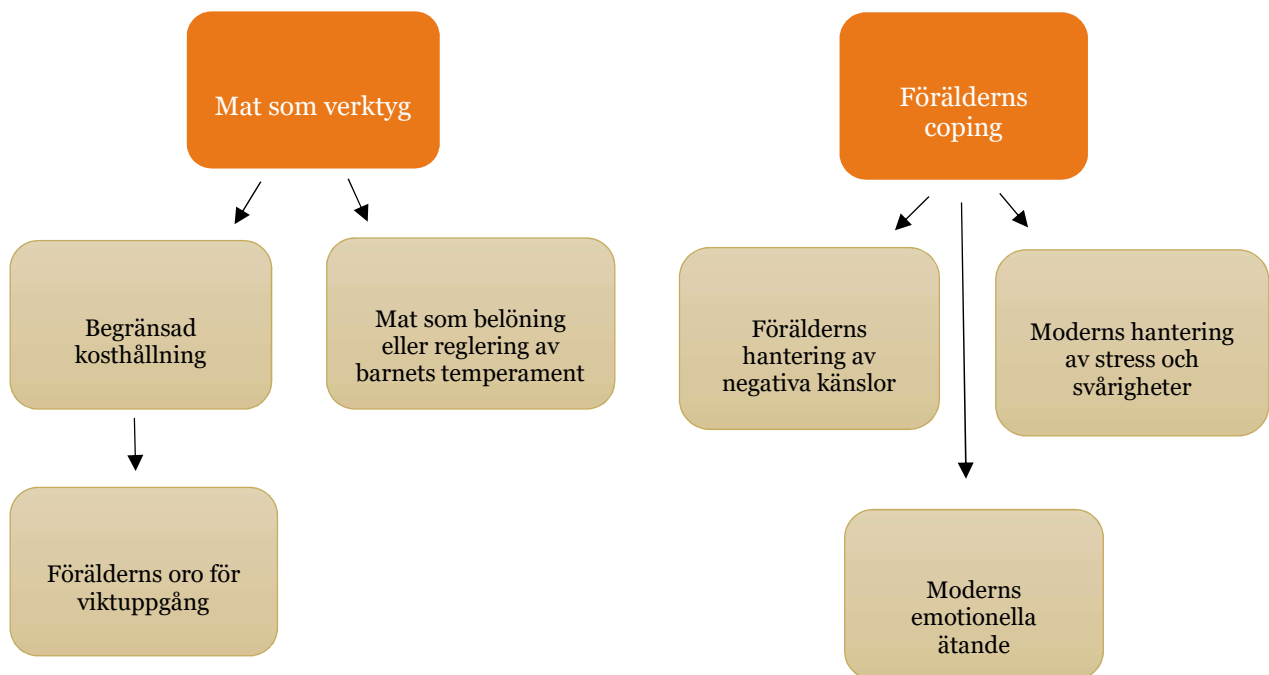
konfidentialitetskravet (Vetenskapsrådet, 2017). Alla artiklar belyste styrkor och svagheter kring dess metod och resultat. Artiklarnas information om studiepopulation, metod, syfte och ursprung var välskriven, och samtliga artiklar var peer reviewed (Bilaga 2). Redovisningen av artiklarna genomfördes så objektivt som möjligt och resultatet beskrevs med ambitionen att ej framhäva en viss vinkel av resultatet. Däremot har överväganden gjorts utifrån studiens syfte, där en helhetsbild av de faktorer som kan orsaka emotionellt bland barn och unga inte varit möjlig, utan där fokus endast har legat på föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga.

4 RESULTAT

Till grund för litteraturoversikten ligger nio vetenskapliga originalartiklar. Originalartiklarna härstammade från USA (4), Storbritannien (2), Polen (1), Portugal (1) och Etiopien (1). Deltagarantalet varierade mellan (n=)170-822. Åldersspannet på barn var 3-18 år varav sju artiklar omfattade barn mellan 3-6 år, en artikel 5-12 år och en artikel 12-18 år. Fem artiklar undersökte endast mödrars föräldrastil, tre artiklar undersökte både mödrar och fäder, en artikel beskrev endast det totala föräldraantalet.

Sju av artiklarna var tvärsnittsstudier med ett deltagarantal mellan 185-572. Utöver det var en artikel en kohortstudie med 170 deltagare där barn från 5 år studerades som sedan studerades igen vid två andra tillfällen; under fjärde klass samt vid tidig ungdom. En artikel använde sig av en mixad metod som bestod av både kvalitativa intervjuer av barn och kvantitativa frågeformulär för föräldrarna (Bilaga 2). Den tematiska analysen resulterade i två teman med sex underteman (Figur 3). Det första temat mat som verktyg innehåller undertemat begränsad kosthållning som hänger ihop med undertemat föräldrarnas oro för viktuppgång och slutligen undertemat mat som belöning eller reglering för barnets temperament. Det andra temat innehåller undertemat föräldrarnas hantering av negativa känslor, undertemat moderns hantering av stress och svårigheter samt undertemat moderns emotionella ätande.

Figur 3. Översikt över teman och underteman.



4.1 Begränsad kosthållning

I fem studier framkom att barns emotionella ätande ökade då föräldrar begränsade sitt eget matintag och/eller barnets matintag i syfte i att inte gå upp i vikt och/eller leva hälsosamt (Stone et al., 2022a; Stone et al., 2022b; Gebru et al., 2021; Barnhart, Braden & Dai, 2021 och Vollmer, 2021). Tre av studierna betonar att ju mer föräldern begränsade matintaget desto högre påverkan kan uppstå på barnets emotionella ätande. En av studierna nämner att högre övervakning av matintag av föräldern leder till högre emotionellt ätande bland barn som kan följa med till vuxen ålder (Barnhart, 2021). Två av artiklarna tar upp att barnets intresse och uppmärksamhet på mat ökar då föräldern begränsar maten, varav en artikel menar att ökad begränsning av barnets mat leder till barnets överätande, medan den andra artikeln menar att barnets emotionella ätande är högre då fäder begränsar matintaget i jämförelser med mödrar (Gerbu et al., 2021 & Vollmer, 2021). De mödrar som själv åt emotionellt visade sig använda en mer återhållsam och begränsande kosthållning för barnet vilket ökade barnets emotionella ätande, speciellt bland barn med högre aptit (Stone et al., 2022b).

4.2 Mat som belöning eller reglering av barnets temperament

Två studier beskriver att barns emotionella ätande ökade då föräldrarna kontinuerligt använde mat som belöning för gott uppförande, för önskvärt beteende och för att lugna barnets temperament (Stone et al., 2022b & Powell, 2017). Föräldrarnas egna emotionella ätande var samtidigt relaterat till en ökad användning av mat som belöning som ett verktyg för att hantera barnets temperament, vilket ökade emotionellt ätande (Stone, 2022b). En förklaring som ges är att mat som belöning leder till att barnet minskar sin förmåga till att känna hunger och mättnad, där ett känslostyrt ätbeteende ökar (Powell, 2017). Mat som används till att hantera olika sorts känslor hos barnet hade en koppling till att barnet inte lär sig känna mättnadskänslor lika lätt eller inte lär sig skillnaden mellan hunger och en negativ känsla, vilket kunde öka barnets emotionella ätande (Powell, 2017). De två artiklarna påpekade att föräldrar som regelbundet använder mat för att hantera sina egna känslor kan vara mer benägna att använda mat för att lugna sitt barns beteende, och att mat som ett verktyg används med sitt barn för att reglera föräldrarnas egna känslomässiga tillstånd (Stone, 2022b & Powell, 2017).

4.2 Föräldrarnas oro för viktuppgång

Samtliga studier som påvisade att barns emotionella ätande ökade då föräldern använde en begränsad kosthållning hade koppling till att föräldern upplever en oro för viktuppgång för sig själv och barnet. En annan förklaring som gavs i samtliga artiklar var föräldrarnas angelägenhet till att leva ett hälsosamt liv genom att begränsa föräldrarnas och barnets kostintag. Vidare kunde detta i vissa av studierna ha en koppling till att modern själv använde ett emotionellt ätande för att hantera svårigheter i livet som stress och ångest.

4.3 Moderns hantering av negativa känslor

Två artiklar menar att mödrar som regelbundet använder mat för att lugna sina egna känslor kan vara mer benägna att använda mat som ett verktyg till att lugna sitt barns negativa känslor vilket på längre sikt lär barnet att hantera känsloreglering via föda (Kidwell, 2017 & Stone et al., 2022b). En utav artiklarna belyser negativa känslor som kroppsskam bland unga vilket kan leda till emotionellt ätande, där föräldrastilen kan påverka barnet i olika riktningar. De menar

att ett närvarande föräldraskap som tar hänsyn till och uppmärksammar barnets tankar och känslor kan minska emotionellt ätande bland unga samt även minska uppkomst av känslor som kroppsskam bland unga vilket i sin tur kan minska emotionellt ätande (Gouveira et al., 2018).

4.4 Moderns hantering av stress och negativa känslor

Tre artiklar framhäver att barns emotionella ätande ökade då i modern upplever negativa känslor som i sin tur hanteras genom mat och matningspraxis. Exempel på negativa känslor är stress, ångest, olika sjukdomstillstånd och andra svåra känslor i livet (Kidwell et al., 2017; Stone et al., 2022b; och Gouveia, Canavarro & Moreira, 2018). När moderns symptom ökade i form av ångest, somatiska besvär eller andra svårigheter, ökade även barnets emotionella ätande. Då modern inte upplevde symptom av negativa känslor ökade ändå barnens emotionella ätande vid deras egen ångest och i vissa fall depression (Kidwell, 2017).

