**Feiten / gegevens**

1. 49,2% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder te zwaar.

1. Volwassenen overgewicht 25 jaar gestegen: 1990 33%🡪bijna verdubbeld 2018.

1. Ook toen obesitas meer dan verdubbeld van 5,5% tot 16%

2. Verkeerde keuze, lichaamsbeweging, emotie, slaaptekort: oorzaken.

3. Verzadigde vetten zitten in vette producten. Deze vetten verhogen het slechte cholesterolgehalte (LDL) in het bloed

4. Kan leiden tot gewrichtsziekten, hart- en longklachten, suikerziekte, diabetes, artrose en hoge bloeddruk.

6. Wanneer de prijs van een pakje sigaretten met 10%verhoogd, daalt gebruik 6%.

7. Mensen zijn eerder geneigd om calorierijk voedsel te laten staan als ze daar extra belasting voor moeten betalen

**Citaten**

5. Er zijn meer factoren die zorgen voor overgewicht. Koolhydraten en suikers worden door het lichaam omgezet in vet, dus deze stoffen zorgen ook voor overgewicht

5. Maar zou je ook deze stoffen dan duurder moeten maken? Dan kan je net zo goed op alle levensmiddelen een belasting zetten.

**Bronnenlijst**

1. Geen auteur (2017). Centraal Bureau voor de Statistiek. Geraadpleegd op 14/3/2018. Via, <https://www.volksgezondheidenzorg.info/onderwerp/overgewicht/cijfers-context/huidige-situatie#node-overgewicht-volwassenen>
2. Chezue (2009). InfoNu.nl. Geraadpleegd op 14/3/2018. Via, <https://mens-en-gezondheid.infonu.nl/dieet/41812-oorzaken-van-overgewicht.html>
3. Geen auteur (2013). Promovendum. Geraadpleegd op 14/3/2018. Via, <https://www.promovendum.nl/blog/onverzadigde-vetten-en-verzadigd-vet-kies-bewust>
4. Guus Janssen (2017). Masterscriptie Sportbeleid & sportmanagement. Geraadpleegd op 14/3/2018. Via, [file:///C:/Users/Lisa/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge\_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/Masterscriptie\_%20Werk%20en%20gezondheid.%20Een%20gezonde%20combinatie%20-%20Guus%20Janssen.pdf](file:///C%3A/Users/Lisa/AppData/Local/Packages/Microsoft.MicrosoftEdge_8wekyb3d8bbwe/TempState/Downloads/Masterscriptie_%20Werk%20en%20gezondheid.%20Een%20gezonde%20combinatie%20-%20Guus%20Janssen.pdf)
5. Ilse Dekker (2010). Scholieren.com. Geraadpleegd op 14/3/2018. Via, <https://www.scholieren.com/betoog/37518>
6. Mac van Dinther (2002). Volkskrant. Geraadpleegd op 14/3/2018. <https://www.volkskrant.nl/binnenland/achterlijke-genen-maken-buikje-van-de-mens-dik-steeds-meer-jongeren-hebben-overgewicht~a612954/>
7. Tim Kraaijvanger (2011). Scientias. Geraadpleegd op 14/3/2018. Via, <https://www.scientias.nl/accijns-op-calorierijk-voedsel-werkt/>

**Bouwplan: Zelfs dik zijn is tegenwoordig duur**

|  |  |
| --- | --- |
| Inleiding | Lijkt normaal, 1., overheid, maatregelen/inventies, vettax? |
| Kern – I | 1. Nederlandse volwassenen |
| Kern – II | Oorzaken 2., goedkoop en vet, sneller kopen |
| Kern – III | Gevolgen slecht, 3. 4., overheid geld, vettax🡪gezondheidszorg |
| Kern – IV | Tegen, 5. Niet juiste oplossing |
| Slot | Kortom, oorzaak,🡪aantrekkelijk, gevolg, onjuiste oplossing, toch, juist, onaantrekkelijk, straks dik duurder! |



**Zelfs dik zijn is tegenwoordig duur**

EVELIEN TOLKENS: HOOGLERARES HVA, GESPECIALISEERD IN GEZONDHEIDSZORG. *18-09-2017, Amsterdam.*

www.vk.nl/EvelienTonkens

**Overgewicht lijkt tegenwoordig een normaal gespreksonderwerp te zijn geworden. Veel mensen weten dat het een groot probleem is in onze samenleving. Volgens het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) was** **49,2% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder te zwaar. De overheid is druk bezig met het zoeken naar een oplossing voor overgewicht. Welke maatregelen moeten er worden genomen of welke inventies moeten er komen om dit percentage naar beneden te halen? Een van de mogelijke reddingsmiddelen zou een aparte belasting op vette snacks kunnen zijn. Zou ‘vettax’ dé oplossing zijn voor overwichtsproblemen?**

 In Nederland is het aantal volwassenen met overgewicht de laatste 25 jaar sterk gestegen. In 1990 had één op de drie volwassen Nederlanders (33%) overgewicht. Dit is enorm toegenomen tot bijna de helft in 2018. Ook is tussen 1990 en 2018 et percentage van mensen met obesitas meer dan verdubbeld van 5,5% tot 16% (CBS, 2018).

