

VOEDINGSGEWOONTEN

Gezondheidsenquête 2018

—

SABINE DRIESKENS

Sciensano

Epidemiologie en volksgezondheid - Levensstijl en chronische ziekten

HIS 2018

Oktober 2019 • Brussel • België

VOEDINGSGEWOONTEN

Hoofdauteur: Sabine Drieskens

•

Revisor: Rana Charafeddine

•

Redacteurs: Sabine Drieskens, Lydia Gisle

Contactpersoon: Sabine Drieskens • T+32 2 642.50.25 • sabine.drieskens@sciensano.be

Gelieve te citeren als:

S. Drieskens, R. Charafeddine, L. Gisle. Gezondheidsenquête 2018: Voedingsgewoonten. Brussel, België: Sciensano; Rapportnummer: D/2019/14.440/55. Beschikbaar op: www.gezondheidsenquête.be

DANKWOORD

Graag willen we de volgende personen bedanken:

Lize Hermans van Sciensano voor het grondig nalezen van dit rapport

Ledia Jani en Tadek Krzywania van Sciensano voor de lay-out van dit rapport en de administratieve steun

Sandrine de Waleffe en haar team van Statbel voor de organisatie van het veldwerk en hun enquêteurs voor de uitvoering ervan

En natuurlijk alle mensen die vrijwillig aan de enquête hebben deelgenomen

OPDRACHTGEVERS

Deze gezondheidsenquête wordt uitgevoerd op vraag van:

De federale regering, beleidsdomein Sociale zaken en Volksgezondheid,

De Vlaamse regering, beleidsdomein Welzijn, Volksgezondheid en Gezin

Het Verenigd College van de Gemeenschappelijke Gemeenschapscommissie van Brussel-Hoofdstad (GGC), beleidsdomein Gezondheidsbeleid

De Franse Gemeenschapsregering, beleidsdomein Sociale Promotie, Jeugd, Vrouwenrechten en Gelijke Kansen

De Waalse regering, beleidsdomein Gezondheid, Gelijke Kansen, Sociale Actie en Ambtenarenzaken van de Waalse regering

De Duitstalige Gemeenschapsregering, beleidsdomein Familie, Gezondheid en Sociale Aangelegenheden van de Duitstalige Gemeenschap

INHOUDSOPGAVE

SAMENVATTING	6
AFKORTING	8
INLEIDING	9
VRAGEN	11
INDICATOREN	13
RESULTATEN	16
1. Dagelijkse consumptie van fruit	16
1.1. Prevalentie voor België	16
1.2. Evolutie.....	17
1.3. Demografische verschillen.....	17
1.4. Socio-economische verschillen	19
2. Dagelijkse consumptie van groenten	20
2.1. Prevalentie voor België	20
2.2. Evolutie.....	21
2.3. Demografische verschillen.....	21
2.4. Socio-economische verschillen	23
3. Dagelijkse consumptie van 100% puur fruit- of groentesap	24
3.1. Prevalentie voor België	24
3.2. Demografische verschillen.....	24
3.3. Socio-economische verschillen	25
4. Consumptie van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten	26
4.1. Prevalentie voor België	26
4.2. Demografische verschillen.....	26
4.3. Socio-economische verschillen	27
5. Dagelijkse consumptie van gesuikerde frisdranken.....	28
5.1. Prevalentie voor België	28
5.2. Evolutie.....	28
5.3. Demografische verschillen.....	29
5.4. Socio-economische verschillen	30
6. Dagelijkse consumptie van zoete of zoute versnaperingen	32
6.1. Prevalentie voor België	32
6.2. Evolutie.....	32
6.3. Demografische verschillen.....	32
6.4. Socio-economische verschillen	33
7. Dagelijkse consumptie van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten	34
7.1. Prevalentie voor België	34
7.2. Evolutie.....	34
7.3. Demografische verschillen.....	34
7.4. Socio-economische verschillen	36
8. Consumptie van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water.....	36
8.1. Prevalentie voor België	36
8.2. Evolutie.....	36
8.3. Demografische verschillen.....	37

8.4. Socio-economische verschillen	38
9. Dagelijkse consumptie van een ontbijt.....	39
9.1. Prevalentie voor België	39
9.2. Evolutie.....	39
9.3. Demografische verschillen.....	39
9.4. Socio-economische verschillen	41
10. Voedselallergie of -intolerantie.....	41
10.1. Prevalentie voor België	41
10.2. Demografische verschillen.....	43
10.3. Socio-economische verschillen	45
11. Samenvattende tabellen	46
BESPREKING EN CONCLUSIE.....	50
REFERENTIES	53
LIJST VAN TABELLEN	55
BIJLAGE.....	142

SAMENVATTING



Het is alom geweten dat er een sterk verband is tussen voeding en gezondheid. Zo zou één op twee van alle cardiometabole doden te wijten zijn aan slechte voedingsgewoonten en is het eten van voldoende fruit en groenten (5 porties) dan weer geassocieerd met een lager risico op sterfte. In de gezondheidsenquête 2018 wordt door middel van een korte voedselrequentievragenlijst de frequentie van de consumptie van bepaalde aanbevolen of afgeraden voedingsmiddelen en het eten van een ontbijt nagegaan. Doorheen de enquêtejaren zijn deze vragen vaak aangepast, waardoor een vergelijking met voorgaande jaren vaak niet mogelijk is.

- In België eet 57,2% van de bevolking dagelijks fruit, een percentage dat sinds 2013 niet is verbeterd. Vanaf de leeftijd van 6 jaar worden dagelijks minstens 2 porties fruit aanbevolen, maar slechts één op drie (32,7%) personen van 6 jaar en ouder eet deze aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH). De bevolkingsgroepen die hier het best scoren zijn de vrouwen, de ouderen, de hoogst opgeleiden en zowel de inwoners van het Vlaams als het Brussels Gewest.
- Er wordt in België dagelijks meer groenten (75,8%) dan fruit gegeten. Ook dit percentage is sinds 2013 niet veranderd. Zoals voor fruit, worden vanaf de leeftijd van 6 jaar dagelijks minstens 2 porties groenten aanbevolen. Van de bevolking van 6 jaar en ouder eet 38,0% de ADH groenten. De bevolkingsgroepen die het beter doen, liggen in dezelfde lijn als voor fruit, behalve dat er voor de ADH groenten geen verschillen op niveau van de gewesten zijn.
- Dagelijks drinkt 12,6% van de bevolking 100% puur fruit- of groentesap. Het zijn vooral kinderen die dit drinken, alsook de inwoners van het Brussels en het Waals Gewest.
- In totaal zou men minstens 5 porties fruit en groenten per dag moeten eten (waarbij het dagelijks drinken van fruit- of groentesap als één portie telt). Slechts 12,7% van de bevolking van 6 jaar en ouder haalt deze aanbeveling. Zoals te verwachten uit de vorige resultaten doen vrouwen, ouderen en de hoogst opgeleiden het op dit gebied beter. Daarnaast scoren de Brusselaars en de Walen beter dan de Vlamingen.
- Een vijfde (20,4%) van de bevolking drinkt dagelijks gesuikerde frisdranken. Het goeie nieuws is dat dit percentage sinds 2013 (25,5%) significant gedaald is en dat slechts 4,1% dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinkt. Vrouwen, de hoogst opgeleiden en Brusselaars consumeren beduidend minder gesuikerde frisdranken, jongvolwassenen drinken dit het vaakst (bijna 30% in de leeftijdsgroep van 15-34 jaar en zo'n 7% dagelijks minstens 1 liter).
- Zoete en zoute versnaperingen worden in België door 38,3% van de bevolking dagelijks geconsumeerd. Ook hier wordt wel een positieve evolutie vastgesteld, nl. een daling van de prevalentie t.o.v. 2013 (41,6%). Alleen in het Vlaams Gewest is deze prevalentie niet gedaald. Kinderen (48,9%) eten het vaakst dagelijks deze versnaperingen. Ook al komen de hoger opgeleiden er beter uit wat de consumptie van fruit en groenten betreft, het zijn ook zij die dagelijks vaker grijpen naar een zoete of zoute versnapering. Ook voor deze eetgewoonte komen de inwoners van het Brussels Gewest er het best uit.
- Bijna twee derde (62,4%) van de bevolking consumeert dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten. Deze prevalentie is significant lager dan in 2013 (64,9%). Alleen in het Vlaams Gewest is deze prevalentie niet gedaald. Vrouwen, kinderen en de hoogst opgeleiden consumeren het vaakst deze producten. In het Vlaams Gewest wordt dit vaker geconsumeerd dan in het Waals Gewest, er zijn geen significante verschillen met het Brussels Gewest.
- Slechts een derde (34,3%) van de bevolking van 6 jaar en ouder drinkt de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water, nl. minstens 1 liter. Ook dit is sinds 2013 (30,0%) positief geëvolueerd (behalve in Brussel waar de prevalentie stabiel is gebleven). Dit percentage is het laagst bij kinderen van 6-14 jaar (14,8%) en het hoogst in de leeftijdsgroep van 25-34 jaar (46,3%). Inwoners van het Brussels Gewest komen er weer het best uit wat het behalen van deze norm betreft, het Vlaams Gewest het slechtst.
- Iets meer dan drie op vier (77,2%) Belgen heeft de goede gewoonte om dagelijks te ontbijten. Sinds 2001 (78,7%) wordt er wel een lichte, maar significante daling van deze prevalentie vastgesteld.

Vrouwen ontbijten vaker dan mannen. Dagelijks ontbijten is bij kinderen van 0-14 jaar eerder de norm, maar in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar ontbijt nog amper twee op drie van de jongvolwassenen, daarna neemt de prevalentie wel terug toe en ontbijt 95,2% van de 75-plussers dagelijks. Ook voor deze gewoonte komen de hoogst opgeleiden er als de beste uit. Inwoners van het Vlaams Gewest ontbijten dan weer vaker dan die van het Brussels en het Waals Gewest.

Voor het eerst werd het onderwerp 'Voedselallergie en –intolerantie' in de gezondheidsenquête opgenomen. De inname van een bepaalde stof in een voedingsmiddel kan bij gevoelige personen een allergische reactie veroorzaken op de huid, in het spijsverteringskanaal of in de luchtwegen.

- In België geeft bijna één op de tien (9,0%) mensen aan een voedselallergie of –intolerantie te hebben.
- Een voedselallergie komt vaker voor bij vrouwen, in de leeftijdsgroep van 25-54 jaar, bij de hoogst opgeleiden en bij inwoners van Brussel en Wallonië.
- De top 3 van de meest voorkomende voedselallergieën – of intoleranties (buiten 'andere'): 1) lactose, 2) schaaldieren en 3) gluten.
- Bij 5,2% van de bevolking werd de voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter, dat is dus bij 57,8% van de mensen die een voedselallergie- of intolerantie melden, met dezelfde socio-demografische verschillen voor zelfgerapporteerde allergie.

De resultaten van de gezondheidsenquête 2018 tonen aan dat onze voedingsgewoonten zeker niet optimaal zijn. Bovendien zijn de prevalentiecijfers m.b.t. de consumptie van fruit en groenten sinds 2013 niet verbeterd en zijn die van de consumptie van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten en het dagelijks ontbijten eerder gedaald. Er is wel een positieve evolutie (daling) voor wat de consumptie van gesuikerde frisdranken en zoete en zoute versnaperingen betreft. Over het algemeen kan worden gesteld dat vrouwen, ouderen, hoogopgeleiden en de inwoners van het Brussels Gewest de beste voedingsgewoonten hebben.

Met verbeteringen in het voedingspatroon is veel gezondheidswinst te bereiken, maar zonder interventies mag men niet verwachten dat we in de toekomst gezonder gaan eten. Vooral jongeren en personen met een lagere socio-economische status zijn de grootste doelgroepen voor wat het aanpakken van ongezonde voedingsgewoonten betreft. Niet alleen zijn aanhoudende promotiecampagnes betreffende gezonde voeding en levensstijl nodig, maar ook concrete richtlijnen voor de voedingsindustrie.

Een niet te onderschatten percentage van de bevolking geeft aan een voedselallergie- of intolerantie te hebben. Er bestaan momenteel nog geen behandelingen om dit te genezen. Tot nu toe is de enige manier om dit te voorkomen het desbetreffende voedingsmiddel te mijden. Daarom is het toch belangrijk dat de voedselallergie of -intolerantie medisch wordt vastgesteld.

AFKORTING



HIS	Health Interview Survey, vertaald gezondheidsenquête
FOD	Federale Overheidsdienst
EU	Europese Unie
VCP	Voedselconsumptiepeiling
EHIS	Europese gezondheidsenquête
EFSA	European Food Safety Authority
NHANES	National Health and Nutrition Examination Survey (Verenigde Staten)
WGO	Wereldgezondheidsorganisatie
ADH	Aanbevolen dagelijkse hoeveelheid

INLEIDING



Het is alom geweten dat er een sterk verband is tussen voeding en gezondheid. Dit werd recent nogmaals aangetoond door een Amerikaanse studie. In deze studie werd het effect van 10 voedingsmiddelen (fruit, groenten, noten/zaden, volkoren, onbewerkt rood vlees, bewerkt vlees, gesuikerde frisdranken, poly-onverzadigde vetzuren, zeevruchten omega-3-vetzuren en zout) die geassocieerd zijn met cardiometabole aandoeningen (hartziekten, beroertes en diabetes type 2) nagegaan. Hieruit bleek dat in 2012 bijna 1 op 2 (45,4%) van alle cardiometabole doden te wijten waren aan slechte voedingsgewoonten. Indien er meer groenten en fruit en minder vetten en gezouten producten zouden worden gegeten, dan zouden jaarlijks tienduizenden levens gespaard worden (1). Een Zweedse studie ondersteunt dan weer de theorie dat een hogere consumptie van fruit en groenten geassocieerd is met een lager risico op sterfte, met een drempelwaarde van 5 porties (bij meer porties is er geen vermindering van het risico meer). Dit toont aan dat de aanbeveling van 5-per-dag optimaal is (2-4).

Toch blijkt het een opgave te zijn om ongezonde voedingsgewoonten te laten. Uit de gezondheidsenquête (HIS) 2013 komt naar voor dat slechts 12% van de Belgische bevolking (6 jaar en ouder) dagelijks 5 porties fruit en groenten eet. In 2014 werd voor de tweede keer in België een nationale Voedselconsumptiepeiling (VCP) georganiseerd, ook door Sciensano uitgevoerd. Deze VCP brengt op een zeer gedetailleerde wijze de voedingsgewoonten in kaart. Volgens de VCP 2014 consumeert amper 9% van de Belgen voldoende fruit. Gemiddeld eten de mensen slechts één stuk fruit per dag, wat te weinig is. Ook eet de Belg te weinig groenten. Het gemiddelde bedraagt 145 gram per dag, wat onder de aanbevolen hoeveelheid van 300 gram ligt. Er is dus nog werk aan de winkel!

In de HIS 2018 wordt door middel van een beperkte voedselfrequentievragenlijst de consumptie van een aantal aanbevolen of afgeraden voedingsmiddelen nagegaan: fruit, groenten, 100% puur fruit- of groentesap, gesuikerde frisdranken, zoete of zoute versnaperingen en melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten. Voor wat betreft fruit, groenten en gesuikerde frisdranken wordt ook nog een extra vraag m.b.t. de hoeveelheid gesteld. De gunstige gevolgen van de consumptie van fruit en groenten zijn gekend. Daarbij zou de consumptie van fruit en groenten op oudere leeftijd depressie, cognitieve achteruitgang, (mobiliteits)beperkingen, oogziekten, zoals cataract en macula degeneratie, helpen voorkomen, terwijl het een positieve invloed heeft op de spierkracht en de botmineralisatie (5;6). Daarnaast is het vanuit gezondheidsstandpunt wenselijk om het gebruik van frisdranken te beperken, daar het gaat om gesuikerde koolzuurhoudende dranken met zeer lage voedingswaarde. De consumptie van gesuikerde frisdranken is duidelijk geassocieerd met overgewicht/obesitas en met een toenemend risico op gezondheidsproblemen, zoals diabetes (7;8), maar ook met tandproblemen (9). Dit geldt ook voor zoete en zoute versnaperingen.

Melkproducten, of calciumverrijkte plantaardige producten, zijn dan weer de belangrijkste bron van calcium waardoor osteoporose kan worden voorkomen. Deze producten maken deel uit van een evenwichtige voeding en moeten vanaf de kinderjaren al worden aangemoedigd (10). De dagelijkse consumptie van water werd opnieuw bevraagd in de HIS 2018. Water is essentieel voor allerlei orgaanfuncties en voor de thermoregulatie. Om deze balans in evenwicht te houden, hebben volwassenen nood aan 2-3 liter water per dag, wat deels (ongeveer 1-1,5 liter) via voedingsmiddelen wordt opgenomen. Daar bovenop is er dus 1-1,5 liter nodig via energiearme dranken, zoals mineraalwater, koffie, thee en light frisdranken, met water als topfavoriet (11). Tot slot wordt ook nog gevraagd naar de frequentie van het eten van een ontbijt. Het ontbijt is een belangrijke maaltijd, dewelke de energievoorraad weer aanvult om gedurende de voormiddag een maximaal prestatievermogen te garanderen en appelflauwtes, en dus het grijpen naar ongezonde tussendoortjes, tegen te gaan (12). Mensen die regelmatig het ontbijt overslaan, hebben waarschijnlijk in het algemeen een ongezonde levensstijl. Het proactief veranderen van deze slechte gewoonte kan het risico op het ontwikkelen van hartaandoeningen verkleinen (13).

Voedselallergie en –intolerantie is een nieuw onderwerp in de HIS 2018. De FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu omschrijft een voedselallergie als een abnormale reactie van het immuunsysteem op een bepaalde stof in een voedingsmiddel. De inname van deze stof kan bij gevoelige personen een allergische reactie veroorzaken op de huid, in het spijsverteringskanaal of in de luchtwegen. Een voedselintolerantie heeft, in tegenstelling tot een allergie, geen oorsprong in het immuunsysteem. Meer informatie hierover kan worden teruggevonden op hun website¹. Meer dan 170 voedingsmiddelen veroorzaken allergische reacties. Acht voedselallergenen – melk (lactose), eieren, pindanoten (aardnoten), andere noten, glutenbevattende granen, soja, vis en schaaldieren – zijn verantwoordelijk voor de meest ernstige allergische reacties. Allergie voor sesam is een opkomende zorg. Voedselallergieën kunnen op elke leeftijd voorkomen, maar toch vaker bij zuigelingen en jonge kinderen (14;15). Kinderen kunnen sommige allergieën (lactose, eiwitten, gluten en soja) ontgroeien, maar het lijkt erop dat dit langzamer gebeurt dan in voorgaande decennia, met als gevolg dat veel kinderen nog allergisch zijn na de leeftijd van 5 jaar. Allergieën voor pindanoten, andere noten, vis en schaaldieren blijven meestal levenslang (16). Prevalentiecijfers voor volwassenen in België komen van de VCP 2004: 8% van de bevolking van 15 jaar en ouder gaven aan last te hebben gehad van een voedselallergie of een voedselintolerantie. De HIS 2018 zal gegevens van voedselallergie en –intolerantie voor de totale bevolking kunnen leveren, waarbij een onderscheid tussen kinderen en volwassenen gemaakt kan worden. Aangezien de percepties van voedselallergieën vaak groter zijn dan die van echte voedselallergieën (17), wordt in de HIS 2018 ook gevraagd of de desbetreffende allergie werd vastgesteld door een dokter.

¹ <https://www.health.belgium.be/nl/voeding/voedselveiligheid/voedingsallergien-intoleranties/wat-een-voedingsallergie-intolerantie>

VRAGEN

Reeds vanaf de eerste HIS in 1997, zijn er vragen m.b.t. voedingsgewoonten in de mondelinge vragenlijst opgenomen, dewelke aan iedereen (dus van jong tot oud) worden gesteld. Proxies mogen deze vragen beantwoorden. Doorheen de enquêtejaren is de inhoud vaak aangepast, waardoor vergelijking met andere enquêtejaren niet altijd mogelijk is. Alleen wanneer de vragen consistent zijn, zullen de resultaten vergeleken worden voor die desbetreffende enquêtejaren.

De vier vragen m.b.t. de consumptie van fruit en groenten, alsook de vraag m.b.t. de consumptie van gesuikerde frisdranken, zijn sinds 2013 door Eurostat opgelegd in het kader van EHIS. De andere voedselrequentievragen, alsook de vraag m.b.t. de waterconsumptie, werden toegevoegd op vraag van de opdrachtgevers die deze informatie zullen gebruiken om hun gezondheidsdoelstellingen te evalueren. Ten slotte zijn er voor de eerste keer vragen m.b.t. voedselallergie of –intolerantie in de HIS opgenomen. Zo is bv. EFSA geïnteresseerd in deze informatie. Er zijn drie vragen over dit onderwerp in de vragenlijst opgenomen. Deze vragen zijn gebaseerd op drie vragen van EFSA, maar aangezien deze vragen niet verplicht zijn, werden ze lichtjes aangepast (o.a. baserend op NHANES).

Vragen gebruikt in de gezondheidsenquête 2018

De volgende voedselrequentievragenlijst werd aan de respondenten gesteld:

- Hoe vaak eet u fruit, uitgezonderd sap geperst uit vers fruit of bereid van concentraat? (NH.01)
- Hoe vaak eet u groenten of salade, uitgezonderd aardappelen en vers sap of sap bereid van concentraat? (NH.03)
- Hoe vaak drinkt u 100% puur fruit- of groentesap, uitgezonderd sap bereid van concentraat en gesuikerde sappen? (NH.05)
- Hoe vaak drinkt u gesuikerde frisdranken, zoals limonade, cola of ijsthee? Opgelet: 'light', 'diet', 'zero' of artificieel gesuikerde frisdranken behoren niet tot de gesuikerde frisdranken? (NH.06)
- Hoe vaak eet u zoete of zoute versnaperingen zoals snoep, chocolade, gebak, koekjes, roomijs, chips,...? (NH.08)
- Hoe vaak eet of drinkt u melkproducten zoals melk, yoghurt, karnemelk of kaas, of calciumverrijkte plantaardige producten zoals sojamelk? (NH.09)

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

Indien voor de vragen met betrekking tot de consumptie van fruit (NH.01) en groenten (NH.03) de antwoordcategorie '1 of meer keer per dag' wordt aangegeven, dan wordt ook gepolst naar de hoeveelheid die geconsumeerd wordt (open vragen):

- Hoeveel porties fruit, eender welk, eet u dan elke dag? (NH.02)
- Hoeveel porties groenten of salade, uitgezonderd sap en aardappelen, eet u dan elke dag? (NH.04)

Bij deze twee vragen wordt telkens gebruik gemaakt van een antwoordkaart die aan de respondent wordt voorgelegd en waarop verschillende voorbeelden staan (met foto) die aangeven waarmee één portie fruit of

groenten overeenkomt (zie bijlage 'Kaart N°13' en 'Kaart N°14'). Dit met de bedoeling om het inschatten van de hoeveelheid fruit of groenten voor de respondent te vergemakkelijken. Omdat deze kaarten verschillen van die van de HIS 2013 wordt er geen vergelijking gemaakt.

Ook wanneer op de vraag met betrekking tot de consumptie van gesuikerde frisdranken (NH.05) '1 of meer keer per dag' wordt geantwoord, wordt er nagegaan hoeveel ervan wordt geconsumeerd:

- Hoeveel gesuikerde frisdranken drinkt u gemiddeld op zo'n dag? (NH.07), met als antwoordcategorieën: Minder dan 1 liter / Ongeveer 1 liter / Meer dan 1 liter

Daarnaast wordt er ook gepeild naar de hoeveelheid water dat dagelijks geconsumeerd wordt (open vraag) en de frequentie waarmee een ontbijt wordt genuttigd:

- Hoeveel glazen water (150 ml) drinkt u per dag? (NH.10)
- Hoe vaak eet u een ontbijt? (NH.11), met als antwoordcategorieën: Elke dag / 5 tot 6 keer per week / 2 tot 4 keer per week / 1 keer per week / 1 tot 3 keer per maand / Bijna nooit tot nooit

Tot slot, de vragen m.b.t. het nieuwe onderwerp 'voedselallergie of –intolerantie':

- Hebt u een voedselallergie of –intolerantie? (NH.12) (Ja/Nee)

Indien bevestigend op de vraag wordt geantwoord, dan volgen er bijkomende vragen:

- Voor welk voedingsmiddel bent u allergisch of intolerant? (NH.13)
(Meer dan één antwoord mogelijk)
 01. Melk (lactose)
 02. Pindanoten (aardnoten)
 03. Andere noten
 04. Schaaldieren
 05. Soja
 06. Glutenbevattende granen
 07. Eieren
 08. Vis
 09. Ander, omschrijf

Voor elk voedingsmiddel dat werd aangeduid, wordt ook nog volgende vraag gesteld:

- Werd deze melkallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.01)
- Werd deze pinda-allergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.02)
- Werd deze notenallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.03)
- Werd deze allergie of intolerantie voor schaaldieren vastgesteld door een dokter? (NH.14.04)
- Werd deze soja-allergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.05)
- Werd deze glutenallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.06)
- Werd deze allergie of intolerantie voor eieren vastgesteld door een dokter? (NH.14.07)
- Werd deze visallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.08)
- Werd deze andere allergie of intolerantie vastgesteld door een dokter? (NH.14.09)

INDICATOREN

Aan de hand van volgende indicatoren wordt aangegeven welk percentage van de bevolking de aanbevolen frequentie van een bepaald voedingsmiddel en maaltijd haalt. Ze zijn steeds van toepassing op de totale bevolking. Per voedingsmiddel worden twee indicatoren berekend, met name één die de verdeling van de frequentie van het gebruik van een voedingsmiddel (5 categorieën, 6 in geval van ontbijt) weergeeft en een tweede die het percentage van de bevolking dat het dagelijks gebruik van het voedingsmiddel (een gedichotomiseerde versie van het eerste type) weergeeft. Per voedingsmiddel zal alleen de tweede indicator worden besproken. De eerste indicator wordt, als bijkomende informatie, alleen in tabelvorm opgenomen:

- NH01_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit
- NH01_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet
- NH03_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten
- NH03_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet
- NH05_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap
- NH05_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt
- NH06_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light")
- NH06_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt
- NH08_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen
- NH08_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet
- NH09_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten
- NH09_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert
- NH11_1** Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt
- NH11_2** Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet

In het kader van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) is het ook belangrijk te weten hoeveel fruit en groenten per dag geconsumeerd worden. De actieve voedingsdriehoek² geeft weer wat dagelijks gegeten moet worden om voldoende voedingsstoffen in te nemen: 2 à 3 stukken fruit en zo'n 300g groenten. De voedingsaanbevelingen van de Hoge Gezondheidsraad 2016³ houdt het eerder op 200g fruit en 200g groenten. Aangezien we in de HIS 2008 hebben ondervonden dat de respondenten het moeilijk vonden om de

² [Hts://www.gezondleven.be/themas/voeding/voedingsdriehoek](https://www.gezondleven.be/themas/voeding/voedingsdriehoek)

³ <https://www.health.belgium.be/nl/advies-9285-voedingsaanbevelingen-voor-belgie-2016>

hoeveelheid groenten in grammen in te schatten, hebben we sinds de HIS 2013 er voor geopteerd deze hoeveelheid in porties te laten uit drukken, en dit met behulp van een antwoordkaart. De slogan “5 a day” betekent dat men in totaal minstens 5 porties fruit en groenten per dag moet eten. Variatie is hierbij belangrijk. Met 5 porties komt men in totaal aan minstens 400g fruit en groenten per dag, de aanbevelingen van de WGO⁴. Deze indicator is een combinatie van het aantal porties fruit en groenten. De dagelijkse consumptie van 100% puur fruit- of groentesap komt ook in aanmerking voor één portie. Deze aanbevelingen (Gezondleven 2014⁵) zijn opgesteld voor iedereen vanaf 6 jaar en ouder.

- NH_1** Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet
- NH_2** Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet
- NH_3** Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet

Daarnaast zijn er ook aanbevelingen voor de ADH water, nl. 1 liter (bovenop wat via andere (best ongesuikerde) dranken en voedsel wordt opgenomen). Frisdranken zijn overbodig en slecht voor de gezondheid. « Drink vooral water » zegt de voedingsdriehoek⁶. Uit suikerrijke dranken zoals frisdrank haalt men niet één nuttige voedingsstof, maar ze zijn wel heel calorierijk. Daarom wordt ook aangeraden om zo weinig mogelijk frisdrank te drinken.

- NH_4** Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter frisdrank (geen “light”) drinkt
- NH10_1** Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (1 liter) drinkt

We eindigen met nieuwe indicatoren in de HIS 2018 die betrekking hebben op voedselallergie of –intolerantie bij de totale bevolking:

- NH12_1** Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of –intolerantie heeft
- NH13XX_1** Percentage van de bevolking dat een ... heeft
 - 01. lactoseallergie of –intolerantie
 - 02. pinda-allergie of –intolerantie
 - 03. notenallergie of –intolerantie
 - 04. allergie of intolerantie voor schaaldieren
 - 05. soja-allergie of –intolerantie
 - 06. glutenallergie of –intolerantie
 - 07. allergie of intolerantie voor eieren
 - 08. visallergie of –intolerantie
 - 09. een andere voedselallergie of –intolerantie

Deze verschillende soorten allergieën of intoleranties worden niet in tabelvorm weergegeven omdat sommige prevalentiecijfers vrij laag zijn, maar zullen wel in de tekst besproken worden.

