

IMPULS VOOR MEER AANDACHT VOOR VOEDING EN LEEFSTIJL IN DE OPLEIDING VAN ARTSEN EN VERPLEEGKUNDIGEN

INCREASING FOCUS ON NUTRITION AND LIFESTYLE IN PHYSICIAN AND NURSE EDUCATION

B.A.D.F. Saals MSc¹, ir. G.M. Plas², ir. M. Menkveld-Beukers³



SAMENVATTING

Het is belangrijker dan ooit om leefstijlgerelateerde ziekten te voorkomen. Inmiddels heeft meer dan de helft van de volwassen Nederlandse bevolking overgewicht en 15% heeft obesitas.¹ Artsen en verpleegkundigen kunnen een belangrijke bijdrage leveren aan preventie en behandeling van overgewicht en obesitas. Een brede blik op leefstijl en andere factoren bij het ontstaan en tegengaan van obesitas is hierbij cruciaal. Meer aandacht voor leefstijl in het zorgonderwijs is dus noodzakelijk, maar implementatie in het curriculum blijkt een uitdaging.¹² Het project 'Overgewicht & Leefstijl in Zorgopleidingen' ondersteunt en versterkt meer aandacht voor leefstijl in zorgopleidingen en biedt een landelijk netwerk van opleidingen en stakeholders. Er is een beweging in gang gezet, aansluitend op het Raamplan Artsopleiding en de Bachelor of Nursing 2030. De komende jaren is doorontwikkeling nodig om dit in leerlijnen in te bedden, docenten te trainen en om preventie en de behandeling van overgewicht te verankeren in het reguliere werkproces van artsen en verpleegkundigen.

(NED TIJDSCHR LEEFSTIJLGENEESKD 2023;2:91-5)

¹projectmedewerker, Alliantie Voeding in de Zorg, Wageningen University and Research, ²beleidsadviseur, Nederlandse Vereniging van Diëtisten, Partnerschap Overgewicht Nederland, ³directeur, Alliantie Voeding in de Zorg. Correspondentie graag richten aan: mw. B. Saals MSc, projectmedewerker, Alliantie Voeding in de Zorg, Willy Brandtlaan 10, 6716 RP Ede, tel.: 0318 43 54 84, e-mailadres: saalsb@zgv.nl. Belangenconflict: geen gemeld. Financiële ondersteuning: Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport.

Trefwoorden: IZA, leefstijl, NPA, obesitas, overgewicht, voeding, zorgopleidingen

Keywords: healthcare education, IZA, lifestyle, NPA, nutrition, obesity, overweight

ONTVANGEN 17 FEBRUARI 2023, GEACCEPTEERD 30 MEI 2023.

SUMMARY

The prevention of lifestyle-related diseases is more important than ever. In 2022, more than half of the adult Dutch population was overweight, and 15% was obese.¹ Physicians and nurses can make an important contribution to the prevention and treatment of overweight and obesity. A broad perspective of lifestyle and other factors in the development and prevention of obesity is crucial. More attention for lifestyle in healthcare education is therefore necessary, but implementation in the curriculum proves to be a challenge.¹² The project 'Overweight & Lifestyle in Medical Education' supports more attention to lifestyle in healthcare education and provides a national network of teachers and stakeholders. This project aligns with the Medical and Nursing Education Frameworks in the Netherlands. In the coming years, further development is needed to embed this theme in curricula, train teachers and embed obesity prevention and treatment in the regular workflow of physicians and nurses.

