

# Hoe ervaren ouders van kinderen met een plantaardig voedingspatroon de communicatie met de jeugdgezondheidszorgprofessionals?

Vassia Ivanova <sup>1,2</sup> & Marie-José Theunissen – Lamers <sup>2,3</sup>

---

## Samenvatting

### Inleiding

Steeds meer kinderen hebben een plantaardig voedingspatroon. Voor zover bekend is er niet eerder onderzoek gedaan naar de ervaringen van veganistische ouders over de Nederlandse jeugdgezondheidszorg hierover. Wel wordt er in grijze en populistische literatuur beschreven dat een plantaardig voedingspatroon voor jonge kinderen veelal ontraden wordt. Het doel van dit onderzoek is om te achterhalen hoe ouders van kinderen met een plantaardig voedingspatroon de communicatie met en de houding van JGZ-professionals ten aanzien van dit voedingspatroon ervaren.

### Methode

In september 2024 is een online vragenlijst uitgezet onder ouders/verzorgers van in Nederland thuiswonende kinderen van 0 tot 18 jaar. De resultaten zijn verwerkt met SPSS (versie 28.0.1.1) voor beschrijvende statistiek met frequenties en percentages.

### Resultaten

Er zijn 130 vragenlijsten beschikbaar voor analyse. Slechts twee derde van de ouders vertelde hun JGZ-professional dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft, waarvan 26% een sceptische, negatieve of afwijzende reactie rapporteerden. JGZ-professionals informeerden bij 17% van de ouders naar de beweegredenen voor een plantaardig voedingspatroon en 30% van de ouders heeft van de JGZ hierover informatie ontvangen.

### Beschouwing

De bevindingen van dit onderzoek benadrukken de noodzaak voor meer aandacht voor een plantaardig voedingspatroon bij kinderen in opleidingen en het bieden van beter toegankelijke informatie voor JGZ-professionals.

---

## Auteursgegevens

<sup>1</sup>. Jeugdgezondheidszorg, Academische Werkplaats Publieke Gezondheid MOSA, GGD Zuid-Limburg, Postbus 33, 6400 AA, Heerlen.

<sup>2</sup>. Vakgroep Sociale Geneeskunde, Care and Public Health Research Institute (CAPHRI), Universiteit Maastricht, Postbus 616, 6200 MD, Maastricht.

<sup>3</sup>. Centrum seksuele gezondheid, GGD Brabant-Zuidoost, Postbus 8684, 5605 KR Eindhoven.

Correspondentieadres:

vassia.ivanova@ggdzl.nl

**Trefwoorden:** Dieet, ervaringen, bejegening, vegetarisch, milieu

## Abstract

### Introduction

An increasing number of children are adopting a plant-based diet. However, there is no scientific literature available on the experiences of vegan parents regarding Dutch youth preventive healthcare services. Gray and populist literature often suggests that a plant-based diet for young children is generally discouraged. The aim of this study is to explore how parents who provide their children with a fully plant-based diet perceive the communication and attitudes of youth preventive healthcare professionals towards this diet.

### Method

In September 2024, an online questionnaire was distributed among parents/caregivers of children aged 0 to 18 years living at home in the Netherlands. The results were analyzed using SPSS (version 28.0.1.1) for descriptive statistics, including frequencies and percentages.

### Results

A total of 130 questionnaires could be analysed in this study. Only two-thirds of parents informed their youth healthcare professional that their child follows a plant-based diet, with 26% of them reporting a skeptical, negative, or dismissive reaction. Youth preventive healthcare professionals inquired about the motivations for adopting a plant-based diet in 17% of cases, and 30% of parents received information on this topic from their youth preventive healthcare professional.

### Discussion

The findings of this study emphasize the need for increased attention for plant-based diet for children in educational programs and the provision of better accessible information for youth preventive healthcare professionals.

## Inleiding

Ouders die zelf volledig plantaardig eten en drinken geven in de spreekkamer van de jeugdgezondheidszorg (JGZ) steeds vaker aan dat zij hun kind(eren) eenzelfde voedingspatroon (willen) aanbieden. In Nederland heeft 0,4 – 3,9% van de volwassenen een volledig plantaardig voedingspatroon (1,2). Wereldwijd ligt dit percentage op 3% (3). Specifieke cijfers over kinderen zijn schaars in de literatuur. Proveg, een stichting die zich inzet voor de bevordering van een plantaardig voedselsysteem, rapporteert dat in het Verenigd Koninkrijk 9% van de volwassenen en 8% van de kinderen een volledig plantaardig voedingspatroon heeft (4,5).

