



Voedingsgewoonten

Sabine Driekens

**Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid
Operationele Directie Volksgezondheid en surveillance
J. Wytsmanstraat, 14
B - 1050 Brussel
02 / 642 50 25
E-mail : sabine.driekens@iph.fgov.be**





Inhoudstafel

Inhoudstafel	113
Samenvatting	115
1. Inleiding	116
2. Vragen	118
3. Indicatoren	119
4. Resultaten	120
4.1. <i>Consumptie van fruit (NH01_1 en NH_1)</i>	120
4.2. <i>Consumptie van groenten (NH03_1 en NH_2)</i>	125
4.3. <i>Consumptie van fruit- of groentesap (NH05_1)</i>	130
4.4. <i>Consumptie van bruin brood (NH07_1)</i>	133
4.5. <i>Consumptie van vis (NH09_1)</i>	137
4.6. <i>Consumptie van gesuikerde frisdranken (NH11_1)</i>	141
5. Bespreking	145
6. Bibliografie	147
Tabellen	148





Samenvatting

Sinds in 2004 een uitvoerige Voedselconsumptiepeiling werd georganiseerd, was de aandacht voor voedingsgewoontes in de Gezondheidsenquête 2004 eerder beperkt en werd in 2008 deze module nog verder afgeslankt. In deze enquête wordt vooral de focus gelegd op wat men eet. De aandacht gaat dus uit naar de dagelijkse consumptie van fruit, groenten, fruit- en groentesap, bruin brood en gesuikerde frisdranken, en de wekelijkse consumptie van vis.

Tweederde van de Belgische bevolking eet dagelijks fruit, maar slechts een derde eet 2 porties per dag. In beide gevallen komen vrouwen er beter uit dan mannen. Amper de helft van de jongvolwassenen (15-24 jaar) eet dagelijks fruit. Bovendien eet slechts één op vier van hen 2 porties per dag. Zowel de dagelijkse consumptie van fruit, als de minimum consumptie van 2 porties fruit per dag, is nauw gerelateerd met het opleidingsniveau: de prevalentie bij de hoogst opgeleiden is significant hoger (respectievelijk 70% en 39%). Het Waals Gewest (respectievelijk 60% en 27%) en zijn grootsteden Luik en Charleroi (respectievelijk 55% en 24%) komen het slechtst naar voren wat de consumptie van fruit betreft. Sinds 2001 en 2004 (circa 50%) is het percentage mensen dat dagelijks fruit eet sterk toegenomen, tot 64% in 2008.

Er wordt in België dagelijks meer groenten (85%) dan fruit gegeten. Bovendien eet twee derde van de bevolking 200g groenten per dag. Het zijn ook weer de jongvolwassenen van 15 tot 24 jaar (77%, in het Waals Gewest is dit slechts 50%) die het minst vaak dagelijks groenten eten. Ook eten de hoogst opgeleiden vaker dagelijks groenten, alsook minstens 200g groenten per dag (respectievelijk 87% en 63%). Slechts 75% van de Brusselaars eet dagelijks groenten, waarvan amper één op twee minstens 200g per dag. Ook wat de dagelijkse consumptie van groenten betreft is er een positieve tijdsevolutie: van 74% in 2004 tot 85% in 2008.

Eén op drie Belgen drinkt dagelijks een fruit- of groentesap, en vrouwen meer dan mannen. Het zijn vooral de kinderen (49%) en de jongvolwassenen (44%) die deze gewoonte hebben. Ook komt deze gewoonte meer voor in het Brussels Gewest (44%).

Iets meer dan helft van de Belgen eet dagelijks bruin brood, ook weer meer vrouwen dan mannen. Kinderen (0-14 jaar) en jongvolwassenen (15-24 jaar) eten het minst vaak (43%) dagelijks bruin brood. Ook is er een uitgesproken socio-economische gradiënt: de hoogst opgeleiden (59%) eten vaker dagelijks bruin brood dan de lager opgeleiden. In het Vlaams Gewest (66%) wordt er dagelijks het meest bruin brood gegeten, in het Waals Gewest (36%) het minst. Sinds 2001 is de prevalentie van dagelijkse consumptie van bruin brood lineair gestegen: van 46% in 2001 over 48% in 2004 tot 54% in 2008; deze prevalentie is echter in het Waals Gewest zo goed als constant gebleven.

Globaal genomen eet twee derde van de Belgen wekelijks vis, vrouwen ook iets meer dan mannen. Jongvolwassenen van 15 tot 24 jaar (54%) eten het minst vaak wekelijks vis. De wekelijkse consumptie van vis is het meest populair bij de hoogst opgeleiden (67%). In het Brussels Gewest (68%) wordt het vaakst vis gegeten. De grootste opmars van de wekelijkse consumptie van vis vond in België vooral plaats in de periode 2001-2004 (van 55 tot 62%), om daarna te stagneren.

Meer dan een kwart van de Belgen drinkt dagelijks gesuikerde frisdranken. Het zijn vooral de mannen die deze ongezonde gewoonte hebben. Eén op twee jongvolwassenen (15-24 jaar) drinkt dit dagelijks. Voor mannen in deze leeftijdsgroep is dit zelfs twee op drie. De hoogst opgeleiden (23%) consumeren beduidend minder gesuikerde frisdranken dan de lager opgeleiden.



1. Inleiding

Belangrijke chronische aandoeningen zoals hart- en vaatziekten, verschillende kankers, botontkalking worden geassocieerd met voedingsfactoren. Aangenomen wordt dat voedingsgewoonten een invloed hebben op tal van andere gezondheidsaspecten van een individu, zoals de gezondheidsperceptie, andere leefgewoonten (fysiek), de functionele gezondheidsstatus, maar eventueel ook op de consumptie van gezondheidszorgen. Kortom, voedingsgewoonten beïnvloeden de gezondheidsstatus van een individu, wat het belang van een voedingsmodule binnen de Gezondheidsenquête onderstreept. Zo kunnen ook gegevens over voedingsgewoonten gerelateerd worden met andere gezondheidsinformatie. In de Gezondheidsenquête 1997 en 2001 werd uitvoerig aandacht besteed aan de voedingsgewoontes van de bevolking. In de Gezondheidsenquête 2004 was de aandacht voor deze module eerder beperkt, omdat in 2004 een specifieke Voedselconsumptiepeiling in België werd georganiseerd. Deze bracht op een zeer gedetailleerde wijze de voedingsgewoontes in kaart. Om praktische redenen is het aantal vragen in de Gezondheidsenquête 2008 over de voedingsgewoonten nog verder afgeslankt. Daar “wat men eet” belangrijker is dan “wanneer met eet”, worden alleen de vragen over de frequentie waarmee bepaalde aanbevolen of afgeraden producten gegeten worden, samen met de hoeveelheid dat hiervan gegeten wordt, behouden. De hoeveelheid die dagelijks gegeten wordt, is een belangrijke gezondheidsfactor, zeker wat de consumptie van fruit en groenten betreft.

Door middel van een beperkte voedselfrequentie vragenlijst wordt de frequentie van de consumptie van fruit, groenten of salade, fruit- of groentesap, bruin brood, vis of schelp- of schaaldieren en gesuikerde frisdranken nagegaan. De gunstige gevolgen van een frequent of in bepaalde gevallen niet consumeren van deze voedingsmiddelen is alom gekend. Een hoge consumptie van groenten en fruit hangt samen met een reductie van het risico op cardiovasculaire aandoeningen (1) en op sommige vormen van kanker (2). De consumptie van vezels, overvloedig aanwezig in groenten, fruit en bruin brood, verlaagt het risico van coronaire aandoeningen (3). Een regelmatige consumptie van vis en schelpdieren wordt o.a. aanbevolen vanwege de aanwezigheid van (poly-onverzadigde) omega-3 vetzuren. Deze vetzuren hebben een positief effect op het hartritme en zouden de kans op een hartaanval reduceren (4). Ten slotte is het vanuit gezondheidsstandpunt wenselijk om het gebruik van frisdranken te beperken, daar het gaat om gesuikerde koolzuurhoudende dranken met een zeer lage voedingswaarde en die aanleiding kunnen zijn tot verschillende gezondheidsproblemen zoals obesitas, diabetes, osteoporosis, maagproblemen en natuurlijk ook tandproblemen (cariës en erosie)¹.

Preventieplannen voor chronische aandoeningen zijn gericht op strategieën die gezonde eetgewoonten en levensstijl promoten: aanbevolen voedingsinname, dieetrichtlijnen en vorming rond voeding voor de mensen, training van gezondheidswerkers en het betrekken van de voedingsindustrie werden gezien als de belangrijkste activiteiten. Daarnaast is informatie over voedselconsumptie, voedingsinname en –gewoonten essentieel voor beleidsmakers verantwoordelijk voor de formulering van voedingsplannen².

¹ <http://www.emedexpert.com/tips/soft-drinks.shtml>

² <http://www.euro.who.int/Document/Nut/Berlinpaper01.pdf> (26/07/07)



Sinds 2005 bestaat er een Nationaal Voedings- en Gezondheidsplan³ voor België. Eén van de doelstellingen ervan is de bevolking aan te zetten om elke dag minimum 400g fruit en groenten te eten. Hierbij wil dit plan het aantal personen dat weinig groenten en fruit eet doen dalen, en dit vooral bij jongeren (scholieren en adolescenten). Daarnaast wordt er o.a. naar gestreefd het verbruik van koolhydraten, met een voorkeur voor bronnen van complexe koolhydraten zoals volgranen, peulvruchten.., te bevorderen en het verbruik van enkelvoudige toegevoegde koolhydraten, zoals suikers, te verminderen. Algemeen gezien moet de consumptie van voedingsvezels verhogen. Het is dus belangrijk dat de consument toegang krijgt tot heldere en correcte informatie en dat hij wordt aangemoedigd om keuzes te maken die zijn gezondheid ten goede komen. Informatie van het Voedingsplan richt zich tot het grote publiek, maar ook tot meer specifieke doelgroepen (jongeren, socio-economisch achtergestelde milieus...) en wordt verspreid via mediacampagnes (spots op radio en TV), folders en affiches met de grote voedingsprincipes, internet, voedingsgids... Dit plan loopt nog tot eind 2010.

³ <http://www.mijnvoedingsplan.be>



2. Vragen

De vragen met betrekking tot de voedingsgewoonten waren onderdeel van de mondelinge vragenlijst en waren voor iedereen (dus van jong tot oud) van toepassing.

De volgende voedselfrequentie vragenlijst werd aan de respondenten gesteld:

- Hoe vaak eet u fruit? (NH.01)
- Hoe vaak eet u groenten en salade (uitgezonderd sap en aardappelen)? (NH.03).
- Hoe vaak drinkt u fruit- of groentesap? (NH.05)
- Hoe vaak eet u bruin brood (ook bruine beschuit, bruine pistolets of bruin stokbrood)? (NH.07)
- Hoe vaak eet u vis of schelp- of schaaldieren (zoals koolvis, kabeljauw, mosselen, garnalen...)? (NH.09)
- Hoe vaak drinkt u gesuikerde frisdranken? (NH.11)

Met de volgende antwoordcategorieën: 2 of meer keer per dag / 1 keer per dag / 4 tot 6 keer per week / 1 tot 3 keer per week / Minder dan 1 keer per week / Nooit

Het merendeel van deze vragen komt overeen met de vragen van de vorige Gezondheidsenquête (HIS) van 2004 en is vergelijkbaar met de vragen van de HIS 2001. De eerste drie vragen (NH.01, NH.03 en NH.05) werden ook door Eurostat aanbevolen.

Daarnaast wordt er ook voor elk voedingsmiddel van de voedselfrequentie vragenlijst gepolst naar de hoeveelheid dat er gemiddeld geconsumeerd wordt:

- Hoeveel fruit eet u dan gemiddeld op zo een dag? (NH.02)
- Hoeveel groenten of salade eet u dan gemiddeld op zo een dag? (NH.04)
- Hoeveel fruit- of groentesap drinkt u dan gemiddeld op zo een dag? (NH.06)
- Hoeveel bruin brood eet u dan gemiddeld op zo een dag? (NH.08)
- Hoeveel vis of schelp- of schaaldieren eet u dan gemiddeld op zo een dag, (NH.10)
- Hoeveel gesuikerde frisdranken drinkt u gemiddeld op zo een dag? (NH.12)

De antwoordcategorieën zijn: minder dan/ongeveer/meer dan respectievelijk 2 porties, 200g, 2 glazen, 8 sneden, 100g en 1 liter.



3. Indicatoren

Aan de hand van volgende indicatoren kan aangegeven worden welk percentage van de bevolking de aanbevolen frequentie van een selectie van voedingsmiddelen haalt. Deze indicatoren hebben betrekking op de totale bevolking:

- **NH01_1:** Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet
- **NH03_1:** Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet
- **NH05_1:** Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentensap drinkt
- **NH07_1:** Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet
- **NH09_1:** Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet
- **NH11_1:** Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt

In het kader van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH⁴) is het ook belangrijk te weten hoeveel fruit en groenten per dag geconsumeerd worden:

- **NH_1:** Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet
- **NH_2:** Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet

Opgelet:

- de gegevens uit het rapport van 2004 zullen niet overeenkomen met de gegevens uit dit rapport, daar in het rapport van 2004 werd ingegaan op het onvoldoende (minder dan 5 keer per week) gebruik van fruit, groenten... In dit rapport focussen we ons op het dagelijks gebruik van bijvoorbeeld fruit en groenten;
- sommige indicatoren (NH05_1, NH11_1, NH_1 en NH_2) kwamen niet voor in de voorgaande enquêtes, dus een evolutie doorheen de tijd kan hiervoor niet gemaakt worden.

⁴ Aanbevolen Dagelijkse Hoeveelheid fruit en groenten is 400g



4. Resultaten

4.1. Consumptie van fruit (NH01_1 en NH_1)

Zeker wat de consumptie van fruit aangaat, is niet alleen de frequentie belangrijk, maar ook de hoeveelheid dat er per dag van wordt gegeten.

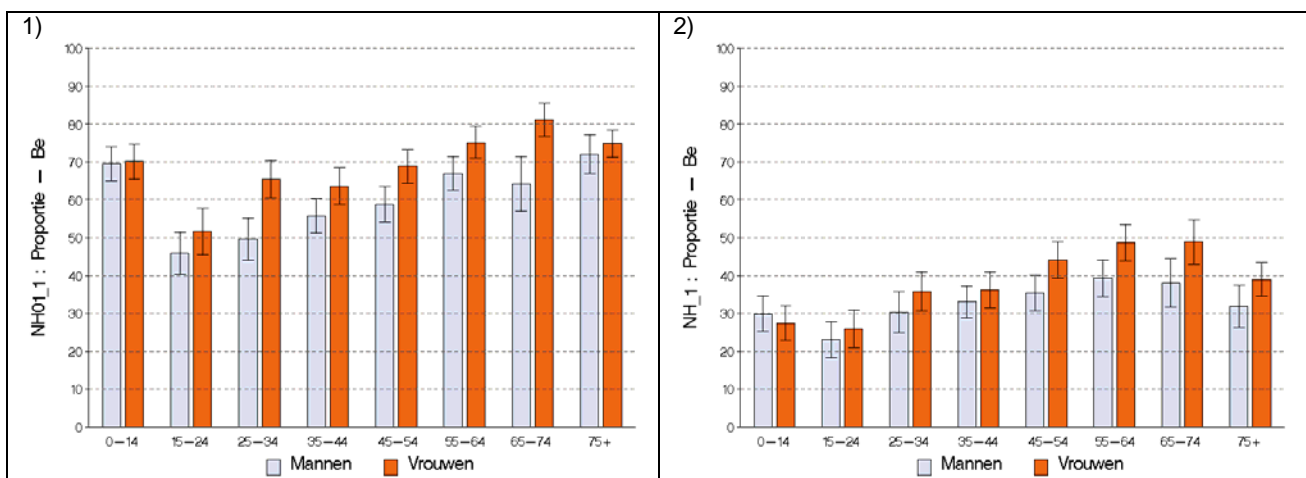
4.1.1. België

Analyse volgens geslacht en leeftijd

Van de totale bevolking geeft 64% aan dagelijks fruit te eten, maar slechts iets meer dan de helft hiervan (35%) consumeert minstens 2 porties fruit per dag. Het aantal vrouwen (68%) dat dagelijks fruit eet is hoger dan het aantal mannen (60%), een verschil dat ook na correctie voor leeftijd significant blijft. Bovendien eten significant meer vrouwen (38%) dan mannen (32%) dagelijks minstens 2 porties fruit.

Zeventig percent van de kinderen jonger dan 15 jaar eet dagelijks fruit, maar in de leeftijdsgroep 15-44 jaar ligt dit percentage beduidend lager (bijna 49% voor de 15-24 jarigen tot 60% voor de 35-44 jarigen). Naarmate men ouder wordt, wordt er terug meer fruit geconsumeerd: vanaf 55 jaar eet meer dan 70% dagelijks fruit. Het verschil tussen mannen en vrouwen is vooral opmerkelijk in de leeftijdsgroepen 25-34 jaar en 65-74 jaar. Als we kijken naar de hoeveelheid, dan ligt het percentage dat minstens 2 porties fruit per dag eet het laagst in de jongste leeftijdsgroepen (bijna 30% in de leeftijdsgroep 0-14 jaar en slecht één op vier jongvolwassenen). Vanaf 35 jaar neemt dit percentage significant toe, met een piek (44%) in de leeftijdsgroep 55-74 jaar. Verschillen die significant zijn na correctie voor geslacht.

Figuur 1 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet en 2) minstens 2 porties fruit (uitgezonderd sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008





Analyse volgens socio-economische achtergrondkenmerken

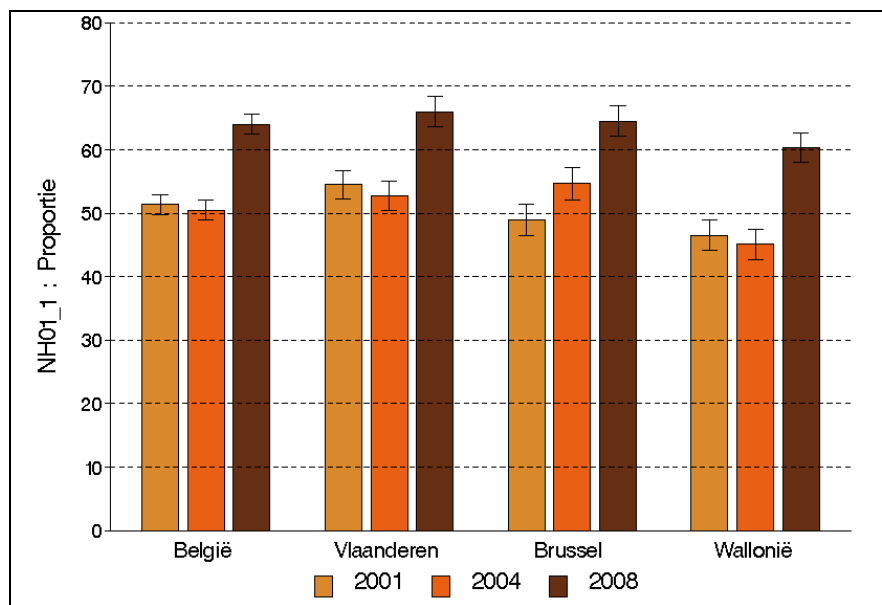
Er kan een duidelijke samenhang vastgesteld worden tussen het opleidingsniveau en de consumptie van fruit. Van de mensen met een diploma hoger onderwijs geeft bijna 70% aan dagelijks fruit te eten. Dit percentage ligt hoger dan voor de andere opleidingsniveaus (59% à 64%), en dit verschil is significant na correctie voor leeftijd en geslacht. Daarbij consumeren meer van deze hoogst opgeleiden minstens 2 porties fruit per dag (39%) dan de andere opleidingsniveaus, een percentage dat significant hoger is na correctie voor leeftijd en geslacht.

Het dagelijks consumeren van fruit vertoont geen samenhang met de urbanisatiegraad. Het percentage mensen dat 2 porties fruit per dag eet, ligt echter lager in landelijke gebieden (32%) dan in stedelijke (36%) en halfstedelijke gebieden (38%), een verschil dat significant is na correctie voor leeftijd en geslacht.

Evolutie doorheen de tijd

In 2001 en 2004 at amper de helft (respectievelijk 50% en 51%) van de bevolking dagelijks fruit. In 2008 is dit percentage gestegen tot 64%. Dit percentage is dus sterk toegenomen ten opzichte van voorgaande jaren, en is bijgevolg significant verschillend, ook na correctie voor leeftijd en geslacht.

Figuur 2 Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België, 2008

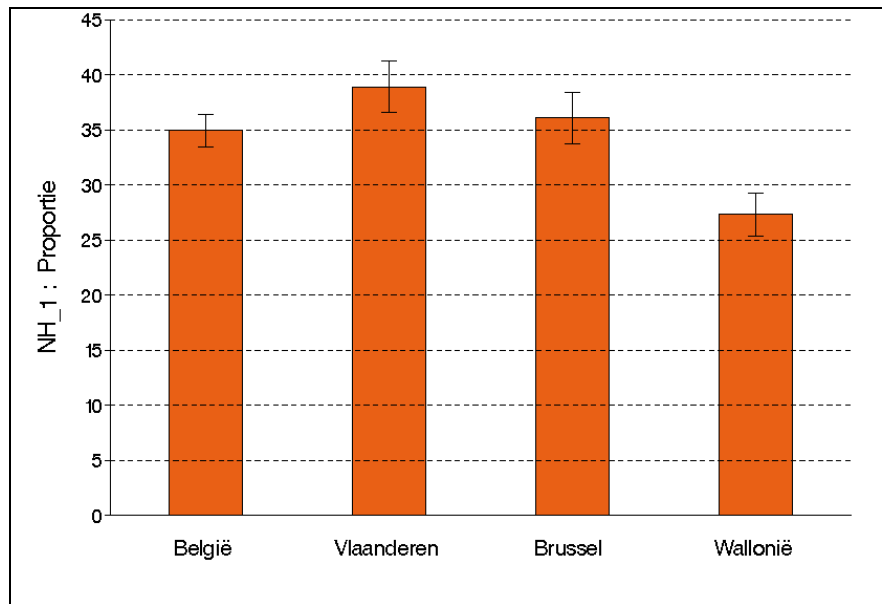


4.1.2. Regio's

In het Waals Gewest geeft 60% van de bevolking aan dagelijks fruit te eten. Dit percentage is lager dan in het Vlaams en Brussels Gewest, met een percentage van respectievelijk 66% en 64%. Na correctie voor leeftijd en geslacht is dit percentage significant lager in het Waals Gewest in vergelijking met de resultaten van de andere twee gewesten. Wanneer we meer specifiek kijken naar de hoeveelheid, dan zien we ook hier dat het percentage mensen dat 2 porties fruit per dag eet significant lager ligt in het Waals Gewest (27%) dan in het Vlaams (39%) en Brussels Gewest (36%). In het Waals Gewest wordt er dus niet alleen minder vaak dagelijks fruit gegeten, maar daarnaast komt men ook minder vaak aan 2 porties fruit per dag. Het tijdsverloop van de dagelijkse consumptie van fruit is anders voor Brussel dan voor de andere twee gewesten.