 Er zijn verschillende oorzaken voor overgewicht. Vaak kiezen mensen, wanneer ze voedsel pakken, de verkeerde keuze, namelijk ongezonde producten. In de supermarkt is dan ook de kans het grootst dat je sneller voor een grote hoeveelheid ongezonde producten gaat voor een lage prijs dan voor een paar gezonde voor een hogere prijs. Lichaamsbeweging is erg belangrijk als je fit wilt blijven en je gewicht op peil wilt houden. Ook zijn mensen die met een emotie meer eten dan ze nodig hebben, zoals bij een depressie, eenzaamheid of troost. Daarnaast is slaaptekort ook een mogelijke oorzaak.

 De gevolgen van overgewicht zien er niet goed uit. Verzadigde vetten zitten in vette producten. Deze vetten verhogen het slechte cholesterolgehalte (LDL) in het bloed[[1]](#footnote-1). Dit heeft hele slechte gevolgen voor de gezondheid. Dit kan namelijk leiden tot gewrichtsziekten, hart- en longklachten, suikerziekte, diabetes, artrose en hoge bloeddruk zo staat geschreven in een in 2013 gepubliceerd rapport Preventie van welvaartsziekten door de Raad voor de Volksgezondheid (RVZ).

Daarnaast kosten deze mensen erg veel geld. Ze moeten vaak naar de dokter of het ziekenhuis voor controle en onderzoek. Dit zijn erg hoge kosten voor de gezondheidszorg. De overheid is dus veel geld kwijt aan mensen die simpelweg vette snacks niet kunnen laten staan. Een vettax zou dit geldbedrag kunnen verminderen en het geld wat de overheid hierdoor kan besparen naar de gezondheidszorg.

Maar er zijn ook veel mensen tegen de vettax. Zo denken sommige dat een vettax niet de juiste oplossing is om overgewicht tegen te gaan, ‘’Er zijn meer factoren die zorgen voor overgewicht. Koolhydraten en suikers worden door het lichaam omgezet in vet, dus deze stoffen zorgen ook voor overgewicht’’, aldus Ilse. ‘’Maar zou je ook deze stoffen dan duurder moeten maken? Dan kan je net zo goed op alle levensmiddelen een belasting zetten.’’

 Toch zijn de meeste ervan overtuigd dat een vettax de beste uitweg zou kunnen zijn voor het probleem overgewicht. Het is al is een keer bewezen dat het helpt om een belasting te heffen op een bepaald product. Dit is getest op sigaretten. Wanneer de prijs van een pakje sigaretten met 10 procent wordt verhoogd, daalt het gebruik met 6 procent, blijkt uit onderzoek voor Volksgezondheid van de econoom Wim Groot. Als een accijnsverhoging op sigaretten helpt, waarom zou het dan niet helpen bij vette snacks? Zijn advies is om accijns te heffen op vette producten. Hierdoor worden ze duurder en dus ook onaantrekkelijker. Uit de resultaten van het onderzoek van wetenschapper Janneke Giesen zijn mensen eerder geneigd om calorierijk voedsel te laten staan als ze daar extra belasting voor moeten betalen. Je zou denken dat dit dan de perfecte oplossing is voor overwichtsproblemen.

 Kortom, een van de belangrijkste oorzaken van overgewicht is dat de prijs voor vette snacks erg laag zijn en hierdoor enorm aantrekkelijk. Dit kan leiden tot slechte gevolgen voor de gezondheid en het kost de overheid handen vol geld. Sommige mensen weten niet of een vettax wel de juiste oplossing is, maar toch zijn de meeste mensen vóór het indienen van de accijns. De vettax is een goede oplossing, omdat het vette producten minder aantrekkelijk maakt, waardoor het overwichtsprobleem voorkomt en verminderd. Straks is het duurder om dik te zijn dan dun!

* 

# **Maak je dik om de vettaks - column Evelien Tonkens**

EVELIEN TONKENS EVELIEN TONKENS IS BIJZONDER HOOGLERAAR ACTIEF BURGERSCHAP. 21 december 2011, 00:00

www.vk.nl/EvelienTonkens

Verhoging van accijns op tabak en alcohol, en een onderzoek naar de mogelijkheden voor een vettax, luidde het laatste van tien voorstellen van de Raad voor Volksgezondheid (RVZ) in zijn recente advies Preventie van welvaartsziekten. Onderzoek stelt men meestal voor als er te veel meningsverschil is over de maatregel zelf. Dan maar een onderzoek, dan staat het onderwerp in elk geval weer op de agenda.

