

## INHOUD

1. TOOLKIT overgewicht schoolgaande jeugd
2. TOBOK - Het transmurale Onderzoek en Behandelcentrum voor Overgewicht bij Kinderen
2. Winternummer SMAK nu beschikbaar
3. GGD Amsterdam - 'Over Gewicht Gesproken'
4. Voedingsvoorlichting via huisartsen
5. Integrale Jeugdgezondheidszorg in Eemland gaat de strijd aan met overgewicht bij kinderen
5. WHO EURO
6. Convenant Overgewicht en Actieplan
6. Gedragscode Overgewicht van de Frisdrankenindustrie

## DOELSTELLING

Het Kenniscentrum Overgewicht bundelt, ontsluit en categoriseert naar prioriteit de kennis die er is. Van deze informatie kunnen vervolgens alle organisaties die met overgewicht bezig zijn, de zorgverleners en media gebruikmaken. Het Kenniscentrum is naast een centrum waar informatie verzameld wordt een vraagbaak voor preventiemedewerkers en hulpverleners en een informatiepunt voor vragen en informatie van bijvoorbeeld de media. Bovendien ondersteunt het Kenniscentrum Overgewicht het ministerie van VWS met het ontwikkelen van beleid op het gebied van overgewicht.

## TOOLKIT overgewicht schoolgaande jeugd

Tijdens een expertmeeting van Kenniscentrum Overgewicht in januari 2005 werd duidelijk dat het veld behoefte heeft aan richtlijnen om overgewicht bij de jeugd aan te pakken. Samen met een groep regionale professionals, heeft het NIGZ het voortouw genomen om een toolkit overgewicht te ontwikkelen. Dit gebeurt in overleg met het NISB en het Voedingscentrum.

De toolkit is direct gekoppeld aan het Gezonde School Model (Leurs et al., 2002). De acht elementen van het Gezonde school Model (zie ook [www.gezondeschool.nl](http://www.gezondeschool.nl)) worden uitgewerkt in mogelijke strategieën om overgewicht bij de schoolgaande jeugd aan te pakken. Er wordt gekeken in hoeverre de bestaande landelijke en regionale activiteiten aansluiten bij deze belangrijke ele-

menten. Regionale professionals kunnen de toolkit als richtlijn gebruiken om overgewicht binnen hun regio integraal te benaderen. Eind 2005 wordt de toolkit uitgebracht. Deze zal ook op het congres 'Overgewicht bij kinderen' op 12 januari 2006 in de Reehorst worden gepresenteerd (zie ook Congressagenda)

Neem voor meer informatie contact op met Kathelijne Bessems van het NIGZ, telefoonnummer 0348-437600 of per via e-mail: [kbessems@nigz.nl](mailto:kbessems@nigz.nl).

### Referentie:

Leurs, M., Jansen, M., Ruiters, M. (2002). Coordinated School Health Program: het Gezonde School Model van de toekomst? TSG, 80(7), 471-473



# TOBOK - Het transmuraal Onderzoek en Behandelcentrum voor Overgewicht bij Kinderen

In het afgelopen jaar heeft de obesitaspolikliniek voor kinderen zich verder geprofileerd. Inmiddels zijn meer dan 200 kinderen gezien vanwege hun overgewicht. Bij bijna alle kinderen lag de oorzaak in een te grote inname van voedsel gecombineerd met te weinig lichamelijke activiteit.

Voor deze kinderen is een inventariserend diagnostisch protocol ontwikkeld. In dit protocol worden de aspecten van leefstijl waaronder het aantal eetmomenten op de dag, de hoeveelheid voedselinname en de mate van lichamelijke activiteit in kaart gebracht. Er wordt bloed afgenomen voor de bepaling van hormonen om een medische oorzaak van het overgewicht uit te sluiten.

Tevens is voor de adolescenten tussen 12 en 18 jaar een multidisciplinair educatieprogramma ontwikkeld, waarin het veranderen van leefstijl het doel is. Met name is dit educatie programma gericht op gezonder eten en meer lichaamsactiviteit. Het programma bestaat uit 7 sessies voor de adolescenten met een interval van twee weken, zodat het totale programma drie maanden duurt. Daarnaast worden in twee sessies ook de ouders

voorgelicht om hun steun in het traject voor hun kind te verkrijgen.

Inmiddels zijn 25 adolescenten gestart met dit project. Acht van hen vielen in de eerste paar weken uit. Zeventien maakten de cursus af. Bij 15 werd stabilisatie of een afname van de BMI gezien (88%), terwijl bij twee nog een geringe toename werd waargenomen. Deze groep wordt nog steeds gevolgd.