4.5 Moderns emotionella ätande

Två artiklar beskriver hur moderns emotionella ätande i stor utsträckning påverkar barnets emotionella ätande (Zarychta et al., 2019 & Stone, 2022a). Ena studien menar att en högre nivå av moderns emotionella ätande bidrog till både flickor och pojkars emotionella ätande samt till barnets externa ätande, det vill säga att äta som respons av omgivningens stimuli, som syn, smak eller lukt av mat (Zarychta et al., 2019). Ju mer emotionellt ätande hos föräldern desto mer begränsar modern kosthållningen vilket ökar barns emotionella ätande. Detta i sig kan skapa ett ohälsosamt förhållande till mat där barn inte får lära känna sina egna mättnadskänslor (Stone, 2022a).

5 DISKUSSION

5.1 Resultatdiskussion

Nio vetenskapliga originalartiklar analyserades i denna litteraturöversikt i syfte att undersöka föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga. Intensionen har varit att ge en nyanserad bild av de faktorer som kan vara bidragande till uppkomsten av övervikt och fetma bland barn och unga.

5.1.1 Mat som verktyg

Sammantaget visar resultatet att barns emotionella ätande kan öka genom att specifika föräldrastilar används som går ut på att hantera barnets och/eller föräldrarnas negativa känslor i en viss situation med mat. Vidare handlar dessa föräldrastilar om att föräldern ger mat till barnet som belöning för gott beteende eller för att få ett önskvärt beteende. Flera artiklar framhäver att föräldrar kan använda mat som en metod till att hantera barnets beteende, det vill säga att mat används för att lugna ner ett barn med starkt temperament vilket i sin tur kan lugna både föräldrarnas upplevelse av situationen samt barnets sinnestillstånd (starkt temperament till lugn). Emotionellt ätande är ett allvarligt folkhälsoproblem för unga eftersom det kan utvecklas till grövre övervikt och fetma (Gouveia, Canavarro & Moreira, 2018). Barn och unga kan minska i vikt vid olika tillfällen i livet, men om hantering av emotionellt ätande inte behandlas finns stor risk att viktökningen återkommer som fetma (Gouveia, Canavarro & Moreira, 2018). En oroande utveckling är att emotionellt ätande är kopplad till en ökad risk för hetsätningssyndrom vilket i sin tur är en riskfaktor för fetma. Orsakerna till uppkomsten av hetsätningssyndrom är bland annat emotionellt ätande, brist på emotionell reglering samt en negativ kroppsbild (Shriver et al., 2020). Störda ätbeteenden och ätstörningar har även en påverkan på barns och ungas hälsorelaterade livskvalitet (Wu et al., 2019). Barn som får möjlighet att utveckla sin känsloregleringsförmåga har visat sig leda till ett minskat känslomässigt ätande i tonåren (Shriver et al., 2020).

Ett lyhört och närvarande föräldraskap är faktorer som beskrivits kunna bekräfta barns känslor och att genom det lära barn att handskas med känsloreglering, det vill säga att identifiera sina känslor och hur barnet ska hantera dem. Resultatet i sin helhet beskriver samtidigt föräldrarnas brist på känsloreglering vilken kan tyda på att detta behov även finns hos föräldrarna för att handskas med ångest, nedstämdhet och stressfyllda situationer med barnet eller i livet i övrigt. Ytterligare kan ett lyhört matningspraxis innebära att föräldern eller vårdnadshavaren erbjuder en mängd olika livsmedel till barnet utan att ställa krav på att barnet måste äta det. Vidare är ett lyhört matningspraxis att rutiner kring mat implementeras samt att föräldern accepterar när barnet uttrycker hunger eller mättnad vilket i sig har visat sig vara en skyddsfaktor mot viktökning (Saltzman et al., 2016).

5.1.2 Stress och psykisk ohälsa

Resultatet framhäver att barns emotionella ätande ökar då föräldern använder mat som en hanteringsstrategi för att handskas med deras egna negativa upplevelser och känslor. Flera

utav artiklarna beskriver negativa känslor som föräldrarnas ångest, oro, stress och olika sjukdomstillstånd vilket antingen kan vara kopplade till en situation med barnet där mat används som hantering eller en situation i föräldrarnas liv i övrigt som skapar känsla av stress, oro, ångest med mera.

Idag är det vanligt förekommande med lätta psykiska besvär bland hela befolkningen såsom oro och stress (Folkhälsomyndigheten, 2022e) och upplevd stress bland föräldrar i särskilda stressade situationer kan leda till en ökad användning av kaloririk mat och snacks till barn (Jansen et al., 2021). Att etablera hälsosamma matvanor i en tidig ålder har en betydande roll för att minska övervikt och fetma bland barn och unga, då övervikt och fetma i första hand handlar om ett kaloriöverskott i jämförelse med den energi som förbrukas (Karolinska institutet, 2022a). Förutom att etablera hälsosamma matvanor tidigt i livet har även reducerad stress i hemmet och regelbunden fysisk aktivitet en skyddande faktor mot uppkomsten av övervikt och fetma bland barn och unga (Fruh et al., 2021).

Vidare kom det fram i resultatet att emotionellt ätande bland barn och unga kan öka då föräldern använder mat för att hantera sina egna negativa känslor. Det vill säga om föräldern upplever känslor såsom ångest, nedstämdhet eller oro så används mat som ett medel för att skapa avslappning och njutning och på så sätt mildra de negativa känslorna. Detsamma gällde mödrar som regelbundet använder emotionellt ätande som en strategi för känslohantering. I resultatet framgår att barn på lång sikt lär sig att hantera sina egna negativa känslor med mat genom dessa föräldrastilar (föräldrarnas hantering av känslor i koppling till mat). Framförallt lyfter resultatet fram moderns känslohantering och att mödrar i synnerhet är förknippade med barns emotionella ätande. Det framgår att barn använder emotionellt ätande i högre utsträckning ju mer modern använder emotionell ätning som hanteringsstrategi för stress, ångest och andra besvär. Barn som sedan upplever egna besvär av ångest och stress har en större risk att hantera dessa sinness tillstånd via emotionellt ätande även om modern i det skedet inte har några emotionella svårigheter.

En välbalanserad kost är en viktig del mot behandling av psykisk ohälsa (Glabska et al., 2020). Mat som ger oss mycket näring såsom grönsaker, baljväxter, frukt, nötter, vegetabiliska oljor, fullkorn och fisk bidrar till att minska ohälsa (Folkhälsomyndigheten, 2022f). Särskilt barn och ungdomar påverkas positivt av att äta mer frukt och grönsaker för att bibehålla en god psykisk hälsa, i synnerhet livsmedel som gröna bladgrönsaker, övriga gröna grönsaker samt frukt (Glabska et al., 2020). För att förbättra folkhälsan behöver vi äta mer av dessa typer av livsmedel (Folkhälsomyndigheten, 2022f). Samtidigt beskriver resultatet, såsom nämnts ovan, en svårighet hos föräldern kring hantering av känslor såsom stress och ångest vilket tyder på att föräldrastöd vid känslohantering kan vara en metod för att minska emotionellt ätande bland barn. Detta har betydelse för folkhälsoarbete då målet för folkhälsoarbete är att förbättra befolkningens hälsa genom att främja hälsa och förebygga sjukdomar för både riskgrupper och befolkningen i stort (Folkhälsomyndigheten, 2022d).

Sammantaget visade resultatet att föräldrastilar som går ut på att begränsa matintaget för sig själv och barnet eller enbart för barnet på lång sikt kan leda till ett emotionellt överätande bland barn och unga. Orsaken till ett begränsat matintag beskrevs som föräldrarnas oro för viktuppgång samt intensionen av att leva hälsosamt. Då det framgick att en begränsad

kosthållning har viss koppling till moderns egna emotionella ätande kan begränsning utav kosthållningen användas som en strategi för att kompensera för den mat eller sötsaker som tidigare ätits och/ eller överätande (att äta trots mättnad eller att äta trots avsaknad av hunger). Anledningen till emotionellt ätande hos modern beskrevs som ett sätt att hantera olika negativa upplevelser och känslor såsom stress och ångest. Utgången utav detta beskrevs som att barnet får ett ökat fokus och intresse för mat där det ofta uppstår överätande i de situationer som begränsning av mat inte finns. Resultatet pekar även på att barnets emotionella ätande i högre grad påverkas ju mer föräldern begränsar matintaget samt att ju mer övervakning av matintag föräldern utför desto högre risk att emotionellt ätande följer med barn upp till vuxen ålder (Barnhart, 2021).

Samtliga ovanstående faktorer har betydelse för Sveriges nationella folkhälsomål *det tidiga livets villkor* som beskriver att alla barn har rätt att få möjligheten att utveckla kognitiva, emotionella, sociala och fysiska förmågor genom att skapa jämlika uppväxtvillkor för alla barn och familjer där de får de förutsättningarna som krävs för att stöttas och stärkas till en god start i livet (Folkhälsomyndigheten, 2022c). För att kunna säkerställa det nationella folkhälsomålet *det tidiga livets villkor* är det av vikt att söka lösningar på den övervikts- och fetmaproblematik som finns bland barn och unga idag. Detta går även hand i hand med att sätta barnets främsta i fokus då målet är att skapa förutsättningar till en jämlik mödravård, jämlik barnhälsovård samt lika förutsättningar till att använda de metoder och medel som sätter barns hälsa i främsta i centrum (Folkhälsomyndigheten, 2022c).

