

Introductie

Veranderingen in leefstijl, waaronder voeding en bewegen kunnen een belangrijke bijdrage leveren aan gezondheidswinst bij patiëntengroepen (1). De Richtlijnen Goede Voeding zijn hiervoor een goed uitgangspunt. Een gevalideerd meetinstrument als de Eetscore kan eetgewoonten bespreekbaar maken in de zorgpraktijk.

De Eetscore

De Eetscore is een innovatieve zelfmanagementtool die de kwaliteit van het voedingspatroon monitort. Het bestaat uit 16 componenten met een maximale score van 10 per component. Een score van 10 geeft aan dat iemand volledig voldoet aan de richtlijn. In totaal kan iemand maximaal 160 punten scoren. De Eetscore geeft gepersonaliseerde feedback via scores en geeft tips om gezonder eten in de praktijk te brengen.

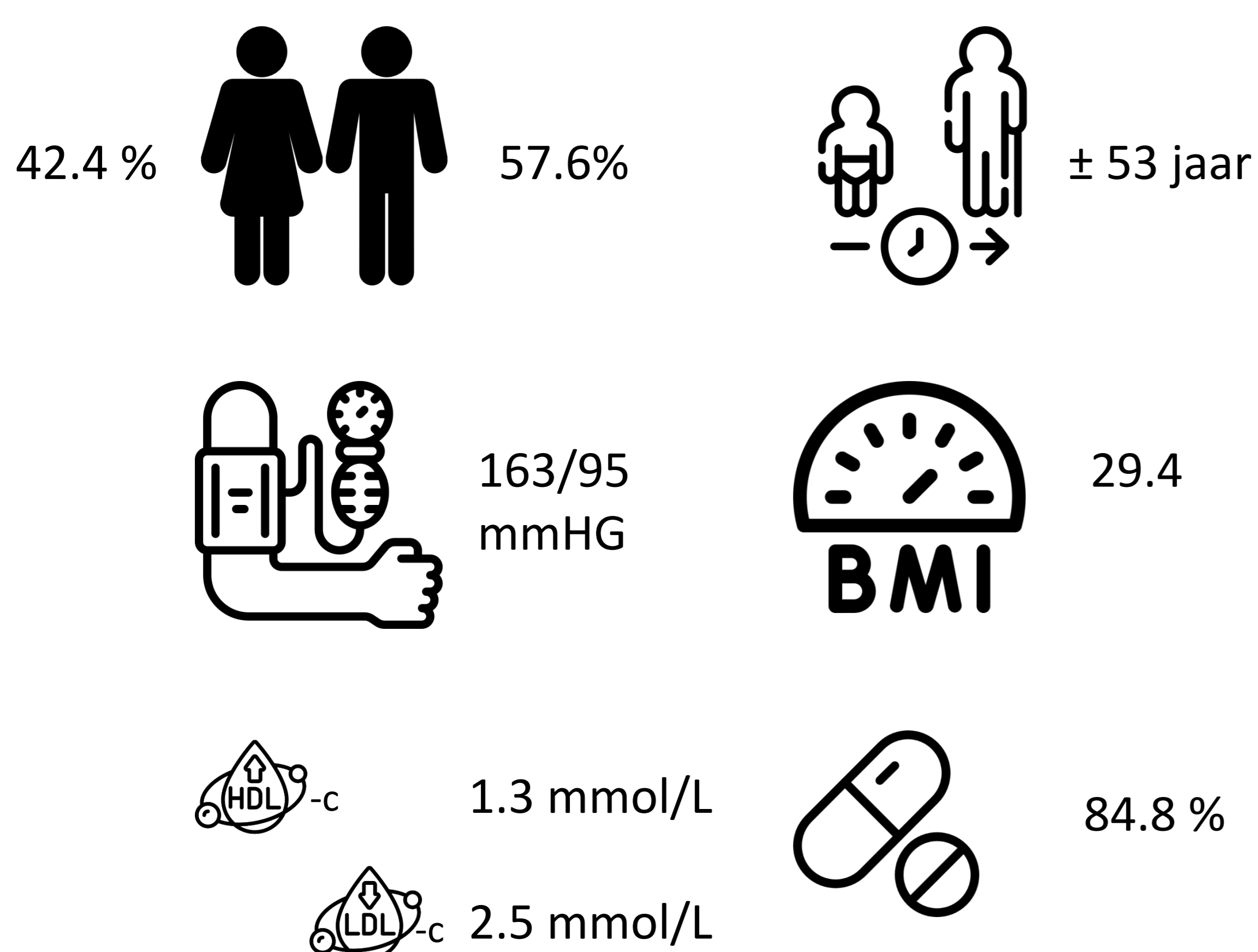
Doel

- Inzicht geven in het huidige voedingspatroon van patiënten met hypertensie.
- De inzet en het gebruiksgemak van de Eetscore evalueren, vanuit het perspectief van de zorgprofessional.

