

Overgewicht bij lagere sociaal-economische groepen : review rapport Erasmus MC

Door: Ben Weghorst en Nancy Poiesz (NISB)

Begin mei kwam de Wereldgezondheidsorganisatie WHO met een [bericht](#) dat overgewicht in veel Europese landen de komende jaren nog zal stijgen. Nederland lijkt volgens de voorspelling een positieve uitzondering te zijn. In de [Volkskrant van 6 mei](#) probeert hoogleraar Jaap Seidell hiervoor een verklaring te vinden. Hij betoogt onder meer dat Nederlanders zich veel verplaatsen door te wandelen of te fietsen en dat de Nederlandse overheid al sinds midden jaren 90 overgewicht als prioriteit heeft. In dit artikel stelt hij ook dat overgewicht een ingewikkeld probleem is, dat het meest voorkomt onder lager opgeleiden en bij de lage inkomens.

Onderzoek naar kansrijke interventies

Overgewicht en lage sociaal-economische status: ze worden vaker in één adem genoemd. In opdracht van het programma [Gezonde Toekomst Dichterbij](#) van het Fonds NutsOhra heeft de Erasmus MC met behulp van een zeer gedegen literatuuronderzoek een [overzicht](#) gemaakt van reviews



van kansrijke aanpakken die sociaaleconomische achterstanden in leefstijl en ervaren gezondheid kunnen terugdringen.

Op basis van deze (buitenlandse) inventarisaties zijn een aantal kansrijke interventies geïdentificeerd, die ook in de Nederlandse context toepasbaar zijn. Voor de opzet van

kansrijke interventies zijn algemene aanbevelingen opgesteld, ook voor het thema overgewicht.

Samenvatting rapport Erasmus MC

De onderzoekers hebben onderscheid gemaakt in de volgende fasen van de levensloop: rondom de zwangerschap, voorschoolse leeftijd (0-6 jaar), schoolleeftijd (6-18 jaar) en volwassenen (18-65 jaar). Binnen deze

leeftijdsgroepen is waar mogelijk een onderscheid gemaakt in de setting en aard van de interventie.

Interventies rond de zwangerschap

Uit reviews is helaas geen duidelijk beeld naar voren gekomen op welke wijze excessieve gewichtstoename onder zwangere vrouwen uit lagere sociaaleconomische groepen kan worden voorkomen.

Voorschoolse leeftijd (0-6 jaar)

De onderzoekers hebben in de systematische reviews een beperkt aantal kansrijke of effectieve interventies voor kinderen van 0-6 jaar gevonden. Hieruit valt af te leiden dat voor jonge kinderen screening op een verhoogd risico op overgewicht met een mogelijkheid tot verwijzing een element van een succesvolle strategie lijkt. Kansrijke andere elementen lijken programma's gericht op thuisbezoeken door 'vergelijkbare' moeders, het verbinden van preventieve activiteiten aan bestaande extra zorg voor kinderen uit lagere sociaaleconomische groepen, het aanleren van algemene vaardigheden op het gebied van opvoeden en het maken van een gezonde maaltijd, alsmede het goedkoper maken van gezond eten door bijvoorbeeld gratis verstrekking ervan op voorschoolse opvang.

De schoolperiode (6-18 jaar)

Er is een review gevonden waaruit blijkt dat schoolinterventies gericht op het bevorderen van bewegen met betrokkenheid van ouders effectief zijn. Wel is er geconcludeerd dat er nauwelijks zicht is op effectieve interventies onder lagere sociaaleconomische groepen.

Citaat uit het rapport:

“Interventies op scholen bestaan bij voorkeur uit meerdere maatregelen, waaronder aanpassingen in de omgeving van de school. Lagere sociaaleconomische groepen zijn vatbaar voor financieel aantrekkelijke maatregelen, en de gratis verstrekking van fruit is een maatregel die onderdeel kan zijn van een effectieve schoolaanpak. Wanneer deze interventies worden uitgezet in armere buurten, verdient het wel aandacht te bestuderen of de interventie ook echt effectief is onder de kinderen uit de lagere inkomensgroepen.”

Volwassenen (18-65 jaar)

De auteurs stellen dat interventies gericht op het terugbrengen van verschillen in overgewicht en de onderliggende determinanten weliswaar een aantal kansrijke elementen kennen, maar dat de effectiviteit van veel interventies niet altijd even duidelijk is. Buurtgerichte aanpakken, waarbij

een organisatorische infrastructuur wordt opgebouwd die een intensieve en langdurige implementatie van interventies mogelijk maakt, hebben zeker kans van slagen. Omgevings- en beleidsmaatregelen hebben dat ook, maar kennis over de effectiviteit onder lagere sociaaleconomische groepen is nog beperkt.

Algemene conclusies

- Enkelvoudige interventies lijken niet effectief : een goede interventie omvat meerdere componenten.
- Veel van de bestudeerde wijkgerichte aanpakken maakten onvoldoende gebruik van de mogelijkheden een integrale wijkaanpak uit te voeren; zij richtten zich veelal meer op het individu gerichte technieken van voorlichting. Het lijkt van groot belang in deze buurten en wijken een infrastructuur te realiseren die het mogelijk maakt op een intensieve wijze en via verschillende kanalen preventieve maatregelen te implementeren. Naast veranderingen in de omgeving kan ook worden gedacht aan groepsactiviteiten.

Lees ook

- Beenackers, M.A., Nusselder, W.J., Oude Groeniger, J., Lenthe, F.J. van, & Erasmus Universiteit (2015). [Het terugdringen van gezondheidsachterstanden: een systematisch overzicht van kansrijke en effectieve interventies](#). Rotterdam: Erasmus MC.
- Dit rapport is verschenen in het kader van het programma [Gezonde Toekomst Dichterbij](#) van het Fonds NutsOhra. Voor de subsidieronde 'Integrale aanpak van gezondheidsachterstanden bij kansarme gezinnen' kunnen organisaties nog tot 3 september 2015 een subsidieaanvraag doen. Kijk voor meer informatie op de website van [Fonds NutsOhra](#).
- In Nederland is er een landelijke beoordelings- en erkenningssystematiek voor sport- en beweeginterventies, waarin de volgende erkenningsniveaus worden onderscheiden: Goed Beschreven, Goed Onderbouwd en Effectief. [Meer informatie over dit erkenningstraject vindt u hier](#).
- Erkende sport- en beweeginterventies vindt u op www.effectiefactief.nl. Hier kunt u filteren op diverse zoekvelden. Bijvoorbeeld op soort beoordeling/erkenning. [Alle als "effectief" beoordeelde interventies vindt u hier](#) (eerste aanwijzingen voor effectiviteit - goede aanwijzingen voor effectiviteit - sterke aanwijzingen voor effectiviteit).

- Op de website van NISB vindt u veel achtergrondinformatie over overgewicht in het [Kennisgebied Overgewicht](#).
- Een overzicht van onderzoek, beleid en ervaringen uit de praktijk vindt u in het themadossier [Sport en bewegen jeugd in lage-inkomensbuurten](#).
- Een handzaam overzicht van [sport- en beweegaanpakken gericht op kinderen met overgewicht](#) (0-18 jaar) vindt u hier (pdf).
- Lees ook het artikel "[Kwaliteit op de kaart in de sport- en beweegsector](#)" over inzicht krijgen in de kwaliteit van sport- en beweeginterventies.

© 11-06-2015

