nieuws

15 procent van peuters kampt met overgewicht

nieuws

Een op de zeven peuters is te dik, zeggen Nederlandse onderzoekers. In bijna vier procent van de gevallen is er sprake van ernstig overgewicht. Vooral kinderen van niet-westerse moeders en kinderen van laaggeschoolden zijn dikwijls te dik. Moeders met een uitkering wegen overigens vaak zelf te veel. Het advies van de onderzoekers is een viervoudige gedragswijziging. In chronologische volgorde: kinderen moeten borstvoeding krijgen, minder zoete drankjes drinken, meer buiten spelen en minder tv kijken of aan de computer zitten.

11 FEBRUARI 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:02

Een op de zeven peuters is te dik, zeggen Nederlandse onderzoekers. Vooral kinderen van niet-westerse vrouwen en laaggeschoolden zijn makkelijke slachtoffers.
De Nederlandse onderzoekers, die 390 ouders aan de tand voelden, concluderen in het Tijdschrift voor Geneeskunde dat een op de zeven gezinnen geen gewoonte maakt van een gezond ontbijt. Bij het begin van de dag gaat het al vaak fout: meer dan veertig procent van de ouders vindt gezoete melkdrank - dus ook chocomelk - een goede vervanger voor melk.
Vier op de tien kinderen kunnen 's ochtends altijd frisdrank kiezen. Ook het televisietoestel blijkt heel vaak in de buurt te zijn. Ruim twintig procent van alle kinderen bepaalt zelf of er tv gekeken wordt, negen procent van alle kinderen mag zoveel tv kijken als hij of zij wil, en een op de tien peuters (van 2 tot 4 jaar) heeft zelfs een eigen tv-toestel op de kamer.
Twintig procent van de ouders geeft toe te weinig tijd te hebben om met hun spruit de buitenlucht op te zoeken. In totaal heeft een op de zeven peuters zo te kampen met overgewicht. In bijna vier procent van de gevallen is er sprake van ernstig overgewicht. Opvallend: vooral kinderen van niet-westerse moeders en kinderen van laaggeschoolden zijn dikwijls te dik. Moeders met een uitkering wegen overigens vaak zelf te veel.

Het advies van de onderzoekers is dan ook een viervoudige gedragswijziging. In chronologische volgorde: kinderen moeten borstvoeding krijgen, minder zoete drankjes drinken, meer buiten spelen en minder tv kijken of aan de computer zitten.(KS)

Bron: Het Nieuwsblad

VILT vzw

Bd Simon Bolivar 17
1000 Bruxelles

Contact

M • info@vilt.be

Volg ons op:

screenreader.visit us on our facebook page: https://www.facebook.com/vilt.nieuws/
screenreader.visit us on our linkedin page: https://www.linkedin.com/company/vilt-vzw/
screenreader.visit us on our instagram page: https://www.instagram.com/vilt.nieuws
screenreader.visit us on our x page: https://x.com/vilt_nieuws
screenreader.visit us on our bluesky page: https://bsky.app/profile/viltnieuws.bsky.social

---

© 2026 VILT vzw, all rights reserved |
Privacy policy
Copyright
Cookie Policy
Cookie instellingen aanpassen

Crafted by Brigada