INLEIDING

Het is belangrijker dan ooit om leefstijlgerelateerde ziekten te voorkomen. Het percentage mensen met overgewicht of obesitas is de laatste decennia aanzienlijk toegenomen. Inmiddels heeft meer dan de helft van de volwassen Nederlandse bevolking overgewicht en 15% heeft obesitas.¹ Deze mensen hebben een verhoogd risico op chronische aandoeningen zoals diabetes type 2, hart- en vaatziekten, dementie en diverse vormen van kanker.²⁻⁵ Dit leidt tot toenemende druk op de zorg, zowel financieel als qua werkdruk. De spanning tussen vraag en aanbod loopt hiermee verder op. Huisartsen trokken al aan de bel en gaven aan dat er naast een hoge werkdruk te weinig tijd is voor patiënten.⁶ Artsen en verpleegkundigen kunnen echter een belangrijke bijdrage leveren aan preventie en behandeling van overgewicht en obesitas door tijdig het gesprek hierover aan te gaan en patiënten te wijzen op het belang van een gezonde leefstijl, gerichte behandeling en doorverwijzing waar nodig. Een brede blik op leefstijl en andere factoren bij het ontstaan en tegengaan van overgewicht en obesitas is hierbij cruciaal. Artsen en verpleegkundigen hebben daarom een goede basiskennis van deze problematiek nodig. In de huidige opleidingen geneeskunde en verpleegkunde komt dit echter te weinig aan bod. In de beleidsstukken voor eindkwalificaties is preventie een thema, zowel in het Raamplan Artsopleiding als in de Bachelor Nursing. Reden om aandacht te realiseren voor leefstijl en overgewicht in de opleidingen van deze zorgprofessionals.

Om tot structurele aandacht voor preventie in zorgopleidingen te komen, is het project Overgewicht en Leefstijl in Zorgopleidingen in 2019 opgezet. De Alliantie Voeding in de Zorg voert dit uit in opdracht van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) en werkt hierin samen met Partnerschap Overgewicht Nederland (PON) en de Hogeschool Utrecht (HU). Samen met alle geneeskundeop-

leidingen, een netwerk van acht verpleegkundeopleidingen, een brede klankbordgroep en een werkgroep met PON-partners is er een beweging gerealiseerd die werkt aan meer aandacht in het curriculum voor voeding, beweging, ontspanning, samenwerking in de keten en problematiek bij obesitas*. Hiermee sluit dit project aan op de ambities in het Nationaal Preventieakkoord (NPA) en het Integraal Zorgakkoord (IZA) en op de toenemende vraag bij (jonge) zorgprofessionals om meer focus te hebben op preventie. In dit artikel wordt een overzicht gegeven van de activiteiten en resultaten van dit project.

PREVENTIE

Met het NPA zet de overheid samen met maatschappelijke organisaties in op een gezonder Nederland. Een van de speerpunten van het NPA is het vergroten van aandacht voor het belang van leefstijl, gezond gewicht en het terugdringen van overgewicht en obesitas in het zorgonderwijs. Uiterlijk in 2030 moeten voeding, beweging en achterliggende problematiek bij overgewicht en obesitas structureel zijn ingebed in het onderwijs voor alle zorg- en welzijnsprofessionals.⁷

Er is grote gezondheidswinst te behalen met zowel preventie als behandeling van overgewicht en obesitas. Zo liet de COVID-19-epidemie zien dat obesitas een risicofactor is voor een ernstiger beloop van infecties.⁸ Obesitas is een complexe ziekte en ook de behandeling is gecompliceerd. Er zijn vele factoren die een rol kunnen spelen bij het ontstaan en de instandhouding van obesitas. Het PON heeft een stappenplan ontwikkeld voor de aanpak van overgewicht en obesitas.⁹ Dit stappenplan laat zien dat er verschillende factoren zijn die een rol kunnen spelen bij overgewicht en obesitas, en stimuleert interprofessioneel werken. Kennis en vaardigheden zijn van groot belang om een gerichte behandeling te starten.

*Leden van de klankbordgroep: Arts en Leefstijl, Christelijke Hogeschool Ede, Jongeren op Gezond Gewicht, Kenniscentrum Sport & Bewegen, Nederlands Jeugdinstituut, Federatie Medisch Specialisten, Student en Leefstijl, Voedingscentrum, Pharos, Verpleegkundigen en Verzorgenden Nederland, Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport, en het Obesitas Platform.

Leden van de PON-partnerwerkgroep: Nederlandse Vereniging van Diëtisten, the Netherlands Association for the Study of Obesity, Nederlands Instituut van Psychologen, Nederlandse Stichting Over Gewicht, Koninklijk Genootschap voor Fysiotherapie, Nederlandse Internisten Vereniging, De Beroepsvereniging Leefstijlcoaches Nederland, 'Dutch Society for Metabolic and Bariatric Surgery'.