Op de agenda kwam het: de discussie ontvlamde meteen, en alleen over de vettaks, niet over de andere voorstellen. De vettaks kreeg vooral kritiek, met verbluffend slappe argumenten. Een vettaks is betuttelend, vindt minister Schippers. Grappig altijd om die oorlog tegen betutteling te horen uit de mond van mensen die geen enkel been zien in betuttelende reclameboodschappen. Bedrijven mogen ons eindeloos betuttelen. Ze mogen ons permanent met reclame opdringen hoe we moeten leven. Met succes: we laten ons door reclameboodschappen zo voorspelbaar de les lezen dat zelfs peperdure reclame voor bedrijven lucratief is. Maar regeringen of adviesorganen mogen niets opperen over het goede leven, want dat heet betuttelen.

Al even slap is het argument dat 'iedereen recht heeft om zich klem te eten' (Rutger Claassen in het Vervolg, 17 december). Hoezo ontzegt de vettaks mensen dit recht? Accijns op alcohol ontzegt mensen toch ook niet het recht om zich klem te zuipen? Accijns op benzine verbiedt autorijden toch niet? Accijns stimuleert zelfs brandstofgebruik, gezien de groei van het autogebruik.

Aan het recht op slecht eten tornt de vettaks niet. Slechte vetten wordt alleen relatief duurder. Het gaat om een relatieve afweging. We kiezen producten niet in het luchtledige maar wegen ze af tegen andere producten. De prijs speelt daarbij een belangrijke rol. Door een hogere prijs voor slechte vetten worden goede vetten relatief goedkoper. Er bestaat geen massaal diepgaand verlangen naar ongezonde vetten. Er bestaat slechts een verlangen naar snel, gemakkelijk en goedkoop eten. De vettaks maakt beter eten relatief goedkoper.

Ook sneu vindt Claassen het dat een vettaks ook degene benadeelt 'die af en toe een kroketje neemt en verder niet te dik is'. Waarom is dat erg? Ook accijns op alcohol benadeelt degene die af en toe een glas wijn drinkt. Die benadeling gebeurt slechts af en toe en kan dus geen drama zijn.

Opponenten van de vettaks zetten de echte oorzaken van ongezond eten af tegen de vettaks als slechts symptoombestrijding. De echte oorzaak vinden ze onze dikmakende samenleving (Huib Stam, U-pagina, 17 december) of armoede (Mirjam Plantinga en Marian Verkerk, U-pagina, 17 december). Het is waar dat we in een dikmakende samenleving leven. Meer aandacht voor fietspaden en fietsenstallingen had de RVZ niet misstaan. Maar hoezo is armoede de oorzaak van overgewicht? Honderd jaar geleden waren we veel armer en dunner. Armoede op zichzelf maakt niet dik.

Wat dik maakt, is dat de goedkoopste keuze de ongezondste keuze is. Dat een kroket goedkoper is dan een appel. Een vettaks bestrijdt dat door de gezondste keuze de goedkoopste te maken. Daarmee kunnen arme mensen gemakkelijker gezonde voeding kiezen. Maar, vinden Plantinga en Verkerk, niet keuze maar de situatie van de laagopgeleide is bepalend. Die 'situatie maakt dat er een minder gezonde levensstijl tot stand komt'. Hebben arme mensen dan helemaal geen handelingsvrijheid? Kan een situatie ook lopen of eten?

Het effect van een vettaks is niet overtuigend bewezen, vinden Plantinga en Verkerk ten slotte. Klopt vermoedelijk want de maatregel bestaat nog maar kort in enkele landen als Denemarken, Hongarije en Roemenië. Experimenteel onderzoek van de Universiteit van Maastricht wijst er trouwens wel op dat een vettaks effectief kan zijn. Bij prijsverhoging van calorierijk eten werd caloriearmer eten meteen populairder (scientias.nl).

Een groot en ongenoemd voordeel van de vettaks is dat je er preventie van ziekte mee kunt financieren. Zeker in tijden van bezuinigingen is preventie het kind van de rekening. Bij de volgende bezuinigingsronde van veertien miljard gaat vast weer het mes in de toch al zo kleine preventiepot. Met een vettaks kunnen we de preventiepot spekken, zoals RVZ ook oppert. Middelen om van het roken af te komen en voorlichting over gezonde voeding kunnen dan breed toegankelijk blijven. Vettaks: maak je er dik om!

1. [↑](#footnote-ref-1)