

Persbericht

## Resultaten obesitasonderzoek: Helft van de Belgen is te zwaar

### PronoKal Group start met bewustwordingscampagne voor artsen en consumenten

**Antwerpen, 6 februari 2019** – PronoKal Group nodigde gisteren meer dan 50 huisartsen uit voor de bekendmaking van de resultaten van een grootschalig obesitasonderzoek uitgevoerd bij 1000 Belgen door onderzoeksbureau iVOX\*. Daaruit blijkt onder andere dat maar liefst de helft (51%) van de Belgen te zwaar is. 1 op 3 (33%) heeft overgewicht (BMI hoger dan 25) en maar liefst 18% heeft obesitas (BMI hoger dan 30). Dokter **Chris Goossens**, die eerder de bekendste PnK-patiënt **Bart De Wever** succesvol door de verschillende stappen begeleidde, ging dieper in op de gevolgen van overgewicht voor de gezondheid en levenskwaliteit.

De rol van huisartsen omtrent de bewustmaking van het belang van een gezond gewicht bij hun patiënten werd eveneens onder de loep genomen. *“Het voorschrijfgedrag en de rol van de arts in de strijd tegen overgewicht en obesitas is cruciaal. Alles start bij de arts. Zij kunnen het taboe omtrent obesitas doorbreken door hun patiënten bewust te maken van het belang van een gezond gewicht voor de algemene gezondheid. Professionele begeleiding gedurende het ganse traject is dan weer cruciaal om het einddoel (gezond gewicht en gezonde levensstijl) te bereiken. Daarom zetten wij 100% in op medische begeleiding door arts, diëtist en bewegingscoach.”*, licht **Kelly De Wever**, General Manager van PronoKal Group Benelux toe.

**Pascale Naessens** kwam bovendien spreken over hoe de PnK-methode een oplossing kan bieden voor obesitaspatiënten om de brug te maken naar een gezonde levensstijl. Hieronder leest u meer over de resultaten van het onderzoek en de strijd tegen overgewicht en obesitas in België.

### Overgewicht in België, een stand van zaken

Uit de grootschalige studie van PronoKal Group blijkt dat 1 op 2 landgenoten te kampen heeft met overgewicht. 33% heeft een BMI hoger dan 25 en zelfs 18% heeft obesitas. De mannen zijn met 56,4% het zwaarste geslacht tegenover 47,8% van de vrouwen waarbij de teller op de weegschaal meer dan het gezonde gewicht aangeeft. Er zijn gemiddeld meer mannen obees (BMI +30) dan vrouwen (18,8% tegenover 16,8%).

Alarmerend is dat 41% van de Belgen jonger dan 34 jaar teveel weegt. 15 van de 100 Belgen jonger dan 34 jaar hebben zelfs een BMI van meer dan 30. En het wordt er niet beter op naarmate de leeftijd stijgt want in de categorie 35 tot 54 jaar zou al meer dan de helft (51,2%) te zwaar zijn. Bij de 55-plussers stijgt het percentage zelfs tot 59,1%.

Een positieve noot: de Belgen zijn zich bewust van het feit dat ze moeten afvallen. 6 op 10 geeft aan gewicht te willen verliezen en verwelkomt hiervoor professionele begeleiding. Alles samen wil de meerderjarige Belgische bevolking een hallucinante 52.636 ton afvallen. Ter vergelijking, dat komt overeen met 309 blauwe vinvissen of maar liefst 127 volgeladen Boeings. De helft van de Belgen heeft al eens (of meermaals) een dieet geprobeerd maar slechts 1 op drie behaalde het gewenste resultaat. 4 op 10 (42%) Belgen zeggen dat ze tevreden zijn over hun gewicht.

Waarom is afvallen zo moeilijk? Iedereen weet nochtans wat de gevolgen zijn van obesitas. Een ongezonde levensstijl leidt tot overgewicht en overgewicht leidt tot medische klachten. Diabetes, hart- en

vaatziekten, cholesterol, verhoogde bloeddruk, gewrichts-, ademhalings- en slaapproblemen zijn slechts enkele gevolgen die een grote impact op de levenskwaliteit hebben. Cruciaal voor zowel het slagen als het mislukken van een dieet is zelfdiscipline. 2 op de 3 Belgen van wie het dieet mislukte, geven te weinig zelfdiscipline als belangrijkste reden op. Kelly De Wever, General Manager van PronoKal Group Benelux verklaart. *“Enerzijds is obesitas een chronische ziekte. De Belg is zich hiervan bewust, wil er iets aan doen, en wil hiervoor graag professionele begeleiding. Anderzijds bevestigt het onderzoek dat mensen nood hebben aan maximale ondersteuning, motivatie en begeleiding. Daarom zetten wij, als enige, in op medische – en professionele begeleiding op voorschrift. Iemand met overgewicht of obesitas, wordt onderzocht, gescreend en opgestart door een arts en kan gedurende het ganse traject steunen en rekenen op zowel arts, diëtiste als bewegingscoach. Wie de vijf stappen van de PnK-methode doorloopt maakt de brug naar een gezonde levensstijl.”*