5.1.3 Oklart om det finns skillnad mellan mödrar och fäder

Till sist indikerar flera artiklar i resultatet på att det kan finnas en skillnad mellan mödrars och fäders föräldrastil på vad som påverkar emotionellt ätande bland barn. En studie i resultatet beskriver att fäder som begränsar barns matintag på grund av oro för övervikt ökade emotionellt ätande bland barn mer än när mödrar begränsade barnets matintag. Samtliga artiklar betonar samtidigt att det krävs mer forskning inom detta område innan det går att fastställa en skillnad.

5.1.4 Teori

Helheten av resultatet kan kopplas till teorin om emotionell reglering utav Ross A Thompson (1994), det vill säga på vilket sätt negativa känslor uppmärksammas och hanteras av individen. De teman som kan kopplas till teorin är mat som belöning eller reglering för barnets temperament, föräldrarnas hantering av negativa känslor, moderns emotionella ätande samt moderns hantering av stress och negativa känslor. Alla dessa teman beskriver hur negativa känslor, såsom stress eller ångest, hanteras genom ett ökat matintag både för föräldern och barnet. Strein (2018) beskriver att negativa känslor som kontinuerligt behandlas via matintag är en form av emotionell dysreglering som används som hanteringsstrategi för att mildra situationen eller känslan. Kelly et al. (2016) är ett exempel på en modell med tre värderingssystem som kan agera som stöd för barn och unga vid förebyggande av emotionellt ätande och/eller överätande. Modellen bygger på att varje individ utvecklas genom en process av hur en situation uppfattas, värderas och hanteras likt den som förekommer i emotionella regleringsprocessen (Kelly et al., 2016). Första steget handlar om att identifiera och upptäcka

en känsla som uppstår i en situation där en viss uppfattning av känslan skapas, det andra steget handlar om att värdera känslan, exempelvis huruvida känslan är positiv eller negativ, behaglig eller obehaglig, det tredje och sista steget handlar om att reglera, det vill säga att gå till handling genom att fatta ett beslut om hur känslan ska hanteras. Det sista steget är inte en självklar del för alla individer, i synnerhet inte för barn och unga då det kräver en viss vägledning från vuxna vilket i sin tur sätter krav på att den vuxna ska kunna hantera dessa processer (Kelly et al., 2016).

Kelly et al. (2016) menar att då föräldrar beskriver en högre självrapporterad emotionell dysreglering förekommer det oftare ett högre kaloriintag samt högre BMI bland både föräldern och barnet. Föräldraupplevd stress är även förknippad med övervikt och fetma bland barn samt med ett ökat intag av snabbmatskonsumtion och minskad fysisk aktivitet (Baskind et al., 2019). Det är av vikt att förstå hur sociala kognitiva processer påverkar känslomässig reglering i samband med ätbeteende och att det i sin tur kan stödja utvecklingen av förebyggande och terapeutiska strategier för behandling av fetma (Tonelli & Siqueira-Rotenberg, 2021).

En god emotionell regleringsstrategi för unga kommer bland annat att resultera i mindre emotionellt ätande samt bättre strategier för att hantera negativa känslor i situationer där mat vanligtvis används som hanteringsstrategi. Förutom detta kan en god emotionell reglering bland unga även öka psykologiskt välbefinnande, bättre sömnkvalitet samt en hållbar viktminskning (Debeuf et al., 2020).

5.2 Metoddiskussion

5.2.1 Val av metod

Metodvalet utgick från syftet att undersöka föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga. Trovärdighet syftar till studiens giltighet med ett fokus på dess forskningsmetoder och design (Bryman, 2011). Under litteratursökningen användes tre olika databaser för att få en bredare variation av inom valt område samt för att den mest relevanta forskningen skulle täckas in i sökningarna. Genom att använda flera databaser ökar resultatets trovärdighet (Henricsson, 2017). Databaserna som användes var PubMed, PsycINFO och Cinahl där alla tre valdes utifrån att de presenterar en blandning av forskning och vetenskapliga artiklar inom hälso-vårdvetenskap, kognitiv neurovetenskap, psykologi, socialpsykologi och sociologi (Högskolebiblioteket i Skövde, 2020b). Svagheten med PubMed och Cinahl var att det gav ett relativt lågt sökresultat (77 samt 50), däremot hittades majoriteten av de valda artiklarna genom PubMed då dess innehåll var högst relevant till uppsatsens syfte. Fördelen med databasen PsykINFO var att den gav ett högt antal sökträffar (436), däremot svarade endast tre artiklar mot uppsatsens kriterier där föräldrastilar och barns emotionella ätande undersöktes. En fördel är att de tre artiklarna som valdes ut var högst relevanta för litteraturöversiktens syfte. För att ytterligare få fram den mest relevanta och senaste forskningen på området användes artiklar som inte var äldre än fem år. Eftersom forskning inom övervikt och fetma är ett brett ämne där forskning kontinuerligt undersöker olika vinklar på problemet kan nackdelen vara att viktig forskning inom spannet äldre än fem år inte kommit med.

De främsta metoder som använts i artiklarna är frågeformulär i syfte att hitta orsaker och samband mellan barn och föräldrarnas relation kopplat till mat och matningspraxis. Tre frågeformulär var återkommande i majoriteten av artiklarna som avsåg att mäta föräldrarnas matningspraxis, olika aspekter av barns aptitegenskaper, barns matbeteenden samt barns matundvikande beteenden (Stone et al., 2022b). Då frågeformulären är avancerade med detaljrika och djupgående frågor ökar det studiernas trovärdighet.

5.2.2 Söksträng

Flera söktestningar genomfördes där olika kombinationer av begrepp användes för att se vilken söksträng som gav flest relevanta resultat i databaserna. Slutligen valdes söksträngen "emotional eating" AND parent AND child*. Fördelen med att använda endast en söksträng är att sökningarna grundar sig på samma begrepp vilket kan ge ett mer enigt innehåll i artiklarna utefter det som efterfrågas. En fördel är att använda en Asterix (*) vid ett begrepp kan ordet böjas från där Asterix slutar, exempelvis child* som då även som böjas till children. En avgränsning som gjordes var att inte använda en Asterix vid begreppet parent, vilket skulle kunna ge artiklar som både innehåller parent styles, parent feeding och parental feeding, vilka alla är relevanta ord för syftet men avgränsningen behövdes göras då detta resulterade i över 75.000 antal sökträffar och skulle innebära ett för stort spann av artiklar att läsa genom med hänsyn till den begränsade tiden som fanns för litteraturöversikten.

5.2.3 Söktabell och resultat

En artikelöversikt skapades (bilaga 2) som möjliggjorde att på ett tydligt sätt visa den struktur som användes vid insamlad data (Bilaga 1). När artiklar valts ut och lästs igenom flera gånger skapades en artikelöversikt som kortfattat beskrev artiklarnas syfte, metod, urval och resultat. Denna artikelöversikt låg sedan som grund för analysen för denna uppsats. Tabellen agerade som ett stöd för att hitta gemensamma faktorer mellan artiklarna för att sedan kunna skapa teman och underteman baserat på artiklarnas resultat. Utifrån de teman som skapades formades resultatet och slutligen resultatdiskussionen. Genom tematisk analys kan forskare på ett systematiskt sätt klassificera data steg för steg där ämnen och mönster identifieras. Den tematiska analysen utgår från Braun och Clarkes (2018) struktur. Den var till ett stöd genom hela analysen då de ger tydliga förklaringar och exempel på hur analysen ska genomföras.

En tematisk analys används för att beskriva och sammanfatta vetenskaplig forskning, därav är tematiska analyser en beskrivande metod. Metoden kan lämpa sig väl om det överensstämmer med forskningens mål och syfte, det är samtidigt viktigt att komma ihåg att en välskriven och summeringsbaserad tematisk analys snarare är en tolkning som forskaren beskriver (Clarke & Braun, 2018). Fördelen med tematisk analys är att det är en flexibel metod som kan användas inom olika teoretiska ramar där dess potential ofta är underskattad. Tematisk analys måste vara underbyggd av en teori lika mycket som andra metoder, exempelvis grundad teori. Däremot är det forskaren som väljer ut teorierna inom tematisk analys och informerar om dess användning kopplat till analysen. Det vill säga att det är forskaren som väljer ut vilka teoretiska glasögon som ska användas i den tematiska analysen. Detta kan vara en nackdel vid

forskning inom psykologi då den tematiska analysens nackdelar sällan diskuteras inom vetenskaplig forskning (Clarke & Braun, 2018).

En annan svaghet inom tematisk analys är ifall resultatet misstolkas eller översätts fel från engelska till svenska. För att minska feltolkning och språkfel användes elektroniska ordböcker som översatte engelska begrepp och meningar.

5.2.4 Kvalitetsgranskning

Sju av de analyserade artiklarna använde sig av tvärsnittsstudier vilket granskades via Strobe, likadant med en av artiklarna som använde sig av en kohortstudie (Bilaga 2). En artikel använde sig av en longitudinell mixad metod vilket granskades via Equator. Styrkan i tvärsnittsstudier är att de ofta kan uppnå ett högt deltagarantal då frågeformulär kan vara online-baserade. Tvärsnittsstudier kan även ge en viss detaljrikedom då det är möjligt att använda sig av djupare detaljfrågor i frågeformulären (Forskningsstrategier, u.å). Tvärtom är styrkan med kohortstudier att samband och effekt kan beskådas under en längre tid (Bonita et al., 2010) och vid mixade metoder används olika infallsvinklar som kan belysa ett fenomen från olika håll (Forsberg och Wengström, 2013). För att minska bias (systematiska fel i resultatet) användes artikelöversikten och kvalitetsbedömningen (bilaga 2) kontinuerligt under hela uppsatsens utformning, speciellt då resultat och diskussion genomfördes.

