

Feiten en cijfers Nijmeegse Aanpak Gezonde Jeugd en Jongeren

1. Overgewicht en obesitas in Nederland en Nijmegen
2. Gezondheidsverschillen tussen wijken van Nijmegen
3. Gewicht en leefstijl jeugd en jongeren
4. Sport en bewegen jeugd en jongeren
5. Voeding en drinken jeugd en jongeren

Toelichting november 2023

Dit overzicht is bedoeld om zo goed mogelijk inzicht te geven in de situatie binnen Nijmegen op de verschillende aspecten van gezondheid. Gezondheid is een breed begrip. Het vertrekpunt voor het ontwikkelen van deze aanpak is primair gericht op het verbeteren van de fysieke gezondheid (indicatoren: gezond gewicht, sport/beweeggedrag, eet/drinkgedrag en slapen). We kijken daarbij naar beïnvloeding van gedrag, de sociale omgeving en de fysieke omgeving. De focus ligt op jeugd en jongeren maar in enkele gevallen worden ook cijfers over volwassenen getoond.

Het overzicht geeft een verzameling en selectie van cijfers vanuit verschillende betrouwbare bronnen. Het overzicht is nog niet volledig en vraagt om aanvullend onderzoek. Het biedt echter wel voldoende legitimatie voor het ontwikkelen van de Nijmeegse Aanpak Gezonde Jeugd en Jongeren en het richting, vorm en inhoud geven aan de verschillende actielijnen en inspanningen.

1. Algemene inzichten over gezondheid in Nijmegen en Nederland

Sinds 1990 een doorlopende en significante stijging in overgewicht (totaal en alle leeftijdsgroepen afzonderlijk)

→ inzicht hierbij voor NAGJJ: ook 'gemiddeld' scoren is in deze niet acceptabel

→ inzicht hierbij voor NAGJJ: investeren in gezond gewicht jeugd/jongeren van toegevoegde waarde in belang van gezond gewicht op latere leeftijd

Definitie

Overgewicht is een overschrijding van het normale vetgehalte van het lichaam die de gezondheid kan beïnvloeden.

Obesitas is een ernstige mate van overgewicht.

Body Mass Index

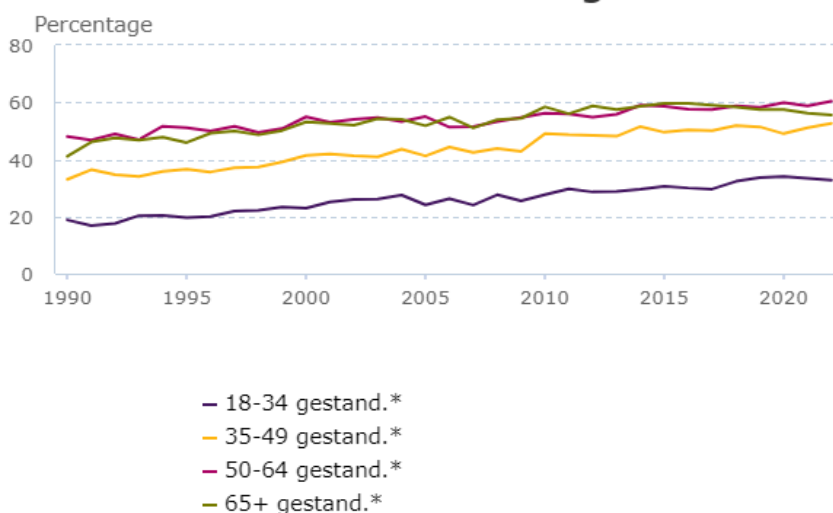
De internationaal gehanteerde Body Mass Index (BMI) wordt zowel bij volwassenen als kinderen gebruikt om te bepalen of er sprake is van overgewicht. De BMI geeft de verhouding weer tussen lengte en gewicht van een persoon en wordt berekend door het gewicht van het lichaam in kilogrammen te delen door het kwadraat van de lengte in meters. Voor kinderen gelden andere afkapwaarden voor overgewicht en obesitas. Kinderen zijn in de groei en daarom zijn lengte, gewicht en dus ook de BMI afhankelijk van de leeftijd.

De BMI is op populatieniveau een goede voorspeller van verhoogd risico, maar zegt op individueel niveau onvoldoende over de werkelijke gezondheidstoestand. De BMI moet daarom altijd geïnterpreteerd worden door te kijken naar de lichaamssamenstelling, het vetpercentage en de vetverdeling.