Voor een succesvolle behandeling blijkt het essentieel te zijn dat de patiënt gemotiveerd is alsook dat hij of zij steun uit het gezin krijgt.

Op grond van deze resultaten en om verder onderzoek te verrichten naar de effectiviteit van dit educatieprogramma op het leefpatroon, maar ook op de metabole status met name gericht op preventie van type 2 diabetes, zijn subsidies verkregen van ZonMW (doelmatigheidsproject) en van de zorgverzekeraar AGIS. De intentie is om wanneer aangetoond wordt, dat dit programma effectief is, dit te implementeren in de eerstelijnszorg.

## Winternummer SMAK nu beschikbaar

Afgelopen zomer verscheen het eerste nummer van SMAK, een gratis, eigentijds en vrolijk tijdschrift van het Voedingscentrum, over gezond eten en bewegen voor ouders met kinderen vanaf 1 jaar. SMAK is positief ontvangen. Er zijn inmiddels al meer dan 125.000 exemplaren verspreid via de consultatiebureau's en 25.000 via andere kanalen.

Door ouders eerlijke informatie en praktische ideeën aan te reiken, maakt SMAK de gezonde keuze aantrekkelijker en gemakkelijker en draagt het bij aan het zich eigen maken van een gezond eet- en beweegpatroon.

Vanaf eind oktober is het winternummer van SMAK beschikbaar. In dit tweede nummer volop nieuwe tips over lekker bewegen en gezond eten, een interview met CB arts Bettie Carmiggelt, vader Bart Chabot, tips voor uitstapjes, informatie over overblijven, het kindergebit en veel recepten. Kijk voor meer informatie over de inhoud, op de website voor professionals: [www.smakmagazine-jgz.nl](http://www.smakmagazine-jgz.nl)

Ouders kunnen SMAK verkrijgen via consultatiebureau's en een aantal schoolgezondheidsteams. Wilt u als professional SMAK graag gratis verspreiden onder ouders, kijk dan op de website of u hiervoor in aanmerking komt.



Wilt u meer informatie over gezond eten en bewegen met kinderen, ga dan naar [www.voedingscentrum.nl](http://www.voedingscentrum.nl)

## GGD Amsterdam - 'Over Gewicht Gesproken'

8 September 2005 startte de afdeling Jeugdgezondheidszorg (JGZ) van de GGD Amsterdam met het project 'Over gewicht gesproken'. Dit project loopt tot eind 2008. Hier kunt u lezen wat het project inhoudt.

Het aantal kinderen en volwassenen met overgewicht en obesitas (zeer ernstig overgewicht) neemt de laatste jaren enorm toe, ook in Amsterdam. In een recent Nederlands onderzoek werd bij jongens van 5 tot 11 jaar tussen 1980 en 1997 een toename van overgewicht gevonden van 4% naar 10%. Obesitas (ernstig overgewicht) bleek in 1997 8 keer zo hoog. Zelfs al bij 4-jarige jongens was een toename te zien van 5.5% naar 9.7% voor overgewicht en van 0.3% naar 1.1% voor obesitas. Bij meisjes waren de resultaten vergelijkbaar.

Overgewicht en obesitas leiden tot ernstige medische complicaties en hoge kosten (voor gezondheidszorg, werkverzuim en arbeidsongeschiktheid). Dikke kinderen worden gepest en gediscrimineerd, kunnen in een sociale isolatie terecht, een negatief zelfbeeld ontwikkelen, emotionele en gedragsproblemen krijgen en depressief worden. Kinderen met ernstig overgewicht hebben ook meer kans op suikerziekte en hart- en vaatziekten. Ze hebben bovendien vroeg klachten aan hun knieën of heupen en gesmette

dijen, waardoor bewegen pijnlijk is en afvallen steeds moeilijker wordt. Naast de behandeling van mensen met overgewicht, is het voorkomen van overgewicht erg belangrijk. Mensen met overgewicht of obesitas hebben veel moeite om op een normaal gewicht te komen en vaak mislukken pogingen om af te vallen. Kinderen die te dik zijn hebben op volwassen leeftijd een grotere kans op overgewicht dan kinderen met een normaal gewicht. Het is daarom belangrijk dat kinderen op jonge leeftijd al een goed voedings- en beweegpatroon aanleren, zodat ze minder kans hebben op later overgewicht.

