



NAV-lid Gerda Pot

Gezonder eten in de zorg



1 *Waarom bent u voedingswetenschappen gaan studeren?*

Mijn interesse voor voeding begon al op jonge leeftijd. Toen ik net kon schrijven, schreef ik alle etiketten over van voedingsmiddelen. Aan het einde van de middelbare school ging ik op zoek naar een studie. Ik vond veel vakken leuk, van scheikunde, biologie tot psychologie. Daarom wilde ik graag iets gaan studeren waarbij meerdere van deze onderwerpen aan bod kwamen. Zo kwam ik uit op Voeding en Gezondheid aan de universiteit in Wageningen. Na twee stages (één in Engeland in het bedrijfsleven en één bij TNO) bleek dat ik vooral verder wilde als onderzoeker, met name om onderzoek met mensen te doen. Zo werd ik in april 2004 promovendus bij de vakgroep Humane Voeding in Wageningen. Na mijn promotieonderzoek heb ik 6 jaar in Engeland (Cambridge en London) gewoond en gewerkt om mijn horizon te verbreden. Daar heb ik mijn passie ontwikkeld voor het onderzoek naar niet alleen wát we eten maar ook wanneer, ook wel chrono-nutrition genoemd. Terug in Nederland ben ik aan de slag gegaan met voeding binnen het bredere kader van leefstijl. Zo heb ik de Kennissynthese Voeding als behandeling van chronische ziekten geleid en heb ik bijna 5 jaar gewerkt als onderzoeker voor het Louis Bolk Instituut, dat praktijkgericht onderzoek doet naar duurzame landbouw, voeding en gezondheid. Momenteel werk ik als programma coördinator bij de Alliantie Voeding in de Zorg, het landelijk expertisecentrum van voeding in de zorg.

2 *Wat houdt je huidige werk in?*

Sinds mei 2022 werk ik als programma coördinator bij de Alliantie Voeding in de Zorg. Ik ben verantwoordelijk voor het aanjagen, opzetten, aansturen en mede-uitvoeren van diverse projecten binnen de verschillende onderzoekprogramma's, toepassing en uitrol van kennis. Dit past heel goed bij mijn persoonlijke ambitie, mensen gezonder te maken door middel van voeding en leefstijl. Ik vind het heerlijk mijn wetenschappelijke kennis te gebruiken in een praktijkgerichte setting, samen met een team van enthousiaste onderzoekers en medewerkers. Mijn promotieonderzoek had ik als een van de eerste promovendi vanuit de vakgroep Humane Voeding van de WUR uitgevoerd in Ziekenhuis Gelderse Vallei in Ede en Rijnstate in Arnhem. Dit was een van de voorlopers van de Alliantie Voeding in de Zorg. Het is heel leuk om weer terug te zijn en te zien hoe de Alliantie de afgelopen jaren is gegroeid. Ik ben heel blij dat ik nu mijn steentje verder kan bijdragen aan de Alliantie en ervoor te zorgen dat mensen in de zorg gezonder en duurzamer gaan eten. Naast deze functie ben ik ook bestuurslid bij de NAV.

3 *Wat zou je nog onderzocht willen zien?*

Inmiddels hebben we een aardig beeld van wat gezonde voeding is. De grootste uitdaging is, hoe we dit in de praktijk brengen. Meer onderzoek naar de implementatie van gezonde voeding in het dagelijks leven voor

► Gerda Pot

Geboren: Maastricht
Woont in: Wageningen
Functie: Programma coördinator bij Alliantie Voeding in de Zorg

iedereen is een grote wens. Daarbij kan het helpen chrono-nutrition mee te nemen. Het belang van het tijdstip van eten en bijvoorbeeld regelmatig eten, zou een stukje in de puzzel kunnen zijn om voedings-gerelateerde chronische aandoeningen te verminderen. Ook kunnen we niet meer om duurzaamheid heen. Dus bij de implementatie van gezonde voeding in de praktijk, zou het mooi zijn het stuk duurzaamheid meteen mee te nemen. Het onderzoek zou samen met en voor de praktijk moeten worden uitgevoerd, want alleen zo kunnen we het verschil maken. ●