

A young girl with curly hair is smiling and covering her eyes with her hands. She is wearing a pink top. The background is a mix of yellow and blue. The image is framed by a circular border.

# GEZOND VEILIG EN KANSRIJK OPGROEIEN

**TNO** innovation  
for life

## AANLEIDING ONDERZOEK

- › WHO adviseert dat moeders minstens 6 maanden exclusief borstvoeding geven (WHO, 2020)
- › Recente melkvoedingspeiling: 69% start met borstvoeding, na 1 maand ↓ naar 47%, na 3 maanden ↓ naar 31%, na 6 maanden ↓ naar 19% (NCJ, 2018)
- › Veel vrouwen hebben wel de wens voor het geven van bv, maar ervaren uitdagingen bij het starten + blijven geven van bv op lange termijn
  - › bijv door: pijn bij het voeden, gezondheidsproblemen, bv kost veel tijd, combinatie werk/bv etc. (Kramer et al, 2019; Vogel et al, 2009)

Doel onderzoek TNO: Het ontwikkelen van 10 ontwerpelementen. Deze helpen bij het vormgeven van (online) informatie over en ondersteuning bij bv, vanuit de inzichten over gedragsverandering.

# 10 ONTWERPELEMENTEN TER ONDERSTEUNING BORSTVOEDING

Online raadpleging  
(aanstaande) moeders

Klankbordgroep met  
vertegenwoordiging  
vanuit ouders,  
professionals en  
experts

Wetenschappelijke  
literatuur + rapporten



Ontwerpelement 1  
Definiëring van  
doelgroep(en)



Ontwerpelement 2  
Definiëring periode(n)  
van borstvoeding

Introductie ontwerpelementen 3 t/m 6



Ontwerpelement 3  
Verwachtingen



Ontwerpelement 4  
Borstvoedingswensen



Ontwerpelement 5  
Acties

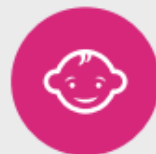


Ontwerpelement 6  
Goede voorbeelden

Interventies ontwerpelementen 3 t/m 6



Ontwerpelement 7  
Aansluiten bij de partner  
en sociale omgeving



Ontwerpelement 8  
Aansluiten bij de basis-  
behoeften van de baby



Ontwerpelement 9  
Aansluiten bij de  
geboortezorg



Ontwerpelement 10  
Vorm

## DEFINIËREN VAN DE SITUATIE



Ontwerpelement 1  
Definiëring van  
doelgroep(en)



Ontwerpelement 2  
Definiëring periode(n)  
van borstvoeding

- Aansluiten bij (diversiteit) binnen de doelgroep/doelgroepen
- Aansluiten bij specifieke periode(n): tijdens de zwangerschap, de geboorte, borstvoeding na de kraamtijd, langer na geboorte)

## (BLIJVEND) VERANDEREN VAN GEDRAG

- Nadenken over voordelen / mogelijke uitdagingen bij het geven van bv
- Het formuleren van borstvoedingswensen
- Nadenken over praktische zaken + omgaan met uitdagingen
- Opnemen van ervaringsverhalen met aanmoedigingen en oplossingen

### Introductie ontwerpelementen 3 t/m 6



Ontwerpelement 3  
Verwachtingen



Ontwerpelement 4  
Borstvoedingswensen



Ontwerpelement 5  
Acties



Ontwerpelement 6  
Goede voorbeelden

### Interventies ontwerpelementen 3 t/m 6



## AANSLUITEN BIJ DE OMGEVING



Ontwerpelement 7  
Aansluiten bij de partner  
en sociale omgeving



Ontwerpelement 8  
Aansluiten bij de basis-  
behoeften van de baby



Ontwerpelement 9  
Aansluiten bij de  
geboortezorg

- Aansluiten bij partner en sociale omgeving
- Aansluiten bij geboortezorg (bijvoorbeeld weten waar/bij wie je terecht kan)
- Aansluiten bij andere basisbehoeften (o.a. liefde/geborgenheid, slaap, dagelijkse verzorging)

## VORM



Ontwerpelement 10  
Vorm

- Overzichtelijk, kort qua tekst, visueel vormgegeven
- Toegankelijke en betrouwbare bronnen