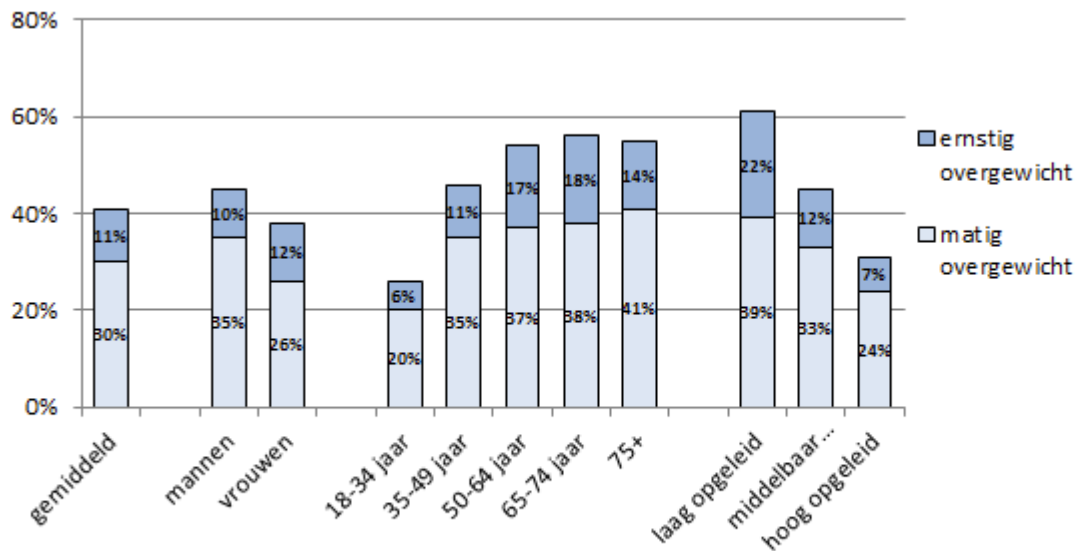
Volwassenen

In 1990 had één op de drie volwassen Nederlanders matig of ernstig overgewicht (bij een Body Mass Index (BMI) ≥ 25 kg/m²). Sindsdien is het aantal Nederlanders met overgewicht sterk gestegen tot de helft van alle volwassenen in 2022.

Trend volwassenen met overgewicht 1990-



- Het percentage volwassen Nederlanders met **obesitas** (bij een Body Mass Index (BMI) ≥ 30 kg/m²) is sinds 1990 meer dan verdubbeld. Deze stijging in obesitas is [significant](#) voor zowel mannen, vrouwen als de totale groep. Ook in alle afzonderlijke leeftijdsgroepen is de stijging in obesitas significant.
- Het aandeel overgewicht bij volwassenen in Nijmegen:



Figuur: Aandeel overgewicht naar geslacht, leeftijd en opleiding. Bron: GGD-gezondheidsmonitor 2020.

In vergelijking van deze cijfers (2020) met de meting in 2016 blijkt het gemiddeld overgewicht met 3% (van 39% naar 41%) te zijn toegenomen.

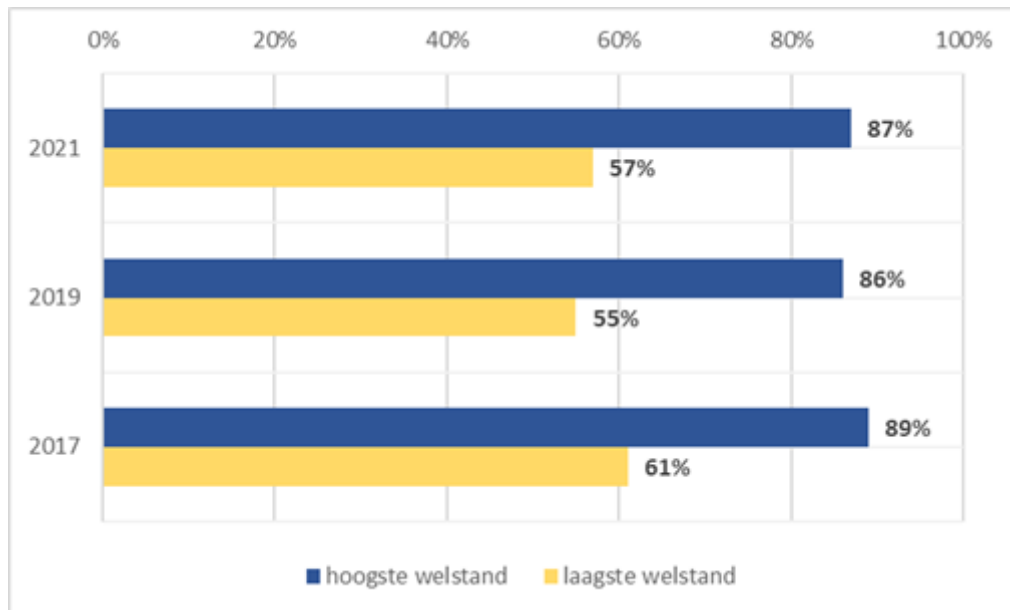
Kinderen en jongeren

- De Kindermonitor, uitgevoerd door de GGD, geeft een beeld van de gezondheid van kinderen van 0 tot 12 jaar op basis van door hun ouders gegeven antwoorden. De laatste meting vond in 2021 plaats. Bij de uitkomsten moet bedacht worden dat ouders, bij wie meer (opvoedings)problematiek speelt, waarschijnlijk minder dan gemiddeld bereid zullen zijn om aan het onderzoek deel te nemen.
 - 97% van de ouders vindt de gezondheid van hun kind goed en 96% geeft aan dat hun kind meestal blij is.
 - Bijna 11% van de kinderen beweegt weinig: 8% is matig actief (beweegt 3 tot 5 uur per week) en 2,5% inactief (beweegt minder dan 3 uur per week).
 - Opmerkelijk zijn de verschillen in de waarneming van overgewicht tussen (de mening van) ouders en de (metingen van de) Jeugdgezondheidszorg (JGZ), waarbij de Jeugdgezondheidszorg meer overgewicht waarneemt dan ouders rapporteren.
Bij de 4- tot 12-jarigen is er volgens de JGZ bij 13% sprake van overgewicht, volgens de ouders bij 6%.
- De Gezondheidsmonitor Jeugd, uitgevoerd door de GGD, geeft een beeld van de gezondheid van middelbare scholieren. De laatste meting vond in 2021 plaats en laat de negatieve invloed van de coronacrisis op het welzijn van jongeren zien.
 - Het aandeel, dat zich goed gezond voelt, is gedaald van 85% in 2019 naar 78% in 2021.
 - Het aandeel, dat zich meestal gelukkig voelt, is gedaald van 84% in 2019 naar 76% in 2021.
 - Het aandeel, dat wekelijks actief beweegt, is niet veranderd (87% in 2019 en 2021).
 - Van de 13- en 14-jarigen heeft 15% overgewicht, volgens metingen van jeugdgezondheidszorg.

