

37 Over gewicht bij Turkse en Nederlandse jeugd

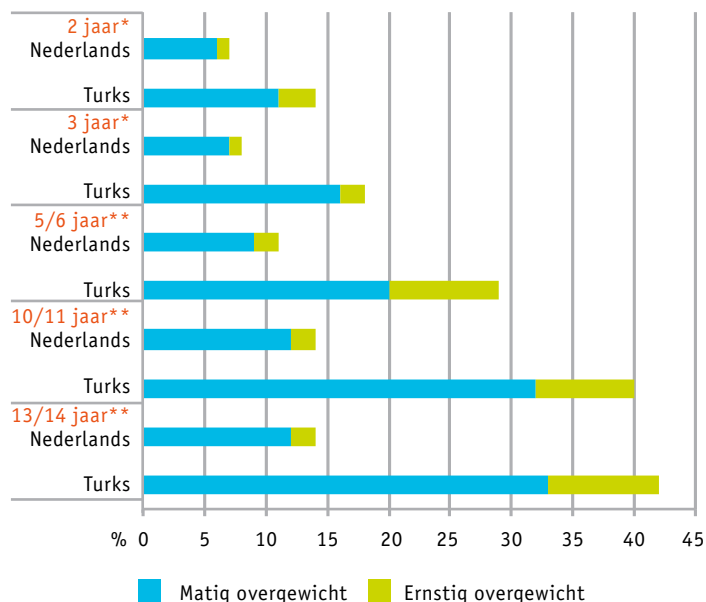
Het stimuleren van gezond gewicht is een speerpunt in veel gemeenten. Een gezond gewicht voorkomt welvaartsziekten. Culturele achtergrond is van invloed op gewicht. Dit komt zowel door leefstijl als door genetische aanleg^{1,2}. Jeugdigen met een Turkse culturele achtergrond zijn gemiddeld zwaarder dan hun Nederlandse leeftijdsgenoten. Om zicht te krijgen op oorzaken, volgt hier een vergelijking tussen gewicht en leefstijl van de Turkse en de Nederlandse jeugd.

MEER OVERGEWICHT BIJ TURKSE JEUGDIGEN

Uit de landelijke groeistudies blijkt dat overgewicht bij jeugdigen een groeiend probleem is. In 2009 was één op de zeven jeugdigen te zwaar. Bij Turkse jeugdigen was dit zelfs één op de drie^{6,7}.

In de regio Noord- en Oost-Gelderland komt overgewicht bij Turkse jeugdigen ongeveer drie maal zo vaak voor als bij Nederlandse jeugdigen. Ernstig overgewicht (obesitas) komt bij de Turkse jeugd ruim vier maal zo vaak voor als bij de Nederlandse.

Overgewicht komt meer voor naarmate kinderen ouder worden. Dit geldt zowel voor de Nederlandse als de Turkse jeugd (zie figuur 1).



* Achterhoek, 2013 en 2014 (bron: Yunio)

** Noord- en Oost-Gelderland, schooljaar 2012/2013 en 2013/2014 (bron: GGD NOG)

Figuur 1 Overgewicht bij Turkse en Nederlandse jeugd

Turkije is een groot land en 'de' Turkse cultuur bestaat niet. Toch zien Turkse collega's wel enkele specifieke kenmerken over voeding en opvoeden.

... De eerste generatie Turkse mensen die zich in Nederland vestigden, zien baby's en jonge kinderen graag mollig.

Toelichting op de gegevens in deze factsheet

Leeftijd en culturele achtergrond

In deze factsheet bedoelen we met *jeugd* de 0 tot 19 jarigen. Binnen de jeugd onderscheiden we *kinderen* (0 tot 12 jaar) en *jongeren* (12 tot 19 jaar).

Turkse allochtonen zijn de grootste niet-Westerse minderheidsgroep in de regio Noord- en Oost-Gelderland. Totaal wonen in deze regio ruim 4.500 jeugdigen met een Turkse nationaliteit; dat is 2,5% van alle jeugdigen³.