Het aantal mensen dat vegetarisch eet, is tussen 2018 en 2020 met 150% toegenomen. In dit cijfer zijn ook veganisten meegeteld (6). Dit lijkt een goede zaak voor de gezondheid. De Gezondheidsraad adviseerde in 2015 in de 'Richtlijnen goede voeding' al om te eten volgens een meer plantaardig en minder dierlijk voedingspatroon (7). In 2023 bevestigen ze dat deze eiwittransitie gezonder en beter voor het milieu is (8). Zo staat in het document 'Richtlijnen goede voeding' uit 2015 van de Gezondheidsraad: "De kern van het advies is de aanbeveling om te eten volgens een meer plantaardig

en minder dierlijk voedingspatroon” (7). Een meer plantaardig voedingspatroon leidt tot minder coronaire hartziekten, beroerte, hartfalen en diabetes mellitus type 2. Hoewel de richtlijnen van de Gezondheidsraad betrekking hebben op de volwassen bevolking, is het aannemelijk dat een meer plantaardig voedingspatroon voor kinderen eveneens een gezonde basis legt voor de toekomst. Daarnaast heeft de Academy of Nutrition and Dietetics reeds sinds 2016 het standpunt ingenomen dat goed gebalanceerde vegetarische en veganistische voedingspatronen gezond en voedzaam zijn en bovendien gezondheidsvoordelen kunnen bieden bij het voorkomen en behandelen van bepaalde ziekten. Zij stellen dat deze voedingspatronen geschikt zijn voor alle levensfasen, inclusief zwangerschap, borstvoeding, kindertijd, adolescentie, volwassenheid en voor atleten (9). Daarentegen wordt in de Nederlandse JGZ-richtlijn Voeding en eetgedrag (2013, aanpassing 2017) vegetarisch en veganistisch eten als een ‘bijzondere’ voedingsgewoonte genoemd (10).

Er is zover bekend nog geen wetenschappelijk onderzoek gedaan naar de ervaringen van veganistische ouders over de JGZ. Wel wordt er in grijze en populistische literatuur beschreven dat het ouders veelal ontraden wordt om hun jonge kind een plantaardig voedingspatroon op te leggen, omdat men ervanuit gaat dat kinderen die zich in de snelle groeifase bevinden dierlijke producten nodig hebben om goed te groeien en zich goed te kunnen ontwikkelen (11–18). De laatste jaren is er steeds meer onderzoek gedaan naar de gezondheidseffecten van een plantaardig voedingspatroon bij kinderen (19). De JGZ-richtlijn is hier nog niet volledig op aangepast. Door in deze richtlijn vegetarisch en veganistisch eten als ‘bijzondere’ voedingsgewoonten te benoemen, kan de indruk gewekt worden dat een plantaardig voedingspatroon afwijkt van de norm. Dit kan mogelijk leiden tot meer onnodige verwijzingen naar o.a. een (kinder)diëtist.

Uit een Italiaanse studie door Bivi et al. uit 2021 blijkt dat slechts 63% van de veganistische ouders hun eerstelijns kinderarts geïnformeerd hebben over het plantaardige voedingspatroon van hun kind(eren). Van de ouders die de kinderarts informeerden, heeft ongeveer een derde van de ouders een negatieve reactie ontvangen van hun kinderarts, een andere derde was het niet eens met de keuze van ouders maar stelde zich wel begripvol op en het laatste derde betrof kinderartsen die positief en/of geruststellend reageerden (20). Op basis van deze resultaten, de geziene toename in het veganistisch voedingspatroon en het ontbreken van wetenschappelijk onderzoek hierover in Nederland hebben we onderstaande onderzoeksvraag geformuleerd.

## Onderzoeksvraag

Hoe ervaren ouders van kinderen met een plantaardig voedingspatroon in Nederland de communicatie met en de houding van JGZ-professionals ten aanzien van dit voedingspatroon?

## Methode

### Onderzoekspopulatie

Geïnccludeerd zijn ouders die aangeven dat zij hun kind(eren) volledig plantaardig opvoeden en kinderen hebben in de leeftijd tussen 0-18 jaar oud, woonachtig zijn in Nederland en de Nederlandse taal beheersen.

### Dataverzameling en-analyse

Ouders zijn gericht geworven middels purposeful sampling in de periode 05-09-2024 tot en met 22-09-2024 (23 Facebookpagina's met vegan/plantaardige doelgroepen) en een bericht op de persoonlijke LinkedIn-pagina van de auteur/VI. Er is een eenmalige herinnering verstuurd.

Aan ouders/verzorgers is gevraagd om voor ieder kind apart de vragenlijst in te vullen. Indien geen aparte vragenlijst is ingevuld, werd ervan uitgegaan dat de informatie voor alle kinderen van toepassing was ( $n=23$ ). Alleen volledig ingevulde vragenlijsten werden geanalyseerd. Crowdtch is gebruikt voor de vragenlijst en SPSS statistische software (IMB, Armonk, USA, versie 28.0.1.1) voor beschrijvende statistiek met frequenties en percentages.

