

FACTSHEET JGZ-RICHTLIJN OVERGEWICHT

Doel van de richtlijn

Adviezen voor preventie, signalering, interventie en verwijzing van kinderen met overgewicht in de Jeugdgezondheidszorg (JGZ).

Wat levert deze richtlijn op?

Preventie van overgewicht levert gezondheidswinst op.

Overgewicht en zeker obesitas kunnen tot ernstige gezondheidsproblemen leiden zoals psychosociale problemen (pesten, depressie), gewrichtsproblemen, type 2 diabetes, hart- en vaatziekten (waaronder hypertensie) en leververvetting. Sinds enkele jaren wordt type 2 diabetes niet alleen na langdurig bestaand overgewicht op volwassen leeftijd vastgesteld, maar ook al bij kinderen.

Waarom deze richtlijn

- Uit de 5de Landelijke Groeistudie van 2009 blijkt dat het percentage kinderen met overgewicht in Nederland weer hoger is dan in 1997. Het percentage jongens met overgewicht inclusief obesitas was in 1997 9% en in 2009 13% en bij meisjes respectievelijk 12% en 15%. Overgewicht inclusief obesitas komt vaker voor bij kinderen van Turkse (jongens 33% en meisjes 32%) en Marokkaanse afkomst (25% en 29% respectievelijk).
- Zorgwekkend is dat het percentage jongens met obesitas is toegenomen van 0,3% in 1980 tot 0,9% in 1997 en 1,8% in 2009. Bij meisjes is een vergelijkbare trend te zien: 0,5% (1980), 1,6% (1997) en 2,2% (2009). Opmerkelijk is dat de prevalentie van overgewicht bij kinderen in de grote steden lijkt te stabiliseren.
- De JGZ is in Nederland een unieke setting voor preventie van overgewicht bij kinderen. Daarnaast is er een belangrijke rol voor de JGZ in de ketenaanpak van signaleren en begeleiden van kinderen met overgewicht weggelegd. De JGZ vormt daarmee een belangrijke schakel tussen preventie en behandeling.



Activiteiten

- Praktische adviezen voor preventie van overgewicht worden vanaf de geboorte gegeven.
- Signaleren en interveniëren bij kinderen met overgewicht vindt plaats binnen de Jeugdgezondheidszorg.
- Voor interventie bij kinderen met overgewicht wordt een haalbaar veranderplan opgesteld, waarbij de ouders worden betrokken. Het uitgangspunt is de BOFT-elementen uit het Overbruggingsplan: meer Bewegen en Buitenspelen, elke dag Ontbijten, zo min mogelijk gezoete (Fris)dranken en Fastfood, minder voor de Televisie of (spel)computer zitten (maximaal 2 uur per dag) en minder energierijke Tussendoortjes.
- Kinderen met obesitas worden verwezen naar huisarts/kinderarts.

Randvoorwaarden

- Vele Jeugdgezondheidszorg professionals werken al met het Signaleringsprotocol en het Overbruggingsplan. De richtlijn Overgewicht is het vervolg op het Signaleringsprotocol en het Overbruggingsplan.
- Tijdens 1-3 consulten wordt een haalbaar veranderplan voor kinderen met overgewicht opgesteld.
- Nieuw is bloeddrukmeten door de JGZ bij kinderen met overgewicht vanaf 5 jaar.
- Ervaring met motiverende gespreksvoering en kennis van de leertheorie en oplossingsgerichte methoden zijn belangrijke instrumenten om ouders en kind te motiveren.

