

Cijfers over Overgewicht

Overgewicht is een overschrijding van het normale vetgehalte van het lichaam die de gezondheid kan beïnvloeden. Obesitas is een ernstige mate van overgewicht.

Body Mass Index

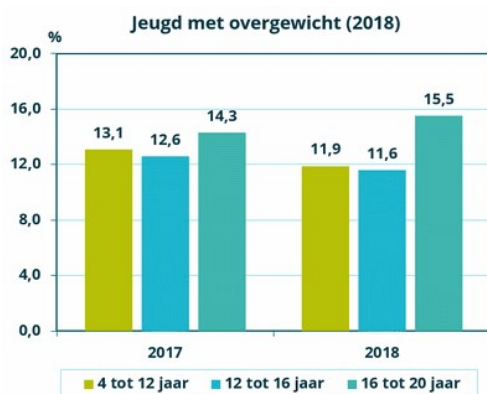
De internationaal gehanteerde 'Body Mass Index' (BMI) wordt zowel bij volwassenen als kinderen gebruikt om te bepalen of er sprake is van (ernstig) overgewicht. De BMI geeft de verhouding tussen lengte en gewicht van een persoon weer en wordt berekend door het gewicht van het lichaam (kilogram) te delen door het kwadraat van de lengte (in meter). Bijvoorbeeld: als iemand 1,73 meter lang is en 88 kilogram weegt, is de BMI: $88 \text{ kg} : (1,73 \times 1,73) = 29 \text{ kg/m}^2$. Voor volwassenen geldt dat er bij een BMI tussen de 25 en 30 sprake is van overgewicht. Over obesitas wordt gesproken bij een BMI hoger dan 30.

Voor kinderen gelden andere afkapwaarden voor overgewicht en obesitas. Kinderen zijn in de groei en daarom zijn lengte, gewicht en dus ook de BMI afhankelijk van de leeftijd. Er zijn voor de leeftijdscategorie 2 tot 19 jaar internationale afkapwaarden voor jongens en meisjes van de verschillende leeftijden vastgesteld. Zo ligt de grens voor overgewicht bij 5-jarigen op een BMI van 17,4 voor jongens en 17,2 voor meisjes. Voor 10-jarigen ligt die grens op een BMI van 19,8 voor jongens en 19,9 voor meisjes.

De BMI is op populatieniveau een goede voorspeller van verhoogd risico, maar zegt op individueel niveau onvoldoende over de werkelijke gezondheidstoestand. De BMI moet daarom altijd geïnterpreteerd worden door te kijken naar de lichaamssamenstelling, het vetpercentage en de vetverdeling.

Kerncijfers

Landelijk



In 2018 had bijna 11,9 procent van de 4- tot 12-jarigen en 11,6 procent van de 12- tot 16-jarigen overgewicht. In beide groepen was ten opzichte van 2017 sprake van een daling; toen ging het om respectievelijk 13,1 procent en 12,6 procent van de kinderen in de betreffende leeftijdsgroep.

Onder 16- tot 20-jarigen is echter sprake van een stijging van het aantal jongeren met overgewicht. In 2018 ging het om 15,5 procent. Een jaar eerder betrof het 14,3 procent van de jongeren in deze leeftijdsgroep.

Ook het percentage kinderen in de leeftijd van 4 tot 12 en 12 tot 16 jaar met ernstig overgewicht is licht gedaald. Ernstig overgewicht kwam in 2018 voor bij 3,4 procent van de 4- tot 12-jarigen en 1,6 procent van de 12- tot 16-jarigen. In 2017 ging het om respectievelijk 3,3 procent en 2,9 procent.

In de leeftijdsgroep 16 tot 20 jaar is een stijging te zien van het aantal jongeren dat kampt met ernstig overgewicht. In 2017

betraf het 1,8 procent van de jongeren. In 2018 was dit gestegen naar 2,3 procent van de 16- tot 20-jarigen. Deze gegevens zijn afkomstig uit de Gezondheidsenquête (Centraal Bureau voor de Statistiek, 2019).

Onderzoek onder scholieren

In het HBSC-onderzoek 2017 (Health Behavior in School-aged Children) is aan jongeren gevraagd of ze naar hun mening overgewicht hebben. 33,8 procent van de middelbare scholieren en 26,7 procent van de basisschoolleerlingen vond zichzelf te dik. Meisjes vonden zich vaker te dik dan jongens. Bij de meisjes in het voortgezet onderwijs ging het om 44,8 procent en bij jongens om 26,7 procent. In het basisonderwijs ging het om respectievelijk 31,3 procent en 22,1 procent. De verschillen tussen jongens en meisjes zijn significant.

Wanneer afgegaan werd op de BMI waren de percentages aanzienlijk lager en hadden jongens iets vaker last van overgewicht. Bij jongens in het voortgezet onderwijs ging het om 10,9 procent met overgewicht en bij meisjes om 8,3 procent. In het basisonderwijs waren de percentages vergelijkbaar, met 10,9 procent van de jongens en 8,6 procent van de meisjes (Stevens en anderen, 2018).

Laatst bewerkt: 29 maart 2019

Gebruikte onderzoeken en/of registraties

- Gezondheidsenquête
- [HBSC 2017 \(Health Behaviour in School-aged Children\)](#)

Gebruikte publicaties

[Centraal Bureau voor de Statistiek \(2019\). Jeugd met overgewicht.](#)

Stevens, G., van Dorsselaer, S., Boer, M. e.a. (2018). HBSC 2017. Gezondheid en welzijn van jongeren in Nederland. Utrecht: Universiteit Utrecht.