2. Gezondheidsverschillen tussen wijken van Nijmegen

→ inzichten voor NAGJJ: doelgroepen die onder lage/laagste welstand vallen lijken verder op gezondheidsachterstand te komen.

- Uit de Stads- en Wijkmonitor 2023 blijkt dat de gezondheidsverschillen naar welstand in Nijmegen iets groter zijn dan in 2017:



De omgeving verandert, in toenemende mate sprake van een 'obesogene' omgeving

→ inzicht voor NAGJJ: groeiend en omvangrijk aantal ongezonde verleidingen dragen bij aan ongezond gewicht

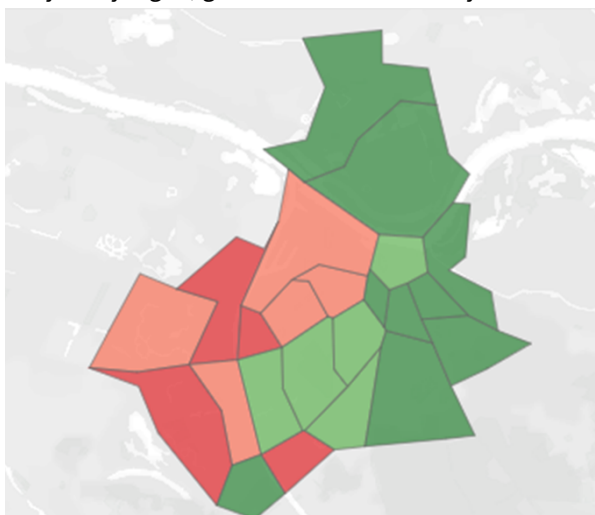
- Er is in de laatste jaren een enorme toename van het aantal verkooppunten van ongezonde producten. In het stadscentrum van Nijmegen was er in de periode 2011 tot 2021 een toename van 69% aan verkooppunten voor ongezonde voeding, terwijl winkels met verse producten verdwenen.
- Rondom scholen in Nijmegen is het aantal fastfood locaties (binnen 5 minuten loopafstand) met 40% gestegen. Bovendien is er een verschil in toename van fastfoodaanbod bij scholen met veel achterstandsleerlingen (48%), in vergelijking bij scholen met minder achterstandsleerlingen (32%).

Zichtbare verschillen in overgewicht bij jeugd en jongeren

→ inzicht voor NAGJJ: daar waar je woont en opgroeit als kind, lijkt van invloed te zijn op de mate van (en kansen voor) opgroeien met een gezond gewicht

→ inzicht voor NAGJJ: een (min of meer) collectieve aanpak op gewicht heeft geen gelijke uitkomsten voor de jeugd die verspreid is over de verschillende wijken van Nijmegen

- Aanwezigheid overgewicht bij 5-14 jarigen, gemeten over de schooljaren 2013-2019

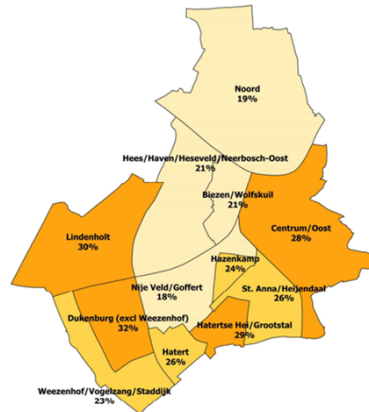


Op verschillende andere thema's is (min of meer) eenzelfde verdeling zichtbaar over de wijken van Nijmegen (voor jeugd 4-12 jaar) (GGD kindermonitor)

→ Inzicht voor NAGJJ: de wijken Lindenholt, Dukenburg (excl. Weezenhof) en Hatert kleuren het vaakst donker van kleur (als in slechtste/negatieve beoordeling).

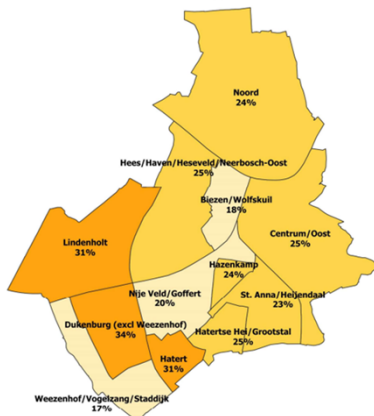
- Dit geldt voor:
het thema 'beweegt gemiddeld minder dan 7u per week'

Beweegt gemiddeld minder dan 7u pwk (4-12 jr)

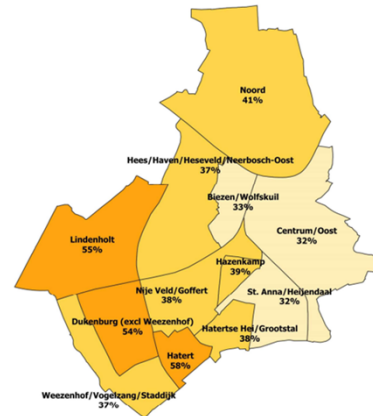


de thema's 'niet elke dag fruit' en 'niet elke dag groente'

