

# Wetenschap&Onderzoek

## De waarde van een systeembenadering voor sport- en beweegbeleid

In 2019 had de helft van de Nederlanders van 18 jaar en ouder matig of ernstig overgewicht. Voor kinderen van 4 tot en met 17 jaar oud geldt dat een op de zeven kinderen matig of ernstig overgewicht heeft. Overgewicht vergroot de kans op het krijgen van ziektes zoals diabetes mellitus type 2, hart- en vaatziekten en psychosociale problemen. Daarnaast leidt overgewicht tot een continu verstoord immuunsysteem waardoor dit systeem minder goed reageert op virussen, zoals COVID-19. Overgewicht en inactiviteit gaan vaak samen en zijn beide complexe problemen met verschillende factoren die eraan ten grondslag liggen.

DOOR DORINE COLLARD, SENIOR ONDERZOEKER MULIER INSTITUUT

Dit artikel beschrijft het belang van het systeembenaden om complexe gezondheidsproblemen te kunnen analyseren, het nut van een systeemmodel en een systemische aanpak gericht op bevordering van gezond (beweeg)gedrag. Dit doen we aan de hand van voorbeelden vanuit het gezondheidsbeleid.

### 1: Systeemdenken binnen het gezondheidsbeleid

Bij gezondheidsproblemen zoals overgewicht zien we in de afgelopen jaren steeds meer het besef ontstaan dat het om complexe problemen gaat. De oorzaken van bijvoorbeeld overgewicht zijn altijd een combinatie van verschillende factoren zoals individuele, sociale en omgevingsfactoren. De factoren staan niet los van elkaar maar versterken of verzwakken elkaar. Zij vormen op die manier een complex systeem van een groot geheel van elkaar onderling beïnvloedende factoren. Deze manier van denken noemen we systeemdenken. Deze visie verschilt van de traditionele lineaire-causale gedachte over oorzaken en gevolg. Het systeemdenken wint in de publieke gezondheid steeds meer terrein.

Om het gehele systeem te kunnen overzien, en inzicht te krijgen in welke factoren een positieve en negatieve bijdrage leveren, is het nodig om het complexe systeem in kaart te brengen (ook wel 'system mapping' genoemd).

In 2007 is de complexe dynamiek van overgewicht voor het eerst in kaart gebracht. Het systeemmodel voor overgewicht heeft 108 meetbare en minder goed meetbare factoren, die direct en indirect een relatie hebben met overgewicht en die ook met elkaar gerelateerd zijn. Voorbeelden hiervan zijn factoren als bijwerkingen van medicatie, lichaamsamenstelling van ouders, toegankelijkheid van sport- en beweegactiviteiten, mogelijkheden voor niet gemotoriseerd transport, voorbeeld van ouders omtrent bewegen, beïnvloeding van vrienden voor gedragskeuzes, blootstelling aan reclame voor voedsel, zelfvertrouwen, prijs van voedsel, portiegrootte en aantal calorieën in voedsel.

Het model laat zien dat alleen inzetten op bijvoorbeeld het stimuleren van bewegen en het verminderen van eten bij het individu niet voldoende is om het complexe probleem van overgewicht op te lossen. In het model zijn meer dan 300 verbindingen getekend, die staan voor een min of meer directe positieve of negatieve invloed op overgewicht of indirecte invloed,

via andere variabelen. Alle factoren zijn vervolgens ingedeeld in zeven thematische clusters, namelijk: fysiologie/biologie, sport- en beweeggedrag, sport- en bewegingomgeving, voedselinname, voedselproductie, psychologie van het individu en sociale invloeden. De vele factoren en verbindingen zijn belangrijke aangrijpingspunten waar beleidsmakers op kunnen inzetten om veranderingen in trends van overgewichtcijfers te bewerkstelligen.

### 2: Systeemmodel voor sport- en beweegbeleid

Niet alleen overgewicht, maar ook inactiviteit kan worden gezien als een complex gezondheidsprobleem dat een systeembenadering behoeft. Om een idee te hebben op welke manier sport en bewegen gestimuleerd kunnen worden, is het nodig om ook inzicht te krijgen in het gehele systeem van factoren die daarbij een rol spelen.

