



## Multidisciplinair congres

### Preventie door voeding en leefstijl

5 mei 2022

Online

**Doelgroep:** Artsen, diëtisten, kinesitherapeuten, psychologen en andere gezondheidswerkers

Accreditatie is goedgekeurd door - Pro-Q-Kine voor Kinesitherapeuten (10 punten)

- ABP-BVP voor Psychologen (6 punten)

Accreditatie is aangevraagd voor Belgische artsen (riziv-Ethiek en Economie)

*Terwijl onze overheid nalatig blijft om te investeren in preventie kunnen zorgverleners al een grote hulp bieden om welvaartsziekten te helpen voorkomen. Met het inzicht in het ontstaan en verloop van deze ziekten kunnen zorgverleners persoonlijk en gefundeerd advies geven over voeding en leefstijl om de interesse voor de zorg voor eigen lichaam te vergroten. Een multidisciplinaire benadering is hier aangewezen om het belang van preventie te benadrukken.*

## Programma

**8: 40u Online aanmelden**

### **9:00u Waarom Gezond Leven?**

**Spreker:** Loes Neven, inovatiemanager, Vlaams instituut Gezond Leven

*Voorkomen is beter dan genezen, een bekende uitspraak waar weinig tegen in te brengen valt. In de praktijk is het echter niet zo vanzelfsprekend om dit te na te streven, niet voor de individuele burger en ook niet voor het beleid. De COVID-pandemie wakkerde het debat om ons zorgstelsel te herzien weer sterk aan. De roep om meer in te zetten op preventie voor een betere volksgezondheid klinkt luider.*

*Wat verstaan we precies onder preventie en waarom is het zo belangrijk hier op in te zetten? Hoe ziet het preventielandschap in Vlaanderen eruit en wie speelt welke rol? In deze inleidende voordracht we u mee in de kansen en uitdagingen die er liggen om aan de slag te gaan.*

## **9:50u Hart- en vaatziekten**

**Spreker: Dr. Hilde Heuten, cardioloog, UZ Antwerpen**

*Ondanks de vooruitgang van de geneeskunde, blijven hart-en vaatziekten naast kanker, de voornaamste oorzaak van overlijden. Tal van risicofactoren en de toegenomen levensverwachting spelen daarin een rol. De levenswijze in onze westerse maatschappij brengt een aantal beschavingsziekten met zich mee. In welke mate kunnen we zelf iets doen om dit risico op hart-en vaatziekten te verminderen? Hoe kunnen we voorkomen?*

## **10:40u pauze**

## **10:50u Dementie**

**Spreker: Prof. Jan Steyaert, socioloog, Expertisecentrum Dementie Vlaanderen**

*Bij dementie denken we allemaal snel aan hoge leeftijd als risicofactor. Misschien ook aan geslacht, want het risico op dementie ligt hoger bij vrouwen dan bij mannen. De afgelopen tien jaar is echter het inzicht gegroeid dat ook gezonde leefstijl op middelbare leeftijd een belangrijke factor is. En daar kunnen we samen iets aan doen. Daarom is het belangrijk in te zetten op een hersengezonde leefstijl.*

## **11:40u Osteoporose**

**Spreker: Prof. dr. Bert Bravenboer, endocrinoloog, UZ Brussel**

*Osteoporose is een veel voorkomende volksziekte die uiteindelijk 1 op de 2 vrouwen en 1 op de 5 mannen zal treffen met hierbij een sterk verhoogde kans op het optreden van fracturen. Kenmerkend voor deze fracturen is dat ze vaak ontstaan door een laag energetisch trauma. Voorbeelden van de deze fracturen zijn wervelinzakking(en) en een heupfractuur. Bij oudere patiënten leidt dat tot ziekenhuisopnames gepaard gaande met morbiditeit en mortaliteit. Het is belangrijk op personen die een hoger risico hebben op osteoporose op tijd gescreend worden met behulp van een zogenaamde botdensitometrie. Dit is een röntgenfoto waarbij de botsterkte van de heup en wervelzuil gemeten kunnen worden en waarbij aan de hand van de uitkomsten de patiënten met een verhoogd risico kunnen worden geïdentificeerd. Gebruikmakend van de botdensitometrie-waarden en andere risicofactoren kan met behulp van een Frax-*risico* berekening een duidelijke voorspelling gemaakt worden van het risico op een fractuur voor de komende 10 jaar. De gebruikelijke behandeling bestaat uit levensstijlinterventie en dieet met voldoende vitamine D en calcium, eventueel aangevuld met medicatie die de aanmaak van bot stimuleert en de afbraak remt.*

