

‘What you see is what you get?’ De Rol van Belangrijke Sociale Partners en de Coronacrisis in het Eetgedrag van Adolescenten

Nina van den Broek¹

¹*Behavioural Science Institute, Radboud Universiteit, Nijmegen, Nederland*

Samenvatting Veel jongeren hebben een ongezond consumptiepatroon. Waarom? Dit proefschrift biedt unieke inzichten in deze vraag door jongeren zelf, hun moeders, en hun beste vrienden te volgen over de eerste vier jaren van de middelbare school. Het bleek dat het eetgedrag van moeders, en minder dat van beste vrienden, samenhangt met de ontwikkeling van het (on)gezonde eetgedrag van jongeren. Zo bleek dat als moeders meer ongezond snackten, jongeren zelf later ook meer snackten. Ook werd het belang van moeders tijdens de coronacrisis aangetoond. Zo bleek bijvoorbeeld dat terwijl gemiddeld gezien de groente- en fruitconsumptie van jongeren blijvend was gedaald na de eerste coronalockdown, deze daling niet blijvend was voor jongeren van wie moeders meer groente en fruit aten. Hun groente- en fruitconsumptie was weer even hoog als vóór de coronacrisis. Samenvattend lijkt de appel dus niet zo ver van de boom te vallen. Voor toekomstig onderzoek is het relevant om de rol van andere sociale partners te onderzoeken die vanwege praktische redenen niet zijn geïncludeerd in het huidige onderzoek (zoals vaders, niet-biologische ouders, leeftijdgenoten anders dan beste vrienden, en broers of zussen). Zo kan een completer beeld worden verkregen van de socio-contextuele factoren die van invloed zijn op het eetgedrag van jongeren.

Trefwoorden adolescenten, eetgedrag, ouders, peers, coronacrisis

Artikelgeschiedenis

Ontvangen: 6 april 2023

Geaccepteerd: 4 juli 2023

Online: 23 augustus 2023

Contactpersoon

Nina van den Broek,
nina.vandenbroek@ru.nl

Copyright

© Author(s); licensed under Creative Commons Attribution 4.0. This allows for unrestricted use, as long as the author(s) and source are credited.

Financiering Onderzoek

Dit onderzoek werd mogelijk gemaakt door NWO (projectnummer 451-05-013), ZonMw (projectnummer 10430-03201-0009) en het Behavioural Science Institute van de Radboud Universiteit in Nijmegen.

Belangen

De auteur heeft geen belangen te vermelden.

Veel jongeren consumeren te veel energierijke, voedingsarme ‘ongezonde’ voeding (zoals frisdrank, zoete snacks, en hartige snacks) en te weinig energiearme, voedingsrijke ‘gezonde’ voeding (zoals fruit en groenten). Dit ongezonde consumptiepatroon tijdens de adolescentie is een reden tot zorg, omdat dit patroon kan doorwerken tot in de volwassenheid (e.g., Lien et al., 2001; Lytle et al., 2000), en geassocieerd is met verschillende nadelige gevolgen voor de gezondheid. Zo kan een ongezond consumptiepatroon bijdragen aan een hogere Body Mass Index (BMI; de verhouding tussen iemands gewicht en lengte) en daarmee gepaarde gaande nadelige gezondheidseffecten (Di Cesare et al., 2019), ook op mentaal gebied (Luppino et al., 2010). Het is echter nog niet bekend of BMI en mentale gezondheid causaal geassocieerd zijn en in welke richting dit verband verloopt. Daarom was het eerste doel van dit proefschrift om de potentieel causale rela-

tie tussen BMI en mentale gezondheid te onderzoeken. Daarnaast was het doel van dit proefschrift om inzicht te verschaffen in de factoren waarop ingegrepen kan worden om gezonde voedselinname te bevorderen en ongezonde voedselinname te ontmoedigen. Aangezien eten en drinken vaak plaatsvindt in de aanwezigheid van anderen, werden daarom voor het tweede doel van dit proefschrift verschillende belangrijke socio-contextuele factoren (i.e., het eetgedrag van moeders, het eetgedrag van beste vrienden, en de COVID-19 pandemie) onderzocht die het gezonde en ongezonde eetgedrag van jongeren kunnen bepalen.

