

Project **schooldiëtist** biedt nieuwe **kansen**

Aandacht voor voeding in het basisonderwijs schept kansen voor de diëtist. In het land zijn diverse projecten voor schooldiëtisten gestart. Diëtisten vertellen hun ervaringen.

Elly Kaldenberg, diëtist: "De diëtist is meer dan een enge 'weeg-en-meet'-juf."



De overheid besteedt momenteel veel aandacht aan de preventie van overgewicht en aan gezonde voeding. In het Convenant Overgewicht zijn werkgroepen met deskundigen opgericht die zich buigen over de preventie van overgewicht bij de Nederlandse bevolking. Een hiervan is de werkgroep Gezonde voeding en beweging in het basisonderwijs. Hierin participeren de Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD), de Nederlandse Hartstichting, de vier grootste gemeenten en de ministeries van VWS en OCW.¹ De doelstelling van de werkgroep is gezonde voeding en bewegen een vaste plek te geven in het basisonderwijs. Hieruit vloeien allerlei projecten voort die gericht zijn op de introductie van de schooldiëtist en waaraan diëtisten uit het hele land meewerken. Zo is er het Lekker Fit-project dat de gemeente Rotterdam onder andere samen met de Nederlandse Hartstichting uitvoert.² De Nederlandse Zuivel Organisatie is samen met de Diëtheek en de NVD in oktober 2008 een pilotproject voor de schooldiëtist gestart.

Taken schooldiëtist

Diëtist Elly Kaldenberg neemt namens de NVD deel aan de werkgroep die de schooldiëtist promoot. "Het beleid van de NVD is gericht op de functie van de schooldiëtist om het voedingsgedrag van kinderen te verbeteren en gezondheidsproblemen op latere leeftijd te voorkomen", vertelt zij. "Het is belang-

rijk dat kinderen al op jonge leeftijd kennismaken met gezonde voeding. Gezond eten moet vanzelfsprekend worden en is leuk. In Japan is een diëtist op school een heel gewone zaak.³ De diëtisten daar houden zich bezig met de preventie en het behandelen van kinderen. Zij geven voedingsvoorlichting, stellen nieuwsbrieven voor ouders op en stellen de warme lunch samen. Ze staan heel dicht bij de kinderen en de ouders. Dat is een mooi voorbeeld en dat is waar we in Nederland ook naar toe willen. Nu wordt op basisscholen al wel aandacht besteed aan voeding, maar de leerkrachten hebben al een vol lesprogramma, daarom kunnen scholen beter gebruikmaken van een deskundige op het gebied van voeding. De diëtist is daarvoor bij uitstek geschikt. Die kan een voedingsbeleid voor een heel jaar opstellen en allerlei facetten van eten en drinken belichten, denk aan smaaklessen, kooklessen en voeding in andere landen. Dat vinden kinderen vaak erg leuk en leerzaam."

De NVD heeft geen specifiek profiel opgesteld waaraan een schooldiëtist moet voldoen. Het is een aanduiding voor een werkgebied dat de diëtist erbij kan doen. Zowel diëtisten in de thuiszorg als zelfstandig gevestigde diëtisten kunnen samenwerken met andere partijen zoals de GGD om voorlichting te geven op ouderavonden, voedingslessen op scholen te geven of curatieve zorg te verlenen. Kaldenberg: "De diëtist kan zich richten op preventie door op scholen betrokken



*Diëtist Marga van Vugt:
"Kinderen zijn heel
eerlijk in wat zij eten."*



te zijn bij het trakteeerbeleid, het eten tijdens het overblijven en noem maar op. Ook kan de diëtist kinderen behandelen die te zwaar zijn of juist te mager. Want ook voor kinderen die niet te zwaar zijn, is gezond eten heel belangrijk, in tegenstelling tot wat vaak wordt gedacht."

