



Leerdoelen

Leefstijl en Voeding in
de Geneeskundeopleiding

Inleiding

Met curatieve en preventieve leefstijlgeneeskunde kun je veel bereiken voor de gezondheid van het individu. Het verbeteren van leefstijl kan als aanvulling, of ter vervanging van medicatie dienen. Daarnaast blijkt dat steeds meer leefstijlgerelateerde interventies het ziekte(beloop) kunnen verbeteren of zelfs genezen. Dit vraagt om artsen met kennis over leefstijl en over de mogelijkheden en beperkingen om leefstijl te beïnvloeden. Om dit te realiseren, is het essentieel om onderwijs over leefstijl - als onderdeel van preventie - stevig te verankeren in de geneeskundeopleiding.

Met het opstellen van de Leerdoelen Leefstijl en Voeding in de Geneeskundeopleiding sluiten we aan bij de behoeften van opleiders en studenten. Het Raamplan Artsopleiding 2020 (NFU) is gebruikt als uitgangspunt. We bouwen voort op bestaande initiatieven en landelijk beleid, zoals de Werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum, Leefstijl Leerdoelendocument Student & Leefstijl (2023), Sectorplan Geneeskunde en Gezondheidswetenschappen en de Routekaart Effectief preventieonderwijs in de geneeskundeopleiding (1-8). Hiermee dragen we bij aan het Nationaal Preventieakkoord (2018) en het Integraal Zorgakkoord (2022) (9-10).

1. Nederlandse Federatie van Universitair Medische Centra. (2020). [Raamplan Artsopleiding 2020](#).
2. Dolmans, R., Everlo, C. (2019). [Kennissynthese Voeding en leefstijl in het Geneeskunde curriculum](#).
3. Plas, M., Saals, B., Menkveld, M., Haverkort, L. (2021). [Aandacht voor overgewicht en leefstijl in de opleiding geneeskunde: Inventarisatie van behoeften en barrières en aanknopingspunten voor implementatie](#).
4. Alliantie Voeding in de Zorg (2023). [Voeding en leefstijl in zorgonderwijs: Aandacht voor voeding, bewegen, overgewicht, obesitas en achterliggende oorzaken](#).
5. Alliantie Voeding in de Zorg (2025). [Werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum](#).
6. Stichting Student en Leefstijl (2023). [Leerdoelen document](#).
7. Nederlandse Federatie van Universitair Medische Centra (2023). [Versnellen op Gezondheid: Sectorplan Geneeskunde en Gezondheidswetenschappen](#).

De leerdoelen zijn tot stand gekomen met input van een brede groep vertegenwoordigers vanuit de universitair medische centra (umc's) en hun onderwijsorganisaties en deskundigen uit verschillende (gezondheids)-organisaties. Het resultaat is een set van 21 leerdoelen leefstijl en 11 leerdoelen voeding, waarvan het belang door een brede groep experts en docenten wordt onderschreven. De leerdoelen zijn opgesteld aan de hand van de BRAVO+ elementen (Beweging en sport, Roken, Alcohol en middelengebruik, Voeding, Ontspanning, stress en slaap, Gedragsverandering). Aansluitend op de behoeften van het werkveld is er voor voeding een verdiepende set leerdoelen opgesteld.

De leerdoelen zijn ingedeeld volgens de CanMEDS-rollen (11). Er is een prioritering aangebracht door per leerdoel aan te geven of het essentieel of gewenst is. Daarnaast is er per leerdoel aangegeven wat het beheersingsniveau dient te zijn volgens de Taxonomie van Bloom (12). Deze set van leerdoelen biedt opleidingen en docenten praktische en concrete handvatten om te inventariseren of en waar de leerdoelen al in het curriculum aan bod komen. Om vervolgens stappen te zetten naar het structureel inbedden van leefstijl en voeding in het onderwijs voor studenten in de bachelor- en mastergeneeskundeopleiding. Zo bereiden we toekomstig artsen goed voor om leefstijlgeneeskunde effectief toe te passen bij de behandeling van hun patiënt.

8. Interfacultair overleg sociale geneeskunde - ZonMw project 05550012140006 (2025). [Routekaart Effectief preventieonderwijs in de geneeskundeopleiding](#).
9. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2018). [Nationaal Preventieakkoord](#).
10. Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2022). [Integraal Zorgakkoord: Samen werken aan gezonde zorg](#).
11. Frank, J. R., Snell, L., & Sherbino, J. (Eds.) (2015). [CanMEDS 2015 physician competency framework](#). Royal College of Physicians and Surgeons of Canada.
12. Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (Eds.) (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. New York: Longman.