In deze factsheet worden jeugdigen tot de Turkse culturele achtergrond gerekend als zij zelf of als ten minste één van hun ouders in Turkije is geboren. Bij de gegevens over gewicht worden jeugdigen met een Turkse nationaliteit ook tot deze groep gerekend. Jeugdigen worden Nederlands genoemd als zij zelf én hun beide ouders in Nederland zijn geboren.

Gegevens over gewicht

De gegevens over gewicht komen uit de registraties van Yunio Jeugdgezondheidszorg (peuters) en van de afdeling Jeugdgezondheidszorg van GGD Noord- en Oost-Gelderland (scholieren). De Jeugdgezondheidszorg meet lengte en gewicht van vrijwel alle kinderen, op een aantal momenten in hun ontwikkeling. Op basis van de Body Mass Index (BMI, index voor gewicht in verhouding tot de lengte) is bepaald of een jeugdige overgewicht heeft.

Gegevens over gedrag

De gegevens over gedrag zijn afkomstig uit monitors van de GGD. Met de Kindermonitor zijn in het najaar van 2013 gegevens verzameld over kinderen⁴. De gegevens over gedrag van jongeren komen uit E-MOVO (Elektronische Monitor en Voorlichting). Dit onderzoek is uitgevoerd in het najaar van 2011 bij jongeren in klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs (vmbo en havo/vwo)⁵.

Zij noemen dat tombul of tosun. Vooral uit zorg voor een kind vinden zij het belangrijk om het kind goed te voeden.

... Familiebanden zijn bij veel allochtone gezinnen een stuk hechter dan bij Nederlandse gezinnen en families wonen graag bij elkaar in de buurt. Daarom zijn naast de ouders, vaak ook opa's en oma's, en tantes en ooms betrokken bij de opvoeding. Die, zoals gezegd, 'goed' eten belangrijk vinden. Veel ouders vinden het moeilijk om met hen afspraken te maken, juist als het om eten gaat.

EETGEDRAG

Gezonde voeding bevordert een gezond gewicht. Dagelijks ontbijten, veel groente en fruit, weinig zoete dranken en borstvoeding horen daarbij. Eetgedrag is cultuurgebonden⁸.

Kinderen

Uit de Kindermonitor 2013 blijkt dat het eetgedrag van Turkse en Nederlandse kinderen op sommige onderdelen gelijk is. Bijna 30% van de Turkse en Nederlandse kinderen (0-4 jaar) in de regio heeft in hun eerste 6 levensmaanden alleen borstvoeding gekregen. De helft van de Turkse en Nederlandse kinderen eet dagelijks fruit.

BOFT

BOFT is een afkorting voor gedragingen die invloed hebben op overgewicht bij kinderen. Dit zijn goede aanknopingspunten om overgewicht aan te pakken. Voor elke BOFT-gedraging is een landelijk geldende norm of richtlijn voor kinderen en jongeren.

- **Bewegen:** dagelijks minstens 1 uur bewegen;
- **Borstvoeding:** alleen moedermelk (zonder flesvoeding of bijvoeding) de eerste 6 maanden na geboorte;
- **Ontbijten:** dagelijks ontbijten;
- **Frisdranken:** maximaal twee zoete drankjes per dag (bijvoorbeeld limonade, vruchtensappen, frisdrank of zoete melkdrankjes; licht dranken tellen niet mee);
- **Tv-kijken / (spel)computer:** maximaal twee uur per dag achter een beeldscherm. Waarbij het zitten achter alle soorten beeldschermen wordt bedoeld. Werkzaamheden achter een beeldscherm op of voor school tellen niet mee.