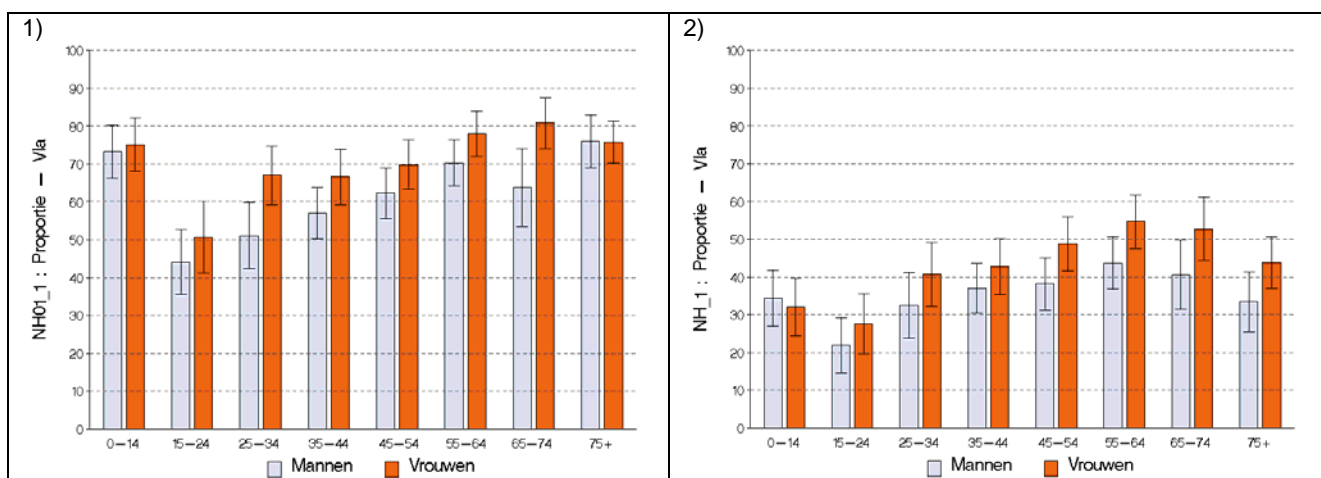
Figuur 3 Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit (uitgezonderd sap) per dag eet, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België, 2008



Vlaams Gewest

Mannen (62%) eten in vergelijking tot vrouwen (70%) minder frequent dagelijks fruit. Na correctie voor leeftijd blijft dit verschil significant. Bovendien is de frequentie van vrouwen (42%) dat minstens 2 porties fruit per dag eet significant hoger dan bij mannen (35%). In de leeftijdsgroep 15-24 jaar eet minder dan de helft (47%) van de populatie dagelijks fruit, om daarna terug toe te nemen. Vanaf de leeftijd van 55 jaar eet ongeveer drie vierde van deze populatie dagelijks fruit, net zoals in de jongste groep, en deze percentages liggen significant hoger na correctie voor geslacht. Bovendien eet meer dan 40% van de populatie van 35 jaar en ouder minstens 2 porties fruit per dag, en deze verschillen zijn, na correctie voor geslacht, significant hoger dan in de jongere leeftijdsgroepen, behalve voor de oudste leeftijdsgroep. In de leeftijdsgroep 55-64 jaar loopt dit percentage zelfs op tot bijna 50%.

Figuur 4 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet en 2) minstens 2 porties fruit (uitgezonderd sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Vlaams Gewest





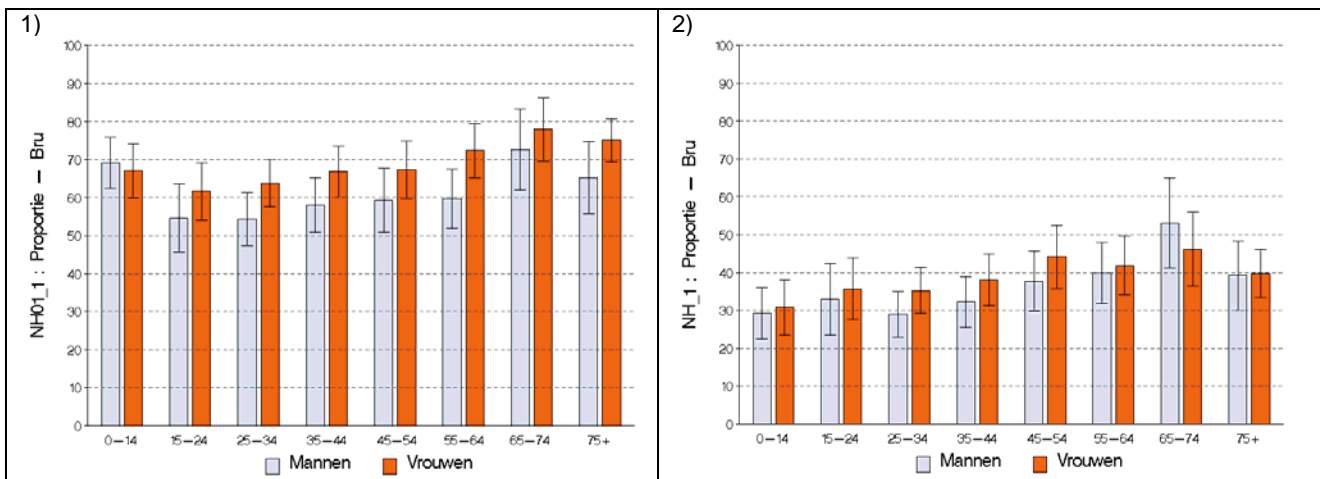
Mensen met een opleiding hoger onderwijs (70%) geven vaker aan dagelijks fruit te eten. Het verschil met de andere opleidingsniveaus (gaande van 61% tot 67%) is, na correctie voor leeftijd en geslacht, significant. Ook voor wat betreft de hoeveelheid, is het percentage mensen dat minstens 2 porties fruit per dag eet significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (43%) in vergelijking met de lagere opleidingsniveaus. Zowel voor dagelijkse consumptie van fruit als de hoeveelheid worden er geen significante verschillen vastgesteld wat de urbanisatiegraad betreft.

Zoals voor België is er ook een sterke toename in 2008 van het percentage mensen dat dagelijks fruit eet (66% in 2008 en 53% à 54% in de voorgaande jaren), en deze toename is statistisch significant, ook na correctie voor leeftijd en geslacht.

Brussels Gewest

Vrouwen (68%) geven meer dan mannen (61%) aan dagelijks fruit te eten. Na correctie voor leeftijd blijft dit verschil significant. De dagelijkse consumptie van fruit is het laagst in de leeftijdsgroep 15-34 jaar (58% à 59%), en dit verschil is significant na correctie voor geslacht. Ook hier neemt daarna de frequentie toe met de leeftijd, om vanaf 75 jaar terug een beetje te dalen. Vanaf 45 jaar eet minstens 40% van de Brusselaars 2 porties fruit per dag en vanaf deze leeftijd ligt dit percentage significant hoger dan in de jongere leeftijdsgroepen, met een piek in de leeftijdsgroep 65-74 jaar, waarvoor een keer de mannen de grootste bijdrage leveren.

Figuur 5 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet en 2) minstens 2 porties fruit (uitgezonderd sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Brussels Gewest



Het aantal mensen dat dagelijks fruit eet is het hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (70%) dan bij diegenen met een lager of hoger secundair diploma (58%), en dit verschil is significant na correctie voor leeftijd en geslacht. In het Brussels Gewest zijn de socio-economische verschillen minder uitgesproken voor wat het percentage mensen dat minstens 2 porties fruit per dag eet betreft: diegenen met hoger secundair opleiding hebben significant de laagste prevalentie (30%). In vergelijking met de grootstad Brussel, is de prevalentie van de dagelijkse fruitconsumptie in de grote steden van het zuiden van het land, namelijk Luik en Charleroi, significant lager (55%). Dit is ook zo voor wat het eten van minstens 2 porties fruit per dag (24%) betreft.

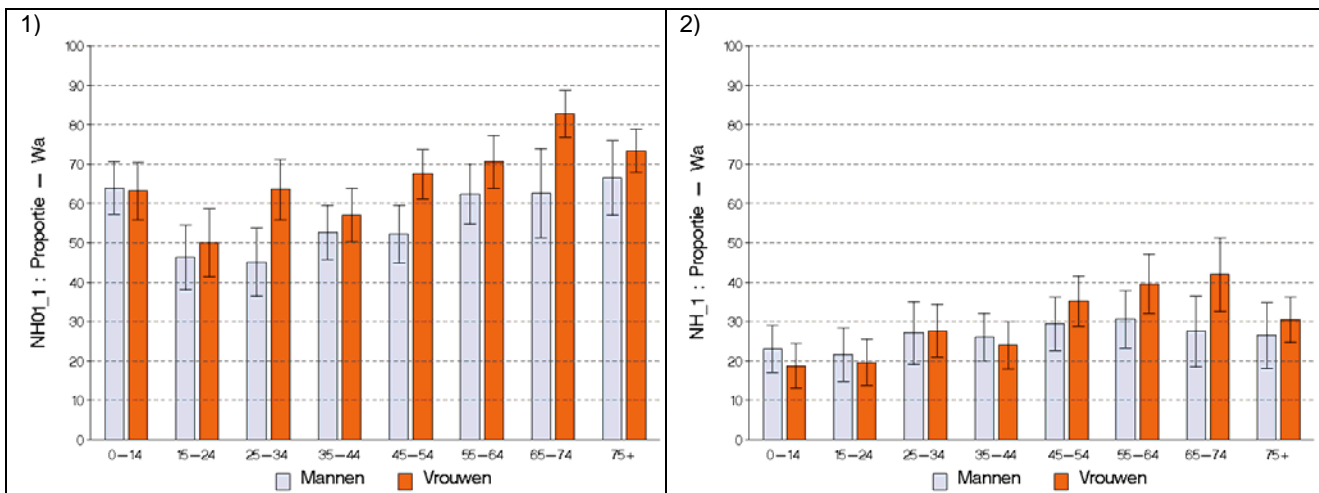


Anders dan voor België en de twee andere gewesten, kan men in het Brussels Gewest eerder spreken over een lineaire stijging van het percentage mensen dat dagelijks fruit eet: van 48% in 2001 over 55% in 2004 tot 64% in 2008. Elke toename is statistisch significant ($P < 0,05$), ook na correctie voor leeftijd en geslacht.

Waals Gewest

Iets meer dan de helft (55%) van de mannen eet dagelijks fruit; bij vrouwen is dit 65%. Na correctie voor leeftijd blijft het verschil tussen mannen en vrouwen significant. Bijna evenveel (of beter gezegd: even weinig) mannen (26%) als vrouwen (28%) eten 2 porties fruit per dag. In de leeftijdsgroep 15-44 jaar ligt het percentage mensen dat dagelijks fruit eet significant lager dan in de andere leeftijdsgroepen; in de leeftijdsgroep 15-24 jaar gaat het zelfs om slechts 48%. In de leeftijdsgroep 65-74 jaar piekt deze prevalentie tot 74%, en het zijn vooral de vrouwen die daartoe bijdragen. Het percentage mensen dat 2 porties fruit per dag eet stijgt ook hier met de leeftijd, al blijft deze prevalentie laag (een maximum van 36% in de leeftijdsgroep 65-74 jaar). Vanaf de leeftijdsgroep 45-54 jaar zijn de verschillen significant in vergelijking met de jongere leeftijdsgroepen, en dit na correctie voor geslacht.

Figuur 6 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet en 2) minstens 2 porties fruit (uitgezonderd sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Waals Gewest



Zoals elders in het land, geven mensen met een opleiding hoger onderwijs (66%) vaker aan dagelijks fruit te eten, een percentage dat, na correctie voor leeftijd en geslacht, significant hoger ligt dan voor de andere opleidingsniveaus (van 55% tot 57%). Dit is ook zo wat de hoeveelheid betreft: significant hoger bij de hoogst opgeleiden (30%). Er kan geen verband met de urbanisatiegraad vastgesteld worden.

Ook in het Waals Gewest is er, zoals voor België, een sterke toename in 2008 van het percentage mensen dat dagelijks fruit eet (60% ten opzichte van 45% à 46%), en deze toename is significant ook na correctie voor leeftijd en geslacht.



4.2. Consumptie van groenten (NH03_1 en NH_2)

Ook wat de consumptie van groenten aangaat, is niet alleen de frequentie belangrijk, maar ook de hoeveelheid dat er per dag van wordt gegeten.

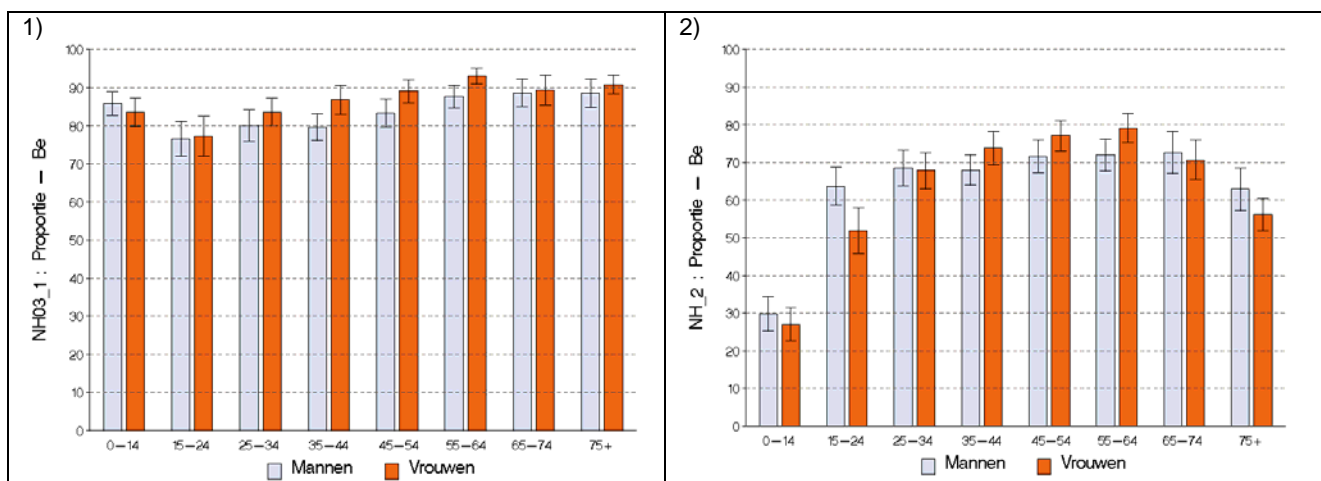
4.2.1. België

Analyse volgens geslacht en leeftijd

Het percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet (85%) ligt hoger dan het dagelijks eten van fruit (64%). Het percentage dagelijkse groenten ligt hoger bij vrouwen (86%) dan bij mannen (83%), een verschil dat ook na correctie voor leeftijd significant blijft. Ook het percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet ligt bijna dubbel zo hoog (62%) dan wanneer het over het aantal porties fruit gaat (35%). Tweederde van de bevolking eet dus voldoende groenten. Hier is geen verschil tussen mannen en vrouwen.

In de leeftijdsgroep 15-24 jaar (77%) is de prevalentie van de dagelijkse consumptie van groenten het laagst. Daarna stijgt dit percentage om vanaf de leeftijd van 55 jaar ongeveer 90% te bereiken, de meerderheid van deze bevolkingsgroep. Het percentage mensen dat minstens 200g groenten per dag eet, stijgt significant met de leeftijd, gaande van een zeer lage prevalentie (28%) in de jongste leeftijdsgroep tot 76% in de leeftijdsgroep 55-64 jaar, om daarna terug af te nemen. In de oudste leeftijdsgroep is dit percentage nog slecht 59%.

Figuur 7 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet en 2) minstens 200g groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008



Analyse volgens socio-economische achtergrondkenmerken

Een duidelijke samenhang kan worden vastgesteld tussen het opleidingsniveau en het dagelijks gebruik van groenten: personen met het hoogste opleidingsniveau geven relatief meer aan (87%) dagelijks groenten te eten dan diegenen met een lager opleidingsniveau (gaande van 82% voor diegenen met een lager of geen diploma tot 84% voor die met een diploma hoger secundair). Na correctie voor leeftijd en geslacht blijft dit verschil significant. Hetzelfde verband wordt teruggevonden wat de hoeveelheid groenten betreft: De prevalentie van zij die minstens 200g groenten per dag eten is significant hoger bij de hoogst opgeleiden (63%).

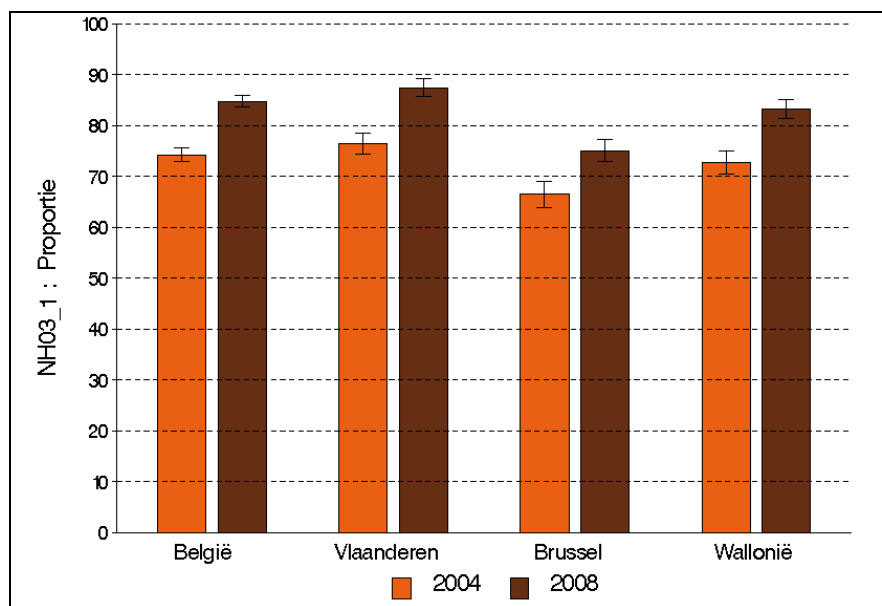


Het percentage mensen dat dagelijks groenten eet ligt significant lager in de stedelijke gebieden (82%) dan in de halfstedelijke en landelijke gebieden (beiden 88%). Dit geldt ook voor het percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet: significant lager cijfer in stedelijke gebieden (57%).

Evolutie doorheen de tijd

Positief is te melden dat het percentage personen dat aangeeft dagelijks groenten te eten in vergelijking met 2004 sterk gestegen is (2004: 74%, 2008:85%), een stijging die ook na correctie voor leeftijd en geslacht significant blijft ($P < 0,05$).

Figuur 8 Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen of sap) eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België, 2008

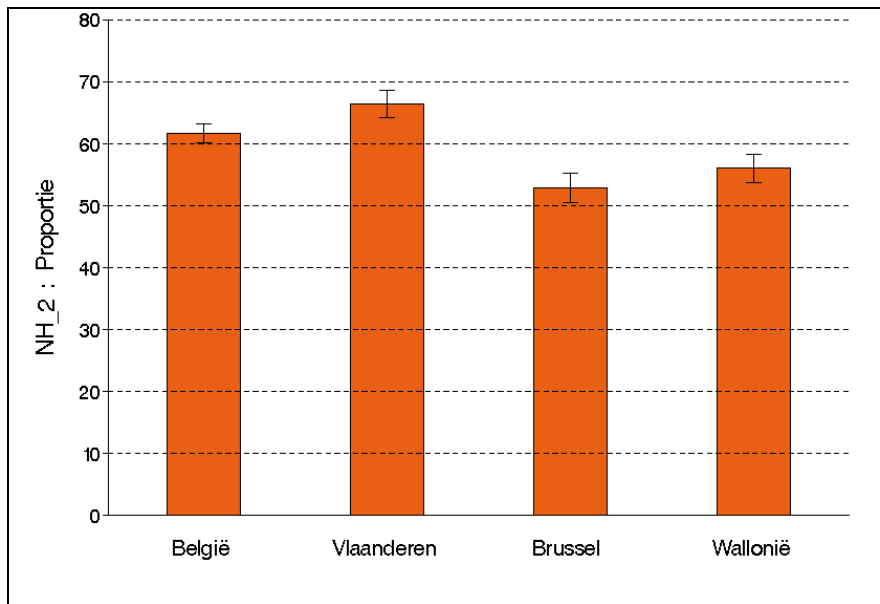


4.2.2. Regio's

Het percentage mensen dat dagelijks groenten eet ligt hoger in het Vlaams Gewest (87%) dan in het Brussels (75%) en het Waals Gewest (83%), dit verschil is significant na correctie voor leeftijd en geslacht. In Brussel eet slechts drie vierde van de bevolking dagelijks groenten. Dezelfde trend kan waargenomen worden voor het percentage mensen dat minstens 200g groenten per dag eet: de prevalentie is significant hoger in het Vlaams Gewest (66%) dan in het Brussels (53%) en Waals Gewest (56%). In Brussel eet amper de helft van de bevolking 200g groenten per dag.