Pilotproject op scholen

De Nederlandse Zuivel Organisatie is in samenwerking met de Diëtheek en de NVD in oktober 2008 een pilot gestart om de schooldiëtist op scholen te introduceren. Aan de eerste pilot namen zes scholen deel in Assen, Den Bosch, Leiden, Bruinisse en Tilburg (twee scholen).

"De Nederlandse Zuivel Organisatie werkt nauw samen met diëtisten en wil aandacht voor zuivel in een gezond eetpatroon. De diëtist is de deskundige bij uitstek om deze kennis over te brengen", vertelt Ria van de Pol, diëtist bij de NZO. "Het doel van deze pilot is te onderzoeken en te analyseren of de schooldiëtist een positieve bijdrage kan leveren aan de gezondheid van de kinderen door de voedingsgewoonten, de lengte en het gewicht te screenen. Aan de hand van deze gegevens kan de school in samenwerking met de diëtist gerichte programma's opzetten met betrekking tot voeding en voedingsgedrag. Met behulp van een gevalideerde vragenlijst van TNO krijgen we inzicht in de voedingsgewoonten van kinderen. De ouders vullen deze lijst samen met de kinderen in en die wordt door de diëtist beoordeeld en besproken. We

richten ons niet alleen op kinderen met overgewicht, maar ook op kinderen met minder gezonde eetgewoonten met een normaal of te laag gewicht."

De resultaten van de pilot zijn door TNO verwerkt. Uit de resultaten blijkt dat in totaal 46 procent van alle kinderen van de zes scholen is gescreend (zij hadden toestemming van hun ouders). Van de kinderen was 25 procent te zwaar, 9 procent te licht, 55 procent had een goed gewicht maar geen goed voedingspatroon en slechts 11 procent had een gezond gewicht en een gezond voedingspatroon. "Dat betekent dat er een preventieve taak voor diëtisten is weggelegd", reageert Ricky van Poppel, projectleider namens Diëtheek. "Kinderen die slecht eten, kunnen op termijn gezondheidsproblemen krijgen."

De praktijk

Marga van Vugt, diëtist bij Diëtheek, vertelt enthousiast over haar deelname aan het project. In overleg met de GGD benaderde ze diverse scholen in Den Bosch om het project onder de aandacht te brengen. Al snel had ze een

directeur aan de telefoon die zeer geïnteresseerd was. Marga van Vugt: "Alle ouders van leerlingen kregen een brief waarin uitleg gegeven werd over het project. Uiteindelijk gaven 88 ouders toestemming voor deelname en dat is een hoge score. De ouders vulden samen met hun kind de vragenlijst in en leverden die in bij de leerkracht. Ik beoordeelde de lijst en nodigde de ouders en kinderen uit voor een persoonlijk gesprek om de uitkomsten te bespreken en het kind te meten en te wegen. Als dat nodig was, zei ik dat het kind ook verder door mij begeleid kon worden. Daarvoor is wel een verwijzing van de huisarts nodig. Dit heeft ertoe geleid dat ik nu elke maand een spreekuur op school houd. Hier komen kinderen met over- of ondergewicht, darmproblemen en allergieën."

Het project is geëvalueerd en de school is zeer positief. Ook de ouders hebben het als heel prettig ervaren dat er aandacht voor voeding is. Zij geven aan dat hun drukke bestaan weinig ruimte biedt om te koken en rustig te eten. Marga vond het project zelf erg leuk om te



Ricky van Poppel (Diëtheek): "De ideale situatie voor de preventie is om alle schoolkinderen elk jaar te screenen op gewicht en voeding."

doen: "Het voorwerk kostte veel tijd, maar je ziet resultaat. Vooral bij kinderen die in behandeling zijn, daalt de BMI. Een misvatting van veel ouders is dat kinderen moeten afvallen. Door de groei zal de BMI dalen."

