



ChechKid *onderzoek*

wicht (inclusief obesitas) hebben. Van alle kinderen die in 2012 aan CheckKid hebben meegedaan, heeft 7,4% een lage BMI en 82% een gezond gewicht. Van alle kinderen is 10,6% te zwaar.

	lage BMI	gezond gewicht	overgewicht/obesitas
Zwolle 2006 (N=4072)	8,2%	80,2%	11,7%
Zwolle 2009 (N=3026)	8,6%	79,3%	12,1%
Zwolle 2012 (N=5849)	7,4%	82,0%	10,6%

In de tabel worden de gegevens van CheckKid 2006, 2009 en 2012 gepresenteerd. Er moet hierbij rekening gehouden worden met het feit dat de onderzoekspopulaties van de drie CheckKid-metingen verschillen en dus niet zonder meer vergelijkbaar zijn. Het percentage deelnemende kinderen met een lage sociaal economische status (SES) was bijvoorbeeld in 2006 8,7%; in 2009 was dit 6,2% en in 2012 was dit 11,1%. Dit is van belang omdat respons vaak gerelateerd blijkt te zijn aan sociaaleconomische status (SES).

PREVALENTIES OVERGEWICHT EN OBESITAS NAAR WIJK

In onderstaande tabel worden de percentages overgewicht/obesitas naar wijk gepresenteerd. Ook hier dient rekening te worden gehouden met bovenstaande opmerking dat de drie CheckKid-metingen niet zonder meer vergelijkbaar zijn.

prevalenties overgewicht en obesitas naar wijk	Zwolle 2006 (N=4072)	Zwolle 2009 (N=3026)	Zwolle 2012 (N=5849)
Diezerpoort	17,0%	17,5%	16,0%
Stadshagen	10,5%	7,8%	9,5%
Holtenbroek	16,8%	18,0%	16,2%
Aalanden	16,3%	13,6%	13,6%
Zwolle Zuid	11,2%	11,0%	9,6%
Overig	10,0%	13,5%	10,2%

RESULTATEN CHECKID

Met de resultaten van CheckKid kunnen we programma's op maat ontwikkelen die bijdragen aan een gezonde leefstijl en een gezonde leefomgeving in wijken, op scholen of in gezinsverband in Zwolle. Daarnaast kunnen we, naar aanleiding van de uitkomsten, bestaande programma's verbeteren.

ONDERZOEK

Met CheckKid-gegevens uit 2006 en 2009 is de relatie tussen verandering in leefstijlgedragingen en verandering in BMI onderzocht (promotieonderzoek E. de Jong). Hieruit blijkt dat met name tv kijken en computeren en (behoud van) sportparticipatie en (behoud van) gezond ontbijten, maar ook voldoende slaap belangrijke aangrijpingspunten zijn om een gezonde leefstijl bij kinderen op de basisschool te bevorderen. Blijvende aandacht voor het bevorderen van een gezonde leefstijl bij kinderen vanuit verschillende settings zoals school, gezin en wijk is dus van groot belang.

CONTACT

Voor vragen, opmerkingen of meer informatie over deze gegevens, kunt u contact opnemen met Maaike Koning, Onderzoekscentrum Preventie Overgewicht Zwolle (OPOZ)/VU-Windesheim, m.koning@windesheim.nl of telefoonnummer 088-4696514. Meer informatie kunt u ook lezen op www.windesheim.nl/ CheckKid

ChechKid werd uitgevoerd door GGD IJsselland en het Onderzoekscentrum Preventie Overgewicht Zwolle van VU-Windesheim. CheckKid vindt iedere drie jaar plaats en is in 2006 gestart. In dat jaar deden ruim 5.000 kinderen mee aan het onderzoek. In 2009 waren dat ruim 4.000 kinderen op 37 basisscholen. In 2012 is het aantal deelnemende kinderen gegroeid naar ruim 9.600, afkomstig van 38 Zwolse basisscholen.



JONGEREN OP GEZOND GEWICHT

De gemeente Zwolle maakt gebruik van de Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG) methode, een geïntegreerde lokale en duurzame aanpak gericht op gedrag en omgeving om een gezond gewicht bij jongeren te bevorderen. De Zwolse beweging van JOGG heet Zwolle Gezonde Stad en iedereen in de stad of wijk wordt hierbij ingezet om gezond eten en voldoende bewegen voor kinderen en jongeren gemakkelijk en aantrekkelijk te maken. Denk hierbij niet alleen aan de gemeente en GGD IJsselland,

maar ook aan winkeliers, bedrijven, scholen, de sport- en beweegprofessionals van Sportservice Zwolle, welzijnsprofessionals van Travers Welzijn en onderzoekers van VU-Windesheim.