Niet elke dag fruit



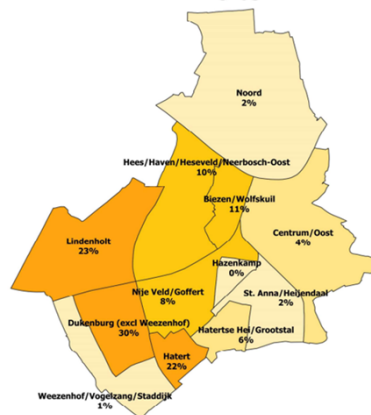
Niet elke dag groente



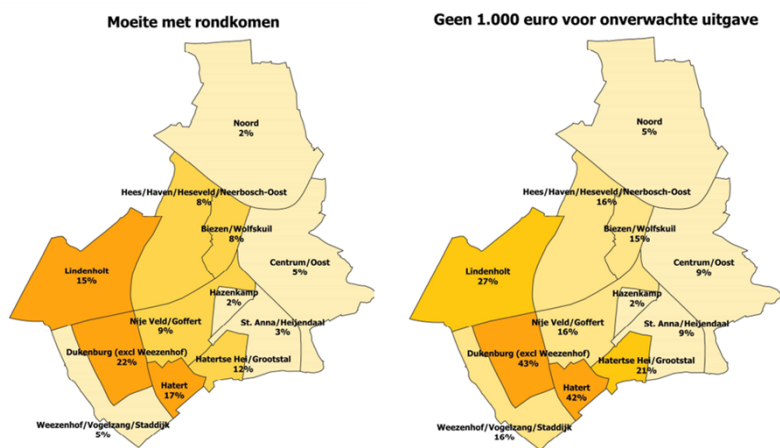
De verschillen tussen wijken in west/zuid versus noord/oost Nijmegen zijn tevens vergelijkbaar wanneer gekeken wordt naar:

opleidingsniveau, beide ouders praktisch opgeleid (waarbij wel verschil maar geen waardeoordeel)

