

# Factsheet Overgewicht



Zoetermeer

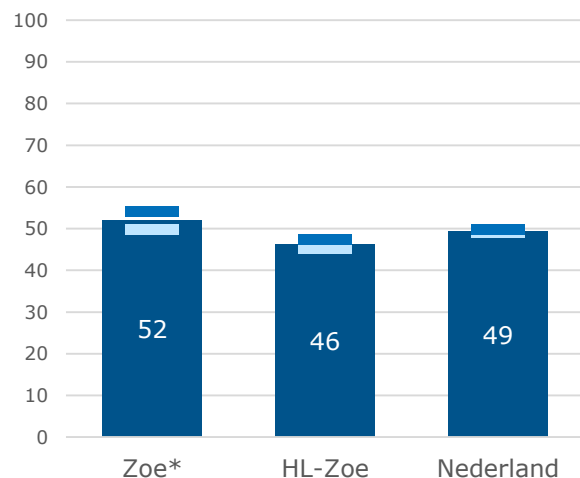


# Inhoud

- 1** Overgewicht in Zoetermeer
- 2** Vergelijking met 2016
- 3** Achtergrondkenmerken en risicogroepen - Haaglanden
- 4** Verdiepende analyses
- 5** Achtergrond en methode



## Overgewicht

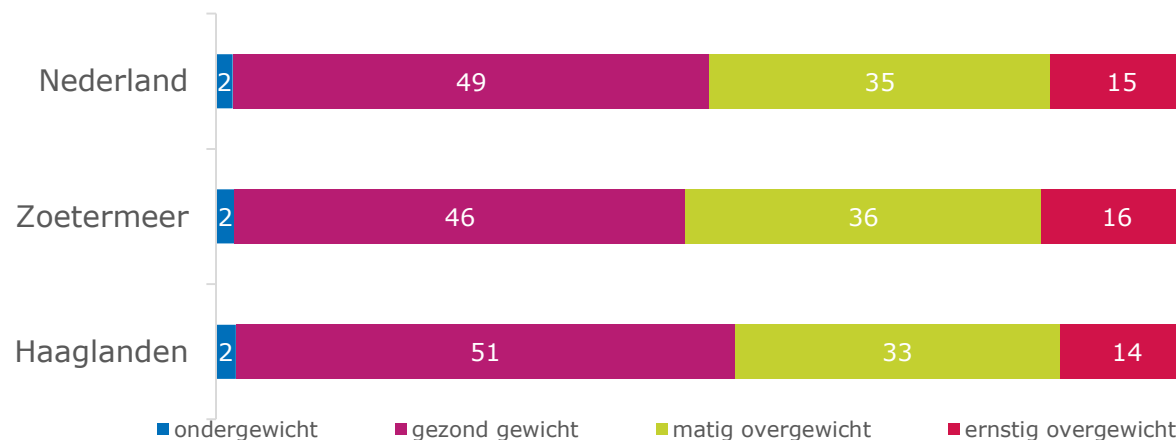


Percentage inwoners van 18 jaar en ouder dat overgewicht heeft. Zoetermeer (Zoe), Haaglanden (minus Zoetermeer), Nederland, 2020. De blauwe balken geven het 95%-betrouwbaarheidsinterval weer. Zie methode op p.9 voor uitleg.

”

Het percentage inwoners met overgewicht ligt in Zoetermeer wat hoger dan in de rest van de regio Haaglanden en is ongeveer gelijk aan het percentage in Nederland. Het betreft meer dan de helft van de inwoners.

## Gewicht naar BMI



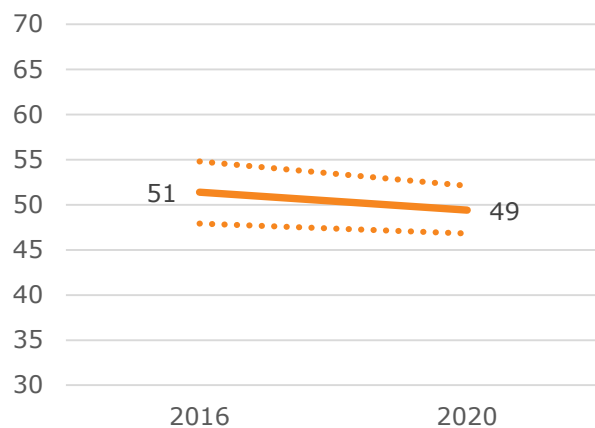
Percentage inwoners van 18 jaar en ouder met ondergewicht, een gezond gewicht, matig overgewicht, ernstig overgewicht. Nederland, Zoetermeer & Haaglanden, 2020.\*