Genom att litteraturöversikten i stora drag analyserade tvärsnittsstudier är det av vikt att påpeka att en tvärsnittsstudie undersöker ett fenomen vid ett specifikt tillfälle, där minnesbias kan uppstå bland deltagarna (begränsat minne om det som efterfrågas i frågeformulären). Nackdelen är att detta kan innebära att resultatet inte är generaliserbart för övrig befolkning. Däremot är det stora deltagarantalet i dessa studier en fördel då alla inkluderade artiklar som genomfördes via en tvärsnittsstudie tydde på samma resultat, vilken skulle kunna öka generaliserbarheten till övrig befolkning ifall längre studier utförs där samma resultat kan påvisas. Resultatet kan även bli mer generaliserbart ifall flera forskare kommer fram till samma slutsats. Bryman (2011) beskriver att trovärdighet inom kvantitativa metoder handlar om att det finns en intern validitet. Det vill säga att det finns ett samband mellan det som studeras och att det inte endast är ett skensamband. Trovärdighet i denna litteraturöversikt skulle i så fall innebära att föräldrastilen har ett samband med barnets emotionella ätande, om trovärdigheten skulle vara låg kan orsaken vara att något annat påverkar barnets emotionella ätande. Bryman (2011) nämner även att generaliserbarhet handlar om att det finns en extern validitet. Det vill säga om resultatet kan generaliseras till resterande av befolkning.

För att stärka litteraturöversiktens tillförlitlighet kontrollerades samtliga inkluderade artiklar i databasen Ulrichsweb vilket är en databas som genomför kontroller av tidskrifter och publicerade vetenskapliga artiklar för att försäkra att de använder sig av en peer review process (Högskolebiblioteket i Skövde, 2020). Alla artiklar som inkluderades var peer reviewed i Ulrichsweb. För att ytterligare stärka litteraturöversiktens tillförlitlighet kontaktade författaren sin handledare på högskolan i Skövde för att stämma av kring huruvida temaanalysen utförts samt om handledaren kom fram till samma teman och underteman.

5.2.5 Etiska aspekter

Samtliga utvalda artiklar i denna litteraturstudie har tagit ställning till etiska överväganden genom att studierna genomgått granskning av en eller flera etikkommittéer. Artiklarna belyser samtidigt både styrkor och svagheter kring studiens innehåll. Artiklarna innehåller välskrivna information om studiens studiepopulation, metod, syfte och ursprung, och samtliga artiklar är peer reviewed (Bilaga 2). En aspekt som är bra att känna till vid litteraturöversikter är att intressekonflikter och brist på representation kan uppstå ifall författarna har ett specifikt intresse eller ett specifikt perspektiv av resultatet och därav inte är helt fria från att vara objektiva (Suri, 2020). Med det sagt, redovisning av artiklarna har genomförts så objektivt som möjligt och beskrivits utan att en viss vinkel av resultatet har framhävts medvetet. Samtidigt har överväganden gjorts utifrån studiens syfte, där en nyanserad helhetsbild av de faktorer som kan öka emotionellt ätande bland barn och unga inte varit möjlig, utan där fokus endast har legat på föräldrastilar som kan orsaka emotionellt ätande bland barn och unga.

5.3 Slutsats

Intensionen med denna litteraturöversikt har varit att ge en nyanserad bild av de faktorer som kan vara bidragande till uppkomsten av övervikt och fetma bland barn och unga. Resultatet beskriver hur vissa föräldrastilar kan öka emotionellt ätande bland barn, varav några av föräldrastilarna handlar om att negativa känslor som stress och ångest hanteras genom att äta mat eller sötsaker för att på så sätt mildra den negativa känslan, både hos föräldern och barnet. Emotionellt ätande bland barn har i sin tur visat sig ha ett samband med uppkomsten av övervikt och fetma vilket även riskerar följa med till vuxen ålder (Barnhart, 2021). Hittills har förebyggande av barnfetma fokuserat på interventioner som ökar fysisk aktivitet och hälsosamma matvanor, trots det fortsätter barnfetma att öka (Weihrauch-Blüher & Wiegand, 2018). Det är därför av stor vikt att undersöka alla de faktorer som kan påverka uppkomsten av övervikt och fetma i tidig ålder, och att förstå hur sociala kognitiva processer påverkar känslomässig reglering och ätbeteende kan vara ett stöd för utvecklingen av förebyggande och terapeutiska strategier (Tonelli & Siqueira-Rotenberg, 2021).

TACKORD

Jag vill framföra ett särskilt tack till min handledare Karin Flodin för det engagemang hon lagt ner på att handleda mig in i det sista under detta examensarbete, vilket hon har gjort med både konstruktiv kritik och utvecklande idéer som har drivet på ett ökat lärande för mig som elev och för examensarbetets utformning.

Uppsala

Maj 2022

Katarina Eriksson

6 REFERENSER

* originalartiklar som ligger till grund för litteraturöversikten

*Barnhart, W.R., Braden, A.L., & Dai, L.A. (2021). *Emotion Regulation Difficulties Strengthen Relationships Between Perceived Parental Feeding Practices and Emotional Eating: Findings from a Cross-Sectional Study*. *International Journal of Behavioral Medicine*, Volym 28, s. 647–663. DOI: [10.1007/s12529-021-09959-z](https://doi.org/10.1007/s12529-021-09959-z)

Baskind, M.J., Taveras, E.M., Gerber, M.W., Fiechtner, L., Horan, C., & Sharifi, M. (2019). *Parent-Perceived Stress and Its Association With Children's Weight and Obesity-Related Behaviors*. *Centers for Disease Control and Prevention*. DOI: <http://dx.doi.org/10.5888/pcd16.180368>

Braun, V. & Clarke, V. (2006). *Using Thematic Analysis in Psychology*. *Journal of Qualitative Research in Psychology*, 3, 77-101

Bonita, R., Beaglehole, R. & Kjellström, T. (2010). *Grundläggande epidemiologi (2:a uppl.) Studentlitteratur*.

Bryman, A. (2011). *Samhällsvetenskapliga metoder*. Liber. ISBN 9789147090686

Cancerfonden. (u.å,b). *Hälsosamma matvanor minskar risken för cancer*. Hämtad 23 november, 2021, från [Hälsosamma matvanor minskar risken för cancer | Cancerfonden](#)

Clarke, V., & Braun, V. (2018). *Using thematic analysis in counselling and psychotherapy research: A critical reflection*. *Counselling and Psychotherapy Research*. Volym 18, s. 107–110. doi: [10.1002/capr.12165](https://doi.org/10.1002/capr.12165)

Czepczor-Bernat, A., & Brytek-Matera, K. (2020). *The impact of food-related behaviours and emotional functioning on body mass index in an adult sample*. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*. Volym 26, s. 323–329. Doi: [10.1007/s40519-020-00853-3](https://doi.org/10.1007/s40519-020-00853-3)

Debeuf, T., Verbeken, S., Boelens, E., Volkaert, B., Malderen, E.V., Michels, N., & Braet, C. (2020). *Emotion regulation training in the treatment of obesity in young adolescents: protocol for a randomized controlled trial*. *Trials* 21, artikelnummer 153. Doi.org/[10.1186/s13063-019-4020-1](https://doi.org/10.1186/s13063-019-4020-1)

Dingemans, A., Danner, U., & Parks, M. (2017). *Emotion Regulation in Binge Eating Disorder: A Review*. *Nutrients*, volym 9, nummer 1274. Doi: [10.3390/nu9111274](https://doi.org/10.3390/nu9111274)

EU Action Plan on Childhood Obesity. (2014). *EU Action Plan on Childhood Obesity 2014-2020*. Tillgänglig: [untitled \(europa.eu\)](#)

Extremera, N., Quintana-Orts, C., Sánchez-Àlvarez, N., & Rey, L. (2019). *The Role of Cognitive Emotion Regulation Strategies on Problematic Smartphone Use: Comparison between Problematic and Non-Problematic Adolescent Users*. *Environmental Research and Public Health*. Volym 16: 3142. doi: [10.3390/ijerph16173142](https://doi.org/10.3390/ijerph16173142)

Fiechtner, L. Fonte, M.L., Castro, I. Geber, M. Horan, C. Sharifi, M. Cena, H & Teveras, E.M. (2018). *Determinants of Binge eating Symptoms in Children with Overweight/Obesity*. *Childhood Obesity*. Volym 14, s. 510–517. doi: [10.1089/chi.2017.0311](https://doi.org/10.1089/chi.2017.0311)

Forsberg, C & Wengström, Y. (2013). Att göra systematiska litteraturstudier. Värdering, analys och presentation av omvårdnadsforskning. (3:e uppl.) Natur & Kultur.

