

Steeds meer Nederlanders met overgewicht

04-07-2012 00:00

Het aantal Nederlanders met overgewicht is de afgelopen dertig jaar toegenomen. Vooral volwassenen kampen veel vaker met kilo's te veel. Het aantal volwassenen met ernstig overgewicht is meer dan verdubbeld.

In de periode 2009/2011 hebben 6,5 miljoen mensen in Nederland overgewicht, dat is 41 procent van de bevolking. Begin jaren tachtig lag het percentage nog op 27 procent. Tien procent van deze groep lijdt aan ernstig overgewicht.

Ernstig overgewicht onder volwassenen is toegenomen van vijf procent in de jaren tachtig tot twaalf procent in 2009/2011. Matig overgewicht nam toe van 28 naar 36 procent. Vanaf een leeftijd van twintig jaar neemt het aantal mensen met overgewicht snel toe, vooral bij mannen. Bij mannen boven de veertig heeft meer dan de helft overgewicht. Bij vrouwen loopt overgewicht meer geleidelijk op met de leeftijd. Zij zijn minder vaak te zwaar dan mannen, maar ernstig overgewicht komt bij oudere vrouwen vaker voor dan bij oudere mannen. Het aantal volwassen mensen met ondergewicht ligt op ruim twee procent.

Van de kinderen en jongeren van vier tot twintig jaar had in 2009/2011 bijna elf procent last van matig overgewicht. In de jaren tachtig was dit nog zeven procent. Het aantal kinderen met ernstig overgewicht nam niet veel toe en ligt nu op ongeveer 2,5 procent. Ondergewicht komt bij kinderen en jongeren met drie tot acht procent regelmatig voor. Vanaf dertig komt ondergewicht bij Nederlanders weinig voor.