

Bevolking wordt steeds zwaarder

'Nederland de Maat Genomen'

Tekst: Tom van der Meer

Foto: EVMi

- **Overgewicht en obesitas zijn een toenemend probleem bij de Nederlandse bevolking. Vergeleken met tien tot vijftien jaar geleden is vooral de toename van de buikomvang opvallend. Ook is de gemiddelde bloeddruk hoger. Dat blijkt uit monitoringonderzoek van het RIVM.**

In Nederland is 60 procent van de mannen tussen 30 en 70 jaar te zwaar, met een BMI van 25 of meer. 47 Procent heeft matig overgewicht (BMI tussen 25 en 30) en bij 13 procent is sprake van obesitas (BMI van 30 of

meer). Dat blijkt uit het rapport Nederland de Maat Genomen van het RIVM (zie kader). Van de Nederlandse vrouwen in deze leeftijd heeft 44 procent een BMI van 25 of meer, 30 procent een BMI tussen 25 en 30, terwijl 14 procent obesitas heeft.

Abdominale obesitas, oftewel een grote buikomvang (buikomvang van 102 centimeter of meer), komt voor bij 27 procent van de mannen. Bij vrouwen (buikomvang van 88 centimeter of meer) ligt dit op 39 procent. Zowel bij mannen als bij vrouwen is de omtrek van de middel in de oudste leeftijdsgroep (60- tot 70-jarigen) tien centimeter groter dan in de jongste leeftijdsgroep (30- tot 39-jarigen). De aanwezigheid van overgewicht en abdominale obesitas neemt toe met de leeftijd. Wel worden de verschillen tussen mannen en vrouwen kleiner naarmate de leeftijd toeneemt. Zowel overgewicht als obesitas komt vaker voor naarmate de opleiding lager is. De aanwezigheid van abdominale obesitas is bij laag opgeleiden ongeveer anderhalf keer zo hoog als bij hoog opgeleiden.

Metabool syndroom

Bij 34 procent van de mannen en 24 procent van de vrouwen is sprake van meta-

bool syndroom. Dat betekent dat ze minimaal drie van de vijf risicofactoren hebben, namelijk abdominale obesitas, hoge bloeddruk, laag HDL-cholesterolgehalte, verhoogd glucose- en/of triglyceridengehalte (vet) in het bloed. Het metabool syndroom verhoogt het risico op het krijgen van diabetes type 2 en hart- en vaatziekten. Zo'n 80 procent van de mannen met obesitas en 64 procent van de vrouwen met obesitas heeft daadwerkelijk het metabool syndroom. Bij mannen en vrouwen met een normaal gewicht heeft slechts 12 procent, respectievelijk 8 procent dit. Diabetes komt voor bij 6 procent van de mannen en 5 procent van de vrouwen. Een kwart van de mensen bij wie diabetes werd vastgesteld, wist nog niet dat ze dit hadden. De aanwezigheid van diabetes ligt bij mensen met obesitas een factor vier hoger dan bij mensen met een normaal gewicht.

Bloeddruk hoger

Vergeleken met het MORGEN-project (zie kader) blijkt dat het aantal mensen met abdominale obesitas nu is toegenomen. Vooral bij vrouwen tussen 30 en 39 jaar nam abdominale obesitas toe met 11 procent tot 26 procent. De gemiddelde bloeddruk en de aanwezigheid van hypertensie lag bij dit NLdeMaat-project hoger, met name bij mannen. Het gemiddelde cholesterolgehalte is in de tien tot vijftien jaar niet veel veranderd. Wel is het gebruik van cholesterolverlagende medicijnen toegenomen, waardoor nu een iets geflatteerd beeld is ontstaan. ◀◀◀

NLdeMaat

Het rapport Nederland de Maat Genomen; Monitoring van risicofactoren in de algemene bevolking, 2009-2010, kortweg NLdeMaat, is eind januari door het RIVM gepresenteerd. Voor het onderzoek is een steekproef van 4500 personen uit de algemene bevolking onderzocht, tussen mei en december 2009 en tussen oktober en december 2010.

De respons was aanvankelijk bijna 30 procent en bij 18- tot 30-jarigen minder dan 20 procent. Na een intensievere rekrutering werd de respons onder 30- tot 70-jarigen ruim 45 procent. De respons nam toe met de leeftijd, lag hoger bij vrouwen en varieerde per gemeente. Non-respondenten waren vaak jonger, lager opgeleid, iets zwaarder en vaker roker. Omdat de respons onder 18- tot 30-jarigen te laag was, is deze groep niet meegenomen in de resultaten.

NLdeMaat is na het MORGEN-project (monitoring van risicofactoren en gezondheid in Nederland) dat tussen 1993 en 1997 werd gehouden, het meest recente grootschalige onderzoek naar risicofactoren onder de Nederlandse bevolking. Bij MORGEN werd gemeten voor de leeftijdsgroep 20 tot 60 jaar, zodat onderlinge vergelijkingen alleen mogelijk zijn voor de 30- tot 60-jarigen.