



Jongste krijgt meer tussendoortjes

Wat velen al vermoedden, is inmiddels wetenschappelijk onderbouwd: het jongste kind wordt meer verwend met ongezonde tussendoortjes, blijkt uit onderzoek van promovendus Femke Brouwer van Food Quality and Design.

‘Steeds meer kinderen kampen met overgewicht’, vertelt Brouwer. ‘Om ervoor te zorgen dat moeder gezonde keuzes maken voor hun kind is het belangrijk te achterhalen wat hen beweegt.’ Brouwer vroeg 136 Nederlandse moeders met kinderen tussen de 2 en 7 jaar oud wat ze hun kleintjes gaven en waarom.

‘Moeders zijn met hun eerste kind veel bewuster bezig’, zegt Brouwer: ‘Ze willen het goed doen. Ze volgen adviezen nauwgezet op en kopen producten die voor kinderen ontworpen zijn, zoals peuterkoekjes.’ Bij een tweede of derde kind zijn moeders relaxter. Brouwer: ‘Zoals een moeder zei: “Die anderen leven ook nog.” Daarnaast eet de jongste

vaak dezelfde tussendoortjes als het oudere kind. En met oudere kinderen in huis zijn er andere tussendoortjes in huis behalve rozijnendoosjes.’

Gedrag

Dit verschil in gedrag van de moeders ten opzichte van de jongste en oudere kinderen, verklaart mogelijk waarom het vaker het jongste kind is dat overgewicht heeft. Deze inzichten kunnen volgens Brouwer nuttig zijn voor overheden en gezondheidsinstanties om hen te helpen met het ontwikkelen van campagnes. En voor producenten bij het ontwikkelen van gezonde tussendoortjes. TL

‘Bij een tweede of derde kind zijn moeders relaxter’

Femke Brouwer, Food Quality and Design