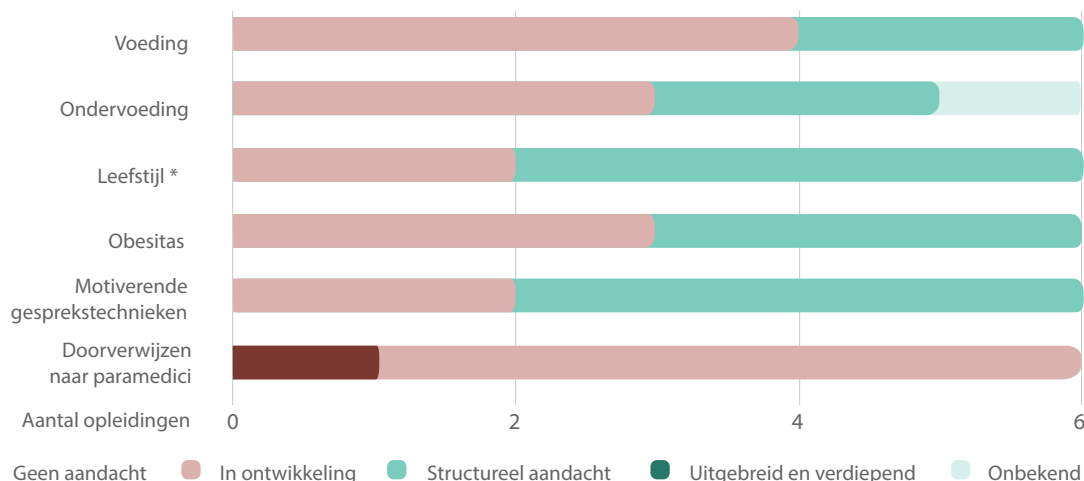
De werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum bestaat uit afgevaardigden van de zeven geneeskundeopleidingen, Wageningen Universiteit, de Nederlandse Vereniging van Diëtisten, Alliantie Voeding in de Zorg en Student & Leefstijl.

KENNIS IN ONTWIKKELING

Bij de start van dit project is een grondig veldonderzoek uitgevoerd waarbij 40 artsen en 70 verpleegkundigen zijn geïnterviewd. In de interviews zijn ervaringen, behoeften en wensen uitgevraagd ten aanzien van het onderwijs en de rol van artsen en verpleegkundigen. Daaruit bleek dat de kennis van overgewicht en obesitas bij artsen en verpleegkundigen onvoldoende is en dat dit onderwerp nauwelijks aan bod kwam tijdens hun opleiding.^{10,11}

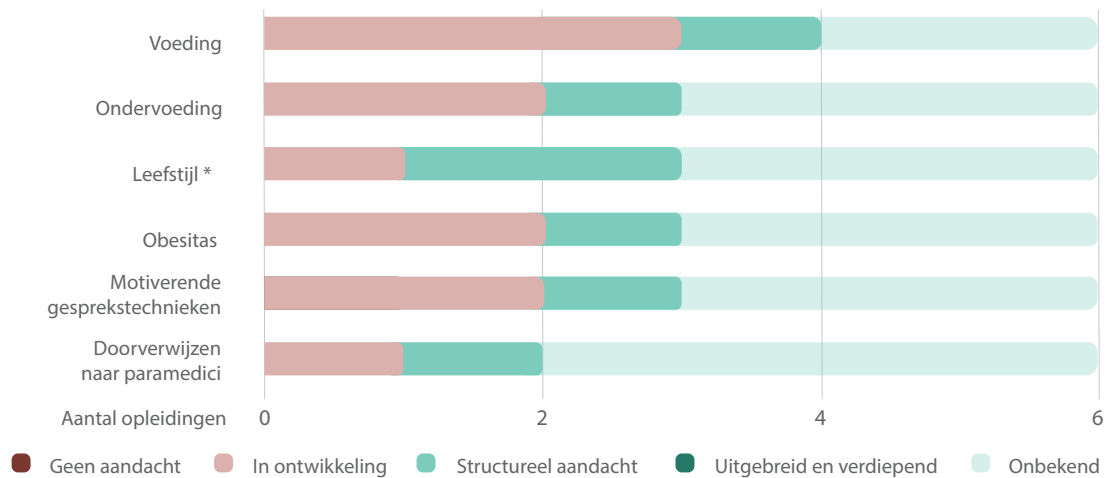
Met name vanuit de geneeskundeopleidingen is er een ontwikkeling gaande waarin leefstijl als een belangrijke toevoeging aan het curriculum wordt gezien. Zowel het landelijke Raamplan Artsopleiding als de door studenten geneeskunde opgerichte stichting Student en Leefstijl vragen hier aandacht voor. Afgelopen jaar heeft, samen met de werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum, een inventarisatie van leefstijlonderwerpen plaatsgevonden in de huidige opleidingen tot basisarts.¹² Deze inventarisatie laat zien dat er

