

Waar gaat deze infokaart over?

Overgewicht is één van de belangrijkste gezondheidsproblemen van het moment. De prevalentie van overgewicht en ernstig overgewicht (obesitas) is de laatste jaren wereldwijd snel toegenomen. Ook in Nederland is dit het geval. Bovendien blijkt de mate van overgewicht sterk toe te nemen [1]. Overgewicht is het gevolg van een verstoorde energiebalans: meer energie tot je nemen dan je gebruikt. Kortom: te veel eten en te weinig bewegen. Een gezond voedings- en bewegingspatroon is niet alleen belangrijk voor de preventie en bestrijding van overgewicht, maar ook van belang voor andere aspecten van de gezondheid. Overgewicht (vooral ernstig overgewicht) hangt samen met hart- en vaatziekten, suikerziekte, verschillende vormen van kanker en aandoeningen aan het bewegingsapparaat (zoals artrose) en de ademhalingsorganen. Overgewicht hangt bovendien samen met lichamelijke beperkingen en een slechtere kwaliteit van leven [2].

In deze infokaart worden verschillende aspecten van overgewicht van de volwassen bevolking in Brabant en de Oosterschelderegio (Zeeland) behandeld.

Kerngegevens

- Bijna de helft (46%) van de volwassenen heeft overgewicht; één op de negen heeft zelfs ernstig overgewicht (11%).
- Overgewicht neemt toe met de leeftijd. Op 19-24-jarige leeftijd heeft ongeveer een vijfde overgewicht, op 55-64-jarige leeftijd is dit gestegen naar 51% bij vrouwen en 67% bij mannen. Van de 55-64 jarige mannen en vrouwen heeft 15% ernstig overgewicht.
- Overgewicht hangt duidelijk samen met de sociaal economische status (SES). Van de hoog opgeleiden heeft 39% overgewicht, bij de laag opgeleiden is dit maar liefst 60%. Een vijfde van de laag opgeleiden heeft ernstig overgewicht (obesitas).
- Van de volwassenen met ernstig overgewicht heeft 24% hoge bloeddruk, 16% artrose, 11% astma/COPD en 9% diabetes.
- Een kwart van de mensen met ernstig overgewicht ervaart de gezondheid als niet goed, eveneens bijna een kwart voelt zich psychisch ongezond.
- Ruim zes op de tien volwassenen met ernstig overgewicht sport minder dan één keer per week.
- Twee procent van de volwassenen heeft een te laag gewicht. Ook dit brengt gezondheidsrisico's met zich mee.

Bijna de helft van de Brabanders is te zwaar

Van de volwassenen in de GGD-regio's heeft bijna de helft (46%) overgewicht (inclusief ernstig overgewicht). Eén op de

negen volwassenen (11%) heeft zelfs ernstig overgewicht. Deze cijfers zijn vergelijkbaar met landelijke cijfers [3]. Het percentage volwassenen met overgewicht varieert van 42% in de GGD-regio Eindhoven tot 47% in de GGD-regio's West-Brabant en Zuidoost-Brabant. Het percentage volwassenen met ernstig overgewicht is in alle regio's vergelijkbaar (zie tabel 1).

Tabel 1. Percentage volwassenen met overgewicht en ondergewicht per GGD-regio

Regio	Overgewicht (inclusief ernstig overgewicht) %	Ernstig overgewicht (obesitas)	Ondergewicht
Eindhoven	42	10	2
Hart voor Brabant	46	11	2
West-Brabant	47	11	2
Zuidoost-Brabant	47	11	1
Oosterschelde regio (Zeeland)	46	10	1

Overgewicht

Om de mate van overgewicht te bepalen wordt de zogenaamde Body Mass Index, afgekort BMI, gebruikt. De BMI is gedefinieerd als het lichaamsgewicht (in kg) gedeeld door het kwadraat van de lichaamslengte (in m). Op basis van de BMI-waarde, worden de volgende groepen gevormd:

