

Waar gaat deze infokaart over?

Overgewicht is één van de belangrijkste gezondheidsproblemen van dit 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 Zuidoost-Brabant (exclusief Eindhoven) behandeld.

Kerngegevens

- Bijna de helft (47%) van de volwassenen in Zuidoost-Brabant 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 kwart overgewicht, op 55-64-jarige leeftijd is dit gestegen naar 53% bij vrouwen en 67% bij mannen. Van de 55-64 jarigen heeft 14% van de mannen en 15% van de vrouwen ernstig overgewicht.
- Overgewicht hangt samen met de sociaal economische status (SES). Laag opgeleiden hebben vaker matig overgewicht en ernstig overgewicht dan hoog opgeleiden.
- Van de volwassenen in Zuidoost-Brabant met ernstig overgewicht heeft 24% hoge bloeddruk, 14% artrose, 10% astma/COPD en 7% diabetes.
- Twintig procent van de mensen met ernstig overgewicht ervaart de gezondheid als niet goed en 21% voelt zich psychisch ongezond.
- Ruim de helft van de volwassenen in Zuidoost-Brabant met ernstig overgewicht sport minder dan één keer per week.
- Eén procent van de volwassenen heeft een te laag gewicht. Ook dit brengt gezondheidsrisico's met zich mee.

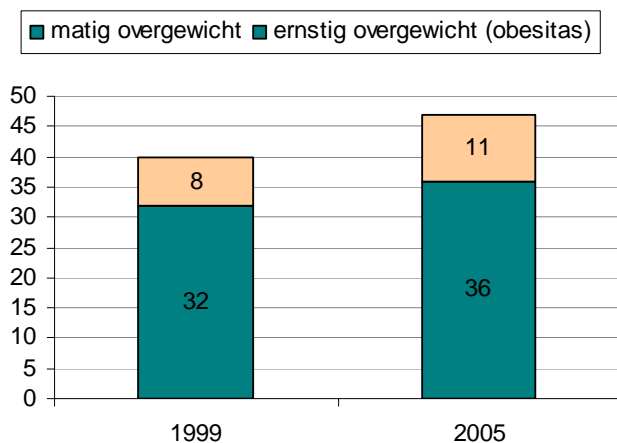
Bijna de helft van de volwassenen in Zuidoost-Brabant is te zwaar

Van de volwassenen in Zuidoost-Brabant heeft bijna de helft (47%) overgewicht (inclusief ernstig overgewicht). Eén op de negen volwassenen (11%) heeft zelfs ernstig overgewicht ofwel obesitas. Deze cijfers zijn vergelijkbaar met landelijke cijfers [3]. In tabel 1 is te zien hoe de percentages voor zowel overgewicht als ernstig overgewicht in de verschillende gemeenten in de GGD-regio Zuidoost-Brabant verdeeld zijn. Het percentage overgewicht varieert in Zuidoost-Brabant van 42% in Someren tot 49% in Reusel-de Mierden, Geldrop-Mierlo en Laarbeek. Het percentage ernstig overgewicht varieert van 7% in Waalre en Nuenen tot 13% in Reusel-de Mierden, Bergeijk, en Son en Breugel.

Tabel 1. Overgewicht en ernstig overgewicht per gemeente (%).

| | Overgewicht (inclusief obesitas) | Ernstig overgewicht |
|-------------------|----------------------------------|---------------------|
| Reusel-de Mierden | 49 | 13 |
| Geldrop-Mierlo | 49 | 12 |
| Laarbeek | 49 | 11 |
| Bergeijk | 48 | 13 |
| Cranendonck | 48 | 11 |
| Eersel | 48 | 11 |
| Oirschot | 48 | 10 |
| Deurne | 47 | 11 |
| Helmond | 47 | 11 |
| Regio ZOB | 47 | 11 |
| Veldhoven | 47 | 11 |
| Valkenswaard | 47 | 10 |
| Son en Breugel | 46 | 13 |
| Gemert-Bakel | 46 | 10 |
| Best | 45 | 12 |
| Bladel | 45 | 8 |
| Asten | 45 | 8 |
| Waalre | 45 | 7 |
| Heeze-Leende | 44 | 9 |
| Nuenen | 43 | 7 |
| Someren | 42 | 11 |

Het aantal volwassenen in Zuidoost-Brabant met overgewicht en ernstig overgewicht is de afgelopen jaren toegenomen. In 1999 had 32% van de volwassenen matig overgewicht en 8% ernstig overgewicht [4] (zie figuur 1). Begin jaren '90 lagen deze percentages nog lager (matig overgewicht 27% tot 29%; ernstig overgewicht 4% tot 5%) [4].