De vragenlijst is gebaseerd op de studie van Bivi et al. uit 2021 (20) en aangepast voor de Nederlandse situatie (JGZ in plaats van kinderarts). Alleen vragen relevant voor deze studie zijn in de vragenlijst opgenomen. De vragenlijst bevat 19 vragen, waarbij bij twee vragen meerdere antwoordmogelijkheden waren ("Wat was het voornaamste argument dat uw JGZ-professionals niet positief was ten aanzien van een plantaardig voedingspatroon bij kinderen?" en "Wat was dan het voornaamste argument dat uw vrienden/familie/kennissen/leraren niet positief waren ten aanzien van een plantaardig dieet bij kinderen?"). Er waren vier vragen met een open veld naast de antwoordcategorieën (waarom niet aan JGZ- professional verteld, houding van JGZ- professional, argumenten JGZ- professional en omgeving om niet positief tegenover een plantaardig voedingspatroon bij kinderen te staan). Antwoorden in deze open categorie werden wel geregistreerd maar niet geanalyseerd. Daarnaast is gevraagd of de JGZ-professional informatie heeft gegeven en of deze voldoende was.

In tabel 1 staan de achtergrondvariabelen met de indeling in categorieën.

**Tabel 1.** Variabelen in categorieën

| Variabele                                           | Categorieën      |                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Leeftijd ouders                                     | 24 t/m 35 jaar   |                                                                                                                                         |
|                                                     | 36 t/m 45 jaar   |                                                                                                                                         |
|                                                     | 46 t/m 59 jaar   |                                                                                                                                         |
| Geboorteland ouder/verzorger en partner             | Nederland        |                                                                                                                                         |
|                                                     | Buiten Nederland |                                                                                                                                         |
| Opleiding ouders                                    | Laag             | basisonderwijs, praktijkonderwijs, vmbo-basis/vmbo-kader, vmbo-gemengd/vmbo-theoretisch/mavo, eerste 3 leerjaren van havo/vwo, havo/vwo |
|                                                     | Midden           | mbo-niveau 1, 2, 3 en 4                                                                                                                 |
|                                                     | Hoog             | hbo en wo                                                                                                                               |
| Provincie (woonplaats)                              | Noord            | Groningen, Friesland, Drenthe, Overijssel, Flevoland en Noord-Holland                                                                   |
|                                                     | Midden           | Gelderland, Utrecht en Zuid-Holland                                                                                                     |
|                                                     | Zuid             | Noord-Brabant, Zeeland en Limburg                                                                                                       |
| Leeftijd kind en startleeftijd plantaardige voeding | 0-1 jaar         |                                                                                                                                         |
|                                                     | 1-4 jaar         |                                                                                                                                         |
|                                                     | 4 jaar en ouder  |                                                                                                                                         |

## Ethiek

Voor dit onderzoek is een niet-WMO verklaring verkregen (METC 2024-0195). Ouders/verzorgers zijn van tevoren geïnformeerd en gaven toestemming voor het gebruik van de data met het invullen van de vragenlijst. Alle gegevens werden anoniem verwerkt. Gegevens worden bewaard in een beschermde digitale omgeving waar alleen de hoofdonderzoeker toegang tot heeft.

## Resultaten

De vragenlijst is 149 keer ingevuld, waarvan 19 keer onvolledig. Alleen volledig ingevulde vragenlijsten zijn meegenomen in de analyse. De vragenlijst is voor 130 kinderen volledig ingevuld door 94 ouders. Hoofdzakelijk hebben moeders de vragenlijst ingevuld. Iets meer dan de helft van de ouders bevindt zich in de leeftijdscategorie van 36 tot en met 45 jaar. Het merendeel van de ouders is hoogopgeleid. De start van het plantaardig voedingspatroon vindt bij de meeste kinderen vóór het 4<sup>e</sup> jaar plaats (78%) (tabel 2).

