

Nieuwe groeicurven voor Vlaanderen

Vlaamse jongeren worden groter en zwaarder

Bodymass Vlaamse jongeren zijn de afgelopen decennia weer enkele centimeters groter geworden dan hun leeftijdsgenoten van 30 jaar geleden. Dit is een van de conclusies van het project Vlaamse Groeicurven.

Tekstbewerking Nico Krols | Fotoportret Jan Locus | Foto's VUB | Illustratie Ief Claessen

Het project Vlaamse Groeicurven is de eerste grootschalige studie die de groei en ontwikkeling van Vlaamse kinderen van 0 tot 21 jaar in kaart brengt, op basis van een representatieve steekproef. De studie liep van 2001 tot 2006 en heeft onder meer geleid tot actuele groeireferentiecurven voor lengte, gewicht, Body Mass Index (BMI), hoofdom-

trek, groeisnelheid en pubertaire ontwikkeling. De studie toont aan dat de lengte per generatie nog steeds gevoelig toeneemt. Dit fenomeen, een zogenaamde seculaire trend, bedraagt ongeveer 1,2 cm per tien jaar bij jongvolwassen jongens en 0,75 cm per tien jaar bij jongvolwassen meisjes. Jongens worden nu gemiddeld 181 cm groot, meisjes gemiddeld 167 cm. Vergelijkbare trends worden ook in onze buurlanden waargenomen, waardoor populatieverschillen nog steeds actueel zijn, zelfs in West-Europa. Vlaamse jongeren zijn gemiddeld 2 tot 3 cm groter dan hun leeftijdsgenoten uit Groot-Brittannië, maar ook 2 tot 4 cm kleiner dan Nederlandse jongeren, die tot de grootste van de wereld behoren.

LET OP DE BMI

Ook het gemiddelde gewicht is gevoelig toegenomen tijdens de voorbije decennia, maar deze trend is minder eenduidig. Tijdens de onderzochte periode zijn zowel de kleinste als de grootste kinderen groter geworden. Bij de meting van het gewicht is deze trend duidelijker aanwezig bij kinderen die al het zwaarst waren. Omdat er relatief veel (te) zware kinderen zijn, is er een toegenomen onevenredige verdeling van het gewicht. Daardoor kan – althans voor oudere kinderen – het verband tussen gewicht en leeftijd niet meer correct geïnterpreteerd worden, zonder ook de lengte in acht te nemen. Het is evenmin mogelijk om de grenzen van een normaal of gezond gewicht vast te leggen. Bij volwassenen is het om dezelfde reden al sinds de jaren 1980 gebruikelijk om de relatieve lichaamsmassa te beoordelen aan de hand van de BMI: het gewicht (in kilogram) gedeeld door het kwadraat van de lengte (in meter). Dit wordt ook wel de Quételet-index genoemd, naar de Belgische wetenschapper Adolphe Quételet. Die beschreef al in 1835 dat het gewicht zich verhoudt tot het kwadraat van de lengte. Een BMI van 25 kg/m² of



meer wordt beschouwd als overgewicht, een BMI van 30 of meer als obesitas.

De International Obesity Taskforce (IOTF) heeft voor de BMI internationale grenswaarden opgesteld. Dat criterium is momenteel de standaard voor het schatten van de prevalentie van overgewicht en obesitas. Toetsing van de BMI van Vlaamse kinderen aan het IOTF-criterium toont aan dat 12% van de jongens en 13,3% van de meisjes van 2 tot 18 jaar oud overgewicht heeft. Voor obesitas bedraagt dit respectievelijk 2,7% en 3,1%. In vergelijking met andere West-Europese landen is dit geen uitzonderlijk hoge score, maar overgewicht is daarmee wel het meest voorkomende gezondheidsrisico bij Vlaamse jongeren. Ook verontrustend is de blijvende stijging van de prevalentie van overgewicht. In vergelijking met registratiegegevens van het Medisch Schooltoezicht uit het schooljaar 1996-1997 zien we dat de prevalentie van overgewicht over een periode van 6 à 7 jaar is toegenomen met 2,4% bij jongens en met 1,7% bij de meisjes. Voor obesitas is de toestand nog ernstiger. In de onderzochte periode is er een stijging van 50% (+ 0,9% bij jongens en + 1,1% bij meisjes).

WORDEN KINDEREN SNELLER PUBER?