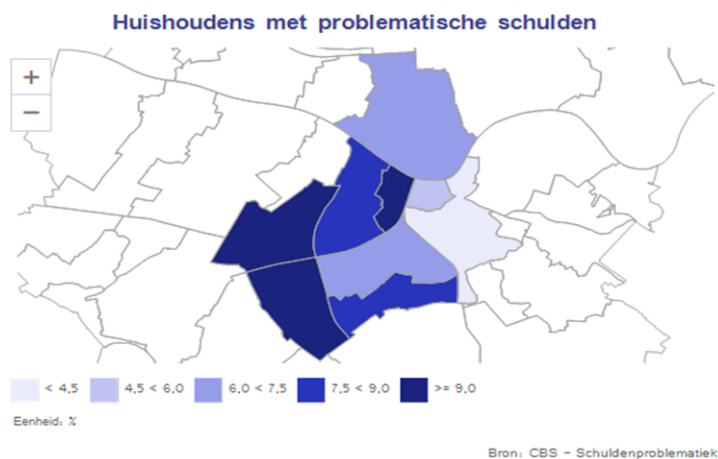
Beide ouders laag opgeleid



kunnen rondkomen, een onverwachte uitgave kunnen doen



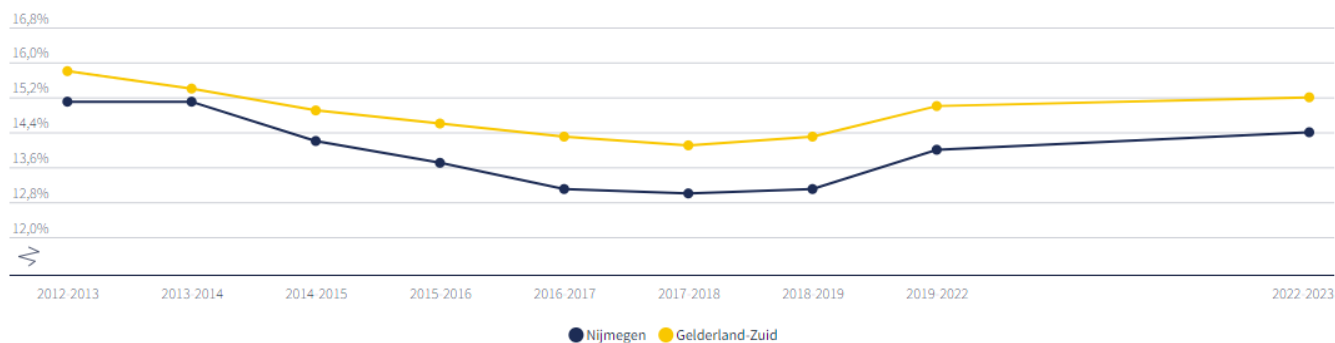
of de aanwezigheid van schulden



3. Gewicht en leefstijl jeugd en jongeren

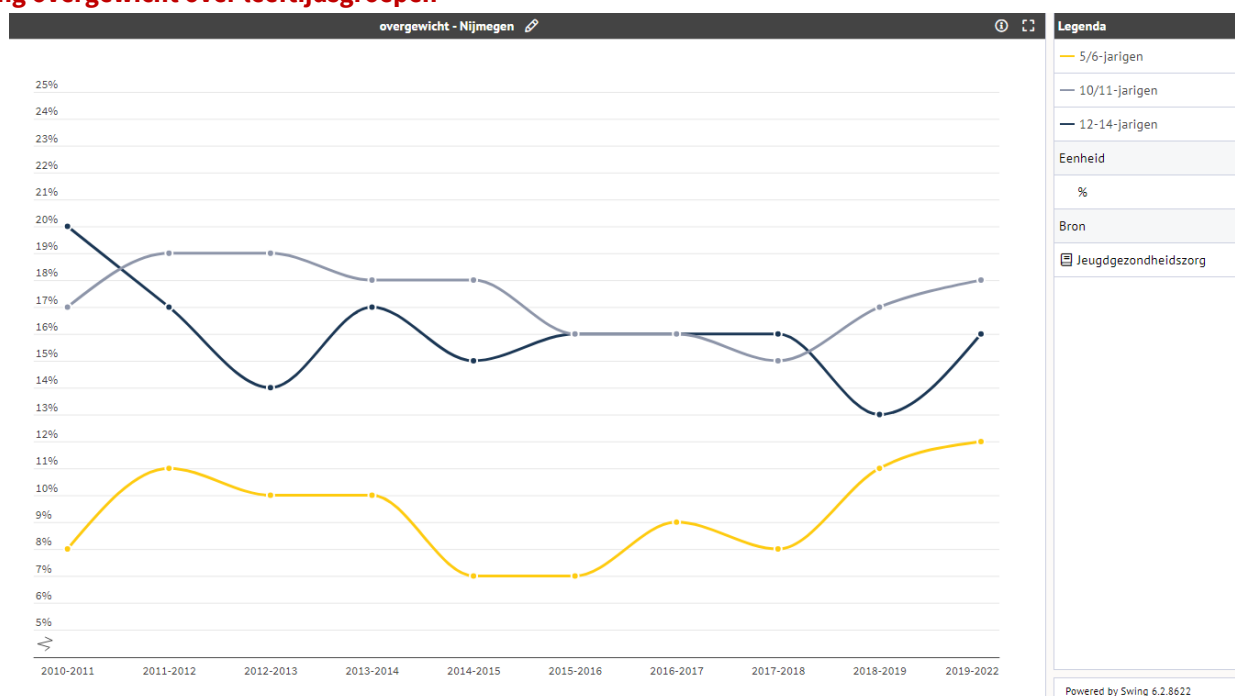
Trendlijn overgewicht 5-14 jarigen vanaf 2012

Trend overgewicht



Jeugdgezondheidszorg | 2012-2013 - 2022-2023

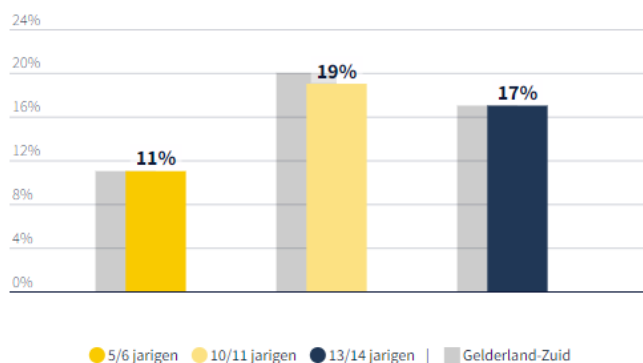
Verdeling overgewicht over leeftijdsgroepen



Powered by Swing 6.2.8622

Kind heeft overgewicht (ernstig of matig)

Nijmegen

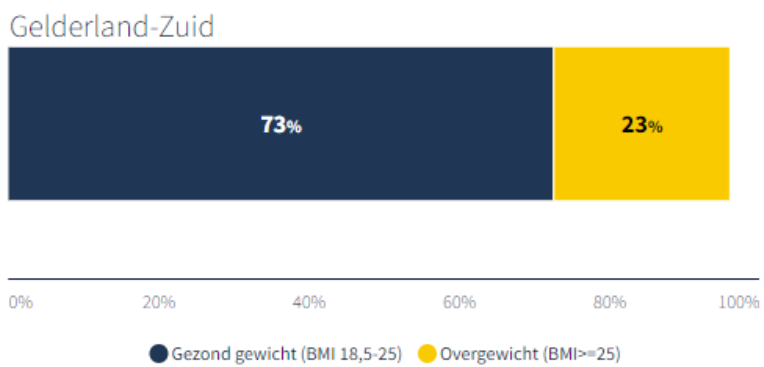


Jeugdgezondheidszorg | 2022-2023

- van de kinderen van 5-14 jaar in Nijmegen heeft 3% ernstig overgewicht (obesitas), t.o.v. 4% in de regio Gelderland Zuid.
- 2% van de kinderen van 5-14 jaar in Nijmegen heeft ondergewicht (ernstig of matig), hetzelfde geldt voor de regio Gelderland Zuid.

Jongvolwassenen (18-25 jaar)

23% van de jongvolwassenen in de regio Gelderland-Zuid heeft overgewicht of ernstig overgewicht (obesitas). Voor Nijmegen specifiek is er onvoldoende data beschikbaar.



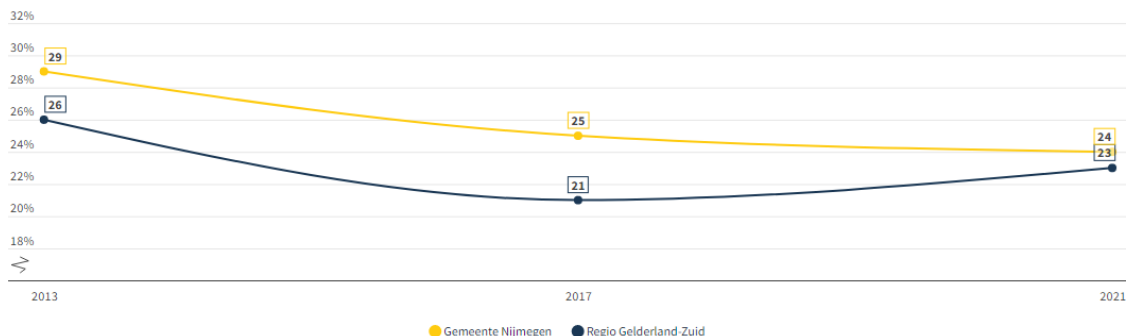
Gezondheidsmonitor Jongvolwassenen | 2022

4. Sport en bewegen jeugd en jongeren

Bewegen

- kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau gaan vaker nooit op de **fiets of lopend naar school** (34%) dan kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau (14%).
- Het aantal kinderen (4-12jr) dat **minder dan 7 uur per week beweegt** is licht gedaald sinds 2013.