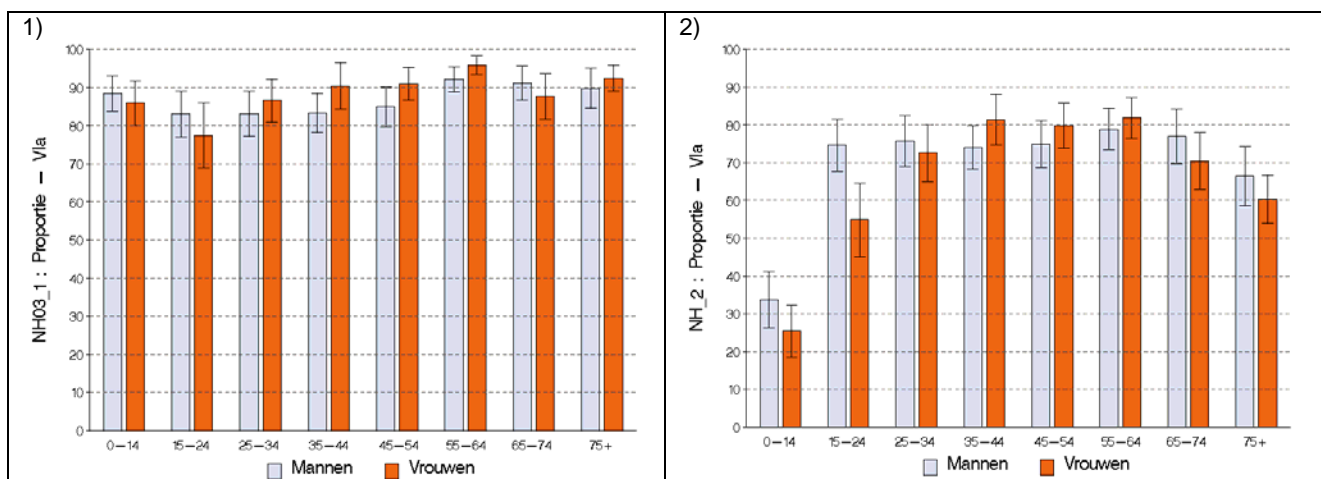
Figuur 9 Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) per dag eet, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België, 2008



Vlaams Gewest

In het Vlaams Gewest wordt er geen significant verschil tussen mannen (86%) en vrouwen (88%) waargenomen wat de dagelijkse consumptie van groenten betreft; dit is ook zo wat de hoeveelheid groenten per dag (minstens 200g) betreft: respectievelijk 68% en 65%. Aangaande de leeftijdsverdeling zien we dat er 2 uitschieters voor de dagelijkse consumptie van groenten zijn: in de leeftijdsgroep 15-24 jaar is deze frequentie het laagst, namelijk 80%, en in de leeftijdsgroep 55-64 jaar is deze frequentie het hoogst, namelijk 94%, deze verschillen zijn significant na correctie voor geslacht. Daarnaast is het vooral in de jongste leeftijdsgroep, zoals ook op nationaal niveau, dat het percentage kinderen dat minstens 200g groenten per dag eten zeer laag is. Verder stijgt ook hier de prevalentie met de leeftijd, om terug af te nemen vanaf 65 jaar. In de leeftijdsgroep 15-24 is de prevalentie mannen die minstens 200g groenten eten per dag hoger dan bij vrouwen.

Figuur 10 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet en 2) minstens 200g groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Vlaams Gewest





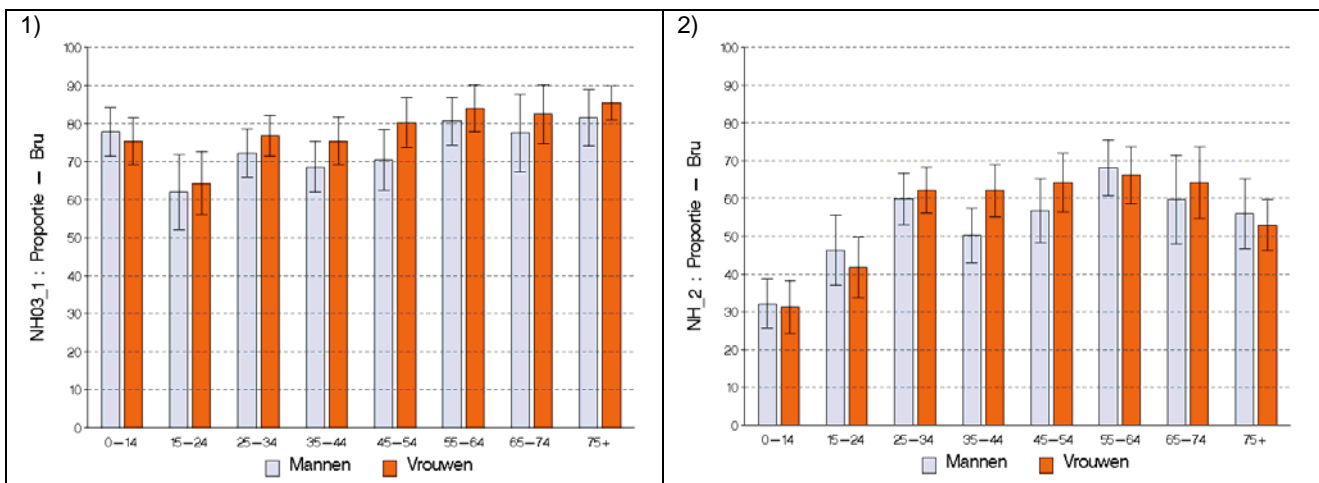
In het Vlaams Gewest zijn er geen socio-economische verschillen voor zowel de dagelijkse consumptie van groenten als de hoeveelheid groenten per dag (minstens 200g). Alleen voor deze laatste indicator is de prevalentie significant hoger in halfstedelijke gebieden (72%) dan in stedelijke (63%) en landelijke gebieden (66%), en deze verschillen blijven significant na correctie voor leeftijd en geslacht.

Ook in het Vlaams Gewest is er een grote toename sinds 2004 wat het percentage mensen dat dagelijks groenten eet betreft: van 76% in 2004 tot 87% in 2008, een verschil dat ook significant ($P < 0,05$) is na correctie voor leeftijd en geslacht.

Brussels Gewest

Drie vierde (75%) van de Brusselse bevolking eet dagelijks groenten. Meer vrouwen (77%) dan mannen (73%) hebben deze eetgewoonte, en dit verschil is significant na correctie voor leeftijd. Amper de helft van deze bevolking eet minstens 200g groenten per dag, en er geen verschil tussen vrouwen (54%) en mannen (51%). Ook bij de jongvolwassenen (15-24 jaar) is de prevalentie van de dagelijkse consumptie van groenten het laagst (63%), opvallend is dat de oudste leeftijdsgroep de hoogste prevalentie (84%) heeft, en deze verschillen zijn significant na correctie voor geslacht. Ook hier neemt de prevalentie van de hoeveelheid groenten per dag (minstens 200g) min of meer toe met de leeftijd, waardoor toch tweederde van de 55-64 jarigen minstens 200g groenten eten, daarna is er terug een afname.

Figuur 11 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet en 2) minstens 200g groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Brussels Gewest



De samenhang tussen het opleidingsniveau en de frequentie van de consumptie van groenten kan zeer expliciet vastgesteld worden bij de inwoners van het Brussels Gewest: het gaat hier om een significant verschil tussen diegenen met een diploma hoger onderwijs (83% ervan geeft aan dagelijks groenten te eten) met alle anderen (66% à 70%). Een zelfde verschil is er wat de hoeveelheid groenten aangaat: 60% voor de hoogst opgeleiden ten opzichte van 43% à 49% voor de andere opleidingsniveaus geeft aan minstens 200g groenten per dag te eten. In de grote Vlaamse steden Gent en Antwerpen (87%) ligt het percentage mensen dat dagelijks groenten eet significant hoger dan in Brussel (75%) en de grote Waalse steden Luik en Charleroi (76%). Ook het percentage mensen dat minstens 200g groenten eet per dag ligt significant hoger in Gent en Antwerpen (66%) en dat in Luik en Charleroi (32%) ligt significant lager dan in Brussel. Dit laatste cijfer is trouwens wel zeer laag: amper een derde van de bevolking in deze Waalse steden eet dagelijks minstens 200g groenten. Al deze verschillen zijn significant na correctie voor leeftijd en geslacht.

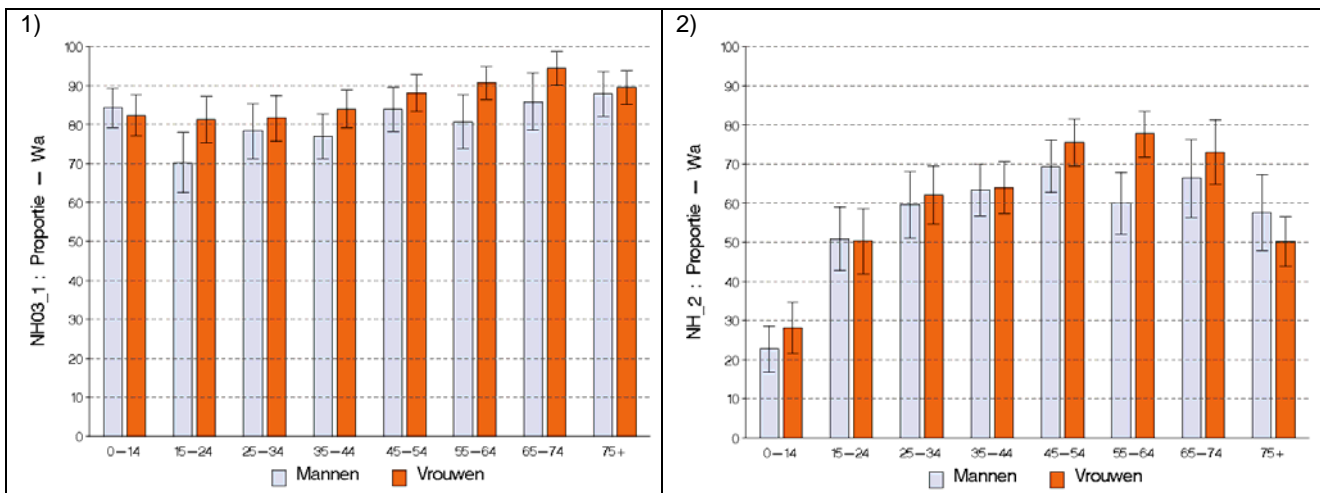


Ook voor het Brussels Gewest kan worden vastgesteld dat het percentage personen dat dagelijks groenten eet significant ($P < 0,05$) gestegen is in de periode 2004 – 2008 (2004: 66%, 2008: 75%).

Waals Gewest

Het percentage vrouwen (86%) dat dagelijks groenten eet is significant hoger dan dat van mannen (80%). Wanneer het om de hoeveel groenten per dag (minstens 200g) gaat, dan zijn er geen significante verschillen tussen vrouwen (58%) en mannen (54%). Zoals ook de nationale resultaten als de resultaten van de andere gewesten aangeven, is het percentage mensen dat dagelijks fruit eet het laagst in de leeftijdsgroep 15-24 jaar (76%), om daarna terug te stijgen met pieken in de oudste leeftijdsgroepen (91% bij de 65-74 jarigen en 89% bij de mensen van 75 jaar en ouder). Slechts één kind op vier eet minstens 200g groenten per dag, bij jongvolwassenen is dit percentage gestegen tot één persoon op twee, en vanaf de volgende leeftijdsgroepen stijgt dit percentage verder om al een piek te bereiken in de leeftijdsgroep 45-54 jaar (72%), daarna daalt dit percentage terug tot 53% in de oudste leeftijdsgroep.

Figuur 12 Percentage van de bevolking dat 1) dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet en 2) minstens 200g groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) per dag eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Waals Gewest



Het percentage dagelijkse consumptie van groenten is significant hoger bij mensen met een diploma hoger onderwijs dan bij diegenen met een diploma hoger secundair en een lager of geen diploma (beiden 81%). Ook is dit zo voor wat de hoeveel groenten per dag (minstens 200g) betreft: 61% bij de hoogst opgeleiden ten opzichte van 50% bij de laagst opgeleiden en 52% bij diegenen met een diploma hoger secundair. Ook na correctie voor leeftijd en geslacht zijn de verschillen significant. In landelijke gebieden (87%) ligt het percentage mensen dat dagelijks groenten eet significant hoger dan in de stedelijke gebieden (80%), dit is ook het geval voor het percentage mensen dat minstens 200g groenten per dag eet (respectievelijk 61% en 51%), en dit na correctie voor leeftijd en geslacht.

Vergeleken met het jaar 2004, is het percentage mensen dat dagelijks groenten eet significant gestegen (van 73% tot 83%, $P < 0,05$).



4.3 Consumptie van fruit- of groentesap (NH05_1)

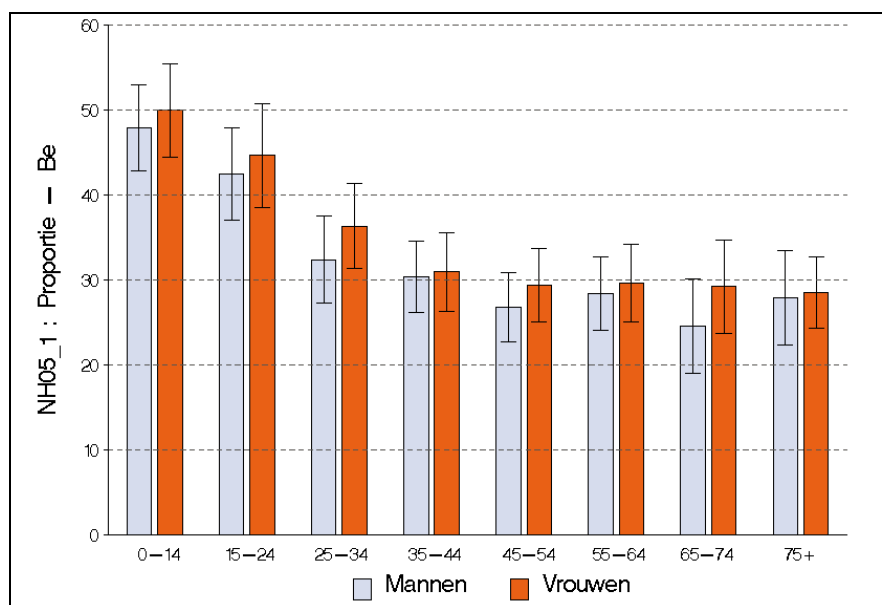
Fruitsappen (zelfs gesuikerd) behoren tot de fruitgroep. Natuurlijk is vers fruit beter, maar één van de 2 tot 3 porties fruit mag vervangen worden door fruitsap⁵. Hetzelfde geldt natuurlijk ook voor groentesappen. Fruit- en groentesappen kunnen dus gezien worden als een aanvulling van de dagelijkse hoeveelheid groenten en fruit⁶.

4.3.1. België

Analyse volgens geslacht en leeftijd

Eén op de drie Belgen (35%) drinkt dagelijks fruit- of groentesap. Dit cijfer ligt iets hoger bij vrouwen (36%) dan bij mannen (34%) en dit verschil is significant na correctie voor leeftijd. Vooral kinderen (49%) en jongvolwassenen (44%) hebben de gewoonten dagelijks dergelijke sapjes te drinken. Vanaf 25 jaar daalt dit percentage significant, ook na correctie voor geslacht, en schommelt het tussen 34% en 27%.

Figuur 13 Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008



Analyse volgens socio-economische achtergrondkenmerken

Op het eerste zicht lijkt de prevalentie van het dagelijks drinken van fruit- of groentesap hoger bij de hoogst opgeleiden (36%) ten opzichte van de laagst opgeleiden (30%), maar na correctie voor leeftijd en geslacht zijn deze verschillen niet significant. Er zijn dus geen socio-economische verschillen voor wat betreft het dagelijks drinken van fruit- en groentesappen. Wel is dit percentage significant hoger in de stedelijke gebieden (38%) in vergelijking met de halfstedelijke (34%) en landelijke gebieden (31%), ook na correctie voor leeftijd en geslacht.

⁵ Stefanie Vandevijvere – OD Volksgezondheid en Surveillance, Wetenschappelijk Instituut Volksgezondheid

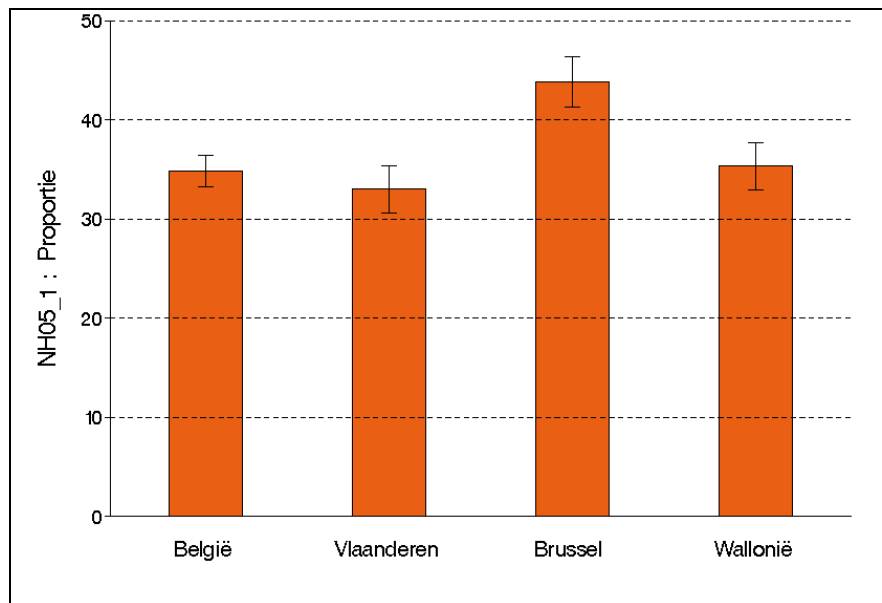
⁶ <http://www.fruitjuicefacts.org/>



4.3.2. Regio's

In het Brussels Gewest (44%) drinkt men vaker dagelijks fruit- of groentesap dan in het Vlaams (33%) en het Waals Gewest (35%), een verschil dat significant blijft na correctie voor leeftijd en geslacht.

Figuur 14 Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België, 2008

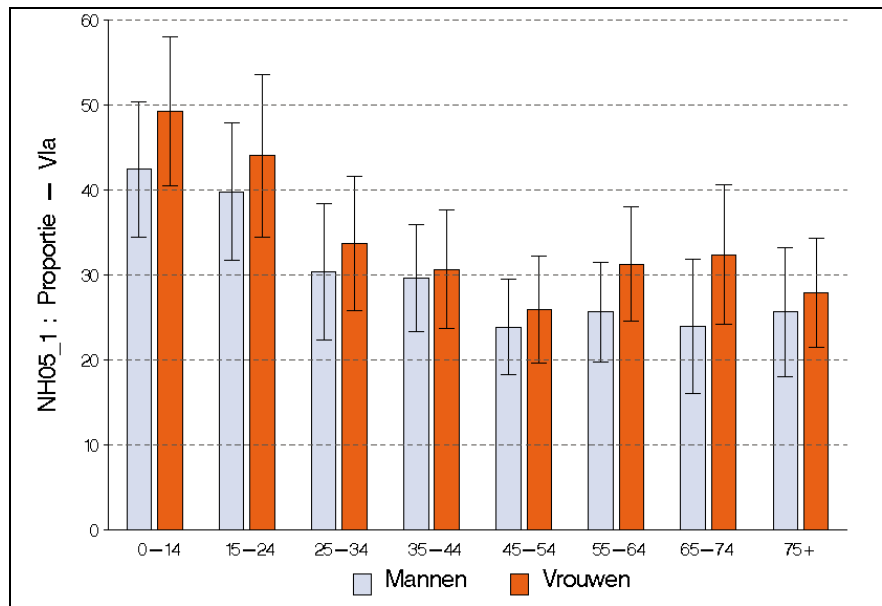


Vlaams Gewest

Het Vlaams Gewest vertoont grote overeenkomsten met de nationale resultaten: ook hier drinken meer vrouwen (35%) dan mannen (31%) dagelijks fruit- of groentesap, fruit- en groentesap wordt vaker gedronken door kinderen (46%) en jongvolwassenen (42%) om daarna te dalen (schommelt tussen 32% en 27%), met een dal (25%) in de leeftijdsgroep 45-54 jaar en het percentage Vlamingen dat dagelijks een sapje drinkt is lager in landelijke gebieden (28%) dan in stedelijke gebieden (37%) Al deze verschillen zijn significant na correctie voor leeftijd en/of geslacht. Er zijn ook geen socio-economische verschillen.



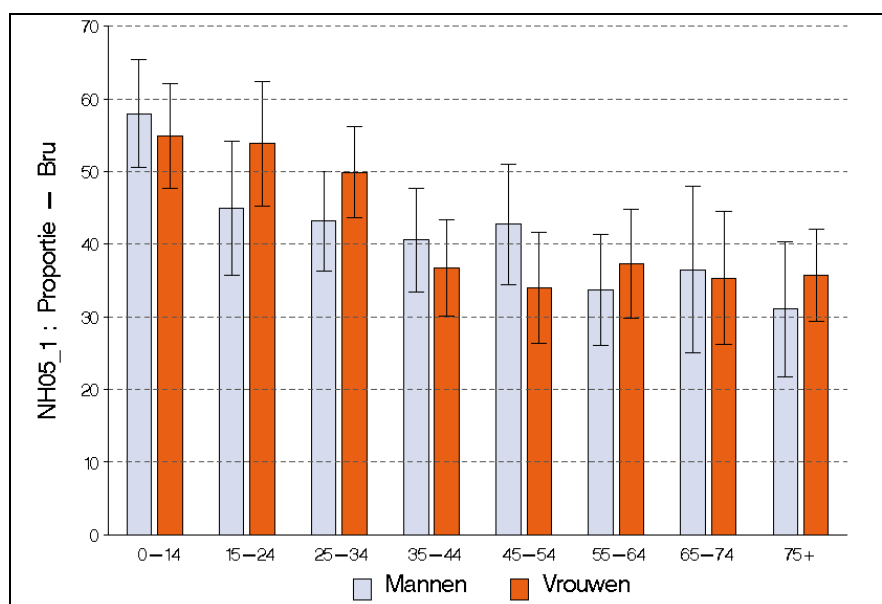
Figuur 15 Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Vlaams Gewest



Brussels Gewest

In tegenstelling tot België en het Vlaams Gewest drinken evenveel (44%) vrouwen als mannen dagelijks een fruit- of groentesap. Wat de leeftijd betreft, zien we dat de consumptie van dagelijkse fruit- en groentesapjes pas significant afneemt vanaf 35 jaar. Vanaf dan blijft de prevalentie schommelen tussen 39% en 34%, waarden die toch nog hoger liggen dan in België of de andere twee gewesten. Het percentage mensen dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt is significant hoger bij diegenen met een diploma lager secundair (52%) in vergelijking met de andere opleidingsniveaus (41% à 44%). In de Waalse grootsteden Luik en Charleroi (29%) drinkt men minder vaak sapjes dan in de grootstad Brussel (44%). Al deze verschillen zijn significant na correctie voor leeftijd en geslacht.

