Bestrijding van de obesitasepidemie met een schoolgebonden interventie: Langetermijneffecten van De Gezonde Basisschool van de Toekomst

Achtergrond
Gezondheidsbevorderende maatregelen op school worden steeds meer gezien als een effectieve strategie om de gezondheid te verbeteren en obesitas te voorkomen. Gegevens over de effectiviteit van schoolinterventies op lange termijn zijn schaars. Deze studie onderzoekt de vierjarige effectiviteit van de schoolinterventie De Gezonde Basisschool van de Toekomst (GBT) op de body mass index z-score (BMIz) van kinderen, en op de secundaire uitkomsten buikomtrek, eet- en beweeggedrag. Buikomtrek is een belangrijke voorspeller van diabetes en hart-, en vaatziekten.

Methoden en resultaten
Deze studie heeft een quasi-experimenteel onderzoeksdesign met vier interventiescholen, waaronder twee volledige GBT (focus: voeding en beweging) en twee gedeeltelijke GBT (focus: beweging), en vier controlescholen. Basisschoolkinderen (4-12 jaar) van de acht deelnemende scholen werden uitgenodigd om zich tussen 2015 en 2019 in te schrijven voor het onderzoek. Jaarlijkse metingen bestonden uit antropometrie (gewicht, lengte en middelomtrek), eetgedrag (kind- en oudervragenlijsten) en beweeggedrag (versnellingsmeters). Tussen 2015 en 2019 deden 2236 kinderen mee met het onderzoek. Na vier jaar interventie leidden zowel volledige (geschatte interventie-effect (B = -0.17 (95%CI -0.27 tot -0.08) p = 0.000) als gedeeltelijke GBT (B = -0.16 (95%CI -0.25 tot -0.06) p = 0.001) tot significante veranderingen in de BMIz van kinderen in vergelijking met controlescholen. Ook de buikomtrek veranderde ten gunste van zowel volledige als gedeeltelijke GBT. In volledige GBT veranderden bijna alle voedingsgedragingen significant op korte termijn. Op lange termijn bleven vooral de consumptie van water en zuivelproducten significant minder in vergelijking met de controlescholen.

Interpretatie
Deze gezondheidsbevorderende schoolinterventie is effectief in het tot stilstand brengen van ongunstige veranderingen in lichaamssamenstelling, zowel op korte als op lange termijn. Het biedt beleidsmakers robuust bewijs om deze interventies duurzaam te implementeren in de schoolroutine.

Klik hier om het volledige Engelstalige artikel te lezen.