De resultaten van CheckKid leveren een belangrijke bijdrage om de activiteiten binnen de JOGG-aanpak nog beter te kunnen laten aansluiten bij lokale behoeften en wensen. Het doel is uiteindelijk om de stijging van overgewicht bij jongeren om te zetten in een daling. Voldoende bewegen en gezonder eten wordt de norm. De ambitie van JOGG is dat Nederland in 2020 de gezondste jeugd in Europa heeft.

JOGG is een initiatief van het Convenant Gezond Gewicht, waar Paul Rosenmöller de voorzitter van is.



Leefstijlonderzoek onder basisschoolleerlingen in Zwolle



ChecKid

ChecKid is een grootschalig leefstijlonderzoek onder basisschoolleerlingen in Zwolle. Het brengt (on)gezond gedrag, leefstijl en de leefomgeving van kinderen in Zwolle in kaart. ChecKid werd in 2012 voor de derde keer uitgevoerd, na eerdere onderzoeken in 2006 en 2009.

In deze factsheet vindt u een overzicht van de belangrijkste resultaten van het ChecKid onderzoek 2012. Verspreid over heel Zwolle hebben 38 basisscholen hun medewerking verleend aan het onderzoek. Van ruim 9.600 kinderen zijn lengte, gewicht en middelomtrek gemeten (93% van alle basisschoolkinderen in Zwolle) en 6.053 ouders hebben een ouder vragenlijst ingevuld. Ook is door 3.328 kinderen uit groep 6, 7 en 8 een vragenlijst ingevuld.

De gegevens van alle kinderen van wie zowel een lichamelijk meting als een ingevulde ouder vragenlijst van beschikbaar was, zijn meegenomen in de resultaten. Dit zijn in totaal 5.849 kinderen.

ACHTERGRONDKENMERKEN

Van deze 5.849 kinderen is 50,3% jongen en 49,7% meisje.

deelnemende jongens en meisjes		
jongen	2940	50,3%
meisje	2909	49,7%
totaal	5849	100,0%

De spreiding van kinderen over groep 1 tot en met 8 is gelijkmatig over de 38 deelnemende basisscholen aan ChecKid verdeeld, en de gemiddelde leeftijd is 8,0 jaar.

VRAGENLIJSTEN

61% van alle ouders met schoolgaande kinderen in Zwolle hebben een vragenlijst over het gedrag (eten en bewegen) en de leefomgeving van hun kinderen ingevuld. De belangrijkste uitkomsten worden hieronder weergegeven.

ONTBIJT, GROENTE EN FRUIT ETEN

Dagelijks ontbijten en elke dag groente en fruit eten zijn gedragingen die bijdragen aan een gezonde leefstijl.

Het is belangrijk om elke dag te ontbijten, zeker voor kinderen. Kinderen hebben de energie die een gezond ontbijt levert hard nodig: ze zijn immers in de groei.

Ook eten kinderen die niet ontbijten vaker later op de dag ongezonde tussendoortjes.

dagelijks groente eten per school-week	niet dagelijks minimaal 2 stuks fruit eten per schoolweek
97,0%	3,0%

Uit het ChecKid onderzoek 2012 blijkt dat 97,0% van de kinderen in Zwolle dagelijks ontbijt.

dagelijks groente eten per school-week	niet dagelijks groente eten per schoolweek
63,6%	36,4%

De meerderheid van de kinderen in Zwolle eet elke dag groente.

dagelijks minimaal 2 stuks fruit eten per school-week	niet dagelijks minimaal 2 stuks fruit eten per schoolweek
31,0%	69,0%

Het Voedingscentrum beveelt aan om elke dag 2 stuks fruit te eten. Slechts 31% van de kinderen in Zwolle eet elke dag 2 stuks fruit.

BEWEGEN EN SPORTEN

In ChecKid is het thema bewegen gemeten door te vragen naar buitenspelen en sporten. De aanbeveling voor kinderen is dat zij minstens 60 minuten per dag buitenspelen. Het gemiddeld aantal minuten buitenspelen in 2012 in Zwolle ligt daaronder: 51,5 minuten per dag.

meer dan een uur per dag buitenspelen	lid van 1 of meer sportverenigingen
31,0%	82,7%

In Zwolle speelt ruim twee derde van de kinderen minder dan de aanbevolen 60 minuten per dag buiten. Ruim 80% van de kinderen is daarentegen lid van tenminste 1 sportvereniging, waarbij de meeste kinderen aan zwemmen doen (25,5%) en/of aan voetbal (23,4%).