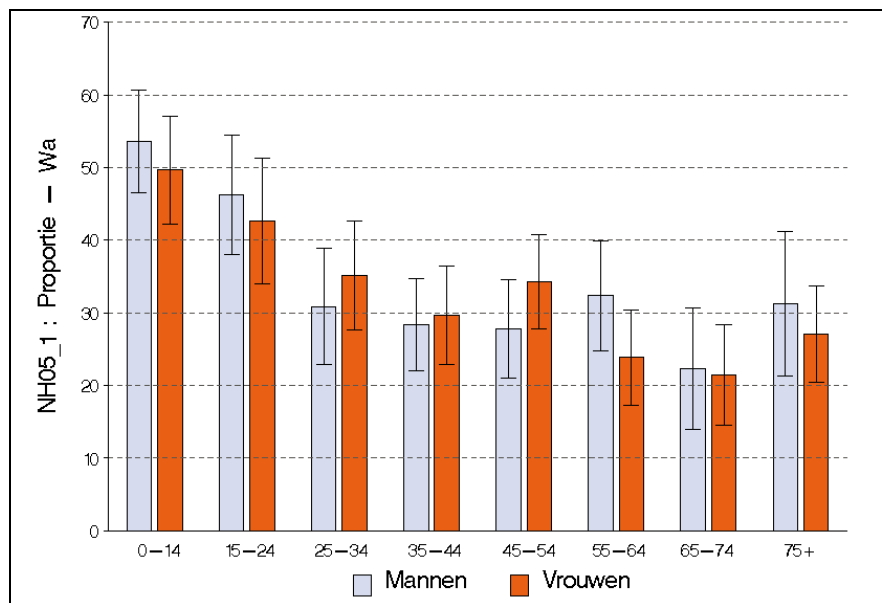
Figuur 16 Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Brussels Gewest



Waals Gewest

Ook in het Waals Gewest is er geen significant verschil tussen vrouwen (35%) en mannen (36%) voor wat de dagelijkse consumptie van fruit- of groentesap betreft. Het leeftijdsverloop komt overeen met dat van België en van het Vlaams Gewest: fruit- en groentesap wordt vooral gedronken door kinderen (52%) en jongeren (44%), daarna is er een duidelijke afname van de prevalentie. Deze verschillen zijn significant na correctie voor geslacht. De laagst opgeleiden drinken minder vaak sapjes dan de hoogst opgeleiden, een verschil dat significant is na correctie voor leeftijd en geslacht. Er is geen verband met de urbanisatiegraad.

Figuur 17 Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Waals Gewest



4.4. Consumptie van bruin brood (NH07_1)

Bruin brood is een belangrijke bron van voedingsvezels. De bruine broodsoorten genieten dan ook de voorkeur⁷.

4.4.1. België

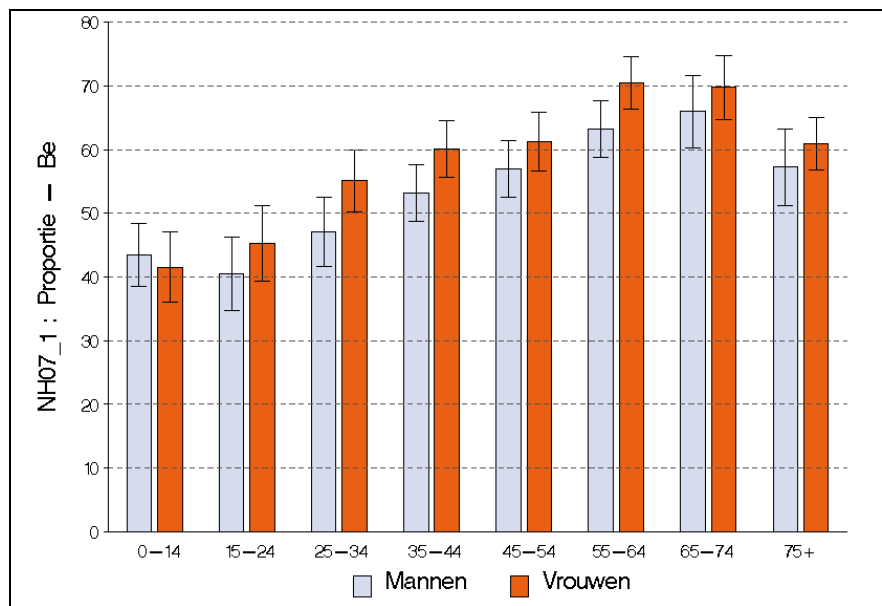
Analyse volgens geslacht en leeftijd

Iets meer dan de helft (54%) van de Belgische bevolking eet dagelijks bruin brood. Deze prevalentie is hoger bij vrouwen (57%) dan bij mannen (52%), en is significant na correctie voor leeftijd. Kinderen en jongvolwassenen (beiden 43%) eten het minst vaak dagelijks bruin brood. Vanaf de leeftijd van 25 jaar neemt deze prevalentie significant toe van 51% tot 68% in de leeftijdsgroep 65-74 jaar, om daarna terug af te nemen tot 60%.

⁷ <http://www.vigez.be/>



Figuur 18 Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008



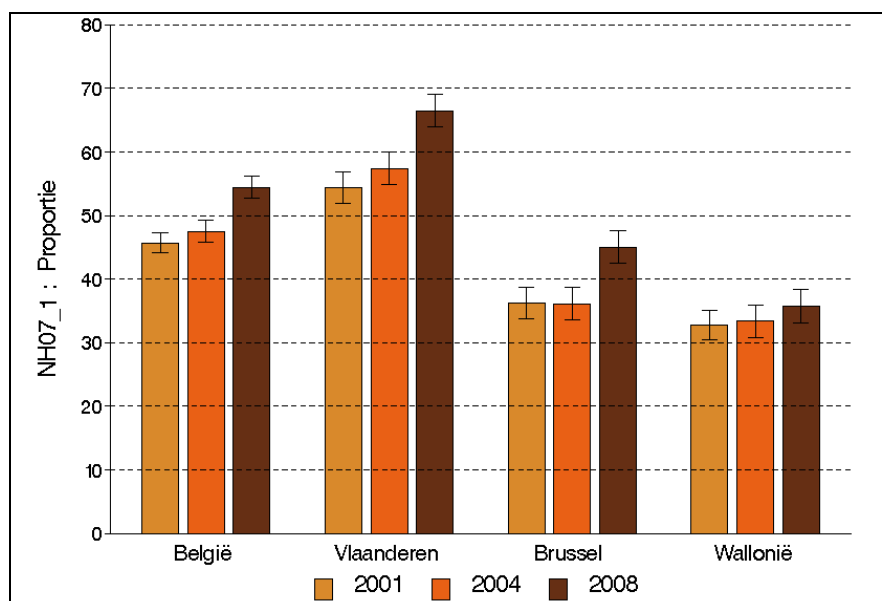
Analyse volgens socio-economische achtergrondkenmerken

Diegenen met een diploma hoger onderwijs (59%) eten vaker dagelijks bruin brood dan de andere opleidingsniveaus (gaande van 50% tot 54%). Ook wordt er vaker dagelijks bruin brood gegeten in de halfstedelijke gebieden (60%) dan in de stedelijke (52%) en landelijke gebieden (54%). Deze verschillen zijn significant na correctie voor leeftijd en geslacht.

Evolutie doorheen de tijd

De prevalentie van de dagelijkse consumptie van bruin brood is lineair in de tijd gestegen ($P < 0,05$): van 46% in 2001 over 48% in 2004 tot 54% in 2008. Het tijdsverloop bij mannen is anders dan dit bij vrouwen: het percentage mannen dat dagelijks bruin brood eet is al sinds 2004 aan het stijgen (van 43% in 2001 tot 47% in 2004 tot 52% in 2008), terwijl dit bij vrouwen pas sinds 2008 het geval is, maar in dit laatste geval kan men ook van een sterke stijging spreken (van 48% in 2001 en 2004 tot 57% in 2008).

Figuur 19 Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België, 2008





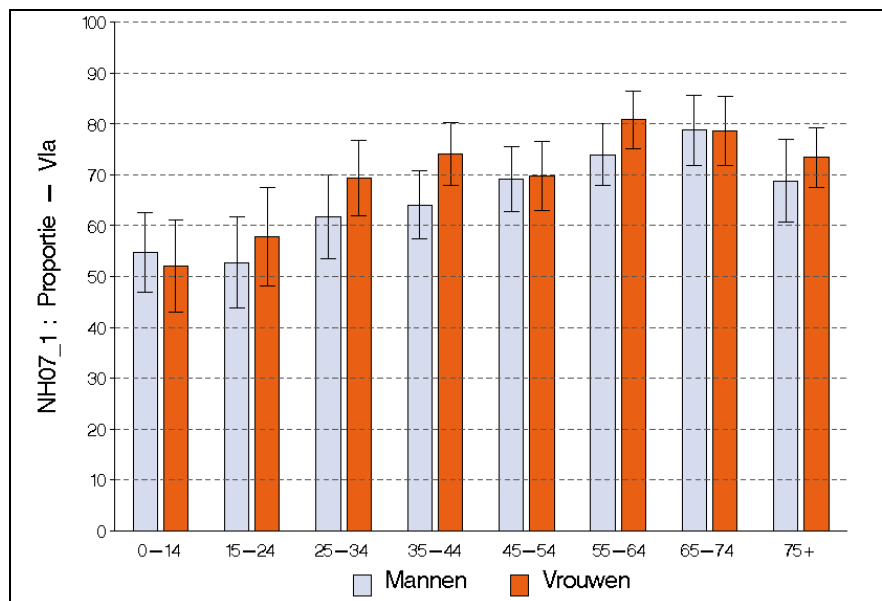
4.4.2. Regio's

In het Vlaams Gewest (66%) is de prevalentie van de dagelijkse consumptie van bruin brood hoger dan in de andere twee gewesten, namelijk 45% in het Brussels Gewest en slechts 36% in het Waals Gewest. Ook na correctie voor leeftijd en geslacht blijven deze verschillen tussen de gewesten statistisch significant. Het tijdsverloop in elk van de drie gewesten is verschillend.

Vlaams Gewest

Meer vrouwen (69%) dan mannen (64%) eten dagelijks bruin brood, een verschil dat significant blijft na correctie voor leeftijd. Kinderen en jongvolwassenen zijn de twee leeftijdsgroepen waar het percentage het laagst is (respectievelijk 53% en 55%), daarna stijgt het percentage met de leeftijd tot 79% in de leeftijdsgroep 65-74 jaar, om daarna terug wat af te nemen tot 72%. Personen met een diploma hoger onderwijs (69%) geven relatief meer aan dan de lagere opleidingsniveaus dagelijks bruin brood te eten. In landelijke gebieden (65%) wordt er dan weer wat minder bruin brood gegeten. Deze verschillen blijven ook na correctie voor leeftijd en geslacht bestaan. Zoals voor België, stijgt ook het percentage mensen dat dagelijks bruin brood eet lineair in de tijd ($P < 0,05$): van 54% in 2001 over 57% in 2004 tot 66% in 2008. Vooral in de laatste periode (2004-2008) was de toename het grootst.

Figuur 20 Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Vlaams Gewest

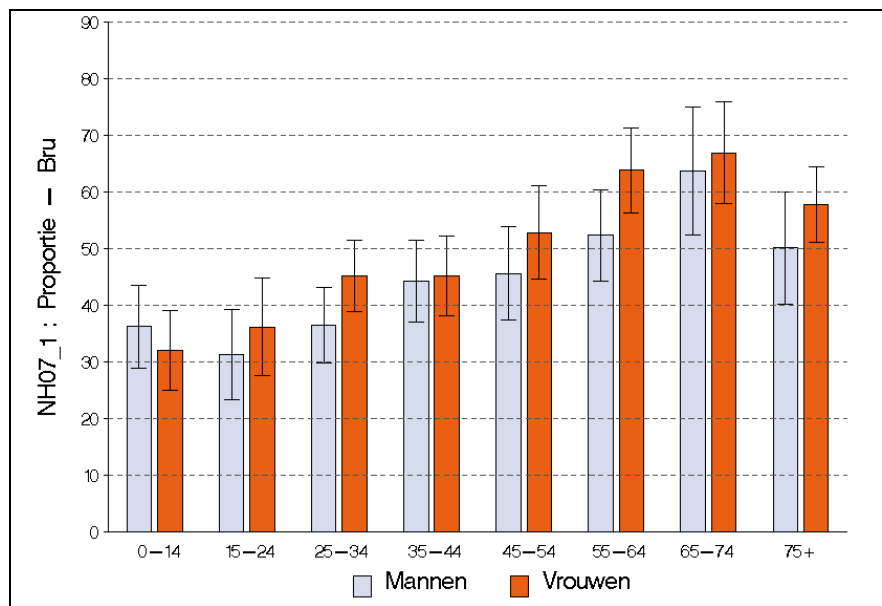


Brussels Gewest

Ook in het Brussel Gewest zijn er significant meer vrouwen (48%) dan mannen (42%) die dagelijks bruin brood eten. Slechts één op drie kinderen of jongvolwassenen eet dagelijks bruin brood, daarna stijgt de prevalentie geleidelijk met de leeftijd. Een piek wordt bereikt op de leeftijd van 65-74 waar tweederde van de mensen dagelijks bruin brood eten. Ook hier neemt de prevalentie na deze leeftijd terug af.



Figuur 21 Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Brussels Gewest



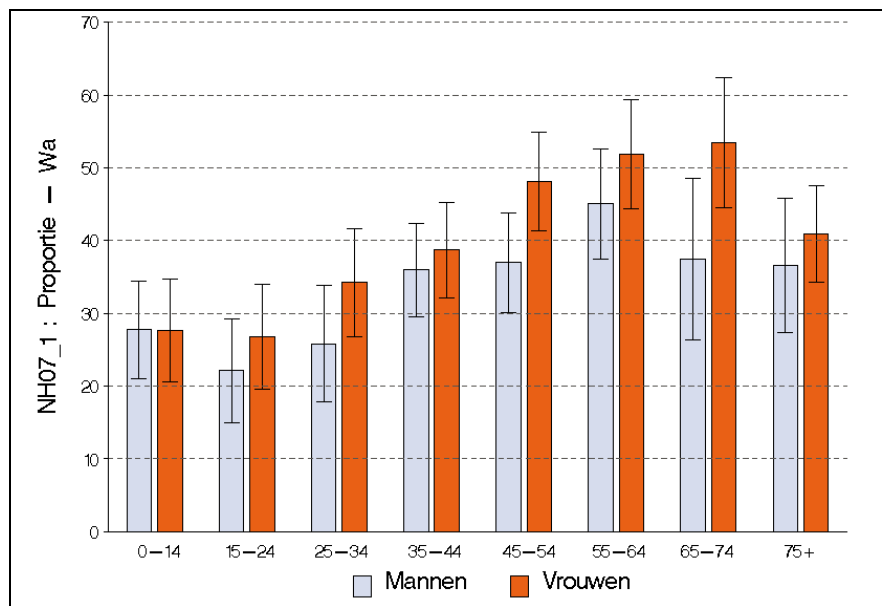
Bijna de helft (49%) van de personen met een diploma hoger onderwijs eet dagelijks bruin brood. Dit cijfer is hoger in vergelijking met de andere opleidingsniveaus. In de Vlaamse steden Gent en Antwerpen (69%) wordt er vaker dagelijks bruin brood gegeten dan in Brussel, in de Waalse steden Luik en Charleroi (34%) dan weer minder vaak. Deze verschillen blijven na correctie voor leeftijd en geslacht significant. Het tijdsverloop in het Brussels Gewest wordt kwadratisch genoemd ($P < 0,05$). Dit betekent dat er tussen 2001 en 2004 geen stijging van de prevalentie was, dus constant (36%) is gebleven in die periode, waarna in 2008 een stijging tot 45% volgt.

Waals Gewest

Zoals voor België en de andere twee gewesten, zijn het ook hier de vrouwen (39%) die vaker dagelijks bruin brood eten dan mannen (32%), een verschil dat significant blijft na correctie voor leeftijd. In het Waals Gewest eten zeer weinig kinderen (28%) en jongvolwassenen (24%) dagelijks bruin brood. Ook hier stijgt de prevalentie met de leeftijd, maar wordt de 'piek' al bereikt in de leeftijdsgroep 55-64 jaar (48%), om daarna terug af te nemen. Het zijn vooral de hoogst opgeleiden (42%) die dagelijks bruin brood eten in vergelijking met de andere opleidingsniveaus, een verschil dat significant is na correctie voor leeftijd en geslacht. Voor het Waals Gewest kan men zeggen dat het percentage mensen dat dagelijks bruin brood eet zo goed als constant is gebleven in de tijd: van 33% in 2001 en 2004 tot 36% in 2008. Deze gezonde eetgewoonte is dus daar nog niet wijdverspreid geraakt.



Figuur 22 Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Waals Gewest



4.5 Consumptie van vis (NH09_1)

Vis is een bron van proteïnen. Bovendien is vis, in vergelijking met vlees en melkproducten, een mager voedingsproduct omdat het weinig verzadigde, en dus meer onverzadigde vetten (type omega-3), bevat⁸.

4.5.1. België

Analyse volgens geslacht en leeftijd

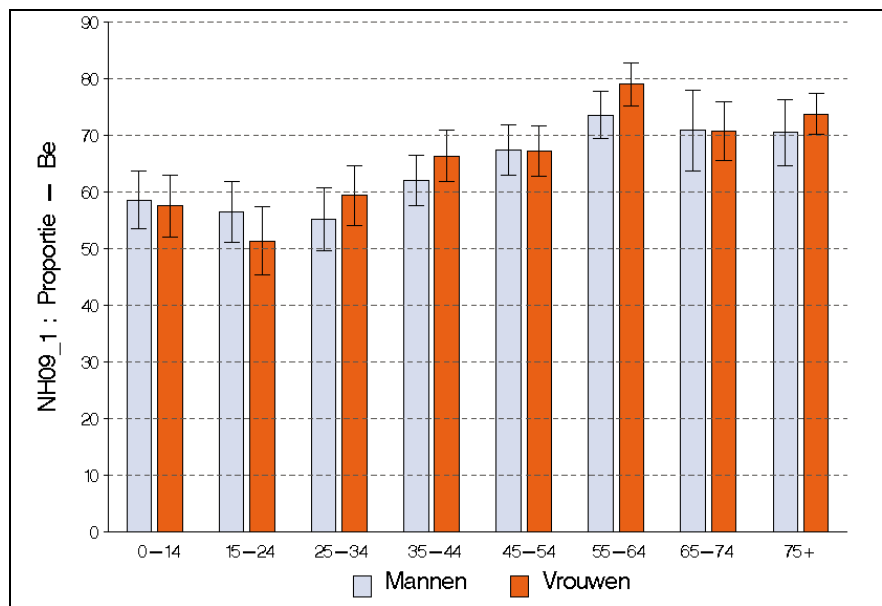
Globaal genomen geeft 64% van de bevolking aan wekelijks vis te eten. De resultaten voor vrouwen (65%) liggen iets hoger dan voor mannen (63%), maar dit verschil is niet significant na correctie voor leeftijd.

Jongvolwassenen eten het minst vaak wekelijks vis (54%). Daarna stijgt het percentage mensen dat wekelijks vis eet met de leeftijd tot 76% in de leeftijdsgroep 55-64 jaar, om dan terug lichtjes te dalen.

⁸ http://www.gezondheid.be/index.cfm?fuseaction=art&art_id=2313



Figuur 23 Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008



Analyse volgens socio-economische achtergrondkenmerken

De consumptie van vis is het meest populair bij de hoger opgeleiden: bij diegenen met een diploma hoger onderwijs geeft 67% aan wekelijks vis te eten. Na correctie voor leeftijd en geslacht wordt deze socio-economische gradiënt nog uitgesprokener.

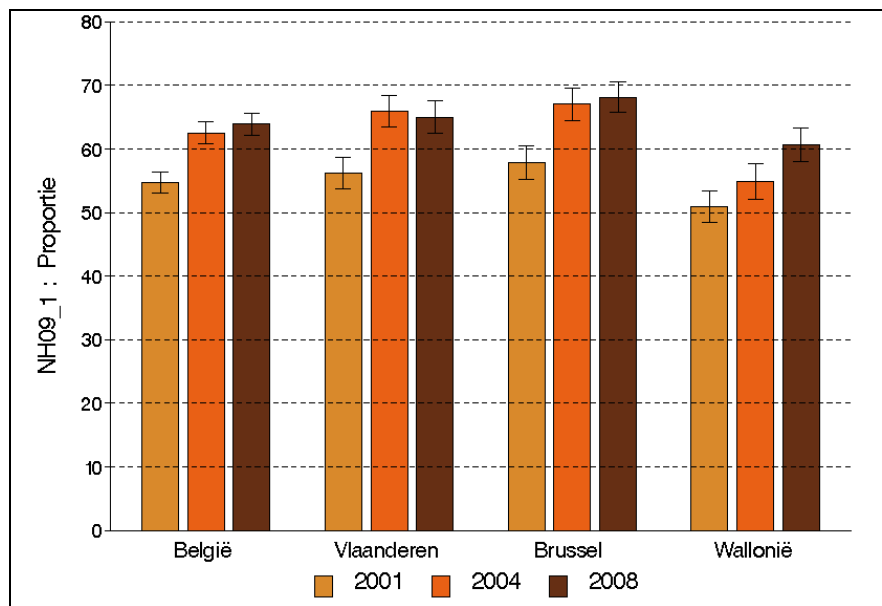
In halfstedelijke gebieden (70%) ligt het percentage mensen dat wekelijks vis eet hoger dan in stedelijke (63%) en landelijke gebieden (61%). Ook dit verschil is significant na correctie voor leeftijd en geslacht.