Forskningsstrategier. (u.å). *Tvårsnittsstudier*. Hämtad 11 maj, 2022, från [Tvårsnittsstudier – Forskningsstrategier \(wordpress.com\)](https://www.forskningsstrategier.com)

Equator. (u.å.a). *About us*. Hämtad 29 april, 2022, från [About us | The EQUATOR Network \(equator-network.org\)](https://equator-network.org)

Equator. (u.å.b). HOME. Reporting guidelines for main study types. Hämtad 12 maj, 2022, från [The EQUATOR Network | Enhancing the QUALity and Transparency Of Health Research \(equator-network.org\)](https://equator-network.org)

Folkhälsomyndigheten. (2021a). *Vad är en folksjukdom?* Hämtad 3 november, 2021, från [Vad är en folksjukdom? – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2021b). *Övervikt och fetma*. Hämtad 3 november, 2021, från, [Statistik om övervikt och fetma – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2022a). *Övervikt och fetma*. Hämtad 15 april, 2022, från [Övervikt och fetma – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2022b). *Insatser för att bromsa ökningen av övervikt och fetma hos barn*. Hämtad 10 april, 2022, från [Insatser för att bromsa ökningen av övervikt och fetma hos barn – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2022c). *Nationella folkhälsomål och målområden*. Hämtad 15 april, 2022, från [Nationella folkhälsomål och målområden – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2022d). *Vad är folkhälsa, jämlik hälsa och folkhälsoarbete?* Hämtad 11 maj, 2022, från [Vad är folkhälsa, jämlik hälsa och folkhälsoarbete? – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2022e). *Statistik Psykisk ohälsa*. Hämtad 12 maj, 2022, från [Statistik psykisk hälsa – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Folkhälsomyndigheten. (2022f). Mat – rekommendationer. Hämtad 13 maj, 2022, från [Mat – rekommendationer – Folkhälsomyndigheten \(folkhalsomyndigheten.se\)](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Fruh, S., Williams, S., Heyes, K., Hauff, C., Hudson, G.M., Sittig, S., Graves, R.J., Hall, H., & Barinas, J. (2021). A practical approach to obesity prevention: Healthy home habits. *J Am Assoc Nurse Pract.* Volym 33, s. 1055-1065. doi: [10.1097/JXX.0000000000000556](https://doi.org/10.1097/JXX.0000000000000556)

*Gebru, N.W., Gebreyesus, S.H., Yirgu, R., Habtemariam, E., & Abebe, D.S. (2021). *The relationship between caregivers' feeding practices and children's eating behaviors among preschool children in Ethiopia.* *Appetite*, Volym 157. DOI: 10.1016/j.appet.2020.104992

Glabska, D., Guzek, D., Groele, B., & Gutkowska, K. (2020). Fruits and Vegetables Intake and Mental Health in Adults: A Systematic Review. *Nutrients*, volym 1:115. doi: [10.3390/nu12010115](https://doi.org/10.3390/nu12010115).

Globala målen. (2021, 13 september). *Mål 3: God hälsa och välbefinnande.* Hämtad 01 december, 2021, från [Mål 3: God hälsa och välbefinnande - Globala målen \(globalamalen.se\)](https://www.globalamalen.se)

Goldin, P.R., & Gross, J.J. (2014). *Emotion-regulation Strategy.* *Social Anxiety (Third Edition).* Hämtad 9 maj, 2022, från [Emotion-Regulation Strategy - an overview | ScienceDirect Topics](https://www.sciencedirect.com/topics/psychology/emotion-regulation-strategy)

*Gouveia, M.J., Canavarro, M.C., & Moreira, H. (2018). *Is Mindful Parenting Associated With Adolescent's Emotional Eating? The Mediating Role of Adolescent's Self-Compassion and Body Shame.* *Frontiers in Psychology*, Volym 9. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02004

Hemmingsson, E. (2018). *Early Childhood Obesity Factors: Socioeconomic Adversity, Family Dysfunction, Offspring Distress and Junk Food Self Medication.* *Current Obesity Reports.* Volym 7. S. 204-209. doi: [10.1007/s13679-018-0310-2](https://doi.org/10.1007/s13679-018-0310-2)

Henricsson, M. (2017). *Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom omvårdnad [Scientific theory and method: from idea to examination in nursing].* (2nd ed.). Studentlitteratur AB

Herle, M., Fildes, A., & Llewellyn, C.H. (2018). *Emotional eating is learned not inherited in children, regardless of obesity risk.* *Pediatric Obesity*, volym 13, s. 628–631. doi: [10.1111/ijpo.12428](https://doi.org/10.1111/ijpo.12428)

Högskolebiblioteket i Skövde. (2020a). *Biblioteket – Värdera material.* Hämtad 20 april, 2022, från [Biblioteket – Värdera material - Högskolan i Skövde \(his.se\)](https://www.his.se)

IHE rapport. (2015). *IHE Rapport 2015:1.* Hämtad 20 november, 2021, från, [IHE Rapport 2015:1](https://www.ihe.se)

Högskolebiblioteket i Skövde. (2020b). *Databaser – Högskolan i Skövde.* Hämtad 13 maj, 2022, från [Biblioteket – Databaser - Högskolan i Skövde \(his.se\)](https://www.his.se)

Institutet för Hälso- och sjukvårdsekonomi. (2018). *Kostnader för fetma i Sverige idag och år 2030*. (2018:3). Lund: IHE

Jansen, E., Thapaliya, G., Aghababian, A., Sadler, J., Smith, K., & Carnell, S. (2021). *Parental stress, food parenting practices and child snack intake during the COVID-19 pandemic*. *Appetite* 116. Doi: 10.1016/j.appet.2021.105119

Johnson, D.W., & Johnson, R.T. (2015). *Social Cognitive Theory*. International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences (Second Edition). Hämtad 9 maj, 2022, från [Social Cognitive Theory - an overview | ScienceDirect Topics](#)

Karolinska Institutet. (2019). *Skriva referenser*. Hämtad 15 april, 2022, från [Skriva referenser | Karolinska Institutet Universitetsbiblioteket \(ki.se\)](#)

Karolinska institutet. (2021). *Barnfetma: "Det finns inte en rätt metod"*. Hämtad 10 april, 2022, från [Barnfetma: "Det finns inte en rätt metod" | Karolinska Institutet \(ki.se\)](#)

Karolinska institutet. (2022a). *Fetma – en kamp mot oss själva*. Hämtad 10 april, 2022, från [Fetma – en kamp mot oss själva | Karolinska Institutet \(ki.se\)](#)

Karolinska institutet. (2022b). Systematisk litteraturoversikt som examensarbete. Hämtad 11 maj, 2022, från [Systematisk litteraturoversikt som examensarbete | Karolinska Institutet Universitetsbiblioteket \(ki.se\)](#)

Kelly, N.R., Tanovsky-Kraff, M., Vannucci, A., Ranzenhofer, L.M., Altschul, A.M., Schvey, N.A., Shank, L.M., Brady, S.M., Galescu, O., Kozlosky, M., Yanovski, S., & Yanovski, A. (2016). Emotion Dysregulation and Loss-of-Control Eating in Children and Adolescents. *Health Psychol.* Volym 35, s. 1110–1119. doi: [10.1037/hea0000389](https://doi.org/10.1037/hea0000389)

*Kidwell, K.M., Nelson, T.D., Nelson, J.M., & Espy, K.A. (2017). *A Longitudinal Study of Maternal and Child Internalizing Symptoms Predicting Early Adolescent Emotional Eating*. *Journal of Pediatric Psychology*. Volume 42, upplaga 4, s. 445–456. DOI: 10.1093/jpepsy/jsw085

LaMorte, W.W. (2019). *The Social Cognitive Theory*. Boston University School of Public Health. Hämtad 9 maj, 2022, från [The Social Cognitive Theory \(bu.edu\)](#)

Lindberg, L., Danielsson, P., Persson, M., Marcus, C., & Hagman, E. (2020). *Association of childhood obesity with risk of early all-cause and cause-specific mortality: A Swedish prospective cohort study*. doi.org/10.1371/journal.pmed.1003078

Livsmedelsverket (2016). *Socioekonomiska skillnader i matvanor i Sverige*. Rapport 9-2016. Hämtad från: [Socioekonomiska skillnader i matvanor i Sverige \(livsmedelsverket.se\)](#)

Lopez-Garrido, G. (2020). *Self-Efficacy theory*. Simply Psychology. Hämtad 9 maj, 2022, från [Self-Efficacy Theory | Simply Psychology](#)

Läkartidningen. (2017). Övervikt och fetma bakom fyra miljoner dödsfall. Hämtad 30 maj, 2022, från [Övervikt och fetma bakom fyra miljoner dödsfall \(lakartidningen.se\)](https://www.lakartidningen.se)

Malterud, K. (2012). *Systematic text condensation: A strategy for qualitative analysis*. Scandinavian Journal of Public Health. Volym 40: s. 795–805. doi: 10.1177/1403494812465030

meSH. (u.å). Catastrophization. Hämtad 10 maj, 2022, från [Katastrofiering | Svensk MeSH \(ki.se\)](https://ki.se)

Olsen, E.M., Koch, S.V., Skovgaard, A.M., & Strandberg-Larsen, K. (2021). *Self-reported symptoms of binge-eating disorder among adolescents in a community-based Danish cohort—A study of prevalence, correlates, and impact*. International Journal of Eating Disorders. Volym 54, s. 492-505. Doi: [10.1002/eat.23458](https://doi.org/10.1002/eat.23458)

*Powell, E.M., Frankel, L., & Hernandez, D.C. (2017). *The mediating role of child self-regulation of eating in the relationship between parental use of food as a reward and child emotional overeating*. (2017). Appetite, Volym 113. DOI: 10.1016/j.appet.2017.02.017

Reichenberger, J., Schnepfer, R., Arend, A.K., & Blechert, J. (2020). *Emotional eating in healthy individuals and patients with an eating disorder: evidence from psychometric, experimental, and naturalistic studies*. The proceedings of the nutrition society. Volym 79, s. 290–299. doi: [10.1017/S0029665120007004](https://doi.org/10.1017/S0029665120007004)

Riksdagen. (2019). *Barnfetma*. Hämtad 10 maj, 2022, från [Barnfetma Svar på skriftlig fråga 2019/20:372 Socialminister Lena Hallengren \(S\) - Riksdagen](https://www.riksdagen.se)

Riksdagen. (2021). *Barnfetma*. Hämtad 10 april, 2021, från [2020/21:892 Barnfetma \(riksdagen.se\)](https://www.riksdagen.se)

Saltzman, J.A., Pineres-Leano, M., Lichty, J.M., Bost, K.K., & Fiese, B.H. (2016). Eating, feeding and feeling: emotional Responsiveness mediates longitudinal association between maternal binge eating, feeding practices and child weight. International Journal of Behaviour Nutrition and Physical Activity. Volym 13, s. 89. doi: [10.1186/s12966-016-0415-5](https://doi.org/10.1186/s12966-016-0415-5)

Shriver, L., Dollar, J.M., Calkins, S.D., Keane, S.P., Shanhan, L., & Wideman, L. (2020). *Emotional Eating in Adolescence: Effects of Emotion Regulation, Weight Status and Negative Body Image*. Nutrients. Volym 13, nummer 79. Doi: 10.3390/nu13010079.

