



Infosheet uitkomsten vragenlijst vroegsignalering leefstijl en zwangerschap

Leefstijlthema VOEDING

Hoe adviseren verloskundigen (aanstaande) ouders over gezonde voeding, stoppen met roken en het gebruik van alcohol? Wat gaat er goed en wat kan beter? In een online vragenlijst gaven 335 verloskundigen antwoord op deze en andere vragen over het bespreken van een gezonde leefstijl. De antwoorden geven inzicht in wat verloskundigen al doen om de leefstijl te bespreken en wat zij nog nodig hebben om hun aanpak te versterken. De uitkomsten gebruikt de projectgroep als basis voor de (door)ontwikkeling van (nieuwe) materialen. Deze materialen kunnen verloskundigen ondersteunen bij hun gesprekken met cliënten over leefstijl. Daarnaast wordt onderzocht hoe bestaand materiaal beter geïmplementeerd kan worden. De projectgroep is een samenwerking tussen de KNOV, het Voedingscentrum en het Trimbos-instituut.

Tijdens de zwangerschap is een kind volledig afhankelijk van de voeding en voedingsreserves van de moeder. Goede en veilige voeding draagt bij aan een gezonde start. Daarom is het belangrijk dat voeding aan bod komt tijdens consulten bij de verloskundige. Het Voedingscentrum raadt zwangere vrouwen aan om gevarieerd te eten volgens de Schijf van Vijf en hanteert daarnaast aanvullende specifieke adviezen.

Hoe vaak en wanneer bespreken verloskundigen voedingsgewoonten?

Bijna alle verloskundigen zijn het eens met de stelling dat het belangrijk is om voeding ter sprake te brengen. Zij bespreken het vaak al tijdens de eerste intake. In volgende consulten komt 4% er altijd op terug. 40% bespreekt de voedingsgewoonten meestal nogmaals tijdens latere consulten. De meerderheid komt er soms op terug bij volgende bijeenkomsten (56%), vaak ook naar aanleiding van vragen van de zwangere vrouwen zelf.

- **94%** vindt het belangrijk om voeding te bespreken tijdens de consulten
- **83%** bespreekt bijna altijd de voedingsgewoonten tijdens een eerste consult (intake)

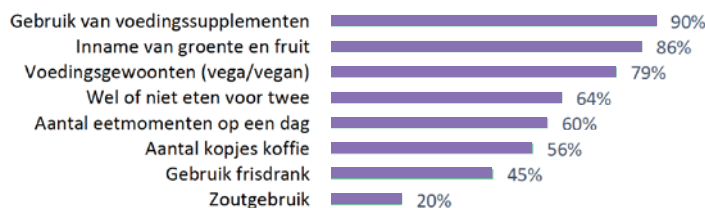
Voelen verloskundigen zich zeker bij het bespreken van voedingsgewoonten?

Ja, het overgrote deel van de verloskundigen geeft bij deze vraag aan geen moeite te hebben met het bespreken van voedingsgewoonten:

- **87%** voelt zich zeker om het gesprek over de voedingsgewoonten te voeren
- **11%** voelt zich niet zeker, niet onzeker
- **2%** voelt zich onzeker tot zeer onzeker

Hoe bespreken verloskundigen de voedingsgewoonten?

Om voedingsgewoonten in kaart te brengen vragen veel verloskundigen naar het gebruik van vitaminesupplementen en naar de inname van groente en fruit. Minder vaak hebben verloskundigen het over het zoutgebruik.



“Ik geef het eerste woord aan de zwangere zelf, om een beeld te geven van hoe haar dagelijkse eetpatroon is, vraag specifiek wat zij op een dag zoal eet, indien nodig geef ik advies en verwijst ik haar naar Voedingscentrum.nl.”

Welke onderwerpen komen aan bod tijdens het consult?

