

## **Persbericht: Intomart GfK Kidspanel onderzoek naar overgewicht, voeding en gezondheid**

Overgewicht is een gevaar voor de gezondheid, ook bij kinderen. In augustus 2010 riep de Gezondheidsraad in haar advies "Voor dik en dun" op tot meer onderzoek naar de risicofactoren van overgewicht bij kinderen. Hoe denken kinderen zelf over overgewicht, voeding en gezondheid? Intomart GfK hield een onderzoek naar kennis, houding en gedrag onder 1.000 kinderen.

### **Overgewicht**

Op basis van lengte, gewicht en leeftijd is voor elk kind een body mass index berekend en vergeleken met de normen van het Voedingscentrum. In Nederland blijkt ruim 1 op de 6 kinderen te dik. Kinderen met overgewicht komen in alle sociale klassen voor, maar in de lagere sociale klasse hebben bijna twee maal zoveel kinderen overgewicht als in de hogere sociale klasse.

Bijna 4 op de 10 kinderen, vooral meisjes, vinden zichzelf wel eens te dik. Van de kinderen met overgewicht vinden 8 op de 10 zichzelf te dik (21% zegt zich heel vaak te dik te vinden, 60% vindt dat soms). Van de kinderen die geen overgewicht hebben, vindt 29% zichzelf te dik (2% heel vaak, 27% soms).

Kinderen met overgewicht kijken meer televisie dan hun leeftijdsgenootjes. Bij kinderen met overgewicht kijkt 39% meer dan 14 uur per week televisie (zelfinschatting), bij de andere kinderen is dat 24%.

### **Gezonde voeding en ontbijt**

31% van de kinderen geeft aan gezonde voeding heel belangrijk te vinden en nog eens 61% vindt gezonde voeding een beetje belangrijk. Meisjes vinden het vaker belangrijk om gezond te eten dan jongens.

Het blijkt lastig om in te schatten voor kinderen of ze zelf gezond eten. Vrijwel alle kinderen (97%) zijn van mening net zo gezond of zelfs gezonder te eten dan hun klasgenootjes.

Ruim 9 van de 10 kinderen ontbijten 's ochtends altijd.

### **Kennis over gezonde en ongezonde tussendoortjes**

De kinderen zijn goed op de hoogte welke tussendoortjes gezond en welke ongezond zijn. Vrijwel alle kinderen noemen bijvoorbeeld cakejes en ijsjes ongezond en wortels en appels gezond. Van alle ondervraagde kinderen is tweederde bekend met het feit dat croissantjes ongezond zijn. Onder kinderen met overgewicht is driekwart daarvan op de hoogte, een significant kennisverschil.

**Boodschappen**

Bijna alle kinderen (94%) gaan weleens mee boodschappen doen. Meisjes en jonge kinderen gaan vaker mee. Kinderen hebben grote invloed op de keuze van boodschappen, vrijwel alle kinderen mogen (soms) zelf iets kiezen.

**Trakteren op school**

Bij het trakteren op school zijn chips, cakejes en snoep de meest populaire traktaties. Jongere kinderen trakteren relatief vaak op kaas of worst, oudere kinderen trakteren vaker ijsjes en chocolade.

**Lievelingseten**

Het lievelingseten van kinderen zijn de vier P's (Patat, Pasta, Pizza en Pannenkoeken). Pasta is het populairste eten, op de voet gevolgd door patat. Bij jongere kinderen is patat favoriet, bij oudere kinderen is dit pasta. Pizza is vooral bij jongens favoriet.

Patat, pizza en pasta zijn ook favoriet bij kinderen met overgewicht, maar deze groep kiest nadrukkelijk ook voor andere (meer gezonde) etenswaren als aardappelen met groente en kigerechten als lievelingseten.

**Het Intomart GfK online kidspanel**

Het Intomart GfK online kidspanel bestaat uit 17.000 kinderen in de leeftijd 8 t/m 12 jaar. Daarnaast zijn er ook 21.000 jongeren van 13 t/m 19 jaar beschikbaar in het Intomart GfK online panel. Het onderzoek naar gezonde voeding is gehouden onder een landelijk representatieve steekproef van 1.000 kinderen van 8 t/m 12 jaar.

Het volledige onderzoeksrapport is voor € 500 bij Intomart GfK verkrijgbaar.

Alle genoemde verschillen zijn statistisch significant.

**Quotes**

Marion Appel, Directeur Intomart GfK media: *"Dit onderzoek geeft duidelijk aan dat kinderen nadenken over gezonde voeding. Het is telkens weer verrassend dat jonge kinderen uitstekend in staat zijn om aan online onderzoek mee te doen, zodat over allerlei - soms lastige - onderwerpen, snel en grondig onderzoek onder kinderen kan worden gedaan."*

Lex van Meurs, Media Research Director bij Intomart GfK: *"Kinderen met overgewicht zijn bewuster welke voeding gezond is en wat ongezond is, maar ze hebben moeite hun gedrag te veranderen. Ze kijken bijvoorbeeld veel meer televisie dan hun leeftijdsgenootjes."*

**Contactinformatie**

Dr. Lex van Meurs

Intomart GfK

Media Research Director

Tel 035 6258423 (direct)

Tel 06 1469 9251 (mobiel)

Fax 035 6258433

[www.IntomartGfK.nl](http://www.IntomartGfK.nl) [www.GfK.com](http://www.GfK.com)