Ervaringen en kansen

Wat zijn de ervaringen met deze eerste pilot? Ricky van Poppel: "Het heeft mij verrast hoe snel onze collega's scholen hadden gevonden die wilden deelnemen aan het project. Scholen willen graag meewerken en dat betekent dat voeding daar hoog op de agenda staat. Wat ons tegenviel was hoe snel we met het project aan de slag konden. Er moest logistiek veel georganiseerd worden: ouders benaderen, ruimte in de school regelen en rekening houden met bestaande plannings en vakanties. Dat kun je op voorhand niet overzien."

"Wat niet helemaal uit de verf kwam was het inloopsprekuren van de diëtist. Maar weinig ouders maakten hier gebruik van", zegt Ria van de Pol. "De reden hiervoor moeten we nog nader onderzoeken."

De schooldiëtist schept nieuwe kansen voor diëtisten in de thuiszorg en diëtisten met een zelfstandige praktijk. Volgens Ricky van Poppel is het ideaal om voedingslessen te geven op scholen en alle kinderen elk jaar te screenen op gewicht en voedingspatroon. "Dan

kun je kinderen volgen in de tijd en is de cirkel rond."

"De diëtist is de ondernemer die scholen actief benadert. Diëtisten moeten creatief zijn en buiten de reguliere zorg denken. Leg contacten met gemeenten en bied je deskundige inbreng aan", luidt het advies van Elly Kaldenberg.

Binnenkort gaat een tweede pilot van start waarbij andere diëtisten zijn betrokken. Ria van de Pol: "Met de ervaringen uit de eerste pilot gaan we een tweede project starten. We hopen ouders er nog meer bij te kunnen betrekken. Wij willen de voorlichting breder trekken en gezonde voeding onder de aandacht van de ou-

Ria van de Pol (NZO): "We hopen ouders nog meer bij het project van de schooldiëtist te kunnen betrekken."



ders brengen, want zij hebben een grote invloed op het gedrag van hun kinderen. De directies van de scholen reageren heel positief."

Majorie Former

Literatuur

- 1 *Naar buiten! Jaarbericht 2008*, uitgave van de Nederlandse Vereniging van Diëtisten.
- 2 *Rotterdam Lekker Fit! met de Schooldiëtist. Ter Perse* maart 2009, nr. 13.
- 3 Teiji Nakamura, R.D. The integration of school nutrition program into health promotion and prevention of lifestyle-related diseases in Japan. *Asia Pac J Clin Nutr* 2008; 17 (S1): 349-351.

Nieuws

Boek Voeding en gezondheid bij Hindostanen

Eten is in de Hindostaanse cultuur meer dan het voeden van de mensen. Het genieten van eten resulteert gemakkelijk in overmatig eten en overgewicht. De gezondheidsproblemen waarmee Hindostanen in Nederland kampen, zijn overgewicht, hoge bloeddruk, te hoog cholesterolgehalte, diabetes mellitus, en hart- en vaatziekten. Mogelijke oorzaken hiervoor zijn de genetische aanleg, de voedingsgewoonten, het klimaat en te weinig lichaamsbeweging.

Auteur Suhail Khan heeft een zelfstandige diëtistenpraktijk in Den Haag en Rotterdam. Hij krijgt dagelijks met deze problematiek te maken. Het boek is opgesplitst in twee delen; voeding bij gezondheid en voeding bij ziekte gericht op de specifieke eetgewoonten en voedingsmiddelen van Hindostanen. Het boek is gesponsord door CZ Zorgverzekeraar en

Azivo Zorgverzekeraar. Het is prachtig, kleurrijk en overzichtelijk vormgegeven en biedt veel informatie over gezonde voeding voor zowel mensen met een Hindostaanse achtergrond als diëtisten en andere zorgverleners die deze cliënten begeleiden.

Het boek is te bestellen via de website: www.vanstockum.nl
Rubriek: gezondheidszorg
ISBN: 9789081424912
Prijs: € 30,- (incl. verzendkosten)

Meer informatie:
www.dietistkhan.nl

