
Oneerlijke gezondheidskloof samen te lijf

Gezondheid weer als norm nemen, en ongezondheid als afwijking. Dat is de manier om de gezondheidskloof aan te pakken en trends als bewegingsarmoede, bijziendheid en snackgedrag onder de jeugd te doorbreken, zegt preventie-expert Paul van der Velpen. Niet morgen, maar vandaag. Met een belangrijke rol voor de school en jeugdgezondheidszorg.

De urgentie om ongezondheid aan te pakken is voelbaar wanneer Paul van der Velpen de titel van zijn boek 'Het Preventie-ultimatum' uitlegt: "Die 25 jaar die we nodig hadden voor bijvoorbeeld het rookvrije schoolplein hebben we nu niet meer. Of we gaan nu echt serieus werk maken van preventie óf het hoeft niet meer. Dan hebben we de slag verloren." Volgens de adviseur publieke gezondheid hebben we een morele plicht om de gezondheid van iedereen te beschermen. Vooral de partijen die voor een gezonde omgeving kunnen zorgen, zoals gemeenten, bedrijven en scholen.

Maar je wieg staat

Steeds meer invloedrijke deelnemers aan het publieke debat, zoals economie-hoogleraar Barbara Baarsma en SCP-directeur Kim Putters, spreken over het belang van gelijke kansen voor iedereen. De bestaande ongelijkheid bestrijden is ook wat Paul van der Velpen

drijft. "Zelf kom ik uit een arbeidsgezin met een rokende vader die vroeg is overleden. Oneerlijk, vind ik dat waar je wieg staat ook bepaalt hoe je omgeving op jou gaat reageren, welke opleiding jij mag doen of hoe bedrijven zich met hun marketing op jou richten." Preventie kan volgens hem een route uit die ongelijkheid zijn. Want het doel van preventie is 'zoveel mogelijk gelijke kansen creëren voor de gezondheid van alle inwoners van ons land, ongeacht hun financiële situatie, opleiding of status', schrijft hij in zijn boek. Op welke oneerlijkheid doelt Van der Velpen? De cijfers over de gezondheidskloof zijn bekend, maar daarom niet minder schokkend. Nederlanders met een laag inkomen en lage sociale status leven gemiddeld zes tot zeven jaar korter en leven tot 19 jaar langer in ongezondheid dan Nederlanders met een hogere opleiding en meer inkomen. Gemiddeld kampen zij al vanaf 53-jarige leeftijd met

gezondheidsproblemen, terwijl die bij hoger opgeleiden ontstaan op gemiddeld 71-jarige leeftijd. Schrijnend is vooral het vooruitzicht voor kinderen: een ongezonde leefstijl op jonge leeftijd betekent ook vaak een ongezondere leefstijl gedurende de rest van het leven en vermindert de kans op deelname aan werk. Daar zou je volgens Van der Velpen met vroege preventie-interventies als VoorZorg en Homestart al vanaf de geboorte iets aan kunnen doen. Als oorzaak van de kloof wijst hij naar de macht van de voedingsindustrie en naar het framen van gezondheidsbescherming als betutteling. Het individu is zelf verantwoordelijk geworden voor zijn gezondheid.

Preventiestructuur

Op genen, geslacht en leeftijd hebben we geen invloed, maar er blijft genoeg over wat volgens de preventieskundige wel te beïnvloeden is. Ook op school. Maar ook het Nationaal Preventieakkoord bracht in 2018 niet de kentering die nodig is, en Van der Velpen vreest dat de gezondheidsverschillen door de huidige crises alleen maar toenemen. "Iedereen vindt preventie een goed idee, maar partijen wijzen naar de ander om er iets mee te doen. Nu is preventie te vrijblijvend en de verantwoordelijkheid en financiering versnipperd. Alleen een landelijk

dekkende preventie-infrastructuur zal bijvoorbeeld gemeenten en scholen helpen om ongezondheid bij de wortel aan te pakken. Want het aan 352 afzonderlijke gemeenten en ruim zeventuizend scholen overlaten, werkt niet”, zegt hij vol overtuiging.

