

Nederlanders weer zwaarder

11-09-2007 00:00

Nederlanders zijn in vergelijking met vorig jaar gevarieerder gaan eten. Ook worden steeds minder tussendoortjes gegeten en wordt op vaste momenten gegeten. Toch zijn de Nederlanders, ondanks de vele gezondheidscampagnes, gemiddeld zwaarder geworden dan in 2006. Dat blijkt uit een dinsdag gepubliceerd onderzoek van Q&A Research en Consultancy in samenwerking met Euroforum. Ruim 2500 consumenten hebben aan het onderzoek meegedaan.

Uit het onderzoek komt naar voren dat het aantal Nederlanders met een zogenoemde Body Mass Index (BMI) met verhoogd gewichtsriscico is toegenomen. De onderzoekers concluderen hieruit dat de vele gezondheidscampagnes de mensen bewust maken van overgewicht, maar dat een groot deel van de bevolking hier niets daadwerkelijk mee doet.

Uit het onderzoek blijkt verder dat Nederlanders steeds vaker ontbijten. Dit jaar ontbijt 84 procent van de bevolking minimaal vijf keer per week. Ook het nuttigen van tussendoortjes in de ochtend stijgt, terwijl in de middag en avond steeds minder tussendoortjes worden gegeten.

Ook eten Nederlanders steeds minder buiten de deur. Maar als ze uit eten gaan, besteden ze meer dan in voorgaande jaren. Verder snacken Nederlanders minder buitenshuis dan voorheen. Nog maar twaalf procent van de bevolking bezoekt minimaal één keer per week een snackbar, cafetaria of fastfoodrestaurant. Een op de vier ondervraagden zegt nooit een dergelijke eetaangelegenheid te bezoeken.

Het onderzoek is in 2002 voor het eerst uitgevoerd en in 2004, 2006 en 2007 herhaald.