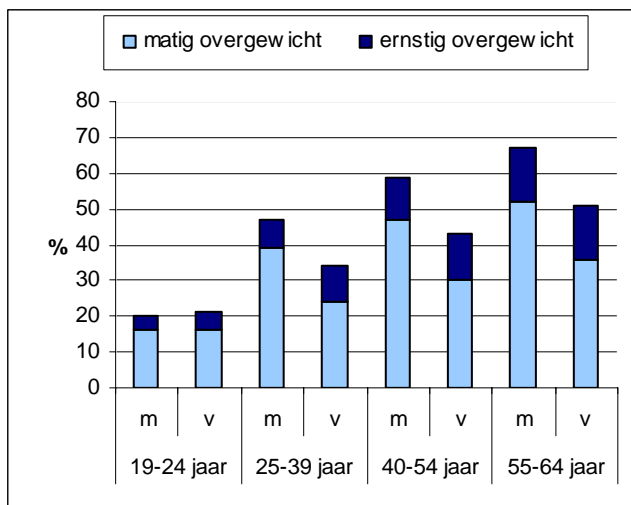
1. ondergewicht: BMI lager dan 18,5
2. gezond gewicht: BMI 18,5 tot 25
3. overgewicht: BMI 25 of hoger
 matig overgewicht: BMI 25 tot 30
 ernstig overgewicht (obesitas): BMI 30 of hoger

De cijfers over overgewicht in deze infokaart zijn gebaseerd op zelfgerapporteerde lengte- en gewichtgegevens. Het is bekend dat dit kan leiden tot een onderschatting; het daadwerkelijke percentage (ernstig) overgewicht zal waarschijnlijk nog hoger zijn.

Toename in overgewicht bij ouder worden

Overgewicht (inclusief ernstig overgewicht) neemt toe met de leeftijd; op 19-24-jarige leeftijd heeft ongeveer een vijfde overgewicht, op 55-64-jarige leeftijd is dit ruim de helft (zie figuur 1). Mannen hebben vanaf ongeveer het vijfentwintigste jaar vaker overgewicht dan vrouwen. Daarentegen komt ernstig overgewicht (obesitas) op jonge leeftijd juist wat vaker voor bij vrouwen. Op latere leeftijd komt ernstig overgewicht net zo vaak voor bij mannen als bij vrouwen. Van de 55-64 jarige

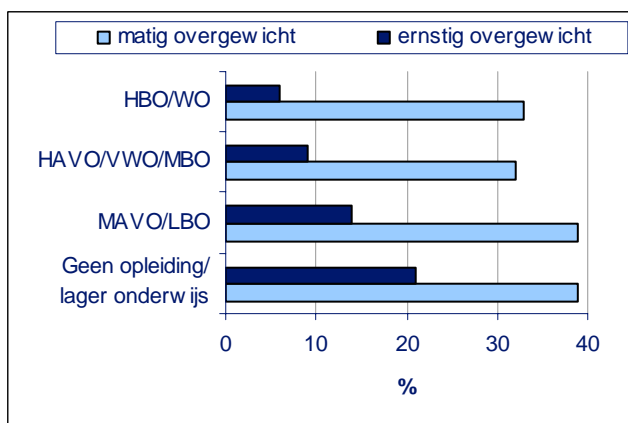
mannen en vrouwen heeft 15% ernstig overgewicht.



Figuur 1. Percentage volwassenen met overgewicht naar leeftijd en geslacht (m = man, v = vrouw)

Meer ernstig overgewicht onder laag opgeleiden

Overgewicht hangt ook duidelijk samen met de sociaal economische status (SES). Onder de hoog opgeleiden heeft 33% matig en 6% ernstig overgewicht, bij de laag opgeleiden heeft 39% matig overgewicht en 21% ernstig overgewicht (zie figuur 2). Ook als we kijken naar inkomen, zien we dat mensen die grote moeite hebben met rondkomen vaker overgewicht (52%) en ernstig overgewicht (20%) hebben dan mensen die hier geen moeite mee hebben (overgewicht 42%, ernstig overgewicht 8%).



