

Leefstijlinterventies bij jonge kinderen

Gezond eten begint bij de peuterspeelzaal

Wereldwijd neemt het aantal kinderen met overgewicht en obesitas toe. Leefstijlinterventies bij peuterspeelzalen en kinderdagverblijven zouden een belangrijke bijdrage kunnen leveren aan het tegengaan van overgewicht bij kinderen. Dat blijkt uit onderzoek van de Universiteit van Aalborg.

Onder leiding van dr. Mikkelsen voerde de Deense onderzoeksgroep een systematische review uit om te zien welke effecten leefstijlinterventies bij peuterspeelzalen en kinderdagverblijven hebben op de eetgewoontes van jonge kinderen. Van de 4186 bestudeerde artikelen over interventiestudies voldeden



26 studies aan de gestelde criteria, zoals een baseline- en follow-upmeting. De 26 interventiestudies waren verricht op peuterspeelzalen en kinderdagverblijven in Noord-Amerika (15), Zuid-Amerika (1), Azië (5) en Europa (3).

Onvoldoende benut

De meta-analyse laat zien dat de leefstij-

linterventies leiden tot een toename in de consumptie van groenten en fruit bij jonge kinderen en tot een betere kennis van voeding. Helaas lieten slechts twee studies een significante afname zien van de body mass index bij de kinderen. Volgens de onderzoeksgroep is er een groot gebrek aan goede interventiestudies met duidelijke indicatoren en controleerbare uitkomsten. De potentiële rol van kinderdagverblijven en peuterspeelzalen om eetgewoontes bij jonge kinderen te beïnvloeden, wordt onvoldoende benut door het gebrek aan goede studies. **(JV)**

Bron: Mikkelsen et al. Nutrition Journal 2014, 13:56. A systematic review of types of healthy eating interventions in preschools.