

Interview Anne Krijger, gepromoveerd binnen het FLY-Kids project

Wat is jouw achtergrond? Waar is de interesse voor het onderwerp van je promotie vandaan gekomen?

Ik heb eerst geneeskunde gestudeerd. Tijdens de colleges werd het belang van gezonde voeding en leefstijl soms aangehaald, maar ik miste de onderbouwing en praktische handvatten die ik zou kunnen gebruiken om mijn toekomstige patiënten goed te kunnen helpen. Om die reden heb ik daarna nog een master voedingswetenschap gevolgd. Toen wist ik: hier wil ik in door. Het promotietraject sloot perfect aan bij mijn interesses in leefstijl en kindergeneeskunde.

Waarom en hoe is FLY-Kids ontwikkeld?

Een gezonde leefstijl is essentieel voor goede groei, ontwikkeling en algehele gezondheid van jonge kinderen. Helaas weten we dat de leefstijl van een flink deel van de Nederlandse jonge kinderen suboptimaal is: ze eten bijvoorbeeld te weinig groente en fruit, consumeren teveel zoete dranken en bewegen te weinig.

FLY-Kids is ontwikkeld voor de Jeugdgezondheidszorg (JGZ) om ongezond leefstijlgedrag bij kinderen van 1 t/m 3 jaar te signaleren en bespreekbaar te maken. Het helpt ouders en JGZ-professionals om het gesprek over gericht leefstijl aan te gaan. Dit bespreken en adviseren door JGZ-professionals draagt hopelijk bij aan het tijdig bijsturen van ongezond gedrag en mogelijke preventie van leefstijl gerelateerde gezondheidsproblemen, zoals overgewicht.

FLY-Kids is in verschillende stappen ontwikkeld. Eerst hebben we het huidige leefstijlgedrag van Nederlandse jonge kinderen onderzocht en bekeken of we daarin knelpunten en patronen konden herkennen. Vervolgens hebben we de karakteristieken van bestaande instrumenten samengevat en de eisen aan het nieuwe instrument volgens ouders en JGZ-professionals onderzocht. Tenslotte hebben we het instrument FLY-Kids ontworpen.

Welke onderwerpen worden besproken in de vragenlijst? Wat is het doel van de vragenlijst?

FLY-Kids bestaat uit tien korte meerkeuze items in de thema's tevredenheid van ouders, gezonde voeding, ongezonde voeding, eetgewoonten en andere leefstijlgewoonten. Op basis van de antwoorden van ouders wordt een dashboard gecreëerd. Dit dashboard scheidt enerzijds bewustwording bij ouders. Anderzijds biedt het de ouder en JGZ-professional aanknopingspunten voor het gesprek. De bijbehorende handelingsperspectieven kan de JGZ-professional gebruiken om de ouder te helpen in het verbeteren van de leefstijl van het kind.

FLY-Kids is al in de praktijk getest, wat kwam hieruit?

De tevredenheid van ouders over de leefstijl van hun kind was erg hoog, zij beoordeelden dit gemiddeld met een 8.4 (schaal 1-10). Toch was niet bij alle kinderen de leefstijl even optimaal. Slechts 3.0% van de kinderen voldeed aan alle aanbevelingen. De minst goed gescoorde items waren 'snacks', 'dranken met suiker' en 'schermtijd'. Hier is dus de meeste winst te behalen. Daarnaast vonden zowel ouders als JGZ-professionals FLY-Kids behulpzaam en gebruiksvriendelijk vonden. Daar waren we heel blij mee!

Hoe nu verder met de ontwikkeling van FLY-Kids?

Het project gaat gelukkig door! We hopen het instrument te digitaliseren en verder te implementeren binnen de JGZ. Ook ambiëren we gebruikersonderzoek en longitudinaal onderzoek waarin gekeken wordt of het gebruik van FLY-Kids zorgt voor leefstijlverandering of zelfs preventie van overgewicht. Hierbij zou specifieke aandacht moeten zijn voor het gebruik bij families met lagere sociaaleconomische en migratie achtergronden.