Een eerste aanzet voor een dergelijk systeemmodel is ontwikkeld door de WHO in het kader van het Global Action Plan on Physical Activity 2018-2030 (figuur 1). Hiervoor zijn de belangrijkste determinanten en (onderlinge) samenhangende verbindingen tussen beïnvloedende factoren op basis van literatuur in kaart gebracht. Een panel van experts heeft de determinanten en verbindingen vervolgens beoordeeld en een eerste opzet van een systeemmodel getekend. Factoren die in dit

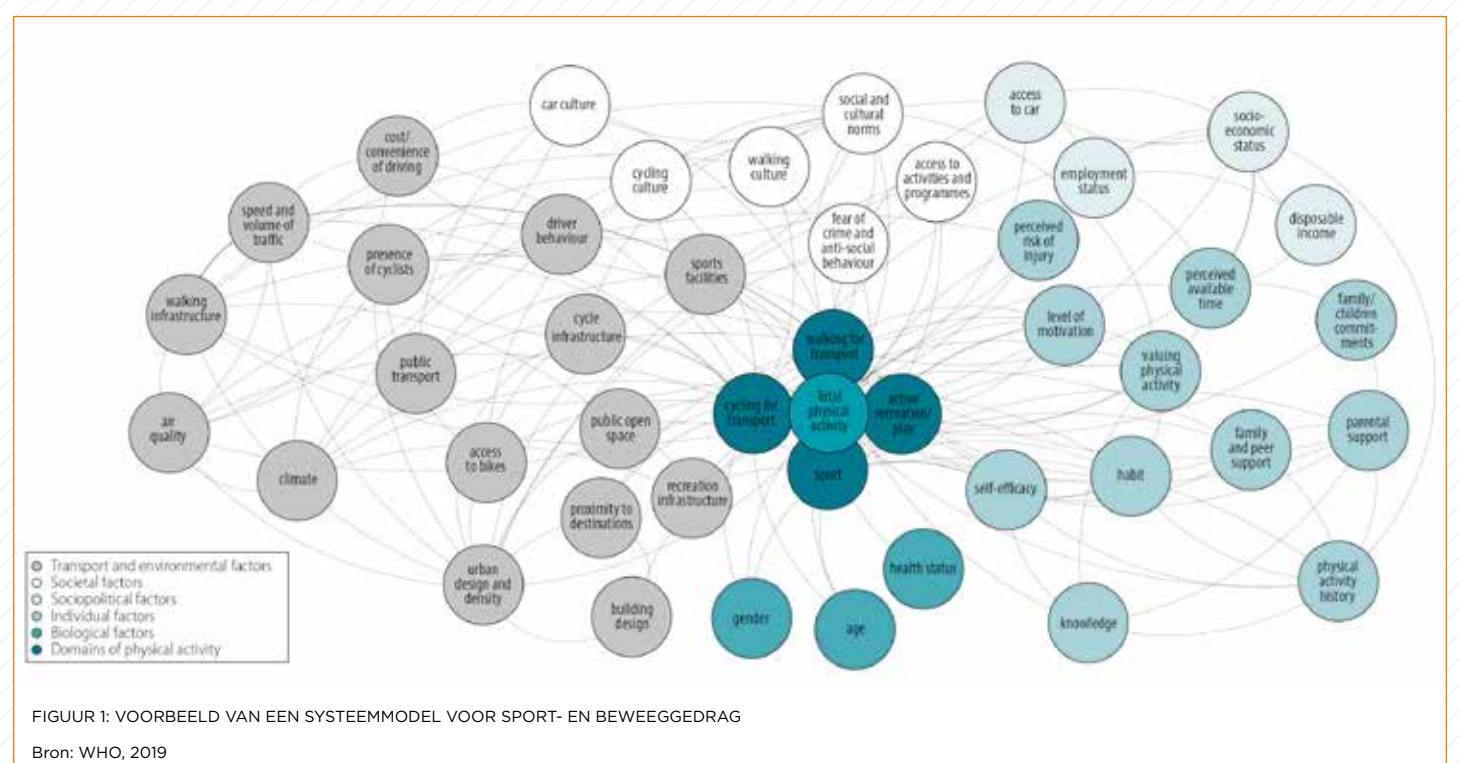
model genoemd worden zijn de mate van motivatie om te bewegen; ondersteuning van ouders, familie en vrienden; sociale en culturele normen; infrastructuur om te fietsen en te wandelen, luchtkwaliteit, socio-economische status en gewoonten. Hoewel het model niet alle positieve en negatieve oorzakelijke relaties weergeeft, geeft het wel een goed beeld van de potentiële mechanismen die sport- en beweeggedrag beïnvloeden. Het ontwikkelen van een dergelijk systeemmodel op landelijk of lokaal niveau in samenwerking met verschillende betrokkenen en belanghebbenden is van meerwaarde omdat:

