



Naam: **Tanja Adam**
 Geboortjaar: **1974**
 Woonplaats: **Maastricht**
 Functie: **Universitair
 hoofddocent afdeling
 Voeding en Bewe-
 gingswetenschappen**

NAV-lid Tanja Adam:

‘We behandelen obesitas alsof het een keuze is’

Hoe bent u in de voedingswereld terechtgekomen?

Ik heb psychologie gestudeerd in Duitsland. Daarna ben ik gaan werken in een kliniek voor mensen met psychosomatische klachten, op een afdeling voor eetstoornissen. Daar heb ik een grote belangstelling ontwikkeld voor eetstoornissen en dan met name obesitas. In de kliniek werd obesitas voornamelijk vanuit de psychologische kant benaderd. Ik had zelf de behoefte om dit verder uit te breiden. Daarom ben ik op de Universiteit van Maastricht mijn PhD gaan doen op de afdeling Humane Biologie, om ook de fysiologische aspecten van obesitas beter te doorgronden. Na een tijd in de VS ben ik in 2012 universitair docent geworden op de Universiteit van Maastricht.

Wat houdt uw huidige werk in?

Ik werk nu op de afdeling Voeding en Bewegingswetenschappen. We runnen grootschalige studies naar lijfstijlinterventies waarmee

we oorzaken en mogelijke behandeling van obesitas onderzoeken. Mijn persoonlijke passie binnen deze studies ligt in de interactie tussen lichaam en brein met betrekking tot de regulatie van voedselinname. Net als veel docenten aan de Universiteit van Maastricht, heb ik een fifty-fifty-aanstelling: vijftig procent onderwijs en vijftig procent onderzoek. Ik geef les in de gezondheidswetenschappen, binnen de biomedische wetenschappen. Het leukst aan mijn huidige baan vind ik de veelzijdigheid en de mogelijkheid een verschil te maken voor de gezondheid en de levenskwaliteit van mensen. Als je nieuwsgierig bent, kun je je binnen de academie uitleven: je hebt dagelijks kans om die nieuwsgierigheid op te volgen. Verder vind ik het leuk dat ik mijn klinische ervaring kan toepassen in mijn huidige werk; daar ben ik nog steeds dankbaar voor. Deze ervaring en kennis geven mij nog altijd een *drive* om op zoek te gaan naar oorzaken van obesitas en een oplossing voor het probleem.

Wat wilt u nog onderzocht zien?

Wij behandelen obesitas meestal alsof het een keuze is, maar ik denk dat dat voor veel mensen niet geldt. Het simpele advies, zoals minder eten en meer sporten, werkt vaak niet. Het succes van gewichtsverlies en gewichtsbehoud is niet alleen een kwestie van zelfdiscipline. Er zijn bijvoorbeeld ook fysiologische factoren van belang, zoals insulinegevoeligheid. Om aan een oplossing te kunnen werken, moet obesitas als complex probleem benaderd worden. Het uitgangspunt dat obesitas een keuze is, leidt tot stigmatisering. Ik wil mij inzetten om dat te laten verdwijnen, bijvoorbeeld door manieren te onderzoeken waarop mensen daadwerkelijk gewicht kunnen verliezen en handhaven. Daarvoor is het belangrijk dat verschillende disciplines nog veel beter gaan samenwerken, denk aan behandelaars en vakgebieden als psychologie, fysiologie, genetica en sociologie. Aspecten uit deze disciplines hebben bij obesitas een wisselwerking met elkaar. «