**Tabel 2.** Demografische gegevens ouder en kinderen (N=130)

|                                                   |                  | n (valide %) |
|---------------------------------------------------|------------------|--------------|
| Ouder/verzorgende                                 | Moeder           | 116 (89,2)   |
|                                                   | Vader            | 14 (10,8)    |
| Leeftijd ouder (jaren)                            | 24 t/m 35        | 41 (31,5)    |
|                                                   | 36 t/m 45        | 71 (54,6)    |
|                                                   | 46 t/m 59        | 18 (13,8)    |
| Geboorteland invullende ouder                     | Nederland        | 119 (91,5)   |
|                                                   | Buiten Nederland | 11 (8,5)     |
| Geboorteland partner                              | Nederland        | 113 (86,9)   |
|                                                   | Buiten Nederland | 11 (8,5)     |
|                                                   | Geen partner     | 6 (4,6)      |
| Opleiding                                         | Hoog             | 113 (86,9)   |
|                                                   | Midden           | 9 (6,9)      |
|                                                   | Laag             | 6 (4,6)      |
|                                                   | Onbekend         | 2 (1,5)      |
| Provincie                                         | Noord            | 45 (34,6)    |
|                                                   | Midden           | 47 (36,2)    |
|                                                   | Zuid             | 38 (29,2)    |
| Leeftijd kind (jaren)                             | 0-1              | 8 (6,2)      |
|                                                   | 1-4              | 46 (35,4)    |
|                                                   | 4-18             | 76 (58,5)    |
| Startleeftijd plantaardig voedingspatroon (jaren) | 0-1              | 74 (56,9)    |
|                                                   | 1-4              | 27 (20,8)    |
|                                                   | 4-18             | 29 (22,3)    |

Tabel 3 geeft de mening weer van ouders over de JGZ-professionals rondom het plantaardig voedingspatroon bij kinderen.

Ongeveer één derde van de ouders heeft het aan hun JGZ-professional níet verteld dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft, met als meest genoemde reden dat ze het niet noodzakelijk achten om het te vertellen. Ook denken ouders in 20% van de gevallen dat JGZ het hen zal afraden. Onder andere gebrekkige kennis, foutieve informatie en tegenstrijdige adviezen van de JGZ-professionals worden door ouders gerapporteerd (tabel 3). Tegelijkertijd informeert twee derde van de ouders hun JGZ-professionals wél. Deze ouders ervaren in 28% van de gevallen een positieve, geruststellende of enthousiaste houding, in 46% een onwetende of neutrale houding en in 26% een sceptische, negatieve of afwijzende houding. Volgens de ouders maken JGZ-professionals zich met name zorgen over (mogelijke) tekorten aan mineralen en vitamines (52%) en in een kwart van de gevallen ook over een (mogelijk) eiwittekort.

**Tabel 3.** Mening van ouders over jeugdgezondheidszorg (JGZ) professionals en omgeving rondom het plantaardig voedingspatroon bij kinderen

|                                                  |                                          |     | n (valide %) |
|--------------------------------------------------|------------------------------------------|-----|--------------|
| Gebruik JGZ                                      | Ja                                       |     | 125 (96,2)   |
|                                                  | Nee                                      |     | 5 (3,8)      |
| Verteld aan JGZ                                  | Ja                                       |     | 89 (68,5)    |
|                                                  | Nee                                      |     | 36 (27,7)    |
| Reden niet vertellen                             | Niet noodzakelijk om te vertellen        |     | 22 (53,7)    |
|                                                  | JGZ zal het afraden                      |     | 8 (19,5)     |
|                                                  | Bang om veroordeeld te worden            |     | 2 (4,9)      |
|                                                  | Anders                                   |     | 4 (9,8)      |
| Houding JGZ                                      | Positief, geruststellend                 |     | 21 (23,6)    |
|                                                  | Enthousiast                              |     | 4 (4,5)      |
|                                                  | Onwetend                                 |     | 24 (27)      |
|                                                  | Niet mee eens, wel begripvol of neutraal |     | 17 (19,1)    |
|                                                  | Sceptisch                                |     | 14 (15,7)    |
|                                                  | Negatief, afwijzend                      |     | 9 (10,1)     |
| Argumenten JGZ indien niet positief              | Tekort mineralen en vitamines            | Ja  | 34 (52,3)    |
|                                                  |                                          | Nee | 31 (47,7)    |
|                                                  | Eiwittekort                              | Ja  | 16 (24,6)    |
|                                                  |                                          | Nee | 49 (75,4)    |
|                                                  | Mens geëvolueerd tot omnivoor            | Ja  | 1 (1,5)      |
|                                                  |                                          | Nee | 64 (98,5)    |
|                                                  | Oneerlijk voor kinderen                  | Ja  | 1 (1,5)      |
|                                                  |                                          | Nee | 64 (98,5)    |
| JGZ gevraagd naar reden                          | Ja                                       |     | 15 (16,9)    |
|                                                  | Nee                                      |     | 74 (83,1)    |
| JGZ informatie gegeven                           | Ja                                       |     | 8 (9,0)      |
|                                                  | Ja, ook literatuur en websites           |     | 7 (7,9)      |
|                                                  | Ja, ook verwezen                         |     | 3 (3,4)      |
|                                                  | Nee                                      |     | 63 (70,8)    |
|                                                  | Nee, wel literatuur en websites          |     | 3 (3,4)      |
|                                                  | Nee, wel verwezen                        |     | 5 (5,6)      |
| Gegeven informatie voldoende                     | Ja                                       |     | 14 (77,8)    |
|                                                  | Nee                                      |     | 4 (22,2)     |
| Niet naar afspraak JGZ i.v.m. negatieve ervaring | Ja                                       |     | 1 (1,1)      |
|                                                  | Nee                                      |     | 88 (93,6)    |
|                                                  | Nee, serieus overwogen                   |     | 5 (5,3)      |
| Bekritiseerd door omgeving                       | Ja                                       |     | 86 (66,2)    |
|                                                  | Nee                                      |     | 44 (33,8)    |
| Argumenten omgeving indien niet positief         | Tekort mineralen en vitamines            | Ja  | 73 (84,9)    |
|                                                  |                                          | Nee | 13 (15,1)    |
|                                                  | Eiwittekort                              | Ja  | 50 (58,1)    |
|                                                  |                                          | Nee | 36 (41,9)    |
|                                                  | Mens geëvolueerd tot omnivoor            | Ja  | 22 (25,6)    |
|                                                  |                                          | Nee | 64 (74,4)    |
|                                                  | Oneerlijk voor kinderen                  | Ja  | 51 (59,3)    |
|                                                  |                                          | Nee | 35 (40,7)    |

