

A close-up photograph of several hands assembling white puzzle pieces on a light blue background. The hands are positioned around the puzzle pieces, some holding them in place while others are about to be placed. The puzzle pieces are scattered across the frame, with some already partially assembled.

Samen van data naar daad

Hoe meten en toepassen samenkomen voor betere cliëntzorg

21 april 2026

Kennismaking



Denise Mommers
 **nutripunt**
hét punt voor jouw voedingszorg

Lindsay Dassen-Storcken
 **nutristats+**
hét meet- en expertisecentrum voor diëtetiek

Nederlandse
Vereniging van **Diëtisten**

Aanbod nutritional assessments

Domein 1: Voedselinname, verbruik en verliezen

Bomcalorimetrie

Actometer

Indirecte calorimetrie

Domein 2: Lichaamssamenstelling en nutriëntenreserves

Antropometrie

BIA

BODPOD

CT-scan

DEXA

Spierechografie

Domein 3: Functionele parameters

Handknijpkracht

Fysieke capaciteit

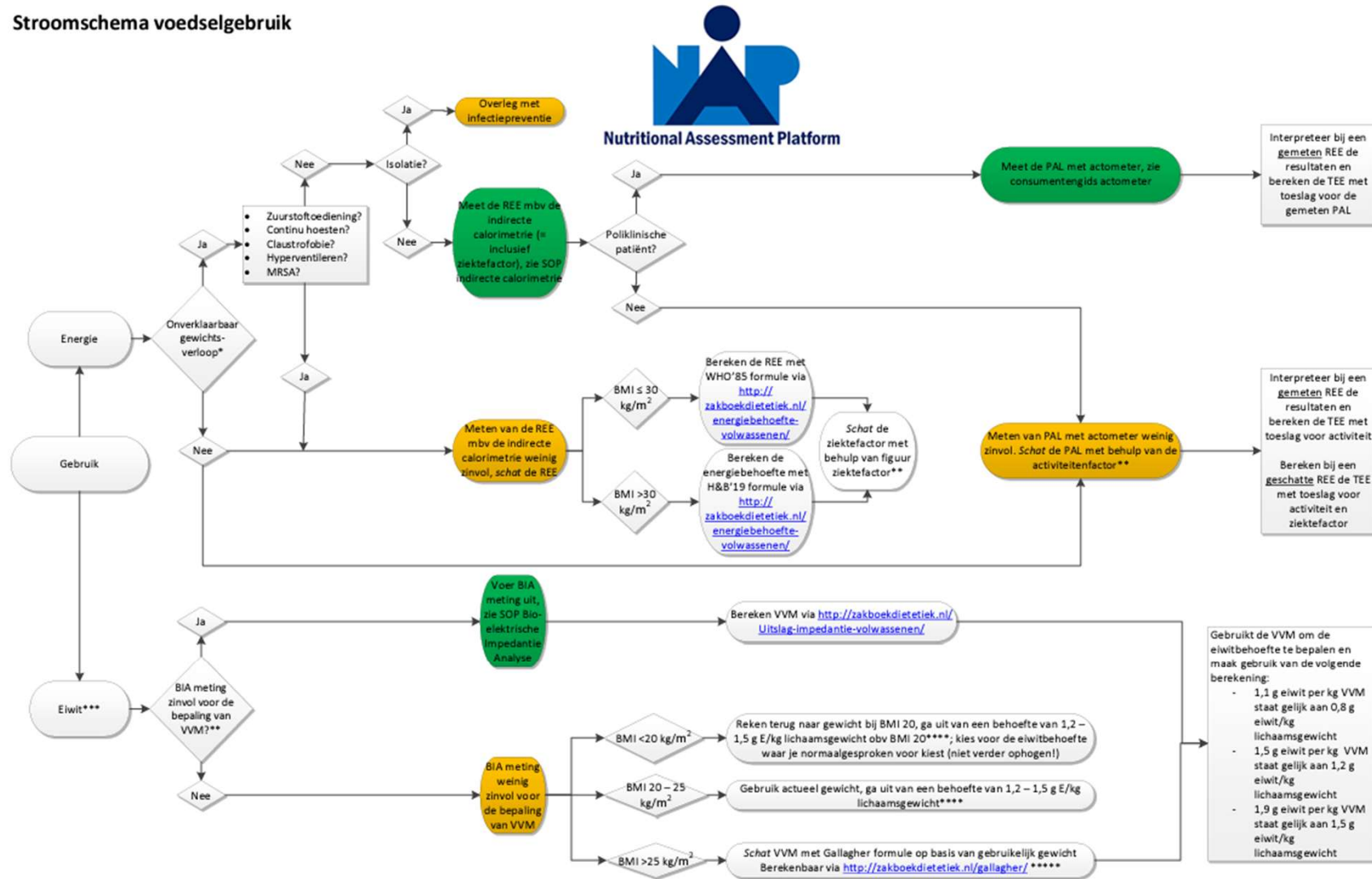
Mobiliteit

Kracht

Vragenlijsten/indexen

Bron: nutritionalassessmentplatform.nl

Stroomschema voedselgebruik



BIA: Bio-elektrische Impedantie Analyse; BMI: Body Mass Index (kg/m³); PAL: Physical Activity Level; REE: Resting Energy Expenditure; SOP: Standard Operating Procedure; TEE: Total Energy Expenditure; VVM: Vrije Massa

*Met uitzondering van patiënten waarvan we weten dat meten beter is dan schatten, bijvoorbeeld IC patiënten

**Zie het achtergronddocument

*** Het meten van VVM met behulp van bijv. BIA heeft voorkeur

**** Met uitzondering van bij contra-indicaties, zoals nierinsufficiëntie

***** Valt de patiënt af en daardoor in een andere BMI categorie? Ga uit van de geschatte VVM obv de Gallagher formule; niet (opnieuw) behoefte bereken uitgaande van gewicht

Nutristats+: Meten is weten

