

Een dik compliment voor Nederland



📍 JORIEN SLOT

Laatst was ik op vakantie in Amerika. Alles is daar groot: auto's, wolkenkrabbers, natuurgebieden... Maar ook: zakken chips, flessen frisdrank en porties eten. En dus zijn veel mensen daar ook groot. Ik zag ontzettend veel Amerikaanse kinderen en volwassenen met overgewicht. Vooral de hoeveelheid personen met extreem overgewicht, obesitas, viel mij op.

Eenmaal terug in Nederland hield ik mij op mijn eerste werkdag bezig met een beweeginterventie voor kinderen met overgewicht en een evaluatie van het gezondheidsbeleid van een gemeente. Op weg naar huis fietste ik langs voetballende kinderen op een Cruiff Court en bij de supermarkt kon ik sparen voor VitaMini-stickers, zoals Bert Banaan. Al die aan-

dacht voor gezonde voeding en bewegen, ik werd er blij van!

Natuurlijk, ook in Nederland is overgewicht een probleem. In 2018 had de helft van de Nederlandse volwassenen en 12 procent van de Nederlandse kinderen overgewicht. We zitten veel te veel, eten te weinig groenten en het aantal fastfoodrestaurants stijgt. Er moet nu écht worden ingegrepen. Dat krijgen we steeds te horen. Inderdaad, om overgewicht uit Nederland te verbannen, moet er nog heel wat gebeuren. Maar we zijn in Nederland ook goed bezig. Gezondheid wordt steeds vaker in het beleid van scholen, sportverenigingen, gemeenten en bedrijven opgenomen. Een groot deel van de kinderen is lid van een sportvereniging (70%). Roken is niet meer *cool* en wordt op steeds meer plekken verboden. We hebben

sinds vorig jaar een landelijk sportakkoord, en een Nationaal Preventieakkoord met de ambitie om een gezonder Nederland te realiseren.

Naast alle alarmbellen die afgaan, moeten we deze positieve ontwikkelingen ook niet vergeten. Daarom bij deze een dik compliment. Voor alle professionals, organisaties en overheden die zich inzetten om een gezonde leefstijl in Nederland te bevorderen en overgewicht tegen te gaan.

Als ik de volgende keer in Amerika ben? Hopelijk sparen kinderen dan voor Bert Banana-stickers bij de Walmart en spelen zij op LeBron James-courts. ●

Jorien Slot is onderzoeker bij het Mulier Instituut en gespecialiseerd in onderzoek naar leren bewegen.