In 17% van de gevallen vroeg de JGZ-professional aan ouders waarom zij voor een plantaardig voedingspatroon hebben gekozen. Daarnaast heeft 71% van de JGZ-professionals geen informatie gegeven over een plantaardig voedingspatroon bij kinderen. Echter, wanneer er wel informatie werd gegeven, voldeed het wél aan de verwachtingen van ouders in 14 van de 18 keer.

Vijf ouders van vijf kinderen geven aan dat ze geen gebruik (meer) maken van de diensten van JGZ. Eén van de genoemde redenen was dat het consultatiebureau het niet eens is dat zij geen zuivelproducten willen geven na de borstvoeding (tabel 3).

66% van de ouders wordt bekritiseerd door hun omgeving (vrienden, familie, kennissen en/of leraren) vanwege hun keuze voor een plantaardig voedingspatroon voor hun kind. Genoemde argumenten zijn: tekorten aan mineralen en vitamines (85%), het is oneerlijk voor kinderen (59%), eiwittekort (58%) en de mens is geëvolueerd tot een omnivoor (26%).

In tabel 4 worden de open antwoorden van ouders weergegeven op de vraag waarom ze niet aan de JGZ-professionals verteld hebben dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft. Ook worden de reacties weergegeven die zij van de JGZ-professionals en van hun omgeving hebben gekregen wanneer zij wel vertelden dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft.

**Tabel 4.** Narratief van ouders uit de open velden over de door ouders ervaren reacties van de JGZ en hun omgeving t.a.v. een plantaardig voedingspatroon bij hun kind(eren)

#### Waarom niet aan JGZ- professional verteld

Consultatiebureau was het al niet eens dat we geen zuivelproducten gaven na de borstvoeding.

Totaal geen behoefte aan alle non-informatie die ze geven.

Er werd niet naar gevraagd. (8x)

Ik weet uit ervaring met eerste kind dat de kennis beperkt of foutief is en ik mijn kennis haal bij een gespecialiseerde diëtist.

Ik wil dat de arts objectief blijft en niet elke afwijking stuurt richting het plantaardig eten.

Niet belangrijk, kind groeit goed.

Zolang ze gezond zijn is het niet nodig. Huisarts is wel op de hoogte.

De kennis is over het algemeen wat minder m.b.t. dit onderwerp. Dus ook deels geen zin in oordelen of heel veel vragen daarover.

Hij is al wat ouder dus geen arts/verpleegkundige gesproken over zijn voeding. Ervaring leert wel dat ze weinig van voeding wisten en tegenstrijdige adviezen gaven, dus als we hem van begin af aan vegan hadden opgevoed dan hadden we het er waarschijnlijk niet bij gezegd.

#### Houding van JGZ- professional

Er werd niet echt op gereageerd. (2x)

Verschillend. Ik wilde eens laten bloed prikken, op advies van een plantaardig diëtist (wat achteraf niet nodig was). De arts reageerde geïrriteerd (onzin om in gezonde kinderen te prikken, wat ik nu zelf ook zou zeggen) en ook stuurde ze aan op vegetarisch. Bij de verpleegkundige was er meer begrip.

Was zelf vegan, maar adviseerde tegenovergestelde.

#### Argumenten JGZ- professional niet positief

Je kind heeft rood vlees nodig om lange spieren te ontwikkelen.

Kinderen zouden geen sojaproducten lusten.

Onverantwoord en niet in het beste belang van het kind.

Soja is slecht voor kinderen.

Ze dacht dat mijn kind dan meer suikers binnen zou krijgen op basis van plantaardige melk.

Ze gaven aan er niks van te weten en dat een diëtist dat wel zou weten.

Zou niet goed genoeg groeien.