Totstandkoming

De Leerdoelen Leefstijl en Voeding in de Geneeskundeopleiding zijn ontwikkeld als verdieping op het landelijk opleidingsbeleid, met het Raamplan Artsopleiding 2020 (NFU 2020) als uitgangspunt.

In samenspraak met een brede groep vertegenwoordigers van de umc's en hun onderwijsorganisaties is gewerkt aan de inhoud en formulering van de leerdoelen. De Onderwijscommissie Geneeskunde (OCG/NFU) heeft tijdens de vergadering in april 2025 feedback gegeven op de leerdoelen. De OCG onderschrijft het belang van leefstijl en voeding, passend binnen de eindtermen van het Raamplan Artsopleiding.

De totstandkoming van de Leerdoelen is gecoördineerd door de NFU, NVMO Werkgroep Preventie en Leefstijl en Alliantie Voeding in de Zorg, met de werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum. Het project is mogelijk gemaakt door Team Opleiden en Professionaliseren, onder regie van Vereniging Arts en Leefstijl, van de Coalitie Leefstijl in de Zorg.



Inhoudsopgave

Leerdoelen Leefstijl



De 21 Leerdoelen Leefstijl zijn ingedeeld volgens de CanMEDS-rollen:

» Maatschappelijk handelen	6
» Kennis en wetenschap	7
» Vakinhoudelijk handelen	8
» Communicatie	9
» Samenwerking	10
» Leiderschap/organisatie	11
» Professionaliteit en kwaliteit	12



Leerdoelen Voeding



Vanwege de grote behoefte uit het werkveld bevatten de Leerdoelen Voeding een inhoudelijke verdieping op de BRAVO+ elementen. Dit wordt duidelijk gemaakt met de corresponderende nummering met de Leerdoelen Leefstijl.

» Ga naar de leerdoelen voeding	13
---------------------------------	----

Leerdoelen Leefstijl



Algemeen leerdoel Leefstijl

De student heeft kennis over leefstijl en over de mogelijkheden en onmogelijkheden om die te beïnvloeden, is in staat om problemen met leefstijl te herkennen, met individuen te bespreken, leefstijladvies te geven en al dan niet samen met (para)medische collega's ondersteuning te bieden. »

Prioritering:

E Essentieel

G Gewenst

Geef in de kolom 'Vorm van dekking' aan of en waar het leerdoel in het curriculum aan bod komt.



Maatschappelijk handelen

Leerdoel		Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
1	De student kan beargumenteren waarom de student als toekomstige zorgverlener een actieve rol heeft in het bevorderen van de gezondheid van individuen, in de preventie van ziekte (universele, selectieve, geïndiceerde en zorggerelateerde preventie) en het stimuleren van een gezonde leefstijl. Dit betreft alle BRAVO+ elementen; beweging en sport, roken, alcohol en middelengebruik, voeding, ontspanning, stress en slaap en gedragsverandering bij individuen.	E	Analyse	
2	De student herkent de rol van de sociaaleconomische, sociale en fysieke omgeving op het ontstaan en voortduren van een gezonde en ongezonde leefstijl (alle BRAVO+ elementen).	E	Weten	
3	De student kent de Nederlandse organisatie van zorg rondom leefstijl en is in staat de knelpunten hierin te benoemen, inclusief de financiële vergoedingsstructuur en de meest recente zorgmodules.	E	Weten	
4	De student kan discussiëren en commentaar geven in het debat over wet- en regelgeving ter bevordering van gezonde leefstijl.	G	Toepassen	



