nieuws

"Bijna één Belg op de twee heeft gewichtsproblemen"

nieuws

13 gezondheidsinstanties hebben de tweede editie van de campagne 'Mijn Buikomtrek' gelanceerd tegen overgewicht en obesitas. De campagne wil Belgen die kampen met overgewicht, aanzetten tot actie en hen helpen ontsnappen uit de vicieuze cirkel van het jojo-effect. "Bijna 50 procent van de Belgische bevolking kampt met gewichtsproblemen in de ruime zin van het woord", aldus Jean-Paul Allonsius van de Belgische vereniging voor obese patiënten (Bold).

18 APRIL 2008 – LAATST BIJGEWERKT OM 14 SEPTEMBER 2020 14:03

Dertien gezondheidsinstanties hebben de tweede editie van de campagne 'Mijn Buikomtrek' gelanceerd tegen overgewicht en obesitas. De informatie-, vormings- en bewustwordingscampagne wil Belgen die kampen met overgewicht, aanzetten tot actie en hen helpen ontsnappen uit de vicieuze cirkel van het jojo-effect. Daarnaast moet de campagne duidelijk maken dat simplistische methodes, zoals een crashdieet, niet helpen en dat men zich best kan wenden tot zijn huisarts voor een blijvende oplossing, aldus de organisatoren.

Voedingsdeskundige Danièle Moens wijst met beschuldigende vinger naar de talrijke diëten die in deze periode van het jaar de vrouwenbladen sieren. Volgens haar hebben deze diëten verre van hun doeltreffendheid bewezen. Mensen die willen vermageren moeten vooral hun huisarts raadplegen, zichzelf realistische doelstellingen opleggen en een multidisciplinaire aanpak ontwikkelen om een blijvend resultaat te bekomen. Die multidisciplinaire aanpak berust op drie pijlers: evenwichtige voedingsgewoonten, voldoende lichaamsbeweging en inzicht in het eigen eetgedrag met eventueel psychotherapie. "Obesitas hoeft geen fataliteit te zijn, maar het is nagenoeg onmogelijk om er alleen uit te raken. Er bestaat een - multidisciplinaire - oplossing en dat is meteen ook de enige oplossing die helpt om kilo's te verliezen", aldus Jean-Paul Allonsius van de Belgische vereniging voor obese patiënten (Bold).

In België kampt één volwassen Belg op drie met overgewicht. Eén op tien lijdt aan obesitas, zo blijkt uit cijfers van het Wetenschappelijk Instituut voor de Volksgezondheid, die in 2005 werden gepubliceerd. "Vandaag de dag kunnen we stellen dat bijna 50 procent van de Belgische bevolking kampt met gewichtsproblemen in de ruime zin van het woord. De strijd tegen deze aandoening is een collectieve verantwoordelijkheid geworden", besluit Allonsius.
Er werden in het kader van de campagne verschillende middelen - zoals video's, posters en infomatiekaarten - ontwikkeld. Centraal staat de website mijnbuikomtrek.be, waarop bezoekers onder meer informatie over de problematiek vinden en hun gewicht en levensstijl kunnen testen.(KS)

Bron: Belga

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