

From: "VUmc" <nieuws@VUmc.nl>
To: redactie@ouders.nl
Date: Fri, 26 Sep 2014 10:26:14 +0200
Subject: Persbericht: Dagelijks twee uur tv kijken maakt jonge kinderen dikker



Effect voor het eerst al op 5-6 jarige leeftijd waargenomen

Dagelijks twee uur tv kijken maakt jonge kinderen dikker

Kinderen die dagelijks meer dan twee uur tv kijken, hebben gemiddeld een grotere buikomvang. Dat concluderen onderzoekers van VUmc, AMC en GGD Amsterdam uit hun onderzoek onder zo'n tweeduizend kinderen. Zij publiceren dat deze week in het vakblad *BMC Public Health*.

Bij volwassenen wordt langdurig stilzitten als het nieuwe roken gezien. Bij kinderen is er nog geen overtuigend bewijs voor een verband tussen veel stilzitten en gezondheid. Onderzoekers van VUmc, AMC en GGD Amsterdam onderzochten daarom of tv kijken en computergebruik al tot aantoonbare gezondheidseffecten leidt bij 5-6 jarige kinderen.

Zitgedrag levert problemen op

Op basis van de gegevens uit de ABCD-studie (bijna 2.000 kinderen) vonden de onderzoekers dat kinderen die meer dan twee uur per dag tv keken een grotere buikomvang hadden. De buikomvang werd gecorrigeerd voor lichaamslengte en voedingspatroon. Het is voor het eerst dat dit wordt aangetoond bij kinderen van 5-6 jaar oud. "Bij volwassenen is het verband tussen te veel zitten en overgewicht bekend, maar bij jonge kinderen is dit nog niet eerder onderzocht", zegt hoogleraar sociale geneeskunde Mai Chin A Paw van VUmc, onderzoeksinstituut EMGO+. "Wij laten nu zien dat het zitgedrag ook al bij jonge kinderen problemen oplevert. De aanbeveling moet bijna wel zijn: haal je kinderen op tijd achter de tv vandaan."

Diabetes

De buikomvang is gerelateerd aan de hoeveelheid buikvet, wat weer samenhangt met een grotere kans op diabetes en hart- en vaatziekten. Er werd geen relatie gevonden tussen het zitgedrag en bloedglucose, bloedlipiden of bloeddruk, ook allen risicofactoren van hart- en vaatziekten. Chin A Paw: "Deze kinderen zijn nog jong. We volgen ze verder, want het zou kunnen dat ze nog ongunstige bloedwaarden ontwikkelen."

De [ABCD-studie](#) is een grootschalig en langlopend onderzoek naar de gezondheid van 8.000 in Amsterdam geboren kinderen.

Publicatie

[Screen time and cardiometabolic function in Dutch 5–6 year olds: cross-sectional analysis of the ABCD-study](#), Mai Chin A Paw et al., *BMC Public Health*