

## “Er waren al schoolartsen en schooltandartsen. De schooldiëtist is een logisch vervolg hierop.”

**Kathleen Paal is sportdiëtist en bewegingstherapeut en heeft sinds vijf jaar haar eigen praktijk MoveDis in Rotterdam. Daarnaast werkt ze als diëtist op scholen. Ze doet dit omdat ze een goede en gezonde basis voor kinderen belangrijk vindt en hier graag aan wil bijdragen.**

Door: Barbara Dormans

*Wat heeft u gedaan voor u MoveDis startte en als diëtist op scholen ging werken?*

“Ik heb tien jaar lang voor diverse instellingen gewerkt. Ik ben begonnen als diëtist in een verpleeghuis. Na mijn verhuizing naar Rotterdam heb ik gewerkt voor de “Star-DCR” (Stichting Trombosedienst en Artsenlaboratorium Rotterdam, afdeling Diabetes Centrum Rijnmond). Ik gaf daar onder andere voorlichting aan diabetespatiënten.”

*Waarom heeft u ervoor gekozen om een eigen praktijk te openen?*

“Ik vind dat patiënten meer nodig hebben dan alleen voedingsadviezen. Bewegen is een ontzettend belangrijk deel van een gezond leefpatroon. Daarom ben ik 5 jaar geleden een praktijk gestart met een sportschool. Deze sportschool is kleinschalig, maar wel volledig ingericht. Ik ben sportdiëtist en bewegingstherapeut en begeleid de patiënten zelf. Omdat de sportschool bij de praktijk hoort is de stap om te gaan sporten vaak wat kleiner.” Inmiddels werken er twee diëtisten in loondienst en doen ze veel meer dan alleen spreekuren houden. Zij hebben als medeontwikkelaar een grote bijdrage geleverd aan de lesmethode ‘Lekker Fit!’. Ze geven groepsvoorlichting voor diabetespatiënten. Ook worden ze ingehuurd door verzekeraars om voorlichting te geven bij bedrijven. Ze komen veel op scholen vanuit MoveDis om voorlichting of kooklessen te geven. Kathleen werkt ook als schooldiëtist voor de GGD. Ze geeft aan dat ze als schooldiëtist is gaan werken omdat ze dit een logisch en belangrijk vervolg vindt op schoolartsen en schooltandartsen. “Overgewicht is een groeiend probleem onder kinderen. De beste plek om dit aan te pakken is op de scholen. Het is belangrijk overgewicht terug te dringen, en te zorgen dat de kinderen een goede basis hebben. Ik wil hier graag een bijdrage aan leveren.”

*U komt op scholen als MoveDis diëtist, maar ook als schooldiëtist. Wat is het verschil?*

“De schooldiëtist is een initiatief van de GGD. Ik houd als schooldiëtist spreekuur op scholen. De GGD regelt de contacten met de scholen en ‘wijst’ mij een aantal scholen toe. Alle kinderen van die basisschool doen een eurofittest. Vervolgens worden de ouders uitgenodigd de uitslag te bespreken en krijgen ze voorlichting. Van de kinderen die minder gescoord hebben op de test wordt de ouders gevraagd om samen met het kind een afspraak te maken voor het spreekuur. Dit is vrijblijvend. Vorig jaar werden vanuit de GGD vier consulten per kind vergoed. Dit jaar wordt 1 consult door de GGD betaald, de overige consulten moeten op verwijzing plaatsvinden.”

“Scholen kunnen mij als MoveDis diëtist benaderen. In overleg wordt er gekeken waar behoefte aan is. Dit kan het geven van voorlichting zijn, maar ook het geven van kooklessen. Kinderen kunnen meer behoefte hebben aan een persoonlijke begeleiding en advies. Zij kunnen dan doorstromen naar onze praktijk.”

*Wat is belangrijk wanneer je werkt met kinderen?*

“Het is vooral belangrijk om het praktisch te houden. Op scholen geven we vaak kooklessen, kinderen kunnen dan zelf iets doen. Ook hebben we een winkel met dummy’s, een soort namaaksupermarkt. Het is belangrijk dat kinderen bezig zijn. Daarnaast is het contact met ouders heel belangrijk. Overgewicht van kinderen begint bij de ouders, daarom moet het gedrag van de ouders ook besproken worden. Er zijn ouders die ontkennen dat hun kind overgewicht heeft. Die zie je niet terug op de spreekuren. Ook wordt het succes mede bepaald door de prioriteit die de school geeft aan gezonde voeding. Als de school actief is in het benaderen van ouders en enthousiast is naar de kinderen toe, dan helpt dat.”



*Wat vindt u leuk aan het werk als schooldiëtist en wat vindt u minder leuk?*

“Kinderen zijn leuk om mee te werken. Er wordt heel veel gelachen op de spreekuren. Het werken als schooldiëtist vind ik leuk omdat ik de omgeving kan zien van de kinderen. Daar kan ik dan op inspelen. Minder leuk is het als ouders niet gemotiveerd zijn, niet naar het spreekuur willen komen of afhaken. Dit is vooral moeilijk als het kind het nodig heeft en zelf wel graag wil.”

*Heeft u contact met andere schooldiëtisten, zijn er samenwerkingsverbanden?*

“De GGD nodigt regelmatig alle betrokken diëtisten uit voor evaluaties en bijscholingen zodat we geprotocolleerd werken. Ook zijn er lunchbijeenkomsten om in contact te komen met toekomstige scholen. Op die momenten zien alle diëtisten werkzaam op scholen elkaar. Verder heb ik contact met Jeugdgezondheidszorg. Als schooldiëtist hebben we ook een signalerende taak. Dit houdt in dat als wij problemen signaleren we indien nodig de Jeugdgezondheidszorg-arts in kunnen schakelen.”

*Wat wilt u in de toekomst nog doen?*

“Ik zou mijn werkzaamheden als schooldiëtist voor de GGD wel uit willen breiden, meer scholen onder mijn hoede krijgen. Begin september komen we bij elkaar en hoor ik van de GGD welke scholen ik krijg. Ik hoop dat dat er veel zijn. Ik vind het leuk om te doen, maar vooral ook heel erg belangrijk. Kinderen zijn de toekomst.”