Voor het eerste doel van dit proefschrift, hebben we met behulp van Mendeliaanse randomisatie (waarbij genetische varianten worden gebruikt als proxy voor risicofactoren) onderzocht of BMI en mentale gezondheid causaal zijn geassocieerd. We hebben kunnen aantonen dat een hoger BMI leidt tot een slechtere mentale gezondheid, maar dat dit niet omgekeerd het geval is (van den Broek, Treur, Larsen, Verhagen, Verweij, & Vink, 2018).

Voor het tweede doel, het bepalen van socio-contextuele factoren in het eetgedrag van jongeren, werd een vragenlijststudie opgezet (zie: 'G(V)OED voor elkaar' onderzoeksproject; <https://osf.io/bysgq/>). Aan het onderzoek deden zowel jongeren als hun ouders en klasgenoten mee. In dit onderzoek hebben we om praktische redenen gekozen om wat betreft ouders ons alleen te richten op de rol van moeders. Er deden te weinig vaders mee (~25% van de respondenten) om mogelijke verschillen tussen de invloed van vaders en moeders op het eetgedrag van hun kind te kunnen onderzoeken. Omdat die verschillen er mogelijk wel zijn, hebben we besloten om alleen naar het effect van moeders te kijken in plaats van vaders en moeders samen mee te nemen. We vonden relatief eenduidig bewijs dat het eetgedrag van moeders, maar niet van beste vrienden, zowel op hetzelfde moment als over de tijd heen samenhangt met het eetgedrag van hun adolescente kinderen (van den Broek, Larsen, Verhagen, Eisinga, Burk, & 2018; van den Broek et al., 2020; van den Broek, de la Haye, Veldhuis, Verhagen, Larsen, Vink, & Burk, 2022). We ontdekten bovendien dat moeder-kindovereenkomsten in ongezond snacken over de tijd heen meer uitgesproken waren bij jongeren die meer televisie keken, en dat moeder-kindovereenkomsten in gezond eetgedrag op hetzelfde moment groter waren wanneer moeders vaker gezonde voeding consumeerden in het bijzijn van hun kinderen. Ook bleek dat de consumptie van buitenshuis verkregen ongezonde snacks door jongeren positief samenhangt met de ongezonde snack consumptie van hun beste vriend wanneer zij vaker samen aten tijdens de schoolpauzes.

Ook werd het potentiële effect van de COVID-19 pandemie op het eetgedrag van jongeren onderzocht. Uit de resultaten van deze twee studies bleek dat de totale consumptie (zowel de gezonde als de ongezonde) tijdens de eerste lockdown afnam, voornamelijk door een daling van de consumptie van buitenshuis verkregen voeding. Zes maanden na de eerste lockdown lag de consumptie van ongezonde voeding weer op het niveau van vóór de pandemie, terwijl de consumptie van gezonde voeding lager was gebleven. Dit laatste was echter niet het geval als moeders relatief veel gezonde voeding consumeerden

(van den Broek, Larsen, Verhagen, & Vink, 2022; van den Broek, Larsen, Verhagen, Burk, & Vink, 2023).

Ondanks dat het van belang is om de bevindingen van dit proefschrift in andere landen en bij steekproeven met een hoger risico (zoals een hogere BMI score en lagere sociale economische positie) te repliceren, kunnen er een aantal conclusies getrokken worden die wetenschappelijk en maatschappelijk relevant zijn. Allereerst laten de bevindingen van dit proefschrift zien dat het eetgedrag van moeders over het algemeen belangrijk is voor het eetgedrag van jongeren tijdens de vroege adolescentie en midden-adolescentie. Het is daarom van belang dat moeders betrokken worden als belangrijke rolmodellen in programma's die tot doel hebben om het eetgedrag van jongeren in de eerste jaren van de middelbare school te verbeteren.

Bovendien suggereert dit proefschrift dat het relevant is om rekening te houden met de soort voeding en de omgeving waarin voeding wordt verkregen. Zo blijkt de rol van moeders het meest prominent voor gezond eetgedrag. Het betrekken van moeders lijkt dus meer veelbelovend bij het bevorderen van gezond eetgedrag. Wanneer daarentegen het doel is om ongezond eetgedrag te ontmoedigen, zijn de effecten waarschijnlijk kleiner en beïnvloeden moeders ongezond eetgedrag wellicht alleen in de thuissituatie. Om ongezond eetgedrag buitenshuis te ontmoedigen, zullen andere sociale partners of interventie-elementen moeten worden ingebouwd. Er zijn aanwijzingen gevonden dat beste vrienden in dit opzicht waardevol kunnen zijn, maar alleen bij een hoge mate van blootstelling aan het ongezonde eetgedrag van deze sociale partners. Meer algemeen is het voor toekomstig onderzoek relevant om de rol van andere sociale partners (zoals vaders, niet-biologische ouders, leeftijdgenoten anders dan beste vrienden, en broers of zussen) te onderzoeken, om een completer beeld te krijgen van de socio-contextuele factoren die van invloed zijn op het eetgedrag van jongeren.