De JGZ in Amsterdam wil bijdragen aan het voorkomen en tegengaan van overgewicht bij kinderen door:

- Voorlichtingscampagne
- Signaleren van overgewicht tijdens de onderzoeken
- Amsterdams Overbruggingsplan: kinderen waarbij overgewicht of obesitas (vetzucht) gesignaleerd wordt, worden meer gemotiveerd om daaraan te werken.

*Lees verder op de volgende pagina >>*

GGD Amsterdam

'Kijk, ik lijk steeds meer op papa!'

Let erop dat uw kind geen slechte eetgewoonten overneemt.

Gis voor tips en advies: [www.ongewichtgesproken.nl](http://www.ongewichtgesproken.nl)  
Uw vragen laat ook toel. 110 of het verslaat bureau of  
bij schoolgezondheidszorg.

samen 'n gezond gewicht? geef het goede voorbeeld!

Hieronder worden deze drie onderdelen verder uitgelegd.

### Voorlichtingscampagne

Mensen hebben voldoende kennis nodig over gezonde voeding, bewegen en overgewicht voordat ze hun gedrag kunnen veranderen. JGZ start daarom een campagne om

- borstvoeding te stimuleren
- het drinken van gezonde dranken (zoals frisdranken, vruchtensappen en yoghurt dranken) te reduceren van en het drinken van water te bevorderen
- buitenspelen te stimuleren
- televisie kijken te reduceren
- ontbijten te stimuleren.

De voorlichtingscampagne bestaat uit drie onderdelen, namelijk:

- wachtkamervoorlichting
- voorlichting tijdens het consult
- voorlichting op scholen

Voor de wachtkamervoorlichting zijn posters ontwikkeld die ouders onder andere moet prikkelen om tijdens het consult vragen te stellen over gezonde voeding en bewegen. De posters worden ook onder andere instellingen verspreid, zoals bijvoorbeeld scholen, opvoedsteunpunten, peuterspeelzalen, naschoolse opvang en jeugdwerk. Kinderen en hun ouders komen zo de posters op meerdere plekken tegen, waardoor de boodschap beter blijft hangen. De campagne loopt tot eind 2007 en ieder half jaar worden er nieuwe posters verspreid om weer de aandacht op de boodschap te vestigen.

Tijdens het consult worden het ontbijtgedrag, frisdrankgebruik, televisie kijken en bewegen van het kind besproken.

De JGZ-teams gaan langs de scholen om ze te motiveren activiteiten op het gebied van gezonde voeding en bewegen

## Voedingsvoorlichting via Huisartsen

Huisartsen worden steeds vaker geconfronteerd met patiënten met voedingsgerelateerde ziekten, zoals hart- en vaatziekten, diabetes en ernstig overgewicht. Goede voedingscommunicatie is daarbij belangrijk. In de praktijk verloopt die communicatie niet altijd soepel. In dit promotieonderzoek is het perspectief van patiënten en huisartsen onderzocht.

Uit groepsgesprekken bleek dat patiënten een gebrek aan voedingsbewustzijn hadden. Belangrijkste uitkomst van het vragenlijstonderzoek onder 603 patiënten was dat zij de huisarts als de beste bron voor voedingsinformatie zagen, met name over gezond afvallen en cholesterolverlaging.

In groepsgesprekken met huisartsen werden een aantal voedingscommunicatiestijlen geïdentificeerd, bijvoorbeeld motiverende stijl. Het vragenlijstonderzoek onder 267 huis-

artsen toonde aan dat zij het moeilijk vonden om over overgewicht te communiceren.

Het is noodzakelijk dat huisartsen overtuigd worden hoe goed ze er op staan bij patiënten. Bevordering van het voedingsbewustzijn van patiënten is belangrijk. Huisartsen zouden voedingsvoorlichting op maat moeten geven aan geïnteresseerde subgroepen. Een combinatie van voedingscommunicatiestijlen kan daarbij worden ingezet.

*Van Dillen S. Nutrition communication in Dutch general practice: Integration of the patients' perspective and the family doctors' perspective. Thesis Wageningen University - with references - with summary in Dutch. Wageningen: Wageningen University, 2005. ISBN 90-8504-248-8.*

Sonja.vandillen@wur.nl

te ondernemen. Hiervoor zijn activiteitenmappen ontwikkeld voor zowel het basis- als het voortgezet onderwijs.

### Signaleren van overgewicht

Het signaleren van overgewicht of obesitas tijdens het consult wordt gedaan met behulp van het signaleringsprotocol van het Kenniscentrum Overgewicht van de VUMC. Kinderen waarbij obesitas wordt gesignaleerd worden doorverwezen. Kinderen met overgewicht volgen het Amsterdamse Overbruggingsplan.