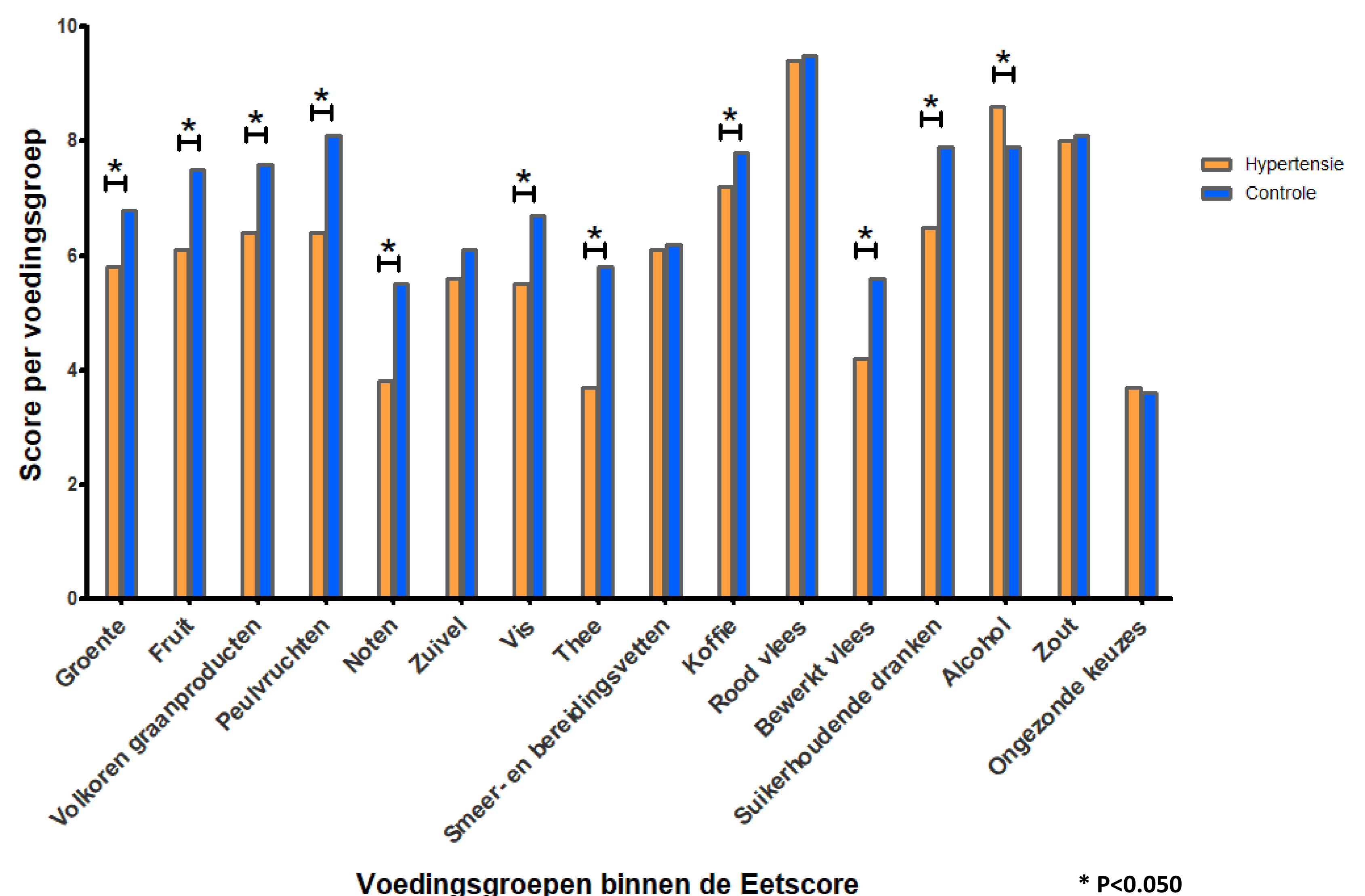
Methode

- De Eetscore is ingezet in een groep hypertensie patiënten, geïncludeerd via de internist, in Ziekenhuis Gelderse Vallei te Ede van 2018 tot 2020. De Eetscore is vergeleken met een gezonde controle groep.
- Samen met betrokken zorgprofessionals werd het gebruik van de Eetscore geëvalueerd door middel van interviews en focusgroepen.

Karakteristieken van de groep (n=92)



Inzicht voedingsinname met de Eetscore



Evaluatie

"Als artsen weten we dat voeding en leefstijl erg belangrijk zijn, maar zijn we op zoek naar handvatten om het in de praktijk te bespreken. De Eetscore is een goede tool om zo'n handvat te bieden."

"De Eetscore is een praktische tool waarmee we een nieuwe ingang hebben voor het gesprek over voeding."

"Door de inzet van de Eetscore kan ik snel en gestructureerd aandacht geven aan voeding in de spreekkamer."

Mensen met hypertensie hebben een significant lagere voedingskwaliteit (97.1 ± 19.4) in vergelijking met een gezonde controlegroep (110.7 ± 17.5 , $P < 0.001$). Meerdere componenten uit het voedingspatroon dragen bij aan deze lagere kwaliteit. In beide groepen waren er hoge scores voor de componenten rood vlees en zout, wat wijst op een goede naleving van de Richtlijnen Goede Voeding voor deze componenten.

Implementatie

Naar aanleiding van verschillende pilots en evaluaties wordt de Eetscore momenteel geïmplementeerd binnen de eZorg-omgeving van Ziekenhuis Gelderse Vallei. Op deze manier hopen we voeding makkelijker bespreekbaar te kunnen maken!

Conclusie

- Hoewel er geen causale conclusie kan worden getrokken, laten de resultaten zien dat mensen met hypertensie een lagere voedingskwaliteit hebben in vergelijking met een gezonde controlegroep en dat er nog meerdere verbeteringsmogelijkheden zijn op het gebied van voeding bij deze patiëntengroep
- Evaluatie: De Eetscore blijkt een handvat om voeding bespreekbaar te maken in de reguliere zorgsetting