De F van Fastfood en de T van energierijke Tussendoortjes behoren officieel ook tot de BOFT-gedragingen. Hierover heeft de GGD geen cijfers. Fruit en groente behoren niet tot de BOFT-gedragingen. Het eten van voldoende fruit en groente is minder sterk gerelateerd aan overgewicht, maar wel belangrijk voor een goede gezondheid. Daarom staat in deze factsheet informatie over de consumptie van fruit en groente.

Op sommige onderdelen is het eetgedrag van Nederlandse kinderen gezonder. Bijna alle Nederlandse kinderen (98%) ontbijten dagelijks; van de Turkse kinderen ontbijt 80% dagelijks. Van de Nederlandse kinderen eet 39% dagelijks groente versus 20% van de Turkse kinderen.

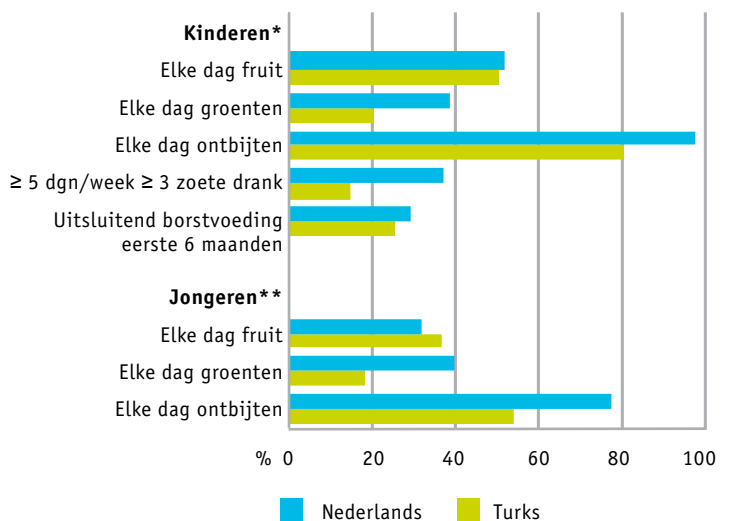
Turkse kinderen gedragen zich gezonder in het nuttigen van zoete dranken, zoals frisdrank met suiker, aanmaaklimonade, vruchtensap en gezoete melk- of yoghurt dranken. Van de Turkse kinderen drinkt 15% drie of meer zoete drankjes op minimaal vijf dagen per week versus 37% van de Nederlandse kinderen (zie figuur 2).

Jongeren

Uit E-MOVO 2011 blijkt dat meer Nederlandse dan Turkse jongeren dagelijks ontbijten (77% vs. 54%). Ook eten Nederlandse jongeren vaker dagelijks groente dan Turkse jongeren (40% vs. 18%). Dagelijks fruit eten doen Turkse jongeren vaker dan Nederlandse jongeren (37% vs. 32%).

Collega's zien

- ... dat Turkse mensen echt gezelschapsmensen zijn en veel geven om lekker eten en drinken. Van oudsher is de Turkse eetcultuur zeer gastvrij.
- ... Vroeger deden de mensen meer zwaar werk dan nu. Als de eetgewoonte hetzelfde blijft, is de kans groot dat mensen nu meer eten dan zij nodig hebben.
- ... Veel kinderen gaan gelijk naar bed met hun ouders. Een gevolg kan zijn dat kinderen dan minder tijd en energie hebben om goed te ontbijten.



* Kinderen van 0-12 jaar (Kindermonitor, 2013)

** Jongeren uit klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs (E-MOVO, 2011)

Figuur 2 Eetgedrag van Turkse en Nederlandse jeugdigen

BEWEEG- EN ZITGEDRAG

Volgende bewegen draagt bij aan het voorkomen van overgewicht. De norm voor jeugdigen is om dagelijks minstens een uur matig intensief te bewegen. Turkse jongeren halen dit minder vaak dan Nederlandse jongeren^{9,8}. Tv-kijken en computeren zijn vormen van zitgedrag die bijdragen aan het ontstaan van overgewicht². Hoewel er nog geen norm is voor zitgedrag, is het advies voor jongeren van 4 tot 17 jaar om in de vrije tijd minder dan 2 uur per dag achter een scherm te zitten¹⁰.

