

Waarom hebben tieners met een lage SES een ongezonde leefstijl?



Healthy'R

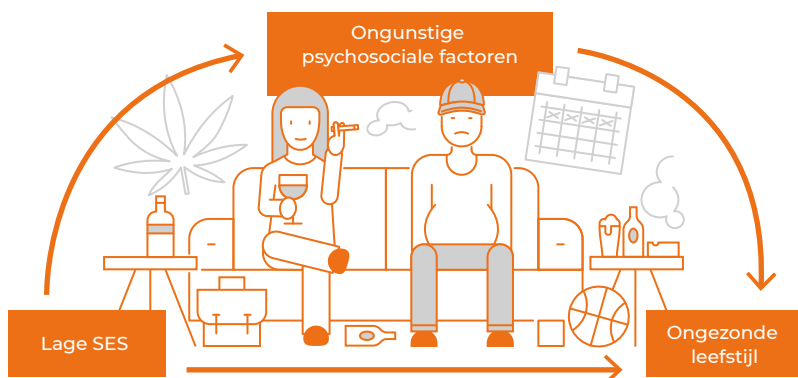
Centrum voor gedrags-
onderzoek en ontwikkeling

Een gezonde leefstijl is voor elke tiener belangrijk om mee te kunnen doen in de maatschappij. Toch zijn er hierin verschillen tussen tieners met een lage en hoge sociaaleconomische status (SES). Kunnen psychosociale factoren deze verschillen verklaren?

Ongezonde leefstijl: in 2019, **3%** van de tieners (13 t/m 16 jaar) in de regio Rotterdam-Rijnmond rookt wekelijks, **8%** heeft ooit wiet/hash gebruikt, **8%** drinkt dagelijks >3 glazen suikerhoudende drank.
Gezonde leefstijl: slechts **17%** beweegt dagelijks minimaal 1 uur.



Ongezonde leefstijl op jonge leeftijd heeft grote invloed op het ontstaan van ziekten en klachten op latere leeftijd. Vaak spelen ook inkomen en stress in het gezin daarbij een rol.



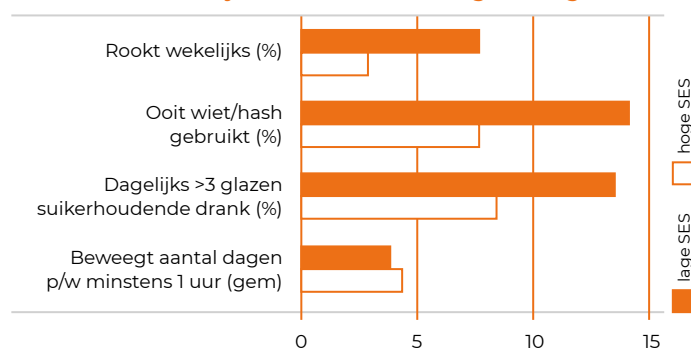
Onderzoeksvragen

1. Zijn er verschillen in roken, soft-drugsgebruik, suikerhoudende drank drinken en bewegen tussen tieners met een lage en hoge SES?
2. In hoeverre kunnen psychosociale factoren deze verschillen verklaren?

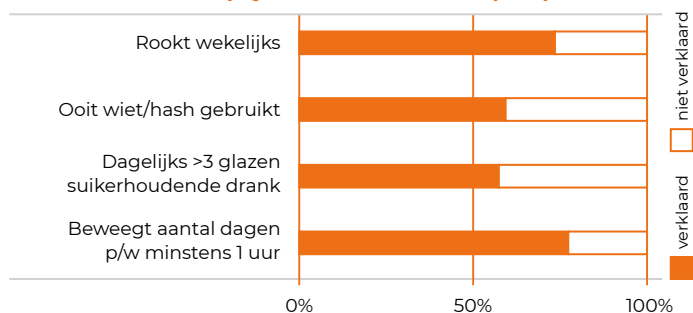
Gezondheidsmonitor Jeugd (2019)

- ✓ Monitor van de GGD Rotterdam-Rijnmond.
- ✓ In 2^{de} en 4^{de} klassen op middelbare scholen in de regio Rotterdam-Rijnmond.
- ✓ Meet gezondheid, leefstijl, middelengebruik.
- ✓ SES gemeten: *hebben jullie thuis moeite om rond te komen met geld? Antwoorsopties: geen (hoge SES), enige (midden SES) en grote moeite (lage SES).*
- ✓ 4 psychosociale factoren: *stress, ouder-kind relatie, weerbaarheid en socialemotionele gezondheid.*
- ✓ Respons: 12.736 tieners. 49% jongens; 5% behoort tot lage SES.

Verschillen in leefstijl tussen tieners met lage en hoge SES in 2019



Verschillen in leefstijl tussen tieners met een lage en hoge SES verklaard door psychosociale factoren (in %)



Conclusie:

In de regio Rotterdam-Rijnmond leven tieners met een lage SES ongezonder dan tieners met een hoge SES. Psychosociale factoren (meer stress, een zwakke ouder-kind relatie, lage weerbaarheid en slechte socialemotionele gezondheid) verklaren in hoge mate (56-73%) waarom tieners met een lage SES ongezonder leven. Dit biedt voor beleidsmakers aanknopingspunten om sociaaleconomische gezondheidsverschillen bij tieners te verkleinen.

Aanbevelingen

- ✓ Omdat ongezonde leefstijlfactoren clusteren bij de groep tieners met een lage SES, is dit een doelgroep van gemeentelijk gezondheidsbeleid
- ✓ Belangrijk hierbij is dat voorlichting over roken, alcohol- en drugsgebruik, gezonde voeding en bewegen de groep tieners met een lage SES bereikt.
- ✓ Omdat de SES van het gezin en daarna de psychosociale gezondheid van de jongere mede bepalend zijn voor een (on)gezonde leefstijl van tieners is het belangrijk om, behalve aan de achterstand in gezonde leefstijl, integraal aandacht te geven aan de inkomenspositie van het gezin en mogelijke andere stressfactoren in het gezin

