

RIVM: Zorg kan verduurzamen met gezonde voeding

De Nederlandse zorg kan bijdragen aan verduurzaming én gezondheidswinst door meer aandacht te besteden aan gezonde en duurzame voeding. Dat blijkt uit een literatuuronderzoek van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM), uitgevoerd in opdracht van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS). Het onderzoek maakt deel uit van het programma Duurzaamheid en Gezondheid dat loopt van 2022 tot 2026.

Onderzoek naar voedingsinterventies

Het RIVM onderzocht welke voedingsinterventies effectief zijn voor patiënten, bewoners, medewerkers en bezoekers van zorginstellingen. De interventies zijn ingedeeld in drie categorieën: bewezen effectief, veelbelovend en onzeker of onbekend. De nadruk ligt op het tegengaan van voedselverspilling en overconsumptie, en het stimuleren van plantaardige voeding boven dierlijke producten.

Uit het onderzoek blijkt de zorg voedselverspilling kan tegengaan en tegelijkertijd de energie- en eiwitname bij patiënten kan verhogen door patiënten vrijheid te geven in de menukeuze. Elektronisch bestellen aan het bed zorgt ervoor dat patiënten meer van hun maaltijd eten. Ook het aanbieden van kleinere porties en het inzetten van voedingsassistenten blijken effectief. Scholing van personeel is daarbij van belang om draagvlak te creëren.

Nudges voor medewerkers en bezoekers

Voor medewerkers en bezoekers zijn zogenoemde nudges veelbelovend. Dit zijn subtiele aanpassingen in de omgeving die gezonde en duurzame keuzes aantrekkelijker maken.

Voorbeelden zijn het vooraan plaatsen van een gezonde maaltijd in het restaurant of het geven van een aantrekkelijke omschrijving bij een gerecht. Ook het standaard aanbieden van een vegetarische optie kan bijdragen aan duurzamere keuzes. Hoewel meer onderzoek nodig is, wijzen de eerste resultaten op een positief effect.

Praktijkervaringen

Naast literatuur haalde het RIVM praktijkervaringen op bij verschillende zorginstellingen. Zo werkt het Radboudumc Nijmegen binnen het Food for Care-concept met voedingsassistenten, en zet ziekenhuis Gelderse Vallei in Ede hiervoor specifieke medewerkers in. Amsterdam UMC betrok meerdere partners bij het programma Zorg op het bord, wat bijdroeg aan succes en draagvlak. Ook instellingen in de geestelijke gezondheidszorg, gehandicaptenzorg en verpleeghuizen experimenteren met interventies.

Inspiratie voor de sector

De combinatie van wetenschappelijke inzichten en praktijkvoorbeelden biedt zorginstellingen concrete handvatten om aan de slag te gaan met gezonde en duurzame voeding. Daarmee kan de sector niet alleen bijdragen aan betere gezondheid van patiënten en medewerkers, maar ook aan een duurzamere samenleving.

Bron: Gezonde en duurzame voedingsinterventies in de zorg, Literatuuronderzoek: wat werkt voor de praktijk, RIVM, 19-09-2025.

Patiënten vrijheid geven in menukeuze kan voedselverspilling tegengaan

