

Rapport 13

Voedingspatroon en determinanten van sommige (on)gezonde voedingsgewoonten van Vlaamse peuters. Resultaten van de Vlaamse geboortecohorte JOnG!

Onderzoeker: Cécile Guérin¹, Mathieu Roelants¹, Nancy Devogelaer¹

Promotor: Karel Hoppenbrouwers¹

Co-promotor: Karla Van Leeuwen², Annemie Desoete³

¹ Dienst Jeugdgezondheidszorg, KU Leuven

² Onderzoekseenheid Gezins- en Orthopedagogiek, KU Leuven

³ Vakgroep Experimenteel-Klinische en Gezondheidspsychologie, UGent

Samenvatting

In dit rapport wordt verslag uitgebracht van het voedingspatroon en determinanten van sommige (on)gezonde voedingsgewoonten tijdens het tweede en derde levensjaar van een cohorte kinderen, geboren in 9 regio's van Kind en Gezin, verspreid over de verschillende Vlaamse provincies en het Brussels Gewest. De meeste gegevens in dit rapport zijn afkomstig van schriftelijke bevestigingen van ouders van kinderen die deelnemen aan de JOnG!-studie op het ogenblik dat hun kind ongeveer 12, 24 en 36 maanden oud was (volledige JOnG-cohorte: $N=3017$ deelnemers; respondenten op de vragenlijst 12 maanden: $n_1=1226$, vragenlijst 24 maanden: $n_2=1418$, vragenlijst 36 maanden: $n_3=1145$). JOnG! is een cohortonderzoek dat kadert in het meerjarenprogramma van het Steunpunt Welzijn, Volksgezondheid en Gezin (SWVG).

Waar het mogelijk en relevant is, worden deze gegevens getoetst aan de Vlaamse voedingsaanbevelingen voor kinderen van 1 tot 3 jaar, en aan elders gepubliceerde onderzoeksgegevens voor deze leeftijdsgroep. De analyse van eventuele determinanten van het voedingspatroon gebeurde via enkelvoudige en meervoudige regressie analyses, met als factoren het geslacht van het kind, de herkomst van de ouders, het hoogste opleidingsniveau van de ouders, het maandelijks gezinsinkomen en de leeftijd van de moeder bij de geboorte van het kind.

De studie JOnG! levert kencijfers over het voedingspatroon van jonge kinderen in Vlaanderen. In overeenstemming met de Vlaamse aanbevelingen krijgt 95.4% van de eenjarigen dagelijks een geschikte melkvoeding, en eet 80.3% van de eenjarigen elke dag fruit en 91.7% elke dag groenten. Gezonde voedingsgewoonten komen echter minder vaak voor bij de oudere leeftijdsgroepen, met een daling van deze prevalentiecijfers op de leeftijd van 2 en 3 jaar naar respectievelijk 66.9% en 61.8% voor wat de fruitconsumptie betreft, en naar 87.0% en 76.9% voor de dagelijkse groentenconsumptie. Parallel hiermee wordt een significante stijging vastgesteld van de proportie van kinderen die dagelijks fruit noch groenten eten, met name van 10.3% op de leeftijd van 2 jaar naar 18.6% bij 3-jarigen. Voor wat de minder gezonde voedingsgewoonten betreft, krijgt een niet onbelangrijke groep reeds dagelijks

kinderkoeken op de leeftijd van één jaar (28,6%), met een stijging van dit prevalentiecijfer naar respectievelijk 36.9% en 53.9% op de leeftijd van 2 en 3 jaar. De dagelijkse consumptie van gezoete dranken bedraagt 12.8% bij 1-jarigen, en stijgt naar respectievelijk 16.3% en 25.6% op de leeftijd van 2 en 3 jaar.

Uit de vergelijking met de gegevens uit een onderzoek van Kind en Gezin (Lenaers & Goffin, 2002) blijkt dat over een periode van 10 jaar op een aantal aspecten een positieve evolutie heeft plaatsgevonden, met een hogere prevalentie van de dagelijkse consumptie van adequate melkvoeding en fruit, en met een lagere prevalentie van dagelijkse consumptie van ongeschikte melkvoeding. Bij 2-jarigen is er ook een daling van de dagelijkse consumptie van koeken enerzijds, en van zoete dranken bij de warme maaltijd anderzijds.

Uit de JOnG!-cijfers blijkt dat zich reeds vanaf het eerste levensjaar voedingsfouten voordoen die reeds eerder bij Vlaamse kleuters werden vastgesteld (Huybrechts et al., 2008, Vereecken & Maes, 2010a), met name (1) een te lage gemiddelde dagelijkse inname van de meeste belangrijke categorieën voedingsmiddelen, met name ongezoete dranken, groenten en fruit en (2) een te hoge inname van energierijke en laagvoedzame voedingsmiddelen (zoals snacks en gesuikerde dranken), die in het kader van een gezonde voeding afgeraden worden.

Tot slot tonen de JOnG-resultaten aan dat er een duidelijke sociaal-demografische gradiënt is in het voedingspatroon van jonge kinderen. Voornaamste determinanten voor een voedingspatroon dat afwijkt van de leeftijdsspecifieke aanbevelingen zijn laag opleidingsniveau en niet-Belgische herkomst van ouder(s).

Algemene en voedingsspecifieke aanbevelingen worden geformuleerd.