Betoog

Overgewicht in de maatschappij

5-4-2011

10hv1

Elie kaat



Overgewicht in de maatschappij

De overheid moet het bedrijfsleven verplichten verantwoord voedsel niet te duur te maken. (Zodat mensen aan de onderkant van de samenleving de keuzevrijheid hebben om gezond te eten.)

# Waarom vormt overgewicht een steeds groter probleem voor de maatschappij?

Als je naar oude filmpjes van vroeger kijkt dan zie je Nederlanders met een andere mode trend, ouderwetse bril monturen en dergelijke. Op zich kan ik daar wel om lachen, maar tegelijkertijd zie ik ook dat deze mensen veel dunner zijn dan het huidige straatbeeld.

Hierbij vroeg ik mij af: Hoe komt het dat Nederlanders steeds vetter zijn geworden in de loop der jaren?

De afgelopen tien jaar is in Nederland het aantal mensen met overgewicht dramatisch gestegen. De huidige cijfers zijn vergelijkbaar met de situatie in de VS tien jaar geleden. Het overgewicht onder kinderen van 5 tot 11 jaar is de afgelopen 20 jaar gestegen van 4 tot 10%. Het aantal dikke mensen groeit, maar het aantal extreem dikke mensen stijgt nog sneller. Extreem overgewicht heet obesitas.

Mensen met obesitas krijgen op jonge leeftijd al lichamelijke ernstige klachten, zoals suikerziekte( diabetes), hartklachten, gewrichtsklachten, enz. Hierdoor functioneren zij minder goed in het arbeidsproces; worden vaker ziek of raken arbeidsongeschikt. De ziektekosten lopen op, wat leunt op de uitgaven van de maatschappij. De levensverwachting van obesitas is laag, waardoor de kinderen al jong zonder ouder komen te staan.   
Een welvarend land, als Nederland is, voelt dit groeiende probleem en zou voor deze welvaartsziekte een oplossing willen.

# Wat kan de maatschappij doen om overgewicht te verminderen?

We kennen allemaal de SIRE spotjes waarin preventief ingegaan wordt op te vet en te veel eten bij kinderen ( zeg vaker NEE). Er zijn veel meer light producten in de handel gebracht. We worden gewezen op extra bewegen, we leren allemaal wat gezond eten is op school. En toch neemt overgewicht toe.

Doet de overheid dan genoeg? Of is het ieders vrije keus om lekker veel te eten?

Of toch niet?  
Moet er meer geld gestoken worden in extra gymnastieklessen? Of in meer speelpleintjes? Of komt er op elke school een gezonde kantine? Of een goede campagne, of straffen als je te zwaar bent- hogere ziektekosten verzekering… ?

Zou dat helpen?

Ik wil zelf bepalen wat ik eet, ik hoef geen gezonde broccoli taart uit de gezonde kantine, ik bepaal zelf wel wat gezond bewegen is… ik heb genoeg regeltjes, heb geen behoefte aan nog meer betutteling. Maar ja, ik ben niet te dik. Het is ook niet mijn probleem, maar een maatschappelijk probleem.   
En te dik zijn wil niemand , en afvallen is moeilijk. Daar kan je best wat hulp bij gebruiken.

Maar hoe dan?

De overheid zou het bedrijfsleven moeten verplichten verantwoord voedsel niet te duur te maken.

Nu zijn patat en frisdranken spotgoedkoop en voldoende gezonde groenten duur. Mensen aan de onderkant van de samenleving hebben minder keuzevrijheid om gezond eten te kopen. Zij komen in een neerwaartse spiraal, als je dik bent, heb je minder kansen. Vervolgens zoeken ze hun toevlucht bij allerlei diëten en afslankpillen. De Nederlandse overheid zou de keuzevrijheid niet hoeven aantasten als de gezonde keuze de betaalbare keuze wordt  
  
Heeft het individu mogelijke oplossingen, antwoorden om overgewicht te verminderen?Lijnen lukt wel voor een korte periode, op de langere termijn is er sprake van het jojo effect.

Mensen hebben hoge verwachtingen van afvallen. Zij willen meer kilo’s kwijt dan reëel is . Vijf a tien kilo levert al een grote gezondheidswinst op. Mensen moeten leren hun eetgewoonten te veranderen: Lekker vet en zoet kan soms, niet altijd.

Dus het individu zelf de vrijheid geven is bij de meerderheid geen oplossing . Het bedrijfsleven zal actief in moeten zetten op het reduceren van overgewicht door gezonde producten betaalbaar te maken en vet en suikerrijke producten duurder te maken (accijns, net als bij sigaretten) Zo ontstaat er een gezonde keuzevrijheid voor elke inkomensgroep. Als de overheid hier niet op in zet dan zullen de armere mensen steeds dikker worden, en de rijkere mensen dun blijven.

## Artikel 3

**Bijna de helft van de Nederlanders is te dik. Ook onder kinderen vormt overgewicht een steeds groter probleem: nu is 15 procent van de kinderen te dik, en lijden er 40.000 kinderen aan obesitas.**

Dit overgewicht zal naar verwachting een steeds groter gezondheidsprobleem worden. Overgewicht is daarmee misschien wel het grootste gezondheidsprobleem van Nederland op dit moment. Niet alleen vergroot het de kans op hart- en vaatziekten, maar ook op tal van andere aandoeningen zoals diabetes, galstenen, en slaapproblemen. Artsen waarschuwen al jaren voor de levensgevaarlijke gevolgen van dit groeiende overgewicht onder de Nederlandse bevolking (jaarlijks sterven zo’n 40.000 mensen aan hart- en vaatziekten), maar de regering komt nauwelijks in actie.  
  
Het ministerie van VWS richt haar aandacht vooral op preventie op  basis van informatievoorziening. Dit zijn de suffige SIRE-spotjes die mensen moeten stimuleren de fiets te pakken naar hun werk en de folders in 14 talen bij de apotheek.   
  
Japan heeft daarentegen een omstreden wetsvoorstel aangenomen om het gewicht van haar bevolking binnen de perken te houden: de regering heeft grenzen voor de buikomtrek van haar populatie opgesteld en gaat deze jaarlijks meten. Iedereen die boven deze grenzen zit, krijgt dieetadviezen die binnen drie maanden moeten leiden tot gewichtsverlies.

Suffige SIRE-spotjes moeten mensen stimuleren de fiets te pakken

Indien dat niet lukt, worden mensen gedwongen nóg eens zes maanden adviezen op te volgen. Het doel is het overgewicht binnen vier jaar te reduceren met 10 procent.   
  
De vraag is of dit doel de middelen heiligt. Er zijn immers veel mensen met een genetische aanleg tot overgewicht die zwaar worden getroffen door deze heftige maatregelen. Ook houden de maatregelen geen rekening met de financiële omstandigheden van mensen, die hen dwingt goedkoop (lees ongezond) te eten. Bovendien is roken nog steeds de belangrijkste risicofactor voor hart- en vaatziekten en heeft Japan tot op heden geen rookverbod.   
  
Toch moet Nederland een effectiever beleid gaan voeren om haar overgewicht aan te pakken. De vrijblijvende voorlichting moet aangevuld worden met een hardere aanpak om dit groeiende probleem de baas te worden. Waarom niet eens beginnen zoals we met de sigaretten zijn begonnen: een accijns op fast-food, het verbieden van snoepautomaten op scholen, en geen adverteermogelijkheden voor fastfoodketens? Zo kunnen we hopelijk Japanse én Amerikaanse toestanden voorkomen.