

## Dikke kinderen onderschatten eigen gewicht

04/03/2015

**Een groot deel van de te dikke kinderen in Europa ziet zichzelf niet als te dik. Dat rapporteert het ENERGY-consortium in Public Health Nutrition (2015; epub 4 februari).**

### Onderzoeksopzet

Yannis Manios van de Harokopio Universiteit (Athene) en collega's lieten in 2010 op 199 scholen in 8 Europese landen zo'n 6000 kinderen (10-12 jaar) en hun ouders vragenlijsten invullen. De kinderen moesten onder andere antwoord geven op de vraag 'denk je dat je te dun of te dik bent?' en de ouders op de vraag 'wat vindt u van het gewicht van uw kind?' – op een vijfpuntsschaal van 'veel te dun/licht' tot 'veel te dik/zwaar'. De kinderen werden gewogen en gemeten. De respons was hoog, alleen in Nederland leverde minder dan de helft van de ouders de enquêtes in.

### 42% van de Nederlandse obese kinderen onderschat gewicht

Van de kinderen met overgewicht of obesitas onderschatte 43% het eigen gewicht – van 21% in België tot 56% in Griekenland (Nederland: 42%). Een kwart van de kinderen met een gezond gewicht onderschatte ook hun gewicht. Van de ouders met te zware kinderen onderschatte 28% het gewicht van hun kroost – van 20% in Zwitserland tot 36% in Noorwegen (Nederland: 29%). 14% van de ouders onderschatte het gewicht van hun kinderen met een normaal gewicht. Het gewicht van de kinderen werd – door de kinderen zelf en door hun ouders – vooral te laag ingeschat in Oost- en Zuid-Europa. Ouders met overgewicht en obese ouders, ouders van jongens, kinderen van te zware ouders, en kinderen van werkloze ouders schatten het gewicht vaker te laag in, vergeleken met hun respectievelijke tegenhangers. Hoe ouder de kinderen waren, hoe beter het schatten ging.

De onderzoekers schrijven dat te dikke kinderen en hun ouders eerst moeten beseffen dat hun gewicht te hoog is voordat zij de noodzaak tot veranderen kunnen ervaren.

Bron: [NtvG](#)