Tot slot suggereren de bevindingen van dit proefschrift dat tijdens de coronacrisis gezond eetgedrag is gedaald, maar dat ook ongezond eetgedrag tijdelijk is gedaald. Het lijkt er daarom op dat er potentie zit in het veranderen van de voedselomgeving van jongeren voor het verminderen van ongezond eetgedrag.

Deze samenvatting is gebaseerd op het proefschrift "What you see is what you get?" Examining the role of important socialization agents and the COVID-19 pandemic in adolescents' food intake'. Het volledige proefschrift is te downloaden via Radboud Repository (<https://repository.ubn.ru.nl/handle/2066/286141>) of is als flipbook te lezen (<https://www.publicatie-online.nl/uploaded/flipbook/163051-Nina-van-den-Broek/>). Een gedrukt proefschrift is per e-mail op te vragen bij de auteur (op is op).

“WHAT YOU SEE IS WHAT YOU GET?”

Examining the role of important socialization agents and the COVID-19 pandemic in adolescents' food intake



Nina van den Broek

Behavioural
Science
Institute

Referenties

- Di Cesare, M., Sorić, M., Bovet, P., Miranda, J.J., Bhutta, Z., Stevens, G.A., Laxmaiah, A., Kengne, A.P., & Bentham, J. (2019). The epidemiological burden of obesity in childhood: A worldwide epidemic requiring urgent action. *BMC Medicine*, *17*, 212. <https://doi.org/10.1186/S12916-019-1449-8>
- Luppino, F.S., De Wit, L.M., Bouvy, P.F., Stijnen, T., Cuijpers, P., Penninx, B.W.J.H., & Zitman, F.G. (2010). Overweight, obesity, and depression: A systematic review and meta-analysis of longitudinal studies. *Archives of General Psychiatry*, *67*, 220–229. <https://doi.org/10.1001/archgenpsychiatry.2010.2>
- van den Broek, N., de la Haye, K., Veldhuis, L., Verhagen, M., Larsen, J.K., Vink, J.M., & Burk, W.J. (2022). Examining food intake similarities in adolescent best friend dyads using longitudinal Actor-Partner Interdependence Models. *Appetite*, *175*, 106072. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2022.106072>
- van den Broek, N., Larsen, J.K., Verhagen, M., Burk, W.J., & Vink, J.M. (2020). Is adolescents' food intake associated with exposure to the food intake of their mothers and best friends? *Nutrients*, *12*, 786. <https://doi.org/10.3390/nu12030786>
- van den Broek, N., Larsen, J.K., Verhagen, M., Burk, W.J., & Vink, J.M. (2023). Adolescents' food intake changes during the COVID-19 pandemic: The moderating role of pre-pandemic susceptibility, COVID-19 related stressors, and the social food context. *European Journal of Developmental Psychology* *20*, 616–634. <https://doi.org/10.1080/17405629.2022.2115999>
- van den Broek, N., Larsen, J.K., Verhagen, M., Eisinga, R., Burk, W.J., & Vink, J.M. (2018). The longitudinal link between mothers' and adolescents' snacking: The moderating role of television viewing. *Appetite*, *120*, 565–570. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2017.10.010>
- van den Broek, N., Larsen, J.K., Verhagen, M., & Vink, J.M. (2022). Een cohortvergelijking van eetgedrag, leefstijl en sociaal-emotionele gezondheid bij jongeren vóór en tijdens de coronacrisis. *Tijdschrift voor Gezondheidswetenschappen*, *100*, 40–48. <https://doi.org/10.1007/s12508-022-00331-4>
- van den Broek, N., Treur, J.L., Larsen, J.K., Verhagen, M., Verweij, K.J.H., & Vink, J.M. (2018). Causal associations between body mass index and mental health: A Mendelian randomization study. *Journal of Epidemiology and Community Health*, *72*, 708–710. <http://dx.doi.org/10.1136/jech-2017-210000>