TELEVISIE EN (SPEL)COMPUTER

Inactiviteit heeft invloed op de energiebalans bij kinderen. Het aantal uren dat kinderen zittend doorbrengen is de laatste decennia enorm toegenomen. De aanbeveling is dan ook om televisie kijken en/of (spel)computers bij kinderen te beperken tot maximaal 2 uur per dag.

meer dan 2u per dag tv kijken	meer dan 2u per dag computeren	meer dan 2u per dag spelcomputeren	meer dan 2u per dag schermtijd
5,9%	0,9%	1,4%	38,1%

De meeste kinderen kijken niet meer dan 2 uur per dag televisie, en (spel)computers niet meer dan 2 uur. Wanneer de tijd doorgebracht voor de televisie of achter de (spel)computer bij elkaar wordt opgeteld zien we dat ruim 38% van de kinderen in Zwolle meer dan 2 uur per dag achter de televisie, computer en/of spelcomputer doorbrengt.

AANTAL TELEVISIES, COMPUTERS EN SPELCOMPUTERS PER HUISHOUDEN

In 2012 hebben bijna alle kinderen in Zwolle thuis tenminste 1 televisie (99,1%). Ook heeft bijna iedereen (99,8%) tenminste 1 computer, waarbij in meer dan de helft van de huishoudens meerdere computers aanwezig zijn (61,7%). In 44,1% van de huishoudens zijn 2 of meer spelcomputers aanwezig.

2 televisies	meer dan 2 televisies	2 computers	meer dan 2 computers	2 spelcomputers	meer dan 2 spelcomputers
45,0%	19,9%	34,6%	27,1%	21,0%	23,1%

SUIKERHOUDENDE DRANKEN

In 2012 wordt door 17,5% van de kinderen in Zwolle frisdrank (niet light) gedronken op schooldagen. Wel drinken bijna alle kinderen vruchtensap of limonade (91,4%). Het Voedingscentrum beveelt aan om niet meer dan 3 glazen suikerhoudende drank per dag te drinken.

meer dan 3 glazen suikerhoudende drank per schooldag	percentage kinderen dat water drinkt op tenminste 1 dag per schoolweek
32,7%	71,1%

Wanneer we kijken naar frisdrank, vruchtensap, diksap, limonadesiroop, drinkyoghurt en chocolademelk samen, drinkt 32,7% van de kinderen meer dan de aanbevolen hoeveelheid. Water drinken is een goed alternatief, maar het percentage kinderen dat water drinkt kan nog verder worden verbeterd: 28,9% van de kinderen drinkt nooit water op schooldagen.

SCHOOL EN DE LEEFOMGEVING

fietsend	lopend	achterop/buggy	auto/bus
59,2%	20,9%	9,2%	10,2%

De meerderheid van de kinderen fietst of loopt zelf naar school (80,1%). Een klein deel (9,2%) – met name kinderen uit groep 1 en 2 – wordt achterop de fiets of in de buggy naar school gebracht.

verkeerssituatie rondom school is niet veilig	route naar school is niet veilig
53,0%	50,1%

Van alle ouders die mee hebben gedaan aan het ChecKid onderzoek vindt ongeveer de helft de verkeerssituatie rondom school en de route naar school veilig.

LEEFOMGEVING

In de vragenlijst werd gevraagd een rapportcijfer te geven over hoe tevreden men is met het wonen en leven in de wijk. Het gemiddelde rapportcijfer in Zwolle is een 7,9.

wel tevreden over aanwezigheid openbare ruimte en groenvoorziening	wel tevreden over verkeersveiligheid in de wijk
68,3%	36,9%

De meeste ouders zijn tevreden over de openbare ruimte en groenvoorziening in hun wijk (68,3%) en 36,9% is tevreden over de verkeersveiligheid in de wijk.

er zijn voldoende speelplekken in de buurt	vindt het onveilig voor kind om in de buurt te spelen
71,4%	9,5%

Bijna drie kwart van de ouders geeft aan dat er voldoende speelplekken in de buurt zijn, en de meerderheid vindt het veilig voor hun kind om in de buurt te spelen (90,5%).

BMI

Op basis van lengte en gewicht van de kinderen is hun Body Mass Index (BMI) berekend. Op basis van BMI, leeftijd en geslacht kan bepaald worden of kinderen een lage BMI, een gezond gewicht of overgewicht hebben.