

arbo & verzuim**Nederland 10 miljoen kilo zwaarder na Kerst**

De hertenbiefstuk met cranberrysaus en de warme oliebollen met veel poedersuiker hebben Nederland bij elkaar zo'n 10 miljoen kilo zwaarder gemaakt. Ongeveer 40 procent van de Nederlanders zag zijn of haar lichaamsgewicht met anderhalve kilo toenemen.

Zorgverzekeraar Achmea liet onderzoeken in hoeverre mensen bezig zijn om bewust te leven. Opvallend is dat 35 procent van de ondervraagden zegt gezond tot zeer gezond te leven, terwijl slechts 16 procent zich zegt te houden aan de voedingsrichtlijnen van het Voedingscentrum (schijf van vijf, regelmatig vis, ook vette).

Achmea concludeert uit deze cijfers dat bewust en gezond leven een wens is van veel Nederlanders, maar dat het ze aan daadkracht ontbreekt. Fabrikanten van producten, maar ook de overheid zouden daar beter op in moeten spelen, vindt de zorgverzekeraar.

Bron: GezondheidsNet