

Predictoren en gevolgen van perinatale mentale (on)gezondheid. Invloed van beroepsactiviteit, sociale steun, vrije tijd op perinatale mentale (on)gezondheid en gevolgen voor de ontwikkeling in het 1ste levensjaar.

Onderzoekers: Stijn Vos¹, dr. Bieke Bollen², dr. Neeltje Crombag², dr. Dagmar Versmissen³

Promotor: prof. dr. Tim Nawrot¹

Copromotor: prof. dr. Annick Bogaerts²

¹ Universiteit Hasselt

² KU Leuven

³ Thomas More

Samenvatting (download hier het [rapport](#))

Het onderzoeksveld van de interdisciplinaire, internationale onderzoeksgroep 'Developmental Origins of Health and Disease' (DOHaD) bestudeert op welke wijze omgevingsfactoren waaraan de nakomeling is blootgesteld in de perinatale periode, van invloed zijn op de ontwikkeling van biologische systemen en zo een levenslange invloed uitoefenen op de lichamelijke en mentale gezondheid van het individu. Ondanks die groeiende aandacht zijn er weinig studies die expliciet onderzoeken welke factoren in de leefomgeving van de zwangere vrouw - al dan niet job-gerelateerd - mentale veerkracht versterken én de negatieve effecten van perinatale mentale problemen voor ouders en hun kind kunnen verminderen. In het bijzonder is het belangrijk meer aandacht te besteden aan het terug opnemen van het werk (na de onderbreking van zwangerschappen bevallingsverlof, voor vrouwen die beroepsactief waren tijdens de zwangerschap): welke factoren dragen ertoe bij dat de zorg opnemen voor hun kind goed te combineren is met de job-activiteit van moeder en vader?

Om op die vraag een antwoord te vinden werd in deze studie een literatuurstudie uitgevoerd, en werden gegevens van twee prospectieve zwangerschap-cohorten van de Europese 'Prenatal Early Life Stress (PELS)-studie, namelijk één uit Tilburg en één uit Leuven, geanalyseerd om meer inzichten te verwerven in de verbanden tussen mentale gezondheid, sociale steun en vrije tijd, en werkgerelateerde factoren en ontwikkeling en gedragsuitkomsten bij de nakomelingen. Uit de resultaten van een scoping literatuurreview werden sociale steun en ouderschapsverlof geïdentificeerd als belangrijke factoren voor maternaal welzijn, zeker wanneer kinderopvang onvoldoende toegankelijk of volzet is in het land waar de studie plaatsvindt. Uit de gegevensanalyses van de PELS-cohorten vonden we een significante structurele samenhang tussen werkgerelateerde factoren, maternaal welzijn en gedrag en ontwikkeling van het kind. Dit wijst erop dat deze factoren onderling samenhangen en dat elke vooruitgang op één

vlak ook positieve gevolgen kan hebben voor het kind, met mogelijk gunstige effecten tot op latere leeftijd. De bevindingen duiden in het algemeen op het belang van werkgerelateerde factoren (zoals de balans tussen inspanning en beloning, en fysieke/emotionele eisen op het werk), en sociale steun voor het mentaal welzijn tijdens de perinatale periode. Daarnaast is er nood aan meer onderzoek op dit vlak. We situeerden de resultaten van dit onderzoek in de Vlaamse context, en tenslotte werden er op basis van de bevindingen ook een aantal potentiële aanbevelingen voorgesteld voor het beleid, waaronder verschillende manieren om mentaal welzijn en sociale steun tijdens de perinatale periode te ondersteunen. Samengevat gaat het om de volgende werk gerelateerde aanbevelingen, aanbevelingen om de mentale weerbaarheid te versterken, en kind gerelateerde aanbevelingen:

- Werkgerelateerde aanbevelingen

Ouderschapsverlof proactief bespreekbaar maken (werk autonomie, transitieplan) en uitbreiden (flexibiliteit, gezinsvriendelijkheid).

Ondersteuning specifiek bij zwangere vrouwen en jonge ouders (van de leidinggevenden, activiteiten voor mentaal welzijn, activiteiten ter bevordering “work-life” balans).

- Aanbevelingen om mentale weerbaarheid te versterken

Systematisch monitoren van mentale gezondheid bij zwangere vrouwen en jonge ouders.

Implementeren van therapeutische modules (mindfulness, cognitieve gedragstherapie, “acceptance-commitment”,...) individueel of in groep, eventueel via bijkomende bijkomende ‘persoonlijke prenatale advies’ consultants (PPA) en de consulten ‘voorbereiding geboorte en ouderschap (VGO).

- Kind gerelateerde aanbevelingen

Sensitief ouderschap benadrukken en trainen bij zowel zwangere vrouwen/jonge ouders als bij medewerkers van kinderopvang.

Kinderopvang ondersteunen bij de toegankelijkheid en kwaliteit van hun aanbod.