

Naam presentator: Gabriëlle ten Velde

Titel abstract/symposium: 85% van de kinderen met overgewicht of obesitas voldoet niet aan de beweegnorm

Medeauteurs: 1. Guy Plasqui
2. Elke Dorenbos
3. Anita Vreugdenhil



TITEL – 85% van de kinderen met overgewicht of obesitas voldoet niet aan de beweegnorm

INLEIDING – Binnen internationale richtlijnen wordt 60 minuten matige tot intensieve beweging per dag voor kinderen geadviseerd. 52% van alle Nederlandse kinderen haalt deze beweegnorm niet. Verondersteld wordt dat de huidige kinderobesitas epidemie samenhangt met gebrek aan fysieke activiteit, echter ontbreken er gegevens over het objectieve beweeggedrag van kinderen in Nederland met overgewicht en (morbide) obesitas. Voldoende fysieke activiteit verlaagt de kans op chronische aandoeningen en verhoogt de kwaliteit van leven. Deze studie beoogde meer inzicht te krijgen in het beweeggedrag van Nederlandse kinderen met overgewicht en (morbide) obesitas.

METHODE – 160 kinderen met overgewicht en (morbide) obesitas (52.5% meisjes, 12.5 ±2.97 jaar, BMI z-score +3.10 ±0.70) die werden verwezen naar het Centre for Overweight Adolescents and Children's Healthcare (COACH, Maastricht UMC+) werden geïncludeerd. Bij aanvang van het leefstijlprogramma werd gewichtsclassificatie (overgewicht, obesitas en morbide obesitas) berekend. Objectief beweeggedrag in de eigen leefomgeving werd gedurende 7 dagen gemeten met de GT3X Actigraph accelerometer. Minimale draagtijd was gedefinieerd als 480 min/dag voor minimaal 4 dagen. Evenson afkappunten zijn gebruikt om fysieke activiteit te classificeren in lichte, matige en intensieve activiteit.

RESULTATEN – Kinderen met overgewicht en (morbide) obesitas bewogen gemiddeld 40±18 min/dag matig tot intensief. 607±138 min/dag bestond uit sedentair gedrag en 216±62 min/dag uit lichte fysieke activiteit. Meisjes bewogen significant minder matig tot intensief dan jongens (12±3min/dag, p<0,01). Ook zitten meisjes significant meer dan jongens (50±12 min/dag, p0.023). 15% van de kinderen voldeed aan de beweegnorm (26% van de jongens en 5% van de meisjes (p<0.01)). Er was geen significant verschil in matig tot intensieve fysieke activiteit tussen kinderen met overgewicht, obesitas en morbide obesitas.

CONCLUSIE – 85% van de kinderen met overgewicht en obesitas haalt de beweegnorm niet. Deze studie benadrukt het belang van bewegingsstimulering op matig tot intensieve fysieke activiteit voor kinderen met overgewicht en (morbide) obesitas, met name voor meisjes.