⁴ <https://www.nice-info.be/nl/nieuws?articleID=240>

⁵ <https://www.gezondleven.be/files/voeding/2014-04-overzichtstabel-aanbevelingen-voeding-per-leeftijdsgroep.pdf>

⁶ <https://www.gezondleven.be/themas/voeding/voedingsdriehoek>

Bij de volgende indicatoren wordt er gerefereerd naar de allergieën in de vorige indicatoren:

NH14XX_1 Percentage van de bevolking met een allergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter

Omwille van lage prevalenties zullen deze indicatoren ook niet in tabelvorm weergegeven worden en individueel besproken worden, maar hier vanuit wordt wel de volgende indicator aangemaakt:

NH14_1 Percentage van de bevolking met een allergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter

RESULTATEN



1. Dagelijkse consumptie van fruit

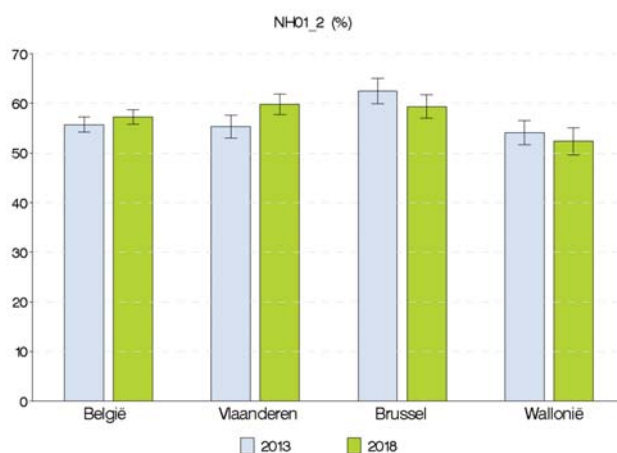
1.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Van de totale bevolking geeft 57,2% aan dagelijks fruit te eten. Slechts een derde (32,7%) van de bevolking van 6 jaar en ouder beantwoordt aan de aanbevelingen minstens 2 porties fruit per dag te eten, de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH).

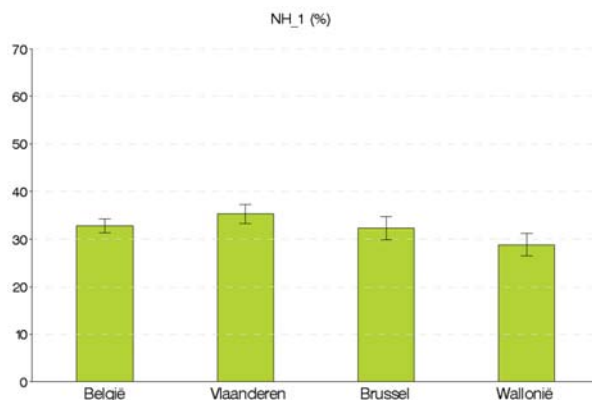
Regionale verschillen

In het Waals Gewest geeft 52,3% van de bevolking aan dagelijks fruit te eten. Dit percentage is significant lager dan in het Vlaams (59,8%) en het Brussels Gewest (59,3%) (Figuur 1). Ook het percentage m.b.t. de ADH fruit is significant lager in het Waals Gewest dan in het Vlaams en het Brussels Gewest (respectievelijk 28,9%, 35,2% en 32,2%) (Figuur 2).

Figuur 1 | Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018



Figuur 2 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



1.2. EVOLUTIE

Het percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet is hoger in 2018 (57,2%) dan in 2013 (55,7%), maar dit verschil is niet significant na correctie voor leeftijd en geslacht (Figuur 1).

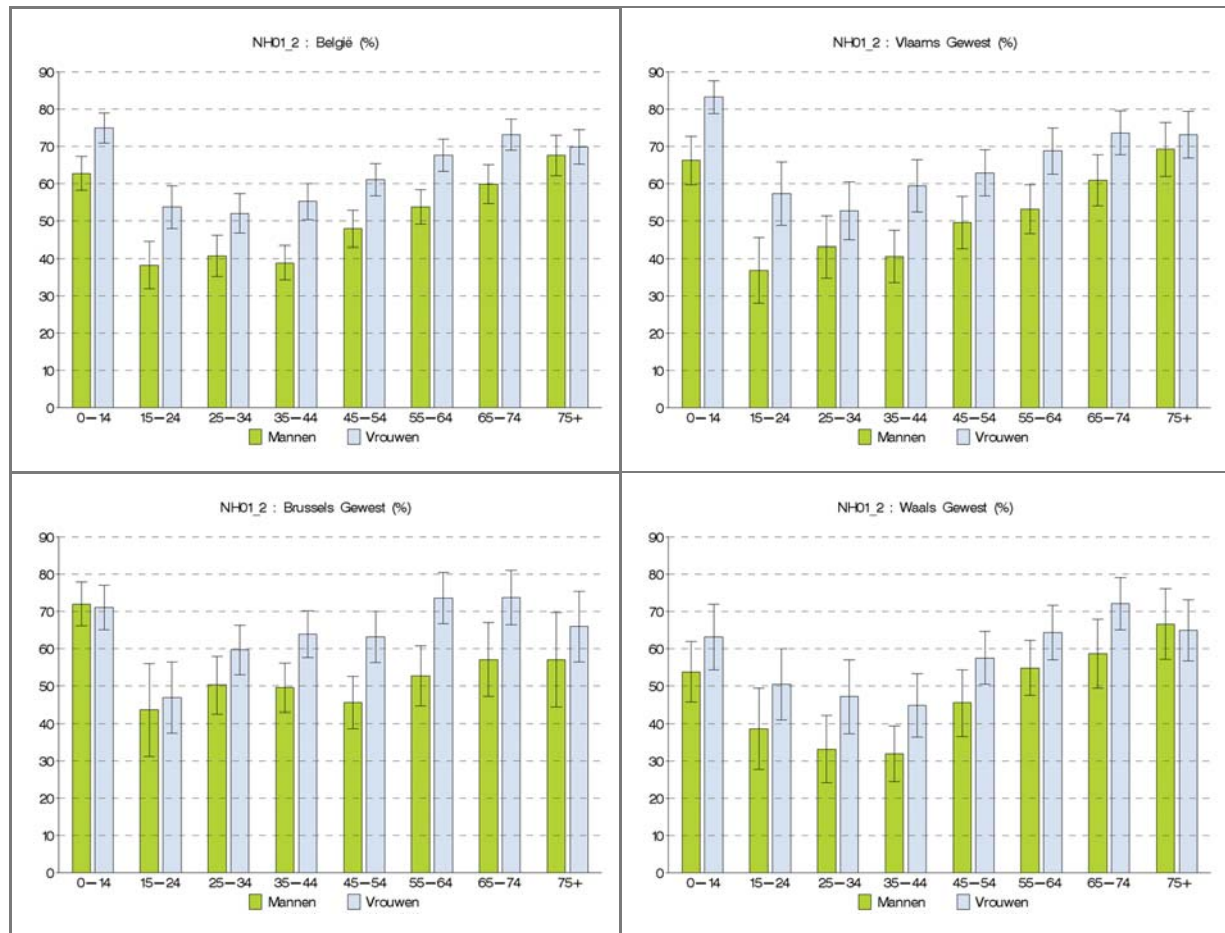
Regionale verschillen

Ook volgens de gewesten zijn er geen significante verschillen tussen 2013 en 2018 (Figuur 1).

1.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

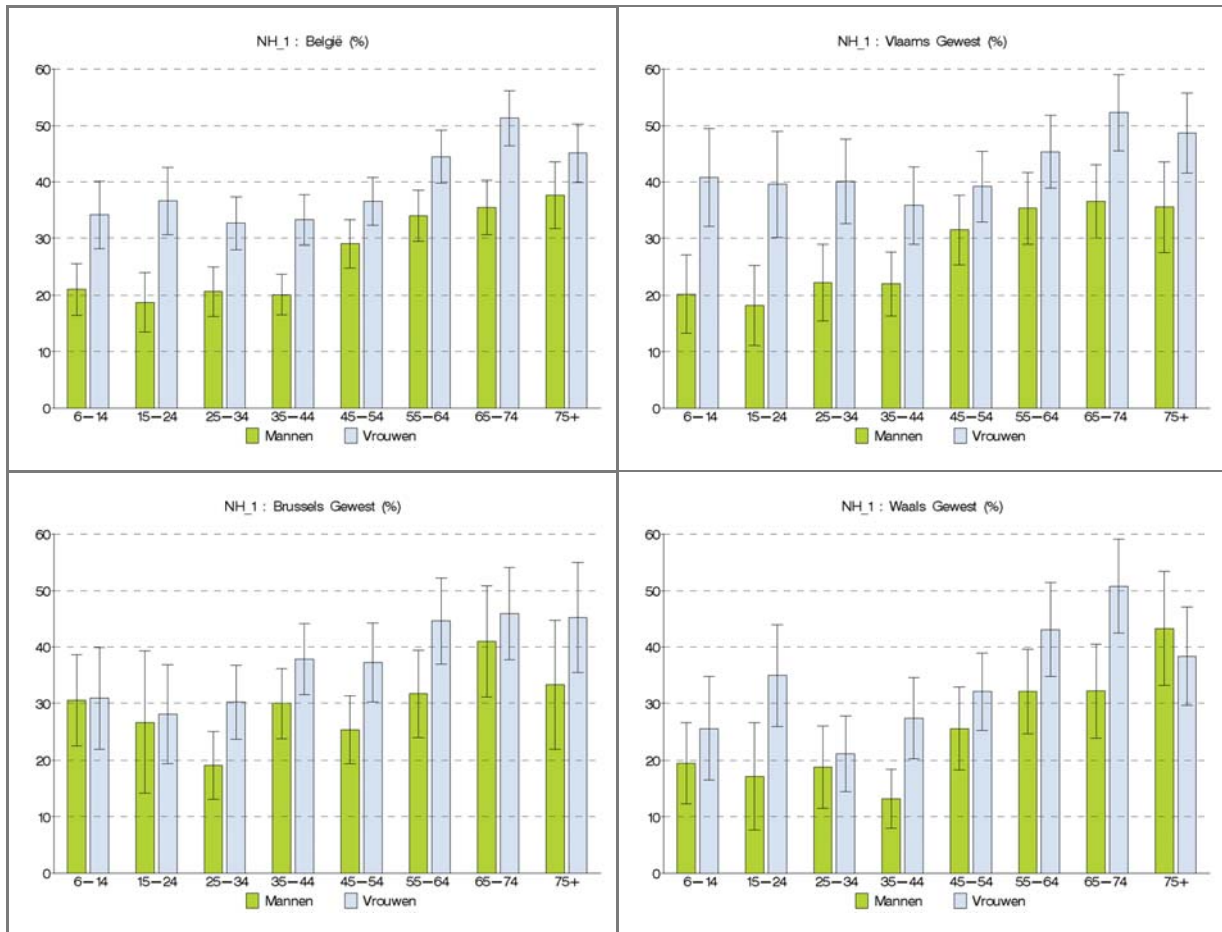
Het percentage vrouwen (63,7%) dat dagelijks fruit eet is significant hoger dan het percentage mannen (50,6%). De leeftijdsverdeling van het dagelijks fruit eten volgt een U-curve, d.w.z. dat de prevalentie bij kinderen (0-14 jaar) bijna het hoogst is (68,6%), om daarna bij de jongvolwassenen (15-24 jaar) significant te dalen (45,8%), daarna neemt de prevalentie geleidelijk aan weer toe naarmate men ouder wordt en is vanaf 65 jaar (66,9% bij de 65-74-jarigen en 69,0% bij de 75-plussers) niet meer significant verschillend van de jongste leeftijdsgroep. In elke leeftijdsgroep geven vrouwen relatief meer dan mannen aan dagelijks fruit te eten en deze verschillen zijn significant behalve bij de 75-plussers (Figuur 3).

Figuur 3 | Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Zo is ook de prevalentie betreffende de ADH fruit significant hoger bij vrouwen (39,0%) dan bij mannen (26,3%). Vanaf de leeftijd van 45 jaar is deze prevalentie significant hoger dan in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (27,2%) met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (43,9%). In elke leeftijdsgroep is de prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen, maar deze verschillen zijn niet significant in de leeftijdsgroepen van 45-54 jaar en 75+ (Figuur 4).

Figuur 4 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

De significante verschillen tussen vrouwen en mannen voor wat betreft het dagelijks eten van fruit worden ook in de drie gewesten vastgesteld (67,0% bij vrouwen en 52,4% bij mannen in het Vlaams Gewest, respectievelijk 64,3% en 54,2% in het Brussels Gewest en 58,0% en 46,4% in het Waals Gewest).

Zowel in het Vlaams als het Brussels Gewest wordt de hoogste prevalentie waargenomen in de leeftijdsgroep van 0-14 jaar (resp. 74,4% en 71,5%) en de laagste prevalentie in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar (resp. 46,9% en 45,3%); daarna neemt de prevalentie weer geleidelijk toe. In het Vlaams Gewest is het verschil met de jongste leeftijdsgroep niet meer significant vanaf 75 jaar, in het Brussels Gewest is dit vanaf 65 jaar. In het Waals Gewest wordt de laagste prevalentie waargenomen in de leeftijdsgroep van 35-44 jaar (38,2%); vanaf 45 jaar is de prevalentie niet meer significant verschillend van de jongste leeftijdsgroep (58,4%).

Zoals voor België, is ook in het Vlaams Gewest de prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen in elke leeftijdsgroep, maar deze verschillen zijn niet significant voor de leeftijdsgroepen van 25-34 jaar en 75+. In het Brussels Gewest wordt ook in elke leeftijdsgroep, behalve in de jongste leeftijdsgroep, een hogere prevalentie bij vrouwen vastgesteld, maar het verschil is alleen maar significant in de leeftijdsgroepen tussen 35-64 jaar. Ook in het Waals Gewest is deze prevalentie in elke leeftijdsgroep, behalve de oudste leeftijdsgroep, hoger bij vrouwen dan bij mannen, maar deze verschillen zijn niet significant. De prevalentie van dagelijks fruit eten is het hoogst bij Vlaamse meisjes van 0-14 jaar (83,2%) (Figuur 3).

Zoals voor België is de prevalentie betreffende de ADH fruit in elk gewest significant hoger bij vrouwen dan bij mannen (42,6% versus 27,6% in het Vlaams, 36,3% versus 28,0% in het Brussels en 33,9% versus 23,6% in het Waals Gewest).

In het Vlaams en het Waals Gewest is deze prevalentie significant hoger vanaf 55 jaar t.o.v. de leeftijdsgroep van 6-14 jaar, met ook de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (resp. 44,9% en 42,1%); in het Brussels Gewest is deze prevalentie alleen significant hoger in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (43,7%) en dus ook de hoogste prevalentie.

Ook wordt in elk gewest in elke leeftijdsgroep een hogere prevalentie bij vrouwen dan bij mannen waargenomen, maar deze verschillen zijn in het Vlaams Gewest niet significant in de leeftijdsgroepen tussen 45-64 jaar en 75+, in het Brussels Gewest zijn deze verschillen niet significant en in het Waals Gewest zijn deze verschillen alleen significant in de leeftijdsgroepen van 35-44 jaar en 65-74 jaar. De prevalentie m.b.t. de ADH fruit is het hoogst (iets meer dan 50%) bij vrouwen van 65-74 jaar in zowel het Vlaams als het Waals Gewest (Figuur 4).

1.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Er kan een duidelijk verband worden vastgesteld tussen het opleidingsniveau en de dagelijkse consumptie van fruit. Van de mensen met een diploma hoger onderwijs geeft 62,0% aan dagelijks fruit te eten. Dit percentage is significant hoger dan bij mensen met een lager opleidingsniveau (51,9% à 52,5%).

Dit geldt ook voor wat de prevalentie van de ADH fruit betreft: een percentage dat significant hoger is bij de hoogst opgeleiden (36,3%) dan bij de lager opgeleiden (24,5% van de laagst opgeleiden eet dagelijks 2 porties fruit).

Regionale verschillen

Ook in de drie gewesten worden dezelfde socio-economische verschillen vastgesteld, nl. een significant hogere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (63,3% in het Vlaams, 64,9% in het Brussels en 58,6% in het Waals Gewest) t.o.v. de drie lagere opleidingscategorieën (bv. resp. 57,3%, 53,4% en 45,6% bij de laagst opgeleiden).

Dit is ook zo voor de prevalentie m.b.t. de ADH fruit in de drie gewesten: een significante hogere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (37,6% in het Vlaams, 37,7% in het Brussels en 33,4% in het Waals Gewest) t.o.v. de drie lagere opleidingscategorieën (bv. resp. 26,8%, 20,0% en 23,5% bij de laagst opgeleiden).

2. Dagelijkse consumptie van groenten

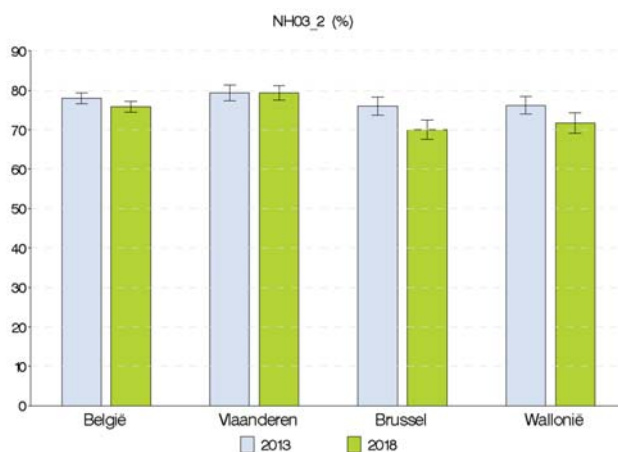
2.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Van de totale bevolking geeft 75,8% aan dagelijks groenten te eten. Iets meer dan een derde (38,0%) van de bevolking van 6 jaar en ouder beantwoordt aan de aanbevelingen minstens 2 porties groenten per dag te eten, de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH).

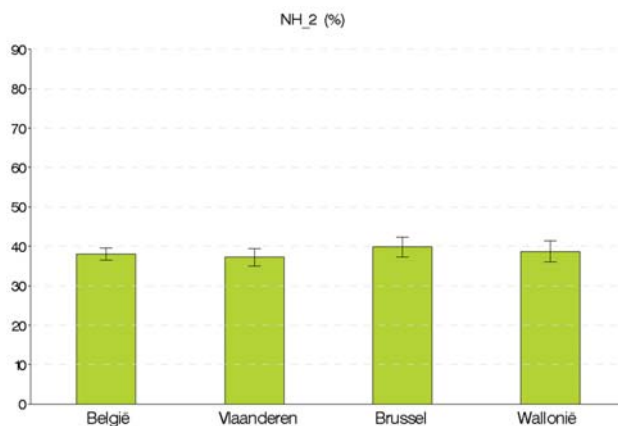
Regionale verschillen

In het Vlaams Gewest geeft 79,3% van de bevolking aan dagelijks groenten te eten. Dit percentage is significant hoger dan in het Brussels (70,0%) en het Waals Gewest (71,7%) (Figuur 5). Voor wat de prevalentie van de ADH groenten betreft, worden er geen significante verschillen vastgesteld (37,2% van de bevolking van 6 jaar en ouder in het Vlaams, 39,8% in het Brussels en 38,7% in het Waals Gewest) (Figuur 6).

Figuur 5 | Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018



Figuur 6 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



2.2. EVOLUTIE

Het percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet is lager in 2018 (75,8%) dan in 2013 (77,9%), maar dit verschil is niet significant na correctie voor leeftijd en geslacht (Figuur 5).

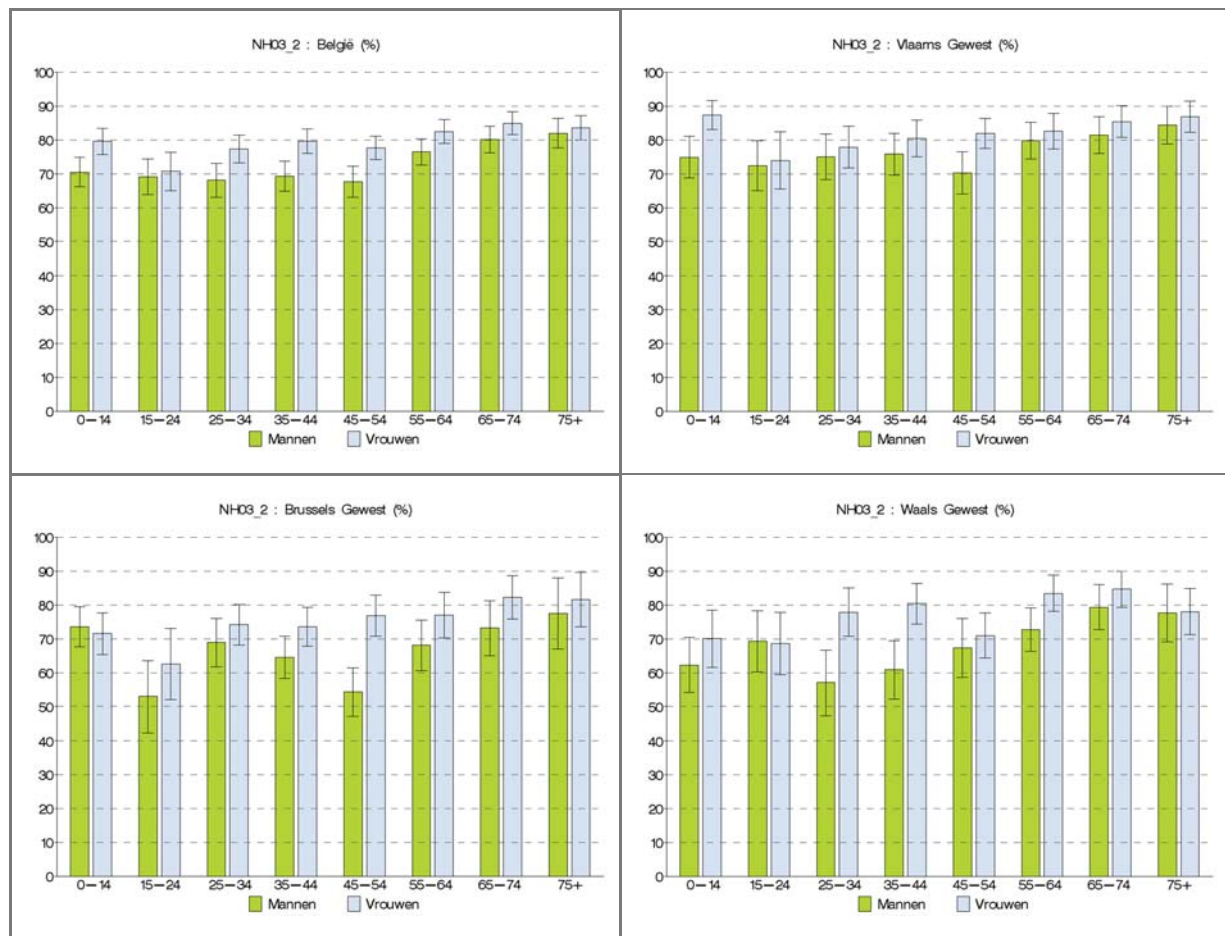
Regionale verschillen

Ook in het Vlaams Gewest worden er geen significante verschillen vastgesteld tussen 2018 en 2013 (79,3% voor beide jaren) voor wat de prevalentie van dagelijks groenten eten betreft. Dit is wel het geval voor de twee andere gewesten. In deze gewesten was de prevalentie in 2013 significant hoger dan in 2018: 75,9% tegenover 70,0% in het Brussels Gewest en 76,2% tegenover 71,7% in het Waals Gewest (Figuur 5).

2.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

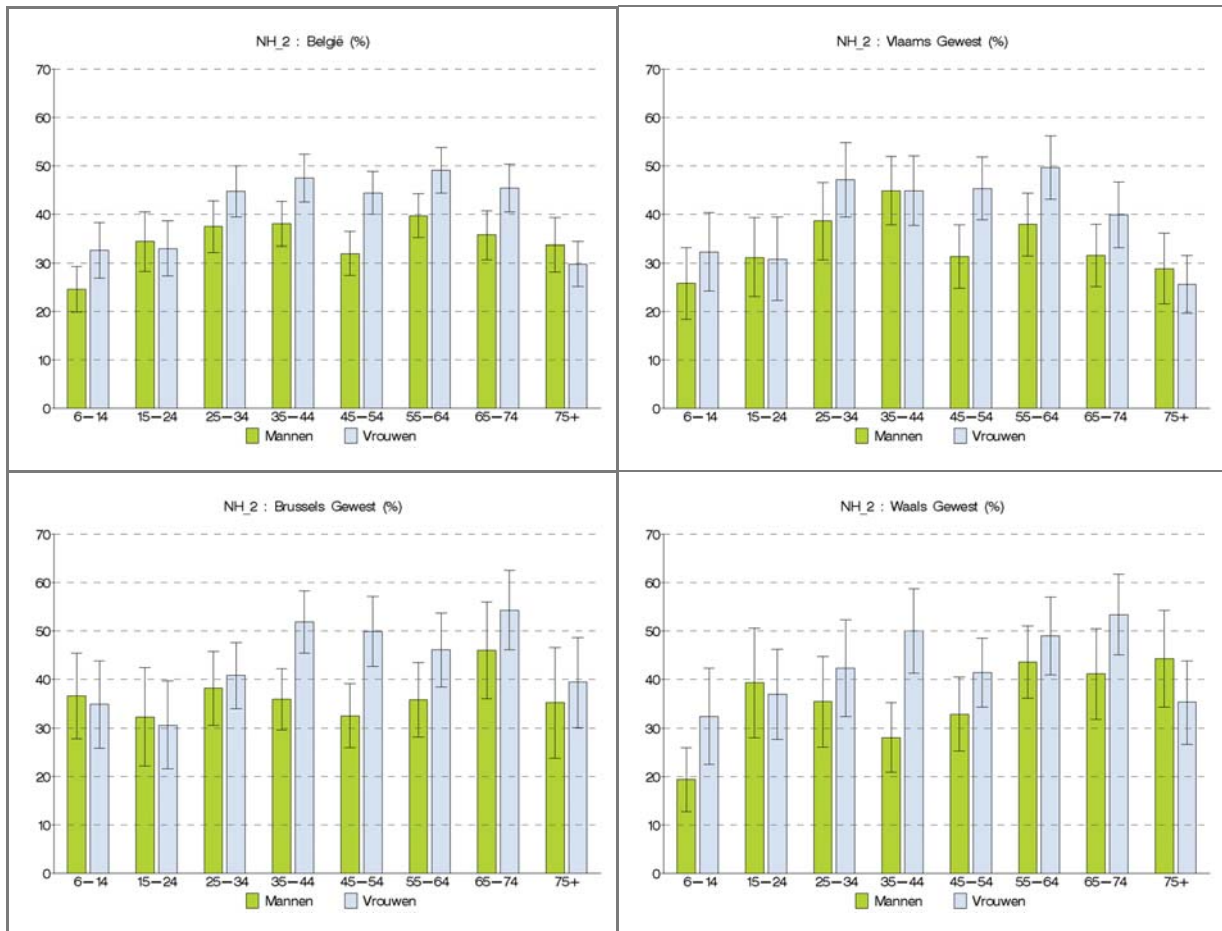
Het percentage vrouwen (79,4%) dat dagelijks groenten eet, is significant hoger dan het percentage mannen (72,0%). Vanaf de leeftijd van 55 jaar is de prevalentie van de dagelijkse consumptie van groenten significant hoger dan in de jongste leeftijdsgroep van 0-14 jaar (74,9%), met de hoogste prevalentie in de oudste leeftijdsgroep (83,0%). In elke leeftijdsgroep geven vrouwen relatief meer dan mannen aan dagelijks groenten te eten en deze verschillen zijn significant voor de leeftijdsgroepen van 0-14 jaar en tussen 25-54 jaar (Figuur 7).

Figuur 7 | Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Zo is ook de prevalentie betreffende de ADH groenten significant hoger bij vrouwen (41,3%) dan bij mannen (34,5%). Vanaf de leeftijd van 25 jaar t.e.m. 74 jaar is deze prevalentie significant hoger dan in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (28,4%) met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 55-64 jaar (44,5%). Behalve in de leeftijdsgroepen van 15-24 jaar en 75+, is in elke leeftijdsgroep de prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen, maar deze verschillen zijn alleen significant in de leeftijdsgroepen tussen 45-64 jaar (Figuur 8).

Figuur 8 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

Het significant verschil tussen vrouwen en mannen voor wat betreft het dagelijks eten van groenten wordt ook in de drie gewesten vastgesteld: 82,4% bij vrouwen en 76,2% bij mannen in het Vlaams Gewest, respectievelijk 74,0% en 65,9% in het Brussels Gewest en 76,3% en 66,8% in het Waals Gewest.

In het Vlaams Gewest wordt er alleen een significant lagere prevalentie t.o.v. de jongste leeftijdsgroep (81,0%) vastgesteld in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar (73,2%), de hoogste prevalentie in de oudste leeftijdsgroep (85,9%), maar dit percentage is dus niet significant verschillend van die van de jongste leeftijdsgroep. In het Brussels Gewest is de prevalentie significant lager in de leeftijdsgroepen van 15-24 jaar (57,9%) en 45-54 jaar (65,2%) t.o.v. de jongste leeftijdsgroep (72,6%); de hoogste prevalentie wordt ook bij de 75-plussers (80,1%) vastgesteld, maar deze prevalentie is ook niet significant verschillend van die van de jongste leeftijdsgroep.

Zoals voor België is in het Waals Gewest de prevalentie significant hoger vanaf 55 jaar, met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (82,2%) t.o.v. de jongste leeftijdsgroep (66,1%).

Zoals voor België is ook in het Vlaams Gewest de prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen in elke leeftijdsgroep, maar deze verschillen zijn alleen significant voor de leeftijdsgroepen van 0-14 jaar en 45-54 jaar. In het Brussels Gewest wordt ook in elke leeftijdsgroep, behalve in de jongste leeftijdsgroep, een hogere prevalentie bij vrouwen vastgesteld, maar het verschil is alleen maar significant in de leeftijdsgroep van 45-54 jaar. Ook in het Waals Gewest is deze prevalentie in elke leeftijdsgroep, behalve in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar, hoger bij vrouwen dan bij mannen, maar deze verschillen zijn alleen significant voor de leeftijdsgroepen tussen 25-44 jaar. De prevalentie van dagelijks groenten eten is het laagst bij Waalse mannen van 15-24 jaar (53,0%) (Figuur 7).

Zoals voor België is de prevalentie betreffende de ADH groenten in elk gewest significant hoger bij vrouwen dan bij mannen: 40,1% versus 34,2% in het Vlaams, 43,4% versus 36,1% in het Brussels en 42,7% versus 34,6% in het Waals Gewest.

In het Vlaams Gewest is deze prevalentie significant hoger in de leeftijdsgroep tussen 25-64 jaar t.o.v. de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (28,9%), met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 35-44 jaar (44,9%). In het Brussels Gewest is de prevalentie significant hoger in de leeftijdsgroepen van 35-44 jaar en 65-74 jaar (hoogste percentage, nl. 50,5%) t.o.v. de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (35,8%). In het Waals Gewest is de prevalentie in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (25,6%) significant lager t.o.v. de andere leeftijdsgroepen, met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (47,7%).

