

De diëtist die promotieonderzoek doet

Het is niet meer uniek, maar nog steeds een beetje bijzonder als een diëtist een proefschrift schrijft. In dit dubbelinterview met Floor Neelemaat en Hanna Zijlstra, twee recent gepromoveerde diëtisten, wordt niet alleen aandacht besteed aan de inhoud van hun dissertatie. Voeding & Visie was ook benieuwd waarom ze wilden promoveren, wat ze ervan hebben geleerd en welke tegenslagen ze ondervonden.

Effect van bariatrische chirurgie

Hanna Zijlstra deed onderzoek naar de cognitieve en emotionele factoren die een succesvol gewichtsverlies na bariatrische chirurgie kunnen bevorderen of belemmeren. Hierbij lag de nadruk op factoren zoals zelfregulatie cognities, uitkomstverwachtingen en tevredenheid na de operatie, emotieverwerking en emotieregulatie, en kwaliteit van leven. Zijlstra: “De uitkomsten lijken verrassend. Een van mijn conclusies is dat de algemene theorieën uit de gezondheidspsychologie niet automatisch ook gelden voor bariatrische patiënten. De enige voorspeller voor meer gewichtsverlies op lange termijn na bariatrische chirurgie blijkt een lage mentale kwaliteit van leven, veroorzaakt door bijvoorbeeld somberheid of depressieve gevoelens.”

Zijlstra vervolgt: “Ik had deze uitkomst niet verwacht, omdat over het algemeen geldt dat positief ingestelde mensen een beter resultaat boeken. Maar naderhand bedacht ik me, dat mensen die bariatrische chirurgie willen, echt wanhopig zijn. Er is dus al een voorselectie geweest, het zijn de patiënten die er veel voor over hebben. Hoe meer last je van overgewicht hebt, hoe meer je er aan wilt doen. Hun ‘lijdensdruk’ is hoog. Maar het kan ook zijn dat ze intensievere hulp krijgen aangeboden.”

Het is bekend dat er aan bariatrische chirurgie een streng selectiebeleid vooraf gaat met onder andere psychologische onderzoeken. Zijn die dan nog zinvol? Zijlstra antwoordt: “In het Antonius Ziekenhuis in Nieuwegein waar ik mijn onderzoek deed, was het toelatingsbeleid al soepeler dan elders. Er is daar al veel onderzoek naar bariatrische behandelmethoden gedaan en elke keer komt naar voren dat er onvoldoende bewijs is voor een strenge toelating.”

Voor de praktijk betekent de uitkomst van haar onderzoek vooral dat je niet te veel mensen moet uitsluiten van bariatrische chirurgie. “Maar”, vervolgt Zijlstra, “behandelaars moeten ook beseffen dat gewichtsverlies en –behoud na de operatie juist voor mensen die positief in het leven staan moeilijk kan zijn. Mijn onderzoek laat zien dat ook zij voldoende begeleiding en aandacht nodig hebben.”

Effect van voedingsinterventie bij ouderen

Floor Neelemaat onderzocht het effect van voedingsinterventie bij ondervoede ouderen na het ontslag uit het ziekenhuis. De interventie bestond uit consulten bij een diëtist, drink-



*Het kunstwerk
"Balance XXIII"
van Wim
Heesakkers siert
de omslag van
het proefschrift
van Hanna
Zijlstra*



*Hanna Zijlstra:
"Ik was nog niet
uitgeleerd na mijn
studie diëtetiek".*

Publiceren

Afhankelijk van het onderwerp publiceerde Zijlstra in medische of psychologische tijdschriften. "Ik werd hierin gelukkig goed begeleid", zegt ze. "De vorm waarin je het moet aanbieden verschilt sterk per tijdschrift. En een lange of juist korte inleiding schrijven verschilt nogal. Aan de andere kant, een onderzoeksartikel publiceren geeft een enorme kick. Ik volg mijn artikelen nog wel eens op Google Scholar, dan zie je ook hoe vaak ze geciteerd worden."

Neelemaat herkent dit: "Het gepubliceerd krijgen van artikelen is lastig. Het betekent hoog inzetten, en dus beginnen met tijdschriften met een hoge impactfactor. In het begin ontvang je dan veel afwijzingen, en moet je vaak herschrijven. Elk tijdschrift heeft hiervoor zijn eigen regels."

Promoveren is leerzaam

Op de vraag wat ze heeft geleerd, antwoordt Neelemaat: "Publiceren, maar vooral ook presenteren. Het presenteren van mijn resultaten begon met posterpresentaties op congressen. Er was veel belangstelling voor het onderwerp, en ik werd uitgenodigd om presentaties te houden. In het begin vond ik dat best spannend, maar ik begin het steeds leuker te vinden. Ik heb veel andere onderzoekers ontmoet en tips en ideeën gekregen." Ze leerde nog meer, vertelt ze: "Leidinggeven aan onderzoeksassistenten bijvoorbeeld, en het omgaan met begeleiders: alle neuzen dezelfde kant op krijgen."

Zijlstra sprak voor haar onderzoek met enkele zeer obese patiënten en leerde daar veel van. "Je hoort dan hoe veel ellende en negatieve emoties kunnen worden veroorzaakt door ernstig overgewicht of juist de aanleiding van obesitas zijn. En welke gevolgen het kan hebben, zoals straatvrees en psychiatrische aandoeningen. Deze mensen krijgen met bariatrische chirurgie een nieuwe kans, ze voelen zich vaak als herboren."

Onderzoek in de toekomst

Zijlstra is nu op een andere manier nog steeds met onderzoek bezig. "Op de Hogeschool van Amsterdam begeleid ik onder andere afstudeeronderzoeken. Ik bedenk onderzoeksvragen die dan in kleinere stukjes door studenten kunnen worden



*Floor
Neelemaat: "De
logistiek van een
onderzoek leer
je niet tijdens je
studie".*

uitgevoerd. Ik hoop de data bij elkaar te voegen om te publiceren. Zo vraag ik me bijvoorbeeld af of het inzetten van cognitieve therapie door de diëtist bij de behandeling van overgewicht effect heeft, en zo ja, welk."

Ook Neelemaat hoopt in de toekomst onderzoek te kunnen blijven doen. "Op dit moment wordt nagedacht over een aantal vervolprojecten en wordt er aan nieuwe subsidieaanvragen gewerkt. Ik hoop dat ik een deze nieuwe onderzoeken een bijdrage kan leveren."

Jeanne van Dommelen

Literatuur

Zijlstra H. Cognitive and emotional processes that promote and obstruct a successful outcome after bariatric surgery for morbid obesity. Utrecht, proefschrift Universiteit van Utrecht Faculteit Sociale Wetenschappen, 2011.

Open access: <http://igitur-archive.library.uu.nl/dissertations/2011-1027-200514/zijlstra.pdf>

Neelemaat F. Post-discharge nutritional support in malnourished ill elderly patients – effectiveness and cost-effectiveness

Proefschrift, Amsterdam, VU University Medical Center 2012.

Open access: http://www.stuurgroepondervoeding.nl/fileadmin/inhoud/ziekenhuis/documenten/artikelen/proefschrift_Floor_Neelemaat_20120620.pdf

Internet

www.stuurgroepondervoeding.nl

www.hannazijlstra.nl/

*"Ik hoop dat ik ook aan
nieuwe onderzoeken een
bijdrage kan leveren"*