

Van dieet naar alledaagse leven: een salutogeen perspectief voor het stimuleren van gezond eten in mensen met diabetes type 2

Kristel Polhuis, MSc

10 Maart 2020

VoedingNL - Utrecht



Inhoud

- Introductie D2SAL-project
 - *Projectteam*
 - *Financiering*
 - *Doel*
 - *Salutogeen perspectief*
 - *Innovatieve aspecten*
 - *Onderzoeksfases en resultaten*
- Slotopmerkingen

Projectteam



Lenneke Vaandrager
Co-promotor



Maria Koelen
Promotor



Sabita Soedamah-Muthu
Co-promotor



Marianne Geleijnse
Promotor



Kristel Polhuis
PhD candidate

Financiering – Edema-Steernberg Foundation

- Non-profit
- Initiëren van multidisciplinair voedingsonderzoek



Doel D2SAL Project

- **D2SAL** = **D**iabetes Mellitus Type **2** vanuit **SAL**utogeen Perspectief
- **Overkoepeld doel** = ontwikkelen en evalueren van een salutogene interventie die gezond eten faciliteert in mensen met diabetes type 2
- **Salutogeen perspectief** = focus op factoren die gezondheid en welzijn creëren, vergroten en ondersteunen

Biomedisch versus Salutogeen perspectief

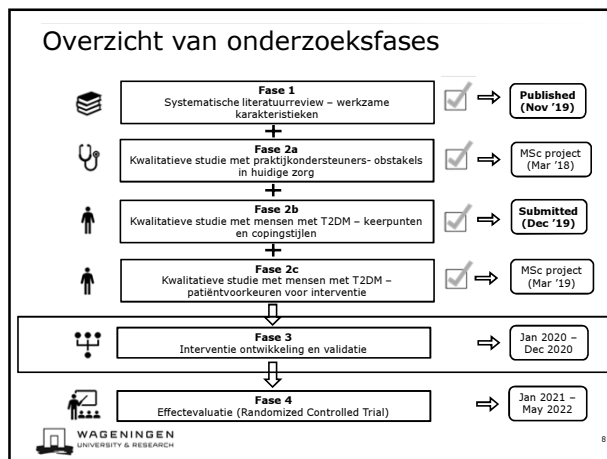
	Biomedisch perspectief	Salutogeen perspectief
Definitie van gezondheid	Afwezigheid van (fysieke) ziekten	Een complex en dynamisch concept bestaand uit fysieke, mentale, sociale en spirituele dimensies dat wordt gevormd door continue interacties tussen het individu en zijn omgeving
Startpunt	Pathogenese – identificeren van determinanten van ziekte	Salutogenese – begrijpen van factoren die gezondheid creëren en vergroten
Implicatie voedingsonderzoek	Eten voor gezondheid is een centraal doel in het leven	Eten voor gezondheid is een middel voor het leiden van een plezierig leven

Innovatieve aspecten D2SAL-project


- 1) Holistische benadering**
 - Mens in zijn totaliteit centraal
 - Fysieke en mentale gezondheid even belangrijk
 - Persoonlijke levensverhaal en dagelijkse context
- 2) Hand-in-hand met de doelgroep**
- 3) Interdisciplinaire samenwerking**
 - Voedings- en sociale wetenschappen
 - Kwantitatieve en kwalitatieve onderzoek



7




Fase 1 – Verkennen van effectieve en relevante interventiekenmerken



Systematic review of salutogenic-oriented lifestyle randomised controlled trials for adults with type 2 diabetes mellitus

C.M.M. Polhuis (Kristel)^{1,*}, L.I. Bouwman (Laura)², L. Vaandrager (Lenneke)³, S.S. Soedamah-Muthu (Sabita)⁴, M.A. Koelen (Maria)⁵


¹ Health and Society, Wageningen University, Wageningen, The Netherlands
² Center of Research on Psychological and Somatic disorders (CORPS), Department of Medical and Clinical Psychology, Tilburg University, Tilburg, The Netherlands
³ Institute for Food, Nutrition and Health, University of Reading, Reading, United Kingdom



9

Resultaten studie 1


	Duur (wk)	Sessies (n)	Setting	Begeleider	Uitkomsten	Strategieën
Studie 1	12	12	Groep	Niet eenduidig	HbA1c Eigeneffektiviteit	Doelen zetten Zelf meten van bloedglucose



10

Fase 2 – Samenwerken met de doelgroep


- Mensen met Diabetes Type 2
 - 2b. Keerpunten en coping stijlen
- Gebeurtenissen die eetgedrag beïnvloedden – hoe ging/ga je daar mee om?