De studie Vlaamse Groeicurven heeft ook voor het eerst de pubertaire ontwikkeling in kaart gebracht. Dit gebeurt door middel van een gestandaardiseerde evaluatie van een aantal geslachtskenmerken (pubisbehaaring, borstontwikkeling en leeftijd van de eerste maandstonden bij meisjes; pubisbehaaring, genitale ontwikkeling en testisvolume bij jongens). Deze nieuwe normen bieden een referentiekader voor het evalueren van de pubertaire ontwikkeling, maar de geldende criteria voor vroegtijdige puberteit (9 jaar bij jongens, 8 jaar bij meisjes) blijven onverkort van kracht. De puberteit start gemiddeld rond 11,4 jaar bij jongens en rond 10,7 jaar bij meisjes. De eerste maandstonden komen gemiddeld op de

VLAAMSE GROEICURVEN

Het project Vlaamse Groeicurven werd uitgevoerd door het Laboratorium Antropogenetica van de Vrije Universiteit Brussel (VUB) en de Dienst Jeugdgezondheidszorg van de Katholieke Universiteit Leuven (KUL), in samenwerking met de centra voor leerlingenbegeleiding (CLB) en Kind en Gezin. Voor de studie werden 18.025 kinderen en jongeren gemeten en bevraagd door consultatiebureaus, kinderdagverblijven, de centra voor leerlingenbegeleiding, een studentengezondheidscentrum en een arbeidsgeneeskundige dienst.

Dit onderzoek kwam tot stand met de steun van de Vlaamse Regering, in opdracht van de minister verantwoordelijk voor het gezondheidsbeleid.

leeftijd van 13 jaar. Minder dan 5% van de meisjes krijgen hun eerste maandstonden vóór de leeftijd van 11 jaar. Die gemiddelden zijn vergelijkbaar met wat in onze buurlanden wordt gemeten. Wanneer we (ver) terugkijken in de tijd is er ook wat het tempo van groei en de start van de puberteit betreft een belangrijke seculaire trend geweest: steeds jongere leeftijden.

Voor meisjes is deze trend, althans wat de leeftijd van de eerste maandstonden betreft, al ruim 50 jaar gestabiliseerd. Voor jongens weten we het niet, omdat het historische referentiemateriaal ontbreekt. Het project Vlaamse Groeicurven omvatte ook de

Kinderen uit een minder begoede socio-economische omgeving en allochtone kinderen zijn doorgaans kleiner en kampen vaker met overgewicht.



Mathieu Roelants (VUB): "Met deze studie beschikken we eindelijk over een goede referentie voor de groei van Vlaamse kinderen."



worden vooral zichtbaar tijdens de adolescentie en bij jongvolwassenen. Ook overgewicht komt bij allochtone jongeren bijna dubbel zoveel voor als bij Vlaamse jongeren. In Nederland werden afzonderlijke groeicurven ontwikkeld voor kinderen van Turkse en Marokkaanse origine. Onderzoek bij Vlaamse jongeren van Turkse en Marokkaanse origine toont aan dat hun groeistatus beter aansluit bij de specifieke referentiecuren die zijn opgesteld in Nederland. Voor het evalueren van de groei van Vlaamse allochtone jongeren wordt dan ook aanbevolen om over te schakelen op deze in Nederland opgestelde specifieke curven.

analyse van een aantal factoren die groei beïnvloeden. Opvallend daarbij is dat aan het begin van de 21ste eeuw sociale verschillen in groei nog steeds actueel zijn. Kinderen van laaggeschoolde of werkloze ouders, jongeren uit het beroepsonderwijs, kinderen die opgroeien in een eenoudergezin of in een groot gezin (4 kinderen of meer) zijn gemiddeld kleiner. Kinderen van hooggeschoolde ouders, of jongeren uit het algemeen secundair onderwijs

De afgelopen zeven jaar is het aantal jongeren met obesitas met 50% gestegen.

worden gemiddeld groter. Overgewicht komt dan weer meer voor bij kinderen die in een minder gunstige

sociaaleconomische omgeving opgroeien. Historisch is er altijd een belangrijk verschil geweest. Omwille van een beduidend grotere seculaire trend bij de totale bevolking (rekruten) in vergelijking met de meer begoede klassen (universiteitsstudenten) werd er echter voorspeld dat deze verschillen aan het einde van de vorige eeuw zouden verdwijnen. De huidige studie toont aan dat dit (nog) niet het geval is.

Ook herkomst beïnvloedt de groei in belangrijke mate. Allochtone kinderen, die om deze reden niet in de referentiecuren werden opgenomen, zijn gemiddeld enkele centimeters kleiner dan hun autochtone leeftijdsgenoten. Die verschillen



- ▶ Referentiecuren voor lengte/gestalte, gewicht, Body Mass Index, hoofdomtrek, buikomtrek, armomtrek, groeisnelheid en pubertaire ontwikkeling voor Vlaamse kinderen zijn beschikbaar op www.vub.ac.be/groeicurven
- ▶ Reacties welkom op www.weliswaar.be/forum