Energieverbruik

- Indirecte calorimetrie
- Actometer

Lichaamssamenstelling

- Bio-impedantiemeting
- FibroScan
- Handdynamometer
- Omtrekmetingen (bovenarm-, middel-, kuitomtrek)
- Short Physical Performance Battery

Pluspakket & voortgangsmetingen



Complementair aan de (voedings)zorg

Optie 1

- Cliënt komt voor NUAS-meting zonder zorgprofessional
- Nutritional assessment op basis van vraagstelling cliënt
- Cliënt ontvangt rapport
- Cliënt wordt zo nodig verwezen naar zorgprofessionals in eigen omgeving
- Eventueel digitale nabespreking maar Nutristats+ behandelt niet!

Optie 2

- Cliënt is in behandeling bij zorgprofessional
- Nutritional assessment vindt plaats bij Nutristats+ vanuit behoefte naar meer inzicht
- Cliënt en/of zorgprofessional ontvangt rapport
- De zorgprofessional blijft in the lead over de behandeling!
- Zo nodig kan t.z.t. her-meting overwogen worden.



**Meten waar het kan,
verwijzen waar het loont**

Casus 1 Dhr W. (cliënt 1^e lijn -> NS+)

73-jarige man, ketenzorg hvz (hypertensie en hyperlipidemie), astma
BMI 31,9

medicatie; Losartan, Ventolin, vitamine D, testosteron

Actieve leefstijl; 2x sporten p.d., 1-2x thuissport, 1x oefeningen

Hulpvraag; lukt ondanks actief leven niet om af te vallen.

Eerder begeleiding gehad vanuit een afslankstudio maar lukt nu niet meer met de adviezen van destijds.

Casus 1 Dhr W.

Nutristats+ meting;
Rustmetabolisme; 1600kcal/d (= 86% van voorspeld)
PAL-waarde; 1,63
Gemiddeld dagelijks energiegebruik: 2600kcal
FFMI; 21,3 (P90-P95)
HKK; P90
SPPB: 11
FibroScan; CAP 337 dB/m (=S3), E 4,2 (F0-1)

Geleidelijke daling van lichaamsgewicht.
Tussentijds periode minder fysieke activiteit t.g.v.
gezondheidsklachten

Gewicht; -5kg, BMI 31,9 -> 29,9
(waarvan -3,5kg vetmassa, -1,0 spiermassa en -0,5 vocht)