➤ Een BMI van <18,5 betekent dat iemand **ondergewicht** heeft. Een BMI van 18,5 tot 25 betekent een **gezond gewicht** en een BMI van 25 tot 30 betekent dat iemand **matig overgewicht** heeft. Bij een BMI van 30 of hoger spreken we van **ernstig overgewicht**, oftewel obesitas.

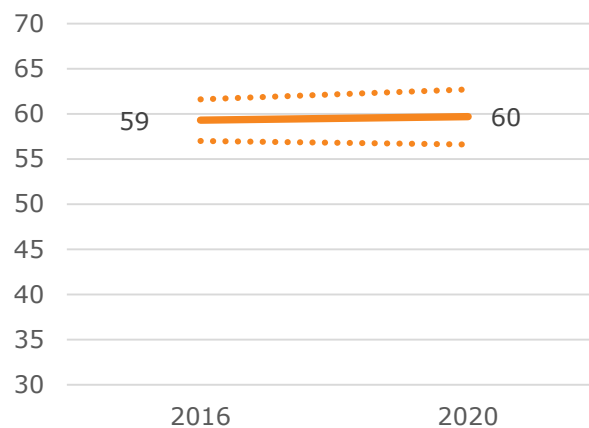
- In Zoetermeer heeft 2% van de inwoners ondergewicht en 46% een gezond gewicht. Van de inwoners die overgewicht hebben heeft 36% matig overgewicht en 16% ernstig overgewicht.

\*Doordat de percentages zijn afgerond, komt de totale optelsom soms niet op 100% uit.

### Volwassenen (18-64 jaar)



### Ouderen (65 jaar en ouder)



— Zoetermeer

..... 95%-betrouwbaarheidsinterval\*

Percentage inwoners van 18 jaar en ouder dat overgewicht heeft naar leeftijd en onderzoeksjaar.  
Zoetermeer, 2016-2020.



Stabiel onder  
18 t/m 64-jarigen



Stabiel onder  
65-plussers

### Kernpunten

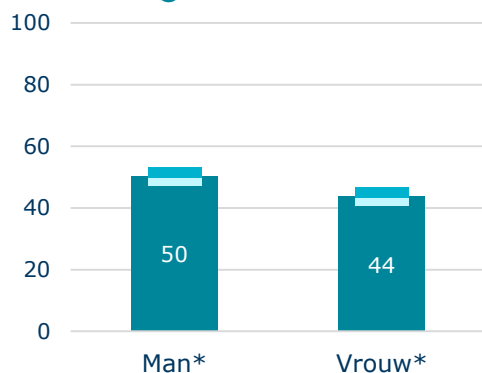


- Bij de 18-64-jarigen is er t.o.v. 2016 nauwelijks verandering in het percentage inwoners dat overgewicht heeft. Dit wijkt niet af van het beeld in Haaglanden.
- Er is in 2020 nauwelijks verandering in het percentage 65+'ers dat overgewicht heeft t.o.v. 2016. Dit wijkt niet af van het beeld in Haaglanden.