**Tabel 4.** Vervolg**Argumenten omgeving niet positief**

- Alle veel voorkomende (non)argumenten.
- Andere normen en waarden.
- “Dan kan ik ze nooit meer iets lekkers geven!”
- Je moet wachten tot ze er zelf voor kunnen kiezen.
- Veganisme is extreem en past niet goed in onze “Hollandse kaas-cultuur”.

Acht ouders geven aan dat zij niet aan de JGZ-professional verteld hebben dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft omdat daar niet naar gevraagd werd. Sommige ouders geven ook aan het niet verteld te hebben omdat zij twijfels hebben over de deskundigheid van de JGZ-professionals met betrekking tot dit voedingspatroon.

## Beschouwing

In deze studie is onderzocht hoe in Nederland wonende ouders, die hun kind opvoeden met een plantaardig voedingspatroon, de communicatie met en de houding van JGZ-professionals ten aanzien van dit voedingspatroon ervaren. Respondenten zijn gelijkmatig verdeeld over het land, zijn meestal hoog opgeleid en voornamelijk van Nederlandse komaf. Ongeveer één derde van de ouders heeft niet aan hun JGZ-professional verteld dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft, omdat zij dit niet noodzakelijk achten of dachten dat de JGZ het hen zal afraden. Van de ouders die het wel aan hun JGZ-professional vertelden kreeg ongeveer 40% een positieve of neutrale reactie. Bij 17% van de ouders heeft de JGZ-professional geïnformeerd naar de beweegredenen om voor een plantaardig voedingspatroon te kiezen voor hun kind. Slechts 30% kreeg informatie over dit voedingspatroon.

De meerderheid van de kinderen in deze studie is in het eerste levensjaar gestart met een plantaardig voedingspatroon, wat overeenkomt met de studie van Bivi et al (20). De JGZ-professional zou dus al bij het eerste contact met ouders open vragen kunnen stellen over het voedingspatroon en of er zaken zijn waar zij rekening mee kunnen houden.

De door ouders ervaren reacties en bejegening door Nederlandse JGZ-professionals enerzijds en Italiaanse ‘primary care pediatricians’ anderzijds over een plantaardig voedingspatroon bij kinderen kent veel overeenkomsten. Meer dan een kwart van de ouders rapporteert een sceptische, negatieve of afwijzende reactie. Een negatieve of afwijzende houding van JGZ-professionals ten aanzien van een plantaardig voedingspatroon kan de communicatie met ouders belemmeren en het vertrouwen in de zorgrelatie ondermijnen, wat de kwaliteit van begeleiding en signalering van (voedings)risico's (zoals een vitamine B12 tekort) mogelijk beperkt (10, 21).

In dit onderzoek heeft een derde van de ouders de JGZ-professional niet geïnformeerd over het plantaardig voedingspatroon voor hun kind. Een mogelijke reden hiervoor kan zijn dat ouders denken dat er weinig betrokkenheid, onwetendheid en/of een negatieve attitude is voor dit voedingspatroon bij kinderen.

Eén ouder is vanwege een negatieve ervaring gestopt om de JGZ te bezoeken en vijf ouders hebben dit serieus overwogen. Dit is een onwenselijke situatie, omdat kinderen hierdoor mogelijk zorg mislopen, wat kan leiden tot het niet tijdig signaleren van problemen in hun groei en ontwikkeling of het overslaan van een vaccinatiemoment.

Bovendien voelen ouders zich in hoge mate bekritiseerd door hun directe omgeving. Naast opmerkingen over tekorten voor mineralen, vitamines en eiwitten, krijgen ouders daarenboven vaak te horen dat een plantaardig voedingspatroon oneerlijk is om een kind op te leggen en dat mensen geëvolueerd zijn tot omnivoor. Een plantaardig voedingspatroon bij kinderen lijkt nog geen ingeburgerde materie. Dit impliceert dat het nog niet door iedereen gezien wordt als een mogelijk en tevens gezond voedingspatroon. De Academy of Nutrition and Dietetics geeft aan dat een volledig plantaardig voedingspatroon juist gezondheidsvoordelen kan bieden (9).

Doordat meer kinderen een plantaardig voedingspatroon hebben, zal de JGZ logischerwijs geconfronteerd worden met een gestegen hulpvraag over een volledig plantaardig voedingspatroon bij het (zeer) jonge kind. Toch is in Nederland het aandeel van onderwijs betreffende voeding, leefstijl, en/of gezondheidsbevordering beperkt in de geneeskundecurricula (19). Tevens komt het thema (plantaardige) voeding in de opleidingen voor jeugdartsen en jeugdverpleegkundigen bijna niet voor, terwijl het behoort tot het takenpakket van de JGZ (10, 23).

