

Persbericht

18 september 2020

Onderzoeksproject laat dringende noodzaak zien voor aanleren gezond gedrag op basisschool

Kinderen worden gezonder als ze op school gezond lunchen, gevarieerd bewegen en in de klas leren over gezond gedrag. Dat blijkt uit het project Gezonde Basisschool van de Toekomst (GBT), waarvan morgen de eindresultaten bekend worden gemaakt tijdens een symposium in Venlo. Onderzoekers van de Universiteit Maastricht vergeleken vier jaar lang ruim 2200 kinderen van vier projectscholen en vier reguliere scholen. Zij schrokken van de grote verschillen in gezondheid bij kinderen op deze scholen en doen een dringende oproep richting beleidsmakers, schoolbesturen en overheden: niets doen is geen optie.



Resultaten Gezonde Basisschool van de Toekomst

Het langjarige GBT-project vond plaats in de Zuid-Limburgse regio Parkstad. Dat is een gebied met relatief grote gezondheidsproblematiek onder de bevolking. De onderzoekers zagen dat de BMI (body-mass index) bij kinderen op een gezonde basisschool na vier jaar veel beter was vergeleken met kinderen op de controlescholen. GBT-kinderen hebben stuk voor stuk een gezonder gewicht, terwijl het gewicht van kinderen op de controlescholen daarentegen alleen maar, soms zelfs schrikbarend, toenam. Buikomvang is een nog belangrijker voorspeller van chronische ziekten als diabetes of hart- en vaatziekten dan het gewicht uitgedrukt in BMI, omdat het de mate van buikvet weergeeft. Buikvet geeft extra risico op diabetes en hoge bloeddruk. Ook de buikomvang verbetert (minder buikvet dus) aanzienlijk bij kinderen op de gezonde basisscholen. Qua voedingsmiddelen valt op de GBT-scholen een spectaculaire toename van het drinken van water op school waar te nemen, in plaats van zoete drankjes. Wat ook opvalt, is dat de sfeer in de klas verbetert. Er is minder pestgedrag op een gezonde basisschool.

Uitbreiding project

Vooraf vanwege de indrukwekkende verschillen met de controlescholen is de belangrijkste boodschap van de onderzoekers richting beleidsmakers, voedingsindustrie en overheden dat actie geboden is. Meer dan de helft van de Nederlandse bevolking is te zwaar. Obesitas, diabetes, hart- en vaatziekten en longziekten zijn wijdverspreid in Nederland. Ook steeds meer kinderen ontwikkelen door een ongezonde leefstijl chronische ziektes met als gevolg dalende leerprestaties en sociale ongelijkheid. Het GBT-project laat volgens de onderzoekers duidelijk zien dat hoe jonger je begint met het aanleren van een gezonde levenswijze, hoe meer effect het heeft op de langere termijn. Kinderen nemen het gezonde gedrag bovendien mee naar huis, en zorgen op die manier voor gedragsverandering bij de ouders. Vooral de kwetsbaarste gezinnen hebben hier veel baat bij. Het is een van de redenen voor de initiatiefnemers van dit project om de GBT-scholen in Limburg uit te breiden, onder meer naar de regio Venlo. Om dat op korte termijn te bewerkstelligen richten verschillende partijen dinsdag een stichting op, die de uitbreiding van de gezonde basisscholen ter hand moet nemen. De betrokkenen in de stichting scharen zich achter het streven van de Provincie Limburg om in 2023 het project op te schalen naar minimaal dertig scholen in Limburg.

Over de Gezonde Basisschool van de Toekomst

Doel van het project Gezonde Basisschool van de Toekomst is om te onderzoeken of kinderen die op de basisschool een gestructureerd dagritme aangeboden krijgen met voldoende tijd voor onderwijs, sport, bewegen, spelen en aandacht voor gezonde voeding een betere fysieke, emotionele en intellectuele groei doormaken. Het voor Limburg en Nederland unieke programma is een initiatief van Provincie Limburg, onderwijsstichting MOVARE, GGD Zuid Limburg, Universiteit Maastricht, Maastricht UMC+, kinderopvangorganisaties en peuterspeelzalen in nauwe samenwerking met vele private en maatschappelijke organisaties.

provincie limburg



movare
onderwijsstichting



Maastricht University

Noot voor de pers

Voor meer informatie over dit persbericht of contact met de onderzoekers kunt u terecht bij Mark van der Linde, persvoorlichter UM, tel. 043 388 5071, e-mail mark.vanderlinde@maastrichtuniversity.nl. De afdeling Marketing and Communications van de UM is bereikbaar via e-mail op pers@maastrichtuniversity.nl. De persberichten van de Universiteit Maastricht staan op de [UM website: www.maastrichtuniversity.nl/nl/nieuws-agenda/pers](http://www.maastrichtuniversity.nl/nl/nieuws-agenda/pers). Of volg ons op Twitter: [@MaastrichtU](https://twitter.com/MaastrichtU)

Mocht u in de toekomst geen persberichten willen ontvangen, klik dan [hier](#) om dat aan ons door te geven.

Copyright © 2020 Universiteit Maastricht, alle rechten voorbehouden.
Maastricht University | P.O. Box 616 | 6200 MD Maastricht | The Netherlands