- Het op een beeldende manier inzicht geeft in het feit dat sport- en beweeggedrag niet beïnvloed wordt door een enkele factor, maar dat meerdere factoren en complexe relaties een rol spelen;
- Het laat zien dat een smalle aanpak ongeschikt is om het complexe probleem van inactiviteit op te lossen;
- Het bijdraagt aan de consensus over de aard van het probleem en het besef dat verschillende beleidsterreinen intersectoraal samen moeten werken om sport- en beweeggedrag te stimuleren;
- Het betrokkenen laat zien in welk onderdeel van het (lokale) sportsysteem ze een rol kunnen spelen en wat de waarde van samenwerking met andere betrokkenen is. Deze inzichten zijn soms belangrijker dan het model zelf.

Daarnaast geeft het ontwikkelen van een systeemmodel richting om de juiste maatregelen/acties te kiezen en om monitoring en evaluatie vorm te geven. Met het systeemmodel kunnen namelijk de belangrijke aangrijpingspunten geïdentificeerd en geprioriteerd worden om vervolgens passende maatregelen/acties te implementeren die het (lokale) sportsysteem beïnvloeden en daarmee het sport- en beweeggedrag bevorderen. Hierbij kan gedacht worden aan bijvoorbeeld het aanleggen van fietspaden om de infrastructuur te verbeteren, het veranderen van sociale en culturele normen, gewoonten doorbreken of het inzetten van sport- en beweegprogramma's waarbij steun van ouders, familie of vrienden centraal staat. Ook helpt het systeemmodel inzicht te geven in welke data nodig zijn voor het monitoren en evalueren om mechanismen en mogelijke effecten te onderzoeken, bijvoorbeeld het aantal sportfaciliteiten, de nabijheid van bestemmingen, de norm om te bewegen en het sport- en beweeggedrag.

### 3: Systemische aanpak voor gezond gewicht: de JOGG-aanpak als voorbeeld

Gegeven de complexiteit van problemen zoals overgewicht weten we inmiddels dat de oplossing niet alleen gezocht moet worden bij het individu (zoals gezondheidsseducatie of leefstijlprogramma's), maar veel breder binnen het systeem van onderling samenhangende factoren. Een voor-



beeld van een dergelijke systeemaanpak om gezond gewicht te bevorderen is de JOGG-aanpak. Deze richt zich op het gezonder maken van de leefomgeving van kinderen (thuis, school, buurt, sport, vrije tijd, werk en media) door met een lokaal en landelijk netwerk van professionals structurele veranderingen in deze omgevingen te bewerkstelligen.

Omdat alle verbonden partijen concreet aan het werk gaan om de leefomgeving van kinderen gezonder te maken, wordt er ook wel gesproken van een werknets in plaats van een netwerk. Zes voorwaarden vormen de basis voor alle activiteiten die worden uitgevoerd door het werknets. De JOGG-regisseur is de spil in het werknets en werkt hierin samen met lokale publieke en private partners.