Kinderen

In de regio Noord- en Oost-Gelderland beweegt ruim drie kwart van de kinderen minimaal 7 uur per week. Dat wil nog niet zeggen dat zij aan de norm voor bewegen voldoen, die stelt dat kinderen *dagelijks* een uur moeten bewegen. Bijna drie kwart speelt minimaal een half uur per dag buiten. Deze aandelen verschillen niet wezenlijk tussen Turkse en Nederlandse kinderen.

Het aandeel Turkse kinderen dat ten minste een uur per week bij een sportvereniging sport is kleiner dan dat van Nederlandse kinderen (49% vs. 58%). Het zitgedrag van Turkse kinderen is ongunstiger dan dat van Nederlandse kinderen. Van de Nederlandse kinderen besteedt 69% maximaal 14 uur per week aan tv kijken of computeren versus 54% van de Turkse kinderen.

Jongeren

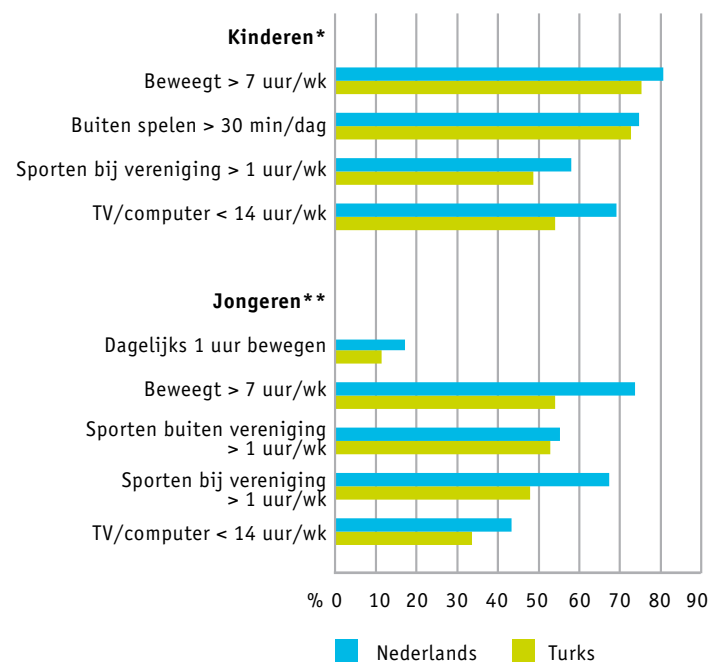
De meeste jongeren bewegen te weinig. Het beweeggedrag van Turkse jongeren is nog ongunstiger dan dat van

Nederlandse jongeren. Turkse jongeren bewegen minder vaak dagelijks een uur (11% vs. 17%), ze bewegen minder vaak ten minste zeven uur per week (54% vs. 74%) en ze sporten minder vaak ten minste een uur per week bij een sportvereniging (48% vs. 67%). Sporten buiten een sportvereniging doen Turkse en Nederlandse jongeren ongeveer even vaak: ruim de helft doet dat ten minste een uur per week.

Het zitgedrag van Turkse jongeren is ongunstiger dan dat van Nederlandse jongeren. Van de Nederlandse jongeren besteedt 43% maximaal 14 uur per week in de vrije tijd achter een beeldscherm versus een derde van de Turkse jongeren (zie figuur 3).

Collega's zien

- ... dat Turkse gezinnen graag televisieseries kijken. Dan blijft minder tijd over om te sporten.
- ... Ouders stimuleren hun dochters minder om te gaan sporten dan hun zoons.
- ... Gezamenlijke kleedruimtes verminderen de toegankelijkheid van sporten bij een vereniging.



