

**Twentse**  
**Gezondheids**  
**Verkenning (TGV)**  
*Gezondheid op de rails*



# WIJ(K) Lekker fit!? Hellendoorn

Ongeveer de helft van de Nederlandse volwassenen (48%) van 19 jaar en ouder heeft overgewicht. Overgewicht komt bij oudere leeftijdscategorieën (60% van 65+) meer voor dan bij jongere leeftijdscategorieën. Twente heeft een groter gedeelte van de volwassenen overgewicht dan in Nederland (52%). De gemeente Hellendoorn doet mee aan WIJ(K) Lekker fit!? en heeft de GGD gevraagd om inzicht te geven in de gezondheid en leefstijl van inwoners. De resultaten staan in deze factsheet beschreven.

Om een beeld te schetsen van de gemeente Hellendoorn staan in de tabel hieronder kenmerken van de gemeente over de gezondheid, de demografie en andere factoren die op de gezondheid van invloed zijn (Koedijk & Boom, 2013).

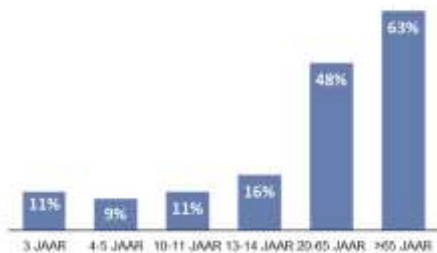
**Tabel 1** Demografische gegevens en maten van gezondheid in de gemeente Hellendoorn

<b>Bewoners:</b>	
Inwoneraantal	35.796, verwachte krimp van 7% tussen 2012 en 2040
Vergrijzing	Stijging aandeel ouderen van 18% in 2012 naar 30% in 2040 (hoger dan in Twente en Nederland).
Demografie	Meer autochtone Nederlanders, gehuwden en laagopgeleiden en meer huishoudens met kinderen vergeleken met de rest van Twente en Nederland.
<b>Maten van gezondheid:</b>	
Levensverwachting	De gemiddelde levensverwachting bij geboorte in Hellendoorn is 80,4 jaar (Twente 80,5 jaar) en Nederland 81,0 jaar).
Ervaren gezondheid	Grootste gedeelte van de jongeren en volwassen ervaart hun eigen gezondheid als uitstekend tot goed, vergelijkbaar met de rest van Twente. Met name 75-plussers ervaren de gezondheid als matig tot slecht.
Sterfte	De totale sterfte in Hellendoorn is vergelijkbaar met Nederland. De sterfte aan hart- en vaatziekten is in Hellendoorn hoger dan in Nederland.
Roken	<ul style="list-style-type: none"><li>• 10% van de leerlingen uit klas 2 en 4 rookt dagelijks</li><li>• 25% van de volwassenen rookt; dit is lager dan in Twente (27%)</li><li>• Ouderen roken vergelijkbaar met Twente (12%)</li></ul>

**Gezondheid in Hellendoorn vergelijkbaar met Twente, krimp bevolking en vergrijzing punt van aandacht**

## Twente Overgewicht

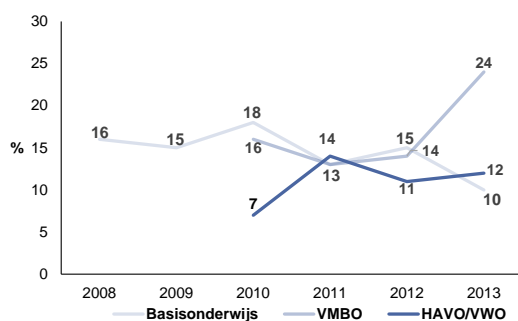
Jongeren uit Hellendoorn tussen 3 en 14 jaar scoren met overgewicht beter dan Twente, zowel in het basis als voortgezet onderwijs. Toch behoeft dit onderwerp gezien de hoge prevalenties aandacht. Ongeveer de helft van de volwassenen en ruim de helft van de ouderen heeft overgewicht (Koedijk & Boom, 2011). Het percentage overgewicht neemt toe met de leeftijd, zoals is weergegeven in figuur 1, maar of er een daadwerkelijk verband tussen leeftijd en overgewicht bestaat kan uit dit figuur niet gehaald worden.



Figuur 1: Percentage matig en ernstig overgewicht naar leeftijd (JGZ registratie, 2013, Volwassenenmonitor, 2012 en ouderonderzoek, 2010)

## Jongeren Overgewicht

Bij jongeren in zowel het basis als voortgezet onderwijs in Hellendoorn komt overgewicht minder voor dan in Twente en Nederland. Ten opzichte van 2012 is het percentage overgewicht bij basisschoolleerlingen in 2013 significant gedaald. Overgewicht komt meer voor bij VMBO-leerlingen dan bij HAVO- en VWO-leerlingen. Ten opzichte van 2012 is het percentage overgewicht bij VMBO-leerlingen in 2013 significant gestegen (Koedijk & Boom, 2013).