De JOGG-aanpak heeft een brede focus en richt zich niet op een enkele omgeving (bijvoorbeeld alleen de schoolomgeving), maar op alle omgevingen waar kinderen komen. Daarnaast speelt de JOGG-aanpak, door samen te werken in een werknets, in op belangrijke aangrijpingspunten in vier van de zeven thematische clusters van het systeemmodel voor overgewicht, namelijk het sport- en beweeggedrag, de sport- en beweegomgeving, de voedselinname en sociale invloeden. Hiermee probeert de JOGG-aanpak zich te richten op een deel van de factoren die gedefinieerd zijn als belangrijk om het systeem waarin kinderen opgroeien te veranderen en zo overgewicht te verminderen. Een voorbeeld hiervan is het 'Akkoord Gezonde Voeding op Scholen' waarbij cateraars, automatenleveranciers, producenten en andere toeleveranciers werken aan gezondere voeding op scholen.

#### 4: Systemische aanpak om sport en bewegen te stimuleren

Zoals de JOGG-aanpak gericht is op het bevorderen van een gezond gewicht, zo zijn de lokale sportakkoorden gericht op de samenwerking tussen betrokken partners in netwerken om specifiek sport- en beweeggedrag te stimuleren. Ruim 300 Nederlandse gemeenten hebben halverwege 2020 een lokaal of regionaal Sportakkoord gesloten. Van de eerste 39 gesloten lokale akkoorden is bekend dat in totaal 978 organisaties

het akkoord hebben ondertekend. Het aantal ondertekenaars per akkoord verschilt sterk, tussen de 12 en 82 ondertekenaars. Bij de lokale sportakkoorden zijn in elk geval de gemeente, sportorganisaties (met name sportverenigingen en in mindere mate andere sportaanbieders) en maatschappelijke organisaties (met name welzijn/zorg, onderwijs en in mindere mate cultuur) betrokken. In bijna de helft van de akkoorden zijn ook partijen uit het bedrijfsleven betrokken.

De akkoorden zijn een mooi begin van het creëren van een lokaal (beleids)netwerk en het ontwikkelen van een gemeenschapsgerichte aanpak. Dit gebeurt echter nog te weinig vanuit een systeemperspectief. Essentieel voor het bepalen welke partners in het lokale (beleids)netwerk betrokken (moeten) worden en welke maatregelen/acties worden ingezet, is dat de keuzes hiervoor aansluiten bij het lokale sportsysteem.

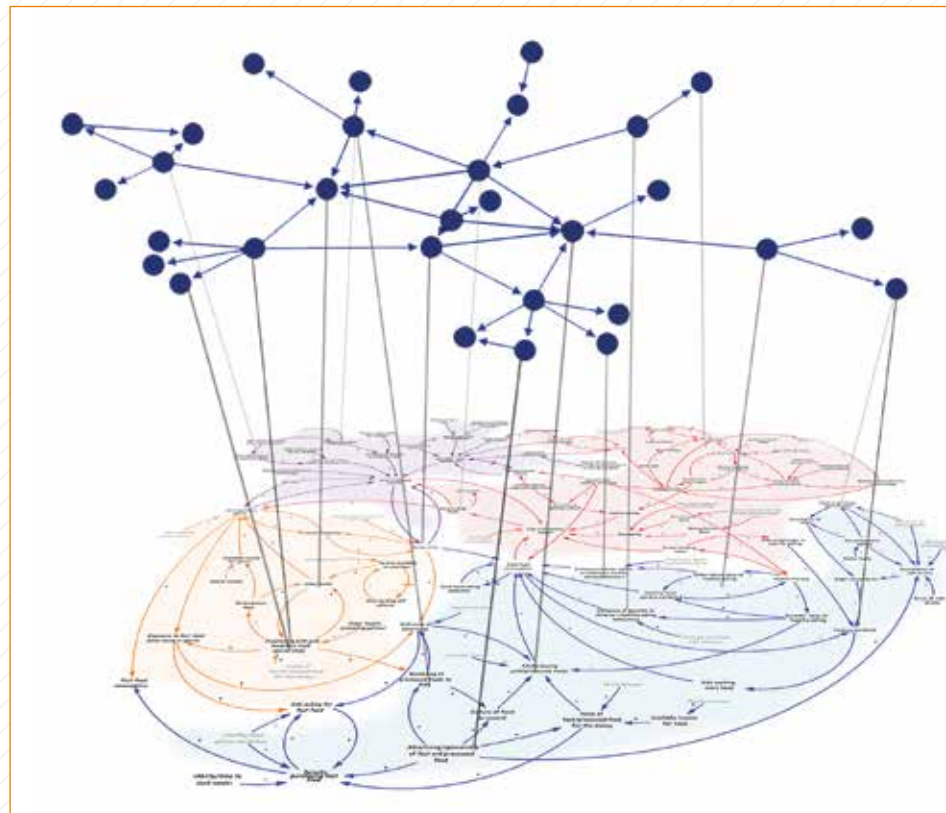
Figuur 2 geeft een modelmatige weergave van een lokaal (beleids)netwerk en passende maatregelen/acties die inspelen op de factoren en verbindingen in het lokale systeem. Dit netwerk dient dus te gaan acteren als een werknets door gezamenlijk maatregelen/acties in te zetten. Gemeenten kunnen met een (lokaal) systeemmodel goed zicht krijgen op de maatregelen/acties inspelen op de belangrijkste aangrijpingspunten van dit systeem en of alle benodigde partners in het (beleids)net-