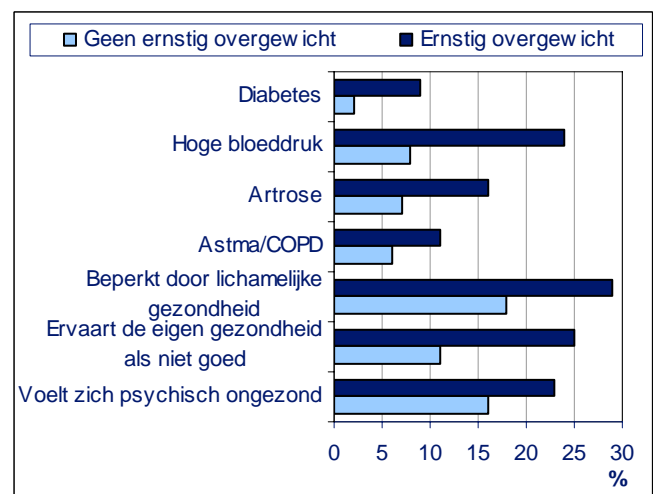
Figuur 2. Percentage volwassenen met overgewicht naar opleiding

Verder blijkt dat mensen met een uitkering of arbeidsongeschikten vaker ernstig overgewicht hebben dan mensen met een fulltime baan. Daarentegen hebben parttimers en studenten minder vaak (ernstig) overgewicht dan mensen met een fulltime baan. Dit geldt ook voor ongehuwden of gescheiden

mensen in vergelijking met gehuwden.

Ernstig overgewicht levert gezondheidsrisico's op

Van de volwassenen in de GGD-regio's met ernstig overgewicht heeft 24% hoge bloeddruk en 16% artrose. Bij de rest van de volwassenen komen deze aandoeningen minder vaak voor. Dit geldt ook voor diabetes en astma/COPD. Daarnaast is 29% van de volwassenen met ernstig overgewicht beperkt in het dagelijks functioneren door hun lichamelijke gezondheid en voelt een kwart zich lichamelijk of psychisch ongezond. Deze percentages zijn ook lager bij de rest van de volwassenen (zie figuur 3).



Figuur 3. Gezondheid bij volwassenen met en zonder ernstig overgewicht

Mensen met ernstig overgewicht sporten te weinig

Van de volwassenen in de GGD-regio's met ernstig overgewicht voldoet 46% niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (minstens vijf dagen per week een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit) en sport 62% minder dan één keer per week. Dit is hoger dan bij de volwassenen zonder ernstig overgewicht waarvan 39% niet voldoet aan de norm en 48% minder dan één keer per week sport.

Ook ondergewicht levert gezondheidsrisico's op

Naast overgewicht, kan ook een te laag gewicht risico's voor de gezondheid met zich meebrengen. De conditie kan achteruit gaan en iemand kan zich sneller lusteloos en moe voelen. Ook neemt waarschijnlijk de kans op botbreuken toe. Ondergewicht is een ernstige risicofactor voor osteoporose (botontkalking) [4].

Van de volwassenen in de GGD-regio's heeft 2% te maken met ondergewicht. Het komt het vaakst voor bij 19 tot 25-jarigen (5%) en neemt af met de leeftijd. Ook komt het vaker voor bij vrouwen (3%) dan bij mannen (1%). Ongehuwde of gescheiden mensen en weduwen/weduwnaars hebben vaker

ondergewicht dan gehuwden. In sterk stedelijke gebieden komt ondergewicht ook vaker voor (3%) dan in niet of matig stedelijke gebieden (1%). Er blijkt geen relatie te zijn tussen ondergewicht en sociaaleconomische status (zowel opleiding als inkomen).