FibroScan vervolg wordt gepland

Conclusie diëtist;
Goede spiermassa, goede spierkracht
Leververvetting -> insulineresistentie zeer aannemelijk

Voedingsadvies;
Energie-inname rondom; 1600 tot max 2000kcal/dag
Eiwit o.b.v. VVM 1,5g/kg; 100g/dag
Advies m.b.t. koolhydraten max 100g/dag

Casus 2 Mw S. (Cliënt Ns+ -> 1^e lijn)

39-jarige vrouw, ziekte van Hashimoto (sinds begin 2025 na lange intense klachten sinds 2019)

Klachten zoals vermoeidheid, gewichtstoename, somberheid/depressie

BMI 30,6

Medicatie; Tyrofix, allergietablet.

Fysieke activiteit; nauwelijks t.g.v. fysieke en mentale klachten

Hulpvraag; Gewichtsverlies, weer energie hebben, wat moet ik doen om dit voor elkaar te krijgen? Afvallen lukt niet t.g.v. Hashimoto

Casus 2 Mw S. (Cliënt Ns+ -> 1^e lijn)

Nutristats+ meting;
Rustmetabolisme; 1700kcal/d (= 97% van voorspeld)
PAL-waarde; 1,44
Gemiddeld dagelijks energiegebruik: 2450kcal
FFMI; >P95
HKK; >P90
FibroScan; CAP 255 dB/m (=S1), E 4,1 (F0-1)

Geleidelijke daling van lichaamsgewicht.
Tussentijds periode minder fysieke activiteit t.g.v.
gezondheidsklachten

Gewicht; -7kg (in 4 mnd)
(waarvan -6,0kg vetmassa en -1,0 spiermassa)
BMI 30,6 -> 28,5

Conclusie diëtist;
Rustmetabolisme geen bijzonderheden
Goede spiermassa, goede spierkracht
Weinig fysieke activiteit!
Leververvetting -> insulineresistentie aannemelijk

Voedingsadvies;
Energie-inname rondom; 1700 kcal/dag
Eiwit o.b.v. VVM 1,1-1,5g/kg; 70-90g/dag
Koolhydraten minderen; 100-150g/dag

Casus 3 Mw K. (Cliënt Ns+ -> 1^e lijn/apps)

39-jarige vrouw, overgewicht, al langer met apps en leefstijl bezig maar wil niet lukken

BMI 30,4

medicatie; n.v.t.

Fysieke activiteit; 4/7 krachttraining

Hulpvraag; inzicht om gerichter aan de slag te kunnen

Casus 3 Mw K. (Cliënt Ns+ -> 1^e lijn/apps)

Nutristats+ 0-meting;
Rustmetabolisme; 1505kcal/d (= 90% van voorspeld)
PAL-waarde; 1,72
Gemiddeld dagelijks energiegebruik: 2590kcal
Vetvrije massa; 56,0kg
HKK; 49,8kg
FibroScan; -

Conclusie diëtist;
Rustmetabolisme aan lage kant
Fysiek actief; goede spiermassa/spierkracht!

Voedingsadvies;
Energie-inname rondom; 1500-2000 kcal/dag
Eiwit o.b.v. VVM 1,1-1,5g/kg; 60-85g/dag
Vermijden van toegevoegde suikers

	0-meting	3 mnd	6 mnd
Gewicht (kg)	90,0	80,9	73,8
Vetmassa (kg)	34,0	26,4	19,9
Vetvrije massa (kg)	56,0	54,5	53,9
Handknijpkracht (kg)	49,8	49,4	51,1
Ruststofwisseling (kcal/dag)	1505	-	1438
PAL-waarde	1,72	-	1,64
FibroScan	-	CAP 173 dB/m	CAP 132 dB/m

Casus 4 Mw T.

66-jarige vrouw, (latente) diabetes, 2 jaar geleden gewichtsafname waardoor betere glucosewaarden maar terugval -> gewichtstoename -> verhoogde glucosewaarden
Fysieke activiteit; 1-2x p.w. sporten en 1-2x p.w. wandelen

Grote voorkeur voor zoet/kh-rijke voeding, moeite met sociale druk, weet niet of en hoe voedingspatroon aan te passen. 'Ik kan mezelf toch niet alles ontzeggen' en omgeving zegt 'zo dik ben je niet waarom zou jij moeten opletten?'.