Evolutie doorheen de tijd

De wekelijkse consumptie van vis kent een kwadratisch tijdsverloop ($P < 0,05$) in België. Dit komt erop neer dat de prevalentie van 2001 tot 2004 is toegenomen (van 55% tot 62%), maar van 2004 tot 2008 eerder is gestagneerd (van 62% tot 64%). De grote opmars van de wekelijkse consumptie van vis heeft dus vooral plaatsgevonden in de periode 2001-2004.



Figuur 24 Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België, 2008



4.5.2. Regio's

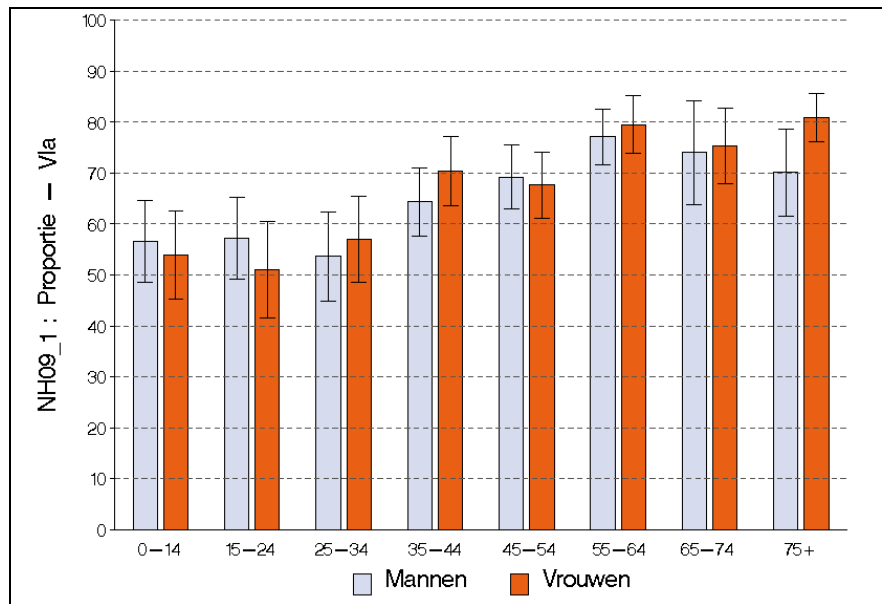
In het Brussels Gewest (68%) wordt het vaakst wekelijks vis gegeten, in het Waals Gewest het minst vaak (61%). In het Vlaams Gewest geeft 65% van de bevolking aan wekelijks vis te eten, waardoor het zich tussen de twee andere gewesten nestelt. Na correctie voor leeftijd en geslacht, zijn deze verschillen ten opzichte van het Vlaams Gewest significant. Bovendien is het tijdsverloop in de drie gewesten anders.

Vlaams Gewest

Zoals voor België, is er ook voor het Vlaams Gewest geen significant verschil tussen mannen en vrouwen wat de wekelijkse consumptie van vis betreft. Tot de leeftijd van 34 jaar eet iets meer dan de helft (54% à 55%) van de Vlaamse bevolking wekelijks vis. Deze proportie ligt dus significant lager bij de jongere leeftijdsgroepen in vergelijking met de oudere leeftijdsgroepen (gaande van 67% in de leeftijdsgroep 35-44 jaar tot 77% in de oudste leeftijdsgroep). De wekelijkse consumptie van vis is beduidend populairder bij personen met een diploma hoger onderwijs (67%) dan bij de lager geschoolden (bv. ongeveer 63% bij diegenen met een diploma lager of hoger secundair onderwijs). Ook na correctie voor leeftijd en geslacht ligt dit percentage significant hoger bij personen met een diploma hoger onderwijs. Zoals voor België, is het tijdsverloop in het Vlaams Gewest ook kwadratisch: een significante toename ($P < 0,05$) van de prevalentie van wekelijkse consumptie van vis in de periode 2001 tot 2004, namelijk van 56% tot 66%, om daarna (van 2004 tot 2008) zo goed als constant te blijven.



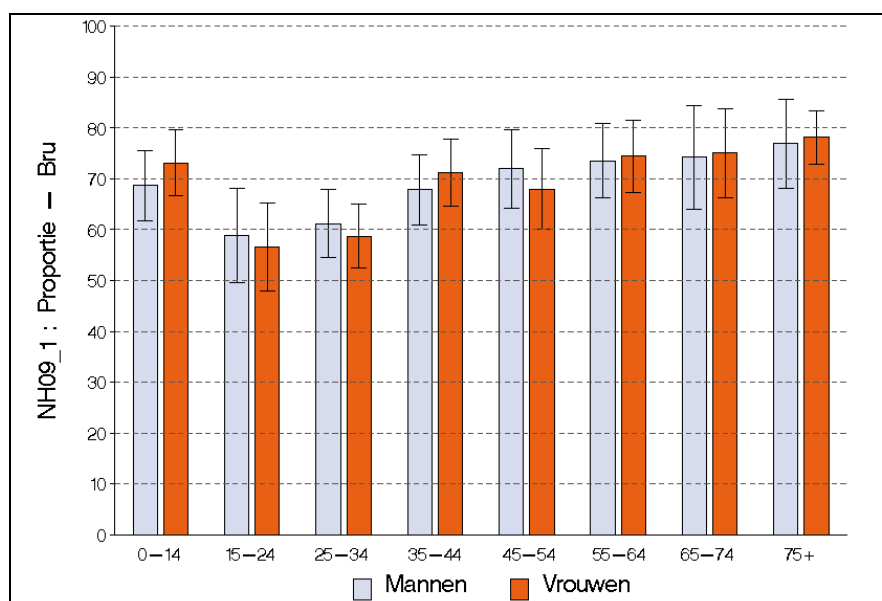
Figuur 25 Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Vlaams Gewest



Brussels Gewest

Ook hier zijn er geen verschillen tussen de twee geslachten. Het Brussels Gewest is het enige gewest waar de proportie van de wekelijkse consumptie van vis bij kinderen van 0 tot 14 jaar hoog is (71%). In de twee daaropvolgende leeftijdsgroepen ligt deze proportie significant lager (58% bij de 15-24 jarigen en 60% bij de 25-34 jarigen). Vanaf de leeftijd van 35 jaar neemt de proportie weer toe van 70% tot 78% bij de personen van 75 jaar en ouder. Er kan geen samenhang vastgesteld worden tussen de wekelijkse consumptie van vis en het opleidingsniveau. In vergelijking met andere grote steden, ligt het percentage van mensen die wekelijks vis eten significant lager in de Waalse steden Luik en Charleroi (49%) dan in Brussel. Ook in het Brussels Gewest is het tijdsverloop, zoals voor België en het Vlaams Gewest, kwadratisch: een significante toename van 58% in 2001 tot 67% in 2004 en een gelijklopende waarde (68%) in 2008.

Figuur 26 Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Brussels Gewest



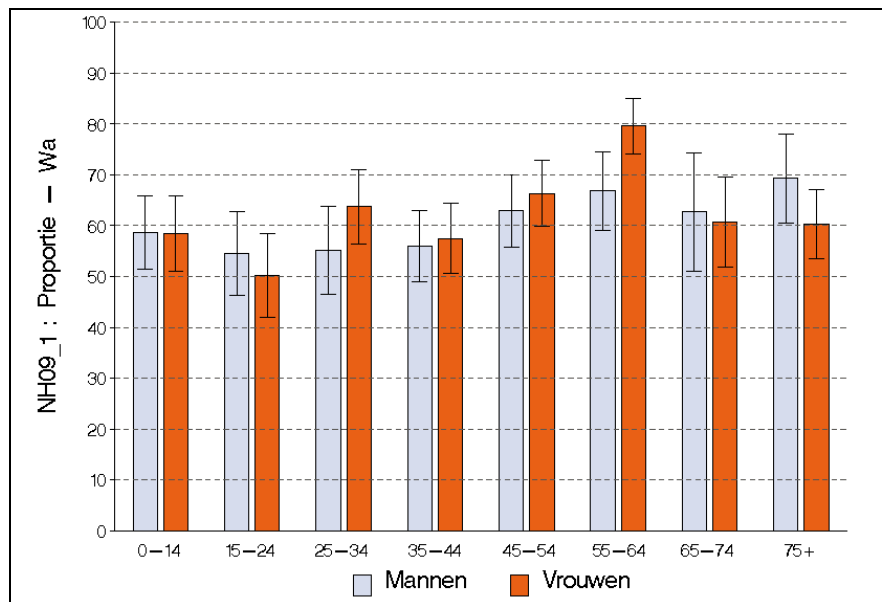


Waals Gewest

Zoals in de rest van het land, zijn er geen significante verschillen tussen mannen en vrouwen wat de wekelijkse consumptie van vis betreft. Ook zijn er geen grote verschillen in de leeftijdsgroepen (schommelt van 52% tot 65%), al ligt het percentage mensen die wekelijks vis eten significant hoger in de leeftijdsgroep 55-64 jaar (73%). De wekelijkse consumptie van vis is beduidend populairder bij personen met een diploma hoger onderwijs (66% in vergelijking met bv. 54% bij diegenen met een diploma lager secundair onderwijs). In stedelijke gebieden (56%) ligt het percentage mensen die wekelijks vis eten dan weer lager dan in de halfstedelijke (70%) en landelijke gebieden (62%). Al deze verschillen zijn ook na correctie voor leeftijd en geslacht significant.

In tegenstelling tot België en de twee andere gewesten, is er een lineaire stijging ($P < 0,05$) van de wekelijkse consumptie van vis over de tijd: van 51% in 2001 over 55% in 2004 tot 61% in 2008. Wallonië is blijkbaar met een inhaalbeweging bezig.

Figuur 27 Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Waals Gewest



4.6 Consumptie van gesuikerde frisdranken (NH11_1)

Gesuikerde frisdranken behoren tot de restgroep van de voedingsdriehoek en dragen dus niet echt bij tot gezonde voedingsgewoonten. Ze zijn in beperkte mate toelaatbaar.

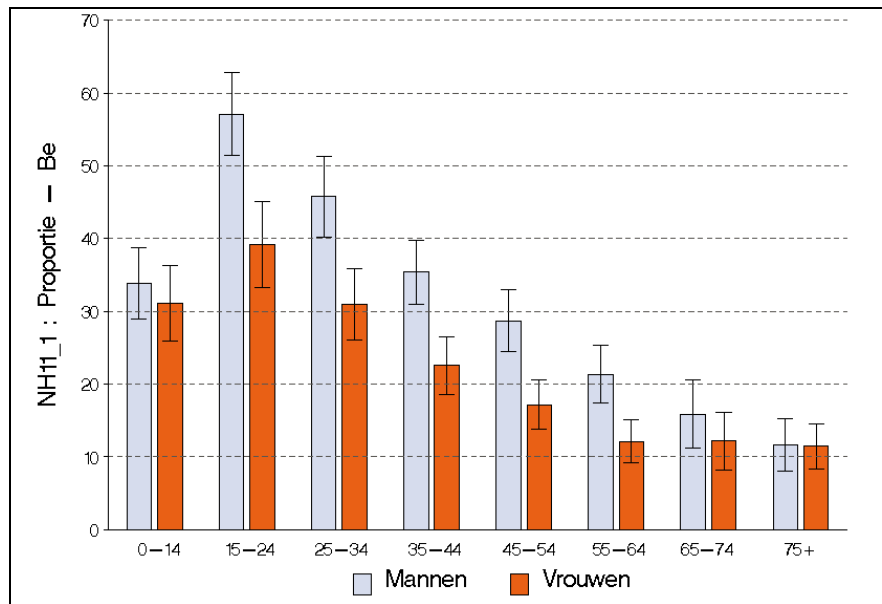
4.6.1. België

Analyse volgens geslacht en leeftijd

Iets meer dan één Belg op vier (28%) drinkt dagelijks gesuikerde frisdranken. Dit percentage ligt opmerkelijk hoger bij mannen (34%) dan bij vrouwen (23%), een verschil dat significant blijft na correctie voor leeftijd. De prevalentie piekt vooral bij de jongvolwassenen (15-24 jaar): één op twee van hen drinkt dagelijks gesuikerde frisdranken, bij mannen is dit bijna zelfs twee op drie. Ook in de daaropvolgende leeftijdsgroep (25-34 jaar) is dit percentage nog altijd hoog, namelijk 38%. Vanaf de leeftijd van 45 jaar daalt dit percentage gestaag van 23% tot 12% in de oudste leeftijdsgroep.



Figuur 28 Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008



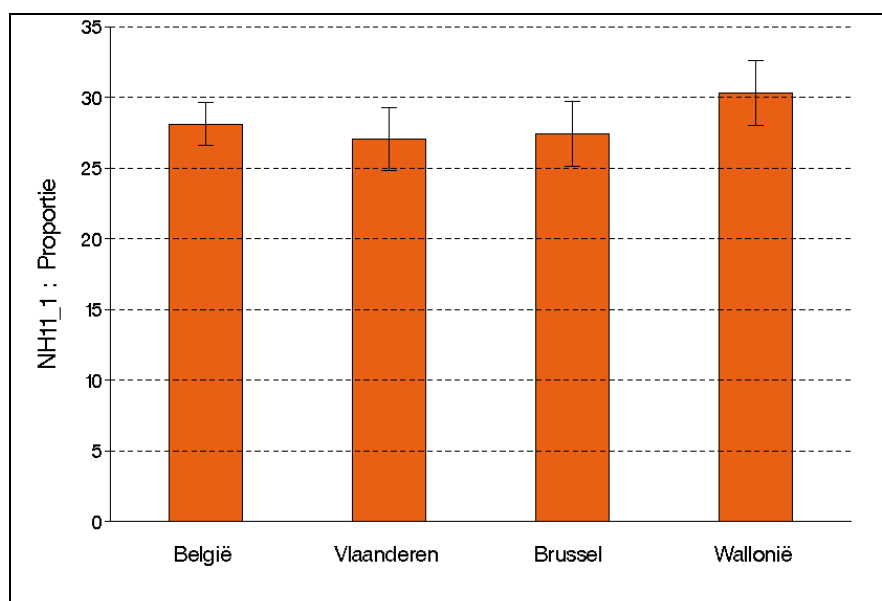
Analyse volgens socio-economische achtergrondkenmerken

Het zijn de mensen met een diploma hoger onderwijs waarbij de proportie dagelijkse consumptie van frisdranken beduidend lager ligt (23% ten opzichte van bv. 35% bij mensen met een diploma lager onderwijs). Dit verschil is significant na correctie voor leeftijd en geslacht. Er is geen verband met de urbanisatiegraad.

4.6.2. Regio's

Op het eerste zicht lijkt het of het percentage mensen dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt hoger ligt in het Waals Gewest (30%) dan in het Vlaams en Brussel Gewest (27% voor beiden), maar na correctie voor leeftijd en geslacht zijn deze verschillen niet significant.

Figuur 29 Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België, 2008

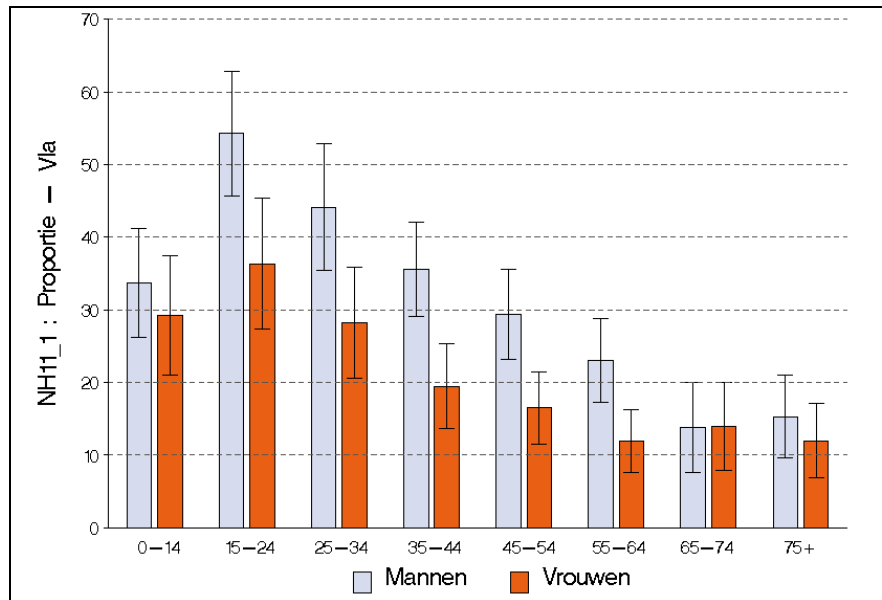




Vlaams Gewest

De resultaten voor het Vlaams Gewest lopen parallel met die voor België: hogere prevalentie van de dagelijkse consumptie van gesuikerde dranken bij mannen (33%) dan bij vrouwen (22%), significant hoger percentage in de leeftijdsgroep 15-24 jaar (46%) en vanaf 45 jaar een significante daling en de laagste prevalentie bij de hoogst opgeleiden (23%).

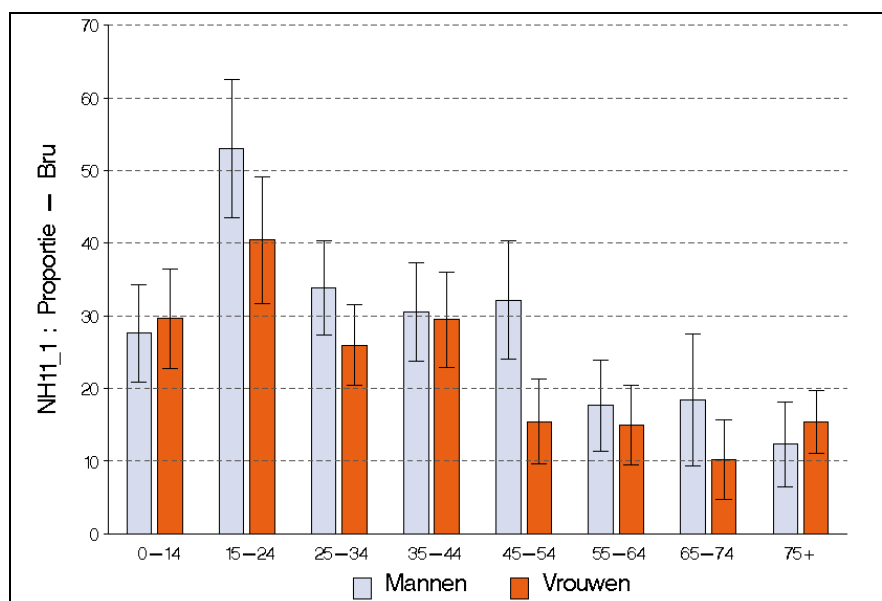
Figuur 30 Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Vlaams Gewest



Brussels Gewest

Ook het Brussels Gewest vertoont een gelijklopend beeld als dat voor België en het Vlaams Gewest: significant verschil tussen mannen (31%) en vrouwen (24%), zelfde verloop volgens de leeftijd, behalve dat het percentage mensen dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt pas significant begint af te nemen vanaf 55 jaar, minder consumptie bij de hoogst opgeleiden (19%) en een hogere consumptie in de Waalse grootsteden Luik en Charleroi (36%) dan in de grootstad Brussel.

Figuur 31 Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Brussels Gewest

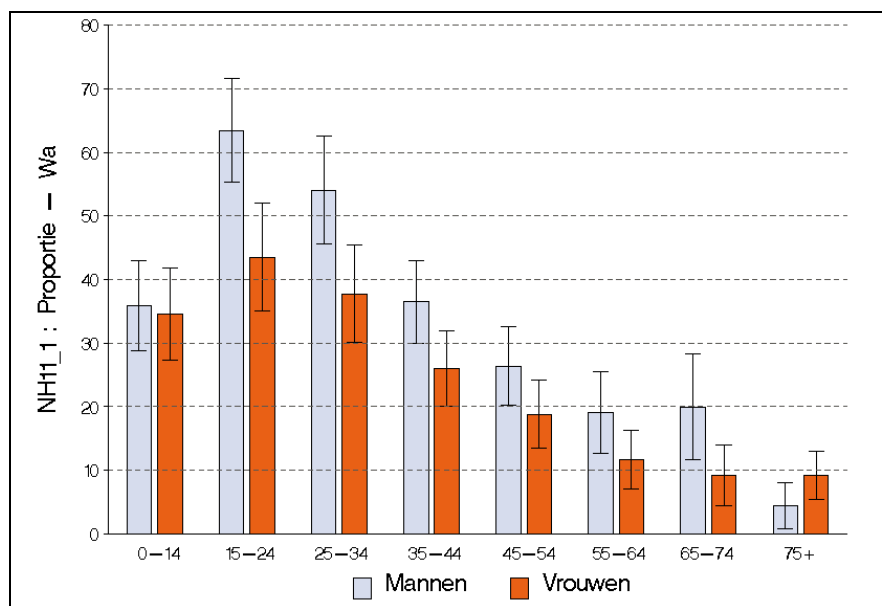




Waals Gewest

Ook in het Waals Gewest zijn er overeenkomsten met België: het percentage mannen (36%) dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, is significant hoger dan bij vrouwen (26%), zoals in de rest van het land ligt de piek hier ook in de leeftijdsgroep 15-24 jaar, maar hier consumeert meer dan de helft (54%) van de jongvolwassenen dagelijks gesuikerde frisdranken en bij de jongvolwassen mannen is dit zelfs meer dan tweederde, vanaf de leeftijd van 45 jaar is er een significante daling van het dagelijks frisdrankgebruik. Ook zijn het de hoogst opgeleiden die hun gebruik beperken (24%) en ligt in de landelijke gebieden (27%) de prevalentie significant lager dan in de stedelijke (34%) en de halfstedelijke gebieden (31%). Al deze verschillen zijn significant na correctie voor leeftijd en/of geslacht.