Oosterschelderegio

In de Oosterschelderegio heeft 46% van de volwassenen overgewicht en 10% ernstig overgewicht. Het percentage volwassen met ondergewicht bedraagt in de Oosterschelderegio 1,5%. Deze cijfers zijn vergelijkbaar met landelijke cijfers [3]. Opvallende verschillen tussen de Zeeuwse gemeenten zijn:

Borsele

Inwoners van Borsele scoren bij de onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Goes

Ondergewicht komt het meest voor in Goes (2,3%). Inwoners van Goes scoren bij de overige onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Kapele

Inwoners van Kapelle scoren bij de onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Reimerswaal

Inwoners van Reimerswaal scoren bij de onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Tholen

Inwoners van Tholen scoren bij de onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Schouwen-Duiveland

Inwoners van Schouwen-Duiveland scoren bij de onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Noord-Beveland

Overgewicht komt het meest voor in Noord-Beveland (52%). Inwoners van Noord-Beveland scoren bij de overige onderwerpen onder of rond het gemiddelde van de Oosterschelderegio.

Hoe komt de GGD aan deze informatie?

De gegevens in deze infokaart zijn afkomstig uit de Volwassenenmonitor 2005 van de GGD'en van Brabant en Zeeland. Het onderzoek is uitgevoerd in de GGD-regio's West-Brabant, Hart voor Brabant, Eindhoven, Zuidoost-Brabant en Oosterschelde (zie figuur 4). In 2005 hebben bijna 44.000 19- t/m 64-jarigen in Brabant en Zeeland een vragenlijst ingevuld.

Waar in deze infokaart risicogroepen worden beschreven is steeds gekeken naar geslacht, leeftijd, etniciteit, burgerlijke

staat, huishoudsamenstelling, opleiding, werksituatie, kunnen rondkomen, mate van verstedelijking en GGD-regio.



Bron: www.gezondheidsatlas.nl

Figuur 4. GGD-regio's Zeeland en Brabant

Meer informatie?

Voor meer resultaten uit de Volwassenenmonitor gaat u naar www.ggdgezondheidsatlas.nl. Op deze website vindt u meer cijfers. Daar vindt u tevens een link naar de andere infokaarten die over de 19- t/m 64-jarigen in Brabant en Zeeland zijn geschreven: kwaliteit van leven, ziekten en letsels, voeding en beweging, roken, alcohol en middelengebruik, milieu en woon-omgeving, sociale veiligheid en geweld, sociale omgeving, curatieve zorg en verpleging en verzorging. Deze informatie is met name bedoeld voor de gemeente bij het onderbouwen van gezondheidsbeleid. De GGD Zeeland kan gemeenten ondersteunen bij het ontwikkelen, uitvoeren en evalueren van gezondheidsbeleid.

Bronnen

- 1 Visscher TLS (RIVM), Seidell JC (RIVM). Neemt het aantal mensen met overgewicht toe of af? In: Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM, <<http://www.nationaalkompas.nl>> Gezondheidsdeterminanten\ Persoonsgebonden\ Lichaamsgewicht, 16 juni 2006.
- 2 Bon-Martens MJH, Eck ECM van, Hogendoorn SM, Hoogen PCW van den, Oers JAM van (eindredactie). Gezondheid telt! In Hart voor Brabant, Regionale Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2006. 's-Hertogenbosch, GGD Hart voor Brabant, 2006.
- 3 Seidell JC (RIVM), Visscher TLS (RIVM). Hoeveel mensen hebben overgewicht? In: Volksgezondheid Toekomst Verkenning, Nationaal Kompas Volksgezondheid. Bilthoven: RIVM, <<http://www.nationaalkompas.nl>> Gezondheidsdeterminanten\ Persoonsgebonden\ Lichaamsgewicht, 16 juni 2006.
- 4 <http://www.voedingscentrum.nl/voedingscentrum/Public/Dynamisch/gewicht+en+dieet/ondergewicht/ondergewicht.htm>

Colofon

Auteurs: Gemma Smulders, Carla Enthoven
 GGD Hart voor Brabant, afdeling Gezondheidsbevordering
 Arnold Bergstra, GGD Zeeland, afdeling Beleidsadvisering en –Ondersteuning.
www.ggdzeeland.nl; www.ggdgezondheidsatlas.nl;
 © GGD Zeeland, Goes, mei 2007.