Bijna alle verloskundigen besteden aandacht aan veilige voeding met het oog op microbiële besmettingen zoals listeria, toxoplasmose en salmonella. Evenveel verloskundigen bespreken het belang van foliumzuur en vitamine D slikken. Zie figuur 2.

Waar verwijzen verloskundigen naar door voor meer informatie over voeding?

Zie figuur 3.

Zijn er nog knelpunten die worden ervaren bij het geven van voedingsadvies?

De meerderheid zegt nee: 62% van de verloskundigen geeft aan geen knelpunten te ervaren.

Ruim een derde van de verloskundigen (38%) ervaart wél knelpunten in het geven van een voedingsadvies.

De 3 meest gekozen redenen voor deze groep zijn:

- 1 Gebrek aan tijd om het tijdens consulten ter sprake te kunnen brengen (21%)
- 2 Het wordt als moeilijk ervaren om cliënten te motiveren om hun gedrag rondom voeding te veranderen (21%)
- 3 Het wordt als moeilijk ervaren om voedingsgewoonten te bespreken met cliënten met een andere culturele achtergrond (14%)

In de toelichting geven verschillende verloskundigen aan dat zij het lastig vinden om het gesprek aan te gaan over voeding bij vrouwen met overgewicht of obesitas. Zij geven aan dat het een gevoelig onderwerp is.

Figuur 2. Welke onderwerpen komen aan bod tijdens het consult?



Figuur 3. Waar verwijzen verloskundigen naar door voor meer informatie over voeding?



Waar hebben verloskundigen behoefte aan qua materiaal of ondersteuning als het gaat om voedingsadvisering?

Een kwart van de verloskundigen voelt zich voldoende toegerust om cliënten te adviseren over voeding en heeft geen extra materiaal of ondersteuning nodig. Van de vier antwoordmogelijkheden, kozen de meeste verloskundigen voor een e-learning over voedingsadvisering in de zwangerschap. Er waren meerdere keuzes mogelijk:

- Een e-learning over voedingsadvisering in de zwangerschap (63%)
- Ik heb geen behoefte aan voorlichtingsmateriaal (25%)
- Een video die ik aan mijn cliënten kan laten zien (22%)
- Een video die ik in de wachtkamer kan afspelen (20%)

In de open antwoorden geven verloskundigen nog wat andere concrete suggesties ter ondersteuning van voedingsadvisering:

- Folders (over obesitas en zwangerschap, de voordelen van goede voeding)
- Wetenschappelijke onderbouwing van voedingsadviezen
- Meer kennis over voeding om een voorlichtingsavond te kunnen geven
- Naslagwerk voor cliënten
- Video om door te mailen
- Een digitale overzichtskaart (kort en bondig)
- Betere intercollegiale samenwerking met andere disciplines gespecialiseerd in gezonde voeding

Hoe gaan we verder?

De projectgroep Vroegsignalering Leefstijl en Zwangerschap gebruikt deze resultaten voor:

- een betere implementatie van bestaand materiaal, zie bijvoorbeeld [de toolbox Voeding en Zwangerschap van de KNOV](#);
- de ontwikkeling van nieuw materiaal, zoals foldermateriaal voor zwangere vrouwen en partners of de doorontwikkeling van bestaande materialen.

In de eerste helft van 2021 wordt nieuw materiaal ontwikkeld en bestaand materiaal waar nodig aangepast. In 2021 wordt er in vier regio's een pilot uitgevoerd. Verloskundigenpraktijken in deze regio's vormen een testomgeving voor het materiaal en voor een training die nog ontwikkeld wordt. Tot slot volgt een rapportage met aanbevelingen voor verdere implementatie en mogelijkheden voor doorontwikkeling.

Wil je meer weten over deze verkenning of over het project Vroegsignalering Leefstijl en Zwangerschap?

Neem dan contact met ons op:

Angelique Anderson, Projectmanager Vroegsignalering Leefstijl en Zwangerschap KNOV
aaanderson@knov.nl

