

## De diëtist in preventie en behandeling van overgewicht & obesitas bij kinderen

### Inleiding

De diëtist is onmisbaar in de aanpak van overgewicht en obesitas bij kinderen. Er is veel te horen en lezen over wat wel of geen goede voeding is, waardoor onjuiste adviezen kunnen worden gegeven en verstoord eetgedrag kan worden aangeleerd. De diëtist werkt op basis van de meest recente wetenschappelijke inzichten en kan deze voor de patiënt/consument vertalen naar hun dagelijkse praktijk. Daarnaast is de diëtist opgeleid om te begeleiden bij gedragsverandering en opvoedingsondersteuning te bieden.

### Diagnostiek overgewicht en obesitas

In de Zorgstandaard Obesitas wordt als uitgangspunt voor de diagnostiek het vaststellen van het Gewichtsgerelateerd Gezondheids Risico (GGR) beschreven. Het GGR wordt vastgesteld op basis van de BMI gecombineerd met aanwezigheid van eventuele andere risicofactoren.

BMI	Geen risicofactoren of comorbiditeit	Risicofactoren of comorbiditeit
Overgewicht	Licht verhoogd	Matig verhoogd
Obesitas Graad 1	Matig verhoogd	Sterk verhoogd
Obesitas Graad 2	Sterk verhoogd	Extreem verhoogd
Obesitas Graad 3	Extreem verhoogd	Extreem verhoogd

Naast het GGR is het belangrijk dat deze aangevuld wordt met informatie over de persoonlijke zorgbehoefte. Op basis hiervan kan een geschikt zorgprofiel worden gekozen. Het gaat dan om bijv. psychosociale omstandigheden en omgevingsfactoren, sociale omstandigheden en gezinsfactoren.

Voor kinderen is het hierbij belangrijk dat de eet- en leefgewoonten van gehele gezin worden betrokken. De cognities, visie en mogelijkheden van de ouders moeten in kaart gebracht worden. Aanvullend kan naar de opvoedsituatie (waaronder opvoedingsstijl) en lichamelijke en geestelijke ontwikkeling van het kind gekeken worden.

### De behandeling van overgewicht en obesitas in het licht van de Zorgmodule Voeding

Zorgprofiel	Zorgprofiel 2	Zorgprofiel 3 en 4
Indicatie	Individuele zorg met algemeen voedingsadvies	Individuele zorg met (gespecialiseerde) dieetbehandeling
Inhoud zorgprofiel	Zorgverlener geeft algemeen voedingsadvies en richt zich op het bewust maken van de aanwezige gezondheidsrisico's, het leggen van de relatie leefstijl/ziekte en indien nodig het creëren van motivatie voor leefstijlverandering.	Zorgverlener geeft dieetbehandeling gericht op het voorkomen, opheffen, verminderen of compenseren van met voeding samenhangende of door voeding beïnvloedbare stoornissen, beperkingen en participatieproblemen conform richtlijn indien aanwezig.
Mogelijke disciplines die hierbij betrokken zijn	Jeugdverpleegkundigen, gewichtsconsulenten of leefstijlcoaches, etc.	(gespecialiseerd) diëtist

Zie voor meer informatie (ook voor goede adviezen in zorgprofiel 2 of bij zelfmanagement) op [www.artsenwijzerdiëtetiek.nl](http://www.artsenwijzerdiëtetiek.nl).

## De (kinder)diëtist:

- ✓ Is toegankelijk voor kinderen, jongeren en/of ouders
- ✓ Maakt een advies op maat
- ✓ Helpt bij het aanleren van een gezond eetgedrag en coacht ouders bij de pedagogische vaardigheden die hiervoor nodig zijn
- ✓ Betreft het kind al jong op een kindvriendelijke en positieve manier bij de behandeling met de focus op 'leuk, lekker en gezond' in plaats van op het overgewicht zelf
- ✓ Betreft het gezin bij de behandeling
- ✓ Houdt daarbij rekening met de wensen, behoeften en gewoontes van het gezin
- ✓ Coacht kind, jongere en/of ouders naar blijvende gedragsverandering
- ✓ Overlegt met andere zorgverleners

Kortom: **Dieetadvies is maatwerk! Ieder kind en gezin is tenslotte uniek!**

## Inhoud van het dieetbehandelplan van de diëtist

- Geïndividualiseerd energiebeperkt dieet (behandelfase van 1 jaar plus een onderhoudsfase van 1 jaar gericht op terugvalpreventie)
- Een blijvende verbetering van de voedingsgewoonten van het hele gezin
- Variatie en regelmaat, voldoende nachtrust
- Aanleren van nieuwe voedselvaardigheden
- Omgaan met emoties en stress en negatieve omgevingsinvloeden (zoals pesten)
- Voorkoming eetproblemen
- Beweegadvies conform Nederlandse Norm Gezond Bewegen

## Betrek de diëtist!

- Als **behandelaar** in zorgprofiel 3 en 4. Maar ook wanneer algemene voedingsadviezen door andere professionals niet voldoende resultaat geven, kan opgeschaald worden naar een hoger profiel en de diëtist ingezet worden voor individuele dieetbehandeling.
- Bij preventie als **adviseur** t.a.v. voedingsbeleid of het opzetten (en eventueel uitvoeren) van activiteiten rondom gezond gewicht in de regio.
- als **deskundigheidsbevorderaar** voor andere professionals binnen de keten of als voorlichter voor intermediairs

### Websites

- [www.jongerenopgezondgewicht.nl](http://www.jongerenopgezondgewicht.nl)
- [www.partnerschapovergewicht.nl](http://www.partnerschapovergewicht.nl)
- [www.loketgezondleven.nl](http://www.loketgezondleven.nl)
- [http://rivmtoolkit.nl/Onderwerpen/Ouderbetrokkenheid\\_gezond\\_gewicht](http://rivmtoolkit.nl/Onderwerpen/Ouderbetrokkenheid_gezond_gewicht)
- [www.dieetbehandelingsrichtlijnen.nl](http://www.dieetbehandelingsrichtlijnen.nl)

### Brondocumenten

- Zorgstandaard obesitas (PON)
- Zorgmodule Voeding (PON)
- Richtlijn Overgewicht (Jeugdgezondheidszorg)
- Positionering rol centrale zorgverlener bij kinderobesitas (PON)
- Overgewicht en Obesitas (factsheet NVD)
- Richtlijn Voeding en Eetgedrag (Jeugdgezondheidszorg)
- Artsenwijzer Diëtetiek ([www.artsenwijzerdietetiek.nl](http://www.artsenwijzerdietetiek.nl))