Smith, J., Fu, E., & Kobayashi, M. (2020). *Prevention and Management of Childhood Obesity and its Psychological and Health Comorbidities*. Annu Rec Clinical Psychology. Volym 7. S. 351-378. Doi: [10.1146/annurev-clinpsy-100219-060201](https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-100219-060201)

Sonneby-Borgström, M. (2012). Affekter affektiv kommunikation och anknytningsmönster: ett bio-psyko-socialt perspektiv. Studentlitteratur AB. ISBN: 9789144074429

Socialstyrelsen. (2021). Internationell klassifikation av sjukdomar (ICD-11). Hämtad 11 maj, 2022, från [Internationell klassifikation av sjukdomar \(ICD-11\) - Socialstyrelsen](https://www.socialstyrelsen.se)

*Stone, R.A., Haycraft, E., Blissett, J., & Farrow, C. (2022b). *Predicting preschool children's emotional eating: the role of parents emotional eating, feeding practices and child temperament*. (2022). *Maternal and Child Nutrition*. DOI: 10.1111/mcn.13341

*Stone, R.A., Haycraft, E., Blissett, J., & Farrow, C. (2022a). *Preschool-Aged Children's Food Approach Tendencies Interact with Food Parenting Practices and Maternal Emotional Eating to Predict Children's Emotional Eating in a Cross-Sectional Analysis*. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*. DOI: 10.1016/j.jand.2022.02.001

Strein, T. (2018). *Causes of Emotional Eating and Matched Treatment of Obesity*. *Current Diabetes Reports*. Volym 18, s. 35. doi: [10.1007/s11892-018-1000-x](https://doi.org/10.1007/s11892-018-1000-x)

Svensk Farmaci. (2020, 5 mars). *Kostnaden för cancerläkemedel ökar snabbt*. Hämtad 8 december, 2021, från [Kostnaden för cancerläkemedel ökar snabbt – Svensk Farmaci](#)

Strobe. (2022). *What is Strobe?* Hämtad 6 maj, 2022, från [STROBE - Strengthening the reporting of observational studies in epidemiology \(strobe-statement.org\)](#)

Suri, H. 2020. *Ethical considerations of conducting systematic reviews in educational research*. In O. Zawacki-Richter, M. Kerres, S. Bedenlier, M. Bond, and K. Buntins (ed.). *Systematic reviews in educational research*. (p. 41-54). Springer VS. https://doi.org/10.1007/978-3-658-27602-7_3

Tonelli, H., & Siqueira-Rotenberg, L. (2021). *Emotion perception and theory of mind in obesity: a systematic review on the impact of social cognitive deficits on dysfunctional eating behaviors*. *Surgery for Obesity and Related Diseases*. Volym 3, avsnitt 3, s. 618-629. Doi: 10.1016/j.soard.2020.10.016

Valero-García, A.V., Olmos-Soria, M., Madrid-Garrido, J., Martínez-Hernández, I., & Haycraft, E. (2021). *The Role of Regulation and Emotional Eating Behavior in the Early Development of Obesity*. *Environmental Research and Public Health*. Volym 18, s. 11884. doi: [10.3390/ijerph182211884](https://doi.org/10.3390/ijerph182211884)

Vandewalle, J., Mabbe, E., Debeuf, T., Braet, C., & Moens, E. (2017). *The Daily Relation between Parental Rejection and Emotional Eating in Youngsters: A Diary Study*. *Frontiers in Psychology*. Volym 8, s. 691. doi: [10.3389/fpsyg.2017.00691](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00691)

*Vollmer, L.R. (2021). *The relationship between parental food parenting practices & child eating behavior: A comparison of mothers and fathers*. *Appetite*, Volym 162. DOI: 10.1016/j.appet.2021.105193

Universitetsbiblioteket Karolinska Institutet. (2022). *Är artikeln peer reviewed?* Hämtad 29 april, 2022, från [Är artikeln peer reviewed? | Karolinska Institutet Universitetsbiblioteket \(ki.se\)](#)

Veryoort, L., Naets, T., Guchteneere, A., Tanghe, A., & Braet, C. (2020). Using confidence interval-based estimation of relevance to explore bottom-up and top-down determinants of

problematic eating behavior in children and adolescents with obesity a dual pathway perspective. *Appetite*. Volym 150,104676. doi.org/10.1016/j.appet.2020.104676

Vetenskapsrådet. (2017). God forskningssed. Tillgänglig: [God forskningssed \(vr.se\)](https://www.godforskningssed.vr.se)

Vetenskapsrådet. (2021). Forskningsetiska principer. Hämtad 15 april, 2022, från [Etik i forskningen - Vetenskapsrådet \(vr.se\)](https://www.godforskningssed.vr.se)

Weihrauch-Blüher, S., & Wiegand, S. (2018). Risk Factors and Implications of Childhood Obesity. *Current Obesity Reports*. Volym 7, s. 254–259. Doi: [10.1007/s13679-018-0320-0](https://doi.org/10.1007/s13679-018-0320-0)

WHO. (2020). *Cardiovascular diseases*. Hämtad 22 november, 2021, från, [Cardiovascular diseases \(who.int\)](https://www.who.int)

WHO. (2021). *Obesity and overweight*. Hämtad 9 april, 2022, från [Obesity and overweight \(who.int\)](https://www.who.int)

WHO. (2022). Noncommunicable diseases: Childhood overweight and obesity. Hämtad 10 april, 2022, från [Noncommunicable diseases: Childhood overweight and obesity \(who.int\)](https://www.who.int)

Wu, X.W., Yin, W.Q., Sun, H.W., Yang, S.X., Li, X.Y., & Liu, H.Q. (2019). *The association between disordered eating and health-related quality of life among children and adolescents: A systematic review of population-based studies*. PLOS ONE. Volym 14. Doi: [10.1371/journal.pone.0222777](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0222777)

Young Lee, E., & Yoon, K-H. (2018). *Epidemic obesity in children and adolescents: risk factors and prevention*. *Frontiers of Medicine*. Volym 12, s. 658–666. Doi: [10.1007/s11684-018-0640-1](https://doi.org/10.1007/s11684-018-0640-1)

*Zarychta, K., Kulis, E., Gan, Y., Chan, K.Y, C., Horodyska, K., & Luszezynska, A. (2019). *Why are you eating, mom? Maternal emotional, restrained, and external eating explaining children's eating styles*. *Appetite*, Volym 141. DOI: [10.1016/j.appet.2019.104335](https://doi.org/10.1016/j.appet.2019.104335)

Zeigler-Hill, V., & Shackelford, T.K. (2017). *Thompson, Ross A. Encyclopedia of Personality and Individual Differences*. Doi: https://doi.org/10.1007/978-3-319-28099-8_1021-1

Ätstörning.se. (2017). Emotionsreglering, självbild och ätstörningssymptom. Hämtad 9 maj, 2022, från [Emotionsreglering, självbild och ätstörningssymptom | KÄTS \(atstorning.se\)](https://www.atstorning.se)

1177 Vårdguiden. (2022). *Övervikt och fetma hos barn*. Hämtad 4 april, 2020, från [Övervikt och fetma hos barn - 1177 Vårdguiden](https://www.1177.se)

7 Bilagor

Bilaga 1 Söktabell

Datum för sökning	Databas	Söktermer	Exklusions-och inklusions kriterier	Antal träffar	Antal lästa abstrakt	Antal lästa artiklar	Antal inkludera de artiklar
20 april, 2022	PubMed	"emotional eating" AND parent AND child*	Exklusionskriterier: Översiktsartiklar, artiklar riktade mot spädbarn (0-2 år), barn med diagnoser, föräldrar och/eller barn med ätstörningar , artiklar äldre än fem år. Inklusionskriterier: Originalartiklar, skrivna på engelska, gäller barn mellan 3-18 år, peer reviewed, undersöker föräldrastilar och barns emotionella ätande, max 5 år gamla artiklar.	77	22	9	5

3 maj, 2022	Cinahl	"emotional eating" AND parent AND child*	<p>Exklusionskriterier: Översiktsartiklar, artiklar riktade mot spädbarn (0-2 år), barn med diagnoser, föräldrar och/eller barn med ätstörningar, artiklar äldre än fem år.</p> <p>Inklusionskriterier: Originalartiklar, skrivna på engelska, gäller barn mellan 3-18 år, peer reviewed, undersöker föräldrastilar och barns emotionella ätande, max 5 år gamla artiklar.</p>	50	10	2	1
3 maj, 2022	PsycINFO	"emotional eating" AND parent AND child*	<p>Exklusionskriterier: Översiktsartiklar, artiklar riktade mot spädbarn (0-2 år), barn med diagnoser, föräldrar och/eller barn med ätstörningar, artiklar äldre än fem år.</p>	436	16	5	3