Ook wordt in elk gewest in bijna elke leeftijdsgroep (behalve in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar en 35-44 jaar in het Vlaams Gewest, tussen 6-24 jaar in het Brussels Gewest en 15-24 jaar en 75+ jaar in het Waals Gewest) een hogere prevalentie bij vrouwen dan bij mannen waargenomen (deze verschillen zijn significant voor de leeftijdsgroep van 45-54 jaar in het Vlaams Gewest, de leeftijdsgroepen tussen 35-54 jaar in het Brussels Gewest en de leeftijdsgroep van 35-44 jaar in het Waals Gewest). De prevalentie m.b.t. de ADH groenten is het hoogst bij vrouwen van 65-74 jaar in het Brussels (54,3%) en in het Waals Gewest (53,4%) (Figuur 8).

2.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Er kan een duidelijk verband worden vastgesteld tussen het opleidingsniveau en de dagelijkse consumptie van groenten. Van de mensen met een diploma hoger onderwijs geeft 81,1% aan dagelijks groenten te eten. Dit percentage is significant hoger dan bij mensen met een lager opleidingsniveau (gaande van 72,4% voor mensen met een diploma hoger secundair tot 65,4% voor mensen met een diploma lager of geen diploma).

Dit geldt ook voor wat de prevalentie m.b.t. de ADH groenten betreft: een percentage dat significant hoger is bij de hoogst opgeleiden (46,4%) dan bij de lager opgeleiden (25,2% van de laagst opgeleiden eet dagelijks 2 porties groenten).

Regionale verschillen

Ook in de drie gewesten worden dezelfde socio-economische verschillen vastgesteld, nl. een significant hogere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (84,3% in het Vlaams, 77,0% in het Brussels en 77,0% in het Waals Gewest) t.o.v. de drie lagere opleidingscategorieën (bv. resp. 67,2%, 61,0% en 65,2% bij de laagst opgeleiden).

Dit is ook zo voor de prevalentie m.b.t. de ADH groenten in de drie gewesten: een significante hogere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (45,1% in het Vlaams, 49,5% in het Brussels en 47,6% in het Waals Gewest) t.o.v. de drie lagere opleidingscategorieën (bv. resp. 18,4%, 22,0% en 35,5% bij de laagst opgeleiden).

3. Dagelijkse consumptie van 100% puur fruit- of groentesap

Fruitsappen behoren tot de fruitgroep. Natuurlijk is het eten van vers fruit beter (bevatten meer vezels), maar één van de 2 tot 3 porties fruit mag vervangen worden door fruitsap. Hetzelfde geldt natuurlijk ook voor groentesappen. Fruit- en groentesappen kunnen gezien worden als een aanvulling van de dagelijkse hoeveelheid groenten en fruit.

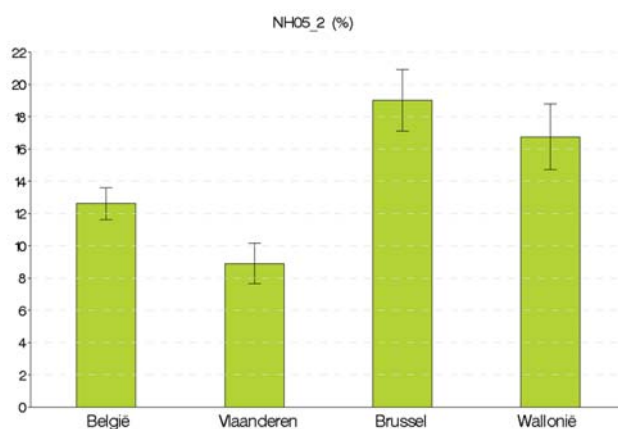
3.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Van de totale bevolking geeft 12,6% aan dagelijks 100% puur fruit- of groentesap te drinken.

Regionale verschillen

In het Brussels (19,0%) en het Waals Gewest (16,8%) drinkt men vaker dagelijks 100% puur fruit- of groentesap dan in het Vlaams Gewest (8,9%). De verschillen tussen het Vlaams Gewest en de twee andere gewesten zijn significant (Figuur 9).

Figuur 9 | Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



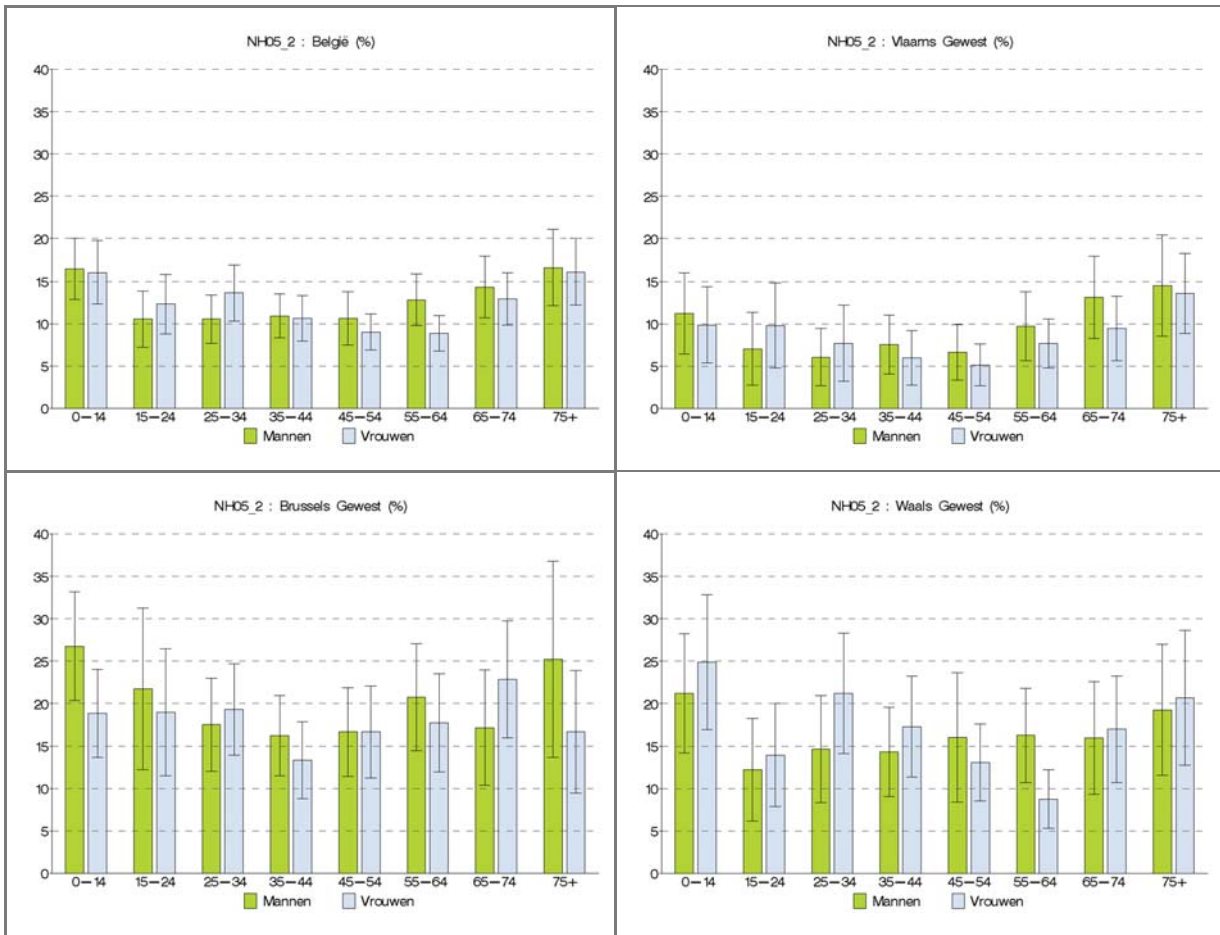
3.2. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

Er is geen significant verschil tussen vrouwen (12,5%) en mannen (12,8%) voor wat de prevalentie van het dagelijks drinken van 100% puur fruit- of groentesap betreft. Dit percentage ligt significant hoger bij kinderen van 0-14 jaar (16,3%) dan bij personen van 15-64 jaar (gaande van 9,8% tot 12,1%) (Figuur 10).

Regionale verschillen

Zoals voor België is er ook in de drie gewesten geen significant verschil tussen de geslachten voor wat het dagelijks drinken van 100% puur fruit- en groentesap betreft (Figuur 10).

Figuur 10 | Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



3.3. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Van de mensen met een diploma hoger onderwijs geeft 13,0% aan dagelijks 100% puur fruit- of groentesap te drinken. Dit percentage is significant hoger dan bij mensen met een diploma lager of geen diploma (9,9%).

Regionale verschillen

In tegenstelling tot België, worden er in het Vlaams en het Brussels Gewest geen verschillen volgens opleidingsniveau waargenomen voor wat de dagelijkse consumptie van 100% puur fruit- of groentesap betreft. In het Waals Gewest ligt de prevalentie ook eerder significant hoger bij de hoogst opgeleiden dan bij de lager opgeleiden.

4. Consumptie van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten

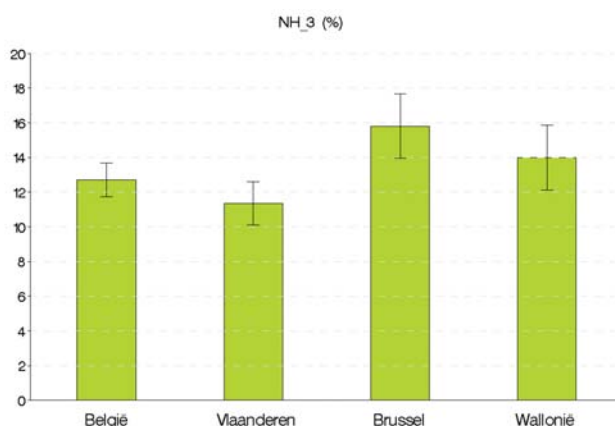
4.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

In België eet slechts 12,7% van de bevolking van 6 jaar en ouder de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) fruit en groenten (minstens 5 porties).

Regionale verschillen

In het Vlaams Gewest eet 11,3% van de bevolking van 6 jaar en ouder de ADH fruit en groenten. Dit percentage is significant lager dan in het Brussels (15,8%) en het Waals Gewest (14,0%) (Figuur 11).

Figuur 11 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



4.2. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

De prevalentie m.b.t. de ADH fruit en groenten (minstens 5 porties) ligt significant hoger bij vrouwen (15,6%) dan bij mannen (9,8%). Dit percentage is het laagst bij kinderen (8,5%) en jongvolwassenen (10,2% à 10,7%), vanaf de leeftijd van 35 jaar neemt dit percentage significant toe met de leeftijd en is het hoogst in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (17,1%). Behalve bij de 75-plussers, is de prevalentie in elke leeftijdsgroep hoger bij vrouwen dan bij mannen en deze verschillen zijn significant in de leeftijdsgroepen tussen 25 en 74 jaar (Figuur 12).

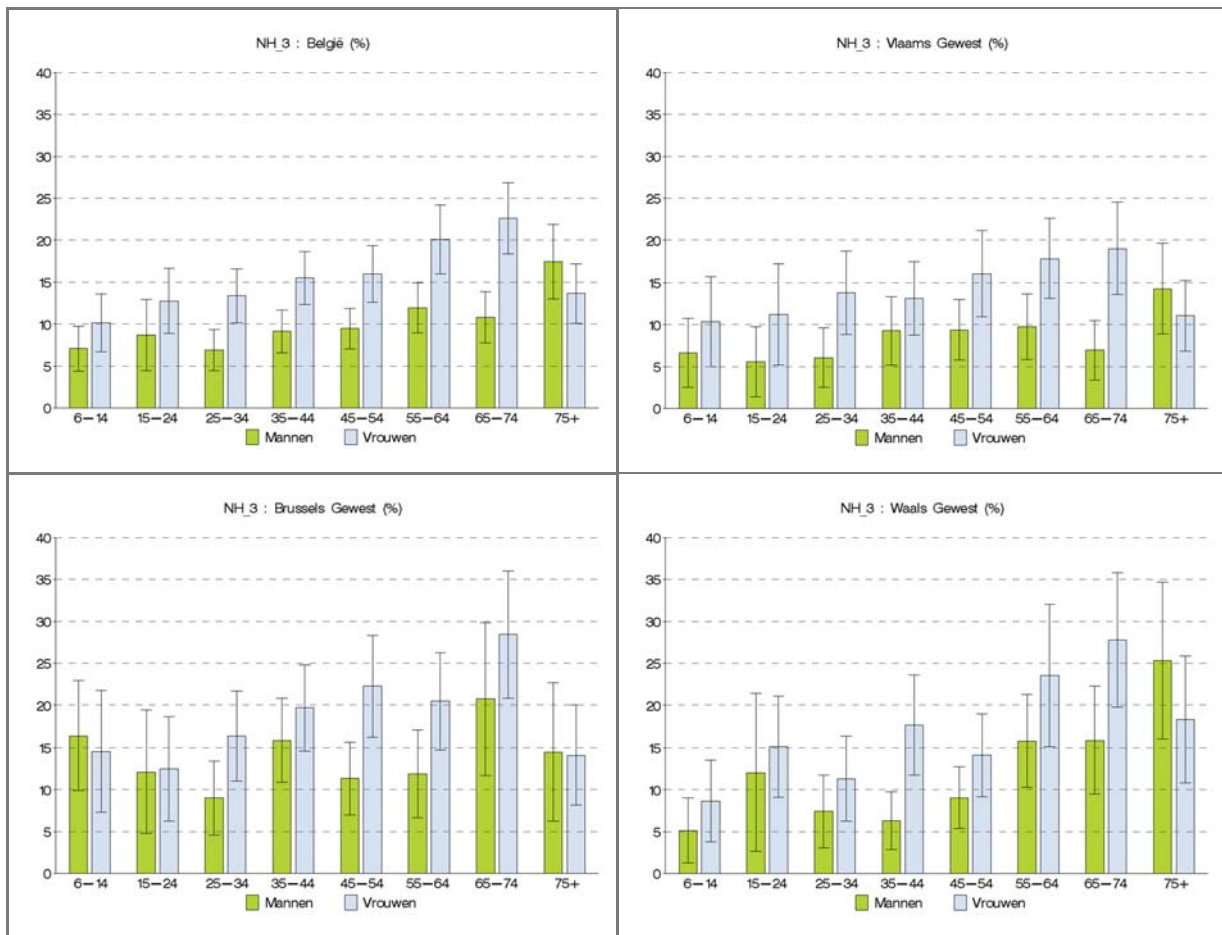
Regionale verschillen

De significante verschillen tussen vrouwen en mannen voor wat betreft de ADH fruit en groenten worden ook in de drie gewesten vastgesteld (14,2% bij vrouwen en 8,4% bij mannen in het Vlaams Gewest, respectievelijk 18,2% en 13,3% in het Brussels Gewest en 16,9% en 10,9% in het Waals Gewest).

In het Vlaams Gewest is de prevalentie alleen in de leeftijdsgroep van 55-64 jaar (13,8%) significant hoger dan in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (8,4%). In het Brussels Gewest is het alleen de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (24,9%) waar de prevalentie significant hoger is dan in de jongste leeftijdsgroep (15,5%). Alleen in het Waals Gewest komt de leeftijdsverdeling het meest overeen met die van België, nl. een significant hogere prevalentie vanaf 35 jaar (hoogste percentage in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar (22,2%)) dan in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (6,8%), maar ook in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar (13,5%) wordt een significant hogere prevalentie vastgesteld.

Zoals voor België, is ook in het Vlaams en het Waals Gewest de prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen in elke leeftijdsgroep (behalve de oudste), maar deze verschillen zijn alleen significant voor de leeftijdsgroep van 65-74 jaar in het Vlaams Gewest en voor de leeftijdsgroep van 35-44 jaar in het Waals Gewest. In het Brussels Gewest is de prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen in de leeftijdsgroepen tussen 15-74 jaar, maar de verschillen zijn alleen significant in de leeftijdsgroep van 45-54 jaar (Figuur 12).

Figuur 12 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



4.3. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Er is een duidelijk verband tussen het opleidingsniveau en de consumptie van de ADH fruit en groenten. Mensen met een diploma hoger onderwijs (16,0%) geven vaker aan dagelijks minstens 5 porties fruit en groenten te eten dan mensen met een lager opleidingsniveau (gaande van 7,5% tot 10,0%) en dit verschil is significant.

Regionale verschillen

Zoals voor België, is het percentage mensen van 6 jaar en ouder dat minstens 5 porties fruit en groenten eet in de drie gewesten significant hoger bij de hoogst opgeleiden (14,5% in het Vlaams Gewest, 20,0% in het Brussels Gewest en 17,3% in het Waals Gewest) dan bij de lager opgeleiden (respectievelijk van 8,4% tot 4,4%, van 12,9% tot 7,1% en van 11,6% tot 10,3%).

5. Dagelijkse consumptie van gesuikerde frisdranken

Gesuikerde frisdranken (geen “light”) zijn in de nieuwe voedingsdriehoek⁷ ondergebracht in een aparte categorie met ongezonde producten en dienen zo veel mogelijk vermeden te worden.

5.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

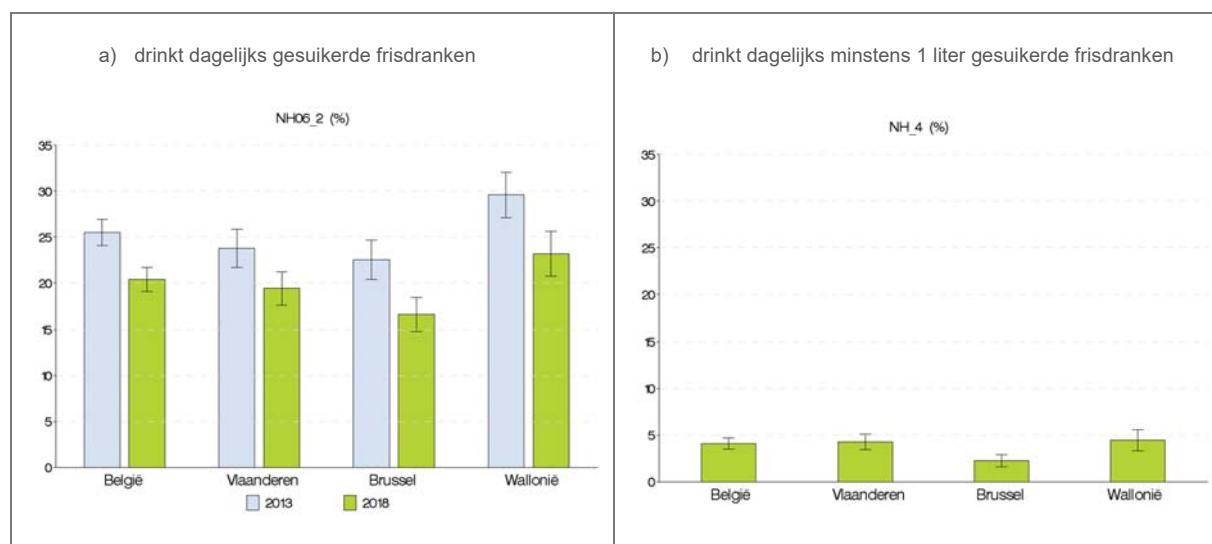
Eén Belg op vijf (20,4%) drinkt dagelijks gesuikerde frisdranken. Eerder positief is dat slechts 4,1% dagelijks minstens 1 liter frisdrank drinkt.

Regionale verschillen

Het percentage mensen dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, ligt significant hoger in het Waals Gewest (23,2%) dan in het Vlaams (19,4%) en het Brussels Gewest (16,6%). Het percentage van het Brussels Gewest is ook significant lager dan dat van het Vlaams Gewest (Figuur 13a).

Ook is het percentage mensen dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinkt significant lager in het Brussels Gewest (2,2%) dan in het Vlaams (4,3%) en het Waals Gewest (4,4%) (Figuur 13a).

Figuur 13 | Percentage van de bevolking dat a) dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt en b) dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinkt, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018



5.2. EVOLUTIE

Een positieve evolutie is dat het percentage mensen dat in 2018 (20,4%) aangeeft dagelijks gesuikerde frisdranken te drinken significant lager is dan het percentage in 2013 (25,5%) (Figuur 13a).

7

https://www.gezondleven.be/themas/voeding/voedingsdriehoek?gclid=EAlaIqobChMly9HpyZL64gIVqr3tCh0TrANQEAAAYASAAEgL6jfD_BwE

Regionale verschillen

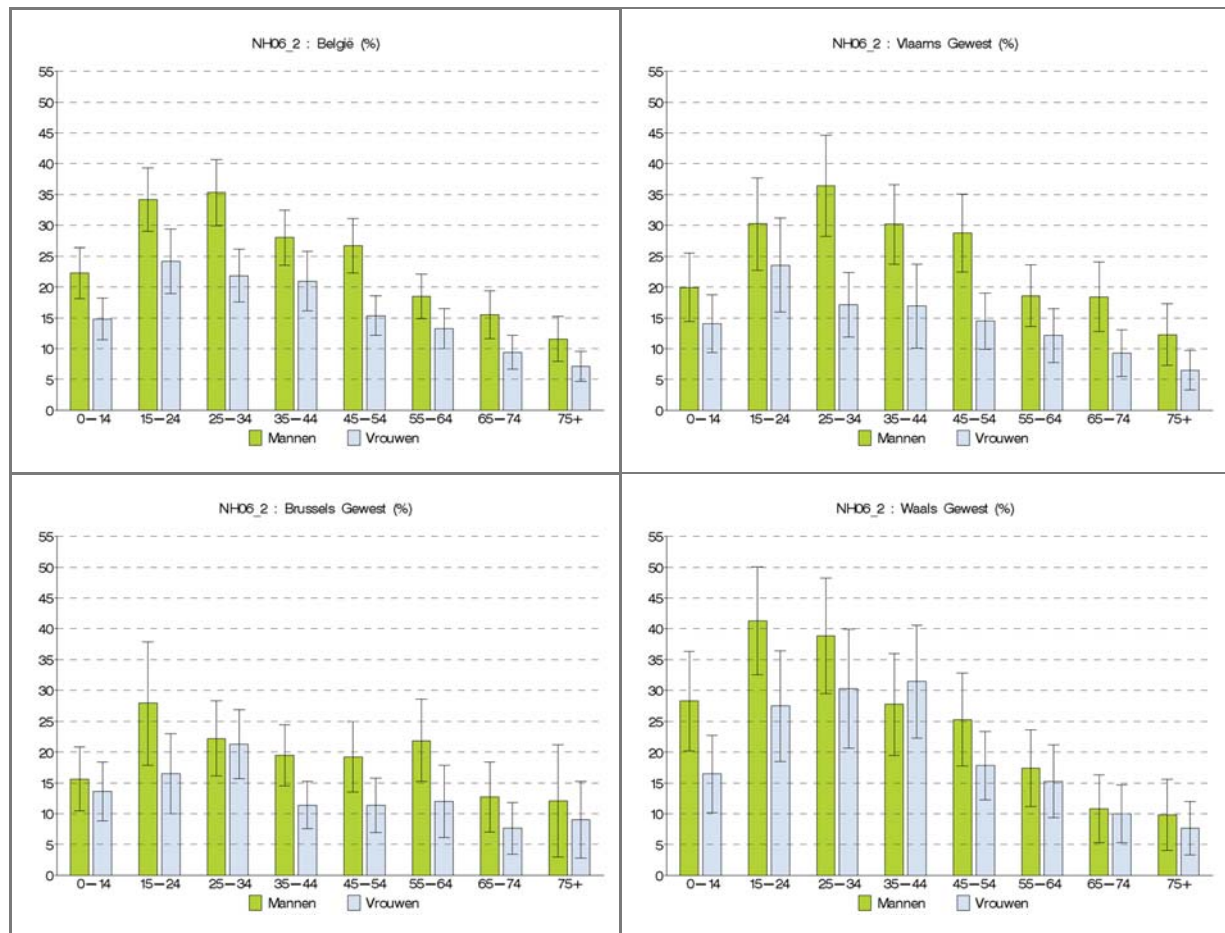
Dezelfde tijdstrend wordt waargenomen in de drie gewesten: een significant lagere prevalentie in 2018 (19,4%) t.o.v. 2013 (23,8%) in het Vlaams Gewest, respectievelijk 16,6% en 22,5% in het Brussels Gewest en 23,2% en 29,6% in het Waals Gewest (Figuur 13a).

5.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

Het percentage vrouwen (16,0%) dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, is significant lager dan het percentage mannen (24,9%). Het percentage mensen dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, is significant hoger in de leeftijdsgroepen tussen 15-34 jaar (29,2% van de 15-24-jarigen en 28,6% van de 25-34-jarigen) dan in de leeftijdsgroep van 0-14 jaar (18,7%); vanaf 65 jaar (12,3% van de 65-74-jarigen en 8,9% van de 75-jarigen) is dit percentage significant lager dan bij de 0-14-jarigen. In elke leeftijdsgroep geven mannen relatief meer dan vrouwen aan dagelijks gesuikerde frisdranken te drinken, maar deze verschillen zijn alleen significant in de leeftijdsgroepen van 25-34 jaar en 45-54 jaar (Figuur 14).

Zo is ook de prevalentie van dagelijks minstens 1 liter frisdranken drinken significant lager bij vrouwen (2,6%) dan bij mannen (5,7%). Tussen de leeftijd van 15-64 jaar (3,0% à 7,4%) is deze prevalentie significant hoger dan bij de allerjongsten (1,2%). In elke leeftijdsgroep is de prevalentie hoger bij mannen dan bij vrouwen, maar dit verschil is alleen significant in de leeftijdsgroep van 35-44 jaar (Figuur 15).

Figuur 14 | Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

Ook in de drie gewesten is het percentage vrouwen dat dagelijks gesuikerde frisdranken drinkt significant lager dan het percentage mannen: resp. 14,2% en 24,7% in het Vlaams, 13,7% en 19,6% in het Brussels en 19,7% en 26,8% in het Waals Gewest.

In het Vlaams Gewest is deze prevalentie significant hoger in de leeftijdsgroep van 15-44 jaar (van 23,6% tot 26,9%) en significant lager bij de 75-plussers (8,9%) en dit t.o.v. de leeftijdsgroep van 0-14 jaar (17,1%). In het Brussels Gewest is de prevalentie hoger in de leeftijdsgroep van 15-34 jaar (21,7% en 22,1%) dan in de jongste leeftijdsgroep (14,7%), maar wordt er geen significante lagere prevalentie bij de oudere leeftijdsgroepen vastgesteld. De leeftijdsverdeling in het Waals Gewest komt overeen met die van België, nl. een significant hogere prevalentie in de leeftijdsgroep van 15-34 jaar (34,7%) en een significante lagere prevalentie vanaf 65 jaar (10,4% en 8,5%) t.o.v. de jongste leeftijdsgroep (22,5%).

Zowel in het Vlaams als in het Brussels Gewest is de prevalentie in elke leeftijdsgroep hoger bij mannen dan bij vrouwen, maar dit verschil is alleen significant in het Vlaams Gewest voor de leeftijdsgroepen van 25-34 jaar en 45-54 jaar. In het Waals Gewest is dit ook het geval, behalve voor de leeftijdsgroep van 35-44 jaar, maar geen van de verschillen is significant (Figuur 14).

Zoals voor België is de prevalentie betreffende het dagelijks drinken van minstens 1 liter frisdranken in de drie gewesten significant lager bij vrouwen dan bij mannen: resp. 2,3% en 6,3% in het Vlaams, 1,6% en 2,9% in het Brussels en 3,4% en 5,5% in het Waals Gewest.

De leeftijdsverdeling in het Vlaams Gewest komt bijna overeen met die van België, nl. een significant hogere prevalentie in de leeftijdsgroepen tussen 15-54 jaar (5,4% à 7,8%) t.o.v. de leeftijdsgroep van 0-14 jaar (1,5%). Ook de leeftijdsverdeling in het Waals Gewest benadert die van België, nl. een significant hogere prevalentie tussen de leeftijdsgroepen van 15-64 jaar (2,7% à 8,7%) t.o.v. de jongste leeftijdsgroep (0,6%), maar ook een significant lagere prevalentie bij de 75-plussers die nagenoeg nooit dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinken (0,0%). In het Brussels Gewest daarentegen worden er geen significante verschillen volgens leeftijd waargenomen.

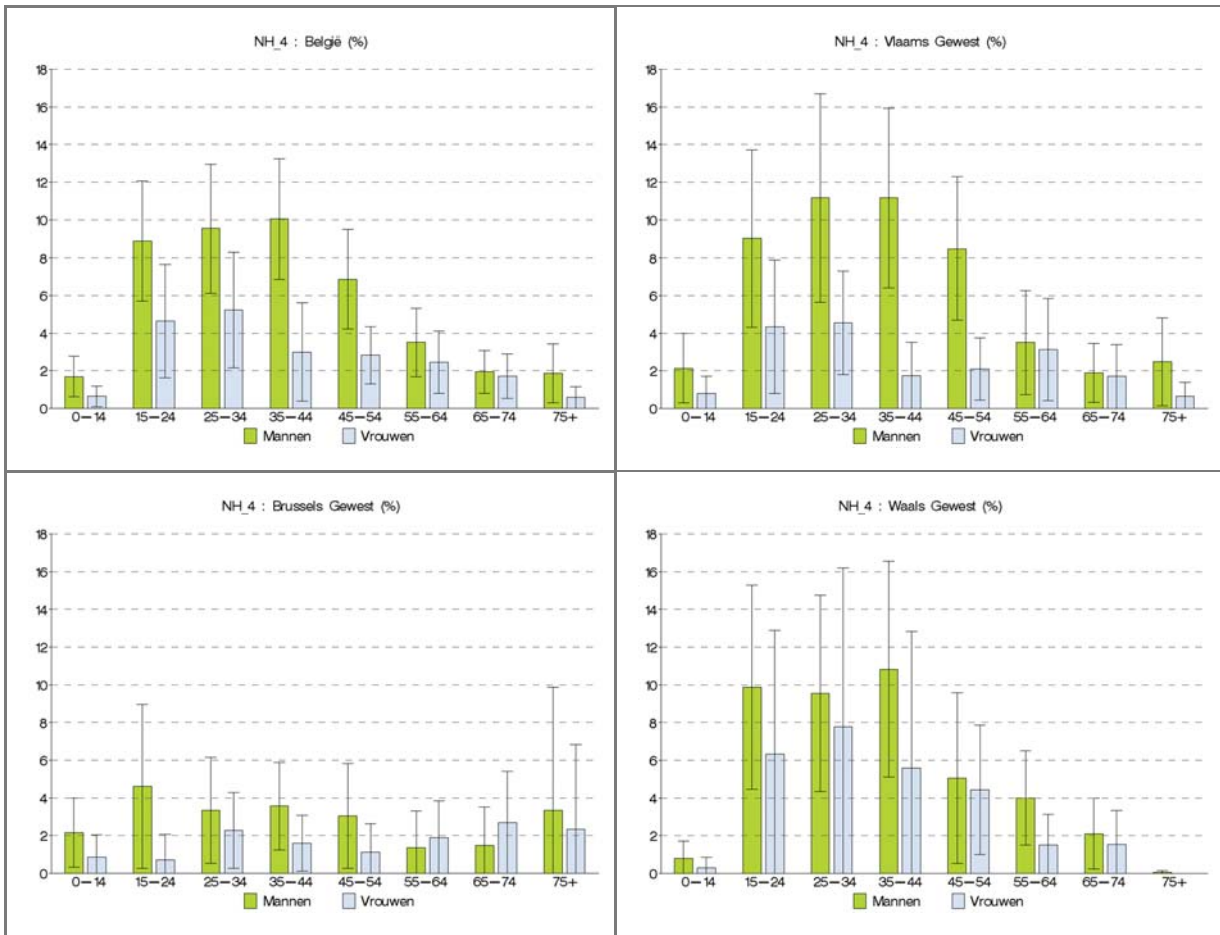
In het Vlaams Gewest is de prevalentie in elke leeftijdsgroep hoger bij mannen dan bij vrouwen, maar deze verschillen zijn alleen significant in de leeftijdsgroepen tussen 34-54 jaar. Ook in het Brussels (behalve in de leeftijdsgroepen tussen 55-74 jaar) en het Waals Gewest is de prevalentie in elke leeftijdsgroep hoger bij mannen dan bij vrouwen, maar deze verschillen zijn niet significant (Figuur 15).

