

Steden slibben dicht met fastfood

FAMKE MÖLENBERG



In Nederland heeft de helft van de volwassenen overgewicht. Dat telt op tot bijna 7 miljoen mensen: een enorm aantal. Hoewel de ambitie is uitgesproken om de prevalentie van overgewicht en obesitas naar beneden te brengen, hebben we de laatste jaren geen noemenswaardige successen geboekt. Integendeel: het RIVM berekende dat het aantal volwassenen met overgewicht verder zal stijgen, tot wel 62% in 2040.

Als je denkt aan overgewicht, dan liggen de succesfactoren voor de hand: gezonder eten, meer bewegen, geen alcohol, op tijd naar bed en niet te veel stress. Maar dat het moeilijk is om gezonde keuzes te maken, staat als een paal boven water. In mijn promotie stellen we dat de omgeving een sleutelrol speelt in het bevorderen van gezond gedrag. Mensen denken vaak dat ze zelf bepalen wat ze kopen, wat ze eten en hoeveel calorieën ze binnen krijgen op een dag. Maar zo eenvoudig is het niet. We laten ons makkelijk verleiden tot het doen van aankopen. Er worden niet voor niets miljarden euro's uitgegeven aan marketing en ook influencers verdienen goud geld aan het promoten van allerlei producten.

In één van mijn onderzoeken keken we naar de veranderingen in het voedselaanbod in de stad Rotterdam tussen 2004 en 2020. We telden het aantal restaurants, lunchrooms, supermarkten, vers aanbieders (zoals bakkers, slaggers, groenteboeren, poeliers etc.) en fastfoodlocaties. Ik moest twee keer knipperen met mijn ogen toen de resultaten verschenen. Niet alleen

nam het aantal fastfoodlocaties toe met 46 procent en het aantal groente- en andere verswinkels af met 38 procent. Het meest schokkend waren de grote verschillen tussen buurten.

In welvarende wijken veranderde het aantal fastfoodlocaties nauwelijks. Maar in minder welvarende wijken van de stad nam het aantal locaties de afgelopen jaren met meer dan de helft toe. Dit is problematisch, want al deze locaties zorgen ervoor dat fastfood beschikbaar is. Met uithangborden, geuren en aanbiedingen worden we er telkens aan herinnerd dat een gefrituurde snack een optie is. Dat juist in minder welvarende wijken, waar bewoners vaker met overgewicht kampen,

het aantal fastfoodlocaties is toegenomen, is een hard gelag voor de volksgezondheid. Het verschil in gezonde levensjaren tussen Rotterdamse buurten loopt nu al op tot soms vijftien jaar.

De oplossing ligt in het creëren van een gezonde omgeving. Een omgeving waarin we minder worden verleid tot het kopen van ongezonde producten. Het is aanneemelijk dat in zulke omgevingen huidige interventies gericht op het stimuleren van gezond gedrag beter werken. Zolang we de focus enkel houden op individueel gedrag in plaats van op structurele factoren die onderliggend zijn aan het probleem, zijn we kansloos om overgewicht te reduceren.

Famke Mölenberg is op 25 juni gepromoveerd bij de afdeling Maatschappelijke Gezondheidszorg van het Erasmus MC op het evalueren van natuurlijke experimenten om de volksgezondheid te verbeteren.