* Kinderen van 0-12 jaar (Kindermonitor, 2013)

** Jongeren uit klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs (E-MOVO, 2011)

Figuur 3 Beweeg- en zitgedrag van Turkse en Nederlandse jeugd

Gedrag hangt samen met sociaaleconomische status

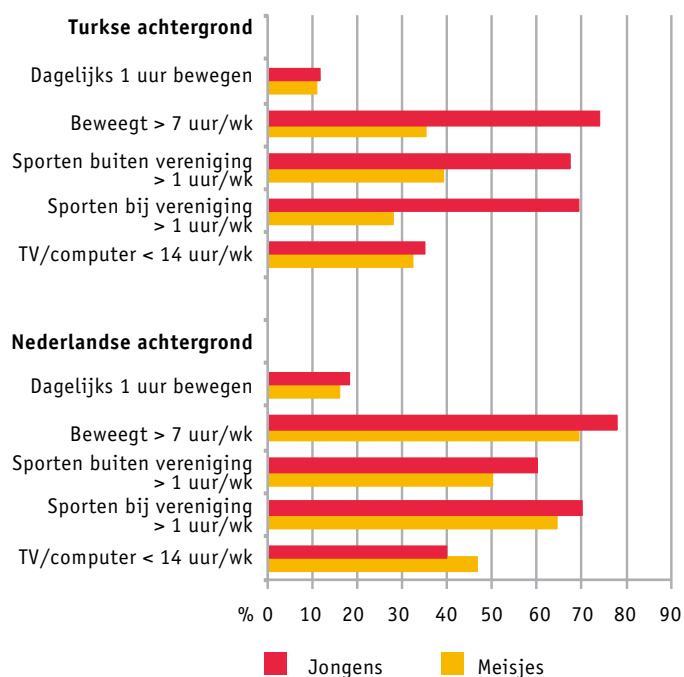
Resultaten van de Kindermonitor laten zien, dat het gedrag van Nederlandse kinderen in het algemeen gezonder is naarmate zij opgroeien in een gezin met een hogere sociaaleconomische status (SES). Dit geldt voor het krijgen van borstvoeding, ontbijtgedrag, de consumptie van groente en fruit, de consumptie van zoete drankjes, bewegen, sporten bij een vereniging en de tijd die zij besteden aan tv-kijken of computeren¹¹. Het gemiddelde opleidingsniveau van de ouders is daarbij gebruikt als indicator voor SES⁴.

Weinig Turkse kinderen groeien op in een gezin met een hoge SES. De vraag rijst dan of verschillen in gedrag tussen Turkse en Nederlandse kinderen worden veroorzaakt door hun verschil in SES. Dat blijkt zo te zijn bij sporten bij een sportvereniging en de tijd die kinderen besteden aan tv kijken / computeren. Binnen eenzelfde SES-klasse is het aandeel Turkse en Nederlandse kinderen dat bij een sportvereniging sport of dat veel zitgedrag vertoont ongeveer even groot.

Daarentegen zijn het ontbijtgedrag en de groenteconsumptie van Turkse kinderen binnen eenzelfde SES-klasse nog steeds ongunstiger dan die van Nederlandse kinderen. Ook is de consumptie van zoete drankjes binnen eenzelfde SES-klasse nog steeds gunstiger bij Turkse dan bij Nederlandse kinderen.

De lagere sociaaleconomische status van veel Turkse kinderen is dus niet de enige verklaring voor hun ongezondere gedrag. Hun cultuur zal ook een rol spelen.

In figuur 4 is af te lezen dat bij Turkse jongeren een groot verschil in beweeggedrag is tussen jongens en meisjes. Turkse meisjes bewegen aanmerkelijk minder dan Turkse jongens. Bij Nederlandse jongeren zijn de verschillen veel kleiner. Het aandeel dat dagelijks een uur beweegt en dat wekelijks minder dan 14 uur besteedt aan tv kijken of computeren verschilt niet tussen Turkse jongens en meisjes.