Kennis en wetenschap

	Leerdoel	Leerdoel voeding	Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
5	De student weet wat een gezonde leefstijl en alle BRAVO+ elementen behelzen, kent de samenhang tussen deze elementen en kent de richtlijnen omtrent gezonde leefstijl (bv Richtlijnen goede voeding).		E	Weten	
6	De student begrijpt het biopsychosociale model, heeft inzicht in mogelijke interacties tussen biologische, psychologische en sociale mechanismen en begrijpt hoe deze interacties bijdragen aan het gedrag met betrekking tot ziekte en gezondheid.		E	Weten	
7	De student weet welke leefstijlgebonden aandoeningen het meest voorkomen, welke de grootste ziektelast en afname in kwaliteit van leven met zich meebrengen voor individuen en welke consequenties deze hebben voor de maatschappij.		E	Weten	
8	De student kan de vijf psychologische basismechanismen (symptoomperceptie, stress en coping, leerprincipes, ontwikkelingstaken en cognitieve functies) uitleggen en beschrijven hoe deze mechanismen de perceptie, het gedrag en de gezondheidsvaardigheden van een individu ten aanzien van leefstijl beïnvloeden.		E	Toepassen	
9	De student kan de meestgebruikte onderzoeksmethoden in studies over leefstijl-geneeskunde (alle BRAVO+ elementen) noemen, evenals de beperkingen van deze methoden. De student is in staat ontwikkelingen omtrent kennis over leefstijl te duiden, uit de literatuur maar ook uit de belevingswereld van het individu, zoals (sociale) media.		G	Weten	



Vakinhoudelijk handelen

	Leerdoel	Leerdoel voeding	Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
10	De student kan beoordelen welke effecten een ongezonde leefstijl (alle BRAVO+ elementen) heeft op het ontstaan en verergering van alle aandoeningen en welke invloed een gezonde leefstijl kan hebben op de preventie, behandeling en/of genezing van aandoeningen tijdens de levensloop.		E	Evalueren	
11	De student kan bewezen effectieve universele, selectieve, geïndiceerde en zorggerelateerde preventieve interventies benoemen, ter voorkoming van ziekten en complicaties van de meest voorkomende aandoeningen.		E	Evalueren	
12	De student kan beschrijven, ondanks de lage prevalentie, wat mogelijk negatieve effecten zijn van te veel focus op gezonde leefstijl op de gezondheid van een individu, zijn directe omgeving en op de maatschappij.		G	Toepassen	
13	De student is zich bewust van de mogelijke interactie tussen leefstijl (BRAVO+) en farmacotherapie is, kan dit opzoeken en weet hoe dit te gebruiken in de praktijk.		G	Toepassen	



Communicatie

	Leerdoel	Leerdoel voeding	Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
14	De student is in staat om motiverende gespreksvoering toe te passen bij individuen met en zonder voldoende motivatie om leefstijl (alle BRAVO+ elementen) aan te passen. Dit gebeurt met toestemming van het individu, rekening houdend met de mogelijkheden en onmogelijkheden van het individu.		E	Evalueren	
15	De student kan in begrijpelijke taal uitleggen wat het effect is van gezonde leefstijl op de gezondheid en preventie van ziekte en complicaties en kan dit middels diverse gesprekstechnieken bespreekbaar maken met het individu.		E	Toepassen	
16	De student is in staat een leefstijlanamnese uit te voeren om te komen tot de bij het individu passende, bewezen effectieve interventies, biedt basale ondersteuning zelf en is in staat te verwijzen naar andere (para)medici.		E	Weten en toepassen	



Samenwerking

Leerdoel

- 17 De student kent de samenwerkingsverbanden in het zorglandschap, zowel in het medische, sociale, culturele en privé domein rondom leefstijl (alle BRAVO+ elementen) en de taken en verantwoordelijkheden, waarvan het individu een centraal onderdeel is, met eigen regie.
- 18 De student kan beoordelen welke evidence-based preventieve interventies ter bevordering van een gezonde leefstijl (alle BRAVO+ elementen) het meest passen, gezien de mogelijkheden en context van het individu.

Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
E	Toepassen	
E	Analyseren	



Leiderschap/organisatie

Leerdoel

- 19 De student is in staat zich actief in te zetten binnen de eigen beroepscontext om een bijdrage te leveren aan het verbeteren van de leefstijl (alle BRAVO+ elementen) van individuen.
- 20 Student is in staat de eigen leefstijl in kaart te brengen en te bevorderen door interventies toe te passen of daarbij hulp te zoeken (leading by example) en weet rolmodellen te zoeken.

Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
E	Toepassen	
E	Toepassen	



Professionaliteit en kwaliteit

Leerdoel

21

De student is zich er bewust van dat personen met een ongezondere leefstijl gestigmatiseerd worden en is zich bewust van eigen oordelen en veroordelingen omtrent leefstijl (alle BRAVO+ elementen) en benadert individuen vanuit een cultuursensitiviteit omtrent het onderwerp leefstijl.

Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
E	Toepassen	



Leerdoelen Voeding



Algemene leerdoel voeding

De student heeft kennis over voeding ter preventie en behandeling van aandoeningen en is in staat om een afwijkende voedingsinname en/of behoefte, voedingsstatus en/of voedingsgedrag te herkennen, met patiënten te bespreken, basale ondersteuning en/of advies te geven en weet wanneer het nodig is om een diëtist te raadplegen en/of door te verwijzen naar een diëtist, leefstijlcoach of andere zorgverleners en zal dit als toekomstige zorgverlener voorleven en ook actief en structureel toepassen in de uitoefening van zijn of haar beroep als zorgverlener. »

Prioritering:



Essentieel



Gewenst

Geef in de kolom 'Vorm van dekking' aan of en waar het leerdoel in het curriculum aan bod komt.



Leerdoelen Voeding

	Leerdoel	Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
5a	De student weet hoe een gezond voedingspatroon volgens de Richtlijnen Schijf van Vijf eruit ziet, weet en kan opzoeken waarop deze richtlijnen zijn gebaseerd (Evidence based Richtlijnen goede voeding, Voedingsnormen van de Gezondheidsraad en de Eetgewoonten in Nederland), kent de samenhang hiertussen en gebruikt deze voor dé praktische vertaling voor de voorlichting over goede en gezonde voeding en kan de Richtlijnen Schijf van Vijf gebruiken in basale voedingsadviezen.	E	Toepassen	
5b	De student weet waaruit 'gezonde voeding' bestaat voor alle levensfasen: periconceptie, eerste 1000 dagen, kinderen t/m 18 jaar, volwassenen en ouderen.	E	Weten	
9a	De student kan aangeven welke methoden van voedingsonderzoek er zijn en kan literatuur en andere uitingen over voeding (kritisch) op de wetenschappelijk waarde beoordelen.	G	Begrijpen/Analyse	



Leerdoelen Voeding

	Leerdoel	Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
10a	De student weet hoe de regulatiemechanismen van vertering, absorptie, energiehuishouding en metabole processen van voeding (anabolisme/katabolisme) verlopen en kent de functie en deficiënties van voeding (macronutriënten, vitaminen en mineralen) en de principes van honger en verzadiging.	E	Weten	
10b	De student kent de invloed van voeding en veranderingen in voedingsinname (bijv. te veel, te weinig, bij ziekte en vasten) op beschadiging of bedreiging van de structurele of functionele integriteit, op moleculair, cellulair, weefsel-, orgaan- en organismeniveau.	G	Weten	
12a	De student begrijpt de relatie tussen voedingskeuzes en de ecologische voetafdruk en heeft kennis over aspecten van voedingswaarde en biobeschikbaarheid, inclusief de impact van dierlijke versus plantaardige voeding op milieuaspecten en gezondheid.	E	Weten/Begrijpen	
13a	De student kan uitleggen wat de mogelijke interactie tussen voeding(status) en farmacotherapie is, kan dit opzoeken en weet hoe dit te gebruiken in de praktijk.	G	Begrijpen/ Toepassen	



Leerdoelen Voeding

	Leerdoel	Prioritering	Beheersingsniveau (Taxonomie van Bloom)	Vorm van dekking
15a	De student weet bij welke patiënten(groepen) voeding en/of dieet een rol kan spelen bij de medische behandeling, maakt dit bespreekbaar met de patiënt en zorgt dat deze op het juiste moment wordt doorverwezen naar de juiste zorgprofessional of diëtist (Zorgmodule Voeding, artsenwijzer Diëtetiek)	E	Weten/ Toepassen	
15b	De student kan in begrijpelijke taal uitleggen wat het effect van gezonde en ongezonde voeding, eventueel in combinatie met beweging, is op niet- overdraagbare (chronische) aandoeningen (bijv. obesitas, inflammatoire ziekten, diabetes, hart- en vaatziekten, hypertensie en kanker), op de behandeling en herstel van deze ziekten, maakt dit bespreekbaar met de cliënt/patiënt en verwijst tijdig door naar de diëtist en/of andere zorgprofessionals.	E	Begrijpen/ Toepassen	
15c	De student kent en herkent de indicaties voor het inzetten van medische voeding, de methoden van toediening (oraal, enteraal en parenteraal), de mogelijke complicaties en kan aangeven wanneer deze in te zetten.	G	Weten/ Toepassen	
16a	De student (h)erkent het gezondheidsrisico van ondervoeding, van overgewicht en (sarcopene) obesitas en is in staat om patiënten met (risico op) ondervoeding (incl refeeding), overgewicht, obesitas en/of en double burden te identificeren via screeningsinstrumenten, maakt het bespreekbaar met patiënt/cliënt en verwijst tijdig door naar de diëtist en/of andere zorgprofessionals.	E	Weten/ Identificeren Toepassen	

