

# Competentieset leefstijlinterventies

Het bewijs voor de effectiviteit van leefstijlinterventies groeit. Leefstijl is een integraal onderdeel van de zorg en behandeling van de patiënt. Deze competentieset geeft handvatten om het onderwerp leefstijl een plaats te geven in de dagelijkse praktijk in de spreekkamer.



De set bevat basiscompetenties die helpen om leefstijl en leefstijlinterventies te integreren in gesprekken met de patiënt en in behandelplannen. Het geheel is inzetbaar als leerdoelen voor uitwerking in opleiding en training en biedt zorgprofessionals een referentiekader voor continue ontwikkeling. Niet alle kennis en vaardigheden zijn nieuw. Het gaat in het algemeen om een combinatie van aanwezige competenties aangevuld met een set van extra kennis en vaardigheden in de context van gezonde leefstijl.

**Roldefinitie:** De arts informeert en adviseert de patiënt over het effect van leefstijl op gezondheid en adviseert en creëert bewustzijn over interventies die bijdragen aan de bevordering van een gezonde leefstijl en vermindering of voorkoming van gezondheidsklachten. De arts werkt daarbij interprofessioneel samen in een netwerk rond de patiënt.

Competenties: de arts		Inhoudelijke aspecten:
1	Onderkent dat leefstijlinterventies een integraal onderdeel zijn van de zorg en van de behandeling van de patiënt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patiënt centraal</li> <li>• Maatschappelijke verantwoordelijkheid</li> </ul>
2	Onderkent dat verandering aanbrengen in leefstijl een complex proces van gedragsverandering impliceert	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gedrag en beïnvloeding</li> <li>• Motivatie, zelfregulatie, gewoonten, fysieke en sociale omgeving</li> </ul>
3	Beschikt over gesprekstechnieken en vaardigheden om het gesprek over een gezonde leefstijl met de patiënt te voeren	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Communiceren</li> <li>• Kennisoverdracht</li> <li>• Regie en zelfregie</li> </ul>
4	Houdt rekening met de context van de patiënt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Patiënt centraal</li> <li>• Empathie</li> <li>• Sociaal Economische Status</li> </ul>
5	Relateert inzichten met betrekking tot gezonde leefstijl aan de situatie van de patiënt en verwerkt leefstijlinterventies in het behandelplan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Communiceren</li> <li>• Kennisoverdracht</li> <li>• Voorlichting</li> </ul>
6	Onderkent het belang van interprofessionele samenwerking en communicatie met andere zorgprofessionals en (sociale) actoren uit het netwerk van de patiënt en betreft deze in het behandelplan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interprofessioneel samenwerken</li> <li>• Communicatie</li> <li>• Eigen grenzen kennen</li> <li>• Professionaliteit</li> </ul>