

## Marcel Levi

Alles wat helpt in de strijd tegen de top-BMI's is toegestaan



VINCENT BOON

## Vetzucht

**H**et is niet ondenkbaar dat Michael Bloomberg deze maand voor de vierde maal zou zijn verkozen tot burgemeester van New York als de gemeenteraad hem had toegestaan nog een extra termijn als burgemeester aan zijn loopbaan te koppelen. Bloomberg heeft veel goede dingen voor New York gedaan en zijn strijd tegen ongezond leven is legendarisch, met als bekend voorbeeld zijn verbod op megaporties suikerhoudende frisdrank. Ook in Nederland wordt het beperken van overgewicht steeds belangrijker. Als we de gezondheidszorg voor een steeds ouder wordende bevolking betaalbaar willen houden, zullen we veel meer moeten doen om ziektes te voorkomen en het reduceren van overgewicht is daarbij cruciaal. Alle goede bedoelingen ten spijt zijn alle medische preventieprogramma's gericht op het voorkomen van overgewicht de afgelopen jaren mislukt. Het probleem is misschien dat, hoewel de gevolgen van overgewicht weliswaar medisch zijn, medici en andere gezondheidswerkers niet geschikt zijn om mensen te overtuigen van een gezonde levensstijl. Artsen zijn er voor ziektes en kennelijk niet voor gezondheid. Ook weer niet zo merkwaardig; dokters controleren toch ook niet of mensen hun autogordels of bromfietshelm gebruiken? Als we gedrag willen veranderen, zijn er heel andere mechanismes die in stelling moeten worden gebracht.

In een recent artikel in British Medical Journal wordt becijferd dat 20 procent belasting op suikerhoudende frisdrank in

Engeland leidt tot 180.000 minder mensen met ernstige obesitas, 300 miljoen euro opbrengst (wellicht te besteden aan gezondheidszorg of sporten van kinderen), en verwaarloosbare inkomenseffecten. Een hoog btw-tarief op ongezond, te vet en te veel suiker bevattend voedsel is dus zo'n gek idee nog niet. Hongarije, Finland en Frankrijk gingen ons inmiddels voor en in de VS hebben 35 staten inmiddels een of andere vorm van 'fat tax'.

Nog interessanter is het om mensen met ernstig overgewicht financieel te belonen per kilogram gewichtsreductie. Natuurlijk stuit dit ons tegen de moralistische borst en is het even slikken in een tijd waarin 'eigen verantwoordelijkheid' de politiek correcte smoes is om andere mensen in hun vet te laten gaarsmoren. We moeten ons echter realiseren dat vetzucht hard op weg is staatsvijand nummer één te worden en alles wat helpt in de strijd tegen de top-BMI's is toegestaan. Er zijn inmiddels verschillende interventiestudies die tonen dat financiële beloningen van 50 tot 100 euro per maand effectief zijn om aanzienlijke gewichtsreductie, in sommige gevallen blijvend, te realiseren. Als hierbij een groepsbenadering wordt gebruikt, waarbij deelnemers (bijvoorbeeld binnen een bedrijf, school of vereniging) gezamenlijk aan het programma meedoen en een groter bedrag krijgen als de doelen voor de hele groep worden behaald, is de opbrengst (in kilogrammen) nog flink groter. Twijfel over het al dan niet halen van het resultaat kan er niet zijn, want de weegschaal liegt nooit. ■