

Leefstijl Nederlander onveranderd

20-03-2007 00:00

Nederlanders zijn het afgelopen jaar niet gezonder gaan leven. Het aandeel volwassen Nederlanders met overgewicht nam wederom toe. Het percentage rokers nam niet af en ook het aantal zware drinkers bleef stabiel. Verder bleef het aantal Nederlanders dat voldoet aan de norm voor gezond bewegen steken op hetzelfde niveau als in 2005.

Dit blijkt uit cijfers van het CBS. Ondanks de gezondheidstrend in ons land nam het aantal volwassenen met overgewicht toe. Ook het aantal gevallen van ernstig overgewicht steeg. Vooral vrouwen kampen hiermee. Het aandeel rokers is gelijk gebleven. Bijna 30 procent van de Nederlanders van twaalf jaar en ouder rookt. Dat aandeel is de laatste drie jaar vrij constant. De dalende tendens onder 12- tot 24-jarigen zet niet door. Het aandeel zware rokers blijft echter wel afnemen.

Ook de cijfers over het drinkgedrag blijven de laatste jaren gelijk. Ruim 11 procent Nederlanders behoorde in 2006 tot de zware drinkers. Bij vrouwen is dat percentage vier keer lager. Zo'n twintig procent van de Nederlanders drinkt nooit alcohol. Bijna de helft van de Nederlanders (45 procent) boven de twaalf jaar bewoog niet voldoende volgens de Nederlandse Norm Gezond Bewegen. Dat is gelijk aan 2005. Personen die wel voldoende bewegen, halen dat vooral uit lichamelijke activiteiten in vrije tijd en sport: bijna 70 procent.