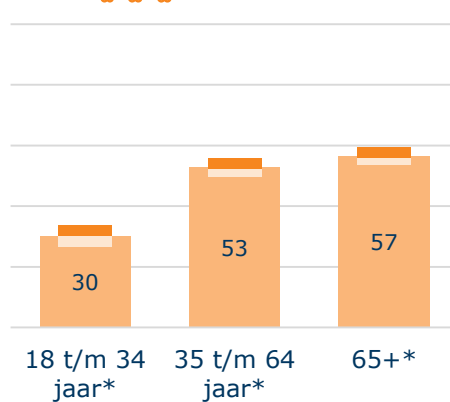
\* Het 95%-betrouwbaarheidsinterval (BI) geeft de spreiding rondom het gemeten gemiddelde weer. Om te bepalen of er een verschil is tussen 2016 en 2020 zijn de 95%-BI's van 2016 en 2020 met elkaar vergeleken. Soms kan het visueel lijken of er een verschil is tussen beide jaren, maar wordt dit benoemd als geen verschil, omdat de 95%-BI's van 2016 en 2020 elkaar overlappen. Dit betekent namelijk dat het verschil tussen 2016 en 2020 kan worden verklaard door toeval. Voor meer uitleg, zie methode op p.9.

\*Significant verschillend t.o.v. de rest van Haaglanden

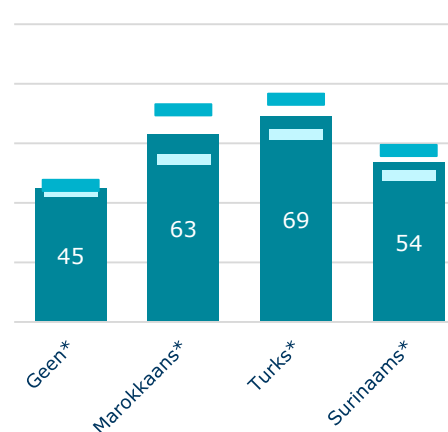
### Geslacht



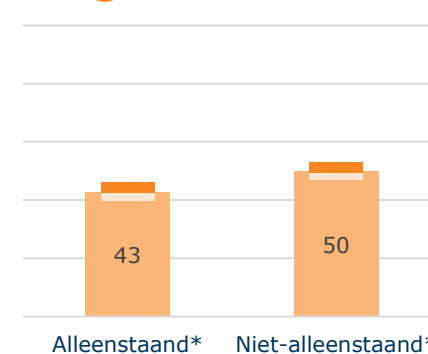
### Leeftijd



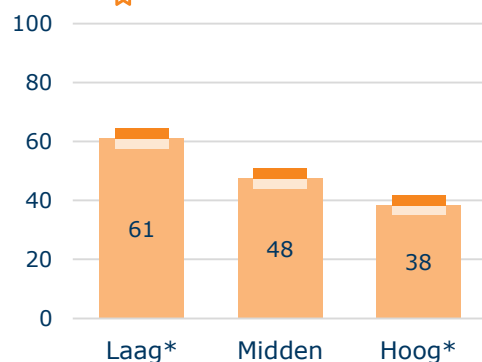
### Migratieachtergrond



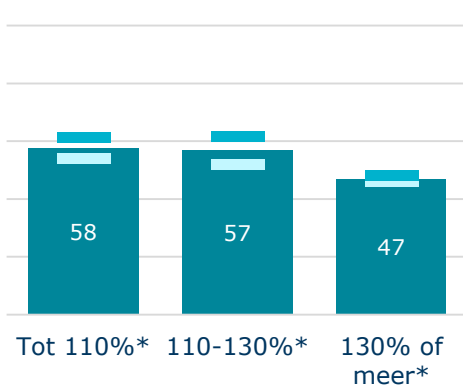
### Burgerlijke staat



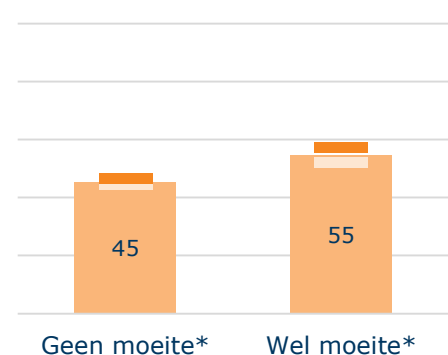
### Opleidingsniveau



### Inkomen



### Moeite met rondkomen



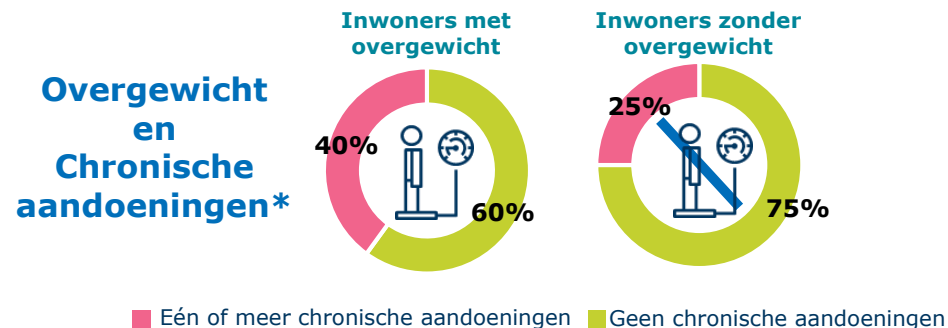
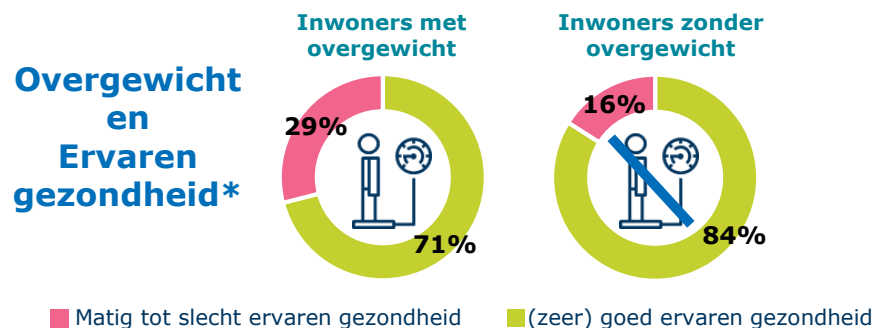
### Risicogroepen

- Mannen
- Leeftijd van 35+

- Marokkaanse, Turkse en Surinaamse migratieachtergrond
- Niet-alleenstaanden

- Laag opgeleiden
- Laag en midden inkomen
- Moeite met rondkomen





### Overgewicht en lichamelijke & psychosociale gezondheid



	Inwoners met overgewicht	Inwoners zonder overgewicht