11

Resultaten studie 2a

	Duur (wk)	Sessies (n)	Setting	Begeleider	Uitkomsten	Interventie strategieën
Studie 2a	-	-	Groep	-	-	Reflectiviteit op eetgedrag Identiteit Hanteren van stress Zieke acceptatie Flexibel omgaan met eten Experimenteren met koken



12

Fase 2 – Samenwerken met de doelgroep

- Mensen met Diabetes Type 2
 - 2b. Keerpunten en coping stijlen
 - 2c. Patiëntvoorkeuren voor interventieprogramma**

Resultaten studie 2b

	Duur (wk)	Sessies (n)	Setting	Begeleider	Uitkomsten	Interventie strategieën
Studie 2b	-	-	Groep	POH	-	Niet als een patiënt voelen Normaal leven moet doorgaan Ziekte acceptatie Praktisch voedingsadvies Flexibel omgaan met eten Zelf meten van bloedglucose

Fase 2 – Samenwerken met de doelgroep

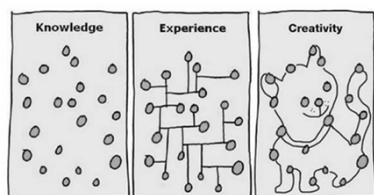
- Mensen met Diabetes Type 2
 - 2b. Keerpunten en coping stijlen
 - 2c. Patiëntvoorkeuren voor interventieprogramma
- Praktijkondersteuners
 - 2a. Aanbevelingen voor interventieprogramma**

Resultaten studie 2c

	Duur (wk)	Sessies (n)	Setting	Begeleider	Uitkomsten	Interventie strategieën
Studie 2c	-	Wekelijks	-	Coach, psycholoog	-	Reflectiviteit op eetgedrag Identiteit Focus op de mens i.p.v. de ziekte

Fase 3: ontwikkeling van de interventie

Vertaling resultaten fase 1+2 -> **D2SAL interventie**



Fase 3a: vertaling naar D2SAL-interventie

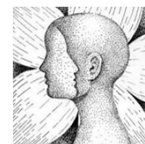
	Duur (wk)	Sessies (n)	Setting	Begeleider	Uitkomsten
Studie 1	12	12	Groep	Niet eenduidig	HbA1c Eigeneffectiviteit
Studie 2a	-	-	Groep	-	-
Studie 2b	-	-	Groep	POH	-
Studie 2c	-	Wekelijks	-	Coach, psycholoog	-

Fase 3a: vertaling naar D2SAL-interventie

	Interventiestrategieën
Studie 1	Doelen zetten Zelf meten van bloedglucose
Studie 2a	Reflectiviteit op eetgedrag Identiteit (wie ben en wat wil je) Hanteren van stress Ziekte acceptatie Flexibel omgaan met eten Experimenteren met koken
Studie 2b	Niet als een patiënt voelen Normaal leven moet doorgaan Ziekte acceptatie Praktisch voedingsadvies Flexibel omgaan met eten Zelf meten van bloedglucose
Studie 2c	Reflectiviteit op eetgedrag Identiteit (wie ben je en wat wil je) Focus op de mens i.p.v. de ziekte

Fase 3a: vertaling naar D2SAL-interventie

- Wekelijkse programma; 12 weken
- Groep
- Lifestyle coach
- Kerncomponenten: reflectiviteit, introspectie en identiteit
- Werkvorm: Leren door te ervaren



Fase 3b: validatie door de doelgroep

- Feedback van
 - Mensen met Diabetes Type 2
 - Zorgverleners
 - Wetenschappers van verschillende disciplines

→ Op basis hiervan laatste aanpassingen



Fase 4: implementatie en effectevaluatie

- Voorbereidingen
 - METC
 - Training interventiebegeleider
 - Werving deelnemers
- Randomized Controlled Trial
 - Fysieke uitkomsten
 - Mentale uitkomsten
- Kwalitatieve evaluatie
 - 'Zachte' uitkomsten
 - Procevaluatie



Slotopmerkingen

- Holistische aanpak chronische ziekten:
 - Individu **in zijn/haar omgeving**
 - *Betere connectie medische en psychische zorg*
- Voedingscommunicatie:
 - **Balans** tussen gezond eten en gelukkig leven
- Maatschappij:
 - *Faciliteren van een gezondheidsgericht leerproces*

Dankuwel voor uw aandacht!

Vragen?

kristel.polhuis@wur.nl

DIABETES

**LAAT JE NIET
CHRONISCH ZIEKEN**

Postbus 1045 6801 SA Arnhem www.loesje.nl

Loesje