in de bachelor Geneeskunde een ontwikkeling is ingezet rond de thema's voeding, leefstijl en obesitas (zie *Figuur 1*). De opleidingen geven echter ook aan dat het onderwijs nog niet voldoet aan diepgang en aan vaardigheden rondom het bespreekbaar maken en doorverwijzen naar andere relevante zorgprofessionals. Voor de master-opleidingen laten drie van de zes opleidingen ontwikkelingen zien met betrekking tot de leefstijlthema's (zie *Figuur 2*). Ook hier biedt geen enkele opleiding op dit moment uitgebreid en verdiepend onderwijs. Met betrekking tot verpleegkunde is er een lerend netwerk opgestart. Tijdens online-bijeenkomsten worden ontwikkelingen gedeeld, lesmateriaal uitgewisseld en ondersteuning geboden bij het inbedden van de thema's overgewicht en leefstijl in de curricula. Ook het nieuwe opleidingsprofiel voor toekomstige hbo-verpleegkundigen, Bachelor Nursing 2030, vraagt aandacht voor preventie en gezondheidsbevordering. Dit thema biedt kansen om de aandacht voor leefstijl verder in te bedden in de curricula.



FIGUUR 1. Aandacht voor leefstijldomeinen in de bachelor Geneeskunde.

*De volgende onderwerpen vallen onder leefstijl: bewegen, slaap, ontspanning, stress, roken en alcohol.



FIGUUR 2. Aandacht voor leefstijldomeinen in de master Geneeskunde.

**De volgende onderwerpen vallen onder leefstijl: bewegen, slaap, ontspanning, stress, roken en alcohol.*

PRATEN OVER GEWICHT

Artsen en verpleegkundigen vinden het ingewikkeld om een gesprek over overgewicht te voeren met patiënten, blijkt uit de eerder genoemde interviews met deze professionals.^{10,11} Zij geven aan dat overgewicht een gevoelig onderwerp is. Stigmatisering van mensen met overgewicht belemmert hen vaak onbevooroordeeld en open in gesprek te gaan met de patiënt. Daarbij leeft de gedachte dat het aankaarten van gewicht en leefstijl ten koste kan gaan van de goede relatie met de patiënt. Daarom is het extra belangrijk dat artsen en verpleegkundigen oordeelvrij kunnen communiceren met patiënten. Artsen en verpleegkundigen zouden daarom in de opleiding al communicatievaardigheden moeten aanleren om het gesprek over gewicht op een goede manier aan te gaan. Als ondersteuning in het onderwijs en de praktijk heeft het project een van oorsprong Canadese gesprekskaart 'Praten over gewicht' voor (huis)artsen en verpleegkundigen vertaald naar de Nederlandse situatie, in samenwerking met 'The European Association for the Study of Obesity' (EASO).¹² Daarnaast is samen met Stichting Lezen en Schrijven een online lesmodule ontwikkeld over het herkennen en bespreken van laaggeletterdheid bij patiënten met overgewicht.

