

‘VOEDING ZEGT IETS OVER WIE JE BENT’

Emely de Vet staat sinds 1 februari 2019 aan het hoofd van de nieuwe leerstoelgroep Consumptie en Gezonde Leefstijl. Ze ziet het als haar opdracht om de complexe relatie tussen voeding, identiteit en levensomstandigheden te ontrafelen.

Samen met haar collega's probeert De Vet te doorgronden waarom mensen (on)gezond leven en hoe we gezonde en duurzame leefpatronen kunnen stimuleren. Daarvoor is meer nodig dan voorlichting, een middel dat gezondheidsdeskundigen lange tijd voornamelijk hebben ingezet, zegt De Vet. 'Dat heeft de verschillen tussen bijvoorbeeld laag- en hoogopgeleiden alleen maar vergroot. Mensen die in de positie zaten om de adviezen op te volgen, zijn gezonder zijn gaan eten, andere mensen niet.'

VOEDING EN IDENTITEIT

Door mensen enkel te vertellen hoe ze gezonder moeten eten, leg je volgens De Vet onterecht de verantwoordelijkheid bij het individu, terwijl ook allerlei andere factoren een rol spelen in gedrag. 'Een gezonde leefstijl is veel complexer dan nee zeggen tegen een koekje. Mensen met een lage opleiding hebben vaak een lager inkomen en wonen in buurten waar het voedselaanbod ongezonder is en waar ze bovendien omringd zijn met andere mensen die ook ongezonder eten. Je inkomen bepaalt wat je kunt kopen en bij geldzorgen heeft gezond eten minder prioriteit.'

‘Een gezonde leefstijl is veel complexer dan nee zeggen tegen een koekje.’

Deze complexiteit intrigeert De Vet. 'Voeding zegt iets over wie je bent, je positie in de groep en je kennis en overtuigingen. Pubers willen bijvoorbeeld graag zelf eten kopen om te laten zien dat ze hun eigen boontjes kunnen doppen. Maar omdat ze niet zoveel geld hebben, eindigen ze vaak bij de snackbar.'

BELEVINGSWERELD

Samen met haar groep probeert De Vet deze achterliggende processen in kaart te brengen en te vertalen naar interventies, die rekening houden met de verschillende functies van voeding. 'Nu worden de meeste interventies vanuit een gezondheids- of mili-



FOTO: SVEN MENSCHEL

euperspectief ontwikkeld. Wij draaien het om en bekijken welke rol voeding speelt in het dagelijks leven, zodat we aansluiten bij de belevingswereld van mensen. Denk aan ouderen. Uit gesprekken blijkt dat ze eten gebruiken om structuur in hun leven aan te brengen. Daarnaast vinden ze alleen eten niet gezellig. Dan kun je wel zeggen: "Neem een extra schepje groente", maar dat sluit totaal niet aan.'

Er is volgens De Vet geen *one size fits all*. 'Consumptie en leefstijl heeft een interdisciplinaire aanpak nodig. Binnen onze leerstoelgroep werken onder andere sociologen, psychologen en epidemiologen. Vanuit elke discipline is veel onderzoek gedaan naar dit onderwerp, aan ons de taak om die kennis te verbinden. Daarnaast werken we veel samen met de praktijk en beleidsmakers, zoals gemeenten, onderwijs en de (publieke) zorgsector, zodat we direct impact kunnen creëren.'

KUNSTACADEMIE

Die interdisciplinaire blik vertaalt De Vet ook naar het onderwijs. 'Ik denk niet alleen aan studentenonderwijs maar ook aan professionalisering van verschillende beroepsgroepen waar steeds meer aandacht is voor voeding en leefstijl, zoals de zorgsector, sociale sector of het onderwijs. Die samenwerking gaat twee kanten op: we kijken bijvoor-

beeld samen met studenten van de kunstacademie of opleidingen ruimtelijke inrichting hoe we hun kennis kunnen inzetten om interventies te ontwikkelen.' **RT**

EMELY DE VET (1978, OUD GASTEL)

1996-2001	Studie gezondheidswetenschappen, Universiteit Maastricht
2002-2005	Promotie, Universiteit Maastricht
2006	Postdoc, Erasmus Medisch Centrum, Rotterdam
2006-2009	Universitair docent Ziektepreventie, Vrije Universiteit Amsterdam
2009-2013	Senior onderzoeker Gezondheidspsychologie, Universiteit Utrecht
2013-2016	Universitair hoofddocent Gezondheidscommunicatie, WUR
2015	Vidi-beurs van NWO
2016-2019	Persoonlijk hoogleraar Gezondheidscommunicatie en gedragsverandering en interim leerstoelhouder bij Strategische Communicatie, WUR
2019-heden	Leerstoelhouder Consumptie en Gezonde Leefstijl, WUR

Emely de Vet woont in Rijen met haar zontje Thies (9) en dochtertje Kiki (7).