### Overbruggingsplan

Het door het KCO ontwikkelde overbruggingsplan is gebaseerd op interventiestrategieën die berusten op de combinatie van het bevorderen van gezonde voedingsgewoonten en het stimuleren van bewegen, met

daarbij het terugbrengen van zittend gedrag.

De ouders en het kind gaan samen met de arts en verpleegkundigen na of het kind genoeg beweegt, niet te veel televisie kijkt, goed ontbijt en niet te veel gezonde dranken drinkt. Wanneer blijkt dat er bij een van deze punten een probleem is, worden de ouders en het kind gemotiveerd om aan dit probleem te werken. Hierbij kunnen ze ondersteuning krijgen van een diëtist (stimuleren van ontbijt en beperken van gezonde dranken), het opvoedsteunpunt (als ouders bv geen 'nee' kunnen zeggen of inconsequent handelen) en van JGZ (stimuleren van bewegen).

### Meer informatie?

[www.OvergewichtGesproken.nl](http://www.OvergewichtGesproken.nl)  
[ybooi@ggd.amsterdam.nl](mailto:ybooi@ggd.amsterdam.nl)

# Integrale Jeugdgezondheidszorg in Eemland gaat de strijd aan met overgewicht bij kinderen

Vanaf 1 oktober gaan artsen en verpleegkundigen van Amant Ouder- en kindzorg en Jeugdgezondheidszorg GGD Eemland alle kinderen van 2 jaar en ouder op overgewicht onderzoeken. Het is uniek dat twee verschillende organisaties hebben besloten om gezamenlijk en op dezelfde manier te werk te gaan in de strijd tegen overgewicht. Amant en GGD Eemland bieden samen de jeugdgezondheidszorg van 0 tot 19 jaar in de gemeenten Amersfoort, Bunschoten, Baarn, Soest, Leusden, Eemnes en Woudenberg. Voor deze screening op overgewicht wordt het signaleringsprotocol van het Kenniscentrum Overgewicht van het VU Medisch Centrum gevolgd.

Behalve het opsporen van overgewicht zal er ook voorlichting gegeven worden om overgewicht te voorkomen. In de gesprekken met ouders en kinderen vormen de zogenaamde

“veelbelovende elementen” het uitgangspunt. Deze zijn:

- Het stimuleren van langdurig geven van moedermelk
- Het stimuleren van buiten spelen
- Het stimuleren van ontbijten
- Het verminderen van het drinken van zoete dranken
- Het verminderen van televisie kijken

Onderzoek heeft aangetoond dat deze elementen bijdragen in het ontstaan en het voorkomen van overgewicht.

Overgewicht bij kinderen is een groot gezondheidsprobleem aan het worden. In Nederland stijgt het aantal kinderen met (extreem) overgewicht en lijkt het epidemische vormen aan te nemen. Uit de vierde landelijke groeistudie van TNO in 1998 blijkt dat één op de zeven kinderen te dik is. Uit de gezondheidsonderzoeken van de GGD Eemland blijkt dat de zorgwekkende toename van overge-

wicht bij kinderen ook aan het gewest Eemland niet voorbij gaat. Eén op de acht 5- en 6-jarigen heeft overgewicht. Dit geldt eveneens voor de 13- en 14-jarigen. Er zijn op dit moment geen cijfers van de jongere kinderen bekend.

Doordat Amant en GGD Eemland dezelfde werkwijze zullen hanteren zullen ouders dezelfde informatie en adviezen krijgen van consultatiebureau en schoolarts. De uniforme manier van werken is het gevolg van de integratie van de jeugdgezondheidszorg in de gemeenten van Eemland. Amant en GGD Eemland hopen op deze manier dat het aantal kinderen met overgewicht in de gemeenten Eemland niet verder zal stijgen.

## Voor meer informatie:

Marga Beentjes, coördinator integrale JGZ Eemland 033-4678156 [m.beentjes@amant.nl](mailto:m.beentjes@amant.nl)

## WHO-EURO

*Member States Consultation for the Ministerial Conference on counteracting obesity. Copenhagen, 10-12 oktober 2005*

**dr.ir. Wanda Bemelmans, RIVM**

In november 2006 staat in Turkije een ministeriële conferentie gepland rond preventie van overgewicht. Initiatief hiertoe ligt bij de WHO regional office for Europe. In de voorbereiding daartoe speelt een aantal processen.

Ten eerste is een 'technical expert committee' geformeerd die zorgdraagt voor de wetenschappelijke informatievoorziening. Onderwerpen die aan de orde komen zijn de prevalentie van overgewicht, de trends, ongelijkheid naar sociale status, public health impact, economische gevolgen etc., etc... Vanuit Nederland ben ik lid van deze commissie.