Kind beweegt minder dan 7 uur per week (4-12 jr) (in %)
Nijmegen



kindermonitor | 2013 - 2021

Hierbinnen zijn er weinig verschillen in gezamenlijk opleidingsniveau ouders. Wel grote verschillen tussen de leeftijdsgroep van 4-7 jaar (31% beweegt minder dan 7 uur per week) en 8-12 jaar (18% beweegt minder dan 7 uur per week) (2021).

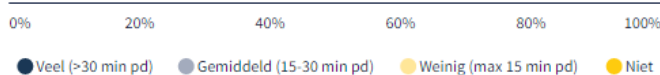
- 14% van de Nijmeegse kinderen (2-12jr) **speelt weinig of niet buiten**

Mate van buiten spelen (2-12 jr)

Nijmegen



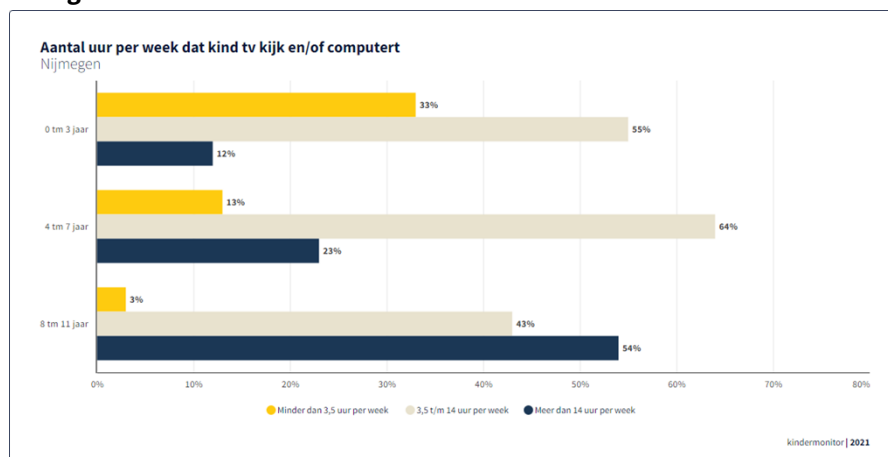
Gelderland-Zuid



kindermonitor | 2021

De belangrijkste redenen hiervoor zijn: teveel verkeer aanwezig, aanwezigheid van water (sloot/vijver), te weinig vriendjes/vriendinnetjes om mee te spelen, te weinig oversteekmogelijkheden om bij speelplaats te komen

Beeldschermgebruik

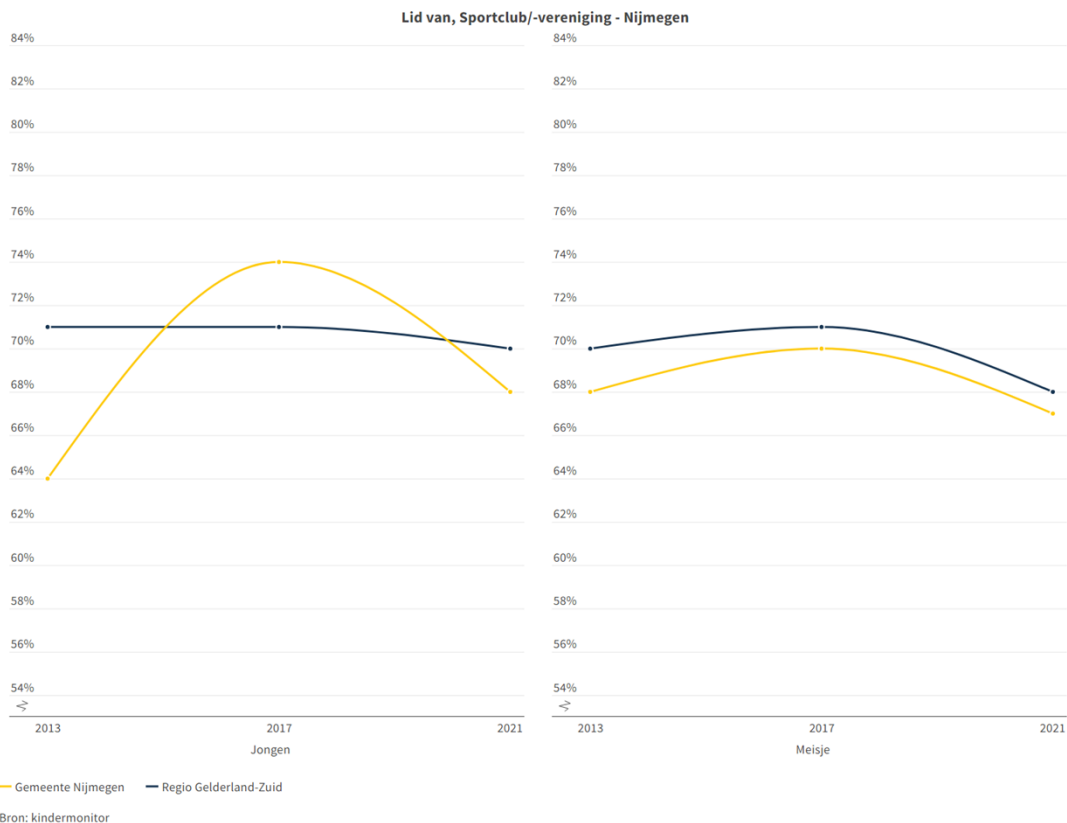


Er zijn grote verschillen tussen het gezamenlijk opleidingsniveau van ouders; 58% van de kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau besteedt meer dan 14 uur per week aan TV kijken/computeren vs. 72% van de kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau.