5.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (14,6%) is de dagelijkse consumptie van gesuikerde frisdranken significant lager dan bij de lager opgeleiden (18,8% van de mensen met geen diploma of een diploma lager tot 27,4% van de mensen met een diploma hoger secundair).

Zo is ook de prevalentie van dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinken significant lager bij de hoogst opgeleiden (2,4%) t.o.v. de lager opgeleiden (4,2% van de mensen met geen diploma of een diploma lager tot 6,1% van de mensen met een diploma hoger secundair).

Figuur 15 | Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinkt, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

Ook in de drie gewesten worden dezelfde socio-economische verschillen vastgesteld voor het dagelijks drinken van gesuikerde frisdranken, nl. een significant lagere prevalentie bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (13,9% in het Vlaams, 9,8% in het Brussels en 17,6% in het Waals Gewest) t.o.v. de lager opgeleiden (16,6% à 26,3% in het Vlaams, 23,1% à 25,7% in het Brussels en 19,9% à 30,5% in het Waals Gewest).

Dit is ook zo voor de prevalentie van dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken drinken in de drie gewesten: een significant lagere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (2,5% in het Vlaams, 0,9% in het Brussels en 2,9% in het Waals Gewest) t.o.v. de lager opgeleiden: hoogste prevalentie in het Vlaams Gewest bij diegenen met een diploma hoger secundair (6,8%), in het Brussels Gewest bij diegenen met een diploma lager secundair (6,1%) en in het Waals Gewest bij diegenen met geen diploma of een diploma lager (7,4%).

6. Dagelijkse consumptie van zoete of zoute versnaperingen

Ook zoete of zoute versnaperingen zijn in de nieuwe voedingsdriehoek ondergebracht in een aparte categorie met ongezonde producten en dienen dus best zo veel mogelijk vermeden te worden.

6.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Zoete of zoute versnaperingen worden dagelijks door 38,3% van de bevolking geconsumeerd.

Regionale verschillen

Het percentage mensen van 15 jaar en ouder dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, ligt significant lager in het Brussels Gewest (29,6%) dan in het Waals (37,2%) en het Vlaams Gewest (40,6%). Ook het percentage in het Waals Gewest ligt significant lager dan dat in het Vlaams Gewest (Figuur 16).

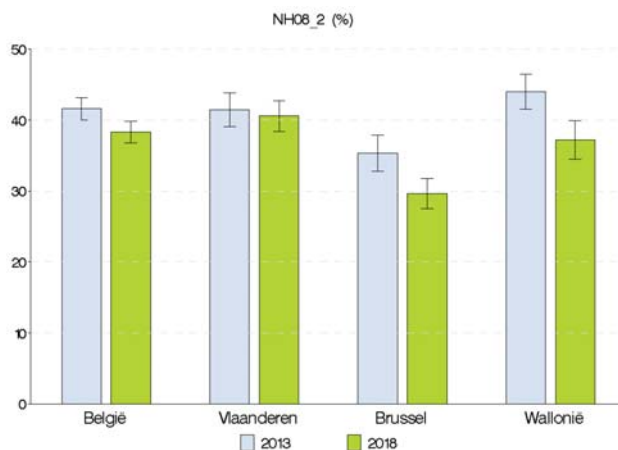
6.2. EVOLUTIE

Ook voor wat de dagelijkse consumptie van zoete of zoute versnaperingen betreft, stellen we een positieve evolutie vast: de prevalentie is in 2018 (38,3%) significant lager dan de prevalentie in 2013 (41,6%) (Figuur 16).

Regionale verschillen

Dezelfde tijdstrend als voor België wordt ook waargenomen in het Brussels en het Waals Gewest: een significant lagere prevalentie in 2018 (resp. 29,6% en 37,2%) dan in 2013 (resp. 35,3% en 44,0%). In het Vlaams Gewest is de prevalentie tussen 2013 en 2018 stabiel gebleven (Figuur 16).

Figuur 16 | Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018



6.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

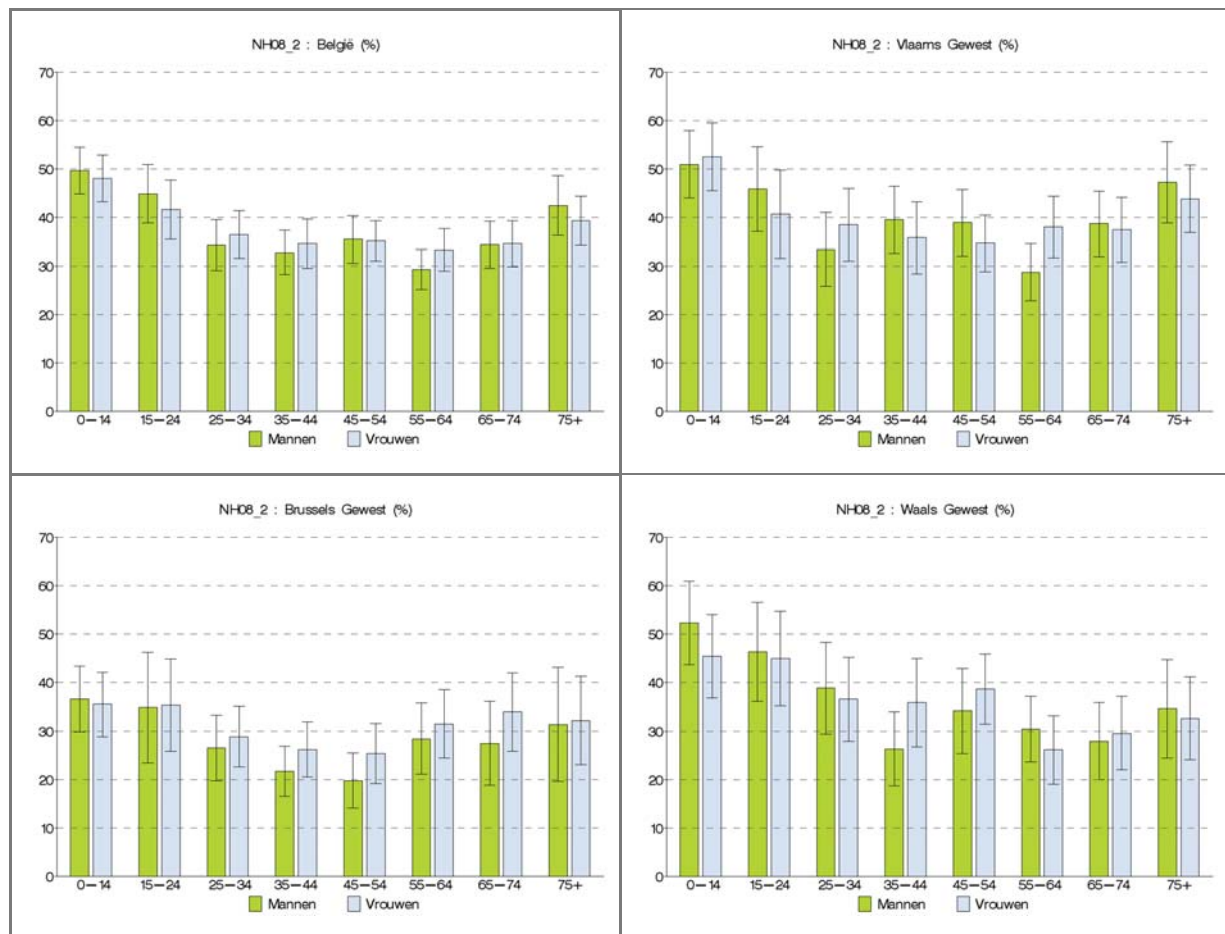
Er worden geen significante verschillen tussen vrouwen en mannen (beiden 38,3%) waargenomen. Kinderen van 0 tot 14 jaar (48,9%) eten het vaakst dagelijks zoete of zoute versnaperingen, een percentage dat significant hoger ligt in vergelijking met alle andere leeftijdsgroepen. Vanaf 15 jaar neemt dit percentage af om vanaf de leeftijd van 65 jaar weer wat toe te nemen (Figuur 17).

Regionale verschillen

Zoals voor België worden ook in de drie gewesten geen significante verschillen tussen de geslachten vastgesteld.

Ook is de prevalentie in de drie gewesten significant hoger in de leeftijdsgroep van 0-14 jaar (51,7% in het Vlaams, 36,1% in het Brussels en 48,9% in het Waals Gewest) dan in de oudere leeftijdsgroepen (voor het Vlaams Gewest betreft het de leeftijdsgroepen tussen 15-74 jaar, voor het Brussels Gewest de leeftijdsgroepen tussen 25-54 jaar en voor het Waals Gewest alle leeftijdsgroepen vanaf 25 jaar) (Figuur 17).

Figuur 17 | Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



6.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Het percentage mensen dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, ligt significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (40,6%) of een diploma hoger secundair (39,1%) dan bij diegenen met een diploma lager secundair (31,3%) of geen diploma of een diploma lager (30,1%).

Regionale verschillen

Ook in de drie gewesten worden dergelijke socio-economische verschillen vastgesteld. In het Vlaams Gewest komen deze verschillen overeen met die van België, nl. een significant hogere prevalentie bij de twee hoogste opleidingsniveaus (43,3% bij diegenen met een diploma hoger onderwijs en 40,6% bij diegenen met een

diploma hoger secundair tegenover 33,8% bij diegenen met een diploma lager secundair en 30,9% bij diegenen met geen diploma of een diploma lager). In het Brussels Gewest is de prevalentie bij de mensen met een diploma hoger onderwijs (31,8%) significant hoger dan bij diegenen met geen diploma of een diploma lager (24,0%). In het Waals Gewest tot slot ligt de prevalentie significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (38,8%) of een diploma hoger secundair (39,5%) dan bij diegenen met een diploma lager secundair (29,2%).

7. Dagelijkse consumptie van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten

7.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Van de totale bevolking geeft 62,4% aan dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten te consumeren.

Regionale verschillen

Het percentage mensen dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, ligt significant lager in het Waals Gewest (59,5%) dan in het Vlaams Gewest (64,2%). Er zijn geen significante verschillen met het Brussels Gewest (62,0%). (Figuur 18).

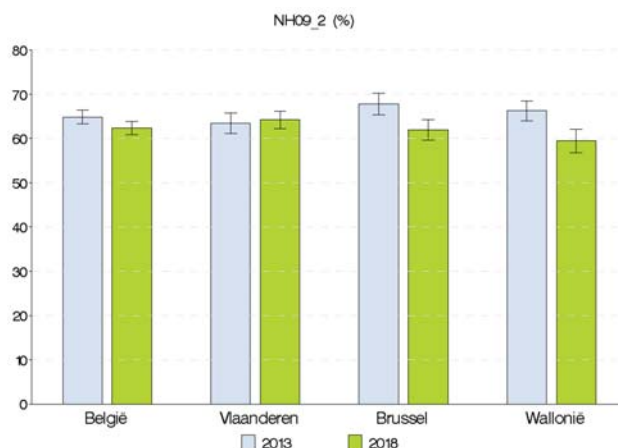
7.2. EVOLUTIE

De prevalentie van de dagelijkse consumptie van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten is in 2018 (62,4%) significant lager dan in 2013 (64,9%) (Figuur 18).

Regionale verschillen

Ook in het Brussels en het Waals Gewest wordt een significante daling van de prevalentie waargenomen: voor Brussel is dit van 67,9% in 2013 naar 62,0% in 2018 en voor Wallonië van 66,3% in 2013 naar 59,5% in 2018. In het Vlaams Gewest worden er geen significante verschillen tussen 2013 en 2018 waargenomen (Figuur 18).

Figuur 18 | Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018



7.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

Meer vrouwen (64,7%) dan mannen (60,0%) consumeren dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, een significant verschil. Kinderen van 0 tot 14 jaar (75,5%) consumeren het vaakst deze producten, een percentage dat significant hoger is t.o.v. al de andere leeftijdsgroepen (percentages die

schommelen tussen 57,0% en 63,0%). In de leeftijdsgroepen tussen 25-44 jaar is de prevalentie significant hoger bij vrouwen dan bij mannen (Figuur 19).

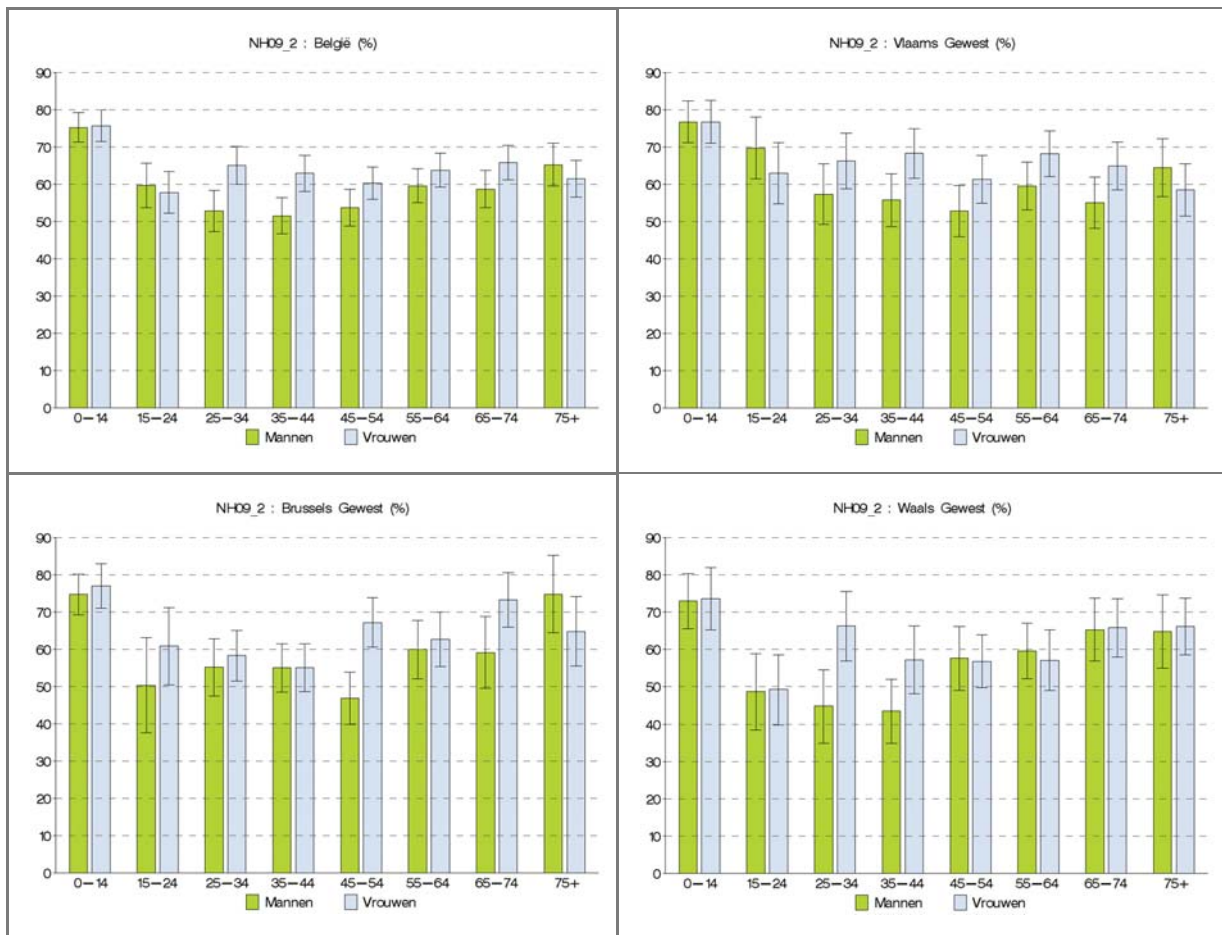
Regionale verschillen

Zoals voor België worden ook in de drie gewesten significante verschillen tussen de geslachten (hogere prevalentie bij vrouwen dan mannen) vastgesteld voor wat de dagelijkse consumptie van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten betreft: respectievelijk 66,4% versus 61,9% in het Vlaams, 64,7% versus 59,1% in het Brussels en 61,7% versus 57,1% in het Waals Gewest.

Ook is de prevalentie in de drie gewesten significant hoger in de leeftijdsgroep van 0-14 jaar (76,8% in het Vlaams, 75,8% in het Brussels en 73,2% in het Waals Gewest) dan in de oudere leeftijdsgroepen (voor het Vlaams Gewest betreft het al de leeftijdsgroepen vanaf 15 jaar, voor het Brussels Gewest de leeftijdsgroepen tussen 15-74 jaar en voor het Waals Gewest alle leeftijdsgroepen tussen 15-64 jaar).

In het Vlaams Gewest zijn er geen significante verschillen tussen de geslachten volgens leeftijdsgroep. In het Brussels Gewest is de prevalentie significant hoger bij vrouwen dan bij mannen in de leeftijdsgroep van 45-54 jaar en in het Waals Gewest is dit in de leeftijdsgroep van 25-34 jaar (Figuur 19).

Figuur 19 Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



7.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Het percentage mensen dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, ligt significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (65,8%) dan bij diegenen met een lager opleidingsniveau (56,4% à 59,7%).

Regionale verschillen

In het Vlaams en het Waals Gewest worden ook dergelijke socio-economische verschillen vastgesteld. In het Vlaams Gewest is deze prevalentie significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (68,1%) t.o.v. diegenen met een diploma hoger secundair (61,0%) en diegenen met een diploma lager secundair (57,1%). In het Waals Gewest is de prevalentie ook significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (62,9%) t.o.v. diegenen met een diploma lager secundair (53,9%) en diegenen met geen diploma of een diploma lager (55,4%). In het Brussels Gewest worden er geen socio-economische verschillen waargenomen.

8. Consumptie van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water

8.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Slechts één derde (34,3%) van de bevolking van 6 jaar en ouder drinkt de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) water, nl. minstens 1 liter.

Regionale verschillen

Het percentage mensen van 6 jaar en ouder dat de ADH water (minstens 1 liter) drinkt, ligt significant lager in het Vlaams Gewest (30,5%) dan in het Brussels (40,9%) en het Waals Gewest (38,6%).

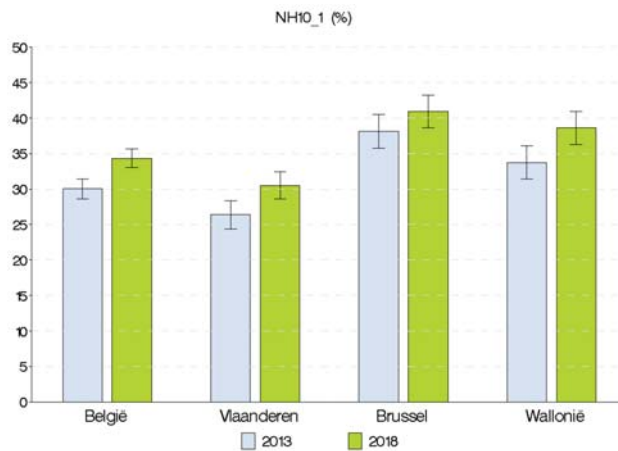
8.2. EVOLUTIE

De prevalentie m.b.t. het drinken van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water is in 2018 (34,3%) significant hoger dan in 2013 (30,0%) (Figuur 20).

Regionale verschillen

Ook in het Vlaams en het Waals Gewest wordt een significante toename van het percentage mensen dat de ADH water drinkt waargenomen: voor Vlaanderen is dit van 26,4% in 2013 naar 30,5% in 2018 en voor Wallonië van 33,7% in 2013 naar 38,6% in 2018. In het Brussels Gewest worden er geen significante verschillen tussen 2013 en 2018 waargenomen (Figuur 20).

Figuur 20 | Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018



8.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

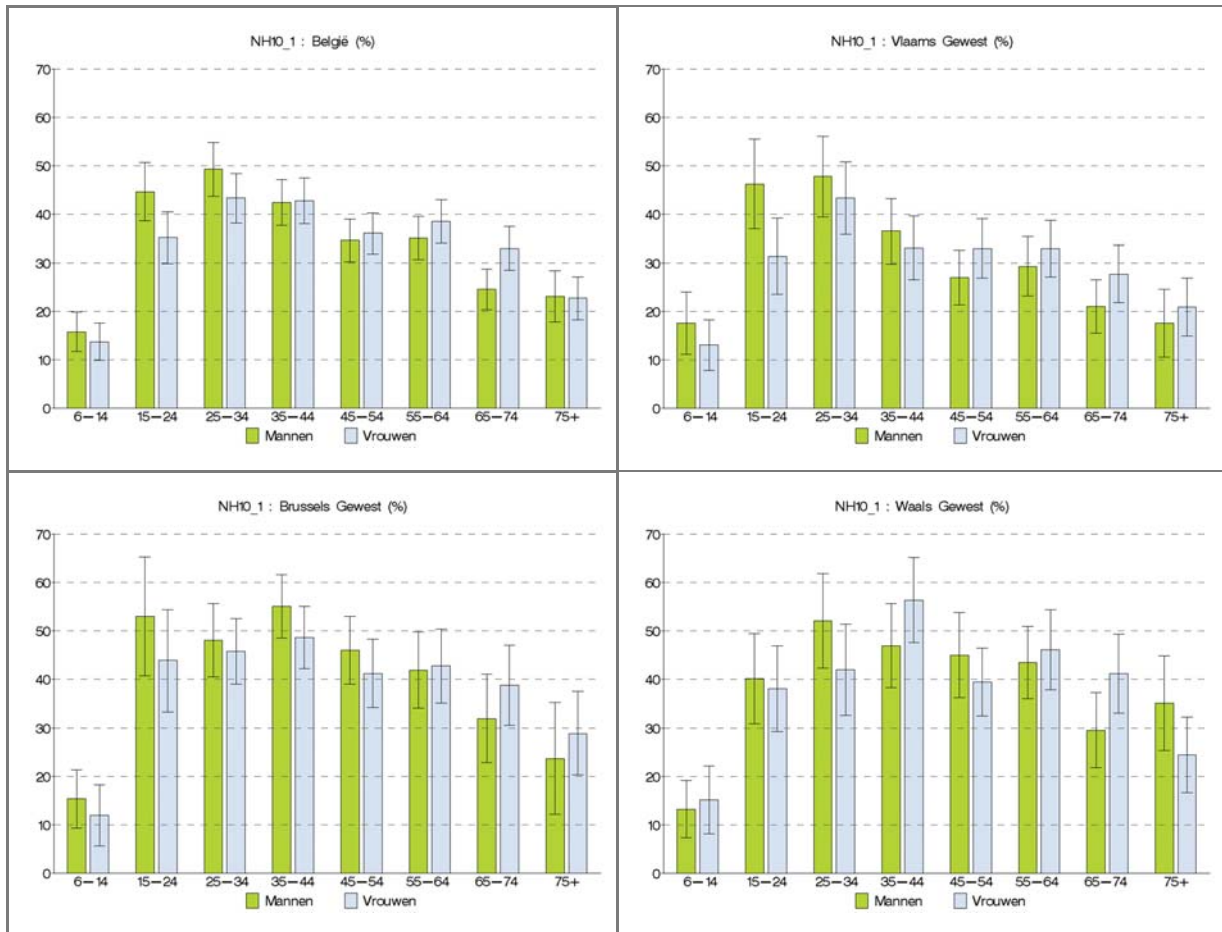
Het percentage vrouwen (33,9%) dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (1 liter) drinkt is niet significant verschillend van het percentage mannen (34,9%). Dit percentage is significant lager in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (14,8%) dan in de oudere leeftijdsgroepen (schoommelend tussen 22,8% en 46,3%, met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 25-34 jaar) (Figuur 21).

Regionale verschillen

Zoals voor België worden er ook in de drie gewesten geen significante geslachtsverschillen waargenomen voor wat betreft de consumptie van de ADH water (1 liter).

De prevalentie in de drie gewesten is significant lager in de leeftijdsgroep van 6-14 jaar (15,4% in Vlaanderen, 13,7% in Brussel en 14,1% in Wallonië) dan in de oudere leeftijdsgroepen (behalve bij de 75-plussers in Vlaanderen). De hoogste prevalentie wordt in het Vlaams Gewest waargenomen in de leeftijdsgroep van 25-34 jaar (45,5%), in het Brussels Gewest in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar (48,3%) en in het Waals Gewest in de leeftijdsgroep van 35-44 jaar (51,6%) (Figuur 21).

Figuur 21 Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



8.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Er zijn geen significante verschillen volgens opleidingsniveau voor wat het drinken van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water betreft: gaande van 30,0% bij de laagst opgeleiden tot 34,0% bij de hoogste opgeleiden.

Regionale verschillen

Zoals voor België worden er ook in het Waals Gewest geen verschillen volgens opleidingsniveau vastgesteld. In het Vlaams Gewest is de prevalentie van mensen die de ADH water drinkt significant hoger bij diegenen met een diploma hoger secundair (34,2%) dan bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (29,5%). Dit is ook zo voor het Brussels Gewest (respectievelijk 46,0% en 39,5%).

9. Dagelijkse consumptie van een ontbijt

9.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

Iets meer dan drie vierde (77,2%) van de Belgen eet dagelijks een ontbijt.

Regionale verschillen

Er worden regionale verschillen waargenomen voor wat het dagelijks eten van een ontbijt betreft: dit percentage is significant hoger in het Vlaams Gewest (79,9%) dan in het Brussels (73,6%) en het Waals Gewest (74,0%).

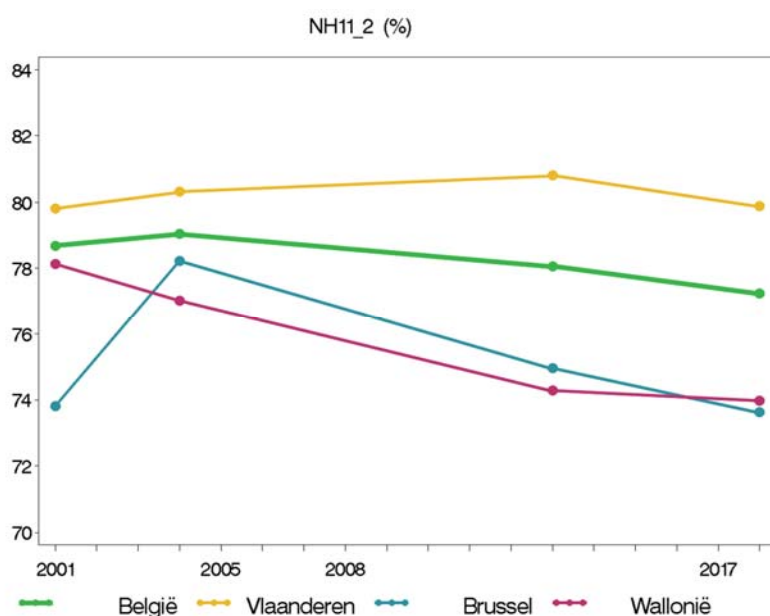
9.2. EVOLUTIE

Het percentage mensen dat aangeeft dagelijks te ontbijten is sinds 2001 (78,7%) licht, maar wel significant, gedaald (77,2% in 2018) (Figuur 22).

Regionale verschillen

De tijdstrend is verschillend in de drie gewesten. In het Vlaams Gewest is het percentage mensen dat dagelijks ontbijt constant gebleven over de tijd. In het Brussels Gewest is dit percentage tussen 2001 (73,8%) en 2004 (78,2%) eerst significant gestegen, om in 2013 (75,0%) terug significant te dalen, om vervolgens constant te blijven (73,6% in 2018). Zoals voor België, is ook de prevalentie in het Waals Gewest lineair afgenomen van 78,1% in 2001 tot 74,0% in 2018, een significant verschil (Figuur 22).

