



**POWER4
GEZOND
ZWANGER**

Implementatie in de verloskundige praktijk

Factsheet voor verloskundigen en diëtisten

Inleiding

Voeding beïnvloed de gezondheid van moeder en kind over de gehele levensloop¹. De zwangerschap is een kansrijk moment voor veranderingen in leefstijl omdat vrouwen het belang van gezonde voeding voor hun eigen gezondheid en die van hun kind zien². Aan de andere kant ervaren vrouwen juist tijdens de zwangerschap uitdagingen rond voeding³.

Wat is Power4GezondZwanger?

Power4GezondZwanger is een programma waarin verloskundigen, diëtisten en zwangere vrouwen samen werken aan gezonde voeding. Voeding wordt in het programma op vier momenten tijdens de zwangerschap besproken. Het doel is dat de zwangere vrouwen door middel van empowerment hun voedingskwaliteit tijdens de zwangerschap kunnen verbeteren.

“Empowerment is de vaardigheid van individuen of groepen om capaciteiten te vergroten, situaties kritisch te analyseren en acties te ondernemen om deze situaties te verbeteren”⁴

De vertrouwensrelatie tussen de verloskundige en de zwangere speelt hierbij een belangrijke rol. Het programma is in co-design met zwangere vrouwen, zorgverleners en andere stakeholders ontwikkeld^{5,6}.

Wie zoeken we?

We zijn op zoek naar verloskundige praktijken en diëtisten die enthousiast zijn over Power4GezondZwanger en het programma in hun praktijk willen uitvoeren. Dit kan in de vorm van individuele zorg of CenteringPregnancy.

Het programma wordt in de processen van de verloskundige praktijk ingebed en is daarom flexibel ontworpen om maatwerk te bieden. De onderzoekers zullen met elke deelnemende praktijk bespreken hoe het programma het beste in de praktijk uitgevoerd kan worden.

Wat meten we?

We verzamelen kwalitatieve data in interviews met zwangere vrouwen en zorgverleners en kwantitatieve data in vragenlijsten over empowerment, voedingskwaliteit en psychosociale gezondheid.

We voeren het onderzoek in twee groepen uit: de interventie groep voert het programma uit, de controle groep niet. Vervolgens vergelijken we de data van deze twee groepen met elkaar.

Wat houdt meedoen in?

Tijdsinvestering

In de interventie groep gaan we uit van een tijdsinvestering van ca. 1 uur per zwangere voor de verloskundige en 1 uur voor de diëtiste. Deze tijd is voor werving van deelnemers, de gesprekken en administratie. Kom je in de controle groep terecht is dat ca. 15 min voor de verloskundige aan werving en administratie en geen tijdsinvestering voor de diëtiste.

Tabel 1 Verwachte tijdsinvestering in de interventiegroep

Actie	Tijdsduur
Werving proefpersonen	10 min
1 ^{ste} moment: gesprek met de verloskundige (~8-10 weken)	15 min
2 ^{de} moment: gesprek met de diëtiste (~12 weken)	30-45 min
3 ^{de} moment: gesprek met de verloskundige (~22 weken)	10 min
4 ^{de} moment: gesprek met de verloskundige (~32 weken)	10 min
Administratie	15 min

Compensatie

De verloskundige en de diëtiste ontvangen beiden een financiële compensatie voor het uitvoeren van het onderzoek.

Samenwerking van verloskundige en diëtiste

Als je het programma uitvoert is samenwerking met een diëtiste een belangrijk onderdeel. Heeft je praktijk al een samenwerkingsverband? Dat is heel mooi. Is dat nog niet het geval en wil je graag ondersteuning bij het vinden van een geschikte partner? Wij denken graag met je mee.

Wil je meer weten?

De onderzoekers vertellen je graag meer over Power4GezondZwanger!



Neem contact met ons op:

Susanne Cremers

Susanne.cremers@wur.nl

06-53479669

Renske van Lonkhuijzen

Renske.vanlonkhuijzen@wur.nl

06-57119254

Referenties:

1. Timmermans YEG, Kant KD, Reijnders D, et al. Towards prepared mums (top-mums) for a healthy start, a lifestyle intervention for women with overweight and a child wish: study protocol for a randomised controlled trial in the netherlands. *Bmj open*. 2019;9(11).
2. Garnweidner LM, Pettersen KS, Mosdøl A. Experiences with nutrition-related information during antenatal care of pregnant women of different ethnic backgrounds residing in the area of Oslo, Norway. *Midwifery*. 2013;29(12):e130-7.
3. Blumfield ML, Hure AJ, Macdonald-Wicks L, Smith R, Collins CE. Systematic review and meta-analysis of energy and macronutrient intakes during pregnancy in developed countries. *Nutrition Reviews*. 2012;70(6):322-36.
4. Vertaald na Portela A, Santarelli C. Empowerment of women, men, families and communities: true partners for improving maternal and newborn health. *Br Med Bull*. 2003;67(1):59-72.
5. Super S, Wagemakers A. Understanding empowerment for a healthy dietary intake during pregnancy. *International journal of qualitative studies on health and well-being*. 2021;16(1).
6. Super S, Beulen Y, Wagemakers A. Opportunities for dieticians to promote a healthy dietary intake in pregnant women with a low socio-economic status within antenatal care practices. Submitted.