Overgewicht bij kinderen in kansarme groepen. Onderzoek naar drempels voor ouders om hun kinderen aan te zetten tot gezond leven.

Haio: CAPPAERT Liesbeth , KUL
Promotor: WILLEMS Sara , U.G.
Praktijkopleider: VAN DEN ABBEELE Stefan , VAN PUYENBROECK Jo

Context: Overgewicht bij kinderen is een relevant probleem en gaat gepaard met belangrijke gezondheidsrisico's. Het beleid bestaat voornamelijk uit levensstijlveranderingen zoals het bevorderen van slaap, gezonde eetgewoonten en veel bewegen. Sportparticipatie biedt, naast gezondheidsvoordelen, ook andere positieve effecten zoals het opbouwen van een netwerk en het aanleren van sociale vaardigheden. Uit onderzoek is gekend dat kinderen die opgroeien in een lager socio-economisch milieu minder deelnemen aan georganiseerde sportactiviteiten.

Onderzoeksvraag: Wat zijn drempels voor ouders om hun kinderen aan te zetten tot een gezonde levensstijl en meer bepaald tot beweging? Deze onderzoeksvraag is tweeledig: Enerzijds onderzoeken we welke drem-pels ouders verhinderen om hun kinderen aan te zetten tot beweging in de thuissituatie (buiten-spelen, met de fiets naar school gaan …). Anderzijds peilen we welke factoren ouders beletten om hun kinderen aan te zetten tot deelname aan een georganiseerde sportactiviteit (lid worden van een sportclub of deelnemen aan een sportkamp …). Daarnaast gaan we na hoe we ouders kunnen triggeren om hun kinderen aan te zetten tot beweging.

Methode: Dit kwalitatief onderzoek bestaat uit interviews met ouders van kinderen met overgewicht die opgroeien in een kansarm milieu. Uit het medisch programma van wijkgezondheidscentrum De Vlier in Sint-Niklaas, hebben we een lijst getrokken van zes- tot en met twaalfjarige patiënten met overgewicht. We rekruteerden de ouders tijdens een consultatie of telefonisch. De interviews wer-den afgenomen aan de hand van een interviewgids met open vragen. De vragen peilden naar de hoeveelheid beweging in de thuissituatie, de sportparticipatie en wat voor de ouders drempels waren om hun kind hiertoe aan te zetten. Ook potentiële triggers werden bevraagd. Daarnaast peilden we naar eventuele kansarmoede volgens de kansarmoede-criteria van Kind en Gezin. De interviews werden opgenomen en nadien uitgeschreven en verwerkt met het programma Nvivo.

Resultaten: Tussen mei en september 2019 werden vijftien interviews afgenomen bij ouders van kinderen van zes tot en met twaalf jaar met overgewicht. De origine van de geïnterviewde populatie was divers; twaalf gezinnen hadden een migratie-achtergrond. Volgens de kansarmoede-criteria van Kind en Gezin waren twaalf van deze kinderen kansarm. Elf van de vijftien kinderen hadden nog nooit deel-genomen aan een georganiseerde sportactiviteit en er werd ook weinig beweging in de thuissitua-tie gerapporteerd. De voornaamste drempels voor beweging in de thuissituatie waren plaatsgebrek en afwezigheid van een tuin, tijdsgebrek van de ouders en het veelvuldig gebruik maken van schermen zoals TV, smartphone en tablet. Redenen voor afwezigheid van sportparticipatie waren soms gerelateerd aan het kind (geen interesse, schaamte omwille van kansarmoede of overge-wicht). Anderzijds waren de drempels gerelateerd aan de ouders. Hierbij viel op dat een taalbarriè-re bij anderstalige nieuwkomers een belangrijke drempel vormde om het sportaanbod te leren kennen. Ook voor autochtone ouders was er soms een gebrek aan kennis van het aanbod. Daar-naast werden tijdsgebrek, gezondheidsredenen en financiële problemen als drempel aangehaald. Drempels met betrekking tot de sportfaciliteit bestonden uit de bereikbaarheid ervan en de leeftijd naar wie de faciliteit zich richt. De voornaamste triggers tot sportparticipatie waren: verstaanbare informatie verkregen via school, de stad, de dokter of kennissen, de nabijheid

van sportactiviteiten of het plaatsvinden van sportactiviteiten op het schooldomein, aansluitend bij de schooluren.

Conclusie: Het is belangrijk om te proberen begrijpen wat voor ouders in kansarme groepen drempels zijn om hun kinderen aan te zetten tot beweging. Hoewel gebrek aan financiële middelen een drempel kan zijn, is dit zeker niet het enige aspect. Er moet daarom worden ingezet op beschikbaarheid van verstaanbare informatie, in het bijzonder voor mensen die het Nederlands minder machtig zijn.