			Inklusions kriterier: Originalarti klar, skrivna på engelska, gäller barn mellan 3-18 år, peer reviewed, undersöker föräldrastila r och barns emotionella ätande, max 5 år gamla artiklar.				
--	--	--	---	--	--	--	--

Bilaga 2 Artikelöversikt och kvalitetsbedömning

Referens	Metod & design	Syfte	Land & urval	Resultat	Styrkor	Svagheter
<p>Stone et al. (2022b). Predicting preschool children's emotional eating: the role of parents emotional eating, feeding practices and child temperament. DOI: 10.1111/mcn.13341</p>	<p>Tvärsnittsstudie, online enkäter som svarar på föräldrars matningspraxis, föräldrarnas emotionella ätande, barns emotionella ätande samt barnens temperament, rekrytering via sociala medier</p>	<p>Att undersöka om förhållandet mellan föräldrarnas matningspraxis påverkar barns emotionella ätande och huruvida omfattningen av det påverkas av barnets temperament</p>	<p>Storbritannien, 244 mödrar till barn i åldrarna 3-5 år</p>	<p>Mödrars emotionella ätande ökade barnets emotionella ätande. Emotionellt ätande bland barn ökade även då mödrar gav mat/godis i belöning eller för att mildra barnets temperament</p>	<p>IMRaD, Studien godkändes av Aston Universitys etikkommitté för hälsa och biovetenskap och alla deltagare gav informerat samtycke. Alla steg i studien genomfördes i enlighet med Helsingforsdeklaration n. 4 olika enkätformulär användes för att bredda studiefrågans perspektiv. Många deltagare.</p>	<p>Endast mödrar medverkade i studien utav föräldrarna där båda föräldrarnas matningspraxis inte undersöks, tvärsnittstudiers generaliserbarhet är begränsade, risk för minnesbias.</p>
<p>Stone et al. (2022a). Preschool-Aged Children's Food Approach Tendencies Interact with Food Parenting Practices and Maternal Emotional Eating to Predict Children's Emotional Eating in a Cross-Sectional Analysis. DOI: 10.1016/j.jand.2022.02.001</p>	<p>Tvärsnittsstudie, online enkäter via sociala medieplattformar som Facebook föräldragrupper, Twitter, hemsidor som NetMums och Momsnet.</p>	<p>Att undersöka huruvida tidigare identifierade förhållandet mellan moderns EE och barns EE via moderns användning av mat som belöning, mat för känsloreglering eller begränsning av mat av hälsoskäl.</p>	<p>Storbritannien, 185 mödrar till barn mellan åldrarna 3-5 år.</p>	<p>Mödrar som var restriktiva med sin kost ökade emotionellt ätande bland barn. Ju mer EE hos modern desto mer EE hos barnet. Mödrar som i högre grad använde EE hade samtidigt en återhållsam kosthållning vilket ökade barnens EE för de barn som hade</p>	<p>IMRaD, Studien var godkänd av Aston University's Health and Life Sciences Etikommitté. Alla förfaranden genomfördes i enlighet med Helsingforsdeklaration n. 4 olika enkätformulär användes för att bredda</p>	<p>Endast mödrar medverkade i studien där båda föräldrarnas matningspraxis inte undersöks, endast en nationalitet undersöktes, tvärsnittstudiers generaliserbarhet är begränsade, risk för minnesbias. Studien identifierar</p>

				god/medelhög aptit.	studiefrågans perspektiv. Relativt många deltagare.	<p>statistiskt signifikanta modeller, men betakoefficientvärdena</p> <p>var små och tillförlitlighet enligt koefficient alfa</p> <p>av vissa underskalor i frågeformuläret för CFPQ var inte optimal. Fler faktorer kan påverka barns EE och bredare studier behövs.</p>
<p>Gebru et al. (2021). The relationship between caregivers' feeding practices and children's eating behaviors among preschool children in Ethiopia. DOI: 10.1016/j.appet.2020.104992</p>	<p>Tvärsnittsstudie, frågeformulär för barns ätbeteende och frågeformulär för barns matning användes för att mäta ätbeteende respektive vårdgivares matningspraxis.</p>	<p>Studien syftar till att undersöka sambandet mellan vårdgivares matningspraxis och ätbeteenden bland förskolebarn i Addis Abeba.</p>	<p>Etiopien, 542 vårdnadshavare till barn mellan 3-6 år.</p>	<p>Barn vars vårdgivare använde en restriktiv matningsmetod tenderade mer till att emotionellt överäta, njuta mer av mat och responderade på mat mer ofta. Medan barn vars vårdgivare pressade barn att äta var barnen mer kräsna för mat, uppgav mättnad tidigt och åtlångsammar.</p>	<p>IMRaD, multipla provtagnings tekniker användes för att urvalet ska bli så representativt som möjligt. Studieproverna rekryterades efter att ha fått tillstånd från Addis Abeba City Administration Education Bureau och från Förskolorna. Alla vårdnadshavare gav skriftligt informerat samtycke. Studien godkändes etiskt av</p>	<p>Tvärsnittsstudiernas generaliserbarhet är begränsad, tvärsnittsstudier belyser inte orsakssamband, frågeformulären är självrapporterade och det finns risk för minnesbias, observationsstudier kan behövas för att undersöka barns EE, vårdnadshavares egna oro för barnets matning kan skapa bias i självrapportering, pga. undernäring i landet kan vårdnadshavare ha svårt att skilja mellan emotionellt</p>

					<p>Institutionell a gransknings nämnden</p> <p>på Folkhälsö högskolan.</p> <p>Alla frågeformulär</p> <p>översattes till det lokala amerikanska språket. Frågeformulären testades först via två fokusgrupps diskussioner med 20 vårdgivare för att</p> <p>säkerställa förståelsheten av frågorna. 3 olika enkätformulär användes för att bredda studiefrågans perspektiv. Många deltagare.</p>	ätande och att fylla sitt biologiska behov med stor aptit.
<p>Barnhart, Braden & Dai (2021). Emotion Regulation Difficulties Strengthen Relationships Between Perceived Parental Feeding Practices and Emotional Eating: Findings from a Cross-Sectional Study. DOI: 10.1007/s12529-021-09959-z</p>	<p>Tvårsnittsstudie, onlinebaserat frågeformulär kring vuxnas upplevda positiva och negativa matningsmetoder och känsloreglerings svårigheter. De känslor som undersöktes var ilska, ångest, depression, uttråkning,</p>	<p>Upplevda föräldramatningsmetoder och känsloreglering undersöktes som korrelationer mellan negativa och positiva</p> <p>EE i vuxen ålder.</p>	<p>USA, 258 vuxna, varav 127 män och 130 kvinnor.</p>	<p>Högre föräldrakontroll med övervakning och begränsning av mat gav mer ohälsosamt ätbeteende bland barn, press till att äta mat var mer förknippad med emotionellt ätande i samband med ångest/ilska samt när svårigheter</p>	<p>IMRaD, studien godkändes av universitetets institution</p> <p>Granskningsnämnden föredatainsamlingen annonserades på</p> <p>MTurks TurkPrime-förlängning, Analyserna startades</p>	<p>Tvårsnittstudiers generaliserbarhet är begränsade, risk för minnesbias, de förlitade sig på retroaktiv återkallelse av föräldramatningsmetoder som kan äventyra resultatens giltighet. Det kan</p> <p>vara så att vuxna som engagerar sig</p>

				<p>för känslereglering var hög. Föräldrarnas begränsning kring mat och press till mat var förknippat med emotionellt ätande och utträkning samt när känsleregleringen upplevdes svår. Emotionellt ätande vid depression hittades inte.</p>	<p>med 5000 replikeringar</p> <p>för att beräkna 95% konfidensintervall och standardfel.</p> <p>Tre modereringsanalyser beräknades för varje utfall</p> <p>Variabel,</p> <p>4 olika frågeformulär används för att bredda studiefrågans perspektiv,</p>	<p>i EE har partiskt minne</p> <p>av föräldrarnas matningsmetoder. Orsakssamband mellan</p> <p>studievariabler kan inte göras. Experimentella paradigmer kan vara användbara för att urskilja den kausala rollen hos dessa psykosociala</p> <p>korrelerar på EE. De aktuella resultaten undersökte</p> <p>positiv EE mer allmänt och det kan vara så att unika</p> <p>resultat kan uppstå över specifika aspekter av positiv EE</p> <p>som observerats med negativ EE. medan</p> <p>den föreliggande studien fångade en mångsidig online-gemenskap</p> <p>prov.</p>
--	--	--	--	--	--	---