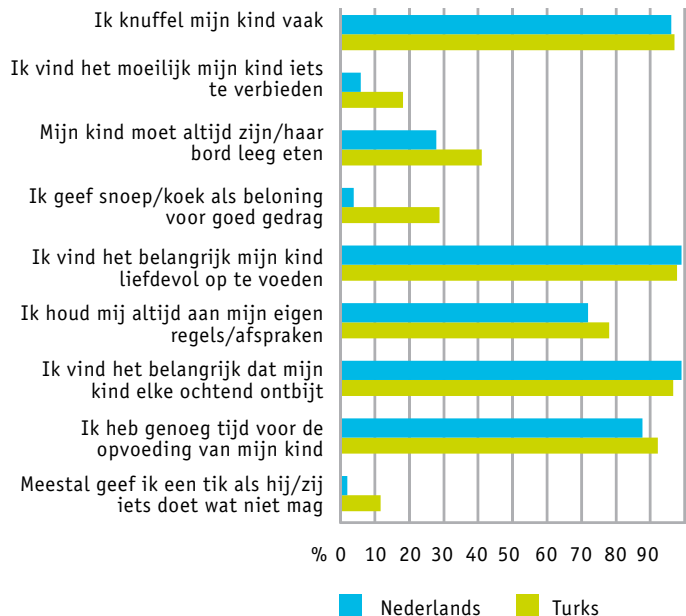
Figuur 4 Beweeg- en zitgedrag van Turkse en Nederlandse jongens en meisjes uit klas 2 en 4 van het voortgezet onderwijs (E-MOVO, 2011)

OPVOEDSTIJL

Het gewicht van kinderen wordt beïnvloed door de opvoedstijl⁸, en opvoedstijl hangt samen met de culturele achtergrond.

De kindermonitor laat een aantal verschillen in opvoedstijl zien tussen ouders van Turkse en ouders van Nederlandse kinderen. Turkse ouders vinden het vaker moeilijk hun kind iets te verbieden (18% vs. 6%).

Daarnaast moeten Turkse kinderen vaker het bord leegeten (41% vs. 28%) en worden zij vaker beloond met snoep (29% vs. 4%) dan Nederlandse kinderen. Turkse ouders geven vaker dan Nederlandse ouders een tik (12% vs. 2%). Er zijn aanwijzingen dat een autoritaire opvoedstijl (tik geven) het risico op overgewicht verhoogt⁸.



Figuur 5 Opvoedstijl bij Turkse en Nederlandse kinderen 0-12 jaar (Kindermonitor, 2013)

GEZOND GEWICHT IN ELKE GEMEENTE

Gemeenten willen gezond eten en meer bewegen aantrekkelijker maken. Daarom doen veel gemeenten mee met de JOGG-aanpak (Jongeren Op Gezond Gewicht) of met 'Achterhoek in beweging: gezonde jeugd'. Deze programma's vergroten kennis en vaardigheden van kinderen en hun ouders. Succes hangt af van een duidelijke gezondheidsboodschap en goed voorbeeldgedrag van volwassenen. Ook de omgeving van kinderen heeft invloed op hun gedrag. De school, sportkantine, supermarkt en de openbare ruimte kunnen gezond gedrag makkelijker maken. Gemeenten hebben daar invloed op door met die partijen in gesprek te gaan, afspraken te maken en onder voorwaarden activiteiten of voorzieningen te bekostigen. Gemeenten werken hierbij nauw samen met de GGD, de Gelderse Sport Federatie en CaransScoop.

Jeugdigen met overgewicht hebben, naast de aanpak voor iedereen, een specifieke aanpak nodig met persoonlijke begeleiding bij voeding, bewegen en opvoeding.

Voor (ouders van) Turkse kinderen met overgewicht heeft onze GGD Simpel Fit! ontwikkeld. Deze cursus, die in het Turks wordt uitgevoerd, heeft een goede beoordeling gekregen van het Centrum Gezond Leven.