Georganiseerd sporten

4-12 jaar

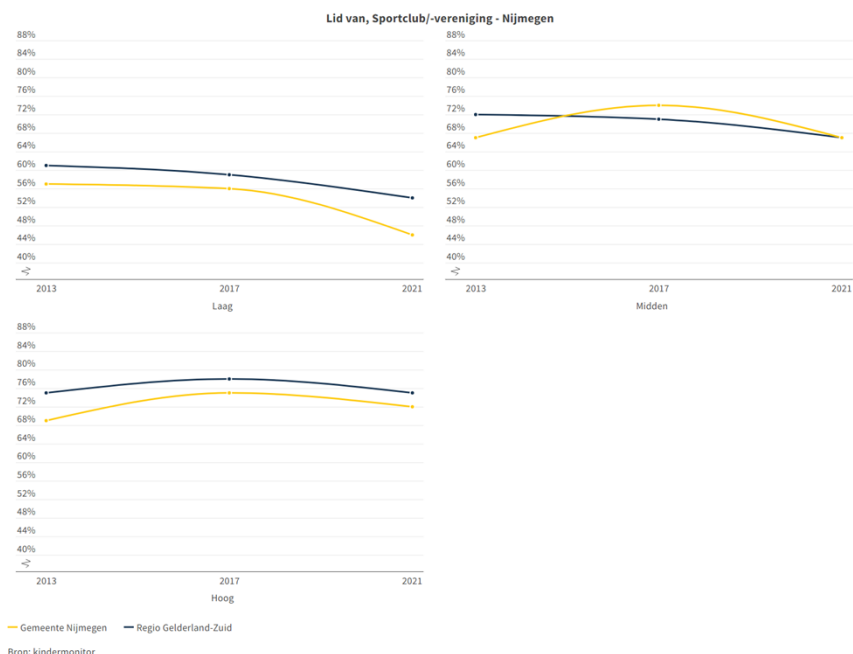
- 68% van de Nijmeegse kinderen van 4-12 jaar was lid van een sportclub/ -vereniging in 2021. In 2021 zijn de verschillen tussen jongens en meisjes klein. Bij jongens lijkt de daling wel harder in te zetten.



- Ook zijn er grote verschillen tussen het gezamenlijk opleidingsniveau van ouders; 46% van de kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau is lid van een sportclub/ -vereniging vs. 72% van de kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau.

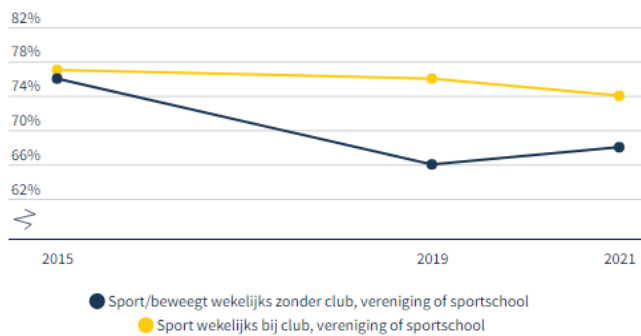
13-16 jaar / middelbare scholieren

- wekelijkse sport/bewegedeelname licht dalend, daling sterker bij wekelijks bewegen buiten vereniging/sportschool om.**

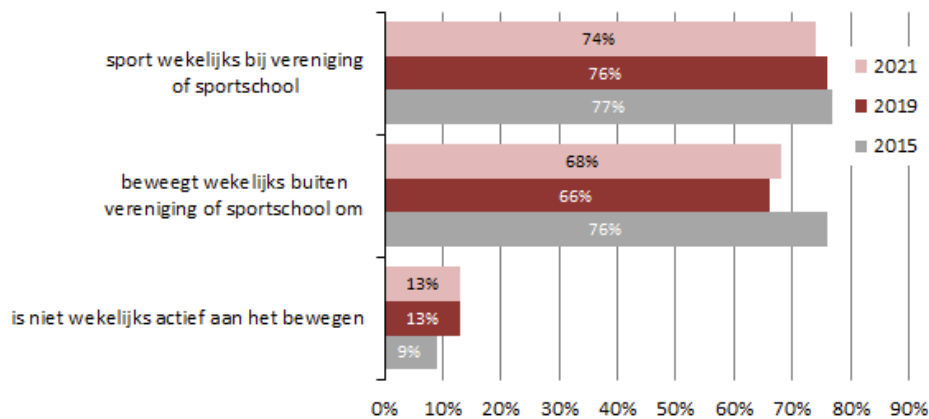


Sport/beweegt wekelijks...