Ten tweede zijn de politieke voorbereidingen in gang gezet (krijgen van draagvlak en organisatie van pre-conferenties). In dat kader werd van 10-12 oktober in Kopenhagen de eerste 'member state consultation' gehouden. Meer dan 50 Europese landen waren vertegenwoordigd, voornamelijk middels beleidsmedewerkers van ministeries. Het doel van de bijeenkomst was om overeenstemming te bereiken over het raamwerk en de doelen van de conferentie in Turkije.

Tijdens de conferentie werd aanvullende informatie uitgedeeld over de nationale activiteiten van een groot aantal landen.

In session 3 werd door dr. Haik Nikogosian van de WHO-EURO ingegaan op de doelen van de ministersconferentie. Dit zijn:

- verhogen politiek bewustzijn

en draagvlak

- probleem hoog geplaatst krijgen op publieke en politieke agenda
- bevorderen van nationale actieplannen
- bevorderen van internationale en intersectorale samenwerking.

De aanwezigen gingen akkoord met deze doelen. De uitkomst van de conferentie zal waarschijnlijk een 'European Charter on Obesity' worden.

Daarnaast werd ingegaan op het reeds bestaande raamwerk, o.a. de WHO European Food and Nutrition action plan 2000 en de WHO Global strategy for diet, physical activity and health 2005. Ook de link met andere ontwikkelingen werd besproken, bijvoorbeeld the 'EU platform and green paper' en verschillende WHO-activiteiten.

## Convenant Overgewicht en Actieplan

Op 27 oktober jl. werd in Utrecht het integrale actieplan 'Energie in balans' gepresenteerd. Tevens werd het actieplan formeel door dhr. Rosenmüller overhandigd aan minister Hoogervorst. Negen maanden geleden, op 27 januari, is het convenant Overgewicht ondertekend door de Nederlandse overheid, de FNLI (Federatie Nederlandse Le-

vensmiddelenindustrie), andere partners uit het bedrijfsleven en een aantal maatschappelijke organisaties. Het convenant beoogt om tot een geïntegreerde aanpak te komen van het overgewichtproblematiek in Nederland.

Het FNLI actieplan bestaat uit verschillende speerpunten op het terrein van voorlichting,

productsamenstelling, onderzoek en zelfregulering. Dit zijn de volgende speerpunten:

- Eenduidige informatie voor consumenten
- Centraal product informatie-systeem
- Interactieve voorlichtingsmodule
- Adoptieprogramma van beweegoffensief
- Participatie in onderzoek
- Publicatie Best Practices
- Reclamecode voor voedingsmiddelen

Doelstelling is om eind 2005, begin 2006 de eerste doelstellingen te hebben gerealiseerd.

Voor meer informatie kijk op [www.fnli.nl](http://www.fnli.nl)

Het integrale actieplan omvat alle actieplannen van de ondertekenaars. De indeling is zodanig dat ingespeeld wordt op bepaalde "settings" waar consumenten/burgers verkeren: thuis, op school, op het werk en tijdens recreatie. Per "setting" wordt aangegeven welke partijen acties ondernemen in die setting. Voor meer informatie over het actieplan kijk op [www.convenantovergewicht.nl](http://www.convenantovergewicht.nl).



## Gedragscode Overgewicht van de Frisdrankenindustrie

De Nederlandse Frisdranken Industrie (NFI) heeft een gedragscode overgewicht ontwikkeld. Door middel van deze gedragscode neemt de frisdrankenindustrie haar verantwoordelijkheid om een bijdrage te leveren aan de beheersing van overgewicht. Een verantwoord gebruik van frisdranken is hierbij belangrijk.

De gedragscode bestaat uit de hoofdpunten: producten en verpakkingen, voorlichting, verantwoord verkoopbeleid, speciale aandacht voor scholen en bewegen & sport.

Met betrekking tot scholen onderneemt de fris-

drankenindustrie op basisscholen geen enkele commerciële activiteit. Op middelbare scholen wordt in de frisdrankautomaten een breed productenaanbod aangeboden, zullen er geen volume gedreven verkoopacties plaatsvinden, is sampling niet toegestaan en sponsoring alleen als er een breed productenaanbod wordt aangeboden en er een associatie met sport is. Meer informatie is te vinden op [www.frisdrank.nl](http://www.frisdrank.nl). U kunt daar ook het 25 vragenboekje over frisdranken en gezondheid gratis aanvragen.