SAMENWERKING IN DE KETEN

Alleen wanneer artsen en verpleegkundigen kennis van de verschillende oorzaken en behandelmogelijkheden hebben, en tevens beschikken over goede gespreksvaardigheden en gedragsveranderingstechnieken, kunnen zij de juiste zorg bieden en naar de juiste (zorg)professional verwijzen, eventueel in combinatie met zelfmanagement-tools. Voor interprofessioneel werken is het van belang dat verschillende zorgprofessio-

nals verantwoordelijkheid delen. Het is nodig om elkaar te kennen en te kunnen vinden in het zorg- en sociale domein. Dit betekent dat er in de opleiding ook meer aandacht moet komen voor de kennis van andere professionals die betrokken zijn bij de aanpak van overgewicht. Het project heeft daarom acht kennisclips ontwikkeld die duidelijkheid bieden over de rollen en verantwoordelijkheden van de verschillende (zorg)professionals betrokken bij patiënten met obesitas (bijvoorbeeld een diëtist, leefstijlcoach en fysiotherapeut). De kennisclips kunnen worden gebruikt in de opleidingen.

BELEID

Meer aandacht voor leefstijl in het zorgonderwijs is dus noodzakelijk, maar implementatie in het curriculum blijkt een uitdaging.¹³ In 2020 is het nieuwe Raamplan voor de opleiding geneeskunde uitgebracht, met daarin de competenties voor de arts van de toekomst.¹⁴ Hierin wordt nadrukkelijk aandacht gevraagd voor onderwijs gericht op preventieve zorg. Daarnaast klinkt vanuit opleidingen en het werkveld de roep om meer aandacht te besteden aan kennis en vaardigheden om overgewicht en leefstijl te kunnen adresseren en door te verwijzen. Ondanks deze roep uit het veld, lopen opleidingen vaak nog tegen obstakels aan, zoals een overvol curriculum. Dit bleek uit een knelpunteninventarisatie bij de geneeskundeopleidingen.⁵ Daarnaast werd genoemd dat docenten een kennistekort ervaren en dat er vaak onvoldoende draagvlak is vanuit het hoger management. Docenten krijgen weinig tot geen tijd voor lobby en onderwijsontwikkeling en moeten dit veelal in eigen tijd doen. Om docenten te ondersteunen wordt momenteel een online bibliotheek met lesmateriaal ontwikkeld. Door deze online bibliotheek vrij toegankelijk te

maken, kunnen docenten eenvoudig gebruikmaken van de verschillende materialen.

CONCLUSIE

Het project ondersteunt en versterkt meer aandacht voor leefstijl in zorgopleidingen en biedt een landelijk netwerk van opleidingen en stakeholders. Om te realiseren dat in 2030 alle geneeskunde- en verpleegkundeopleidingen voldoende aandacht besteden aan overgewicht en leefstijl, moet er aandacht zijn en blijven voor inhoudelijke kennis, gespreksvoering en gedragsverandering. Er is een beweging in gang gezet, aansluitend op het Raamplan Artsopleiding en de Bachelor of Nursing 2030. De komende jaren is doorontwikkeling nodig om dit in leerlijnen in te bedden, docenten te trainen en om preventie en de behandeling van overgewicht te verankeren in het reguliere werkproces van artsen en verpleegkundigen. Afstemming en uitwisseling met de verschillende initiatieven blijft nodig in de route naar voldoende aandacht voor leefstijl in de zorg.