Nijmegen



Gezondheidsmonitor Jeugd | 2015 - 2021



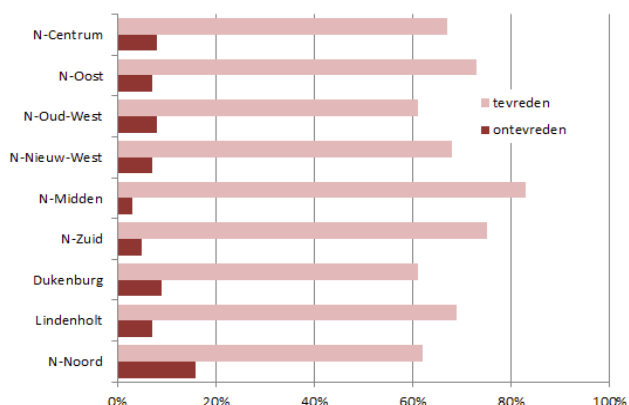
Figuur: Sportdeelname middelbare scholieren. Bron: Gezondheidsmonitor Jeugd (E-MOVO), GGD Gelderland-Zuid.

- Bij vmbo-leerlingen is het aandeel, dat niet wekelijks actief aan het bewegen is, naar verhouding hoger (17% tegenover 13% van de havo-leerlingen en 8% van de vwo-leerlingen). Voor het aandeel, dat buiten verenigingen en sportscholen om sport en beweegt, is er minder verschil tussen de opleidingsniveaus.
- **Stichting Leergeld vergoedt voor 3.300 jeugdigen sport- en beweegactiviteiten**
Stichting Leergeld Nijmegen vergoedt de kosten van activiteiten voor 4- t/m 17-jarigen die opgroeien in armoede. In 2019 deden circa 3.300 kinderen en jongeren via Stichting Leergeld Nijmegen mee aan sport- en beweegactiviteiten (beoefenen van sport, speeltuinabonnement, zwemles, zomeractiviteiten).

Voor jongvolwassenen (16-25 jaar) zijn er geen cijfers beschikbaar op gemeenteniveau vanuit de GGD

Sport-/beweegaanbod in de buurt

Uit de Burgerpeiling 2021 blijkt dat 69% van de volwassen Nijmegenaren tevreden is over het sport- en beweegaanbod in de woonbuurt; 8% is daar niet tevreden over (rest neutraal of 'weet niet'). Ten opzichte van 2017 zijn die percentages niet veel veranderd. De tevredenheid is relatief laag in Nijmegen-Noord en ook in Nijmegen Oud-West en Dukenburg.



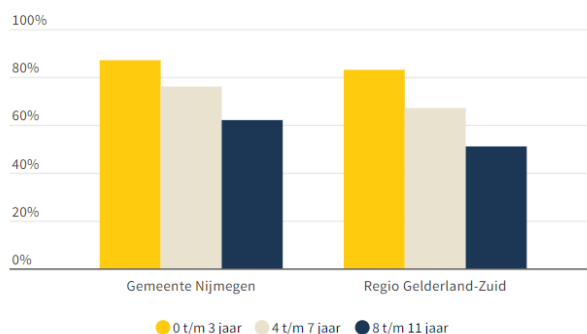
5. Voeding en drinken jeugd en jongeren

Groente en fruit

- We zien een stijgende trend in de dagelijkse groente- en fruitconsumptie. Wel daalt de dagelijkse consumptie naarmate kinderen ouder worden. Kinderen in de leeftijd 0-3 jaar eten het vaakst elke dag groente (en fruit)

Kind eet elke dag fruit, naar leeftijd (in %)

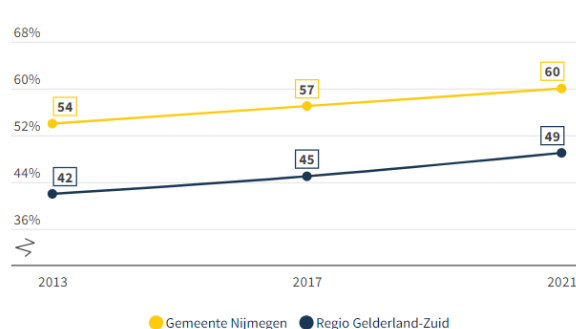
Nijmegen



kindermonitor | 2021

Kind eet elke dag groente (in %)

Nijmegen



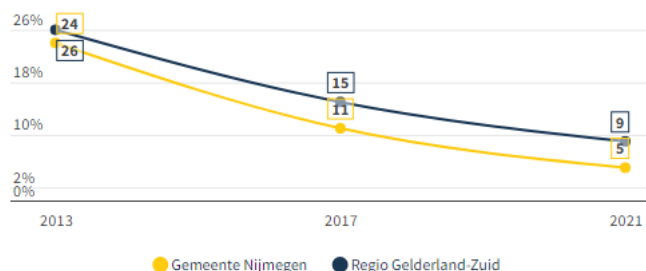
kindermonitor | 2013 - 2021

- Verschillen in gezamenlijk opleidingsniveau ouders (2021); kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau eten minder vaak elke dag fruit (69%) dan kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau (77%). Kindermonitor 2021
- Grote verschillen in gezamenlijk opleidingsniveau ouders (2021); kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau eten minder vaak elke dag groente (38%) dan kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau (67%). Bron: kindermonitor 2021

Drank en water

- Er is een positieve dalende trend zichtbaar in het nuttigen van suikerhoudende drank onder kinderen

Kind drinkt meer dan 3 suikerhoudende drankjes per dag (in %)



kindermonitor | 2013 - 2021

- kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau drinken vaker meer dan 3 suikerhoudende drankjes per dag (11%) dan kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau (3%). Bij kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau lijkt hier echter wel sprake te zijn van een gunstige trend (28% 2013, 27% 2017, 11% 2021).
- kinderen met ouders met een laag gezamenlijk opleidingsniveau drinken vaker geen water of thee zonder suiker op een dag (16%) dan kinderen met ouders met een hoog gezamenlijk opleidingsniveau (8%).