Figuur 1. Percentage volwassenen met overgewicht (%) ten opzichte van 1999.

In Noord-Brabant heeft 46% van de volwassenen overgewicht (inclusief obesitas) en 11% heeft ernstig overgewicht. Het percentage overgewicht varieert in Noord-Brabant 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.

Gewicht (toegelicht)

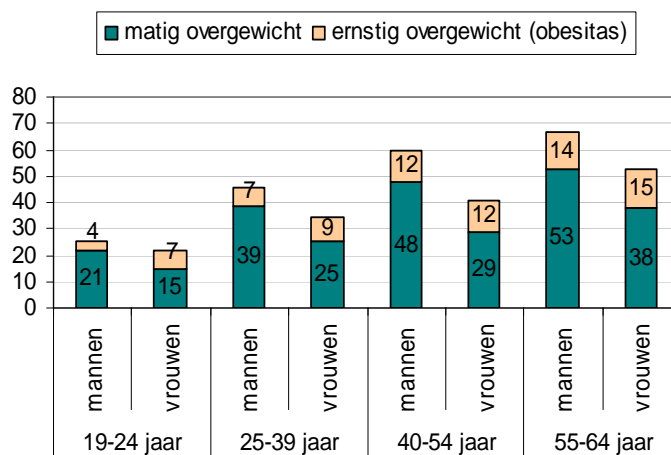
Om de mate van overgewicht te bepalen wordt de zogenaamde *Body Mass Index*, afgekort *BMI*, gebruikt. De *BMI* is gedefinieerd als het lichaamsgewicht (in kg) gedeeld door het kwadraat van de lichaamslengte (in m). Op basis van de *BMI*-waarde, worden de volgende groepen gevormd:

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. Er is bekend dat dit kan leiden tot een onderschatting; het daadwerkelijke percentage (ernstig) overgewicht zal waarschijnlijk dus nog wat hoger zijn dan hier gepresenteerd wordt.

Toename in overgewicht bij ouder worden

Overgewicht (inclusief ernstig overgewicht) neemt toe met de leeftijd; op 19-24-jarige leeftijd heeft ongeveer een kwart van de volwassenen in Zuidoost-Brabant overgewicht, op 55-64-jarige leeftijd is dit ruim de helft (zie figuur 2). Ernstig overgewicht neemt eveneens toe met de leeftijd. Mannen hebben vaker matig overgewicht dan vrouwen. Daarentegen komt obesitas bij mannen even vaak of minder vaak voor dan bij vrouwen. Van de volwassenen met overgewicht (inclusief obesitas) vindt 21% van de mannen en 8% van de vrouwen het eigen gewicht niet te hoog. Bij ernstig overgewicht schatten volwassenen hun eigen gewicht redelijk goed in, slechts 1% vindt zichzelf niet te zwaar en 99% vindt zichzelf een beetje tot veel te zwaar.



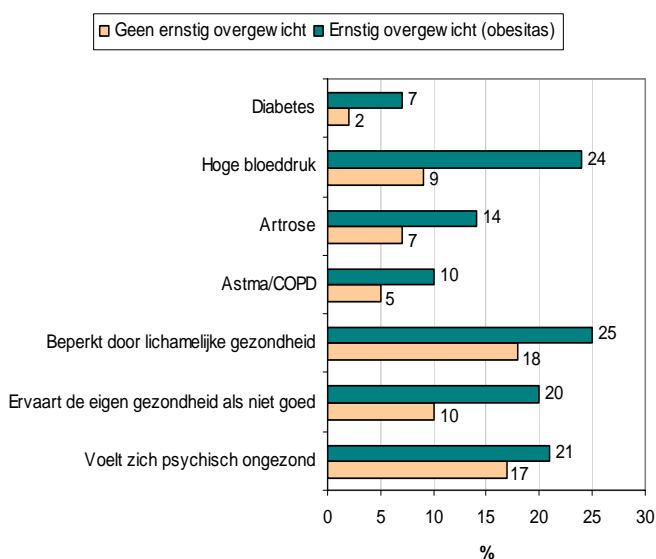
Figuur 2. Percentage volwassenen met overgewicht (%) naar leeftijd en geslacht.