Figuur 2: Percentage overgewicht bij jongeren 2008-2013 (JGZ registratie)

## Leefstijl

Te weinig bewegen en een ongezond voedingspatroon leiden tot overgewicht. Van de deelnemers aan E-MOVO uit Hellendoorn voldoet 22% aan de beweegnorm van minimaal een uur per dag matig intensieve beweging. Van de Twentse deelnemers is dit 18%. Het dagelijks eten van groenten en fruit wordt weinig gedaan door jongeren in Hellendoorn. Slechts 28% eet dagelijks twee stuks fruit en slechts 33% dagelijks groenten (Koedijk & Boom, 2013).

## Omgeving

Buiten spelen is een belangrijke factor voor de ontwikkeling van kinderen. Spelen stimuleert de creativiteit, scherpt de intelligentie en vormt de basis van morele en sociale ontwikkeling. In de gemeente Hellendoorn is het gemiddeld aantal kinderen per hectare speelruimte 62. Dit is meer dan het gemiddelde voor Overijssel (55) en Nederland (49), wat betekent dat de kinderen in Hellendoorn gemiddeld minder speelruimte hebben vergeleken met de rest van Overijssel en Nederland (Verwey-Jonker Instituut, 2012).

## Wijkanalyse overgewicht

In tabel 2 staan de percentages overgewicht bij jongeren per wijk. Statistisch gezien wijkt het percentage overgewicht in wijk 1,2 en 3 niet af t.o.v. de rest van Hellendoorn, waaruit blijkt dat er geen wijken aangewezen kunnen worden waarbij extra aandacht moet worden besteed aan overgewicht bij jongeren.

Tabel 2 Percentage overgewicht (inclusief obesitas) bij jongeren in Hellendoorn, 2013

Wijken	Percentage overgewicht
Wijk 1: Hellendoorn-Centrum, De Hófte, Den Dam, De Blenke, De Zuid Es, De Noord Es, Hellendoorn	11%

Wijk 2: Zeeheldenwijk, Wilhelminawijk, Gagelman , Industrierrein-Noord, Nijverdal-Centrum, Bloemen-Schilderswijk, Noetsele I, Noetsele II en III, 't Hexel, Dorp Haarle, Haarle, Prinsessenwijk, De Brake, Konijnenberg, Nijverdal Oost, De Blokken, Groot Lochter, 't Lochter, 'n Oaln Diek, Boersingel	12%
Wijk 3: Egede, Elen en Rhaan, Marle, Daarle, Daalerveen, Dorp Daarle, Dorp Daarlerveen, Hulsen dorp, Kruidenwijk (Oost, Centrum, Noord, West, Zuid), Hulsen	12%

- **Minder overgewicht bij jongeren dan in Twente en Nederland**
- **Er wordt weinig groenten en fruit gegeten door jongeren in Hellendoorn**

## Volwassenen

### Overgewicht

Van de volwassenen heeft 48% overgewicht (mannen: 57%, vrouwen: 39%). Het percentage overgewicht neemt toe met de leeftijd, zie figuur 1. Overgewicht komt meer voor bij laagopgeleiden dan bij hogeropgeleiden (Haitsma & Visser, 2013).

### Leefstijl

Driekwart van de volwassenen voldoet aan de Nederlandse Norm Gezond Bewegen van ten minste 5 dagen per week minimaal 30 minuten matig intensief bewegen, vergelijkbaar met Twente. Onderzoek van Sportservice Overijssel laat zien dat het aandeel volwassenen in Hellendoorn dat minimaal één maal in de week sport in 2012, hoger is dan gemiddeld in Overijssel (66% vs. 61%). Het dagelijks eten van groenten en fruit wordt weinig gedaan door volwassenen en hierin blijven ze achter bij de rest van Twente (Koedijk & Boom, 2011).

### Omgeving

De gemiddelde afstand tot een bos voor bevolking van Hellendoorn is 0,9 km (tegenover het Nederlands gemiddelde van 2,1 km). Ook is er meer beschikbaar openbaar groen binnen 500 meter van de woning in Hellendoorn dan de voorgeschreven norm uit de Nota Ruimte (218 m<sup>2</sup> in Hellendoorn; 75m<sup>2</sup> volgens norm) (Koedijk & Boom, 2013).

### Wijkanalyse overgewicht

In tabel 3 staan de percentages overgewicht bij volwassenen per wijk. Er kunnen geen wijken aangewezen worden waarbij extra aandacht moet worden besteed aan overgewicht bij volwassenen.

