

# NAV-publicatieprijs naar artikel over gecombineerde leefstijlinterventie SLIMMER

*De Nederlandse Academie van Voedingwetenschappen reikt elk jaar aan een van haar leden een zogenoemde publicatieprijs uit voor de beste publicatie op voedingsgebied. Dit jaar werd de prijs uitgereikt tijdens het NAV-najaarsforum in Sezen in Utrecht.*

De hoofdprijs ging naar dr. ir. Geerke Duijzer (GGD-NOG) met het artikel *Effect and maintenance of the SLIMMER diabetes prevention lifestyle intervention in Dutch primary healthcare: a randomised controlled trial*. Het artikel laat zien dat de combinatie van voeding en fysieke activiteit bijdraagt aan een betere gezondheid van mensen met een risicoprofiel. Volgens de beoordelaars is het

publiek belang van leefstijlinterventies die kunnen worden ingezet voor preventie, zoals in dit artikel beschreven, zeer actueel.

## ONDERBOUWING

De gecombineerde leefstijlinterventie SLIMMER richt zich op het duurzaam verbeteren van de leefstijl van mensen met (een verhoogd risico op) obesitas. Dit draagt bij om type 2 diabetes te voorkomen. SLIMMER is uitgebreid onderzocht en leidt tot een duurzaam gewichtsverlies van 3 kg. Ook leidt het programma tot verbeteringen in klinische en metabole risicofactoren, voedingsinname, beweging en kwaliteit van leven, zowel op de korte als langere termijn. De leefstijlinterventie heeft een gedegen wetenschap-

pelijke onderbouwing en de resultaten zijn vastgelegd in 9 internationale, peer-reviewed gepubliceerde artikelen, alsook in een artikel voor Huisarts & Wetenschap van het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG).

## PRAKTIJK

Het SLIMMER-programma is geïmplementeerd in de praktijk en op basis van evaluatieonderzoek verder doorontwikkeld. De uitvoering is in handen van zorgverleners (huisartsenpraktijk, leefstijlcoach, diëtist en fysiotherapeut) en lokale beweegprofessionals. Met behulp van een dynamisch netwerk van betrokken partners krijgt structurele verankering van het programma steeds meer vorm.



GEERKE DUIJZER VERTELT OVER SLIMMER, EEN LEEFSTIJLINTERVENTIE DIE VOLGENS DE JURY ZEER ACTUEEL IS.

Het programma is sinds januari 2018 een erkende interventie en daarmee een effectieve aanpak. De interventie is erkend op het niveau van goede aanwijzingen voor effectiviteit. SLIMMER staat geregistreerd in het Loket Gezond Leven van het RIVM. Vanaf 2019 valt het programma onder verzekerbare zorg en kan dus vergoed worden door zorgverzekeraars. De verwijzing naar zorgverleners die de interventie aanbieden, verloopt altijd via de huisarts. Dit programma is een mooi voorbeeld van hoe wetenschappelijke kennis, via doorontwikkeling in de praktijk, kan leiden tot maatschappelijke impact.

*Duijzer G, Haveman-Nies A, Jansen SC, Ter Beek J, Van Bruggen R, Willink MGJ, Hiddink G J, & Feskens E J M. Effect and maintenance of the SLIMMER diabetes prevention lifestyle intervention in Dutch primary healthcare: a randomised controlled trial. Nutrition & Diabetes. 2017;7.*

**TWEDE PLAATS**

De tweede plek was voor Elly Mertens (WUR) met het artikel *Operationalising the health aspect of sustainable diets: a review*. De jury vindt dat Mertens met haar artikel een grondige analyse maakt van mogelijke benaderingen van zowel gezondheid als duurzaamheid van voeding. Ze zet de context voor de nodige toekomstige studies op dit maatschappelijke cruciale gebied. Het concept 'duurzame voeding' klinkt iedereen al wel bekend in de oren; de praktische toepassing hiervan roept echter nog veel vraagtekens op. Voedingskundigen vinden stilaan hun weg in de milieuwetenschappen, waar nu ook steeds meer en meer de consument centraal komt te staan. Naast het productiesysteem is immers ook de consument verantwoordelijk voor de milieu-impact van de voeding. Gevolg hiervan is dat er steeds meer onderzoek gedaan wordt naar het creëren van een duurzaam voedingspatroon. Mertens zegt hierover: 'Zoals te lezen in mijn review, is het creëren van dit voedingspatroon niet zo vanzelfsprekend. In mijn artikel focus ik op hoe het gezondheids-