Figuur 22 | Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, volgens gewest en jaar, Gezondheidsenquête, België 2018

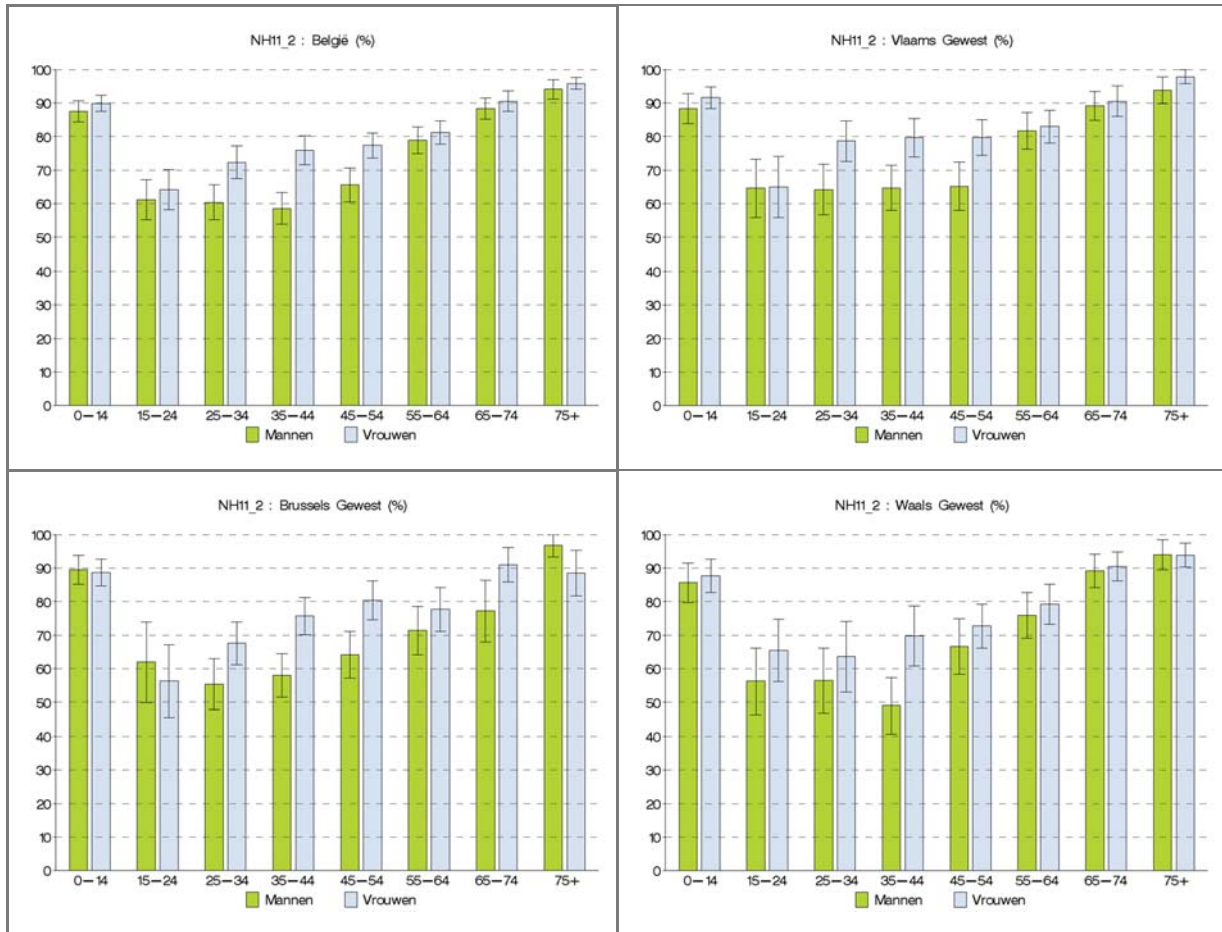


9.3. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

Het percentage vrouwen (81,0%) dat dagelijks een ontbijt eet, is significant hoger dan het percentage mannen (73,4%). Er is ook een duidelijk verband met de leeftijd. De leeftijdsverdeling vertoont een U-curve: de prevalentie bij kinderen van 0-14 jaar (88,7%) is hoog, maar neemt sterk af in de leeftijdsgroep van 15-24 jaar, waardoor nog geen twee derde (62,7%) van de jongeren ontbijten, daarna neemt de prevalentie terug toe (blijft

wel significant lager in de leeftijdsgroepen tussen 15-64 jaar dan in de jongste leeftijdsgroep) om 95,2% te bereiken bij de 75-plussers, een significant hogere prevalentie dan bij de jongste leeftijdsgroep. In elke leeftijdsgroep is deze prevalentie hoger bij vrouwen dan bij mannen en dit verschil is significant in de leeftijdsgroepen tussen 25-54 jaar (Figuur 23).

Figuur 23 | Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

Zoals voor België worden er ook in de drie gewesten significante verschillen tussen de geslachten waargenomen: in het Vlaams Gewest eet 83,7% van de vrouwen en 76,0% van de mannen dagelijks een ontbijt, in het Brussels Gewest is dit respectievelijk 77,4% en 69,7% en in het Waals Gewest is dit resp. 77,7 en 70,1%.

Zowel in het Vlaams als het Waals Gewest wordt dezelfde leeftijdsverdeling als voor België waargenomen: resp. 89,9% en 86,7% van de kinderen van 0-14 jaar eet dagelijks een ontbijt, waarna deze prevalentie afneemt, maar geleidelijk aan weer toeneemt om uiteindelijk resp. 96,2% en 93,9% in de oudste leeftijdsgroep te bereiken. In het Brussels Gewest komt de leeftijdsverdeling ook grotendeels overeen met die van België (significant hogere prevalentie in de jongste leeftijdsgroep (89,1%) dan in de leeftijdsgroepen tussen 15-64 jaar), maar de hoogste prevalentie bij de oudste leeftijdsgroep (91,6%) is niet significant verschillend van de jongste leeftijdsgroep.

In de drie gewesten is de prevalentie significant hoger bij vrouwen dan bij mannen en dit in de leeftijdsgroep van 25-54 jaar voor het Vlaams Gewest, 35-44 jaar voor het Waals Gewest en 35-54 jaar voor het Brussels Gewest (Figuur 23).

9.4. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Er wordt ook een samenhang vastgesteld tussen het opleidingsniveau en de dagelijkse consumptie van een ontbijt: personen met het hoogste opleidingsniveau (80,1%) geven significant meer aan dagelijks te ontbijten dan diegenen met een lager opleidingsniveau (gaande van 77,1% bij diegenen met een diploma lager of geen diploma tot 73,0% bij diegenen met een diploma hoger secundair).

Regionale verschillen

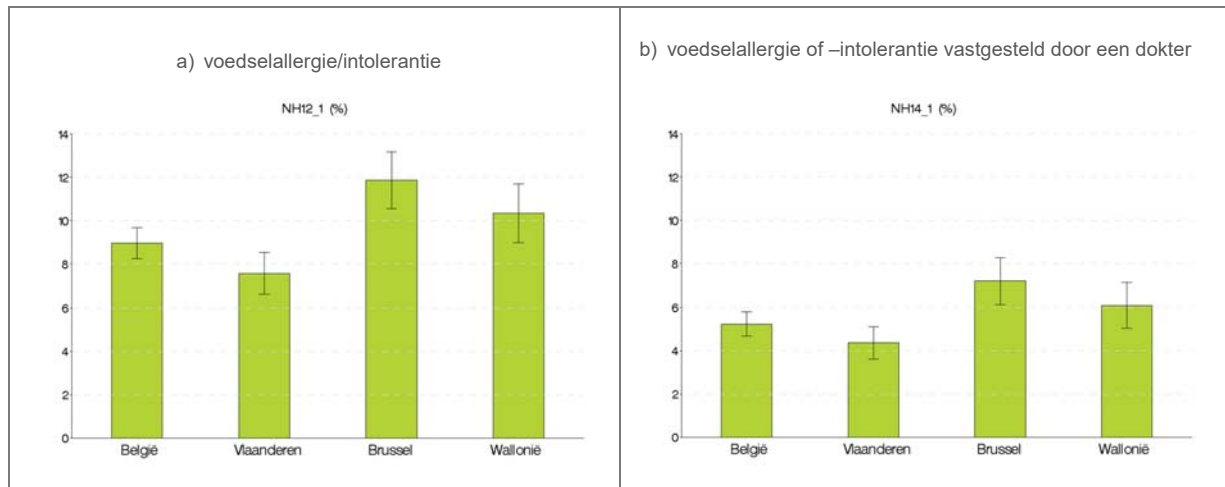
In het Vlaams en het Waals Gewest worden dezelfde significante verschillen volgens opleidingsniveau als voor België waargenomen voor wat het dagelijks eten van een ontbijt betreft: een significant hogere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (respectievelijk 82,1% en 78,7%) dan bij de lager opgeleiden (resp. 76,3% à 81,8% en 68,0% à 73,2%). In het Brussels Gewest worden er geen significante verschillen volgens opleidingsniveau vastgesteld.

10. Voedselallergie of -intolerantie

10.1. PREVALENTIE VOOR BELGIË

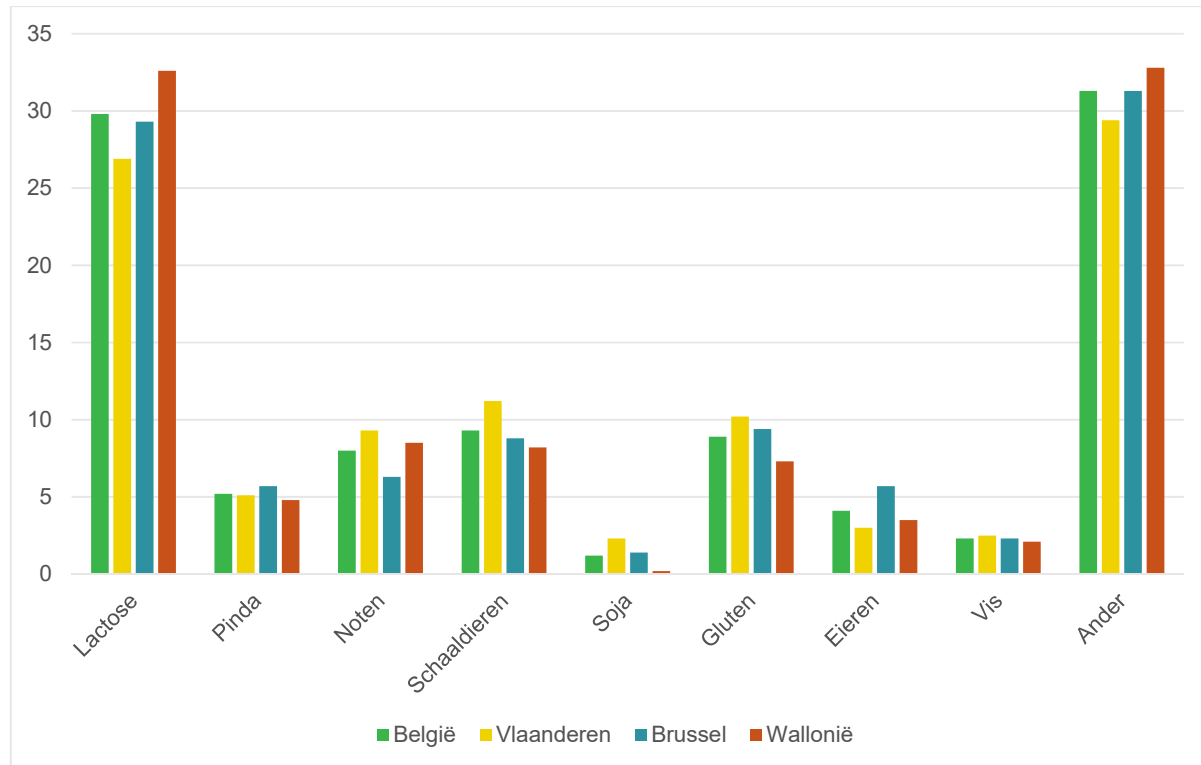
Bijna één op de tien (9,0%) mensen in België geeft aan een voedselallergie of intolerantie te hebben (Figuur 24a). Bij 5,2% van de mensen werd deze allergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter, dit is in 57,8% van de mensen met een voedselallergie of –intolerantie (Figuur 24b).

Figuur 24 | Percentage van de bevolking met a) een voedselallergie of –intolerantie en b) een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Buiten 'andere' voedselallergieën of -intoleranties (31,3%) die de mensen aangeven, is de top drie van voedselallergieën of -intoleranties als volgt: 1) lactose met 29,8%, 2) schaaldieren met 9,3% en 3) gluten met 8,9% (Figuur 25).

Figuur 25 | Verdeling (bruto %) van het soort voedselallergie of -intolerantie, volgens gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

Inwoners van het Vlaams Gewest (7,6%) geven significant minder aan een voedselallergie- of intolerantie te hebben dan inwoners van het Brussels (11,9%) en het Waals Gewest (10,3%) (Figuur 24a).

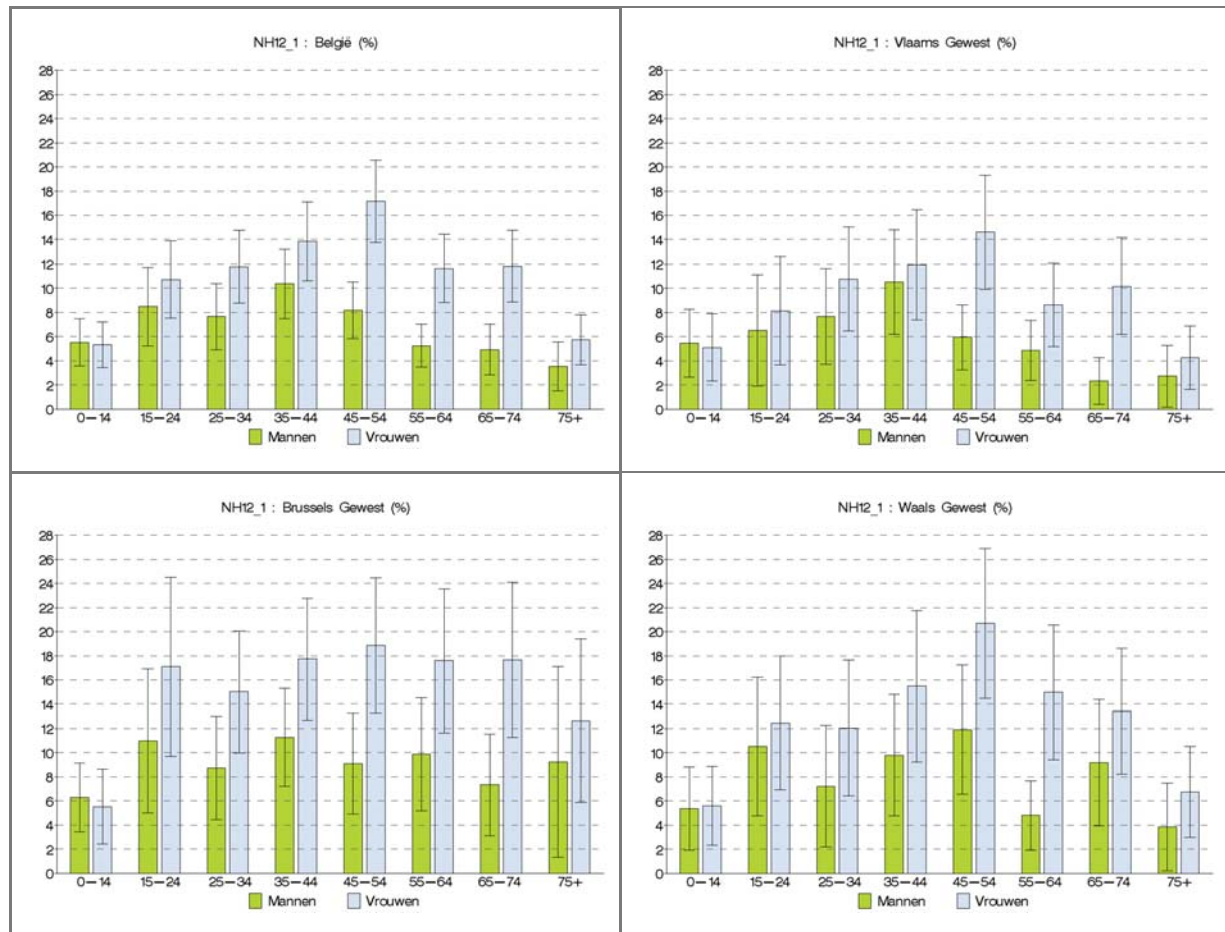
Ook de prevalentie van mensen met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter is significant lager in het Vlaams Gewest (4,4%) dan in het Brussels (7,2%) en het Waals Gewest (6,1%). Dus in respectievelijk 57,9%, 60,5%, 59,2% van de gevallen werd de voedselallergie of -intolerantie vastgesteld (Figuur 24b).

De bruto-cijfers voor Vlaanderen geven dezelfde top 3 als voor België: 1) lactose met 26,9%, 2) schaaldieren met 11,2% en 3) gluten met 10,2%. Dezelfde soorten staan ook in de top 3 in Brussel, maar in een andere volgorde: ook op 1) lactose met 29,3%, 2) gluten met 9,4% en 3) schaaldieren met 8,8%. In Wallonië staat lactoseallergie of -intolerantie ook op nummer 1 met 32,6%, maar komt notenallergie met 8,5% op de tweede plaats en allergie of intolerantie voor schaaldieren met 8,2% op de derde plaats (Figuur 25).

10.2. DEMOGRAFISCHE VERSCHILLEN

Het percentage vrouwen (10,9%) met een voedselallergie of –intolerantie is significant hoger dan het percentage mannen (6,9%). Het percentage kinderen van 0-14 jaar (5,4%) met een voedselallergie- of intolerantie is significant lager dan in de leeftijdsgroepen tussen 15-74 jaar. In deze leeftijdsgroep stijgt de prevalentie tot de leeftijdsgroep van 45-54 jaar (12,6%) om daarna terug te dalen. Behalve in de jongste leeftijdsgroep, is de prevalentie in elke leeftijdsgroep hoger bij vrouwen dan bij mannen en de verschillen zijn significant in de leeftijdsgroepen tussen 45-74 jaar (Figuur 26).

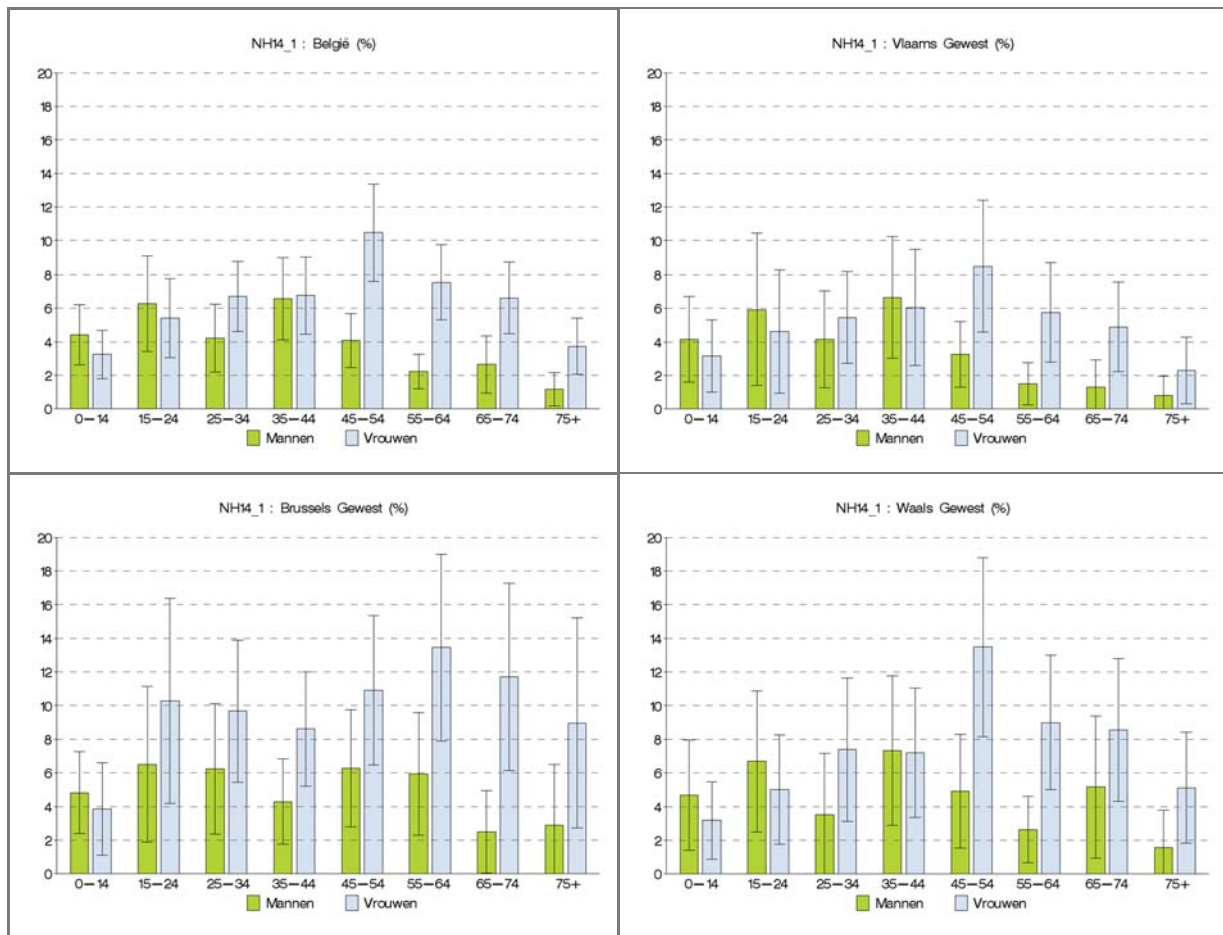
Figuur 26 | Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of –intolerantie heeft, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



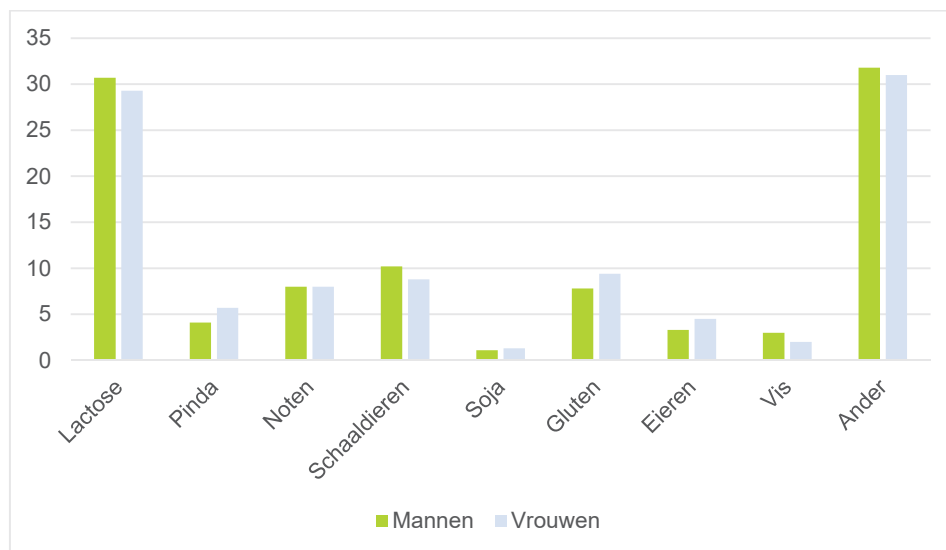
Zo is ook het percentage vrouwen (6,3%) met een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter significant hoger dan het percentage mannen (4,2%). Dus respectievelijk 57,8% en 60,9% van de gevallen met een voedselallergie is vastgesteld door een dokter. Het percentage kinderen van 0-14 jaar (3,8%) met een voedselallergie- of intolerantie vastgesteld door een dokter is alleen significant lager dan in de leeftijdsgroepen tussen 35-54 jaar (6,7% bij de 35-44-jarigen en 7,2% bij de 45-54-jarigen). In de leeftijdsgroepen tussen 45-74 jaar is de prevalentie significant hoger bij vrouwen dan bij mannen (Figuur 26).

Een lactoseallergie of –intolerantie staat zowel bij vrouwen als bij mannen op de eerste plaats (respectievelijk 29,3% en 30,7%). Bij vrouwen staat een glutenallergie of –intolerantie (9,4%) op de tweede plaats en een allergie of intolerantie voor schaaldieren (8,8%) op de derde plaats. Bij mannen is dit resp. een allergie of intolerantie voor schaaldieren (10,2%) en een notenallergie of –intolerantie (8,0%) (Figuur 28).

Figuur 27 | Percentage van de bevolking met een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter, volgens geslacht, leeftijd en gewest, Gezondheidsenquête, België 2018



Figuur 28 | Verdeling (bruto %) van het soort voedselallergie of -intolerantie, volgens geslacht Gezondheidsenquête, België 2018



Regionale verschillen

Zoals voor België is ook de prevalentie van het hebben van een voedselallergie of –intolerantie in de drie gewesten significant hoger bij vrouwen dan bij mannen: resp. 9,2% versus 5,9% in het Vlaams Gewest, 14,6% versus 9,0% in het Brussels Gewest en 12,6% versus 7,9% in het Waals Gewest.

Voor wat betreft het hebben van een voedselallergie of –intolerantie komt de verdeling van de prevalentie volgens leeftijd in het Brussels en het Waals Gewest het meest overeen met die van België: significante hogere prevalentie in de leeftijdsgroepen tussen 15-74 jaar (behalve in de leeftijdsgroep van 25-34 jaar in het Waals Gewest) dan in de jongste leeftijdsgroep (resp. 5,9% en 5,5%), met de hoogste prevalentie in het Brussels Gewest bij de 35-44-jarigen (14,4%) en in het Waals Gewest bij de 45-54-jarigen (16,5%). In het Vlaams Gewest wordt alleen een significant hogere prevalentie waargenomen in de leeftijdsgroepen tussen 25-54 jaar (t.o.v. 5,3% in de jongste leeftijdsgroep), met de hoogste prevalentie in de leeftijdsgroep van 35-44 jaar (11,2%).

Ook in de drie gewesten is de prevalentie van het hebben van een voedselallergie of -intolerantie in elke leeftijdsgroep, behalve de jongste leeftijdsgroep in het Vlaams en het Brussels Gewest, hoger bij vrouwen dan bij mannen, met significante verschillen in de leeftijdsgroepen van 45-54 jaar en 65-74 jaar voor het Vlaams Gewest, 45-54 jaar voor het Brussels Gewest en 55-65 jaar in het Waals Gewest. De hoogste prevalentie wordt waargenomen bij Waalse vrouwen van 45-54 jaar (20,7%) (Figuur 26).

Zoals voor België zijn er in de drie gewesten ook significante verschillen tussen de geslachten voor wat de prevalentie van een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter betreft: een significant hogere prevalentie bij vrouwen (5,1%) dan bij mannen (3,6%) in het Vlaams Gewest, resp. 9,1% en 5,2% in het Brussels Gewest en 7,3% en 4,8% in het Waals Gewest.

Voor wat een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter betreft, zijn er in het Vlaams Gewest geen significante verschillen volgens leeftijd. In het Brussels en het Waals Gewest benadert de leeftijdsverdeling die van België: in het Brussels Gewest een significant hogere prevalentie in de leeftijdsgroepen tussen 45-64 jaar (8,5% à 9,8%) en ook in de leeftijdsgroep van 25-34 jaar (8,0%) dan in de jongste leeftijdsgroep (4,4%), en in het Waals Gewest alleen een significant hogere prevalentie in de leeftijdsgroep van 45-54 jaar (9,4%) dan in de jongste leeftijdsgroep (4,0%).

Voor wat een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter betreft, zijn er in het Vlaams Gewest in elke leeftijdsgroep geen verschillen tussen de geslachten. In het Brussels Gewest is de prevalentie significant hoger bij vrouwen dan bij mannen in de leeftijdsgroep van 65-74 jaar en in het Waals Gewest is dit voor de leeftijdsgroep van 55-64 jaar.

10.3. SOCIO-ECONOMISCHE VERSCHILLEN

Er is een verband tussen het opleidingsniveau en het hebben van een voedselallergie of -intolerantie: mensen met een diploma hoger onderwijs (10,7%) geven vaker aan een voedselallergie of –intolerantie te hebben dan de lager opgeleiden: 8,0% van de mensen met een diploma hoger secundair, 6,2% van de mensen met een diploma lager secundair en 4,2% van de mensen met een diploma lager of geen diploma. Ook de verschillen tussen mensen met een diploma hoger secundair en geen diploma of diploma lager zijn significant.

Ook voor een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter is er eenzelfde verband met het opleidingsniveau: significant hogere prevalentie bij mensen met een diploma hoger onderwijs (6,2%) dan bij de lager opgeleiden (gaande van 2,3% tot 4,7%). Bij de hoogst opgeleiden wordt 57,9% en bij de laagst opgeleiden 54,8% van de gevallen met een voedselallergie of –intolerantie dus vastgesteld door een dokter.

Regionale verschillen

Zoals voor België worden er ook in het Brussels en het Waals Gewest verschillen volgens opleidingsniveau vastgesteld voor wat betreft het hebben van een voedselallergie of –intolerantie. In het Brussels Gewest is deze prevalentie significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (14,1%) dan bij diegenen met een diploma hoger secundair (8,6%) en een diploma lager of geen diploma (7,0%). In het Waals Gewest is de prevalentie significant hoger bij diegenen met een diploma hoger onderwijs (12,8%) dan bij diegenen met een diploma lager secundair (6,7%) en diegenen met een diploma lager of geen diploma (4,3%). De prevalentie van deze laatste groep is ook significant lager dan bij diegenen met een diploma hoger secundair (9,5%). In het Vlaams Gewest daarentegen worden er geen significante verschillen volgens opleidingsniveau vastgesteld.

Dit is ook in de drie gewesten het geval voor een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter. Significant hogere prevalentie bij de hoogst opgeleiden (5,2%) dan bij diegenen met een diploma lager secundair (2,2%) en diegenen met geen diploma of een diploma lager (1,4%) in het Vlaams Gewest. In het Brussels en het Waals Gewest is de prevalentie van de hoogst opgeleiden (respectievelijk 8,4% en 7,2%) significant hoger dan bij diegenen met een diploma hoger secundair (resp. 5,3% en 5,6%) en diegenen met geen diploma of een diploma lager (4,0% en 2,8%).