Figuur 32 Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, volgens leeftijd en geslacht, Gezondheidsenquête, België, 2008 – Waals Gewest





5. Bespreking

Deelnemers van de Gezondheidsenquête hebben een voedingsvragenlijst ingevuld waarin gevraagd werd naar de consumptie van fruit, groenten, fruit- en groentesap, bruin brood, vis en gesuikerde frisdranken. Voor al deze voedingsmiddelen werd gevraagd naar de gebruiksfrequentie (in aantal dagen per week) en de gemiddelde gebruikte hoeveelheid. De hoeveelheid voor fruit werd uitgedrukt in porties en voor groenten in aantal gram.

De resultaten van de Gezondheidsenquête 2008 tonen aan dat de voedingsgewoonten zeker niet optimaal zijn, maar dat er toch sprake is van een verbetering. Zo is er sinds 2004 een belangrijke toename van de dagelijkse consumptie van fruit (van 50% tot 64%), groenten (van 74% tot 85%) en bruin brood (van 48% tot 54%). Echter voldoet maar één derde van de Belgische bevolking aan de aanbevelingen ten aanzien van fruit (minstens 2 porties per dag); voor groenten (minstens 200g per dag) voldoet tweederde van de bevolking. Ook eet de Belg nog te weinig bruin brood, welke belangrijke voedingsvezels bevat voor o.a. een goede darmwerking (5). Bevolkingsgroepen die qua voeding (dagelijkse consumptie van fruit, groenten en bruin brood en wekelijkse consumptie van vis) het best naar voor komen zijn vrouwen en hoog opgeleide mensen. Jongvolwassenen (15-24 jaar) echter scoren hierop de slechtste punten. Een bijkomende problematiek bij jongvolwassenen is dat de helft van hen dagelijks gesuikerde frisdrank drinkt, een slechte gewoonte die kan leiden tot tandcariës en obesitas.

De gegevens in de Gezondheidsenquête zijn zelfgerapporteerd, waardoor de resultaten over het gebruik van specifieke voedingsmiddelen (groenten, fruit...) wellicht een te rooskleurig beeld geven. Het eten van bijvoorbeeld fruit en groenten valt namelijk onder een sociaal wenselijk gedrag, en dit vooral voor vrouwen (6), wat tot hogere rapportages kan leiden. Bovendien was het waarschijnlijk gemakkelijker voor de respondenten om de hoeveelheid fruit in te schatten dan die van groenten, omdat de hoeveelheid groenten werd uitgedrukt in gram en er geen gebruik werd gemaakt van bijvoorbeeld foto's om de hoeveelheden te visualiseren. Bij de vraag over de hoeveelheid fruit was de uitleg van één portie duidelijker (bijvoorbeeld, één portie komt overeen met 1 appel, 1 banaan, 1 sinaasappel... of 2 pruimen; 2 kiwi's, 7 aardbeien... of een halve pompelmoes, een schijf ananas of meloen).

Om een antwoord te geven dat zo goed mogelijk overeenkomt met de werkelijkheid, moet de respondent in staat zijn om zo duidelijk mogelijk een beeld te krijgen van de hoeveelheid en dit te relateren met hun eigen gewoontes. Mensen zijn echter meestal niet in staat om hun portiegrootte nauwkeurig te beschrijven (7). Hankin en zijn collega's vonden dat het gebruik van gegevens verkregen d.m.v. kleurenfoto's van verschillende portiegroottes slechts bijdroeg tot een lichte verbetering van het kwantificeren van de voedselname (8). Het concept portiegrootte is dus complex en onmogelijk om precies te rapporteren.

Consumenten hebben gezondheidsinformatie nodig die duidelijk en ondubbelzinnig is. Het advies om "meer groenten en fruit te eten" geeft de consumenten geen richtlijn over de hoeveelheid. Een populair advies is om "5 porties per dag" te eten. Daarnaast is het nuttig uit te leggen hoeveel van de meest geconsumeerde fruit en groenten een "portie" omvat. In geval van portiegrootte dient men natuurlijk ook rekening te houden met bepaalde factoren zoals leeftijd, geslacht en activiteit. Zo moeten kinderen jonger dan 5 jaar nog steeds 5 porties eten, maar mogen deze porties kleiner zijn. Maar zelfs wanneer consumenten op de hoogte zijn van dit alles, zijn ze vaak onzeker over hoe dit te vertalen naar aangewezen voedingskeuzes. Daarom is praktisch advies over hoeveelheden van gezonde voeding nodig om dit probleem op te lossen. Verder is het ook zeer belangrijk om voldoende te variëren, daar verschillende soorten fruit en groenten andere nutritionele eigenschappen hebben. (9).



Met verbeteringen in het voedingspatroon is veel gezondheidswinst te bereiken. Zonder interventies kan men verwachten dat we in de toekomst niet gezonder gaan eten. Ondanks een groeiend aanbod van nieuwe voedingsmiddelen die passen in een verantwoord voedingspatroon, wordt het totaal pakket voedingsmiddelen niet gezonder doordat er een nog groter aanbod van ongezonde producten zal komen. De consument zal o.a. meer gemakvoedsel kopen en de consumptie van tussendoortjes, grotere porties en energierijke producten zal verder stijgen. Naar verwachting zullen de ongunstige verwickelingen overheersen. Kinderen, tieners en personen met een lagere socio-economische status vormen ook in de toekomst een risicogroep vanwege het veelvuldig gebruik van energierijke producten die bovendien weinig andere voedingsstoffen bevatten en door een uitgesproken zoete of zoute smaak aantrekkelijk worden gemaakt. Verder is gezond voedsel over het algemeen duurder. Zonder actieve maatschappelijke tegendruk om deze trend te keren zal dit naar verwachting een negatief effect hebben op de volksgezondheid, vooral op het aantal mensen met overgewicht en chronische ziekten (10). Aanhoudende promotiecampagnes betreffende gezonde voedingsgewoonten zijn dus nodig!



6. Bibliografie

- (1) Joshipura KJ, Ascherio A, Manson JE, Stampfer MJ, Rimm EB, Speizer FE et al. Fruit and vegetable intake in relation to risk of ischemic stroke. *JAMA* 1999; 282(13):1233-1239.
- (2) Steinmetz KA, Potter JD. Vegetables, fruit, and cancer prevention: a review. *J Am Diet Assoc* 1996; 96(10):1027-1039.
- (3) Wolk A, Manson JE, Stampfer MJ, Colditz GA, Hu FB, Speizer FE et al. Long-term intake of dietary fiber and decreased risk of coronary heart disease among women. *JAMA* 1999; 281(21):1998-2004.
- (4) He K, Song Y, Daviglius ML, Liu K, Van Horn L, Dyer AR et al. Fish consumption and incidence of stroke: a meta-analysis of cohort studies. *Stroke* 2004; 35(7):1538-1542.
- (5) Doms L. Het belang van voedingsvezel voor een goede gezondheid. *Tijdschrift voor voeding & gezondheid* 2007; 4(15):12-14.
- (6) Van Assema P, Brug J, Ronda G, Steenhuis I, Oenema A. A short dutch questionnaire to measure fruit and vegetable intake: relative validity among adults and adolescents. *Nutr Health* 16[2], 85-106. 2002.
- (7) Guthrie H. Selection and quantification of typical food portions by young adults. *J Am Diet Assoc* 84, 1440-1444. 1984.
- (8) Hankin JH, Nomura JAM, Lee T, Hirohata T, Kolonel LN. Reproducibility of a dietary history questionnaire in a case-control study of breast cancer. *Am J Clin Nutr* 37, 981-985. 1975.
- (9) Williams C. Healthy eating: clarifying advice about fruit and vegetables. *BMJ* 1995; 310:1453-1455.
- (10) Kreij CF, Knaap AGAC, Busch MCM, et al. Ons eten gemeten. Gezonde voeding en veilig voedsel in Nederland. RIVM, editor. 9031344117, 1-365. 2010. Bilthoven, Nederland.



Tabellen

België

Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, België.....	150
Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, België	151
Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, België	152
Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, België.....	153
Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, België.....	154
Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, België	155
Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, België	156
Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, België	157

Vlaams Gewest

Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, Vlaams Gewest	158
Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, Vlaams Gewest	159
Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, Vlaams Gewest.....	160
Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, Vlaams Gewest.....	161
Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, Vlaams Gewest	162
Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, Vlaams Gewest	163
Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, Vlaams Gewest.....	164
Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, Vlaams Gewest	165



Brussels Gewest

Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, Brussels Gewest.....	166
Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, Brussels Gewest	167
Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, Brussels Gewest.....	168
Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, Brussels Gewest.....	169
Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, Brussels Gewest.....	170
Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, Brussels Gewest	171
Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, Brussels Gewest	172
Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, Brussels Gewest	173

Waals Gewest

Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, Waals Gewest	174
Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, Waals Gewest	175
Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, Waals Gewest.....	176
Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, Waals Gewest.....	177
Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, Waals Gewest	178
Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, Waals Gewest	179
Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, Waals Gewest.....	180
Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, Waals Gewest	181



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, België

NH01_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	59,6	(57,6-61,6)	60,0	(57,9-62,0)	5197
	Vrouwen	68,3	(66,4-70,2)	68,4	(66,4-70,2)	5982
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	69,9	(66,4-73,3)	70,2	(66,6-73,5)	1587
	15 - 24	48,7	(44,4-53,0)	48,9	(44,5-53,2)	1199
	25 - 34	57,8	(53,7-61,8)	57,8	(53,7-61,8)	1329
	35 - 44	59,6	(56,0-63,3)	59,8	(56,1-63,5)	1496
	45 - 54	63,9	(60,5-67,3)	64,0	(60,6-67,4)	1399
	55 - 64	71,1	(67,9-74,3)	71,3	(68,0-74,4)	1329
	65 - 74	73,4	(68,5-78,3)	73,3	(68,2-77,9)	874
	75 +	73,8	(70,7-77,0)	73,1	(69,7-76,2)	1966
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	64,2	(60,0-68,3)	58,9	(54,1-63,5)	1526
	Lager secundair	61,5	(57,2-65,8)	59,2	(54,6-63,7)	1719
	Hoger secundair	59,4	(56,5-62,3)	60,6	(57,6-63,5)	3395
	Hoger onderwijs	68,9	(66,5-71,3)	70,8	(68,4-73,1)	4193
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	64,1	(61,8-66,3)	64,3	(62,0-66,6)	6328
	Halfstedelijk gebied	65,4	(61,9-68,9)	66,0	(62,4-69,4)	1826
	Landelijk gebied	63,0	(60,1-65,9)	63,2	(60,2-66,1)	3025
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	66,0	(63,6-68,4)	66,3	(63,8-68,7)	3880
	Brussels Gewest	64,5	(62,2-66,9)	65,3	(62,9-67,7)	3307
	Waals Gewest	60,4	(58,0-62,7)	60,5	(58,2-62,9)	3992
JAAR	2001	51,4	(49,8-52,9)	51,5	(49,9-53,0)	11966
	2004	50,5	(48,9-52,0)	50,3	(48,8-51,9)	12838
	2008	64,0	(62,5-65,6)	64,4	(62,8-66,0)	11179

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, België

NH_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	32,3	(30,5-34,1)	32,0	(30,1-33,9)	5197
	Vrouwen	37,5	(35,5-39,4)	37,0	(35,1-38,9)	5982
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	28,7	(25,2-32,2)	28,7	(25,3-32,4)	1587
	15 - 24	24,4	(20,9-27,8)	24,4	(21,0-28,0)	1199
	25 - 34	33,2	(29,3-37,0)	33,1	(29,4-37,0)	1329
	35 - 44	34,7	(31,2-38,1)	34,7	(31,3-38,2)	1496
	45 - 54	39,8	(36,2-43,4)	39,8	(36,3-43,4)	1399
	55 - 64	43,9	(40,4-47,5)	44,0	(40,4-47,6)	1329
	65 - 74	43,8	(39,1-48,5)	43,7	(39,1-48,4)	874
	75 +	36,3	(32,6-39,9)	35,7	(32,1-39,4)	1966
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,6	(26,7-34,5)	26,7	(23,1-30,7)	1526
	Lager secundair	34,5	(30,5-38,5)	31,6	(27,8-35,8)	1719
	Hoger secundair	32,1	(29,5-34,7)	32,0	(29,4-34,7)	3395
	Hoger onderwijs	38,7	(36,3-41,1)	39,7	(37,3-42,3)	4193
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	35,8	(33,6-38,0)	35,4	(33,2-37,7)	6328
	Halfstedelijk gebied	37,6	(34,2-40,9)	37,0	(33,7-40,5)	1826
	Landelijk gebied	31,7	(29,1-34,2)	31,1	(28,6-33,7)	3025
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	38,9	(36,6-41,2)	38,3	(36,0-40,7)	3880
	Brussels Gewest	36,1	(33,8-38,4)	36,2	(33,9-38,7)	3307
	Waals Gewest	27,3	(25,3-29,3)	26,9	(25,0-29,0)	3992
JAAR	2008	34,9	(33,4-36,4)			11179

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, België

NH03_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	83,2	(81,7-84,7)	83,7	(82,2-85,1)	5197
	Vrouwen	86,3	(84,9-87,8)	86,6	(85,1-87,9)	5993
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	84,8	(82,3-87,3)	84,9	(82,2-87,3)	1589
	15 - 24	76,9	(73,3-80,5)	77,0	(73,2-80,4)	1197
	25 - 34	81,9	(78,9-84,8)	81,9	(78,8-84,7)	1333
	35 - 44	83,4	(80,4-86,3)	83,4	(80,3-86,2)	1496
	45 - 54	86,2	(83,6-88,7)	86,2	(83,5-88,6)	1399
	55 - 64	90,4	(88,5-92,4)	90,5	(88,3-92,3)	1332
	65 - 74	89,0	(86,1-91,9)	89,0	(85,8-91,5)	877
	75 +	89,8	(87,5-92,2)	89,6	(87,0-91,8)	1967
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	82,5	(79,2-85,7)	79,5	(75,1-83,2)	1532
	Lager secundair	82,8	(79,5-86,1)	81,7	(77,9-84,9)	1720
	Hoger secundair	83,6	(81,6-85,6)	84,7	(82,6-86,6)	3394
	Hoger onderwijs	87,4	(85,5-89,3)	88,6	(86,8-90,3)	4197
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	81,5	(79,7-83,3)	82,0	(80,1-83,7)	6339
	Halfstedelijk gebied	87,7	(85,4-89,9)	88,1	(85,6-90,2)	1826
	Landelijk gebied	87,7	(85,7-89,7)	88,1	(85,9-89,9)	3025
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	87,4	(85,7-89,2)	87,8	(86,0-89,3)	3884
	Brussels Gewest	75,1	(72,9-77,3)	75,8	(73,6-78,0)	3311
	Waals Gewest	83,2	(81,4-85,0)	83,7	(81,8-85,4)	3995
JAAR	2004	74,3	(72,8-75,7)	74,6	(73,2-76,0)	12722
	2008	84,8	(83,6-86,0)	85,2	(84,0-86,3)	11190

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, België

NH_2		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	61,6	(59,7-63,4)	62,4	(60,4-64,4)	5197
	Vrouwen	61,8	(60,0-63,7)	62,3	(60,3-64,2)	5993
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	28,5	(25,1-31,8)	28,5	(25,2-32,0)	1589
	15 - 24	57,9	(53,7-62,1)	57,9	(53,6-62,0)	1197
	25 - 34	68,2	(64,5-71,9)	68,2	(64,3-71,8)	1333
	35 - 44	70,9	(67,7-74,2)	70,9	(67,5-74,1)	1496
	45 - 54	74,4	(71,3-77,5)	74,4	(71,1-77,4)	1399
	55 - 64	75,5	(72,5-78,6)	75,5	(72,3-78,5)	1332
	65 - 74	71,6	(67,3-75,9)	71,6	(67,1-75,7)	877
	75 +	58,8	(55,0-62,5)	58,8	(55,0-62,5)	1967
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	56,6	(51,9-61,2)	53,1	(47,9-58,3)	1532
	Lager secundair	61,8	(57,9-65,7)	58,7	(54,4-62,8)	1720
	Hoger secundair	61,6	(59,1-64,0)	62,1	(59,4-64,7)	3394
	Hoger onderwijs	63,4	(61,0-65,8)	66,4	(63,8-68,9)	4197
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	57,1	(54,9-59,2)	57,4	(55,0-59,7)	6339
	Halfstedelijk gebied	68,8	(65,7-71,8)	69,4	(66,1-72,5)	1826
	Landelijk gebied	63,6	(60,9-66,3)	64,7	(61,9-67,5)	3025
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	66,5	(64,3-68,7)	67,2	(64,8-69,5)	3884
	Brussels Gewest	52,8	(50,5-55,2)	53,1	(50,5-55,8)	3311
	Waals Gewest	56,1	(53,8-58,3)	56,7	(54,2-59,1)	3995
JAAR	2008	61,7	(60,2-63,2)			11190

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, België

NH05_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	34,0	(32,1-36,0)	33,3	(31,4-35,2)	5178
	Vrouwen	35,8	(33,8-37,7)	35,6	(33,6-37,6)	5964
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	48,9	(44,9-53,0)	49,0	(44,9-53,0)	1583
	15 - 24	43,6	(39,2-47,9)	43,6	(39,3-48,0)	1187
	25 - 34	34,4	(30,5-38,3)	34,4	(30,6-38,4)	1330
	35 - 44	30,6	(27,3-34,0)	30,7	(27,4-34,1)	1490
	45 - 54	28,1	(24,8-31,4)	28,1	(24,9-31,5)	1392
	55 - 64	29,0	(25,6-32,5)	29,0	(25,7-32,6)	1327
	65 - 74	27,1	(22,6-31,6)	27,0	(22,8-31,7)	875
	75 +	28,3	(24,6-32,0)	28,0	(24,5-31,9)	1958
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,5	(25,8-35,1)	32,7	(27,8-38,1)	1522
	Lager secundair	34,0	(30,1-37,9)	35,7	(31,8-39,7)	1713
	Hoger secundair	34,5	(31,7-37,2)	33,7	(31,0-36,5)	3380
	Hoger onderwijs	36,5	(33,9-39,2)	34,8	(32,2-37,5)	4186
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	38,3	(36,1-40,5)	37,8	(35,6-40,1)	6320
	Halfstedelijk gebied	33,5	(29,8-37,3)	33,3	(29,6-37,1)	1803
	Landelijk gebied	30,8	(28,0-33,6)	30,1	(27,4-33,0)	3019
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	33,1	(30,7-35,5)	32,8	(30,4-35,2)	3859
	Brussels Gewest	43,7	(41,2-46,2)	43,1	(40,5-45,6)	3302
	Waals Gewest	35,3	(33,0-37,7)	34,5	(32,2-36,9)	3981
JAAR	2008	34,9	(33,3-36,5)			11142

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, België

NH07_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	52,0	(49,8-54,1)	52,3	(50,1-54,5)	5193
	Vrouwen	56,8	(54,8-58,9)	56,8	(54,7-58,9)	5968
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	42,6	(38,6-46,6)	42,7	(38,6-46,8)	1587
	15 - 24	42,9	(38,5-47,3)	42,9	(38,5-47,5)	1195
	25 - 34	51,2	(47,1-55,3)	51,2	(46,9-55,4)	1328
	35 - 44	56,6	(53,0-60,2)	56,6	(52,9-60,3)	1494
	45 - 54	59,1	(55,5-62,7)	59,2	(55,4-62,8)	1397
	55 - 64	66,9	(63,5-70,3)	67,0	(63,4-70,3)	1329
	65 - 74	68,0	(64,0-72,1)	67,9	(63,5-72,0)	875
	75 +	59,5	(55,9-63,2)	59,0	(55,2-62,7)	1956
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	51,4	(46,3-56,5)	45,6	(39,8-51,6)	1527
	Lager secundair	54,4	(50,4-58,5)	51,0	(46,6-55,4)	1722
	Hoger secundair	49,8	(46,8-52,8)	50,4	(47,3-53,6)	3389
	Hoger onderwijs	59,2	(56,3-62,1)	61,6	(58,6-64,5)	4187
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	52,2	(49,8-54,7)	52,3	(49,8-54,9)	6320
	Halfstedelijk gebied	60,1	(56,1-64,1)	60,2	(56,0-64,3)	1824
	Landelijk gebied	53,7	(50,5-57,0)	53,9	(50,5-57,2)	3017
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	66,5	(63,9-69,0)	66,7	(64,1-69,2)	3882
	Brussels Gewest	45,0	(42,5-47,6)	45,5	(42,8-48,1)	3301
	Waals Gewest	35,8	(33,2-38,5)	35,6	(32,9-38,4)	3978
JAAR	2001	45,7	(44,1-47,3)	45,5	(43,9-47,2)	11920
	2004	47,5	(45,7-49,2)	47,4	(45,5-49,2)	12810
	2008	54,5	(52,7-56,2)	54,6	(52,8-56,4)	11161

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, België

NH09_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	63,1	(61,0-65,2)	63,6	(61,5-65,7)	5196
	Vrouwen	64,8	(62,7-66,8)	64,8	(62,8-66,8)	5982
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	58,1	(54,1-62,1)	58,1	(54,1-62,0)	1587
	15 - 24	54,0	(49,7-58,3)	54,0	(49,7-58,2)	1196
	25 - 34	57,3	(53,1-61,5)	57,3	(53,1-61,5)	1331
	35 - 44	64,2	(60,7-67,8)	64,2	(60,6-67,7)	1497
	45 - 54	67,4	(63,9-70,9)	67,4	(63,8-70,8)	1396
	55 - 64	76,3	(73,2-79,5)	76,4	(73,0-79,4)	1330
	65 - 74	70,8	(65,7-76,0)	70,8	(65,4-75,7)	876
	75 +	72,6	(69,2-76,0)	72,5	(68,9-75,8)	1965
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	63,6	(59,0-68,3)	58,9	(53,5-64,0)	1530
	Lager secundair	60,5	(56,0-65,0)	57,7	(52,9-62,3)	1718
	Hoger secundair	61,9	(58,7-65,0)	62,8	(59,7-65,9)	3392
	Hoger onderwijs	66,8	(64,0-69,6)	68,9	(66,1-71,5)	4192
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	63,2	(60,8-65,7)	63,6	(61,1-66,0)	6329
	Halfstedelijk gebied	69,7	(66,0-73,4)	70,0	(66,1-73,6)	1827
	Landelijk gebied	60,8	(57,6-64,0)	61,0	(57,7-64,2)	3022
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	65,0	(62,4-67,6)	65,1	(62,5-67,6)	3882
	Brussels Gewest	68,2	(65,8-70,5)	69,1	(66,6-71,5)	3304
	Waals Gewest	60,6	(58,0-63,3)	61,1	(58,3-63,7)	3992
JAAR	2001	54,7	(53,0-56,3)	54,8	(53,1-56,4)	11937
	2004	62,5	(60,8-64,3)	62,7	(60,9-64,4)	12831
	2008	63,9	(62,2-65,7)	64,1	(62,4-65,9)	11178