# CHECKLIST

	Niet	Beperkt	Neutraal	Goed	Zeer goed
1. In hoeverre is duidelijk wie de doelgroep(en) is (zijn) en wat de behoefte(n) is (zijn), en of de informatie over en ondersteuning bij borstvoeding hier goed bij aansluiten?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. In hoeverre is duidelijk welke periode(n) rondom borstvoeding wordt (worden) meegenomen in de (online) informatie en ondersteuning, zoals het nadenken over het geven van borstvoeding in de eerste weken en de weken daarna?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. In hoeverre worden ouders aangemoedigd om na te denken over wat zij zien als de voordelen en mogelijke uitdagingen bij het geven van borstvoeding?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. In hoeverre worden ouders ondersteund om hun borstvoedingswensen te formuleren?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. In hoeverre worden ouders ondersteund om na te denken over (bijkomende) praktische zaken en voorbereidingen bij het geven van borstvoeding?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. In hoeverre krijgen ouders goede voorbeelden die hen ondersteunen bij het behalen van hun borstvoedingswensen en worden ze aangemoedigd om borstvoeding te blijven geven?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.1. In hoeverre sluiten de (online) informatie en ondersteuning aan bij de partner?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.2. In hoeverre sluiten de (online) informatie en ondersteuning aan bij de sociale omgeving (bestaande uit vrienden, familie, de werkgever, collega's en/of social media)?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. In hoeverre sluiten de (online) informatie en ondersteuning aan op de andere basisbehoeften van de baby?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. In hoeverre sluiten de (online) informatie en ondersteuning aan bij de geboortezorg? En in hoeverre krijgen ouders inzicht in wat zij kunnen verwachten van de professionals binnen de geboortezorg?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.1. In hoeverre is zijn de (online) informatie en ondersteuning overzichtelijk, kort qua tekst en visueel?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.2. In hoeverre wordt er gebruik gemaakt van betrouwbare en verdiepende informatie met verwijzingen naar relevante en behulpzame bronnen?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.3. In hoeverre zijn de (online) informatie en ondersteuning toegankelijk en laagdrempelig voor ouders?	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>



## PRAKTISCHE TOEPASSING

Nieuwsbericht met link naar interactieve pdf:

<https://www.tno.nl/nl/over-tno/nieuws/2020/9/tno-ondersteunt-borstvoeding-met-advieselementen/>

- Inspiratie bij ontwikkeling nieuw materiaal
- Evaluatie van bestaand materiaal

Twee praktijkvoorbeelden:

- › Ondersteunend bij de ontwikkeling van de miniserie ‘borstvoeding geven’ van het Voedingscentrum (<https://www.voedingscentrum.nl/nl/zwanger-en-kind/borstvoeding-en-flesvoeding/borstvoeding-geven.aspx>)
- › Ondersteunend bij de ontwikkeling van gesprekskaarten borstvoeding binnen Centering Pregnancy



**TNO** innovation  
for life

### 10 Ontwerpelementen voor (online) informatie over en ondersteuning bij borstvoeding

5

#### GESPREKSKAARTEN VERLOSKUNDIGEN

**Bijeenkomst:** Centering Pregnancy bijeenkomst 7.

**Doel:** nadenken over praktische voorbereiding op borstvoeding en over oplossingen van eventuele problemen.

**Werkvorm 1:** Box voorbereiding voeding van je baby.  
Maak een box met allemaal dingen die te maken hebben met het voeden van je baby. Je kunt hierin bijvoorbeeld dingen opnemen zoals kolf, zalfjes voor tepels, tepelhoedjes, e.d. zorg ook dat er dingen in zitten die handig zijn als je kiest voor KV. Laat deelnemers een product uitkiezen waar ze een vraag over hebben of waarvan ze kunnen vertellen waarom ze dat gaan kopen.

**Werkvorm 2:** Boodschappenlijst voorbereiding op voeding.  
Laat deelnemers een boodschappenlijst maken van producten die ze in de zwangerschap nog willen gaan kopen/ doen om hun baby te kunnen voeden. Ga daarna het gesprek aan over welke dingen noodzakelijk zijn, waar je beter mee kunt wachten en hoe je weet wat voor jou en je baby het beste is.

**Werkvorm 3:** Problemen rond voeding.  
Gebruik de werkvormen kaarten problemen rond voeding. Geef aan deelnemers een aantal voedingsproblemen en laat ze nadenken over waar het probleem door ontstaat, hoe je het probleem evt kunt voorkomen en wat je kunt doen als je tegen het probleem aanloopt.



VRAGEN?