11. Samenvattende tabellen

Tabel 1 Evolutie van voedingsgewoonten in België 1997-2018

	2001	2004	2013	2018
Percentage van de bevolking ...				
• dat dagelijks fruit eet	-	-	55,7	57,6
• dat dagelijks groenten eet	-	-	77,9	75,8
• dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt	-	-	-	12,6
• dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	25,5	20,4
• dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	-	4,1
• dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet	-	-	41,6	38,3
• dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert	-	-	64,9	62,4
• dat dagelijks een ontbijt eet	78,7	79,0	78,1	77,2
• dat een voedselallergie of –intolerantie heeft				9,0
• met een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter				5,2
Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder ...				
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet	-	-	-	32,7
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet	-	-	-	38,0
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet	-	-	-	12,7
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt	-	-	30,0	34,3

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2001, 2004, 2013, 2018

Tabel 2 Evolutie van voedingsgewoonten in het Vlaams Gewest 1997-2018

	2001	2004	2013	2018
Percentage van de bevolking ...				
• dat dagelijks fruit eet	-	-	55,3	59,8
• dat dagelijks groenten eet	-	-	79,3	79,3
• dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt	-	-	-	8,9
• dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	23,8	19,4
• dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	-	4,3
• dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet	-	-	41,4	40,6
• dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert	-	-	63,5	64,2
• dat dagelijks een ontbijt eet	79,8	80,3	80,8	79,9
• dat een voedselallergie of –intolerantie heeft	-	-	-	7,6
• met een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter	-	-	-	4,4
Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder ...				
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet	-	-	-	35,2
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet	-	-	-	37,2
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet	-	-	-	11,3
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt	-	-	26,4	30,5

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2001, 2004, 2013, 2018

Tabel 3 Evolutie van voedingsgewoonten in het Brussels Gewest 1997-2018

	2001	2004	2013	2018
Percentage van de bevolking ...				
• dat dagelijks fruit eet	-	-	62,4	59,3
• dat dagelijks groenten eet	-	-	75,9	70,0
• dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt	-	-	-	19,0
• dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	22,5	16,6
• dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	-	2,2
• dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet	-	-	35,3	29,6
• dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert	-	-	67,9	62,0
• dat dagelijks een ontbijt eet	73,8	78,2	75,0	73,6
• dat een voedselallergie of –intolerantie heeft	-	-	-	11,9
• met een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter	-	-	-	7,2
Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder ...				
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet	-	-	-	32,2
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet	-	-	-	39,8
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet	-	-	-	15,8
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt	-	-	38,1	40,9

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2001, 2004, 2013, 2018

Tabel 4 Evolutie van voedingsgewoonten in het Waals Gewest 1997-2018

	2001	2004	2013	2018
Percentage van de bevolking ...				
• dat dagelijks fruit eet	-	-	54,1	52,3
• dat dagelijks groenten eet	-	-	76,2	71,7
• dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt	-	-	-	16,8
• dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	29,6	23,2
• dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt	-	-	-	4,4
• dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet	-	-	44,0	37,2
• dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert	-	-	66,3	59,5
• dat dat dagelijks een ontbijt eet	78,1	77,0	74,3	74,0
• dat een voedselallergie of –intolerantie heeft	-	-	-	10,3
• met een voedselallergie of –intolerantie vastgesteld door een dokter	-	-	-	6,1
Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder ...				
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet	-	-	-	28,9
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet	-	-	-	38,7
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet	-	-	-	14,0
• dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt	-	-	33,7	38,6

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2001, 2004, 2013, 2018

BESPREKING EN CONCLUSIE



Een korte kwalitatieve voedselfrequentievragenlijst, zoals in de gezondheidsenquête, blijkt een aanvaardbare validiteit te hebben (18). Echter gaat het om zelfgerapporteerde gegevens, waardoor de resultaten mogelijk een te rooskleurig beeld kunnen geven. Zo valt bv. het eten van fruit en groenten onder een sociaal wenselijk gedrag, vooral bij vrouwen (19), wat tot hogere rapportages kan leiden. Bovendien zijn mensen minder goed in staat om hun portiegrootte te omschrijven (20). Daarom dat gewerkt werd met antwoordkaarten (zie bijlage) met voorbeelden van een portie fruit en groente (omschrijving en foto).

Omschrijving van de situatie in België volgens de resultaten van de gezondheidsenquête 2018

De resultaten van de gezondheidsenquête 2018 tonen aan dat onze voedingsgewoonten zeker niet optimaal zijn. Slechts 57,2% van de bevolking eet dagelijks fruit, voor groenten is dat 75,8%. Sinds de gezondheidsenquête 2013 zijn deze prevalentiecijfers niet verbeterd. Wanneer we kijken naar de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid (ADH) fruit en groenten (voor elk minstens 2 porties), dan voldoet nog maar respectievelijk 32,7% en 38,0% van de bevolking van 6 jaar en ouder aan deze aanbevelingen. Voor het populair advies '5 porties per dag' is dit nog maar 12,7%. Voor de consumptie van fruit en groenten komen de vrouwen, de oudere bevolkingsgroepen, de hoogst opgeleiden en de inwoners van het Brussels Gewest het best naar voor.

Slechte eetgewoonten, zoals gesuikerde frisdranken en zoete en zoute versnaperingen, zijn slechts in beperkte mate toelaatbaar. Toch consumeert 20,4% van de bevolking dagelijks gesuikerde frisdranken en 38,3% zoete of zoute versnaperingen. Een positieve evolutie is dat deze prevalenties t.o.v. 2013 (respectievelijk 25,5% en 41,6%) significant zijn gedaald. Jongvolwassenen (15-34 jaar), en dan vooral mannen, scoren het slechtst wat het drinken van gesuikerde frisdranken betreft. Daarnaast zijn het ook de lager opgeleiden en de inwoners van het Waals Gewest die deze dranken vaker consumeren. Voor zoete en zoute versnaperingen zijn het kinderen van 0-14 jaar (48,9%) die het slechtst scoren. Daarnaast zijn het deze keer de hoger opgeleiden die vaker dergelijke versnaperingen eten. Brusselaars hebben ook op dit gebied betere eetgewoonten (lagere prevalenties dan de Vlamingen en de Walen).

Het is belangrijk om het botkapitaal al vanaf de kinderjaren te onderhouden. Dit kan o.a. door de inname van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, daar calcium voor stevige botten zorgt. Volgens de gezondheidsenquête 2018 consumeert bijna twee derde (62,4%) van de bevolking dagelijks deze producten, een percentage dat t.o.v. 2013 (64,9%) significant gedaald is. De hoogste prevalentie wordt waargenomen bij kinderen van 0-14 jaar. Daarnaast scoren vrouwen en de hoogst opgeleiden weer het best. Het Waals Gewest komt er in dit geval minder goed uit. Ook voldoende inname van water is fundamenteel voor een gebalanceerde voeding. Blijkbaar is het dagelijks drinken van minstens 1 liter water nog niet goed ingeburgerd. Amper een derde (34,3%) van de bevolking van 6 jaar en ouder haalt deze aanbeveling, met kinderen als risicogroep. Op dit gebied komen de Brusselaars er het best uit, de Vlamingen het slechtst. Tot slot ontbijt drie op vier Belgen dagelijks, maar deze prevalentie is sinds 2001 lichtjes gedaald. Zoals voor de eerder beschreven goede eetgewoonten, scoren ook hier vrouwen, ouderen en de hoogst opgeleiden het best. Vlamingen ontbijten dan weer vaker.

Een niet te onderschatten percentage van de bevolking (9%) geeft aan een voedselallergie of -intolerantie te hebben. Bij 5,2% van de bevolking werd een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter. Vrouwen, 25-54-jarigen, hoogopgeleiden en Brusselaars geven vaker aan een voedselallergie of -intolerantie te hebben. Lactose is de meest voorkomende voedselallergie of -intolerantie.

Vergelijkbare gegevens

Een grootschalige studie in 195 landen geeft een uitgebreid beeld van de gezondheidseffecten van ongezonde voedingsgewoonten bij de bevolking van 25 jaar en ouder. Deze studie bevestigt dat het slecht gesteld is met onze voedingsgewoonten. Zo is de consumptie van gezonde voedingsmiddelen niet optimaal, nl. een te lage consumptie van volle granen, fruit, noten en zaden. Daarnaast is de consumptie van ongezonde voedingsmiddelen, nl. van zout, gesuikerde dranken en van rood of verwerkt vlees, veel te hoog. Deze ongezonde voedingsgewoonten waren in 2017 wereldwijd verantwoordelijk voor één op vijf sterfgevallen (d.i. 11 miljoen, o.a. door cardiovasculaire aandoeningen, kanker en diabetes type 2). Dit toont aan dat ongezonde voeding een grotere risicofactor is dan roken. Een verbetering van onze voedingsgewoonten is dus noodzakelijk (21).

De prevalentie van voedselallergie bij kleuters in landen zoals het Verenigd Koninkrijk en Australië schommelt tussen 5 à 10% (22), bij Amerikaanse kinderen is dit 4-6% (14;17;23). Reeds meer dan 10 jaar geleden werd er een studie uitgevoerd in 10 EU landen, waaronder België, die de eerste cijfers m.b.t. voedselallergie bij kinderen van 0-18 jaar leverde. Voor ons land was de prevalentie toen 5% (17;23). Volgens de Australische gezondheidsenquête 2014 was de prevalentie van zelfgerapporteerde voedselallergie bij volwassenen 4 à 5% (22). Naar schatting wordt 4% van de Amerikaanse volwassenen door een voedselallergie getroffen (14).

Aanbevelingen

Een positief voedingsbeleid dat zich richt op het stimuleren van de consumptie van gezonde voedingsmiddelen zoals volle granen, fruit en noten en zaden zou een groter effect hebben dan een beleid dat alleen gericht is op ongezonde voedingsmiddelen zoals zout, suiker en vet. De volgende interventies zouden veelbelovend zijn: mediacampagnes, voedsellabelling, economische aansporing (subsidies) voor gezonder voedsel en belastingheffing op minder gezond voedsel, programma's op school en de werkplaats gericht op gezonder eten, het beperken van reclame voor ongezonde voeding aan kinderen (1;21).

België heeft sinds 2018 ook een voedsellabel ingevoerd, nl. de Nutri-score. Het betreft een logo dat op de voorkant van verpakkingen staat met de bedoeling consumenten beter te informeren over de voedingswaarde van een product. Dit systeem, ontwikkeld in Frankrijk, werd overgenomen door de FOD Volksgezondheid⁸. Het label is een kleurenschaal in combinatie met letters en dient als hulpmiddel om evenwichtiger voeding te kiezen. Een product met een groene A score komt er als beste uit, een met een rode E als slechtste. Er is aangetoond dat dit het eerste label is dat de consument echt helpt gezondere voeding te kopen⁹.

Het is wel belangrijk dat beleidsmaatregelen niet alleen gericht zijn op de consument, maar ook op de sectoren van het voedselsysteem (productie, verwerking en distributie). Ook ingrijpende veranderingen in deze sectoren zijn nodig om de voeding te verbeteren. Daarnaast is er steeds meer bewijs dat een verschuiving van een dierlijk voedingspatroon (bv. rood en verwerkt vlees) naar een plantaardig voedingspatroon (bv. fruit, groenten en volle granen) niet alleen gezonder is, maar ook in verband kan worden gebracht met een lagere uitstoot van broeikasgassen en dus beter is voor het milieu (21).

⁸ <https://www.health.belgium.be/nl/de-nutri-score-0>

⁹ <https://www.gezondleven.be/themas/voeding/beleid/voedingslabels/nutri-score-label>

De prevalentie van mensen dat aangeeft een voedselallergie- of intolerantie te hebben is vaak hoger dan de prevalentie van mensen met effectief een voedselallergie- of intolerantie (17). Het is belangrijk dat een dergelijke allergie vastgesteld wordt door een dokter omdat voedselallergieën gevaarlijk kunnen zijn. De belangrijkste manier om een voedselallergie of –intolerantie te beheren, is door het voedsel dat deze allergie of –intolerantie veroorzaakt te mijden en te leren dat wat men moet mijden eventueel ook onder andere namen bekend is. Daarom is een duidelijk etikettering van al de ingrediënten in het voedingsproduct belangrijk (14).

REFERENTIES

- (1) Micha R, Penalvo JL, Cudhea F, Imamura F, Rehm CD, Mozaffarian D. Association between dietary factors and mortality from heart disease, stroke, and type 2 diabetes in the united states. JAMA 2017 Mar 7;317(9):912-24.
- (2) Leenders M, Sluijs I, Ros MM, Boshuizen HC, Siersema PD, Ferrari P, et al. Fruit and Vegetable Consumption and Mortality: European Prospective Investigation Into Cancer and Nutrition. Am J Epidemiol 2013 Apr 18;178(4):590-602.
- (3) Wang X, Ouyang Y, Liu J, Zhu M, Zhao G, Bao W, et al. Fruit and vegetable consumption and mortality from all causes, cardiovascular disease, and cancer: systematic review and dose-response meta-analysis of prospective cohort studies. BMJ 2014 Jul 29;349.
- (4) Bellavia A, Larsson SC, Bottai M, Wolk A, Orsini N. Fruit and vegetable consumption and all-cause mortality: a dose-response analysis. Am J Clin Nutr 2013 Aug;98(2):454-9.
- (5) Moeller SM, Taylor A, Tucker KL, et al. Overall adherence to the dietary guidelines for americans is associated with reduced prevalence of early age-related nuclear lens opacities in women. J Nutr 2013;134(1812):1819.
- (6) Garcia-Esquinas E, Rahi B, Peres K, Colpo M, Dartigues JF, Bandinelli S, et al. Consumption of fruit and vegetables and risk of frailty: a dose-response analysis of 3 prospective cohorts of community-dwelling older adults. Am J Clin Nutrition 2016 Jul 1;104(1):132-42.
- (7) Vartanian LR, Schwartz MB, Brownell KD. Effects of soft drink consumption on nutrition and health: a systematic review and meta-analysis. Am J Public Health 2007 Apr;97(4):667-75.
- (8) Romaguera D, Norat T, Wark PA, Vergnaud AC, Schulze MB, van Woudenberg GJ, et al. Consumption of sweet beverages and type 2 diabetes incidence in European adults: results from EPIC-InterAct. Diabetologia 2013 Jul;56(7):1520-30.
- (9) Tahmassebi JF, Duggal MS, Malik-Kotru G, Curzon ME. Soft drinks and dental health: a review of the current literature. J Dent 2006 Jan;34(1):2-11.
- (10) Lotters FJ, Lenoir-Wijnkoop I, Fardellone P, Rizzoli R, Rocher E, Poley MJ. Dairy foods and osteoporosis: an example of assessing the health-economic impact of food products. Osteoporos Int 2013 Jan;24(1):139-50.
- (11) Voedingsaanbevelingen voor België - 2016. Brussel: Federale Overheidsdienst Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu; 2016 Jun. Report No.: HGR NR. 9285.
- (12) Vanhauwaert E. De actieve voedingsdriehoek: een praktische voedings- en beweeggids. Brussel; 2012.
- (13) Uzhova I, Fuster V, Fernandez-Ortiz A, Ordovas JM, Sanz J, Fernandez-Friera L, et al. The Importance of Breakfast in Atherosclerosis Disease: Insights From the PESA Study. J Am Coll Cardiol 2017 Oct 10;70(15):1833-42.
- (14) American College of Allergy, Asthma & Immunology (<http://acaai.org/allergies/types/food-allergy>). 3-7-2019.
- (15) Food Allergy Research and Resource Program (<http://farrp.unl.edu/resources/gi-fas/prevalence-of-food-allergies>). 3-7-2019.
- (16) FARE - Food Allergy Research & Education (<https://www.foodallergy.org/life-with-food-allergies/food-allergy-101/facts-and-statistics>). 3-7-2019.

- (17) Prescott SL, Pawankar R, Allen KJ, Campbell DE, Sinn JK, Fiocchi A, et al. A global survey of changing patterns of food allergy burden in children. *World Allergy Organ J* 2013 Dec 4;6(1):21.
- (18) De Keyzer W, Dekkers A, Van V, V, Ottevaere C, Van Oyen H, De HS, et al. Relative validity of a short qualitative food frequency questionnaire for use in food consumption surveys. *Eur J Public Health* 2013 Oct;23(5):737-42.
- (19) 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.
- (20) Guthrie H. Selection and quantification of typical food portions by young adults. *J Am Diet Assoc* 84, 1440-1444. 1984.
- (21) Afshin A, Sur PJ, Fay KA, Cornaby L, Ferrara G, Salama JS, et al. Health effects of dietary risks in 195 countries, 1990-2017: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2017. *The Lancet* 2019.
- (22) Tang ML, Mullins RJ. Food allergy: is prevalence increasing? *Intern Med J* 2017 Mar;47(3):256-61.
- (23) Steinke M, Fiocchi A, Kirchlechner V, Ballmer-Weber B, Brockow K, Hischenhuber C, et al. Perceived food allergy in children in 10 European nations. A randomised telephone survey. *Int Arch Allergy Immunol* 2007;143(4):290-5.

LIJST VAN TABELLEN

Tabel B 1.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, België	58
Tabel B 2.	Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, België	59
Tabel B 3.	Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, België	60
Tabel B 4.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, België	61
Tabel B 5.	Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, België.....	62
Tabel B 6.	Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, België	63
Tabel B 7.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, België.....	64
Tabel B 8.	Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, België.....	65
Tabel B 9.	Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, België	66
Tabel B 10.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), België.....	67
Tabel B 11.	Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, België	68
Tabel B 12.	Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, België.....	69
Tabel B 13.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, België .	70
Tabel B 14.	Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, België.....	71
Tabel B 15.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, België	72
Tabel B 16.	Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, België	73
Tabel B 17.	Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, België.....	74
Tabel B 18.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, België.....	75
Tabel B 19.	Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, België	76
Tabel B 20.	Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, België	77
Tabel B 21.	Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, België ..	78
Tabel B 22.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, Vlaams Gewest	79
Tabel B 23.	Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, Vlaams Gewest	80
Tabel B 24.	Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, Vlaams Gewest.....	81
Tabel B 25.	Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, Vlaams Gewest.....	82
Tabel B 26.	Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, Vlaams Gewest	83
Tabel B 27.	Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, Vlaams Gewest	84

Tabel B 28. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, Vlaams Gewest	85
Tabel B 29. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, Vlaams Gewest	86
Tabel B 30. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, Vlaams Gewest	87
Tabel B 31. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), Vlaams Gewest	88
Tabel B 32. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Vlaams Gewest.....	89
Tabel B 33. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Vlaams Gewest	90
Tabel B 34. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, Vlaams Gewest	91
Tabel B 35. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, Vlaams Gewest	92
Tabel B 36. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, Vlaams Gewest.....	93
Tabel B 37. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, Vlaams Gewest	94
Tabel B 38. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, Vlaams Gewest	95
Tabel B 39. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, Vlaams Gewest	96
Tabel B 40. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, Vlaams Gewest.....	97
Tabel B 41. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, Vlaams Gewest	98
Tabel B 42. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, Vlaams Gewest	99
Tabel B 43. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, Brussels Gewest	100
Tabel B 44. Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, Brussels Gewest.....	101
Tabel B 45. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, Brussels Gewest.....	102
Tabel B 46. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, Brussels Gewest.....	103
Tabel B 47. Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, Brussels Gewest	104
Tabel B 48. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, Brussels Gewest	105
Tabel B 49. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, Brussels Gewest	106
Tabel B 50. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, Brussels Gewest	107
Tabel B 51. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, Brussels Gewest.....	108
Tabel B 52. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), Brussels Gewest	109
Tabel B 53. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Brussels Gewest..	110
Tabel B 54. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Brussels Gewest	111
Tabel B 55. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, Brussels Gewest	112

Tabel B 56. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, Brussels Gewest	113
Tabel B 57. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, Brussels Gewest.....	114
Tabel B 58. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, Brussels Gewest	115
Tabel B 59. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, Brussels Gewest	116
Tabel B 60. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, Brussels Gewest	117
Tabel B 61. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, Brussels Gewest.....	118
Tabel B 62. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, Brussels Gewest	119
Tabel B 63. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, Brussels Gewest	120
Tabel B 64. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, Waals Gewest	121
Tabel B 65. Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, Waals Gewest	122
Tabel B 66. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, Waals Gewest.....	123
Tabel B 67. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, Waals Gewest.....	124
Tabel B 68. Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, Brussels Gewest	125
Tabel B 69. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, Waals Gewest.....	126
Tabel B 70. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, Waals Gewest	127
Tabel B 71. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, Waals Gewest	128
Tabel B 72. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, Waals Gewest.....	129
Tabel B 73. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), Waals Gewest	130
Tabel B 74. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Waals Gewest.....	131
Tabel B 75. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter frisdranken (geen "light") drinkt, Waals Gewest.....	132
Tabel B 76. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, Waals Gewest	133
Tabel B 77. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, Waals Gewest	134
Tabel B 78. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, Waals Gewest.....	135
Tabel B 79. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, Waals Gewest	136
Tabel B 80. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, Waals Gewest	137
Tabel B 81. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, Waals Gewest	138
Tabel B 82. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, Waals Gewest.....	139
Tabel B 83. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, Waals Gewest	140
Tabel B 84. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, Waals Gewest	141

Tabel B 1. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, België

NH01_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	50,6	13,9	20,7	10,0	4,8	5582
	Vrouwen	63,7	12,3	15,5	5,8	2,7	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	68,6	11,3	13,4	3,6	3,1	1856
	15 - 24	45,8	15,1	25,1	7,9	6,2	1059
	25 - 34	46,3	16,3	22,5	11,0	3,9	1338
	35 - 44	46,9	17,6	21,4	9,5	4,6	1578
	45 - 54	54,4	13,3	18,7	10,8	2,8	1723
	55 - 64	60,8	11,7	14,3	9,9	3,4	1668
	65 - 74	66,9	9,8	15,4	5,2	2,6	1287
	75 +	69,0	8,3	14,1	4,8	3,8	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	52,5	11,2	19,3	11,6	5,4	811
	Lager secundair	51,9	11,5	22,0	10,3	4,3	1434
	Hoger secundair	52,5	12,8	19,6	10,2	4,8	3400
	Hoger onderwijs	62,0	14,0	16,0	5,3	2,7	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	59,8	13,1	16,8	6,9	3,3	4293
	Brussels Gewest	59,3	14,8	17,6	5,5	2,7	3099
	Waals Gewest	52,3	12,5	20,1	10,2	4,9	4210
JAAR	2013	55,7	12,8	19,3	8,5	3,7	10820
	2018	57,2	13,1	18,0	7,9	3,8	11602

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 2. Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, België

NH01_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	50,6	(48,6-52,5)	50,9	(48,9-52,9)	5582
	Vrouwen	63,7	(61,9-65,5)	63,9	(62,1-65,7)	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	68,6	(65,4-71,9)	69,2	(65,8-72,4)	1856
	15 - 24	45,8	(41,4-50,2)	46,0	(41,5-50,5)	1059
	25 - 34	46,3	(42,3-50,3)	46,4	(42,3-50,5)	1338
	35 - 44	46,9	(43,2-50,5)	47,1	(43,4-50,8)	1578
	45 - 54	54,4	(50,9-57,9)	54,7	(51,1-58,2)	1723
	55 - 64	60,8	(57,3-64,2)	60,9	(57,4-64,4)	1668
	65 - 74	66,9	(63,3-70,5)	66,9	(63,2-70,4)	1287
	75 +	69,0	(65,2-72,8)	68,1	(64,0-72,0)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	52,5	(47,1-58,0)	45,7	(39,9-51,6)	811
	Lager secundair	51,9	(47,9-56,0)	48,3	(44,0-52,6)	1434
	Hoger secundair	52,5	(49,7-55,2)	53,5	(50,6-56,3)	3400
	Hoger onderwijs	62,0	(59,9-64,1)	63,9	(61,7-66,0)	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	59,8	(57,8-61,9)	60,1	(57,9-62,2)	4293
	Brussels Gewest	59,3	(57,0-61,7)	61,0	(58,5-63,5)	3099
	Waals Gewest	52,3	(49,6-55,0)	52,6	(49,8-55,3)	4210
JAAR	2013	55,7	(54,1-57,2)	56,1	(54,5-57,7)	10820
	2018	57,2	(55,8-58,7)	57,6	(56,1-59,1)	11602

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 3. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, België

NH_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	26,3	(24,6-28,0)	26,0	(24,3-27,7)	5233
	Vrouwen	39,0	(37,1-40,9)	38,2	(36,3-40,2)	5637
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	27,2	(23,3-31,2)	27,3	(23,6-31,4)	1129
	15 - 24	27,5	(23,3-31,7)	27,4	(23,4-31,8)	1057
	25 - 34	26,7	(23,4-30,0)	26,4	(23,2-29,9)	1338
	35 - 44	26,6	(23,6-29,6)	26,4	(23,6-29,6)	1575
	45 - 54	32,8	(29,5-36,0)	32,6	(29,5-36,0)	1723
	55 - 64	39,4	(35,8-42,9)	39,1	(35,6-42,8)	1668
	65 - 74	43,9	(40,0-47,7)	43,5	(39,7-47,3)	1287
	75 +	42,2	(37,8-46,5)	40,7	(36,4-45,1)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	24,5	(20,0-29,1)	18,5	(14,7-23,0)	772
	Lager secundair	30,4	(26,4-34,3)	25,6	(22,1-29,5)	1372
	Hoger secundair	29,5	(27,0-32,1)	28,7	(26,2-31,4)	3203
	Hoger onderwijs	36,3	(34,2-38,3)	36,9	(34,8-39,1)	5327
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	35,2	(33,2-37,2)	34,1	(32,0-36,2)	4039
	Brussels Gewest	32,2	(29,8-34,7)	32,7	(30,2-35,3)	2820
	Waals Gewest	28,9	(26,4-31,3)	28,0	(25,7-30,5)	4011
JAAR	2018	32,7	(31,3-34,2)	.	.	10870

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 4. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, België

NH03_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	72,0	15,0	9,9	2,1	1,1	5584
	Vrouwen	79,4	11,8	6,8	1,0	0,9	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	74,9	12,5	8,6	1,6	2,4	1856
	15 - 24	70,0	14,9	10,7	2,3	2,1	1059
	25 - 34	72,7	14,6	10,7	1,2	0,7	1338
	35 - 44	74,4	14,4	9,1	1,8	0,3	1578
	45 - 54	72,7	17,4	7,9	1,8	0,3	1724
	55 - 64	79,5	12,1	6,7	1,3	0,4	1669
	65 - 74	82,7	9,7	5,7	1,5	0,3	1287
	75 +	83,0	9,2	5,8	1,1	0,9	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	65,4	17,3	11,9	3,6	1,8	811
	Lager secundair	67,9	15,6	13,2	2,4	0,9	1434
	Hoger secundair	72,4	13,9	10,4	1,8	1,6	3402
	Hoger onderwijs	81,1	12,1	5,2	1,0	0,5	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	79,3	12,2	6,7	1,2	0,6	4293
	Brussels Gewest	70,0	16,0	11,0	1,7	1,2	3098
	Waals Gewest	71,7	14,4	10,1	2,2	1,5	4213
JAAR	2013	77,9	12,5	7,2	1,3	1,1	10822
	2018	75,8	13,4	8,3	1,6	1,0	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 5. Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, België

NH03_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	72,0	(70,2-73,7)	72,5	(70,7-74,2)	5584
	Vrouwen	79,4	(77,9-81,0)	79,6	(78,0-81,1)	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	74,9	(71,7-78,1)	75,3	(71,9-78,3)	1856
	15 - 24	70,0	(65,9-74,0)	70,3	(66,0-74,3)	1059
	25 - 34	72,7	(69,3-76,2)	73,0	(69,5-76,2)	1338
	35 - 44	74,4	(71,3-77,5)	74,7	(71,5-77,7)	1578
	45 - 54	72,7	(69,6-75,7)	73,0	(69,8-75,9)	1724
	55 - 64	79,5	(76,6-82,5)	79,7	(76,6-82,5)	1669
	65 - 74	82,7	(79,8-85,7)	82,8	(79,6-85,6)	1287
	75 +	83,0	(80,0-86,0)	82,6	(79,4-85,5)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	65,4	(59,7-71,2)	59,6	(53,2-65,7)	811
	Lager secundair	67,9	(64,1-71,7)	65,2	(61,0-69,2)	1434
	Hoger secundair	72,4	(69,6-75,2)	73,6	(70,8-76,3)	3402
	Hoger onderwijs	81,1	(79,4-82,9)	82,7	(81,0-84,3)	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	79,3	(77,4-81,2)	79,7	(77,8-81,5)	4293
	Brussels Gewest	70,0	(67,6-72,4)	71,2	(68,8-73,5)	3098
	Waals Gewest	71,7	(69,1-74,3)	72,3	(69,6-74,7)	4213
JAAR	2013	77,9	(76,6-79,3)	78,6	(77,2-79,9)	10822
	2018	75,8	(74,4-77,1)	76,3	(74,9-77,6)	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 6. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, België

NH_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	34,5	(32,6-36,4)	33,7	(31,8-35,7)	5233
	Vrouwen	41,3	(39,4-43,3)	40,7	(38,7-42,7)	5638
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	28,4	(24,4-32,4)	28,5	(24,7-32,6)	1129
	15 - 24	33,7	(29,3-38,0)	33,7	(29,5-38,3)	1058
	25 - 34	41,1	(37,1-45,1)	41,1	(37,2-45,2)	1337
	35 - 44	42,7	(39,1-46,2)	42,8	(39,3-46,4)	1577
	45 - 54	38,1	(34,7-41,5)	38,2	(34,8-41,6)	1723
	55 - 64	44,5	(40,8-48,1)	44,5	(40,8-48,1)	1668
	65 - 74	40,9	(37,1-44,6)	40,7	(36,9-44,5)	1286
	75 +	31,3	(27,4-35,3)	30,6	(26,8-34,7)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	25,2	(20,4-30,0)	24,1	(19,5-29,5)	773
	Lager secundair	28,6	(24,7-32,5)	27,0	(23,3-31,1)	1374
	Hoger secundair	31,1	(28,3-33,8)	30,2	(27,5-32,9)	3203
	Hoger onderwijs	46,4	(44,1-48,7)	45,9	(43,5-48,3)	5325
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	37,2	(35,0-39,4)	36,4	(34,2-38,7)	4040
	Brussels Gewest	39,8	(37,2-42,4)	38,8	(36,2-41,5)	2820
	Waals Gewest	38,7	(36,0-41,4)	38,0	(35,3-40,8)	4011
JAAR	2018	38,0	(36,4-39,5)	.	.	10871

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 7. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, België

NH05_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	12,8	4,2	15,3	22,7	45,0	5581
	Vrouwen	12,5	4,2	15,0	21,9	46,4	6017
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	16,3	5,7	18,3	17,7	42,0	1857
	15 - 24	11,4	5,9	18,7	22,3	41,8	1058
	25 - 34	12,1	3,7	16,9	29,7	37,6	1337
	35 - 44	10,8	4,9	16,8	26,1	41,4	1577
	45 - 54	9,8	3,8	15,5	24,1	46,7	1723
	55 - 64	10,8	3,4	12,4	23,7	49,7	1667
	65 - 74	13,6	2,3	10,9	17,1	56,1	1287
	75 +	16,3	2,5	7,8	16,2	57,1	1092
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	9,9	4,9	12,8	16,4	56,0	809
	Lager secundair	12,2	5,1	14,5	16,9	51,3	1434
	Hoger secundair	12,5	4,6	13,2	20,2	49,6	3402
	Hoger onderwijs	13,0	3,5	17,0	25,8	40,7	5747
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	8,9	2,3	13,4	23,7	51,7	4290
	Brussels Gewest	19,0	9,0	22,9	19,2	29,9	3099
	Waals Gewest	16,8	5,7	15,6	21,1	40,8	4209
JAAR	2018	12,6	4,2	15,2	22,3	45,7	11598