Auteur van de best verkopende kookboeken in België, **Pascale Naessens** vertelde de aanwezigen waarom zij achter de visie van de PnK-methode kan staan. *“Ook ik heb jaren lang gestruggeld met mijn gewicht. We moeten begrijpen dat niet iedereen op dezelfde manier reageert op voeding. Gelukkig zijn er nieuwe inzichten die mensen helpen om op een haalbare en gezonde manier een goed gewicht te krijgen zonder een strijd te moeten voeren.”*

### **Sensibilisering is de verantwoordelijkheid van artsen en overheid**

Overgewicht en obesitas zijn een bedreiging voor de volksgezondheid. Wie kan die 51% te zware landgenoten dan dat duwtje in de rug geven? Prof. Dr. **Bart Van der Schueren**, voorzitter van de Belgian Association for the Study of Obesity, wees op het belang van sensibilisering vanuit de overheid. De helft (50,3%) van de Belgen die willen afvallen zeggen dat ze sneller iets aan hun gewicht zouden doen als de overheid terugbetaling van begeleiding zou voorzien. *“Momenteel wordt de behandeling van ziektes die het gevolg zijn van obesitas, zoals bijvoorbeeld diabetes, gelukkig terugbetaald. Parallel zou de overheid de maatschappelijke kost van overgewicht en obesitas drastisch kunnen beperken, door bij beginnend overgewicht al in te grijpen en de begeleiding naar een gezonde levensstijl terug te betalen.”*

De artsen steken de hand ook in eigen boezem. Dokter **Chris Goossens** vertelde dat er ook bij artsen nog te sleutelen valt aan het voorschrijfgedrag. *“Patiënten willen veelal een snelle oplossing en dan is een pilletje voorschrijven voor bijvoorbeeld een te hoge bloeddruk wat er in eerste instantie verwacht wordt van een huisarts. Overgewicht aanklaarten en een patiënt aansporen om de bron van hun lichamelijke klachten aan te pakken is zelfs voor een arts niet altijd even evident.”*

### **Bewustwordingscampagne: Dokters en PronoKal Group samen tegen overgewicht en obesitas**

In België zijn er momenteel 350 gecertificeerde huisartsen die de PnK-methode kunnen voorschrijven. PronoKal Group start dit voorjaar een pilootproject met 20 artsen op, die elk 10 patiënten met overgewicht of obesitas (en minstens 1 aandoening die daarvan een gevolg is), zullen begeleiden doorheen de verschillende stappen. Het doel van dit onderzoek is de impact van gewichtverlies op onder andere levenskwaliteit, medicatiegebruik en andere comorbiditeiten te meten. De eerste resultaten van dit kwalitatief onderzoek waarvan de vooruitgang en parameters van elke patiënt worden bijgehouden zullen in september worden bekend gemaakt. Mensen met overgewicht of obesitas die wensen deel te nemen aan dit onderzoek kunnen een aanvraag voor deelname indienen via de [web-site](#).

---

## Over PronoKal Group

PronoKal Group is een internationale groep, die een medische behandeling heeft ontwikkeld voor overgewicht en obesitas en de brug naar een gezonde levensstijl. De groep is wereldwijd actief in meer dan 15 landen, met het hoofdkantoor in Spanje. In België werd de PnK-methode® bekend in 2012, toen Bart De Wever er 50 kilogram door afviel. De producten worden enkel op doktersvoorschrift afgeleverd, en de patiënten worden begeleid door diëtisten en bewegingscoaches.

\* Online onderzoek uitgevoerd door onderzoeksbureau iVOX in opdracht van PronoKal Group tussen 16 januari 2019 en 24 januari 2019 bij 1000 Belgen representatief op taal, geslacht en leeftijd. De maximale foutenmarge bij 1000 Belgen bedraagt 3,02%.

Resultaten kunnen enkel gebruikt worden voor persartikels mits vermelding van PronoKal Group als opdrachtgever van het onderzoek.

**Voor meer informatie en interviewaanvragen, gelieve contact op te nemen met:**

Wavemakers PR & Communications

Astrid De Paep

+32 (0)476 58 02 74

[astrid@wavemakers.eu](mailto:astrid@wavemakers.eu)