
Management Summary

Titel	Rapportnummer
Kennis, houding en gedrag moeders van peuters tav groenten en fruit	PT 2007-96
Auteur	Projectnummer
Laura Willemsens	13035
Onderzoeksmethode	Telefoonnummer
Kwalitatief onderzoek (groepsdiscussies)	079-3470661
Trefwoorden	E-mail
Kinderen, groenten en fruit	l.willemsens@tuinbouw.nl

Doel:

Verkrijgen van inzicht in de kennis, houding en gedrag bij moeders van peuters t.a.v. groenten en fruit om te komen tot concrete handvatten voor voorlichting en mogelijke andere handreikingen die het Productschap Tuinbouw en AGF Promotie Nederland richting moeders kunnen doen om de groenten- en fruitconsumptie door peuters te stimuleren.

Opvoedstijl ouders van invloed op consumptie groenten en fruit door peuters

De consumptie van groenten en fruit bij peuters wordt vooral bepaald door de kennis, houding en gedrag van ouders met betrekking tot groenten en fruit. Uit onderzoek van het Productschap Tuinbouw blijkt dat de kennis over groenten en fruit van ouders van jonge kinderen tot 5 jaar over het algemeen aanwezig is, maar niet compleet.

De kennis van soorten groenten en fruit beperkt zich tot datgene wat men zelf gebruikt. Uit het onderzoek blijkt dat moeders die meer bewust met hun gezondheid bezig zijn, meer soorten groenten en fruit kennen en er meer mee variëren. Dit geldt ook voor allochtone moeders. De kennis over voedingswaarden is over het algemeen beperkt. Het overheersende idee is dat alle groenten gezond zijn en alle fruit vol vitamine zit. De kennis is bepalend voor de houding van de ouders. De houding van de ouder vertaalt zich niet één op één door in de consumptie van het kind, maar hangt er wel mee samen. Wanneer ouders van jongs af aan hun kinderen regelmatig laten proeven van uiteenlopende producten, zonder hierin dwingend te zijn, is de kans groot dat de kinderen zich ontwikkelen tot makkelijke eters.

De manier waarop ouders de kennis omzetten in gedrag wisselt, maar bij de meerderheid van de ouders is er sprake van compensatie en balans. Compensatie betekent dat de ouder ervan uitgaat dat het tekort aan het een kan worden opgevangen door een overschot aan het ander. Balans betekent dat ouders ervan uitgaan dat bijvoorbeeld een tekort aan fruit op de ene dag kan worden opgevangen door een overschot aan fruit op de volgende dag, zodat men aan het einde van de week goed uitkomt.

Belang van het onderzoek

Het onderzoek is uitgevoerd in opdracht van AGF Promotie Nederland. Aanleiding is de te lage groenten en fruitconsumptie bij vrouwen (en moeders) tussen de 19 en 30 jaar, waardoor zij moeilijk een voorbeeldrol kunnen vervullen voor hun kinderen. Een toenemend aantal jonge kinderen heeft last van overgewicht als gevolg van ongezonde voeding en te weinig beweging. De kindertijd is een belangrijke periode om een voorkeur voor gezonde gedragspatronen bij te brengen. Het blijkt dat ouders gebruik maken van uiteenlopende 'officiële' (zoals het consultatiebureau) en 'onofficiële' bronnen zoals vrienden, familie en fabrikanten om informatie te verkrijgen over de voeding voor hun kinderen. Ouders met een eerste kindje en hoger opgeleide ouders zoeken meer naar houvast en zekerheid dan ouders met meer kinderen en lager opgeleiden. Voor alle moeders geldt dat zij op zoek zijn naar praktische tips over gezonde voeding.

Het volledige rapport "kennis, houding, gedrag van moeders van peuters ten aanzien van groenten en fruit" ([PT2007-96](#)) is op te vragen bij John Claassen van het PT (J.Claassen@tuinbouw.nl), tel: 079 347 0633.