werk betrokken zijn. Om de effectiviteit van het (lokale) sportbeleid te vergroten moeten de volgende stappen genomen worden:

- Maak met betrokken partijen een (lokaal) systeemmodel voor sport- en beweeggedrag inzichtelijk op basis van de systeembenadering en vertrekkend vanuit een standaard (lokaal sport-)systeemmodel;
- Prioriteer de belangrijkste factoren en verbindingen die volgens het systeemmodel van invloed zijn op het sport- en beweeggedrag van de doelgroep;
- Ga na of in het lokale (beleids)netwerk alle relevante partijen betrokken zijn om op de geprioriteerde factoren en verbindingen van het lokale sportsysteem in te kunnen spelen;
- Formuleer maatregelen/acties die inspelen op factoren en verbindingen in het lokale sportsysteem;
- Evalueer het lokale sport- en beweegbeleid of de lokale aanpak niet alleen op effecten – de einduitkomst zoals het sport- en beweeggedrag – maar ook op veranderingen in het systeem om erachter te komen wat wel en niet werkt in een bepaalde context.

#### Conclusie

Overgewicht en inactiviteit blijken complexe gezondheidsproblemen waarbij een combinatie van verschillende factoren in



FIGUUR 2: OVERZICHT HOE DE LOKALE (BELEIDS)NETWERK-PARTNERS SAMENWERKEN AAN MAATREGELEN/ACTIES GERICHT OP DE BELANGRIJKSTE FACTOREN EN VERBINDINGEN IN HET LOKALE SYSTEEM

Bron: (Nature.com, bewerkt door het Mulier Instituut).

een systeem een rol spelen. Om sport en bewegen te stimuleren wordt het besef sterker dat het essentieel is om een breed scala van relevante factoren uit dit systeem te beïnvloeden.

Hiervoor zijn de volgende stappen nodig:

- Met behulp van een systeemmodel op een beeldende manier inzicht verkrijgen in zoveel mogelijk relevante factoren. Hiermee ontstaat het besef dat verschillende (beleids)terreinen en betrokkenen moeten samenwerken om sport- en beweeggedrag te stimuleren.
- Nadat het systeem en de relevante factoren inzichtelijk zijn, kan met betrokkenen een keuze gemaakt worden voor maatregelen en acties die inspelen op zo veel mogelijk factoren en verbindingen in het model.
- Vervolgens is het nodig om op basis van het systeemmodel te bekijken of alle relevante partijen betrokken zijn in het netwerk dat gezamenlijk werkt aan het stimuleren van sport en bewegen.
- Tot slot dient de lokale aanpak niet alleen op effecten, zoals sport- en beweeggedrag, te worden geëvalueerd, maar juist ook op de veranderingen in het systeem om erachter te komen wat wel en niet werkt in een bepaalde context. Hiermee kan geleerd worden op welke manier het sport- en beweegbeleid bijgestuurd moet worden. ●