**Tabel 3** Percentage overgewicht (inclusief obesitas) bij volwassenen in Hellendoorn, 2011

Wijken	Percentage overgewicht
Wijk 1	44%
Wijk 2	47%
Wijk 3	40%

\*Schattingen o.b.v. bevolkingskenmerken (leeftijd, geslacht, etniciteit, inkomen, type huishouden en mate van stedelijkheid)

## Ouderen

### Overgewicht

Zoals in figuur 1 weergegeven is, neemt het percentage van de bevolking met overgewicht toe naarmate de leeftijd toeneemt. In Hellendoorn heeft gemiddeld 63% van de ouderen overgewicht en dit percentage is vergelijkbaar met de rest van Twente (Koedijk & Boom, 2013).

### Leefstijl

Ruim de helft van de ouderen in Hellendoorn voldoet aan de beweegnorm van tenminste 5 dagen minimaal 30 minuten matig intensief bewegen, vergelijkbaar met de rest van Twente. Uit preventieve huisbezoeken bij 269 ouderen van 75+ blijkt dat de meerderheid regelmatig beweegactiviteiten uitvoert (Visser, 2013). Van de ouderen in Hellendoorn geeft 77% aan dagelijks groenten en fruit te eten en dit percentage is lichtelijk hoger dan in de rest van Twente (Koedijk & Boom, 2013).

### Mobiliteitsbeperkingen en eenzaamheid

Van de ouderen in Hellendoorn geeft 24% aan één of meerdere mobiliteitsbeperkingen te hebben, vergelijkbaar met de rest van Twente. Dit probleem speelt vooral bij de 75+ers (36%). Door de vergrijzing zal het aantal ouderen met een mobiliteitsbeperking stijgen van 1450 gevallen nu tot 2400 gevallen in 2040. Uit preventieve huisbezoeken bij 75+ blijkt ook dat ouderen zich in hun gezondheid met name beperkt voelen door beperkingen in mobiliteit (lopen, tillen, bukken) (Visser, 2013). Van de volwassenen en ouderen gaf 5% aan zich ernstig tot zeer ernstig eenzaam te voelen. Het percentage eenzaamheid stijgt met de leeftijd (Koedijk & Boom, 2013). Uit de preventieve bezoeken bij 75+ blijkt dat een klein aantal ouderen eenzaamheid als een probleem ziet (Visser, 2013).

### Wijkanalyse overgewicht

In tabel 4 staan de percentages overgewicht bij ouderen per wijk. Er kunnen geen wijken aangewezen worden waarbij extra aandacht moet worden besteed aan overgewicht bij ouderen.

**Tabel 4** Percentage overgewicht (inclusief obesitas) bij ouderen in Hellendoorn, 2013\*

Wijken	Percentage overgewicht
Wijk 1	59%
Wijk 2	62%
Wijk 3	61%

\*schattingen o.b.v. bevolkingskenmerken (leeftijd, geslacht, etniciteit, inkomen, type huishouden en mate van stedelijkheid)

- Overgewicht bij ouderen in Hellendoorn vergelijkbaar met Twente en Nederland
- Meerderheid van de ouderen beweegt voldoende en eet voldoende groenten en fruit
- Aantal mensen met een mobiliteitsbeperking stijgt door vergrijzing

### Aanbevelingen

Overgewicht komt bij jongeren in Hellendoorn minder vaak voor dan in Twente en Nederland, maar door de hoge prevalentie verdient dit toch de aandacht. Voornamelijk meisjes en VMBO leerlingen vereisen aandacht, aangezien zij een verhoogd risico op overgewicht hebben. Aandacht voor voldoende beweging en gezonde voeding is hierbij van belang. Zo kan er meer speelruimte in de wijken gecreëerd worden. Daarnaast is het van belang dat ouders en kinderen betrokken worden bij interventies. Bij volwassenen is speciale aandacht vereist voor laagopgeleiden, aangezien zij vaker overgewicht hebben. Ouderen zouden gestimuleerd kunnen worden om meer te gaan bewegen door het promoten van sport- en bewegingsactiviteiten vanuit activiteitencentra. Niet alleen helpt dit overgewicht tegen te gaan, maar ook mobiliteitsbeperkingen en eenzaamheid kunnen hierdoor verminderd worden.

### Literatuur

Haitsma, O., & Visser, J. (2011). Gezond ouder worden in Twente. Ouderenonderzoek 2010. Enschede: GGD Twente.

Koedijk, F., Boom, C. (2013). Twentse Gezondheidsverkenning (TGV). Gezondheid op de rails. Hellendoorn. Enschede: GGD Twente.

Verwey-Jonker Instituut. (2012). Kinderen in Tel Databoek 2012. Kinderrechten als basis voor lokaal jeugdbeleid.

Visser, J (2013). Soek 'Senioren Op Eigen Kracht' Hellendoorn 2013. Enschede: GGD Twente.





**Meer weten?**

EMAIL  
[info@ggdtwente.nl](mailto:info@ggdtwente.nl)

TWITTER  
[@TwentseGV](https://twitter.com/TwentseGV)



WEBSITE  
[twentsegezondheidsverkenning.nl](http://twentsegezondheidsverkenning.nl)