aspect in de verschillende duurzame voedingspatronen wordt meegenomen. Hierbij kom ik tot de conclusie dat er vijf verschillende manieren zijn om dit te doen, met elk zijn eigen invalshoek met voor- en nadelen om duurzame voedingspatronen te onderzoeken. Als aanbeveling voor toekomstig onderzoek heeft de techniek van *diet modeling* mijn voorkeur, omdat de complexiteit van het voedingspatroon, en dus verschillende voedingsgerelateerde aspecten, in rekening kunnen worden gebracht. Voor de toekomst zet ik in op SHARP-voedingspatronen: duurzaam (S= environmentally Sustainable), gezond (H=healthy), betaalbaar (A= Affordable), voedingsmiddelen met een stabiele en veilige voedselvoorziening (R=Reliable) en geprefereerd door de consument (P= Preferred from the consumer's perspective).' Deze review heeft al 15 citaties op zijn naam staan, een teken van de wetenschappelijke en maatschappelijke relevantie ervan.

*Mertens E, Van't Veer P, Hiddink GJ, Steijns JM, & Kuijsten A. Operationalising the health aspects of sustainable diets: a review. Public Health Nutr. 2017. Mar;20(4):739-757. Impact factor: 2.485.*

**GEDEELDE DERDE PLAATS**

Dit jaar was er een gedeelde derde plek voor Gerda Pot (Louis Bolk Instituut) en Peter Joris (Maastricht University). Zij kregen van de jury exact evenveel punten voor hun bijdrage.

**PETER JORIS**

De publicatie van dr. Peter Joris, getiteld *Diet-induced weight loss improves not only cardiometabolic risk markers but also markers of vascular function: a randomized controlled trial in abdominally obese men*, levert verder bewijs dat voedingsinterventies het risico op cardiovasculaire aandoeningen kunnen verminderen door een gunstige werking op de *endothelfunctie* en arteriële stijfheid. Naar aanleiding van dit artikel zijn verschillende online persberichten gepubliceerd en verder heeft deze publicatie al geresulteerd in verschillende langetermijn-

**Relationship between socioeconomic status and weight gain during infancy: The BeeBOFT study**

Wang L, Van Grieken A, Yang-Huang J, Vlasblom E, L'Hoir MP, et al. PLoS One. 2018;23(11):e0205734. Erasmus MC, Rotterdam/ TNO, Leiden/Wageningen Universiteit/ Universiteit Twente

**Malnutrition and Fracture Healing: Are Specific Deficiencies in Amino Acids Important in Nonunion Development?**

Meesters DM, Wijnands KAP, Brink PRG, & Poeze M. Nutrients. 2018; 10(11). Maastricht Universiteit/ Nutrim Maastricht

**Mediators of the effectiveness of a kindergarten-based, family-involved intervention on pre-schoolers' snacking behaviour: the ToyBox-study**

Lambrinou CP, Van Stralen MM, Androustos O, Cardon G, De Craemer M, et al. Public Health Nutr. 2018 Oct 30:1-7. doi: 10.1017/S1368980018002653. Vrije Universiteit Amsterdam

**Effectiveness of diabetes self-management education via a smartphone application in insulin treated type 2 diabetes patients - design of a randomised controlled trial ('TRIGGER study')**

Boels AM, Rutten G, Zuithoff N, De Wit A, & Vos R. BMC Endocr Disord. 2018;22;18(1):74. UMC Julius Centrum, Utrecht/ RIVM Bilthoven/UMC Leiden

**Dietary Protein Sources and Muscle Mass over the Life Course: The Lifelines Cohort Study**

Alexandrov NV, Eelderink C, Singh-Povel CM, Navis GJ, Bakker SJL, & Corpeleijn E. Nutrients. 2018;10;10(10). UMC Groningen/FrieslandCampina Amersfoort



