



NAAM: RACHEL VAN DER POLS-VIJLBRIEF
 GEBOREN: 30 APRIL 1986
 WOONPLAATS: HILVERSUM
 FUNCTIE: PROMOVENDUS, AFDELING
 GEZONDHEIDSWETENSCHAPPEN, VRIJE
 UNIVERSITEIT AMSTERDAM
 LID VAN DE NEDERLANDSE ACADEMIE VAN
 VOEDINGSWETENSCHAPPEN

NAV-lid Rachel van der Pols-Vijlbrief: ‘Hoe kunnen we de groep ouderen in de thuiszorg het beste bereiken?’

HOE BEN JE IN DE VOEDINGSWERELD TERECHTGEKOMEN?

‘Mijn passie is... genieten van koken, van verse mooie producten en het uitproberen van nieuwe recepten. Van jongs af aan ben ik al geïnteresseerd in alles wat met voeding en gezondheid te maken heeft. Calorieën vergelijken, etiketten lezen, meehelpen in de keuken. Zit er meer suiker in magere of in volle yoghurt?’

De interesse in voeding in combinatie met mijn voorkeur voor de bètavakken op de HAVO zorgde uiteindelijk voor een logische keuze: de opleiding Voeding en Diëtetiek in Amsterdam. Na het afronden van deze studie en daarna de master Voeding & Gezondheid aan Wageningen Universiteit, ben ik bij de VU Amsterdam terecht gekomen als junior onderzoeker.’

WAT HOUDT JE HUIDIGE WERK IN?

‘Mijn huidige promotie-onderzoek gaat over de Preventie van Ondervoeding bij Thuiswonende ouderen. Het is een uitdagend, veelzijdig project, met veel verschillende facetten van onderzoek. Zo heb ik een review geschreven om een overzicht te krijgen van de bestaande literatuur ten aanzien van de-

terminanten van ondervoeding bij thuiswonende ouderen. Daarnaast hebben we interviews en focusgroepen gehouden bij ouderen met ondervoeding om te kijken wat hun visie en perceptie is ten aanzien van de onderliggende factoren. Het is leuk en nuttig om de mensen aan het woord te laten, maar ook confronterend om de eenzaamheid te zien waar sommige ouderen mee te maken krijgen als bijvoorbeeld de partner wegvalt, of mensen minder mobiel worden. De uitkomst van deze twee onderdelen samen was de basis voor een vragenlijst naar de factoren die aan ondervoeding ten grondslag liggen. Die vragen zullen we stellen aan een groep van 300 thuiswonende ouderen.

Met de uitkomst van de vragenlijst willen we uiteindelijk een checklist ontwikkelen met de factoren die (mogelijk) beïnvloedbaar zijn. De checklist in combinatie met een actieplan zal uiteindelijk een praktisch hulpmiddel zijn om bij mensen met een risico op ondervoeding in kaart te brengen welke factoren dit risico veroorzaken en hoe deze factoren aangepakt kunnen worden. Hiermee hopen we ondervoeding verder te voorkomen of zelfs voor te zijn. Volgend

jaar zullen we deze interventiestudie uitvoeren in een groep thuiswonende ouderen en onderzoeken op onder andere kosteneffectiviteit.’

WAT ZOU JE NOG ONDERZOCHT WILLEN ZIEN?

‘Het liefst zou ik morgen een antwoord willen hebben of er een makkelijke manier is om ondervoeding in deze doelgroep te voorkomen. Kunnen we ouderen die vaak al zoveel hebben meegemaakt helpen om een gezonde voedingsstatus te behouden/krijgen?’

Ik zou er graag achter willen komen hoe we de groep ouderen in de thuiszorg het beste kunnen bereiken en hoe we ervoor kunnen zorgen dat deze mensen gelukkig en gezond zo lang mogelijk in hun eigen omgeving kunnen blijven wonen. Welke disciplines zijn hierbij nodig? Welke factoren spelen de grootste rol als mensen in de risicogroep vallen voor het ontwikkelen van ondervoeding. Zijn deze risicofactoren te doorbreken en te veranderen zodat we kunnen voorkomen dat iemand uiteindelijk ondervoerd raakt? Ik hoop dat ik de komende jaren met een aantal antwoorden kan komen.’