<b>Stress</b>		
<i>Ervaart (heel) veel stress</i>	21	22
<b>Risico op angst en depressie</b>		
<i>Matig tot hoog risico op angst en depressie</i>	48	47
<b>Eenzaamheid</b>		
<i>Is eenzaam*</i>	56	50
<b>Regie over eigen leven</b>		
<i>Geen regie eigen leven*</i>	11	8
<b>Sociale uitsluiting</b>		
<i>Matig tot hoog sociaal uitgesloten*</i>	10	7
<b>Functionele beperking</b>		
<i>Heeft minimaal één beperking met horen, zien of mobiliteit*</i>	22	11

Percentages voor verschillende indicatoren voor Haaglandse inwoners met overgewicht en inwoners zonder overgewicht. Haaglanden, 2020.

\*Significant verschil tussen inwoners met overgewicht en inwoners zonder overgewicht.

### Kernpunten



- Bij deze verdiepende analyses is er gekeken naar verschillende indicatoren op het gebied van lichamelijke en psychosociale gezondheid en of er een verschil te zien is tussen Haaglandse inwoners die wel of geen overgewicht hebben.
- Inwoners met overgewicht, hebben vaker een **slechtere ervaren gezondheid**. Ook is het percentage dat **minstens 1 chronische aandoening** heeft hoger. Inwoners met overgewicht zijn tevens vaker **eenzaam** en scoren slechter op **regie over eigen leven** en **sociale uitsluiting**. Bovendien hebben de inwoners met overgewicht dubbel zo vaak **minstens 1 beperking met horen, zien of mobiliteit** t.o.v. inwoners zonder overgewicht.