Uit onderzoek blijkt dat de kennis bij Italiaanse gezondheidszorgprofessionals over vegetarisch eten bij kinderen ondermaats is (24). Gezien de overeenkomende resultaten tussen het onderzoek van Bivi et al. en deze studie is de verwachting dat dit ook voor Nederlandse JGZ-professionals kan gelden (20).

Ouders die informatie van de JGZ-professional hebben ontvangen, geven overwegend aan tevreden te zijn, hetgeen suggereert dat deze professionals beschikken over adequate kennis van de voor- en nadelen van een plantaardig voedingspatroon bij kinderen. Desondanks heeft circa 70% van de ouders geen informatie ontvangen. Het is onduidelijk of dit het gevolg is van een beperkte informatiebehoefte bij ouders dan wel van een gebrek aan kennis bij de JGZ-professional. Hoewel uit een aantal reacties van ouders blijkt dat zij over meer inhoudelijke kennis denken te beschikken dan de professional.

## Sterke kanten

Dit onderzoek heeft een aantal sterke kanten. Deze studie is, zover bekend, de eerste studie die inzicht verschaft over de mening van ouders over het begrip en de waardering die zij hebben ontvangen van de JGZ-professional voor een plantaardig voedingspatroon bij hun kinderen. De doelgroep werd benaderd via Facebook en LinkedIn, waardoor de juiste doelgroep rechtstreeks bereikt werd en er een goede, representatieve verdeling plaatsvond over de verschillende regio's. Er was een zeer snelle invulrespons van de vragenlijst, wat aangeeft dat ouders graag hun mening geven over het onderwerp. De opzet van de Italiaanse studie is voor deze studie gebruikt, waardoor de Nederlandse en Italiaanse situatie met elkaar vergeleken konden worden.

## Beperkingen

De respondenten zijn voornamelijk geworven via Facebookgroepen voor personen met een plantaardig voedingspatroon. Vooral hoogopgeleide, in Nederland geboren ouders namen deel aan het onderzoek. Deze oververtegenwoordiging kan het gevolg zijn van selectiebias in de wervingsmethode, hoewel het CBS rapporteert dat hoogopgeleiden vaker vegetarisch of plantaardig eten dan lager opgeleiden (25). Er is gevraagd naar een eerder plaatsgevonden contact met de jeugdgezondheidszorg, wat tot herinneringsbias kan leiden. Tot slot is de vragenlijst in een aantal gevallen tegelijk voor meerdere kinderen ingevuld, terwijl ouders gevraagd is om de vragenlijst apart voor elk kind in te vullen. Dit kan als gevolg hebben dat meerdere ervaringen gereduceerd zijn tot één meer gegeneraliseerde ervaring voor alle kinderen in het gezin.

## Conclusie

Niet alle ouders vertellen aan de JGZ-professionals dat hun kind een plantaardig voedingspatroon heeft. Indien zij dit wel vertellen zijn de reacties wisselend. Niet alle JGZ-professionals lijken op de hoogte te zijn van de voor- en nadelen van een plantaardig voedingspatroon bij kinderen. De bevindingen van dit onderzoek benadrukken de noodzaak voor meer aandacht voor dit onderwerp in opleidingen en het bieden van beter toegankelijke informatie voor JGZ-professionals.

## Aanbevelingen

Een addendum bij de JGZ-richtlijn toegespitst op een plantaardig voedingspatroon bij kinderen is aanbevolen. Vervolgens kunnen gerichte trainingen voor JGZ-professionals ontwikkeld worden, waarbij zowel de wetenschappelijke onderbouwing als praktische toepassingen van een plantaardig voedingspatroon bij kinderen aan bod komen.

Daarnaast is vervolgonderzoek nodig bij JGZ-professionals. Dit onderzoek zou inzicht moeten geven in eventuele kennisbehoefte en specifieke kennis- en attitudeveranderingen die noodzakelijk zijn voor JGZ-professionals om adequaat te kunnen adviseren.

## Auteurs bijdrage

VI: Onderzoeker, eerste auteur, analyse, bewerkingen.

MJ TL: Analyse en bewerkingen.

## Disclaimer

Dit onderzoek is uitgevoerd als onderdeel van de opleiding tot arts Maatschappij en Gezondheid bij de NSPOH.