Gezondheidsbescherming

Hij roept de Rijksoverheid op het geld vrij te maken uit de 1,3 miljard die zij beschikbaar stelt om de gemeentelijke tekorten op het jeugdzorgbudget weg te werken. “We kunnen de Gezondheidsraad vragen om een advies over een landelijk dekkende preventie-infrastructuur uit te brengen. Met zo’n basisstructuur ga je aan de voorkant in plaats van de achterkant van het stelsel werken aan een gezonde samenleving. En voorkom je dat budgetten voor bijvoorbeeld jeugdzorg blijven ontploffen.” Van der Velpen vindt het tijd dat de Rijksoverheid de bevolking weer gaat beschermen: “Na veertig jaar van taken decentraliseren naar gemeenten en twintig jaar van burgers wijzen op hun eigen verantwoordelijkheid, is het nu het moment dat de Rijksoverheid maatregelen neemt die lokaal niet kunnen worden genomen. Artikel 22 van de Grondwet legt de verantwoordelijkheid voor het bevorderen van de volksgezondheid bij de overheid. Daarvoor heb ik wel wat suggesties, zoals veel hogere accijns op tabak, suikertax, verbod op kindermarketing en bijvoorbeeld lagere btw op groenten en fruit.”

Preventiecocktail

Van der Velpen weet waar hij over praat. Jarenlang was hij directeur van GGD Hart voor Brabant en GGD Amsterdam en werd in die rol een autoriteit op het gebied van preventie. Hij was betrokken bij de



Paul van der Velpen is adviseur publieke gezondheid, auteur en voormalig directeur GGD Amsterdam. Van der Velpen gelooft in preventie als kans om gezondheid eerlijker te verdelen.

Amsterdamse Aanpak Gezond Gewicht, de blauwdruk van het landelijke Jongeren op Gezond Gewicht (JOGG). Amsterdam koos voor een grootschalige aanpak van overgewicht bij de jeugd door heel veel interventies tegelijk in te zetten, zonder vooraf streng te selecteren op bewezen effectiviteit. Hij verwijst naar het zandzakkenverhaal van Jaap Seidell, hoogleraar voeding en gezondheid. “Seidell vergelijkt het probleem van overgewicht met een overstromende rivier, die je pas kan tegenhouden met een hele dijk van zandzakken. Je hebt heel veel zandzakken nodig voor een totaal

maatschappelijk effect. Door de ervaring in Amsterdam weten we nu beter hoe we interventies kunnen selecteren en welke combinatie van universele en individuele preventie goed werkt.”

Beweegarmoede

De preventie-adviseur ziet de school als de aangewezen plek om gezondheid te stimuleren. In zijn boek zet hij de zaken eerst op scherp. Hij dient de scepticus van repliek, die zegt dat niet de school maar de ouders verantwoordelijk zijn voor de gezondheid van het kind. Door te schrijven: ‘De school draagt de verantwoorde-

lijkheid voor het welzijn van het kind tijdens de schooluren. Ook de gezondheid mag in die uren niet in gevaar komen.'

Loopt de gezondheid van het kind nu wel gevaar? "Kinderen zitten op school, zeggen we in onze taal. Dat vele zitten is ongezond. Aan school mag je best de eis stellen dat onder schooltijd minimaal aan de bewegingsnorm wordt voldaan. Je hoeft niet de hele dag gymles te geven, maar

Scholen moeten niet wachten met in beweging komen

leren rekenen kan je ook doen door buiten te hinkelen. Waarom moet je zitten als je leert? Op de Gezonde Basisschool voor de Toekomst in Limburg werkt het heel goed om tussen de middag samen eten te maken. Dat helpt ook om de school inclusiever te maken, want er zijn kinderen die goed zijn in het organiseren van de lunch."