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 8. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, België

NH05_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	12,8	(11,5-14,1)	12,6	(11,4-14,0)	5581
	Vrouwen	12,5	(11,2-13,7)	12,2	(11,0-13,5)	6017
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	16,3	(13,5-19,0)	16,2	(13,6-19,2)	1857
	15 - 24	11,4	(8,9-13,9)	11,4	(9,1-14,2)	1058
	25 - 34	12,1	(9,8-14,3)	12,1	(10,0-14,6)	1337
	35 - 44	10,8	(8,8-12,8)	10,8	(8,9-13,0)	1577
	45 - 54	9,8	(7,8-11,9)	9,8	(7,9-12,1)	1723
	55 - 64	10,8	(8,8-12,8)	10,8	(9,0-13,0)	1667
	65 - 74	13,6	(11,1-16,1)	13,6	(11,3-16,3)	1287
	75 +	16,3	(13,1-19,5)	16,4	(13,4-19,9)	1092
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	9,9	(6,7-13,1)	8,6	(6,1-12,0)	809
	Lager secundair	12,2	(9,7-14,6)	11,4	(9,2-14,1)	1434
	Hoger secundair	12,5	(10,7-14,3)	12,4	(10,7-14,3)	3402
	Hoger onderwijs	13,0	(11,5-14,5)	13,0	(11,6-14,6)	5747
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	8,9	(7,6-10,1)	8,7	(7,5-10,0)	4290
	Brussels Gewest	19,0	(17,1-20,9)	18,9	(17,1-20,9)	3099
	Waals Gewest	16,8	(14,7-18,8)	16,6	(14,7-18,7)	4209
JAAR	2018	12,6	(11,6-13,6)	.	.	11598

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 9. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, België

NH_3		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	9,8	(8,6-10,9)	9,4	(8,4-10,6)	5232
	Vrouwen	15,6	(14,2-16,9)	14,9	(13,6-16,3)	5632
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	8,5	(6,4-10,7)	8,5	(6,5-10,9)	1129
	15 - 24	10,7	(7,8-13,5)	10,5	(8,0-13,8)	1056
	25 - 34	10,2	(8,1-12,2)	10,0	(8,1-12,2)	1336
	35 - 44	12,3	(10,2-14,4)	12,1	(10,2-14,4)	1574
	45 - 54	12,7	(10,5-14,9)	12,5	(10,5-14,9)	1722
	55 - 64	16,1	(13,4-18,8)	15,8	(13,3-18,7)	1668
	65 - 74	17,1	(14,2-20,0)	16,6	(14,0-19,6)	1286
	75 +	15,1	(12,0-18,2)	14,2	(11,5-17,5)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	7,5	(4,7-10,3)	5,5	(3,7-8,2)	770
	Lager secundair	10,0	(7,6-12,3)	8,0	(6,3-10,3)	1373
	Hoger secundair	9,4	(7,9-11,0)	8,7	(7,3-10,4)	3202
	Hoger onderwijs	16,0	(14,5-17,5)	15,7	(14,2-17,3)	5323
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	11,3	(10,1-12,6)	10,5	(9,3-11,9)	4038
	Brussels Gewest	15,8	(14,0-17,7)	15,5	(13,6-17,5)	2820
	Waals Gewest	14,0	(12,1-15,9)	13,2	(11,5-15,1)	4006
JAAR	2018	12,7	(11,7-13,7)	.	.	10864

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 10. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), België

NH06_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	24,9	7,5	19,0	17,1	31,5	5584
	Vrouwen	16,0	5,0	16,0	18,8	44,2	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	18,7	7,0	21,6	17,5	35,3	1857
	15 - 24	29,2	9,8	24,4	16,7	19,9	1059
	25 - 34	28,6	8,3	22,0	18,4	22,8	1338
	35 - 44	24,5	5,9	20,5	19,9	29,1	1578
	45 - 54	21,1	6,9	14,0	19,3	38,8	1723
	55 - 64	15,8	4,3	14,2	18,2	47,5	1669
	65 - 74	12,3	3,7	8,9	16,5	58,7	1287
	75 +	8,9	2,2	9,4	16,1	63,4	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	18,8	5,5	16,4	14,3	45,1	811
	Lager secundair	26,4	7,9	15,0	15,5	35,3	1434
	Hoger secundair	27,4	6,4	16,8	15,1	34,3	3402
	Hoger onderwijs	14,6	5,8	18,8	20,8	40,0	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	19,4	6,2	18,4	18,3	37,7	4292
	Brussels Gewest	16,6	6,3	17,3	18,9	40,9	3099
	Waals Gewest	23,2	6,2	16,1	17,0	37,5	4213
JAAR	2013	25,5	6,1	18,4	16,7	33,4	10818
	2018	20,4	6,2	17,5	17,9	38,0	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 11. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, België

NH06_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	24,9	(23,1-26,6)	23,6	(22,0-25,4)	5584
	Vrouwen	16,0	(14,5-17,6)	15,4	(14,0-17,0)	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	18,7	(15,8-21,5)	18,1	(15,4-21,2)	1857
	15 - 24	29,2	(25,5-33,0)	28,7	(25,1-32,6)	1059
	25 - 34	28,6	(24,7-32,4)	28,2	(24,5-32,1)	1338
	35 - 44	24,5	(20,9-28,2)	24,0	(20,5-27,9)	1578
	45 - 54	21,1	(18,3-23,9)	20,6	(18,0-23,5)	1723
	55 - 64	15,8	(13,2-18,4)	15,5	(13,1-18,2)	1669
	65 - 74	12,3	(9,9-14,7)	12,1	(9,9-14,7)	1287
	75 +	8,9	(6,6-11,1)	9,0	(7,0-11,6)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	18,8	(14,7-23,0)	23,5	(18,7-29,1)	811
	Lager secundair	26,4	(22,5-30,2)	28,8	(24,9-33,0)	1434
	Hoger secundair	27,4	(24,6-30,1)	25,2	(22,6-27,9)	3402
	Hoger onderwijs	14,6	(13,0-16,2)	12,5	(11,1-14,0)	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	19,4	(17,6-21,2)	18,4	(16,7-20,3)	4292
	Brussels Gewest	16,6	(14,8-18,4)	14,5	(12,9-16,3)	3099
	Waals Gewest	23,2	(20,7-25,6)	21,8	(19,5-24,2)	4213
JAAR	2013	25,5	(24,1-27,0)	23,9	(22,5-25,4)	10818
	2018	20,4	(19,1-21,7)	19,0	(17,7-20,3)	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 12. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, België

NH_4		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	5,7	(4,8-6,6)	4,5	(3,7-5,4)	5584
	Vrouwen	2,6	(1,9-3,3)	2,1	(1,6-2,7)	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	1,2	(0,6-1,8)	1,1	(0,6-1,8)	1857
	15 - 24	6,8	(4,6-9,0)	6,3	(4,5-8,8)	1059
	25 - 34	7,4	(5,0-9,7)	6,9	(4,9-9,6)	1338
	35 - 44	6,6	(4,5-8,7)	6,1	(4,4-8,5)	1578
	45 - 54	4,9	(3,3-6,4)	4,5	(3,2-6,2)	1723
	55 - 64	3,0	(1,7-4,2)	2,8	(1,8-4,2)	1669
	65 - 74	1,8	(0,9-2,8)	1,7	(1,0-2,9)	1287
	75 +	1,1	(0,3-1,8)	1,1	(0,5-2,1)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	4,2	(2,3-6,1)	4,5	(2,8-7,2)	811
	Lager secundair	6,0	(3,8-8,2)	5,3	(3,6-7,8)	1434
	Hoger secundair	6,1	(4,8-7,3)	4,2	(3,3-5,3)	3402
	Hoger onderwijs	2,4	(1,8-3,1)	1,6	(1,2-2,2)	5751
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	4,3	(3,4-5,1)	3,2	(2,6-4,0)	4292
	Brussels Gewest	2,2	(1,6-2,9)	1,5	(1,1-2,1)	3099
	Waals Gewest	4,4	(3,3-5,6)	3,2	(2,5-4,3)	4213
JAAR	2018	4,1	(3,5-4,7)	.	.	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 13. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, België

NH08_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	38,3	14,4	26,9	12,4	7,9	5584
	Vrouwen	38,3	12,3	27,3	13,9	8,3	6018
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	48,9	15,3	22,0	6,6	7,2	1857
	15 - 24	43,3	17,1	24,9	11,8	3,0	1058
	25 - 34	35,4	14,9	29,8	14,4	5,4	1337
	35 - 44	33,7	15,9	30,9	13,3	6,2	1578
	45 - 54	35,3	12,0	27,8	14,6	10,3	1723
	55 - 64	31,3	10,7	30,9	15,2	11,9	1669
	65 - 74	34,5	10,3	27,5	16,1	11,6	1287
	75 +	40,6	8,2	23,3	17,6	10,4	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,1	10,7	27,4	17,9	13,9	811
	Lager secundair	31,3	11,5	29,3	17,9	9,9	1434
	Hoger secundair	39,1	12,6	26,4	13,2	8,7	3402
	Hoger onderwijs	40,6	14,5	26,9	11,3	6,6	5749
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	40,6	14,8	25,6	12,2	6,8	4293
	Brussels Gewest	29,6	13,9	31,4	15,1	9,9	3098
	Waals Gewest	37,2	10,8	28,1	14,1	9,8	4211
JAAR	2013	41,6	12,0	25,5	13,0	8,0	10821
	2018	38,3	13,4	27,1	13,2	8,1	11602

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 14. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, België

NH08_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	38,3	(36,3-40,2)	38,0	(36,1-39,9)	5584
	Vrouwen	38,3	(36,4-40,2)	38,1	(36,2-40,0)	6018
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	48,9	(45,3-52,6)	48,9	(45,3-52,6)	1857
	15 - 24	43,3	(38,8-47,7)	43,3	(38,9-47,7)	1058
	25 - 34	35,4	(31,5-39,2)	35,4	(31,6-39,4)	1337
	35 - 44	33,7	(30,0-37,3)	33,7	(30,1-37,4)	1578
	45 - 54	35,3	(31,9-38,7)	35,3	(32,0-38,8)	1723
	55 - 64	31,3	(28,3-34,4)	31,3	(28,3-34,5)	1669
	65 - 74	34,5	(31,0-38,0)	34,5	(31,1-38,1)	1287
	75 +	40,6	(36,2-45,0)	40,5	(36,2-45,0)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,1	(25,0-35,1)	28,5	(23,6-34,0)	811
	Lager secundair	31,3	(27,6-35,0)	31,0	(27,4-34,9)	1434
	Hoger secundair	39,1	(36,3-42,0)	39,1	(36,3-42,0)	3402
	Hoger onderwijs	40,6	(38,4-42,8)	40,4	(38,2-42,6)	5749
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	40,6	(38,4-42,7)	40,4	(38,3-42,6)	4293
	Brussels Gewest	29,6	(27,5-31,8)	29,0	(26,9-31,2)	3098
	Waals Gewest	37,2	(34,5-39,9)	36,9	(34,2-39,6)	4211
JAAR	2013	41,6	(40,0-43,2)	41,3	(39,7-42,9)	10821
	2018	38,3	(36,7-39,8)	38,0	(36,5-39,5)	11602

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 15. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, België

NH09_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	60,0	13,8	16,1	5,6	4,5	5584
	Vrouwen	64,7	12,7	13,8	4,8	4,0	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	75,5	10,5	9,3	1,9	2,9	1857
	15 - 24	58,8	15,6	16,1	5,1	4,4	1059
	25 - 34	58,9	14,9	14,7	7,9	3,6	1338
	35 - 44	57,1	15,2	17,7	6,7	3,3	1578
	45 - 54	57,0	14,5	17,4	6,0	5,1	1723
	55 - 64	61,7	10,5	17,4	5,0	5,3	1669
	65 - 74	62,5	11,8	14,8	4,8	6,2	1287
	75 +	63,0	14,2	13,1	5,2	4,5	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	58,9	12,5	17,5	3,9	7,2	811
	Lager secundair	56,4	14,9	17,0	5,6	6,1	1433
	Hoger secundair	59,7	14,4	14,7	7,0	4,2	3402
	Hoger onderwijs	65,8	12,3	14,2	4,1	3,5	5752
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	64,2	13,1	13,8	5,3	3,6	4292
	Brussels Gewest	62,0	15,0	14,7	5,1	3,3	3099
	Waals Gewest	59,5	12,9	16,9	5,1	5,6	4213
JAAR	2013	64,9	11,3	14,2	4,9	4,7	10822
	2018	62,4	13,3	14,9	5,2	4,3	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 16. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, België

NH09_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	60,0	(58,1-61,9)	60,1	(58,2-62,0)	5584
	Vrouwen	64,7	(62,8-66,5)	64,9	(63,1-66,8)	6020
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	75,5	(72,4-78,5)	75,6	(72,4-78,5)	1857
	15 - 24	58,8	(54,6-63,0)	58,9	(54,6-63,1)	1059
	25 - 34	58,9	(54,9-62,9)	59,0	(54,9-62,9)	1338
	35 - 44	57,1	(53,6-60,7)	57,3	(53,6-60,8)	1578
	45 - 54	57,0	(53,7-60,3)	57,1	(53,7-60,4)	1723
	55 - 64	61,7	(58,3-65,2)	61,8	(58,2-65,1)	1669
	65 - 74	62,5	(58,8-66,2)	62,4	(58,6-66,0)	1287
	75 +	63,0	(58,9-67,0)	62,5	(58,3-66,6)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	58,9	(54,1-63,8)	57,9	(52,6-62,9)	811
	Lager secundair	56,4	(52,4-60,5)	56,1	(51,9-60,3)	1433
	Hoger secundair	59,7	(57,0-62,3)	60,3	(57,6-62,9)	3402
	Hoger onderwijs	65,8	(63,7-67,9)	66,2	(64,0-68,2)	5752
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	64,2	(62,2-66,2)	64,5	(62,4-66,5)	4292
	Brussels Gewest	62,0	(59,7-64,3)	62,1	(59,8-64,5)	3099
	Waals Gewest	59,5	(56,9-62,1)	59,6	(57,0-62,2)	4213
JAAR	2013	64,9	(63,4-66,4)	65,2	(63,6-66,7)	10822
	2018	62,4	(60,9-63,8)	62,6	(61,1-64,1)	11604

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 17. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, België

NH10_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	34,9	(33,0-36,7)	32,3	(30,5-34,3)	5222
	Vrouwen	33,9	(32,1-35,6)	31,7	(29,8-33,5)	5631
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	14,8	(11,8-17,8)	14,8	(12,0-18,0)	1125
	15 - 24	40,0	(35,8-44,2)	40,0	(35,9-44,3)	1055
	25 - 34	46,3	(42,4-50,1)	46,3	(42,4-50,1)	1337
	35 - 44	42,6	(39,2-46,0)	42,6	(39,2-46,0)	1575
	45 - 54	35,3	(32,1-38,6)	35,3	(32,1-38,6)	1720
	55 - 64	36,8	(33,5-40,2)	36,8	(33,5-40,3)	1666
	65 - 74	29,0	(25,8-32,3)	29,0	(25,9-32,4)	1286
	75 +	22,8	(19,1-26,5)	22,9	(19,4-26,8)	1089
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,0	(25,2-34,8)	32,1	(27,2-37,4)	772
	Lager secundair	31,0	(27,4-34,5)	30,5	(26,9-34,4)	1372
	Hoger secundair	36,8	(34,4-39,3)	34,0	(31,5-36,5)	3198
	Hoger onderwijs	34,0	(32,0-36,0)	31,0	(29,0-33,1)	5317
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	30,5	(28,6-32,4)	28,3	(26,3-30,3)	4031
	Brussels Gewest	40,9	(38,6-43,2)	37,2	(34,9-39,6)	2814
	Waals Gewest	38,6	(36,3-41,0)	36,4	(34,1-38,9)	4008
JAAR	2013	30,0	(28,6-31,4)	27,3	(25,8-28,7)	10027
	2018	34,3	(33,0-35,7)	31,8	(30,4-33,3)	10853

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 18. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, België

NH11_1		Elke dag	5 tot 6 keer per week	2 tot 4 keer per week	1 keer per week	1 tot 3 keer per maand	Bijna nooit tot nooit	N
GESLACHT	Mannen	73,4	4,6	7,8	2,8	1,3	10,1	5584
	Vrouwen	81,0	3,9	6,1	1,8	0,6	6,6	6021
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	88,7	3,3	2,9	1,4	0,5	3,3	1857
	15 - 24	62,7	7,5	14,3	3,6	1,1	10,8	1059
	25 - 34	66,4	7,7	11,6	2,3	1,3	10,8	1338
	35 - 44	67,1	5,4	9,5	3,1	1,5	13,4	1578
	45 - 54	71,4	4,6	7,3	4,1	1,2	11,4	1724
	55 - 64	80,1	2,0	6,0	2,6	1,1	8,2	1669
	65 - 74	89,5	2,0	2,3	0,8	0,4	4,9	1287
	75 +	95,2	0,5	1,0	0,1	0,2	3,0	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	77,1	3,9	5,6	1,1	0,5	11,7	811
	Lager secundair	76,3	3,5	7,5	2,4	1,5	8,8	1434
	Hoger secundair	73,0	4,2	8,2	2,6	1,4	10,5	3402
	Hoger onderwijs	80,1	4,5	6,2	2,3	0,5	6,4	5752
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	79,9	4,1	6,9	2,3	0,5	6,3	4293
	Brussels Gewest	73,6	4,5	8,6	2,8	1,2	9,4	3099
	Waals Gewest	74,0	4,4	6,6	2,3	1,4	11,4	4213
JAAR	2001	78,7	3,0	7,0	2,2	0,5	8,6	12003
	2004	79,0	2,7	6,8	2,2	0,6	8,6	12872
	2013	78,1	4,4	7,1	2,1	0,7	7,7	10821
	2018	77,2	4,3	6,9	2,3	0,9	8,3	11605

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 19. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, België

NH11_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	73,4	(71,6-75,1)	76,5	(74,7-78,2)	5584
	Vrouwen	81,0	(79,5-82,5)	83,2	(81,7-84,6)	6021
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	88,7	(86,5-90,9)	89,0	(86,6-91,0)	1857
	15 - 24	62,7	(58,3-67,1)	63,0	(58,5-67,3)	1059
	25 - 34	66,4	(62,9-69,9)	66,6	(63,0-70,1)	1338
	35 - 44	67,1	(63,7-70,5)	67,4	(64,0-70,7)	1578
	45 - 54	71,4	(68,1-74,8)	71,7	(68,3-74,9)	1724
	55 - 64	80,1	(77,4-82,8)	80,3	(77,4-82,9)	1669
	65 - 74	89,5	(87,2-91,9)	89,6	(87,1-91,7)	1287
	75 +	95,2	(93,5-96,9)	95,1	(93,1-96,5)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	77,1	(72,6-81,6)	70,1	(64,0-75,6)	811
	Lager secundair	76,3	(72,7-79,9)	75,0	(70,8-78,8)	1434
	Hoger secundair	73,0	(70,7-75,4)	77,2	(74,8-79,4)	3402
	Hoger onderwijs	80,1	(78,4-81,8)	84,3	(82,7-85,8)	5752
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	79,9	(78,1-81,7)	82,3	(80,6-84,0)	4293
	Brussels Gewest	73,6	(71,5-75,7)	77,9	(75,8-79,9)	3099
	Waals Gewest	74,0	(71,8-76,2)	77,1	(74,8-79,2)	4213
JAAR	2001	78,7	(77,5-79,8)	82,1	(81,0-83,2)	12003
	2004	79,0	(77,8-80,3)	82,3	(81,1-83,4)	12872
	2013	78,1	(76,8-79,3)	80,9	(79,6-82,1)	10821
	2018	77,2	(76,0-78,5)	79,8	(78,6-81,0)	11605

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 20. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, België

NH12_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	6,9	(6,0-7,8)	6,6	(5,7-7,5)	5582
	Vrouwen	10,9	(9,9-12,0)	10,6	(9,6-11,7)	6016
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	5,4	(4,1-6,8)	5,3	(4,1-6,9)	1854
	15 - 24	9,6	(7,3-11,8)	9,4	(7,4-11,9)	1058
	25 - 34	9,7	(7,6-11,8)	9,5	(7,6-11,8)	1338
	35 - 44	12,1	(9,9-14,2)	11,9	(9,9-14,2)	1578
	45 - 54	12,6	(10,5-14,8)	12,4	(10,5-14,7)	1723
	55 - 64	8,5	(6,8-10,2)	8,3	(6,8-10,1)	1667
	65 - 74	8,6	(6,7-10,4)	8,3	(6,6-10,3)	1287
	75 +	4,9	(3,3-6,4)	4,5	(3,3-6,2)	1093
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	4,2	(2,6-5,9)	4,5	(3,0-6,7)	811
	Lager secundair	6,2	(4,5-7,9)	6,0	(4,6-7,9)	1434
	Hoger secundair	8,0	(6,7-9,3)	7,5	(6,3-8,8)	3402
	Hoger onderwijs	10,7	(9,6-11,8)	9,9	(8,9-11,1)	5745
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	7,6	(6,6-8,5)	7,1	(6,2-8,1)	4291
	Brussels Gewest	11,9	(10,6-13,2)	11,0	(9,8-12,4)	3095
	Waals Gewest	10,3	(9,0-11,7)	9,7	(8,4-11,1)	4212
JAAR	2018	9,0	(8,2-9,7)	.	.	11598

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 21. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, België

NH14_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,2	(3,5-4,9)	4,0	(3,3-4,7)	5556
	Vrouwen	6,3	(5,5-7,1)	6,1	(5,4-7,0)	5971
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	3,8	(2,7-5,0)	3,8	(2,8-5,2)	1847
	15 - 24	5,8	(4,0-7,7)	5,8	(4,2-7,9)	1052
	25 - 34	5,5	(4,0-6,9)	5,4	(4,1-7,0)	1330
	35 - 44	6,7	(5,0-8,3)	6,6	(5,1-8,4)	1570
	45 - 54	7,2	(5,5-9,0)	7,1	(5,6-9,0)	1705
	55 - 64	4,9	(3,7-6,2)	4,8	(3,7-6,2)	1656
	65 - 74	4,7	(3,4-6,1)	4,6	(3,4-6,1)	1277
	75 +	2,7	(1,6-3,8)	2,6	(1,7-3,8)	1090
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	2,3	(1,1-3,6)	2,6	(1,5-4,5)	808
	Lager secundair	3,6	(2,4-4,8)	3,6	(2,5-5,0)	1429
	Hoger secundair	4,7	(3,7-5,6)	4,4	(3,6-5,5)	3381
	Hoger onderwijs	6,2	(5,4-7,1)	5,8	(5,0-6,7)	5705
VERBLIJF- PLAATS	Vlaams Gewest	4,4	(3,6-5,1)	4,1	(3,5-5,0)	4268
	Brussels Gewest	7,2	(6,1-8,3)	6,8	(5,8-7,9)	3067
	Waals Gewest	6,1	(5,0-7,1)	5,7	(4,8-6,8)	4192
JAAR	2018	5,2	(4,7-5,8)	.	.	11527

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 22. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, Vlaams Gewest

NH01_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	52,4	14,1	19,9	9,4	4,1	2095
	Vrouwen	67,0	12,2	13,8	4,5	2,5	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	74,4	10,5	10,5	1,9	2,7	657
	15 - 24	46,9	16,6	24,5	7,8	4,2	380
	25 - 34	48,0	17,9	20,8	9,4	4,0	452
	35 - 44	49,9	19,2	20,0	8,3	2,6	534
	45 - 54	56,0	13,7	17,4	10,4	2,5	639
	55 - 64	61,0	11,8	14,8	8,4	4,0	653
	65 - 74	67,6	8,6	15,6	5,2	3,1	517
	75 +	71,5	6,3	14,1	4,6	3,5	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	57,3	11,5	14,5	11,6	5,2	227
	Lager secundair	56,0	9,9	19,6	8,9	5,6	496
	Hoger secundair	56,1	12,4	19,0	8,6	3,8	1397
	Hoger onderwijs	63,3	14,6	15,3	4,8	2,1	2141
JAAR	2013	55,3	13,1	20,2	8,4	3,0	3511
	2018	59,8	13,1	16,8	6,9	3,3	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 23. Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, Vlaams Gewest

NH01_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	52,4	(49,7-55,1)	52,4	(49,6-55,2)	2095
	Vrouwen	67,0	(64,5-69,5)	67,3	(64,8-69,8)	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	74,4	(70,0-78,8)	75,2	(70,7-79,2)	657
	15 - 24	46,9	(40,5-53,4)	47,1	(40,6-53,7)	380
	25 - 34	48,0	(42,1-53,8)	47,9	(41,9-54,0)	452
	35 - 44	49,9	(44,6-55,2)	50,1	(44,8-55,4)	534
	45 - 54	56,0	(50,9-61,1)	56,6	(51,4-61,6)	639
	55 - 64	61,0	(56,0-65,9)	61,4	(56,2-66,2)	653
	65 - 74	67,6	(62,6-72,5)	67,7	(62,6-72,5)	517
	75 +	71,5	(66,4-76,5)	70,9	(65,3-75,9)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	57,3	(49,0-65,6)	48,8	(39,6-58,0)	227
	Lager secundair	56,0	(50,1-61,8)	51,1	(44,6-57,6)	496
	Hoger secundair	56,1	(52,4-59,7)	56,9	(53,0-60,8)	1397
	Hoger onderwijs	63,3	(60,4-66,2)	65,4	(62,4-68,2)	2141
JAAR	2013	55,3	(53,0-57,6)	55,5	(53,0-57,8)	3511
	2018	59,8	(57,8-61,9)	60,1	(58,0-62,2)	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 24. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, Vlaams Gewest

NH_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	27,6	(25,1-30,0)	27,0	(24,7-29,6)	1973
	Vrouwen	42,6	(40,0-45,3)	41,7	(38,9-44,6)	2066
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	29,9	(24,0-35,9)	30,0	(24,5-36,2)	406
	15 - 24	28,7	(22,3-35,1)	28,5	(22,6-35,2)	379
	25 - 34	31,3	(26,1-36,6)	30,9	(25,9-36,4)	452
	35 - 44	28,8	(24,3-33,3)	28,6	(24,3-33,3)	532
	45 - 54	35,2	(30,4-40,1)	35,3	(30,6-40,3)	639
	55 - 64	40,4	(35,5-45,3)	40,3	(35,3-45,4)	653
	65 - 74	44,9	(39,6-50,1)	44,4	(39,2-49,8)	517
	75 +	43,3	(37,4-49,2)	41,8	(36,0-47,9)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	26,8	(19,6-34,1)	20,4	(14,4-28,1)	219
	Lager secundair	36,2	(30,2-42,2)	30,2	(24,8-36,2)	484
	Hoger secundair	32,5	(29,0-35,9)	31,1	(27,7-34,8)	1341
	Hoger onderwijs	37,6	(34,7-40,6)	38,2	(35,2-41,3)	1966
JAAR	2018	35,2	(33,2-37,2)	.	.	4039

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 25. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, Vlaams Gewest

NH03_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	76,2	14,1	7,6	1,7	0,5	2095
	Vrouwen	82,4	10,4	5,8	0,6	0,8	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	81,0	10,5	6,7	0,5	1,3	657
	15 - 24	73,2	16,1	7,8	1,6	1,3	380
	25 - 34	76,5	12,5	9,6	0,9	0,4	452
	35 - 44	78,2	13,2	6,3	2,3	0,0	534
	45 - 54	76,0	15,5	7,0	1,5	0,1	639
	55 - 64	81,2	11,9	6,1	0,5	0,4	653
	65 - 74	83,6	9,6	5,0	1,5	0,3	517
	75 +	85,9	7,9	4,2	0,9	1,1	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	67,2	19,6	8,7	2,7	1,9	227
	Lager secundair	68,3	15,9	12,5	2,6	0,6	496
	Hoger secundair	77,1	12,1	8,7	1,1	1,1	1397
	Hoger onderwijs	84,3	10,9	3,8	0,7	0,2	2141
JAAR	2013	79,3	13,1	5,7	0,8	1,0	3511
	2018	79,3	12,2	6,7	1,2	0,6	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 26. Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, Vlaams Gewest

NH03_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	76,2	(73,8-78,6)	76,4	(74,0-78,7)	2095
	Vrouwen	82,4	(80,3-84,5)	82,4	(80,2-84,4)	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	81,0	(76,6-85,3)	81,3	(76,7-85,1)	657
	15 - 24	73,2	(67,1-79,2)	73,4	(66,8-79,1)	380
	25 - 34	76,5	(71,6-81,4)	76,7	(71,4-81,2)	452
	35 - 44	78,2	(73,9-82,5)	78,4	(73,8-82,4)	534
	45 - 54	76,0	(71,8-80,1)	76,3	(72,0-80,2)	639
	55 - 64	81,2	(76,8-85,6)	81,4	(76,6-85,4)	653
	65 - 74	83,6	(79,4-87,8)	83,7	(79,0-87,5)	517
	75 +	85,9	(82,1-89,6)	85,7	(81,4-89,1)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	67,2	(57,2-77,1)	58,9	(47,9-69,1)	227
	Lager secundair	68,3	(62,5-74,1)	63,5	(56,6-69,9)	496
	Hoger secundair	77,1	(73,6-80,5)	77,9	(74,2-81,2)	1397
	Hoger onderwijs	84,3	(82,0-86,6)	85,8	(83,5-87,8)	2141
JAAR	2013	79,3	(77,3-81,4)	79,8	(77,7-81,7)	3511
	2018	79,3	(77,4-81,2)	79,6	(77,7-81,4)	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 27. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, Vlaams Gewest