## Literatuur

1. Kloosterman R, Akkermans M, Reep C, Wingen M, Molnár-In 't Veld H, Beuning J van. Klimaatverandering en energietransitie: opvattingen en gedrag van Nederlanders in 2020. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) [Internet]. 2021 Jun 4 [cited 2025 Oct 28]. Available from: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/rapportages/2021/klimaatverandering-en-energietransitie-opvattingen-en-gedrag-van-nederlanders-in-2020>
2. Vegatrends 2020: forse groei vegetariërs en veganisten. Vegetariërsbond [Internet]. 2020 [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.duurzaam-ondernemen.nl/vegatrends-2020-forse-groei-vegetariërs-en-veganisten/>
3. An exploration into diets around the world. Ipsos [internet]. August 2018 [cited 2025 Oct 24]. Available from: [https://www.an\\_exploration\\_into\\_diets\\_around\\_the\\_world.pdf](https://www.an_exploration_into_diets_around_the_world.pdf)
4. The Vegan Society. Families and children [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.vegansociety.com/news/media/statistics/families-and-children>
5. Bestuursverslag en jaarverslag proveg 2022. ProVeg [Internet]. 2022 [cited 2025 Oct 24]. Available from: [https://proveg.org/nl/wpdf\\_file/2022-pdf/](https://proveg.org/nl/wpdf_file/2022-pdf/)
6. bestuursverslag-en-jaarverslag-proveg-2022/ Green Deal Duurzame Zorg [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.greendealduurzamezorg.nl/green-deal-duurzame-zorg/>
7. Gezondheidsraad. Richtlijnen goede voeding 2015. Den Haag: Gezondheidsraad; 2015.
8. Gezondheidsraad. Advies Gezonde eiwittransitie 2023. Den Haag: Gezondheidsraad; 2023.
9. Melina V, Craig W, Levin S. Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Vegetarian Diets. J Acad Nutr Diet. 2016 Dec;116(12):1970–80.
10. JGZ-richtlijn Voeding en eetgedrag 2013 (aanpassing 2017) [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.jgzrichtlijnen.nl/richtlijn/jgz-richtlijn-voeding-en-eetgedrag-2013-aanpassing-2017/>

11. Vegan opvoeden [Internet]. Happy Times Magazine. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.happytimesmagazine.nl/vegan-opvoeden/>
12. Zo voed ik op: mijn kind wordt veganistisch opgevoed (dat vindt men raar) [Internet]. Me-to-We. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.me-to-we.nl/zo-voed-ik-op-mijn-kind-wordt-veganistisch-opgevoed-dat-vindt-men-raar/>
13. Italian pediatricians: no veg diets for children. Carnisostenibili [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.carnisostenibili.it/en/italian-pediatricians-no-veg-diets-for-children/>
14. Kind vegan opvoeden. Vegan Revolutie [Internet] [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.veganrevolutie.nl/kind-vegan-opvoeden/>
15. Dochter veganistisch opvoeden. Kek Mama [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.kekmama.nl/artikel/persoonlijk/dochter-veganistisch-opvoeden>
16. Consultatiebureau: zorgzaam of zorgwekkend? Green Evelien Blog [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.greenevelien.com/blog/consultatiebureau-zorgzaam-of-zorgwekkend>
17. Vegan moeder Mirjanne: Mensen zeggen niks van kinderen die dagelijks frituur eten, maar hebben wél een mening over plantaardig opvoeden. Ouders van Nu [Internet]. [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.oudersvannu.nl/peuter/vegan-moeder-mirjanne-mensen-zeggen-niks-van-kinderen-die-dagelijks-frituur-eten-maar-hebben-wel-een-mening-over-plantaardig-opvoeden~b7843fe>
18. Berichten op Facebookgroep Vegan Ouders & Kids – ProVeg Nederland.
19. Brits E, le Grange E. Influence of a Vegan Diet on Child Health and Development: A Scoping Review. *Nutr Rev*. 2025;nuaf070.
20. Bivi D, Di Chio T, Geri F, Morganti R, Goggi S, Baroni L, et al. Raising children on a vegan diet: Parents' opinion on problems in everyday life. *Nutrients* 2021 May 25;13(6):1–15.
21. Koller A, Rohrmann S, Wakolbinger M, Gojda J, Selinger E, Cahova M, et al. Health aspects of vegan diets among children and adolescents: a systematic review and meta-analyses. *Crit Rev Food Sci Nutr*. 2023.
22. Rianne Dolmans en Cheryl Everlo. Kennissynthese Voeding en leefstijl in het Geneeskunde curriculum. Stichting student en leefstijl [Internet]. September 2019 [cited 2025 Oct 24]. Available from: <https://www.studentenleefstijl.nl/wp-content/uploads/2020/11/Kennissynthese.pdf>
23. Nagevraagd bij instituutsopleiders van NSPOH Op 28-6-2023.
24. Bettinelli ME, Bezze E, Morasca L, Plevani L, Sorrentino G, Morniroli D, et al. Knowledge of health professionals regarding vegetarian diets from pregnancy to adolescence: An observational study. *Nutrients* 2019. May 23;11(5):1149.
25. Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS). Nederlanders kiezen bij een kwart van de hoofdmaaltijden voor vegetarisch. Den Haag: CBS; 2024



Dit artikel wordt gepubliceerd onder de licentie Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)