Hulpvraag; Hoe gewicht (blijvend) omlaag te krijgen en glucosewaarden te verbeteren?



Casus 4 Mw T.

Nutristats+ meting;

Lengte; 157,5cm

Gewicht; 66,7kg

BMI; 27,0

Rustmetabolisme; 1372kcal/d (= 107% van voorspeld)

PAL-waarde; 1,61

Gemiddeld dagelijks energieverbruik: 2049 kcal/dag

FibroScan; CAP 301 dB/m (=S3), E 6,3 (FO-1)

Ambivalent echter na FibroScan benoemde mw dat dit een echte eye-opener was om met leefstijl aan de slag te gaan.

De brug tussen data en motivatie...

Aan welke cliënt/patiënt denk jij bij de vraag waar extra diagnostiek helpt om gerichter te begeleiden?

A grid of 40 light blue circles arranged in four rows and ten columns, intended for selecting a client/patient.

Wat zou er veranderen in jouw praktijk als je morgen toegang hebt tot deze data?



Stelling:
**Elke diëtist zou toegang
moeten hebben tot
indirecte calorimetrie**

Stelling:
**Niet meten is in sommige
gevallen de beste keuze**

Bedankt voor jullie aandacht!



D.Mommers@nutripunt.nl / L.Dassen@nutristats.nl

Nederlandse
Vereniging van **Diëtisten**

Investering voor de cliënt

Kostenoverzicht nutritional assessments Nutristats+

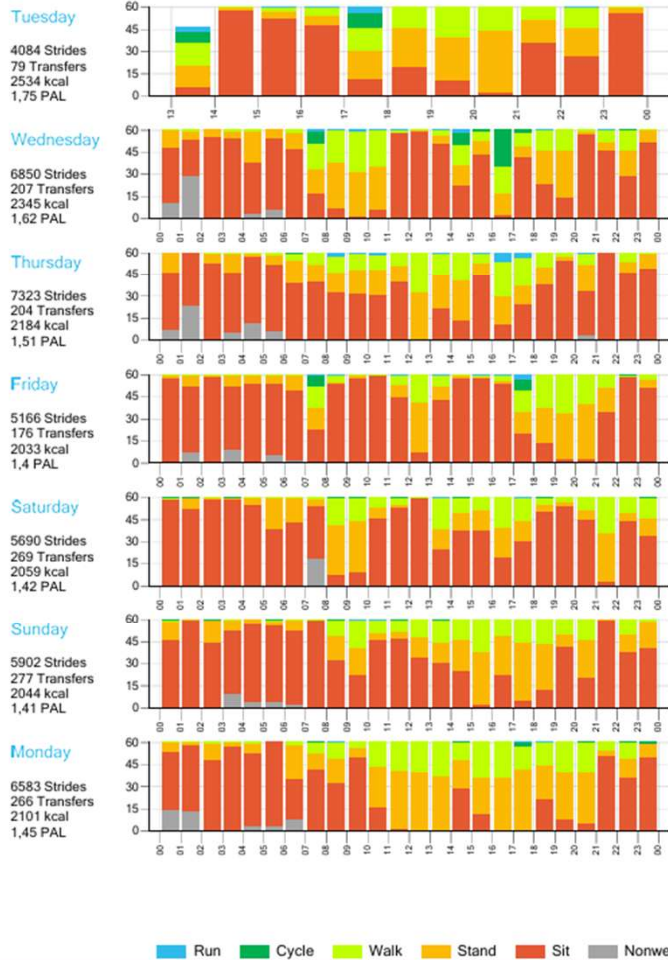
NUAS-meting	Totaalprijs
Pluspakket	€ 215,75
Energieverbruik totaal	€ 166,25
FibroScan	€ 49,00

Prijs bestaat uit verbruikskosten en consult diëtetiek, bovenstaand de totaalprijs.

Activ8



Measurement Overview 24 jun 2025 - 30 jun 2025



Daily average: 2128 kcal, PAL 1,47