## Overgewicht en leefstijl

Inwoners met  
overgewichtInwoners zonder  
overgewicht

## Voldoet aan beweegrichtlijnen

*Voldoet niet aan de beweegrichtlijnen\*  
(150 minuten per week matig intensieve  
inspanning verspreid over diverse dagen en  
minstens twee maal per week spier- en  
botversterkende activiteiten, voor ouderen  
gecombineerd met balansoefeningen)*

55

46

Ontbijt  $\geq$  5 dagen per week

*Ontbijt minder dan 5 dagen per week*

17

15

## Voldoet aan richtlijn voor fruit

*Voldoet niet aan richtlijn voor fruit  
(7 dagen per week minimaal 200 gram per  
dag)*

57

55

## Voldoet aan richtlijn voor groente

*Voldoet niet aan richtlijn voor groente-  
inname\*  
(5 dagen per week minimaal 250 gram per  
dag)*

68

63

## Alcoholgebruik

*Overmatige drinker*

13

15

## Roken

*Rookt*

17

16

## Slaap

*Staat doordeweeks niet uitgerust op*

18

18

Percentages voor verschillende indicatoren voor Haaglandse inwoners die overgewicht hebben en inwoners die geen overgewicht hebben. Haaglanden, 2020.

\*Significant verschil tussen inwoners die overgewicht hebben en inwoners die geen overgewicht hebben.

## Kernpunten



- Bij deze verdiepende analyses is er gekeken naar verschillende indicatoren op het gebied van leefstijl en of hier een verschil te zien is tussen Haaglandse inwoners die wel of geen overgewicht hebben.
- Op het gebied van leefstijl voldoen inwoners met overgewicht **minder vaak aan de beweegrichtlijnen**. Ook is het percentage dat **niet voldoet aan de richtlijn voor groente-inname** hoger bij inwoners met overgewicht vergeleken met inwoners zonder overgewicht.
- Er **geen verschil te zien** in het percentage dat minder dan 5 dagen per week ontbijt en niet voldoet aan de richtlijn voor fruitinname tussen inwoners met en zonder overgewicht. Ook is er geen verschil in het percentage overmatige drinkers, rokers en het percentage dat doordeweeks niet uitgerust opstaat.



*Inwoners met overgewicht scoren ongunstig op het gebied van ervaren gezondheid, psychosociale en lichamelijke gezondheid en op een aantal leefstijlaspecten.*



### Indicatoren die samenhangen met overgewicht

	Categorie	OR
<b>Leeftijd 35+</b>	Achtergrondkenmerken	2,2
<b>Laag opgeleid</b>	Achtergrondkenmerken	1,5
<b>Man</b>	Achtergrondkenmerken	1,4
<b>Geen goede ervaren gezondheid</b>	Lichamelijke gezondheid	1,4
<b>Chronische aandoening</b>	Lichamelijke gezondheid	1,4
<b>Marokkaanse, Turkse of Surinaamse Migratieachtergrond</b>	Achtergrondkenmerken	1,3
<b>Moeite met rondkomen</b>	Achtergrondkenmerken	1,3
<b>Functionele beperking (zien, horen of mobiliteit)</b>	Lichamelijke gezondheid	1,3
<b>Niet alleenstaand</b>	Achtergrondkenmerken	1,2
<b>Voldoet niet aan de beweegrichtlijn</b>	Voeding en beweging	1,2
<b>Voldoet niet aan de richtlijn voor groente-inname</b>	Voeding en beweging	1,2

Indicatoren die significant en onafhankelijk geassocieerd zijn met overgewicht, bij inwoners van 18 jaar en ouder. Haaglanden, 2020.

”  
Inwoners die laag opgeleid zijn hebben 1,5 keer zoveel kans om overgewicht te hebben.

