



## Voor u uitgestippeld...

### Hoe houden we jonge kinderen, ook op de langere termijn, bij de televisie vandaan?

Gelezen door Luce Olminkhof, Nancy Telleman en Emily Miesen

***Onderzoekers in Australië hebben een interventie onderzocht waarbij een aantal mechanismen een rol kunnen spelen om jonge kinderen, ook op langere termijn, minder lang naar de televisie te laten kijken. Aan moeders is informatie gegeven over het belang van beperken van de tijd dat jonge kinderen voor de televisie zitten en dit heeft een positief effect gehad op het aantal televisie-minuten. Dat effect blijft op langere termijn, zo blijkt uit twee follow-ups. Wat kunnen wij daarvan leren?***

#### ◉ **STIP: wat lazen wij?**

Het onderzoek, waar het artikel *Maternal knowledge explains screen time differences 2 and 3.5 years post-intervention in INFANT* van Nyström et.al over gaat, was gericht op het effect van aandacht in de opvoeding voor TV kijken door jonge kinderen. De onderzoekers wilden weten of en hoe het aantal minuten TV kijken van peuters en kleuters op de lange termijn zou verminderen aan de hand van onderzoek naar een specifieke opvoedinterventie, namelijk de INFANT methodiek.

In het artikel dat wij lazen werd de INFANT methodiek aan moeders aangeboden om hen te motiveren om onder andere het zitten en TV kijken van hun peuter te verminderen. De INFANT methodiek was in eerste instantie bedoeld om obesitas te voorkomen.

Hoe gingen de onderzoekers te werk en wat vonden ze?

In Australië is de *Melbourne Infant Feeding Activity and Nutrition Trial* (INFANT) uitgevoerd tussen 2008 en 2010. Dit was een cluster-randomised controlled trial waarin 542 moeder-kindparen werden geïncludeerd. Vragen over TV kijken maakten onderdeel uit van de vragenlijsten die aan moeders, die al dan niet de INFANT methodiek hadden gevolgd, werden voorgelegd. De onderzoekers gebruikten deze vragenlijsten als baseline voor hun onderzoek.

In de twee follow-ups (in 2012 en 2013) werden 32 vragen, alleen over TV kijken, gesteld aan 262 moeders uit de 542 eerdere deelnemers, 2 en 3,5 jaar na de baseline. Men wilde hiermee verklaren welke mechanismen leidden tot blijvend minder televisie kijken door jonge kinderen. Er werden 6 mediators (oudergedragingen en omgevingsfactoren) gemeten bij de moeders waar statistische analyse op is toegepast.

De onderzoekers vonden dat de INFANT methodiek (waarin ouders informatie kregen over het belang van het beperken van TV kijken en tips om dit toe te passen) inderdaad het TV kijken

verminderde. Bovendien concludeerden ze dat kennis van de moeders hun opvoedgedrag positief had beïnvloed.

Wat is van belang voor de interpretatie van de resultaten?

Om de uitkomsten beter te kunnen staven, hadden we graag informatie gehad over het aantal minuten TV kijken bij de baseline, de follow-up na 2 jaar en die na 3,5 jaar. Het artikel geeft vooral aan hoeveel tijd kinderen minder zijn gaan kijken dan de controlegroep, maar we missen de informatie hoeveel tijd ze daadwerkelijk TV keken.

Het is niet duidelijk hoeveel van de 262 moeder-kindparen die de follow-up vragen hebben ingevuld nu daadwerkelijk de interventie ontvangen hebben. Ook weten we uit deze studie niet welke kennis over het kijken naar schermen nu precies in de interventie werd overgedragen.

De resultaten geven alleen informatie over televisiekijken en dus niet over hoeveel tijd achter andere schermen (zoals telefoon of iPad) wordt doorgebracht. Het is dus onduidelijk of de interventie daar ook effect op heeft. In het artikel wordt dat ook wel benoemd. Ook geven de onderzoekers aan dat de interventie is gegeven aan een groep moeders van een eerste kind met vaak een gemiddeld of hoog opleidingsniveau, hetgeen maakt dat de resultaten niet goed gegeneraliseerd kunnen worden.

### ◉ **STIP: wat kan de JGZ hiermee volgens de Stippel-Brigade?**

Het toepassen van een opvoedinterventie, waarbij ouders informatie krijgen over het belang van minderen van televisietijd en ook de tools om dit daadwerkelijk te doen, is dus blijvend effectief.

De bevindingen kunnen meegenomen worden in onze JGZ-richtlijnen, waarin onderbouwd wordt dat oudereducatie belangrijk en effectief is om te komen tot een gezondere leefstijl voor jonge kinderen. Dit kan via een opvoedcursus, maar ook door het stellen van opvoedvragen tijdens contact op het consultatiebureau.

### ◉ **STIP: waarom dan?**

Uit het onderzoek komt naar voren dat voorbeeldgedrag door ouders en begrenzen van gedrag van een peuter (mediators) het meeste effect heeft op minder TV kijken.

Het onderzoek is weliswaar uitgevoerd in Australië waar de jeugdgezondheidszorg wat anders georganiseerd is, maar bij een westerse, aan ons vergelijkbare populatie. De bevindingen zijn dan ook wel relevant voor de Nederlandse populatie.

### ◉ **STIP: ook nog wetenswaardig...**

- De website [digitalebalans.nl](https://digitalebalans.nl) is een initiatief van Nederland Mediawijsheid en het Trimbos-instituut, bedoeld om jou te laten nadenken over je eigen mediagebruik.
- De [MediaDiamant](#) is een handige wegwijzer met praktische tips voor ouders om kinderen van 0 tot en met 18 jaar mediawijs op te laten groeien.

### ◉ **STIP: verantwoording**

**Titel:** Maternal knowledge explains screen time differences 2 and 3.5 years post-intervention in INFANT

**Auteurs:** Christine Delisle Nyström, Gravin Abbott, Adrian J. Cameron, Karen J. Campbell, Marie Löf, Jo Salmon, Kylie D. Hesketh

**DOI-code:** 10.1007/s00431-021-04134-8

**Tags:** #leefstijl #schermgebruik