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, België

NH11_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	33,7	(31,7-35,7)	32,0	(30,0-34,0)	5169
	Vrouwen	23,2	(21,4-24,9)	22,1	(20,4-23,9)	5975
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	32,5	(28,6-36,4)	32,0	(28,3-36,0)	1580
	15 - 24	48,3	(44,0-52,5)	48,0	(43,8-52,3)	1194
	25 - 34	38,2	(34,2-42,2)	38,0	(34,1-42,1)	1328
	35 - 44	29,0	(25,8-32,2)	28,6	(25,5-31,9)	1492
	45 - 54	22,9	(19,9-25,8)	22,5	(19,7-25,6)	1394
	55 - 64	16,7	(14,1-19,3)	16,4	(14,0-19,1)	1325
	65 - 74	13,9	(10,8-16,9)	13,8	(11,0-17,1)	874
	75 +	11,5	(8,8-14,3)	11,9	(9,4-15,1)	1957
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	25,1	(21,2-29,1)	32,3	(27,4-37,7)	1521
	Lager secundair	34,8	(30,7-38,8)	38,6	(34,2-43,2)	1713
	Hoger secundair	33,7	(30,9-36,5)	30,4	(27,7-33,3)	3387
	Hoger onderwijs	22,6	(20,3-24,9)	18,3	(16,3-20,6)	4184
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	28,0	(25,9-30,1)	26,3	(24,2-28,4)	6302
	Halfstedelijk gebied	30,0	(26,5-33,6)	28,5	(25,0-32,2)	1822
	Landelijk gebied	27,5	(24,8-30,2)	25,8	(23,2-28,6)	3020
VERBLIJFPLAATS	Vlaams Gewest	27,2	(25,0-29,5)	25,8	(23,6-28,1)	3875
	Brussels Gewest	27,3	(25,0-29,5)	24,7	(22,5-27,1)	3285
	Waals Gewest	30,5	(28,2-32,8)	28,8	(26,5-31,1)	3984
JAAR	2008	28,3	(26,8-29,8)			11144

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, Vlaams Gewest

NH01_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	61,6	(58,7-64,6)	61,9	(58,8-64,9)	1854
	Vrouwen	70,2	(67,4-73,1)	70,4	(67,5-73,2)	2026
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	74,2	(68,9-79,4)	74,5	(68,9-79,4)	482
	15 - 24	47,3	(40,5-54,0)	47,5	(40,7-54,3)	391
	25 - 34	59,2	(53,0-65,5)	59,3	(52,9-65,4)	407
	35 - 44	61,8	(56,3-67,3)	62,0	(56,3-67,4)	489
	45 - 54	66,1	(61,1-71,0)	66,3	(61,1-71,1)	520
	55 - 64	74,1	(69,6-78,7)	74,4	(69,6-78,6)	500
	65 - 74	72,8	(65,7-79,9)	72,8	(65,3-79,2)	356
	75 +	75,8	(71,3-80,4)	75,3	(70,3-79,6)	735
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	67,1	(61,3-72,8)	62,1	(55,2-68,6)	561
	Lager secundair	66,1	(59,4-72,9)	63,5	(56,0-70,3)	582
	Hoger secundair	60,8	(56,3-65,3)	61,7	(57,0-66,2)	1210
	Hoger onderwijs	70,0	(66,5-73,5)	72,2	(68,6-75,5)	1449
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	65,8	(61,8-69,8)	66,0	(61,8-70,0)	1457
	Halfstedelijk gebied	67,1	(63,0-71,2)	67,8	(63,6-71,8)	1215
	Landelijk gebied	65,1	(60,8-69,4)	65,3	(60,7-69,6)	1208
JAAR	2001	54,5	(52,2-56,7)	54,7	(52,4-57,0)	4072
	2004	52,8	(50,5-55,0)	52,6	(50,2-54,9)	4487
	2008	66,0	(63,6-68,4)	66,4	(63,9-68,8)	3880

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, Vlaams Gewest

NH_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	35,3	(32,5-38,1)	34,6	(31,8-37,5)	1854
	Vrouwen	42,5	(39,5-45,5)	41,8	(38,8-44,8)	2026
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	33,2	(27,5-38,9)	33,3	(27,8-39,3)	482
	15 - 24	24,7	(19,2-30,1)	24,7	(19,6-30,6)	391
	25 - 34	36,7	(30,6-42,9)	36,7	(30,8-43,0)	407
	35 - 44	39,9	(34,6-45,2)	39,9	(34,7-45,4)	489
	45 - 54	43,5	(38,1-48,8)	43,5	(38,3-48,9)	520
	55 - 64	49,1	(43,9-54,3)	49,2	(44,0-54,4)	500
	65 - 74	46,9	(40,1-53,7)	46,8	(40,2-53,5)	356
	75 +	39,7	(34,2-45,1)	38,9	(33,7-44,5)	735
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	33,8	(27,7-39,8)	29,5	(23,8-35,9)	561
	Lager secundair	38,6	(32,3-44,9)	34,4	(28,4-41,1)	582
	Hoger secundair	36,3	(32,3-40,3)	35,6	(31,6-39,8)	1210
	Hoger onderwijs	42,6	(39,0-46,3)	43,8	(40,1-47,6)	1449
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	40,2	(36,1-44,2)	39,6	(35,5-43,7)	1457
	Halfstedelijk gebied	39,8	(35,8-43,8)	39,0	(35,0-43,2)	1215
	Landelijk gebied	36,5	(32,7-40,3)	35,6	(31,9-39,6)	1208
JAAR	2008	38,9	(36,6-41,2)			3880

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, Vlaams Gewest

NH03_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	86,5	(84,5-88,6)	87,0	(84,9-88,9)	1854
	Vrouwen	88,3	(86,1-90,5)	88,6	(86,3-90,5)	2030
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	87,2	(83,5-91,0)	87,3	(83,0-90,6)	481
	15 - 24	80,3	(74,9-85,6)	80,4	(74,4-85,2)	390
	25 - 34	84,8	(80,3-89,3)	84,8	(79,8-88,7)	408
	35 - 44	86,9	(82,5-91,4)	87,0	(81,8-90,8)	489
	45 - 54	87,9	(84,3-91,5)	87,9	(83,8-91,1)	520
	55 - 64	94,0	(91,9-96,1)	94,1	(91,6-95,8)	501
	65 - 74	89,3	(85,2-93,4)	89,3	(84,4-92,7)	358
	75 +	91,5	(88,1-94,9)	91,4	(87,3-94,3)	737
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	86,0	(81,4-90,5)	83,8	(77,5-88,6)	564
	Lager secundair	85,5	(80,3-90,8)	84,0	(77,5-88,9)	582
	Hoger secundair	87,4	(84,6-90,3)	88,2	(85,1-90,7)	1209
	Hoger onderwijs	88,6	(85,8-91,4)	89,8	(87,0-92,1)	1452
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	85,6	(82,4-88,8)	86,0	(82,7-88,9)	1459
	Halfstedelijk gebied	88,9	(86,3-91,5)	89,3	(86,5-91,6)	1217
	Landelijk gebied	88,2	(85,1-91,2)	88,5	(85,2-91,2)	1208
JAAR	2004	76,5	(74,4-78,5)	76,7	(74,6-78,7)	4485
	2008	87,4	(85,7-89,2)	87,7	(85,9-89,3)	3884

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, Vlaams Gewest

NH_2		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	67,8	(65,1-70,5)	69,0	(66,1-71,8)	1854
	Vrouwen	65,2	(62,3-68,1)	65,7	(62,5-68,7)	2030
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	29,7	(24,3-35,1)	29,6	(24,5-35,2)	481
	15 - 24	65,0	(58,7-71,2)	64,9	(58,5-70,8)	390
	25 - 34	74,1	(68,5-79,7)	74,2	(68,2-79,3)	408
	35 - 44	77,7	(72,8-82,6)	77,7	(72,5-82,2)	489
	45 - 54	77,4	(73,0-81,9)	77,4	(72,6-81,6)	520
	55 - 64	80,4	(76,3-84,5)	80,4	(75,9-84,2)	501
	65 - 74	73,5	(67,7-79,4)	73,6	(67,4-79,0)	358
	75 +	62,8	(57,4-68,2)	63,1	(57,6-68,4)	737
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	62,8	(55,4-70,1)	61,9	(53,5-69,6)	564
	Lager secundair	67,3	(61,6-73,1)	63,6	(56,8-70,0)	582
	Hoger secundair	69,5	(65,9-73,1)	70,1	(66,2-73,8)	1209
	Hoger onderwijs	65,2	(61,6-68,8)	68,0	(64,0-71,8)	1452
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	62,9	(59,0-66,7)	63,8	(59,5-67,9)	1459
	Halfstedelijk gebied	71,8	(68,2-75,3)	72,4	(68,5-76,0)	1217
	Landelijk gebied	65,5	(61,6-69,4)	66,5	(62,2-70,6)	1208
JAAR	2008	66,5	(64,3-68,7)			3884

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, Vlaams Gewest

NH05_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	31,2	(28,3-34,0)	30,6	(27,9-33,5)	1841
	Vrouwen	35,0	(32,0-38,0)	34,9	(32,0-38,0)	2018
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	45,8	(39,4-52,2)	45,9	(39,6-52,3)	479
	15 - 24	41,9	(35,3-48,5)	42,0	(35,6-48,6)	386
	25 - 34	32,1	(26,0-38,2)	32,1	(26,3-38,4)	406
	35 - 44	30,1	(25,0-35,2)	30,1	(25,3-35,5)	485
	45 - 54	24,9	(20,1-29,7)	24,9	(20,5-30,0)	517
	55 - 64	28,5	(23,5-33,4)	28,5	(23,8-33,6)	497
	65 - 74	28,4	(21,8-35,0)	28,3	(22,3-35,2)	357
	75 +	27,0	(21,5-32,5)	26,6	(21,5-32,4)	732
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,6	(23,3-37,8)	32,3	(24,8-40,9)	557
	Lager secundair	31,7	(25,9-37,6)	34,1	(28,4-40,4)	577
	Hoger secundair	32,4	(28,2-36,5)	32,0	(28,0-36,3)	1200
	Hoger onderwijs	34,6	(30,7-38,4)	33,0	(29,3-37,0)	1447
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	37,1	(33,1-41,1)	36,7	(32,7-41,0)	1456
	Halfstedelijk gebied	32,8	(28,4-37,3)	32,7	(28,5-37,3)	1198
	Landelijk gebied	28,4	(24,4-32,3)	27,8	(24,1-31,9)	1205
JAAR	2008	33,1	(30,7-35,5)			3859

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, Vlaams Gewest

NH07_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	64,3	(61,2-67,4)	64,7	(61,6-67,8)	1855
	Vrouwen	68,6	(65,5-71,7)	68,7	(65,6-71,7)	2027
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	53,4	(47,0-59,9)	53,5	(47,0-59,9)	482
	15 - 24	55,3	(48,3-62,2)	55,4	(48,4-62,1)	389
	25 - 34	65,6	(59,5-71,8)	65,6	(59,3-71,5)	409
	35 - 44	69,1	(63,8-74,3)	69,1	(63,7-74,1)	489
	45 - 54	69,5	(64,2-74,7)	69,5	(64,1-74,5)	520
	55 - 64	77,4	(72,9-82,0)	77,5	(72,6-81,7)	500
	65 - 74	78,7	(73,6-83,8)	78,7	(73,1-83,3)	358
	75 +	71,7	(66,6-76,7)	71,3	(66,0-76,1)	735
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	63,5	(55,8-71,2)	58,4	(49,1-67,2)	564
	Lager secundair	69,6	(64,0-75,2)	66,0	(59,5-71,9)	581
	Hoger secundair	62,6	(58,1-67,1)	63,0	(58,4-67,4)	1209
	Hoger onderwijs	69,3	(65,2-73,5)	72,0	(67,8-75,8)	1452
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	67,6	(63,5-71,7)	68,1	(63,8-72,0)	1459
	Halfstedelijk gebied	66,4	(61,7-71,1)	66,6	(61,6-71,1)	1217
	Landelijk gebied	65,1	(60,5-69,7)	65,4	(60,7-69,9)	1206
JAAR	2001	54,4	(52,0-56,9)	54,5	(52,0-56,9)	4058
	2004	57,4	(54,8-60,0)	57,4	(54,8-60,1)	4477
	2008	66,5	(63,9-69,0)	66,7	(64,1-69,2)	3882

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, Vlaams Gewest

NH09_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	64,2	(61,0-67,3)	64,7	(61,5-67,8)	1854
	Vrouwen	65,8	(62,7-68,9)	65,8	(62,7-68,8)	2028
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	55,3	(49,1-61,6)	55,4	(49,0-61,5)	482
	15 - 24	54,2	(47,5-60,8)	54,2	(47,5-60,7)	389
	25 - 34	55,4	(48,7-62,1)	55,4	(48,6-61,9)	408
	35 - 44	67,3	(62,2-72,5)	67,4	(62,0-72,3)	490
	45 - 54	68,4	(63,4-73,5)	68,5	(63,2-73,2)	519
	55 - 64	78,3	(73,9-82,7)	78,3	(73,5-82,4)	499
	65 - 74	74,7	(67,4-82,1)	74,7	(66,7-81,3)	358
	75 +	76,8	(71,9-81,6)	76,7	(71,5-81,2)	737
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	66,9	(59,7-74,0)	60,9	(52,3-68,9)	564
	Lager secundair	63,5	(56,7-70,2)	58,5	(51,0-65,6)	579
	Hoger secundair	62,7	(58,0-67,4)	63,4	(58,6-68,0)	1209
	Hoger onderwijs	67,0	(62,9-71,0)	69,9	(65,8-73,7)	1453
URBANISATIE- GRAAD	Stedelijk gebied	65,3	(61,0-69,6)	65,7	(61,3-69,8)	1460
	Halfstedelijk gebied	69,6	(65,3-74,0)	69,8	(65,2-74,1)	1216
	Landelijk gebied	59,8	(55,2-64,5)	60,1	(55,2-64,8)	1206
JAAR	2001	56,2	(53,8-58,6)	56,3	(53,7-58,8)	4067
	2004	66,0	(63,4-68,5)	66,1	(63,6-68,6)	4487
	2008	65,0	(62,4-67,6)	65,1	(62,5-67,7)	3882

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, Vlaams Gewest

NH11_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	33,1	(30,1-36,0)	32,0	(29,2-35,0)	1848
	Vrouwen	21,6	(19,0-24,3)	20,9	(18,4-23,7)	2027
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	31,5	(25,5-37,5)	30,9	(25,2-37,3)	481
	15 - 24	45,5	(39,1-52,0)	45,1	(38,8-51,7)	391
	25 - 34	36,0	(29,7-42,3)	35,8	(29,7-42,3)	407
	35 - 44	27,5	(22,7-32,4)	27,1	(22,5-32,1)	490
	45 - 54	23,0	(18,7-27,2)	22,5	(18,5-27,0)	517
	55 - 64	17,5	(13,7-21,2)	17,0	(13,6-21,0)	499
	65 - 74	13,9	(9,7-18,1)	13,7	(10,0-18,4)	358
	75 +	13,3	(8,8-17,7)	13,6	(9,6-18,9)	732
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	24,1	(18,2-30,0)	31,0	(23,9-39,1)	560
	Lager secundair	32,6	(26,7-38,5)	38,2	(31,4-45,4)	581
	Hoger secundair	32,4	(28,3-36,6)	30,2	(26,2-34,6)	1205
	Hoger onderwijs	22,6	(19,1-26,0)	18,3	(15,4-21,6)	1453
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	24,7	(21,1-28,2)	23,4	(19,9-27,1)	1454
	Halfstedelijk gebied	29,9	(25,7-34,1)	28,8	(24,7-33,2)	1215
	Landelijk gebied	27,7	(23,7-31,7)	26,4	(22,6-30,6)	1206
JAAR	2008	27,2	(25,0-29,5)			3875

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, Brussels Gewest

NH01_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	60,8	(57,7-63,8)	61,5	(58,4-64,5)	1518
	Vrouwen	68,0	(65,2-70,8)	68,3	(65,4-71,1)	1789
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	68,1	(62,8-73,4)	68,3	(62,7-73,4)	511
	15 - 24	58,2	(52,2-64,3)	58,3	(52,2-64,2)	365
	25 - 34	59,0	(54,0-64,0)	59,1	(54,1-64,0)	524
	35 - 44	62,3	(57,1-67,6)	62,5	(57,2-67,6)	468
	45 - 54	63,4	(57,4-69,3)	63,4	(57,4-69,1)	357
	55 - 64	66,4	(60,9-71,9)	66,4	(60,7-71,6)	346
	65 - 74	75,6	(68,9-82,2)	75,4	(68,2-81,5)	203
	75 +	71,8	(66,4-77,2)	70,9	(65,1-76,1)	533
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	69,6	(63,2-76,0)	67,7	(60,2-74,3)	400
	Lager secundair	57,6	(50,8-64,5)	57,4	(50,3-64,1)	467
	Hoger secundair	58,1	(53,2-62,9)	59,0	(54,1-63,7)	867
	Hoger onderwijs	69,7	(66,4-72,9)	70,9	(67,6-74,0)	1422
GROTE STEDEN	Brussel	64,5	(62,2-66,9)	65,3	(62,9-67,6)	3307
	Gent en Antwerpen	66,2	(58,6-73,7)	66,1	(58,1-73,3)	469
	Luik en Charleroi	54,9	(47,5-62,3)	55,1	(47,6-62,3)	377
JAAR	2001	48,9	(46,4-51,5)	49,2	(46,7-51,7)	2959
	2004	54,7	(52,1-57,2)	55,3	(52,7-57,8)	3403
	2008	64,5	(62,2-66,9)	65,4	(63,0-67,7)	3307

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, Brussels Gewest

NH_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	34,2	(31,2-37,2)	34,9	(31,9-38,0)	1518
	Vrouwen	37,8	(34,9-40,7)	38,2	(35,3-41,1)	1789
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	30,0	(24,5-35,4)	30,0	(24,9-35,7)	511
	15 - 24	34,3	(28,0-40,6)	34,3	(28,3-40,9)	365
	25 - 34	32,1	(27,6-36,7)	32,1	(27,7-36,8)	524
	35 - 44	35,0	(30,0-40,1)	35,1	(30,2-40,3)	468
	45 - 54	40,9	(34,9-47,0)	41,0	(35,1-47,0)	357
	55 - 64	40,9	(35,1-46,8)	40,9	(35,2-46,8)	346
	65 - 74	49,3	(41,7-56,9)	49,2	(41,7-56,7)	203
	75 +	39,6	(33,9-45,2)	39,0	(33,5-44,8)	533
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	39,1	(31,6-46,5)	36,6	(29,2-44,7)	400
	Lager secundair	36,3	(29,2-43,4)	36,6	(29,6-44,2)	467
	Hoger secundair	30,4	(26,2-34,6)	31,2	(27,1-35,6)	867
	Hoger onderwijs	39,0	(35,6-42,3)	40,1	(36,7-43,6)	1422
GROTE STEDEN	Brussel	36,1	(33,8-38,4)	36,5	(34,2-39,0)	3307
	Gent en Antwerpen	40,0	(32,9-47,1)	39,8	(32,9-47,1)	469
	Luik en Charleroi	23,7	(18,4-29,1)	23,4	(18,5-29,0)	377
JAAR	2008	36,1	(33,8-38,4)			3307

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet, Brussels Gewest

NH03_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	72,7	(69,8-75,7)	73,6	(70,6-76,4)	1517
	Vrouwen	77,2	(74,7-79,8)	77,5	(74,9-80,0)	1794
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	76,6	(71,8-81,3)	76,7	(71,6-81,1)	511
	15 - 24	63,1	(56,3-69,8)	63,1	(56,2-69,5)	364
	25 - 34	74,5	(70,0-78,9)	74,6	(69,9-78,7)	526
	35 - 44	71,9	(67,0-76,7)	72,0	(66,9-76,6)	468
	45 - 54	75,4	(69,9-80,8)	75,4	(69,6-80,4)	356
	55 - 64	82,4	(77,5-87,3)	82,4	(76,9-86,7)	348
	65 - 74	80,3	(73,8-86,8)	80,2	(72,9-85,9)	204
	75 +	83,9	(79,5-88,2)	83,4	(78,4-87,4)	534
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	69,3	(62,1-76,5)	67,1	(58,7-74,5)	402
	Lager secundair	66,3	(59,6-73,0)	66,6	(59,3-73,1)	468
	Hoger secundair	69,5	(64,6-74,3)	70,8	(66,0-75,2)	867
	Hoger onderwijs	83,2	(80,6-85,9)	84,2	(81,5-86,7)	1423
GROTE STEDEN	Brussel	75,1	(72,9-77,3)	75,7	(73,4-77,9)	3311
	Gent en Antwerpen	86,6	(81,1-92,1)	86,8	(80,5-91,3)	471
	Luik en Charleroi	76,1	(70,0-82,3)	76,7	(70,0-82,3)	379
JAAR	2004	66,5	(64,0-69,0)	67,3	(64,7-69,7)	3364
	2008	75,1	(72,9-77,3)	75,9	(73,6-78,0)	3311