### Kernpunten

- Bij een aantal indicatoren die worden genoemd op p.6 en 7 is er sprake van een significant verschil tussen Haaglandse inwoners die wel en geen overgewicht hebben. Ook bepaalde achtergrondkenmerken hangen samen met het hebben van overgewicht. Om antwoord te kunnen geven op de vraag welke indicatoren onafhankelijk van elkaar geassocieerd zijn met het hebben van overgewicht is er een regressieanalyse toegepast. Alleen de indicatoren die onafhankelijk van elkaar geassocieerd zijn met het hebben van overgewicht staan in de tabel hiernaast weergegeven. In de laatste kolom zijn de odds ratio's (OR's) gepresenteerd. Hoe hoger de OR, hoe sterker het verband tussen de onderzochte factor en het hebben van overgewicht.
- **Leeftijd 35+** heeft de hoogste OR. Dit houdt in dat inwoners vanaf 35 jaar **2,2 keer meer kans** hebben om overgewicht te hebben dan inwoners met de leeftijd van 18 t/m 34 jaar. Dit is onafhankelijk van de andere factoren die in de tabel staan. Met deze analysetechniek wordt er namelijk gecorrigeerd voor de andere factoren.
- Naast de OR is het van belang om te kijken naar de grootte van de groep, omdat dit iets zegt over het bereik van een mogelijke interventie. De groep die het grootst is, is de groep die niet voldoet aan de richtlijn voor groente-inname (68%). Deze groep heeft een OR van 1,2. Dat wil zeggen dat inwoners die **niet voldoen aan de richtlijn voor groente-inname 1,2 keer meer kans hebben om overgewicht** te hebben.



## Achtergrond

Overgewicht is abnormale of overmatige vetophoping die de gezondheid kan schaden. Wanneer iemand een BMI van 25 of hoger heeft is er sprake van overgewicht. Bij een BMI van 30 of hoger is er sprake van ernstig overgewicht, oftewel obesitas.<sup>1</sup>

Overgewicht ontstaat wanneer iemand voor een langere periode meer energie binnenkrijgt via eten en drinken, dan dat het lichaam verbrandt. Factoren die hier een rol in spelen zijn de obesogene omgeving, individuele oorzaken en genetische invloeden.<sup>2</sup>

### Referenties

1 WHO. Obesity and overweight. Beschikbaar via URL:

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>

2 Voedingscentrum. Overgewicht. Beschikbaar via URL:

<https://www.voedingscentrum.nl/encyclopedie/overgewicht.aspx#blokwat-zijn-gezondheidsrisico%e2%80%99s-bij-overgewicht?>

## Methode



De cijfers in deze factsheet zijn afkomstig van de Gezondheidsmeter 2020. Dit is een landelijk onderzoek dat eens in de vier jaar wordt uitgevoerd door alle GGD'en in samenwerking met het CBS en RIVM. Meer informatie over dit onderzoek is te vinden op de [Gezondheidsgids](#) Haaglanden.

Het onderzoek is uitgezet onder een steekproef van inwoners van Haaglanden. Er is dan altijd sprake van een mate van onzekerheid rond het gemeten gemiddelde. In deze factsheet wordt daarom niet alleen het gemiddelde getoond, maar ook het 95%-betrouwbaarheidsinterval (95%-BI). Het 95%-BI is een interval waar binnen men verwacht dat de werkelijke waarde ligt: stel het onderzoek wordt 100 keer herhaald, dan wordt verwacht dat het gemeten gemiddelde 95x binnen het interval valt. Hoe kleiner het interval is, hoe preciezer de schatting van de werkelijke waarde is. Het 95%-BI wordt kleiner naarmate het aantal respondenten die de vraag beantwoordt groter is. Om te bepalen of een verschil tussen twee waarden een werkelijk verschil betreft is het mogelijk om een statistische toets uit te voeren. In deze factsheet doen we dit door het vergelijken van 95%-betrouwbaarheidsintervallen\*. Significante verschillen worden aangegeven met een sterretje.

*\* Bij het gebruiken van deze methode bestaat er een kans dat bij hele kleine verschillen deze als niet significant worden bestempeld terwijl ze dit wel zijn.*



# Colofon

Deze factsheet is een uitgave van:

Afdeling Epidemiologie  
GGD Haaglanden  
Postbus 16130  
2500 BC Den Haag  
Tel: 088-355 01 00  
[www.gezondheidsgids.ggdhaaglanden.nl](http://www.gezondheidsgids.ggdhaaglanden.nl)

Overname van gegevens is toegestaan, mits voorzien van duidelijke bronvermelding.

Mocht u vragen en/of opmerkingen hebben over deze cijfers, dan kunt u contact opnemen met afdeling Epidemiologie van GGD Haaglanden op: [gezondheidsgids@ggdhaaglanden.nl](mailto:gezondheidsgids@ggdhaaglanden.nl)

Gepubliceerd op 14 februari 2022