Meer ernstig overgewicht onder laag opgeleiden

Overgewicht hangt ook samen met de sociaal economische status (SES). Laag opgeleiden hebben vaker matig overgewicht en ernstig overgewicht dan hoog opgeleiden. Ook als er gekeken wordt naar inkomen, valt op dat mensen die grote moeite hebben met rondkomen vaker overgewicht en ernstig overgewicht hebben dan mensen die hier geen moeite mee hebben. 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. Ongehuwden of gescheiden mensen hebben minder vaak overgewicht en ernstig overgewicht dan gehuwden mensen.

Ernstig overgewicht levert gezondheidsrisico's op

Van de volwassenen in Zuidoost-Brabant met ernstig overgewicht heeft 24% hoge bloeddruk en 14% artrose (zie figuur 3). Bij de rest van de volwassenen komen deze aandoeningen minder vaak voor (respectievelijk 9% en 7%). Dit geldt ook voor diabetes en astma/COPD. Daarnaast is 25% van de volwassenen met ernstig overgewicht beperkt in het dagelijks functioneren door hun lichamelijke gezondheid en ervaart 20% de eigen gezondheid als niet goed. Deze percentages zijn ook lager bij de rest van de volwassenen.



Figuur 3. Gezondheid bij volwassenen met en zonder ernstig overgewicht.

Mensen met ernstig overgewicht sporten te weinig

Van de volwassenen in Zuidoost-Brabant met ernstig overgewicht voldoet 37% niet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen (minstens vijf dagen per week een half uur matig intensieve lichamelijke activiteit). Dit is iets hoger dan bij volwassenen zonder ernstig overgewicht, waarvan 34% niet voldoet aan de norm. Wat opvallender is, is dat van de volwassenen met ernstig overgewicht 52% minder dan één keer per week sport. Dit is hoger dan bij de volwassenen zonder ernstig overgewicht waarvan 43% minder dan één keer per week sport. Volwassenen met matig overgewicht voldoen ongeveer even vaak aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen als volwassenen met een gezond gewicht, maar sporten relatief vaak minder dan één keer per week.

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) [5].

Van de volwassenen in Zuidoost-Brabant heeft 1% te maken met ondergewicht. Het komt het vaakst voor bij 19 tot 25-jarigen (4%) en neemt af met de leeftijd. Ook komt het vaker voor bij vrouwen dan bij mannen. Ongehuwde of gescheiden mensen en weduwen/weduwnaars hebben vaker ondergewicht dan gehuwden. In sterk stedelijke gebieden komt ondergewicht ook vaker voor dan in niet of matig stedelijke gebieden. Er blijkt geen relatie te zijn tussen ondergewicht en sociaal-economische status (zowel opleiding als inkomen).

Hoe komt de GGD aan deze informatie?

De gegevens in deze infokaart zijn afkomstig uit de Volwassenenmonitor 2005 van de GGD's 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. In Zuidoost-Brabant vulden ruim 9500 volwassenen de vragenlijst in.

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. De risicogroepen zijn bepaald aan de hand van logistische regressie uit de provincie Noord-Brabant en de Oosterschelde regio. De cijfers die genoemd worden, zijn regionale (Zuidoost-Brabantse) cijfers.



Bron: www.gezondheidsatlas.nl

Figuur 4. GGD-regio's Zeeland en Brabant.

Meer informatie?

Voor meer resultaten van 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 zijn geschreven: kwaliteit van leven; ziekten en letsels; voeding en bewegen; roken, alcohol en drugs; opvoeding; milieu en woonomgeving; sociale veiligheid en geweld; sociale omgeving; curatieve zorg; en (mantel)zorg.

Deze informatie is met name bedoeld voor de gemeente bij het onderbouwen van gezondheidsbeleid. De GGD Zuidoost- Brabant kan gemeenten bij het ontwikkelen, uitvoeren en evalueren van gezondheidsbeleid ondersteunen.

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. GGD Zuidoost-Brabant. Gezondheidspeiling 18 t/m 64 jarigen, 1998/1999/2000.
5. <http://www.voedingscentrum.nl/voedingscentrum/Public/Dynamisch/gewicht+en+dieet/ondergewicht/ondergewicht.htm>

Colofon

Auteurs: Evie Haest, Gemma Smulders, Carla Enthoven
GGD Zuidoost- Brabant, afdeling Onderzoek
www.ggdzob.nl en www.ggdgezondheidsatlas.nl
© GGD Zuidoost- Brabant, Helmond, April 2007.