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, Brussels Gewest

NH_2		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	51,4	(48,3-54,4)	51,9	(48,8-55,1)	1517
	Vrouwen	54,2	(51,3-57,1)	54,5	(51,4-57,5)	1794
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	31,7	(26,8-36,6)	31,7	(27,0-36,8)	511
	15 - 24	44,0	(37,6-50,3)	44,0	(37,8-50,4)	364
	25 - 34	61,1	(56,3-65,9)	61,1	(56,3-65,7)	526
	35 - 44	55,9	(50,6-61,2)	56,0	(50,6-61,2)	468
	45 - 54	60,6	(54,7-66,5)	60,6	(54,6-66,3)	356
	55 - 64	67,1	(61,5-72,7)	67,1	(61,3-72,4)	348
	65 - 74	62,2	(54,1-70,3)	62,1	(53,8-69,7)	204
	75 +	54,0	(48,4-59,6)	53,6	(47,9-59,2)	534
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	43,0	(34,8-51,2)	40,3	(31,8-49,4)	402
	Lager secundair	43,7	(37,6-49,8)	44,5	(38,0-51,2)	468
	Hoger secundair	49,3	(44,4-54,2)	50,5	(45,5-55,5)	867
	Hoger onderwijs	60,4	(57,1-63,6)	61,3	(57,9-64,6)	1423
GROTE STEDEN	Brussel	52,8	(50,5-55,2)	53,5	(50,9-56,0)	3311
	Gent en Antwerpen	65,8	(58,9-72,6)	67,2	(60,0-73,6)	471
	Luik en Charleroi	32,1	(25,9-38,3)	31,2	(25,2-37,8)	379
JAAR	2008	52,8	(50,5-55,2)			3311

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, Brussels Gewest

NH05_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	43,8	(40,6-47,0)	42,7	(39,5-45,9)	1516
	Vrouwen	43,7	(40,7-46,6)	43,3	(40,4-46,3)	1786
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	56,4	(50,8-62,1)	56,5	(50,7-62,0)	511
	15 - 24	49,5	(42,7-56,3)	49,5	(42,8-56,3)	363
	25 - 34	46,6	(41,5-51,6)	46,6	(41,6-51,6)	525
	35 - 44	38,7	(33,5-43,9)	38,7	(33,7-44,0)	467
	45 - 54	38,3	(32,3-44,2)	38,3	(32,6-44,3)	354
	55 - 64	35,6	(30,3-41,0)	35,6	(30,5-41,1)	347
	65 - 74	35,9	(28,2-43,5)	35,8	(28,7-43,7)	203
	75 +	34,2	(28,3-40,0)	34,1	(28,5-40,1)	532
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	44,5	(36,1-53,0)	47,2	(38,7-55,8)	401
	Lager secundair	51,9	(44,7-59,2)	51,4	(44,3-58,4)	467
	Hoger secundair	43,8	(38,9-48,7)	42,2	(37,4-47,2)	866
	Hoger onderwijs	41,2	(37,6-44,7)	39,7	(36,1-43,4)	1419
GROTE STEDEN	Brussel	43,7	(41,2-46,2)	43,1	(40,5-45,6)	3302
	Gent en Antwerpen	37,7	(30,1-45,3)	37,1	(29,8-45,0)	470
	Luik en Charleroi	29,3	(23,1-35,5)	28,6	(22,8-35,2)	376
JAAR	2008	43,7	(41,2-46,2)			3302

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, Brussels Gewest

NH07_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	42,3	(39,1-45,5)	43,4	(40,1-46,7)	1517
	Vrouwen	47,6	(44,5-50,6)	47,8	(44,7-50,9)	1784
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	34,1	(28,5-39,8)	34,2	(28,8-40,0)	510
	15 - 24	33,8	(27,6-40,0)	33,8	(27,9-40,2)	365
	25 - 34	40,8	(35,9-45,8)	40,9	(36,0-45,9)	523
	35 - 44	44,7	(39,4-50,1)	44,9	(39,5-50,3)	466
	45 - 54	49,3	(43,0-55,6)	49,3	(43,0-55,5)	357
	55 - 64	58,5	(52,6-64,3)	58,4	(52,5-64,1)	347
	65 - 74	65,5	(58,2-72,9)	65,4	(57,7-72,3)	203
	75 +	55,3	(49,2-61,4)	54,6	(48,4-60,6)	530
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	46,8	(38,7-54,9)	42,6	(34,0-51,7)	398
	Lager secundair	40,1	(33,3-47,0)	40,3	(33,4-47,6)	472
	Hoger secundair	40,8	(35,9-45,7)	42,3	(37,4-47,2)	868
	Hoger onderwijs	49,1	(45,2-53,0)	50,7	(46,7-54,7)	1417
GROTE STEDEN	Brussel	45,0	(42,5-47,6)	45,7	(43,0-48,4)	3301
	Gent en Antwerpen	68,9	(62,2-75,7)	69,7	(62,6-75,9)	472
	Luik en Charleroi	34,1	(26,1-42,2)	33,7	(25,9-42,6)	377
JAAR	2001	36,3	(33,8-38,7)	35,8	(33,3-38,4)	2942
	2004	36,1	(33,5-38,7)	36,2	(33,5-38,9)	3388
	2008	45,0	(42,5-47,6)	45,5	(42,9-48,2)	3301

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, Brussels Gewest

NH09_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	67,7	(64,6-70,7)	68,8	(65,6-71,7)	1516
	Vrouwen	68,6	(65,8-71,4)	69,1	(66,3-71,8)	1788
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	70,9	(65,9-75,9)	70,9	(65,7-75,7)	509
	15 - 24	57,7	(51,0-64,4)	57,7	(51,0-64,2)	364
	25 - 34	60,0	(55,0-64,9)	60,0	(55,0-64,8)	525
	35 - 44	69,5	(64,5-74,6)	69,5	(64,3-74,3)	468
	45 - 54	70,0	(64,1-75,8)	70,0	(63,8-75,4)	356
	55 - 64	74,0	(68,3-79,7)	74,0	(67,9-79,3)	348
	65 - 74	74,7	(67,5-81,9)	74,7	(66,9-81,1)	204
	75 +	77,7	(73,0-82,5)	77,7	(72,5-82,1)	530
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	69,4	(62,1-76,8)	68,3	(59,9-75,7)	399
	Lager secundair	67,4	(61,0-73,9)	67,6	(60,8-73,7)	471
	Hoger secundair	66,7	(62,0-71,4)	68,0	(63,2-72,4)	867
	Hoger onderwijs	68,7	(65,2-72,2)	69,8	(66,2-73,1)	1417
GROTE STEDEN	Brussel	68,2	(65,8-70,5)	69,2	(66,7-71,6)	3304
	Gent en Antwerpen	66,7	(59,1-74,2)	66,9	(59,1-73,8)	471
	Luik en Charleroi	49,0	(41,0-57,0)	49,2	(41,2-57,4)	377
JAAR	2001	57,9	(55,3-60,5)	58,3	(55,6-60,9)	2950
	2004	67,0	(64,4-69,6)	67,6	(64,9-70,1)	3404
	2008	68,2	(65,8-70,5)	68,7	(66,2-71,0)	3304

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, Brussels Gewest

NH11_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	30,6	(27,6-33,6)	28,6	(25,8-31,6)	1503
	Vrouwen	24,2	(21,6-26,8)	23,0	(20,6-25,7)	1782
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	28,6	(23,1-34,1)	28,4	(23,3-34,2)	507
	15 - 24	46,6	(39,9-53,3)	46,6	(40,0-53,3)	363
	25 - 34	29,9	(25,5-34,4)	29,8	(25,5-34,4)	522
	35 - 44	30,0	(25,1-34,9)	29,8	(25,2-34,9)	464
	45 - 54	23,6	(18,4-28,9)	23,5	(18,7-29,1)	355
	55 - 64	16,2	(11,9-20,5)	16,2	(12,4-21,0)	343
	65 - 74	13,8	(8,0-19,6)	13,9	(9,1-20,7)	202
	75 +	14,4	(10,8-18,0)	14,9	(11,6-19,0)	529
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	36,2	(28,1-44,4)	41,0	(32,6-50,0)	398
	Lager secundair	39,3	(32,4-46,1)	38,1	(31,4-45,2)	463
	Hoger secundair	31,2	(26,7-35,6)	27,6	(23,4-32,2)	866
	Hoger onderwijs	18,7	(15,9-21,6)	16,0	(13,5-18,8)	1412
GROTE STEDEN	Brussel	27,3	(25,0-29,5)	25,4	(23,1-27,8)	3285
	Gent en Antwerpen	23,8	(17,4-30,1)	22,7	(17,0-29,7)	470
	Luik en Charleroi	36,4	(28,6-44,2)	35,1	(27,9-43,2)	377
JAAR	2008	27,3	(25,0-29,5)			3285

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit (uitgezonderd sap) eet, Waals Gewest

NH01_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	55,5	(52,5-58,6)	56,1	(52,9-59,1)	1825
	Vrouwen	64,9	(62,1-67,6)	64,9	(62,1-67,6)	2167
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	63,5	(58,3-68,7)	63,8	(58,4-68,8)	594
	15 - 24	48,1	(42,1-54,0)	48,3	(42,3-54,2)	443
	25 - 34	54,6	(48,4-60,8)	54,6	(48,3-60,7)	398
	35 - 44	54,8	(49,5-60,2)	55,0	(49,6-60,2)	539
	45 - 54	59,9	(54,9-65,0)	60,0	(54,9-65,0)	522
	55 - 64	66,5	(61,3-71,7)	66,7	(61,4-71,6)	483
	65 - 74	74,0	(67,0-81,1)	73,8	(66,3-80,1)	315
	75 +	71,0	(65,7-76,2)	70,0	(64,4-75,1)	698
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	56,9	(49,7-64,1)	49,6	(42,2-56,9)	565
	Lager secundair	55,3	(49,0-61,5)	53,0	(46,3-59,6)	670
	Hoger secundair	57,5	(53,5-61,5)	59,5	(55,5-63,4)	1318
	Hoger onderwijs	66,3	(62,7-70,0)	68,2	(64,5-71,7)	1322
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	61,1	(57,5-64,6)	61,2	(57,6-64,7)	1564
	Halfstedelijk gebied	58,5	(52,6-64,5)	59,2	(53,1-65,0)	611
	Landelijk gebied	60,2	(56,6-63,8)	60,6	(56,8-64,2)	1817
JAAR	2001	46,5	(44,1-49,0)	46,3	(43,8-48,8)	4935
	2004	45,1	(42,7-47,5)	44,8	(42,4-47,2)	4948
	2008	60,4	(58,0-62,7)	60,7	(58,3-63,0)	3992

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 2 porties fruit per dag eet, Waals Gewest

NH_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	26,1	(23,5-28,8)	26,0	(23,4-28,8)	1825
	Vrouwen	28,4	(25,9-30,9)	28,1	(25,6-30,6)	2167
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	20,9	(16,7-25,2)	21,0	(17,0-25,5)	594
	15 - 24	20,6	(16,0-25,2)	20,6	(16,4-25,5)	443
	25 - 34	27,3	(22,0-32,7)	27,3	(22,3-32,9)	398
	35 - 44	25,0	(20,3-29,7)	25,0	(20,6-30,0)	539
	45 - 54	32,3	(27,5-37,2)	32,3	(27,7-37,3)	522
	55 - 64	35,0	(29,8-40,3)	35,1	(30,1-40,4)	483
	65 - 74	35,6	(28,6-42,5)	35,4	(28,9-42,5)	315
	75 +	29,0	(23,9-34,1)	28,7	(23,9-34,1)	698
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	21,8	(17,3-26,3)	18,2	(14,6-22,5)	565
	Lager secundair	27,5	(22,3-32,7)	25,5	(20,7-31,0)	670
	Hoger secundair	25,7	(22,4-29,0)	26,0	(22,8-29,5)	1318
	Hoger onderwijs	30,4	(27,0-33,8)	31,4	(28,0-35,0)	1322
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	28,9	(25,8-32,1)	28,4	(25,4-31,7)	1564
	Halfstedelijk gebied	28,3	(23,4-33,2)	28,4	(23,7-33,7)	611
	Landelijk gebied	25,3	(22,3-28,3)	25,1	(22,2-28,2)	1817
JAAR	2008	27,3	(25,3-29,3)			3992

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten (uitgezonderd aardappelen en sap) eet,
Waals Gewest

NH03_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	80,4	(78,0-82,9)	81,2	(78,7-83,5)	1826
	Vrouwen	85,8	(83,8-87,8)	86,1	(84,0-87,9)	2169
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	83,4	(79,4-87,4)	83,7	(79,3-87,3)	597
	15 - 24	75,6	(70,1-81,0)	75,9	(70,1-80,8)	443
	25 - 34	80,1	(75,1-85,0)	80,2	(74,8-84,6)	399
	35 - 44	80,4	(76,1-84,8)	80,7	(76,0-84,6)	539
	45 - 54	86,0	(81,9-90,0)	86,1	(81,6-89,7)	523
	55 - 64	85,7	(81,1-90,4)	85,9	(80,7-89,9)	483
	65 - 74	90,9	(86,9-94,9)	90,9	(86,0-94,1)	315
	75 +	88,9	(85,2-92,7)	88,5	(84,0-91,9)	696
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	81,0	(75,3-86,7)	77,1	(69,1-83,5)	566
	Lager secundair	83,2	(79,0-87,4)	82,7	(77,7-86,8)	670
	Hoger secundair	80,9	(77,6-84,1)	82,6	(79,3-85,5)	1318
	Hoger onderwijs	86,3	(83,4-89,2)	87,7	(84,7-90,2)	1322
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	79,8	(76,8-82,8)	80,4	(77,2-83,2)	1569
	Halfstedelijk gebied	82,5	(77,8-87,2)	83,4	(78,2-87,5)	609
	Landelijk gebied	87,1	(84,6-89,5)	87,7	(85,1-89,9)	1817
JAAR	2004	72,7	(70,4-75,0)	73,1	(70,8-75,3)	4873
	2008	83,2	(81,4-85,0)	83,7	(81,9-85,5)	3995

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens 200g groenten per dag eet, Waals Gewest

NH_2		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	53,6	(50,7-56,4)	54,3	(51,2-57,4)	1826
	Vrouwen	58,4	(55,7-61,2)	59,1	(56,2-62,0)	2169
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	25,4	(20,8-30,0)	25,5	(21,1-30,3)	597
	15 - 24	50,6	(44,4-56,8)	50,7	(44,5-56,9)	443
	25 - 34	60,9	(54,7-67,1)	60,9	(54,5-66,9)	399
	35 - 44	63,7	(58,7-68,7)	63,8	(58,6-68,7)	539
	45 - 54	72,5	(67,7-77,4)	72,6	(67,4-77,2)	523
	55 - 64	68,8	(63,3-74,2)	68,9	(63,3-74,0)	483
	65 - 74	70,1	(62,9-77,4)	70,0	(62,3-76,7)	315
	75 +	52,8	(47,0-58,6)	52,2	(46,3-58,0)	696
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	50,1	(43,9-56,3)	44,2	(37,1-51,6)	566
	Lager secundair	58,3	(52,0-64,6)	55,9	(49,6-62,1)	670
	Hoger secundair	51,7	(47,9-55,4)	52,4	(48,3-56,5)	1318
	Hoger onderwijs	60,8	(57,1-64,5)	64,7	(60,6-68,5)	1322
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	51,2	(47,7-54,7)	50,9	(47,1-54,6)	1569
	Halfstedelijk gebied	56,3	(50,7-61,9)	57,7	(51,7-63,4)	609
	Landelijk gebied	61,2	(57,8-64,5)	62,8	(59,1-66,2)	1817
JAAR	2008	56,1	(53,8-58,3)			3995

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit- of groentesap drinkt, Waals Gewest

NH05_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	36,1	(33,2-39,1)	34,7	(31,8-37,6)	1821
	Vrouwen	34,6	(31,7-37,5)	33,9	(31,1-36,9)	2160
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	51,7	(46,1-57,3)	51,7	(46,1-57,2)	593
	15 - 24	44,5	(38,1-50,9)	44,5	(38,2-51,0)	438
	25 - 34	33,1	(27,3-38,8)	33,1	(27,6-39,0)	399
	35 - 44	29,0	(24,1-33,9)	29,0	(24,3-34,2)	538
	45 - 54	31,1	(26,1-36,2)	31,1	(26,3-36,4)	521
	55 - 64	28,1	(22,5-33,8)	28,1	(22,9-34,1)	483
	65 - 74	21,8	(16,1-27,5)	21,9	(16,7-28,0)	315
	75 +	28,5	(22,7-34,3)	28,6	(23,2-34,7)	694
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	25,2	(19,0-31,3)	27,5	(21,3-34,8)	564
	Lager secundair	32,6	(26,6-38,5)	33,3	(27,6-39,5)	669
	Hoger secundair	35,5	(31,7-39,4)	34,1	(30,4-37,9)	1314
	Hoger onderwijs	38,9	(34,8-43,1)	36,7	(32,6-41,1)	1320
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	36,2	(32,8-39,6)	35,5	(32,1-38,9)	1562
	Halfstedelijk gebied	36,4	(30,6-42,2)	34,9	(29,2-41,0)	605
	Landelijk gebied	34,0	(30,2-37,9)	32,8	(29,1-36,8)	1814
JAAR	2008	35,3	(33,0-37,7)			3981

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks bruin brood eet, Waals Gewest

NH07_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	32,5	(29,4-35,6)	32,4	(29,3-35,6)	1821
	Vrouwen	39,0	(36,0-42,0)	38,6	(35,5-41,7)	2157
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	27,7	(22,3-33,0)	27,7	(22,6-33,5)	595
	15 - 24	24,4	(19,0-29,8)	24,4	(19,3-30,4)	441
	25 - 34	30,2	(24,0-36,4)	30,1	(24,2-36,6)	396
	35 - 44	37,3	(32,1-42,6)	37,4	(32,1-42,9)	539
	45 - 54	42,7	(37,4-47,9)	42,6	(37,4-48,1)	520
	55 - 64	48,5	(42,5-54,5)	48,5	(42,5-54,6)	482
	65 - 74	46,6	(38,7-54,5)	46,2	(38,2-54,4)	314
	75 +	39,4	(33,5-45,3)	38,4	(32,7-44,5)	691
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	31,3	(24,4-38,3)	25,7	(19,7-32,7)	565
	Lager secundair	34,6	(27,9-41,3)	31,9	(25,4-39,2)	669
	Hoger secundair	31,0	(26,9-35,2)	31,6	(27,3-36,2)	1312
	Hoger onderwijs	41,8	(37,1-46,5)	43,3	(38,5-48,4)	1318
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	33,6	(29,7-37,6)	33,0	(29,0-37,2)	1560
	Halfstedelijk gebied	33,9	(27,8-40,0)	34,3	(28,2-40,8)	607
	Landelijk gebied	38,8	(34,5-43,1)	38,6	(34,2-43,1)	1811
JAAR	2001	32,8	(30,5-35,2)	32,2	(29,9-34,6)	4920
	2004	33,4	(30,9-35,8)	32,8	(30,2-35,5)	4945
	2008	35,8	(33,2-38,5)	35,5	(32,8-38,3)	3978

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat minstens één keer per week vis eet, Waals Gewest

NH09_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	59,6	(56,4-62,8)	59,9	(56,6-63,0)	1826
	Vrouwen	61,6	(58,7-64,6)	61,7	(58,7-64,7)	2166
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	58,6	(53,0-64,2)	58,7	(53,0-64,1)	596
	15 - 24	52,4	(46,3-58,5)	52,5	(46,3-58,5)	443
	25 - 34	59,6	(53,7-65,5)	59,6	(53,6-65,3)	398
	35 - 44	56,7	(51,2-62,3)	56,8	(51,2-62,2)	539
	45 - 54	64,7	(59,2-70,1)	64,7	(59,1-69,9)	521
	55 - 64	73,2	(67,8-78,6)	73,2	(67,6-78,2)	483
	65 - 74	61,6	(53,4-69,9)	61,5	(53,1-69,3)	314
	75 +	63,4	(57,5-69,3)	63,2	(57,0-68,9)	698
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	55,7	(49,3-62,2)	51,9	(45,0-58,8)	567
	Lager secundair	53,8	(46,8-60,9)	52,6	(45,4-59,8)	668
	Hoger secundair	59,3	(54,7-63,8)	60,3	(55,7-64,8)	1316
	Hoger onderwijs	65,8	(61,3-70,2)	66,9	(62,5-71,1)	1322
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	56,5	(52,3-60,6)	56,4	(52,2-60,5)	1565
	Halfstedelijk gebied	69,9	(64,1-75,7)	70,5	(64,5-75,9)	611
	Landelijk gebied	62,0	(57,9-66,2)	62,3	(58,1-66,3)	1816
JAAR	2001	50,9	(48,4-53,5)	51,0	(48,5-53,5)	4920
	2004	54,9	(52,1-57,7)	55,0	(52,1-57,8)	4940
	2008	60,6	(58,0-63,3)	60,9	(58,2-63,5)	3992

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)



Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, Waals Gewest

NH11_1		% (Ruw)	+ 95% BI	% (Corr*)	+ 95% BI	N
GESLACHT	Mannen	35,8	(32,8-38,8)	32,8	(29,9-35,9)	1818
	Vrouwen	25,6	(22,9-28,3)	23,6	(21,1-26,2)	2166
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	35,3	(29,7-40,8)	34,9	(29,5-40,7)	592
	15 - 24	53,5	(47,6-59,5)	53,4	(47,4-59,4)	440
	25 - 34	45,6	(39,7-51,6)	45,6	(39,7-51,7)	399
	35 - 44	31,3	(26,7-35,9)	31,0	(26,6-35,7)	538
	45 - 54	22,5	(18,0-27,1)	22,3	(18,1-27,1)	522
	55 - 64	15,4	(11,3-19,4)	15,1	(11,5-19,5)	483
	65 - 74	13,8	(8,9-18,7)	13,9	(9,6-19,6)	314
	75 +	7,5	(4,7-10,3)	7,8	(5,4-11,3)	696
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	22,9	(17,1-28,6)	31,2	(23,4-40,3)	563
	Lager secundair	36,9	(30,5-43,2)	38,9	(32,6-45,7)	669
	Hoger secundair	36,4	(32,4-40,4)	31,1	(27,3-35,3)	1316
	Hoger onderwijs	24,3	(20,9-27,7)	19,4	(16,4-22,7)	1319
URBANISATIEGRAAD	Stedelijk gebied	33,6	(29,9-37,2)	31,5	(28,0-35,2)	1563
	Halfstedelijk gebied	30,6	(25,2-36,0)	26,7	(21,5-32,5)	607
	Landelijk gebied	27,2	(23,8-30,6)	24,4	(21,3-27,9)	1814
JAAR	2008	30,5	(28,2-32,8)			3984

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2008

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2001 als referentie)

