

Kind heeft ongezonde leefstijl

27-04-2007 00:00

Meer dan de helft van alle kinderen op de basisschool heeft een ongezonde levensstijl. Ze eten te weinig groenten en fruit, snoepen te veel en bewegen te weinig. Veel kinderen hebben bovendien last van ademhalingsproblemen, pesten en een vieze leeromgeving op school.

Dat blijkt uit een test onder bijna twaalfduizend scholieren die meededen aan het project Ga Voor Gezond van het Nationaal Gezondheidsinstituut (NIGZ). De leerlingen van de bijna duizend basisscholen die aan het project meededen, vulden een enquête in waarin werd gevraagd naar diverse gezondheidsaspecten. Bijna dertig procent van de kinderen blijkt te zwaar te zijn. Naarmate de kinderen ouder zijn, komt overgewicht steeds vaker door. Een slecht eetpatroon en te weinig lichaamsbeweging zijn hiervan de oorzaak.