REFERENTIES

1. RIVM. Overgewicht | Leeftijd en geslacht | Volwassenen. Te raadplegen via www.vz-info.nl/overgewicht/leeftijd-geslacht/volwassenen, bekeken op 7 augustus 2023.
2. Riaz H, Khan MS, Siddiqi TJ, et al. Association between obesity and cardiovascular outcomes: a systematic review and meta-analysis of Mendelian randomization studies. *JAMA network open* 2018;1:e183788.
3. Avgerinos KI, Spyrou N, Mantzoros CS, et al. Obesity and cancer risk: emerging biological mechanisms and perspectives. *Metabolism* 2019;92:121-35.
4. Vucenik I, Stains JP. Obesity and cancer risk: evidence, mechanisms, and recommendations. *A New York Acad Sci* 2012;1271:37-43.
5. Tang X, Zhao W, Lu M, et al. Relationship between central obesity and the incidence of cognitive impairment and dementia from cohort studies involving 5,060,687 participants. *Neurosci Biobehav Rev* 2021;130:301-13.
6. Ministerie van VWS. Integraal Zorgakkoord: 'Samen werken aan gezonde zorg' - Rapport - Rijksoverheid.nl. 2022. Te raadplegen via www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2022/09/16/integraal-zorgakkoord-samen-werken-aan-gezonde-zorg, bekeken op 13 februari 2023.
7. Ministerie van VWS. Nationaal Preventieakkoord. 2018. Te raadplegen via www.rijksoverheid.nl/documenten/convenanten/2018/11/23/nationaal-preventieakkoord, bekeken op 17 februari 2023.
8. Huang Y, Lu Y, Huang Y-M, et al. Obesity in patients with COVID-19: a systematic review and meta-analysis. *Metabolism* 2020;113:154378.
9. Aanpak overgewicht en obesitas. Partnerschap Overgewicht Nederland. Te raadplegen via www.partnerschapovergewicht.nl/stappenplan, bekeken op 31 januari 2023.
10. Plas M, Menkveld M, Saals B, et al. Aandacht voor overgewicht en leefstijl in de opleiding geneeskunde. *Overgewicht & Leefstijl in Zorgopleidingen*, 2021. Te raadplegen via www.alliantievoeding.nl/kennis-en-media/bestanden/413.
11. Plas, M, Botros N, Menkveld M, et al. Perspectieven op verpleegkunde-onderwijs over overgewicht en leefstijl. *Overgewicht & Leefstijl in Zorgopleidingen*, 2021.

AANWIJZINGEN VOOR DE PRAKTIJK

- Meer dan de helft van de volwassenen in Nederland heeft overgewicht, 15% heeft ernstig overgewicht (obesitas). Om de zorg behapbaar te houden is het van groot belang om deze percentages terug te dringen.
- Artsen en verpleegkundigen kunnen een belangrijke rol spelen bij de preventie van chronische aandoeningen als gevolg van overgewicht en obesitas. Hiervoor is meer aandacht nodig voor voeding, bewegen, ontspanning en andere factoren in de curricula van geneeskunde en verpleegkunde.
- Grondig veldwerk door middel van interviews met 110 artsen en verpleegkundigen laat zien dat het vooral ontbreekt aan diepgang en aan vaardigheden rondom het bespreekbaar maken en doorverwijzen naar andere relevante zorgprofessionals. Blijvende investering in de opleidingen is nodig om toekomstige artsen en verpleegkundigen handvatten te bieden om overgewicht en obesitas aan te kaarten en gericht te behandelen.
- Om zorgprofessionals te ondersteunen op het gebied van communicatie is de gesprekskaart 'Praten over gewicht' voor (huis)artsen en verpleegkundigen vertaald naar de Nederlandse situatie in samenwerking met 'The European Association for the Study of Obesity' (EASO).
- Voor het bevorderen van interprofessionele samenwerking zijn acht kennisclips ontwikkeld (met zorgprofessionals betrokken bij patiënten met obesitas) die duidelijkheid bieden over de rollen en verantwoordelijkheden van de verschillende (zorg)professionals.
- Onderwijsontwikkeling vraagt om meer tijd en aandacht, vooral vanuit hoger management van opleidingen.

Te raadplegen via www.alliantievoeding.nl/kennis-en-media/bestanden/358.

12. Infographic. Praten over gewicht: advies voor huisartsen en andere zorgverleners. *Overgewicht en Leefstijl in Zorgopleidingen*, 2022. Te raadplegen via www.alliantievoeding.nl/kennis-en-media/bestanden/421.
13. Statusrapport: voeding en leefstijl in zorgonderwijs. *Overgewicht & Leefstijl in Zorgopleidingen*, 2022.
14. Van de Pol M, Hacfoort M, Laan R. Raamplan Artsopleiding. 2020.