DE PUBLICATIEPRIJS  
WERD UITGEREIKT  
TIJDENS HET NAV-  
NAJAARSFORUM IN  
SE7EN IN UTRECHT.

samenwerkingsverbanden met nationale en internationale onderzoekscentra. Het identificeren van vaatfunctiemarkers, die veranderen als gevolg van een veranderd voedingspatroon, is van groot belang aangezien een verbeterde vaatwandfunctie een belangrijk mechanisme is waarlangs een gezonde voeding het cardiovasculair risico verlaagt. Het doel van het onderzoek was dan ook om de effecten van gewichtsverlies als gevolg van een energiebeperkt dieet (*'the most powerful dietary effector of vascular function'*) op verschillende vaatmarkers te identificeren. Vijfentwintig mannen met een normaal lichaamsgewicht (tailleomtrek < 94 cm) en vierenvijftig mannen met abdominale obesitas (tailleomtrek: 102-110 cm) namen deel aan deze trial. Mannen met abdominale obesitas werden willekeurig toegewezen aan een groep die middels een energiebeperkt dieet gewicht moest verliezen (interventiegroep) of aan een groep die hun voedingspatroon niet veranderde (controlegroep). De interventiegroep had na gewichtsreductie een buikomtrek kleiner dan de grenswaarde die gehanteerd wordt bij de diagnose van het metabool syndroom (102 cm). Er werden geen effecten gevonden op de *flow-gemedieerde vasodilatatie* (FMD). Gewichtsverlies verbe-

terde echter wel de polsgolfsnelheid in de aorta (PWV), de diameters van de bloedvaatjes van het netvlies, plasmaconcentraties van biomarkers van endotheelfunctie en de meer traditionele cardiometabole risicomarkers. Deze markers verschilden bij aanvang van de studie tussen mannen met een normaal lichaamsgewicht en met abdominale obesitas, maar waren bijna vergelijkbaar na gewichtsreductie. *Joris PJ, Plat J, Kusters YH, Houben AJ, Stehouwer CD, Schalkwijk CG, & Mensink RP. Diet-induced weight loss improves not only cardiometabolic risk markers but also markers of vascular function: a randomized controlled trial in abdominally obese men. Am J Clin Nutr. 2017;105:23-31. Impact factor: 7,7.*

**GERDA POT**  
De studie van Gerda Pot, *Breakfast consumption in UK children: do breakfast-consumers have an overall healthier dietary intake?*, draagt bij aan het bewijs dat ontbijt een belangrijke maaltijd is voor kinderen. Het spreekwoord 'Ontbijt als een koning, lunch als een prins en dineer als een arme' geeft aan dat ontbijt door velen wordt gezien als de belangrijkste maaltijd van de dag. Toch zijn er trends te zien dat mensen, en met name kinderen in de puberteit, steeds vaker het ontbijt overslaan.

Dit kan mogelijk bijdragen aan een hoger risico op overgewicht en obesitas op latere leeftijd. Het wel of niet ontbijten wordt ook geassocieerd met de kwaliteit van voedselname tijdens de rest van de dag. In deze observationele studie is gebruikgemaakt van de nationale voedingsinname-survey van de UK, met data van 1686 kinderen tussen de 4 tot 18 jaar oud (National Diet and Nutrition Survey). De belangrijkste bevinding is dat kinderen die ontbeten over het algemeen ook gezonder aten gedurende de rest van de dag in termen van vezels en micronutriënten (foliumzuur, calcium, ijzer en jodium). Ze voldeden ook vaker aan de Richtlijnen gezonde voeding dan kinderen die het ontbijt oversloegen. Oudere kinderen (11-18 jaar), meisjes en kinderen uit gezinnen met een lager inkomen leken het ontbijt vaker over te slaan. Er werd geen bewijs gevonden dat kinderen die het ontbijt oversloegen vaker overgewicht of obesitas hadden. *Coulthard JD, & Pot GK. Breakfast consumption in UK children: do breakfast-consumers have an overall healthier dietary intake? BJN. 2017;Aug 118(4):280-290. (Altmetric score 977 (top 5%), picked up by 121 news outlets including Reuters and CBS radio (US)).*