						<p>Deltagarnas demografi var till stor del västerländsk, utbildad, industrialiserad, rik och demokratisk.</p> <p>Varje deltagare tjänade \$ 1.25 för att slutföra undersökningen.</p>
<p>Kidwell et al. (2017). A longitudinal Study of Maternal and Child Internalizing Symptoms Predicting Early Adolescent Emotional Eating. DOI: 10.1093/jpepsy/jsw085</p>	<p>Kohort-sekventiell studie som sträckte sig från förskola till tidig ungdom.</p> <p>När barnen var 5,25 år genomförde deras mammor betyg på sina egna internaliserande symptom (under denna tid slutförde mödrar betyg av sin egen psykiska hälsfunktion, demografisk information och en bakgrundsintervju med frågor om graviditet, hemmiljö, dagliga rutiner och cigarettrökning).</p> <p>Under våren i 4:e klass slutförde barnens åtgärder för att internalisera symptom. I början av</p>	<p>Att undersöka moderns och barnets internaliserande symptom som predikerar för ungdomars tidiga emotionella ätande i en longitudinell ram som spänner över tre kritiska utvecklingsperioder</p> <p>(förskola, grundskola och tidig ungdom).</p>	<p>USA. 170 barn i åldern 5.25 år upp till ungdom .</p>	<p>När moderns symptom på ångest, somatiska besvär eller nödsituation ökade så ökade barnens emotionella ätande. Däremot om modern inte hade symptom så ökade emotionellt ätande bland ungdomar vid deras egna ångest och depression.</p>	<p>IMRaD, i början av tonåren gav föräldrarna samtycke och ungdomarna gav sitt medgivande till att delta i uppföljningsstudien, universitetet i Nebraska-Lincoln institutionella granskningsnämnd godkände alla förfaranden, olika nationaliteter på barnen, minst 4 olika frågeformulär användes för att bredda studiefrågans perspektiv, tre tidsåldrar undersöks (förskolan, 4e klass och tidig ungdom).</p>	<p>Endast mödrar, studien hade små effektstorlekar, vilket är vanligt i forskning om ätbeteenden</p> <p>p.g.a. de många bidragande faktorer till emotionellt ätande. Forskningen undersökte förekomsten av symptom med relativt korta men tillförlitliga metoder snarare än att göra en grundlig bedömning huruvida barn och mödrar hade diagnosbara, kliniska tillsjuknande, fler symptom på EE skulle kunna ha använts ifall studien tog hänsyn till symptom kopplat till åtstörningar</p>

	tonåren genomförde ungdomarna en mätning av emotionellt ätande.					då dessa symptom ökar i prevalens med stigande ålder bland barn, EE bedömdes inte under barndomen, endast mödrar deltog i studien, inga könsskillnader undersöktes mellan barnen, moderns EE undersöktes inte som en relation till barnets EE,
Gouveia, Canavarr & Moreira (2018). Is Mindful Parenting Associated With Adolescent's Emotional Eating? The Mediating Role of Adolescent's Self-Compassion and Body Shame. DOI: 10.3389/fpsyg.2018.02004	Tvårsnittsstudie, självrapporterade frågeformulär som rekryterades genom tre offentliga skolor och tre sjukhus.	Att undersöka om medvetet föräldraskap är förknippat med ungdomars emotionella ätande och om denna koppling förklaras av ungdomars självmedkänsla och kroppsskam	Portugal, 572 föräldrar varav 445 mödrar och 127 fäder med barn i åldrarna 12-18 år.	Ett närvarande föräldraskap som uppmärksammar barnets självmedkänsla och genom att föräldern lyssnar med uppmärksamhet på barnets tankar och känslor kan minska emotionellt ätande bland ungdomar och minska kroppsskam som i sig kan medföra emotionellt ätande.	IMRaD, tillstånd för provinsamling erhöles från den portugisiska dataskyddsmyndigheten, etikkommittén vid fakulteten för psykologi och utbildningsvetenskap vid universitetet i Coimbra, etikkommittén och styrelsen för varje sjukhus och skolenhet. Alla deltagare gav informerat samtycke, både mödrar och fäder deltog, stort antal deltagare.	Tvårsnittsstudier generaliserbarhet är begränsade, risk för minnesbias, överrepresentation av mödrar i studien, självmedkänsla och kroppsskam i samband med EE kan handla om att hantera negativa känslor generellt, longitudinella studier krävs för att fastställa dessa faktorer i samband med EE, deltagarna hade samma demografiska faktorer, deltagarna rekryterades enbart från 3 skolor och tre sjukhus, fysisk aktivitet bland

						<p>ungdomarna hade varit fördelaktigt att undersöka samtidigt, ett av frågeformulären undersökte snarare lusten till att äta än själva ätbeteendet i sig, föräldraskaps skalorna som frågeformulären utgick ifrån grundades på tre föräldraskaps stilar: Emotionell medvetenhet hos barnet, självreglering i föräldraskap et och icke-dömande acceptans av föräldraför m ågan.</p>
<p>Powell, Frankel & Hernandez (2017). The mediating role of child self-regulation of eating in the relationship between parental use of food as a reward and child emotional overeating. DOI: 10.1016/j.appet.2017.02.017</p>	<p>Tvärsnittsstudie, online frågeformulär där deltagarna rekryterades via Amazon Mechanical Turk (MTurk).</p>	<p>Studien undersöker föräldrarnas matningspraxis om mat som belöning är relaterat till barns minskade förmåga att reglera intag av mat, vilket kan leda till emotionell överätning.</p>	<p>USA, 262 föräldrar med barn i förskole åldern, medelålder 4,17 år.</p>	<p>Föräldrarnas matningspraxis som belöning och barns självreglering av mat var statistiskt signifikant, liksom effekt mellan föräldrarnas användning av mat</p>	<p>IMRaD, både mödrar och fäder deltog, relativt många deltagare, olika nationaliteter inkluderades i frågeformulären,</p>	<p>Tvärsnittsstudiens generaliserbarhet är begränsad, risk för minnesbias, många forskare har erkänt att förhållandet mellan föräldrarnas matningspraxis och barns ätbeteenden sannolikt kommer vara dubbelriktad e där även barnen ändrar beteende för att få belöning av mat och inte endast föräldrarnas matstil,</p>

				<p>som belöning och barn emotionella överätande. Det fanns också ett signifikant positivt samband mellan föräldrarnas användning av mat som belöning och barn känslomässigt överätande.</p>		<p>denna studie saknar ett objektivt mått på barnhälsoutfall, ett frågeformulär användes, föräldrarna hade liknande demografiska fakta,</p>
<p>Vollmer (2021). The relationship between parental food parenting practices & child eating behavior: A comparison of mothers and fathers. DOI: 10.1016/j.appet.2021.105193</p>	<p>Tvärsnittsstudie, frågeformulär antingen online eller ansikte mot ansikte.</p>	<p>Studien syftade till att jämföra relationerna mellan föräldrarnas matningspraxis och barns ätbeteende bland mödrar och fäder till små barn.</p>	<p>USA, 245 föräldrar (127 mödrar, 118 fäder) med barn i åldrarna 3-10 år med en medelålder på 4,2 år.</p>	<p>När mödrar och fäder använde samma nivå av begränsning för vikt, var barnens matlyhördhet och emotionella överätande signifikant högre</p>	<p>IMRaD, två frågeformulär användes med många breda frågor, både mödrar och fäder undersöktes,</p>	<p>Tvärsnittsstudiens generaliserbarhet är begränsad, risk för minnesbias, studien var begränsad i bredden av föräldrarnas matningspraxis då den undersökte föräldrarnas kön i samband med barns ätbeteende, det var fler mödrar än fäder samt föräldrarnas gemensamma matningspraxis togs inte i beaktande,</p>

				<p>för barn till fäder. Det kan finnas skillnader i hur mödrar och fäder implementerar matföräldrapraxis och / eller skillnader i hur dessa metoder påverkar barn. När mödrar och fäder hade en begränsande matningspraxis så åt barnen långsammare i betydligt större utsträckning än med fäder.</p>		
--	--	--	--	---	--	--

<p>Zarychta et al. (2019). Why are you eating, mom? Maternal emotional, restrained, and external eating explaining children's eating styles. DOI: 10.1016/j.appet.2019.104335</p>	<p>Longitudinell mixad metod, frågeformulär och intervjuer med 10 månaders mellanrum.</p>	<p>Studien undersökte tre ätstilar bland mödrar: emotionell ätstil, extern ätstil och re-</p> <p>ansträngd ätstil för att förutsäga kommande ätstil hos barn.</p>	<p>Polen, 822 mödrar med barn i åldrarna 5-12 år.</p>	<p>Moderns emotionella ätande bidrog till både flickor och pojkars emotionella ätande. Däremot inte samma sak gällande moderns återhållsamma ätande (det påverkade flickornas återhållsamma ätande men inte pojkarnas), och moderns externt ätande påverkade bara sönerna men inte döttrarna.</p>	<p>IMRaD, longitudinell studie med 10 månaders mellanrum, både fördrar och barn deltog, Studien godkändes av Institutional Review Board vid SWPS</p> <p>Universitetet för samhällsvetenskap och humaniora, Wroclaw, Polen.</p> <p>Informerade samtycken samlades in från mödrar (om deras egna och barns deltagande) och från barn.</p> <p>Personliga koder användes för att säkra anonymitet.</p>	<p>Endast mödrar (ej fäder) deltog i studien, alla deltagare hade liknande demografisk information och samma etnicitet, författarna redogjorde inte för andra faktorer som tidigare konstaterats förmedla förhållandet mellan moderns och barnets emotionella ätstil, dvs föräldrarnas matningspraxis utan fokuserade på tre föräldrastilar med långvarig interaktion till EE, faktorer som social önskvärdhet togs inte heller med som en faktor som påverkar barns ätbeteende, sambanden mellan moderns och barnets ätstilar kan även förklaras av den gemensamma miljön (t.ex. tillgång till livsmedel eller självregleran</p>

						<p>de faktorer som t.ex. självförmåga, andra faktorer är att puberteten innebär förändringar i leptin som påverkar aptit, matintag, och kroppsmassa, som i sin tur kan leda till förändringar</p> <p>i ätstilar, varken mödrar eller barn screenades för ätstörningar i denna studie, därför kan slutsatserna hänvisa till den allmänna befolkningen, som troligen</p> <p>omfattar individer med och utan sådana diagnoser,</p>
--	--	--	--	--	--	---