

Persbericht

Hoe gezond zijn kinderen van 0 tot 4 jaar in regio Kennemerland?

Haarlem, 2 juli 2019 – 86% van de 0 tot 4-jarige kinderen in regio Kennemerland eet dagelijks fruit en 61% eet dagelijks groente. Toch eet een minderheid van de kinderen elke dag *genoeg* groente en worden er nog vaak zoete drankjes gedronken. Dit en meer blijkt uit een deelonderzoek van de Kindermonitor 2018. GGD Kennemerland onderzocht daarmee voor het eerst de gezondheid, leefstijl en welzijn van alle 0 tot 4-jarigen in regio Kennemerland. De GGD werkte daarbij samen met JGZ Kennemerland. Ouders van ruim 4.400 kinderen tot 4 jaar deden mee met het onderzoek.

Voeding

Het overgrote deel (97%) van de 1 tot 4-jarigen in de regio Kennemerland ontbijt dagelijks. Het andere deel, naar schatting ongeveer 500 kinderen, ontbijt niet elke dag. Daarnaast drinkt 80% van de 0 tot 4-jarigen dagelijks water, eet 86% dagelijks fruit en eet 61% dagelijks groente. Toch is ook daar nog winst te behalen. Zo drinkt 61% van de kinderen één of meer keer per week zoete drankjes en eet 60% van de 1 tot 4-jarigen niet dagelijks de aanbevolen hoeveelheid groente. Naarmate kinderen ouder worden, drinken ze vaker zoete drankjes en eten ze minder vaak dagelijks groente.

Buiten spelen en beeldschermgebruik

73% van de 1 tot 4-jarigen speelt gemiddeld minstens een half uur per dag buiten. Toch geeft ruim de helft van de ouders aan dat er in de omgeving belemmeringen zijn om buiten te spelen. Een gebrek aan speelplekken in de buurt wordt het meest genoemd, gevolgd door teveel verkeer en gevaarlijk water. Ook beeldschermen zoals de tv en de tablet bieden concurrentie. 5% van de 0 tot 4-jarigen gebruikt gemiddeld meer dan 2 uur per dag een beeldscherm. Deze kinderen spelen minder vaak buiten. In totaal zit 48% van de 0 tot 4-jarigen gemiddeld meer dan een half uur per dag achter een beeldscherm.

Overgewicht

Op 2- en 3-jarige leeftijd heeft 8% van de kinderen overgewicht. Dit is berekend op basis van door ouders zelf ingevulde lengte en gewicht van het kind. In bijna 9 op de 10 gevallen zijn ouders zich niet bewust van het overgewicht van hun kind. Zij vinden zelf dat hun kind een normaal gewicht of zelfs ondergewicht heeft, terwijl het kind op basis van de door hen opgegeven lengte en gewicht te zwaar is.

Ondersteuning bij de opvoeding

Bij 9% van de kinderen hebben ouders behoefte aan deskundige hulp of advies bij de opvoeding. 6% krijgt al hulp, het andere deel nog niet. Zij hebben nog geen hulp gezocht, nog niet gevonden of staan op een wachtlijst. Ouders die de opvoeding (zeer) moeilijk vinden, krijgen vaker hulp of advies van professionals dan andere ouders. Ze krijgen echter niet vaker steun of hulp van familie of vrienden, bijvoorbeeld in de vorm van oppas of advies.

Armoede en gezondheid

Veel uitkomsten van het onderzoek zijn ongunstiger voor kinderen van wie de ouders moeilijk kunnen rondkomen. Deze kinderen hebben bijvoorbeeld vaker slaapproblemen, hebben vaker nog last van het meemaken van een ingrijpende gebeurtenis en wonen vaker in een huis waar wordt gerookt. Bij 8% van de kinderen hebben ouders moeite om rond te komen. Dit is zelfs 27% bij kinderen van wie beide ouders geen betaald werk hebben, 23% bij kinderen die niet bij beide ouders wonen en 18% bij kinderen van wie beide ouders laag zijn opgeleid.

Meer resultaten

De Kindermonitor bevat nog veel meer resultaten voor 0 tot 4-jarigen, bijvoorbeeld in hoeverre ze zindelijk zijn, hoeveel dagen per week ze naar de opvang gaan, en bij hoeveel kinderen er in huis wordt gerookt. Alle resultaten voor de 0 tot 4-jarigen zijn te vinden in de Gezondheidsatlas van GGD Kennemerland op www.gezondheidsatlaskennemerland.nl. Daar staan tevens de resultaten van de Kindermonitor voor de totale onderzoeksgroep 0 tot 12-jarigen. In 2018 vond de Kindermonitor voor de tweede keer plaats. De eerste keer, in 2014, deden alleen ouders van kinderen van 3 tot 12 jaar mee.

Vragen over de gezondheid of opvoeding van je kind?

De jeugdarts of -verpleegkundige denkt graag met je mee. Voor kinderen die in gemeente Haarlemmermeer wonen, kun je een afspraak maken met GGD Kennemerland Jeugdgezondheidszorg (023-7891777 of frontofficejgz@vrk.nl). Voor kinderen die elders in regio Kennemerland wonen, kun je contact opnemen met JGZ Kennemerland (088-9959595 of www.jgzkennemerland.nl/contact).

Noot voor de redactie

Voor meer informatie over dit bericht kunt u contact opnemen met afdeling Communicatie van GGD Kennemerland, Irene Karstens; 06-21489632, ikarstens@vrk.nl

De bijlagen zijn vrij te gebruiken bij berichtgeving in relatie tot dit persbericht:

1. Beeldmerk