Sunay Nuraydin, een van de ontwikkelaars die ook de cursus geeft, zegt daarover: 'Gunstig is dat oma's die oppassen, vaak meedoen. De cursus is ook bedoeld voor Turkse moeders die de Nederlandse taal minder beheersen. Daarnaast doen moeders mee die in Nederland geboren zijn en ook zij zeggen te leren van de cursus'.

In de gemeente Oude-IJsselstreek is een samenhangend sport- en zorgaanbod ontwikkeld voor zowel autochtone als allochtone jongeren die op gezond gewicht willen komen. Zie voor meer informatie de website www.letsgetfitmates.nl.

Bronnen

1. Murrin CM, Kelly GE, Tremblay RE, Kelleher CC. Body mass index and height over three generations: evidence from the lifeways cross-generational cohort study. *BMC Public health*, 2012.
2. Veldhuis L, Dooremal M, Kroeze W, Render CM, HiraSing RA, Raat H. Ethnic Background and Overweight among 5-Year-Old Children: The 'Be Active, Eat Right' Study. 2013.
3. CBS Statline, 2015.
4. Bos-Oude Groeniger I, Bakker HME, Vries M de. Gezondheid van kinderen in de regio Noord- en Oost-Gelderland. Resultaten van de kindermonitor 2013. Apeldoorn, GGD Noord- en Oost-Gelderland, 2014.
5. Hoeven-Mulder HB, Pieterse GC, Vries M de. Gezondheid en leefstijl van jongeren in de regio Gelre-IJssel. Resultaten van E-MOVO 2011. Apeldoorn: GGD Gelre-IJssel, 2012.
6. Schönbeck Y, Buuren S van. Factsheet Resultaten vijfde landelijke groeistudie. TNO, 2010.
7. Bakel AM, Zantinge EM. Overgewicht: Zijn er verschillen naar etniciteit? Bilthoven : RIVM, 2013.
8. Kist-van Holthe JE, Beltman M, Bulk-Bunschoten AMW, L'Hoir M, Kuijpers T, Pijpers F, Renders CM, Timmermans-Leenders RP, Blok DIJ, Veer van de M, HiraSing RA. JGZ richtlijn: Overgewicht preventie, signalering, interventie en verwijzing. Utrecht : Nederlands Centrum Jeugdgezondheid, 2012.
9. Ewalds D, Mooren van der F. Bevolkingstrends: Een op de vijf jongeren heeft ongezonde leefstijl. Den Haag: Centraal Bureau voor de Statistiek, 2011.
10. [www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/sport en bewegen/cijfers](http://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/sport-en-bewegen/cijfers), geraadpleegd december 2015.
11. <http://kvnog.nl/cijfers>

Tekst, figuren en tabellen

Mw. H.B. Hoeven-Mulder, epidemioloog
Mw. N. den Braver, stagiaire Wageningen Universiteit
Mw. C. de Rover, beleidsadviseur
Mw. M. van Tol-Van der Vleuten, functionaris
gezondheidsbevordering

Met dank aan

Mw. J. ter Beek, functionaris gezondheidsbevordering
Mw. S. de Jong, beleidsadviseur gemeente Winterswijk
Mw. M. van der Laan, stafarts jeugdgezondheidszorg
Mw. S. Nuraydin, medewerker gezondheidsbevordering niet-westerse allochtonen
Mw. F. Özin, jeugdarts

Vormgeving

www.isoelie.nl

Over gewicht bij Turkse en Nederlandse jeugd is een onderdeel van de Gezondheidsatlas van de regio Noord- en Oost-Gelderland, een uitgave van:
GGD Noord- en Oost-Gelderland
Kennis- en Expertisecentrum
Postbus 3
7200 AA Zutphen
T 088 443 30 00
E kec@ggdnog.nl

De Gezondheidsatlas is te downloaden via <http://kvnog.nl/factsheets>.

Overname van gegevens is toegestaan, mits voorzien van bronvermelding.

Jaar van uitgave: 2016



Noord- en Oost-Gelderland