Geraadpleegde organisaties

De leerdoelen zijn tot stand gekomen in samenspraak met een brede groep vertegenwoordigers vanuit de umc's en hun onderwijsorganisaties. Ook experts en deskundigen van verschillende (gezondheids)organisaties en onderwijsinstellingen hebben bijgedragen. Onze dank gaat uit naar alle betrokkenen en geraadpleegde organisaties!



Geraadpleegde organisaties

Alliantie Voeding in de Zorg

- Tom van Loenhout MD
- Menrike Menkveld-Beukers
- Margot de Regt
- Renate Winkels, Wageningen University & Research

Lifestyle and chronic disease epidemiology (LCDE), Amsterdam UMC

NVMO werkgroep Preventie en Leefstijl

- Ellen Bazelmans, Radboudumc
- Manon van den Berg, Radboudumc
- Tanya Bisseling MD, Radboudumc
- Vera Nierkens, LUMC

Onderwijscommissie Geneeskunde (OCG- NFU)

Team opleiden en professionaliseren van Coalitie Leefstijl in de Zorg

Vereniging Arts en Leefstijl

- Marijke Maalderink
- Masja Verbeek
- Iris de Vries, MD
- Janneke Stoker, MD
- Alja Sluiter, MD

Werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum

Afgevaardigden van alle umc's en gecoördineerd door Alliantie Voeding in de Zorg

- Sandra Beijer, MUMC+
- Marlene van Bemmelen, Student en Leefstijl
- Anneke Berendts, WUR
- Manon van den Berg, Radboudumc
- Kirsten Berk, ErasmusMC
- Margriet Bosselaar, UMC Utrecht
- Noortje Campman, UMC Utrecht
- Eva Corpeleijn, UMCG
- Hinke Kruizenga, Amsterdam UMC
- Mirjam van der Laan-Blanken, Radboudumc
- Menrike Menkveld, Alliantie Voeding in de Zorg
- Vera Nierkens, LUMC
- Marieke Plas, NVD
- Karina Prins, ErasmusMC
- Margot de Regt, Alliantie Voeding in de Zorg
- Femke Rutters, Amsterdam UMC
- Aäron Spapens, Amsterdam UMC
- Rineke Vasse, Maastricht UM

Verschillende deskundigen:

- Kristina Duval, Trimbos-instituut
- Miriam de Kleijn MD, Institute for Positive Health
- Marjo Knapen, NFU
- Francis Lanen- de Haan, slaapexpert
- Maaïke van Veen PhD MD, Slaapcentrum GGZ Drenthe
- Josine Verhoeven, VU Amsterdam
- Christiaan Vinkers, VU Amsterdam

Colofon

Regisseurs Team Opleiden en Professionaliseren

- Marijke Maalderink (Vereniging Arts en Leefstijl)
- Masja Verbeek (Vereniging Arts en Leefstijl)
- Namens Coalitie Leefstijl in de Zorg met Patiëntenfederatie Nederland, NFU, TNO en Vereniging Arts en Leefstijl als organiserende partijen

Auteurs

- Femke Rutters & Aäron Spapens, **Leerdoelen Leefstijl** (Amsterdam UMC, NFU)
- Manon van den Berg, **Leerdoelen Voeding** (Radboudumc, NVMO Werkgroep Preventie en Leefstijl)
- Margot de Regt & Menrike Menkveld-Beukers (Alliantie Voeding in de Zorg, Werkgroep Voeding in het Geneeskundecurriculum)

Contact

- f.rutters@amsterdamumc.nl (Leerdoelen Leefstijl)
- manon.vandenberg@radboudumc.nl (Leerdoelen Voeding)

Redactie: Margot de Regt (Alliantie Voeding in de Zorg)

Eindredactie: Anouk Middelkamp (NFU)

Vormgeving: Bas van Noppen, basisvorm.nl

Jaar van uitgave: 2025



