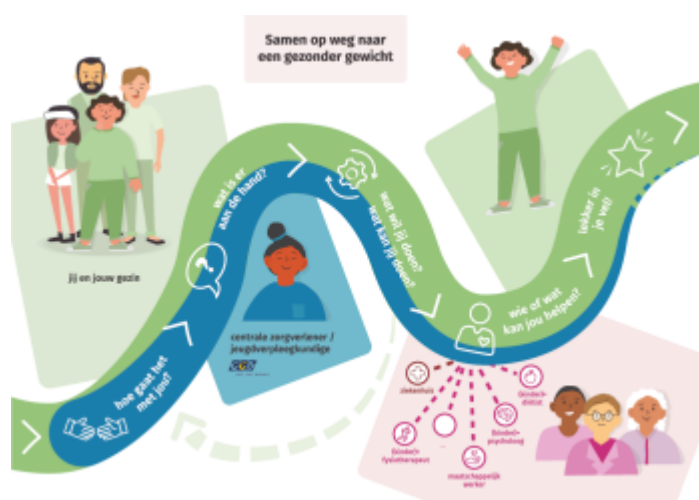


# Aanpak overgewicht; het team

Wij werken in een team. Daarom zie je niet altijd dezelfde zorgverleners tijdens een afspraak. Bij de aanpak van overgewicht is de gespecialiseerd kinderverpleegkundige/verpleegkundig specialist jouw aanspreekpunt



Op deze afbeelding staat de weg naar een gezonder gewicht die we samen afleggen. Eerst is er een grote rol voor de zorgverleners (blauwe lijn). Daarna wordt die rol steeds kleiner en pak jij steeds meer zelf op (groene lijn). Je ouders helpen hierbij.

## Gespecialiseerd kinderverpleegkundige/verpleegkundig specialist

De gespecialiseerd kinderverpleegkundige of verpleegkundig specialist legt uit hoe de aanpak overgewicht verloopt en is jullie aanspreekpunt. Zij is ook bij de controlegesprekken en geeft dan uitleg over de werking van het lichaam bij overgewicht en over andere dingen die te maken hebben met overgewicht. Ook wanneer er zorgverlening thuis is of gaat komen is zij (samen met de medisch pedagogisch zorgverlener) een belangrijk aanspreekpunt.

De verpleegkundig specialist zorgt ervoor dat de medische en verpleegkundige begeleiding op elkaar zijn afgestemd. Zij mag medische handelingen uitvoeren en werkt samen met de kinderarts.

## Kinderarts/verpleegkundig specialist

De kinderarts bekijkt welke klachten uw kind heeft. Ook haalt de kinderarts veel informatie uit de vragenlijsten die vóór uw eerste afspraak zijn ingevuld en vraagt door op de ziektegeschiedenis van uw kind en de familie. Hiermee onderzoekt de arts of er een medische oorzaak is dat het overgewicht kan verklaren. Of vertelt waarom het zo moeilijk is overgewicht te verminderen en leefstijl zo belangrijk is.

De arts onderzoekt of het kind lichamelijke klachten of onderliggende problemen heeft die invloed hebben op het overgewicht. Denk bijvoorbeeld aan problemen met de schildklier of de suiker- en vetstofwisseling.

## Psycholoog

De psycholoog bespreekt welke zaken er in het gedrag en de stemming van uw kind van invloed kunnen zijn op de leefstijl. We proberen zo een beeld te krijgen wat goed werkt en wat niet goed werkt.

## Medisch pedagogisch zorgverlener

De medisch pedagogisch zorgverlener maakt een overzicht hoe jullie binnen het gezin omgaan met het overgewicht. Maar ook wat uw kind en u al hebben gedaan en wat hiervan het resultaat was. Samen met u kijken we welke zaken hierop van invloed kunnen zijn. Bijvoorbeeld, wie wonen er binnen het gezin, hoe is de manier van opvoeden en zijn er mogelijk problemen binnen het gezin.

## Diëtist

De diëtist vraagt wat uw kind eet en drinkt en vraagt naar de eetgewoontes van uw kind en het gezin. Zij kijkt of de voeding past bij wat uw kind nodig heeft om te kunnen sporten, spelen en groeien. We bekijken samen hoe voeding een rol speelt bij het overgewicht.

## Fysiotherapeut

De kinderfysiotherapeut vraagt naar van alles wat met bewegen en niet-bewegen te maken heeft. Het gaat dan over sport, hobby's en het dagelijks bewegen. Maar ook beweegactiviteiten die af en toe gedaan worden zijn belangrijk.

Tijdens het gesprek komen deze onderwerpen aan bod:

- wat kan een kind zelfstandig als het gaat om bewegen;
- beweegt het kind samen met anderen (vrienden, leeftijdsgenoten, gezinsleden);
- beeldschermtijd; hoeveel is dit per dag, hoe is dit verdeeld over de dag en zijn er thuis afspraken over gemaakt?;
- ervaart een kind problemen om fijn te kunnen bewegen? Waar heeft dat mee te maken?;
- lukt het om dagelijks 'genoeg' te bewegen en wat is dan 'genoeg'?;
- wat vindt het kind leuk om te doen? wat wordt het plan voor de komende tijd?;
- hoe kan een kind aan de slag met eventuele veranderingen? Is er hulp nodig om hiermee aan de slag te gaan?.

De kinderfysiotherapeut stelt niet alleen maar vragen. Tijdens het beweegmoment kijkt de kinderfysiotherapeut hoe het lichaam reageert op inspanning. Hoe is de vermoeidheid, ademhaling en hartslag? En er wordt gekeken hoe het lichaam weer herstelt na deze activiteit.

## Andere zorgverleners

Bij de aanpak van overgewicht werken we samen met verschillende personen en organisaties. We werken samen met de Jeugdgezondheidszorg (<https://www.ggdhvb.nl/jeugdgezondheidszorg>) (JGZ), maar hebben ook contact met het Centrum voor Jeugd en Gezin (<https://www.kijkopkoo.nl/sdu/jeugd-en-gezin>), hulpverleners die betrokken zijn vanuit de gemeente, huisartsen, diëtisten, fysiotherapeuten en psychologenpraktijken in de regio.

Code KIN-212