## **12:30 Lunch**

## **13:15: Voorstelling PreventiePlatform**

*Hella Van Laer, voedingswetenschapper en diëtist*

## **13:20 Kanker**

**Spreker: Prof. dr. Jaak Janssens, oncoloog, UHasselt**

Ons lichaam is een lang leven gegund als wij er voorzichtig mee omspringen. Vele van de autonome processen die lichaam en geest besturen, worden weliswaar door leefgewoonten en voeding beïnvloed. Preventie is daarom veel meer dan voorkomen van kanker. Terwijl het wetenschappelijk onderzoek steeds beter wordt en uitdijt met nieuwe technieken, wordt de bewijskracht steeds degelijker en meer samenhangend. Kankerpreventie blijkt een vast onderdeel van algemene preventie en staat nooit haaks op een optimaal gebalanceerd geestelijk en lichamelijk leven.

## **14:10u Diabetes type2**

**Spreker: Prof. dr. Katrien Benhalima, endocrinoloog UZLeuven**

*In deze lezing zal een overzicht gegeven worden over de preventie van type 2 diabetes. Er wordt besproken waarom screening en vroege detectie van type 2 diabetes belangrijk zijn. Er wordt ook dieper ingegaan op hoog risico populaties, met name mensen met prediabetes en vrouwen met een recente voorgeschiedenis van zwangerschapsdiabetes. Tot slot zullen ook de verschillende therapeutische opties om diabetes te voorkomen worden besproken (gaande van levensstijl, tot medicamenteus en chirurgie). Het Halt2Diabetes project van de Diabetes Liga zal hierbij ook toegelicht worden.*

## **15:00u Einde**

# **Praktisch**

## **Inschrijven**

Is noodzakelijk en kan via het inschrijvingsformulier op [www.kintu.be](http://www.kintu.be)

## **Kosten**

**Inclusief btw: € 121 ,-**

Exclusief btw: €100,-

Btw-bedrag: € 21,-

(inbegrepen: digitale syllabus, attest van deelname)

**Na 5 mei: €131,-**

Na inschrijving ontvangt u een factuur.

## **KMO-Portefeuille**

Deze opleiding komt in aanmerking voor de KMO-Portefeuille. Zo betaalt u 30% minder. Alle info vindt u op [www.kmoportefeuille.be](http://www.kmoportefeuille.be)

Het erkenningsnummer van Kintu is DV.0222467

Het BTW-bedrag wordt nooit gesubsidieerd en dient dus altijd en meteen op rekening van Kintu te worden gestort!!! Het rekeningnr. Van Kintu is BE51 0017 7351 5462

Het restbedrag wordt betaald via de website van de KMO-P.

## **Algemene voorwaarden**

- Uw inschrijving is bindend. Inschrijving verplicht dus tot betalen.
- Tot 14 april kunt u afmelden en krijgt u het bedrag teruggestort mits €29,- inhouding voor administratiekosten. Na 14 april is er geen terugbetaling meer mogelijk.
- **Leden van Pro-Q-Kine** moeten na afloop van de opleiding een toets invullen. Indien men een onvoldoende scoort (minder dan 70%) voor deze toets kunnen er geen navormingseenheden worden toegekend. Alle toetsen moeten ingeleverd zijn ten laatste op 19 juni.

## **Studiepunten**

Voor deze navorming krijgt u 5 studiepunten of 10 navormingseenheden (Pro-Q-Kine). Ook voor degenen die uitgesteld kijken worden de punten bijgeschreven op 20 juni.

## **Attest**

Een attest van deelname krijgt u nadat u live heeft deelgenomen of na 19 juni.

## **Online**

Deze opleiding wordt online georganiseerd. Voor aanvang krijgt u de inloggegevens via mail op het door u aangegeven e-mailadres op het inschrijvingsformulier. Vragen stellen kan via de chat.

## **Uitgesteld kijken**

Dit congres kan tot en met 19 juni herbekeken worden. De link hiervoor krijgt elke deelnemer toegestuurd via mail van zodra de opnames klaar zijn. Dit duurt meestal 1 tot 2 dagen.

## **Uw organisator**

Chris Kerfs

[www.kintu.be](http://www.kintu.be)

[chris.kerfs@kintu.be](mailto:chris.kerfs@kintu.be)