Niet wachten

Ook al spreekt Van der Velpen scholen flink aan op hun verantwoordelijkheid, tegelijkertijd doet hij het onderwijs een handreiking om aan de gezondheid van leerlingen te werken. Hij laat zien dat er veel winst te boeken is als meer dan de huidige 1 op de 7 scholen zich aansluiten bij de Gezonde School-aanpak. Via de pijlers van deze aanpak kan de school dan bijdragen aan de gezondheid van de leerling via educatie, een gezonde schoolomgeving, (vroeg)signalering en schoolgezondheidsbeleid. Beter vandaag, dan morgen. Want

Van der Velpen wil haast maken: "Scholen moeten niet wachten met in beweging komen. Ze hoeven de preventie niet alleen te doen, maar kunnen een beroep doen op gemeente en de jeugdgezondheidszorg." Volgens hem kan de jeugdgezondheidszorg (JGZ) veel betekenen binnen het onderwijs, vooral door te normaliseren en vroegsignaleren. "De jeugdarts en jeugdverpleegkundige zien bijna alle kinderen. Ze zijn gewend om situaties niet te verbijzonderen, maar met een normaliseringsbril te bekijken. Die een of twee kinderen die echt meer nodig hebben, kunnen ze er goed uitpikken. Daarom verdient de JGZ ook een structurele plek in het Zorgadviesteam van de school. Op die manier helpt de JGZ de school om zoveel mogelijk kinderen binnenboord te houden."

Normaliseren

Wat de school vandaag al kan doen, is de gemeente vragen om de GGD een schoolgezondheidsprofiel te laten maken. Daaruit zal blijken wat veel voorkomt in de hele schoolpopulatie, zoals overgewicht, mentale problemen of bewegingsarmoede. Daar zijn veel goede interventies voor. Gemeenten kunnen die op hun beurt beter aanbieden, zodra het Rijk een landelijke preventie-infrastructuur aanlegt. Van der Velpen noemt de twintig bewezen effectieve preventie-interventies uit het advies van de Gezondheids-

raad uit 2018 als een goed begin. Van der Velpen spreekt enthousiast over de Hart & Ziel-methode, die met gevalideerde vragenlijsten de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen meet. In de veelgeprezen NPO-serie Klassen is te zien hoe de leerkracht met deze methode goed zicht houdt op hoe de lijntjes in de klas lopen. De methode voorziet ook in feedback en reflectie voor de leerkracht zelf. "Wel is het belangrijk leerkrachten te trainen om ermee te werken. En ze moeten het zelf waardevol vinden."

Geluk van het kind

De adviseur publieke gezondheid zet ook de ouders niet buitenspel. De gezondheidskloof laat zich dichtend door vooral ook ouders met een lage opleiding of migratieachtergrond te betrekken. School zou met alle ouders een pedagogisch partnerschap moeten aangaan. "Daar ben je als leerkracht wel even zoet mee, dat begrijp ik. Daarom moeten zij daar ook meer geld en ruimte voor krijgen." Hoe je ouders in hun waarde laat als het gaat om een gezonde opvoeding van hun kind, vindt Van der Velpen niet zo ingewikkeld. "Misschien moet je ook juist die hoger opgeleide ouders aanspreken die veel druk leggen op hun kind om te presteren. Ik ben niet tegen betuttelen. Kinderen opvoeden betekent ook beschermen. Dat is zorgen voor elkaar."

De lees-, luister- en kijktips van Paul van der Velpen

- Zijn eigen boek, Het preventie-ultimatum.
- Boek van Johan Mackenbach, Successen van preventie. 1970-2010.
- Kijktip YouTube 'Afscheidsrede Prof. dr. Johan Mackenbach'.

Meer weten of verder lezen? Kijk op pagina 28 voor een overzicht van alle aanbevelingen uit deze speciale editie van OnzeJeugd.NU!