NH_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	34,2	(31,5-36,9)	33,4	(30,7-36,2)	1972
	Vrouwen	40,1	(37,4-42,9)	39,7	(36,8-42,6)	2068
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	28,9	(23,0-34,8)	29,0	(23,5-35,3)	406
	15 - 24	31,0	(24,9-37,1)	31,0	(25,2-37,5)	379
	25 - 34	43,0	(37,0-48,9)	43,0	(37,2-48,9)	452
	35 - 44	44,9	(39,6-50,1)	45,0	(39,7-50,3)	534
	45 - 54	38,1	(33,2-43,0)	38,2	(33,4-43,3)	638
	55 - 64	43,8	(38,6-49,0)	43,8	(38,7-49,1)	653
	65 - 74	36,0	(30,8-41,2)	35,8	(30,8-41,2)	517
	75 +	26,9	(21,7-32,1)	26,4	(21,6-31,9)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	18,4	(12,2-24,6)	18,7	(13,0-26,0)	220
	Lager secundair	27,2	(21,6-32,8)	26,1	(20,7-32,4)	486
	Hoger secundair	32,0	(28,3-35,6)	31,0	(27,4-34,8)	1339
	Hoger onderwijs	45,1	(41,8-48,4)	44,3	(40,9-47,7)	1966
JAAR	2018	37,2	(35,0-39,4)	.	.	4040

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 28. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, Vlaams Gewest

NH05_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	9,2	2,5	13,6	24,3	50,4	2092
	Vrouwen	8,6	2,2	13,3	23,1	52,9	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	10,6	3,0	16,1	20,6	49,7	657
	15 - 24	8,4	2,4	16,3	24,7	48,2	380
	25 - 34	6,9	2,4	15,3	33,8	41,6	452
	35 - 44	6,7	3,4	13,3	30,5	45,9	534
	45 - 54	5,9	2,2	13,7	24,5	53,6	639
	55 - 64	8,7	2,1	12,4	24,5	52,2	651
	65 - 74	11,2	1,4	11,3	13,9	62,2	517
	75 +	14,0	1,2	6,5	14,2	64,2	460
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	9,3	3,8	13,3	14,1	59,5	227
	Lager secundair	9,0	3,5	13,6	14,1	59,9	496
	Hoger secundair	10,0	3,2	12,1	20,2	54,6	1397
	Hoger onderwijs	7,9	1,3	14,4	29,0	47,4	2138
JAAR	2018	8,9	2,3	13,4	23,7	51,7	4290

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 29. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, Vlaams Gewest

NH05_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	9,2	(7,6-10,9)	9,0	(7,5-10,7)	2092
	Vrouwen	8,6	(7,0-10,1)	8,1	(6,7-9,8)	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	10,6	(7,0-14,1)	10,5	(7,5-14,6)	657
	15 - 24	8,4	(4,8-12,0)	8,4	(5,4-12,7)	380
	25 - 34	6,9	(4,0-9,8)	6,9	(4,5-10,4)	452
	35 - 44	6,7	(4,3-9,2)	6,7	(4,7-9,6)	534
	45 - 54	5,9	(3,6-8,2)	5,9	(4,0-8,6)	639
	55 - 64	8,7	(6,0-11,3)	8,7	(6,4-11,7)	651
	65 - 74	11,2	(7,9-14,5)	11,2	(8,3-14,9)	517
	75 +	14,0	(9,8-18,1)	14,0	(10,4-18,7)	460
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	9,3	(3,6-15,1)	7,1	(3,6-13,5)	227
	Lager secundair	9,0	(5,8-12,1)	7,5	(5,0-11,2)	496
	Hoger secundair	10,0	(7,6-12,3)	9,6	(7,5-12,3)	1397
	Hoger onderwijs	7,9	(6,2-9,6)	8,0	(6,4-9,8)	2138
JAAR	2018	8,9	(7,6-10,1)	.	.	4290

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 30. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, Vlaams Gewest

NH_3		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	8,4	(6,9-9,8)	8,1	(6,8-9,7)	1972
	Vrouwen	14,2	(12,4-16,1)	13,7	(11,9-15,8)	2066
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	8,4	(5,0-11,8)	8,3	(5,5-12,3)	406
	15 - 24	8,4	(4,7-12,0)	8,2	(5,3-12,5)	378
	25 - 34	10,0	(6,8-13,1)	9,7	(7,0-13,2)	452
	35 - 44	11,2	(8,1-14,2)	10,9	(8,3-14,4)	533
	45 - 54	12,6	(9,3-15,9)	12,4	(9,5-16,1)	638
	55 - 64	13,8	(10,5-17,1)	13,5	(10,6-17,1)	653
	65 - 74	13,3	(9,8-16,9)	12,9	(9,8-16,7)	517
	75 +	12,4	(8,8-15,9)	11,5	(8,5-15,4)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	4,4	(1,3-7,5)	3,3	(1,5-6,7)	219
	Lager secundair	9,2	(6,3-12,2)	7,2	(5,1-10,3)	485
	Hoger secundair	8,4	(6,6-10,2)	7,7	(6,0-9,7)	1339
	Hoger onderwijs	14,5	(12,5-16,6)	14,1	(12,2-16,3)	1966
JAAR	2018	11,3	(10,1-12,6)	.	.	4038

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 31. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), Vlaams Gewest

NH06_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	24,7	7,4	20,3	17,2	30,4	2095
	Vrouwen	14,2	5,0	16,5	19,5	44,8	2197
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	17,1	6,3	23,4	20,4	32,8	657
	15 - 24	26,9	9,9	26,9	16,2	20,1	380
	25 - 34	26,6	10,2	22,7	19,7	20,8	452
	35 - 44	23,6	5,2	23,6	20,2	27,3	534
	45 - 54	21,9	7,0	14,6	18,3	38,2	638
	55 - 64	15,4	4,4	13,1	18,7	48,4	653
	65 - 74	13,6	3,5	8,9	16,5	57,6	517
	75 +	8,9	2,4	10,9	14,5	63,4	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	16,6	5,6	16,7	16,3	44,8	227
	Lager secundair	26,3	5,9	14,8	13,4	39,6	496
	Hoger secundair	26,1	6,5	17,9	14,8	34,7	1397
	Hoger onderwijs	13,9	6,2	19,8	21,8	38,3	2140
JAAR	2013	23,8	6,0	19,2	18,1	32,9	3507
	2018	19,4	6,2	18,4	18,3	37,7	4292

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 32. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Vlaams Gewest

NH06_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	24,7	(22,3-27,2)	24,0	(21,7-26,5)	2095
	Vrouwen	14,2	(12,1-16,4)	13,9	(11,9-16,2)	2197
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	17,1	(13,2-21,1)	16,4	(12,8-20,7)	657
	15 - 24	26,9	(21,6-32,3)	26,2	(21,1-32,0)	380
	25 - 34	26,6	(21,2-32,1)	26,1	(21,1-31,7)	452
	35 - 44	23,6	(18,4-28,8)	22,9	(18,0-28,6)	534
	45 - 54	21,9	(17,8-25,9)	21,0	(17,3-25,3)	638
	55 - 64	15,4	(12,0-18,8)	14,8	(11,8-18,4)	653
	65 - 74	13,6	(10,1-17,1)	13,3	(10,2-17,1)	517
	75 +	8,9	(5,8-12,0)	9,0	(6,3-12,6)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	16,6	(10,3-22,9)	22,3	(14,9-31,9)	227
	Lager secundair	26,3	(20,8-31,8)	31,2	(25,4-37,6)	496
	Hoger secundair	26,1	(22,5-29,7)	24,4	(21,0-28,3)	1397
	Hoger onderwijs	13,9	(11,7-16,1)	11,6	(9,7-13,8)	2140
JAAR	2013	23,8	(21,7-25,9)	22,5	(20,5-24,6)	3507
	2018	19,4	(17,6-21,2)	18,2	(16,5-20,1)	4292

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 33. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Vlaams Gewest

NH_4		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	6,3	(4,9-7,6)	5,3	(4,2-6,6)	2095
	Vrouwen	2,3	(1,5-3,1)	1,9	(1,4-2,8)	2197
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	1,5	(0,4-2,5)	1,3	(0,6-2,6)	657
	15 - 24	6,7	(3,8-9,6)	5,9	(3,7-9,4)	380
	25 - 34	7,8	(4,5-11,1)	7,0	(4,5-10,8)	452
	35 - 44	6,5	(3,8-9,2)	5,8	(3,8-8,7)	534
	45 - 54	5,4	(3,2-7,6)	4,7	(3,1-7,1)	638
	55 - 64	3,3	(1,4-5,2)	2,9	(1,6-5,4)	653
	65 - 74	1,8	(0,4-3,2)	1,6	(0,7-3,5)	517
	75 +	1,4	(0,3-2,5)	1,3	(0,6-2,9)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	2,1	(0,0-4,5)	2,4	(0,7-8,3)	227
	Lager secundair	5,9	(2,7-9,0)	5,8	(3,2-10,5)	496
	Hoger secundair	6,8	(5,1-8,6)	5,0	(3,7-6,6)	1397
	Hoger onderwijs	2,5	(1,7-3,4)	1,7	(1,1-2,4)	2140
JAAR	2018	4,3	(3,4-5,1)	.	.	4292

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 34. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, Vlaams Gewest

NH08_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	40,5	15,5	26,2	11,5	6,3	2095
	Vrouwen	40,6	14,1	25,1	13,0	7,3	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	51,7	14,3	19,9	5,8	8,2	657
	15 - 24	43,3	18,5	24,0	11,7	2,5	380
	25 - 34	36,0	18,1	29,1	13,2	3,6	452
	35 - 44	37,7	19,3	28,2	10,9	3,9	534
	45 - 54	36,9	13,0	26,3	14,8	9,0	639
	55 - 64	33,4	14,4	31,5	12,2	8,5	653
	65 - 74	38,1	10,4	25,9	16,4	9,3	517
	75 +	45,2	9,6	20,4	16,3	8,5	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,9	13,4	21,8	19,4	14,3	227
	Lager secundair	33,8	12,9	26,7	17,3	9,4	496
	Hoger secundair	40,6	12,9	26,0	12,8	7,8	1397
	Hoger onderwijs	43,3	16,4	25,6	9,8	4,9	2141
JAAR	2013	41,4	11,7	27,5	12,8	6,5	3509
	2018	40,6	14,8	25,6	12,2	6,8	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 35. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, Vlaams Gewest

NH08_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	40,5	(37,8-43,2)	40,3	(37,6-43,1)	2095
	Vrouwen	40,6	(37,9-43,4)	40,5	(37,7-43,3)	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	51,7	(46,4-57,1)	51,7	(46,4-57,0)	657
	15 - 24	43,3	(36,8-49,8)	43,3	(37,0-49,9)	380
	25 - 34	36,0	(30,2-41,8)	36,0	(30,4-41,9)	452
	35 - 44	37,7	(32,4-42,9)	37,7	(32,6-43,1)	534
	45 - 54	36,9	(32,1-41,7)	36,9	(32,3-41,8)	639
	55 - 64	33,4	(29,0-37,8)	33,4	(29,2-37,9)	653
	65 - 74	38,1	(33,1-43,0)	38,1	(33,3-43,1)	517
	75 +	45,2	(39,2-51,2)	45,2	(39,3-51,3)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	30,9	(22,9-39,0)	27,7	(20,2-36,6)	227
	Lager secundair	33,8	(28,2-39,3)	32,8	(27,4-38,8)	496
	Hoger secundair	40,6	(36,8-44,3)	40,8	(37,0-44,6)	1397
	Hoger onderwijs	43,3	(40,3-46,4)	43,4	(40,3-46,5)	2141
JAAR	2013	41,4	(39,1-43,8)	41,3	(38,9-43,7)	3509
	2018	40,6	(38,4-42,7)	40,4	(38,3-42,6)	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 36. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, Vlaams Gewest

NH09_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	61,9	13,1	15,4	5,8	3,8	2095
	Vrouwen	66,4	13,1	12,2	4,7	3,4	2197
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	76,8	9,6	9,3	1,8	2,5	657
	15 - 24	66,4	14,2	11,6	4,6	3,1	380
	25 - 34	61,9	14,5	13,0	8,8	1,8	452
	35 - 44	62,0	14,7	15,0	6,0	2,3	534
	45 - 54	56,9	15,5	16,5	6,3	4,8	638
	55 - 64	63,9	9,1	17,5	4,7	4,8	653
	65 - 74	60,3	13,0	15,4	5,0	6,3	517
	75 +	61,0	16,6	12,5	5,9	4,0	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	61,2	11,2	16,9	3,3	7,5	227
	Lager secundair	57,1	16,3	15,6	6,0	5,1	495
	Hoger secundair	61,0	13,5	14,2	7,8	3,5	1397
	Hoger onderwijs	68,1	12,5	12,8	3,5	3,0	2141
JAAR	2013	63,5	11,3	15,4	5,6	4,2	3510
	2018	64,2	13,1	13,8	5,3	3,6	4292

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 37. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, Vlaams Gewest

NH09_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	61,9	(59,3-64,6)	62,1	(59,4-64,8)	2095
	Vrouwen	66,4	(63,9-68,9)	66,9	(64,3-69,4)	2197
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	76,8	(72,5-81,0)	76,9	(72,4-80,9)	657
	15 - 24	66,4	(60,5-72,3)	66,5	(60,3-72,2)	380
	25 - 34	61,9	(56,0-67,8)	61,9	(55,9-67,6)	452
	35 - 44	62,0	(56,9-67,1)	62,1	(56,9-67,0)	534
	45 - 54	56,9	(52,2-61,6)	57,1	(52,3-61,7)	638
	55 - 64	63,9	(58,9-68,8)	63,9	(58,9-68,7)	653
	65 - 74	60,3	(55,1-65,5)	60,2	(54,9-65,3)	517
	75 +	61,0	(55,3-66,6)	60,6	(54,7-66,2)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	61,2	(53,5-68,8)	61,5	(53,0-69,3)	227
	Lager secundair	57,1	(51,0-63,2)	57,9	(51,2-64,4)	495
	Hoger secundair	61,0	(57,5-64,6)	61,7	(58,1-65,2)	1397
	Hoger onderwijs	68,1	(65,3-71,0)	68,2	(65,2-71,0)	2141
JAAR	2013	63,5	(61,2-65,8)	63,8	(61,5-66,2)	3510
	2018	64,2	(62,2-66,2)	64,6	(62,5-66,6)	4292

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 38. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, Vlaams Gewest

NH10_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	31,0	(28,4-33,6)	29,1	(26,5-31,9)	1966
	Vrouwen	30,0	(27,6-32,4)	28,4	(25,9-31,1)	2065
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	15,4	(10,8-20,1)	15,4	(11,4-20,6)	404
	15 - 24	38,9	(32,5-45,3)	38,9	(32,7-45,4)	379
	25 - 34	45,5	(39,8-51,3)	45,5	(39,9-51,3)	452
	35 - 44	34,8	(29,9-39,7)	34,8	(30,1-39,8)	533
	45 - 54	29,9	(25,5-34,3)	29,9	(25,7-34,5)	638
	55 - 64	31,1	(26,7-35,5)	31,1	(26,9-35,7)	650
	65 - 74	24,6	(20,2-28,9)	24,6	(20,5-29,2)	516
	75 +	19,5	(14,6-24,5)	19,6	(15,1-25,0)	459
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	22,8	(15,2-30,4)	26,7	(19,2-35,9)	219
	Lager secundair	27,7	(22,3-33,2)	28,8	(23,3-35,0)	485
	Hoger secundair	34,2	(30,8-37,5)	32,2	(28,8-35,8)	1337
	Hoger onderwijs	29,5	(26,7-32,2)	26,7	(24,0-29,6)	1962
JAAR	2013	26,4	(24,3-28,4)	24,2	(22,2-26,4)	3277
	2018	30,5	(28,6-32,4)	28,5	(26,5-30,6)	4031

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 39. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, Vlaams Gewest

NH11_1		Elke dag	5 tot 6 keer per week	2 tot 4 keer per week	1 keer per week	1 tot 3 keer per maand	Bijna nooit tot nooit	N
GESLACHT	Mannen	76,0	4,6	8,4	2,7	0,9	7,5	2095
	Vrouwen	83,7	3,6	5,4	1,9	0,2	5,1	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	89,9	3,5	2,8	1,4	0,2	2,1	657
	15 - 24	64,8	7,5	14,3	3,7	0,6	9,1	380
	25 - 34	71,6	7,0	11,1	1,2	1,0	8,1	452
	35 - 44	72,1	6,3	8,1	2,6	0,9	10,0	534
	45 - 54	72,3	4,4	9,2	5,3	0,9	8,0	639
	55 - 64	82,3	1,7	6,6	2,7	0,1	6,6	653
	65 - 74	89,9	2,1	2,4	0,8	0,6	4,1	517
	75 +	96,2	0,4	0,6	0,0	0,0	2,7	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	81,8	3,2	5,3	1,4	1,0	7,3	227
	Lager secundair	79,0	3,3	7,7	1,9	1,4	6,7	496
	Hoger secundair	76,3	3,7	8,5	2,4	0,6	8,5	1397
	Hoger onderwijs	82,1	4,6	5,9	2,4	0,3	4,6	2141
JAAR	2001	79,8	2,9	7,2	2,1	0,6	7,4	4081
	2004	80,3	2,9	6,9	2,2	0,3	7,3	4491
	2013	80,8	4,8	6,9	1,5	0,3	5,7	3510
	2018	79,9	4,1	6,9	2,3	0,5	6,3	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 40. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, Vlaams Gewest

NH11_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	76,0	(73,5-78,5)	78,7	(76,1-81,1)	2095
	Vrouwen	83,7	(81,6-85,7)	85,5	(83,4-87,4)	2198
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	89,9	(86,9-92,9)	90,2	(86,9-92,8)	657
	15 - 24	64,8	(57,9-71,7)	65,2	(58,0-71,7)	380
	25 - 34	71,6	(66,8-76,4)	71,9	(66,8-76,4)	452
	35 - 44	72,1	(67,4-76,8)	72,5	(67,6-76,9)	534
	45 - 54	72,3	(67,3-77,2)	72,8	(67,7-77,3)	639
	55 - 64	82,3	(78,5-86,1)	82,7	(78,5-86,1)	653
	65 - 74	89,9	(86,6-93,3)	90,1	(86,2-92,9)	517
	75 +	96,2	(93,9-98,5)	96,2	(93,1-97,9)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	81,8	(75,2-88,4)	73,5	(62,7-82,0)	227
	Lager secundair	79,0	(73,8-84,3)	75,5	(68,5-81,4)	496
	Hoger secundair	76,3	(73,0-79,5)	79,9	(76,5-82,8)	1397
	Hoger onderwijs	82,1	(79,7-84,6)	86,2	(83,9-88,2)	2141
JAAR	2001	79,8	(78,1-81,5)	83,4	(81,8-84,9)	4081
	2004	80,3	(78,4-82,2)	83,6	(81,8-85,3)	4491
	2013	80,8	(79,0-82,7)	83,3	(81,5-85,0)	3510
	2018	79,9	(78,1-81,7)	82,2	(80,4-83,8)	4293

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 41. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, Vlaams Gewest

NH12_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	5,9	(4,7-7,1)	5,6	(4,6-6,9)	2094
	Vrouwen	9,2	(7,7-10,6)	8,9	(7,6-10,4)	2197
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	5,3	(3,3-7,3)	5,2	(3,6-7,6)	656
	15 - 24	7,3	(4,2-10,5)	7,2	(4,6-11,0)	379
	25 - 34	9,2	(6,3-12,1)	9,0	(6,6-12,3)	452
	35 - 44	11,2	(8,1-14,3)	11,1	(8,3-14,6)	534
	45 - 54	10,1	(7,4-12,9)	10,0	(7,6-13,1)	639
	55 - 64	6,8	(4,6-8,9)	6,6	(4,8-9,0)	653
	65 - 74	6,5	(4,2-8,7)	6,3	(4,4-8,8)	517
	75 +	3,6	(1,8-5,5)	3,4	(2,0-5,7)	461
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	3,2	(0,6-5,8)	3,7	(1,6-8,2)	227
	Lager secundair	5,0	(2,6-7,4)	5,2	(3,2-8,3)	496
	Hoger secundair	7,0	(5,5-8,6)	6,6	(5,2-8,4)	1397
	Hoger onderwijs	8,9	(7,4-10,4)	8,2	(6,9-9,7)	2139
JAAR	2018	7,6	(6,6-8,5)	.	.	4291

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 42. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, Vlaams Gewest

NH14_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	3,6	(2,6-4,6)	3,4	(2,6-4,4)	2087
	Vrouwen	5,1	(4,0-6,2)	4,9	(4,0-6,1)	2181
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	3,7	(2,0-5,4)	3,6	(2,3-5,8)	652
	15 - 24	5,3	(2,4-8,1)	5,2	(3,0-8,9)	378
	25 - 34	4,8	(2,8-6,8)	4,7	(3,1-7,2)	448
	35 - 44	6,3	(3,9-8,8)	6,3	(4,2-9,2)	533
	45 - 54	5,8	(3,6-8,0)	5,7	(3,9-8,3)	635
	55 - 64	3,6	(2,0-5,3)	3,6	(2,3-5,6)	648
	65 - 74	3,2	(1,6-4,8)	3,1	(1,9-5,1)	514
	75 +	1,7	(0,4-3,0)	1,6	(0,8-3,4)	460
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	1,4	(0,0-3,4)	1,7	(0,4-6,8)	226
	Lager secundair	2,2	(0,8-3,7)	2,4	(1,3-4,7)	493
	Hoger secundair	4,0	(2,8-5,3)	3,8	(2,8-5,2)	1390
	Hoger onderwijs	5,2	(4,1-6,4)	4,8	(3,8-6,1)	2127
JAAR	2018	4,4	(3,6-5,1)	.	.	4268

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 43. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, Brussels Gewest

NH01_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	54,2	16,0	19,3	7,1	3,4	1463
	Vrouwen	64,3	13,6	16,1	4,0	2,1	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	71,5	12,1	12,6	1,3	2,5	586
	15 - 24	45,3	21,7	24,5	3,4	5,0	230
	25 - 34	55,1	16,2	19,8	7,1	1,8	447
	35 - 44	56,5	16,4	19,4	5,2	2,4	516
	45 - 54	54,1	13,8	22,9	7,9	1,3	439
	55 - 64	63,5	12,2	14,8	6,8	2,6	378
	65 - 74	66,2	11,7	10,7	8,7	2,7	291
	75 +	62,6	11,9	11,0	8,8	5,6	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	53,4	9,3	25,9	6,4	5,1	281
	Lager secundair	52,8	18,4	20,7	5,9	2,2	276
	Hoger secundair	52,5	17,0	19,3	6,7	4,5	764
	Hoger onderwijs	64,9	14,1	14,5	4,9	1,6	1710
JAAR	2013	62,4	12,3	17,3	5,2	2,8	3097
	2018	59,3	14,8	17,6	5,5	2,7	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 44. Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, Brussels Gewest

NH01_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	54,2	(51,1-57,3)	54,7	(51,5-57,8)	1463
	Vrouwen	64,3	(61,4-67,2)	65,0	(62,0-67,8)	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	71,5	(67,1-75,9)	71,9	(67,2-76,1)	586
	15 - 24	45,3	(37,7-52,9)	45,3	(37,7-53,1)	230
	25 - 34	55,1	(49,6-60,6)	55,1	(49,5-60,6)	447
	35 - 44	56,5	(51,7-61,4)	56,8	(51,9-61,6)	516
	45 - 54	54,1	(48,8-59,3)	54,4	(49,2-59,6)	439
	55 - 64	63,5	(57,9-69,1)	63,6	(57,9-68,9)	378
	65 - 74	66,2	(59,6-72,8)	66,0	(59,1-72,2)	291
	75 +	62,6	(55,5-69,8)	61,5	(54,0-68,6)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	53,4	(44,8-62,0)	53,0	(44,0-61,9)	281
	Lager secundair	52,8	(43,7-61,9)	52,0	(43,3-60,6)	276
	Hoger secundair	52,5	(47,6-57,5)	53,9	(48,7-59,1)	764
	Hoger onderwijs	64,9	(62,0-67,8)	65,8	(62,8-68,6)	1710
JAAR	2013	62,4	(59,9-65,0)	63,4	(60,8-66,0)	3097
	2018	59,3	(57,0-61,7)	60,2	(57,8-62,5)	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 45. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, Brussels Gewest

NH_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	28,0	(24,9-31,1)	28,8	(25,7-32,1)	1329
	Vrouwen	36,3	(33,3-39,3)	37,0	(33,9-40,2)	1491
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	30,7	(24,1-37,3)	30,9	(24,7-37,9)	307
	15 - 24	27,4	(19,9-35,0)	27,3	(20,3-35,6)	230
	25 - 34	24,9	(20,2-29,5)	24,6	(20,3-29,6)	447
	35 - 44	33,8	(28,9-38,7)	33,9	(29,1-39,0)	516
	45 - 54	31,1	(26,2-36,0)	31,2	(26,5-36,2)	439
	55 - 64	38,4	(32,7-44,1)	38,2	(32,7-44,0)	378
	65 - 74	43,7	(36,9-50,4)	43,3	(36,6-50,2)	291
	75 +	40,8	(33,8-47,8)	39,7	(33,0-46,8)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	20,0	(12,6-27,4)	19,5	(12,9-28,4)	254
	Lager secundair	26,7	(18,5-34,8)	26,0	(18,6-35,0)	250
	Hoger secundair	26,6	(21,6-31,6)	28,1	(23,1-33,6)	688
	Hoger onderwijs	37,7	(34,5-40,9)	38,6	(35,3-41,9)	1564
JAAR	2018	32,2	(29,8-34,7)	.	.	2820

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 46. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, Brussels Gewest

NH03_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	65,9	17,4	13,0	2,2	1,5	1463
	Vrouwen	74,0	14,5	9,2	1,3	0,9	1635
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	72,6	15,3	9,5	0,9	1,7	585
	15 - 24	57,9	18,9	15,2	3,1	5,0	230
	25 - 34	71,6	14,6	11,9	1,8	0,2	447
	35 - 44	69,0	17,0	12,1	1,8	0,2	516
	45 - 54	65,2	21,6	11,3	1,6	0,4	439
	55 - 64	72,7	13,1	11,4	2,2	0,6	378
	65 - 74	78,2	14,3	5,6	1,5	0,4	291
	75 +	80,1	8,4	7,9	1,5	2,0	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	61,0	12,9	17,7	4,8	3,5	281
	Lager secundair	59,6	24,2	13,0	1,6	1,6	276
	Hoger secundair	63,4	17,7	15,3	2,1	1,5	764
	Hoger onderwijs	77,0	14,2	7,1	1,1	0,7	1709
JAAR	2013	75,9	11,6	9,5	1,5	1,4	3100
	2018	70,0	16,0	11,0	1,7	1,2	3098

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 47. Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, Brussels Gewest

NH03_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	65,9	(62,8-68,9)	67,0	(63,9-69,9)	1463
	Vrouwen	74,0	(71,2-76,9)	74,7	(71,8-77,3)	1635
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	72,6	(68,1-77,1)	72,9	(68,2-77,2)	585
	15 - 24	57,9	(50,3-65,5)	58,0	(50,3-65,3)	230
	25 - 34	71,6	(66,5-76,7)	71,7	(66,4-76,5)	447
	35 - 44	69,0	(64,3-73,6)	69,3	(64,4-73,7)	516
	45 - 54	65,2	(60,1-70,3)	65,5	(60,3-70,4)	439
	55 - 64	72,7	(67,5-77,9)	72,8	(67,3-77,7)	378
	65 - 74	78,2	(73,0-83,4)	78,1	(72,4-82,9)	291
	75 +	80,1	(73,5-86,8)	79,5	(71,9-85,5)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	61,0	(52,5-69,6)	61,3	(52,4-69,6)	281
	Lager secundair	59,6	(50,3-68,9)	59,6	(49,8-68,7)	276
	Hoger secundair	63,4	(58,3-68,5)	65,5	(60,4-70,3)	764
	Hoger onderwijs	77,0	(74,1-79,8)	78,0	(75,0-80,6)	1709
JAAR	2013	75,9	(73,7-78,2)	76,9	(74,5-79,1)	3100
	2018	70,0	(67,6-72,4)	71,0	(68,6-73,3)	3098

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 48. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, Brussels Gewest

NH_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	36,1	(32,9-39,2)	36,0	(32,8-39,3)	1329
	Vrouwen	43,4	(40,2-46,6)	43,4	(40,2-46,7)	1491
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	35,8	(29,2-42,4)	36,0	(29,7-42,9)	307
	15 - 24	31,4	(24,4-38,4)	31,4	(24,8-38,8)	230
	25 - 34	39,5	(34,0-45,0)	39,4	(34,1-45,0)	447
	35 - 44	43,7	(38,6-48,8)	43,8	(38,8-48,9)	516
	45 - 54	40,9	(35,6-46,3)	41,1	(35,9-46,5)	439
	55 - 64	41,1	(35,4-46,8)	41,0	(35,5-46,8)	378
	65 - 74	50,5	(43,9-57,1)	50,2	(43,7-56,8)	291
	75 +	37,8	(30,5-45,2)	36,9	(29,9-44,4)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	22,0	(14,0-30,1)	22,4	(15,1-31,8)	254
	Lager secundair	29,4	(21,2-37,6)	29,1	(21,7-37,9)	250
	Hoger secundair	29,3	(24,3-34,3)	30,0	(25,1-35,4)	688
	Hoger onderwijs	49,5	(46,0-52,9)	49,4	(45,8-52,9)	1564
JAAR	2018	39,8	(37,2-42,4)	.	.	2820

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 49. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, Brussels Gewest

NH05_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	20,3	9,4	23,6	19,0	27,7	1463
	Vrouwen	17,8	8,7	22,2	19,3	31,9	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	22,9	10,3	28,3	12,2	26,3	586
	15 - 24	20,3	10,5	29,3	19,1	20,7	230
	25 - 34	18,4	11,0	23,6	20,9	26,0	447
	35 - 44	14,8	9,4	25,7	22,4	27,7	516
	45 - 54	16,7	7,1	22,4	22,6	31,3	439
	55 - 64	19,2	6,2	15,4	23,3	35,9	378
	65 - 74	20,3	6,5	9,1	16,9	47,2	291
	75 +	19,8	6,8	12,6	17,5	43,2	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	16,9	5,8	23,0	13,0	41,3	281
	Lager secundair	16,0	10,9	19,6	17,6	35,9	276
	Hoger secundair	21,5	8,9	22,8	18,0	28,8	764
	Hoger onderwijs	19,0	9,0	23,4	21,5	27,1	1710
JAAR	2018	19,0	9,0	22,9	19,2	29,9	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 50. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, Brussels Gewest

NH05_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	20,3	(17,7-22,8)	20,2	(17,8-22,9)	1463
	Vrouwen	17,8	(15,6-20,1)	17,8	(15,7-20,1)	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	22,9	(18,4-27,4)	22,8	(18,7-27,5)	586
	15 - 24	20,3	(14,2-26,5)	20,3	(14,9-27,0)	230
	25 - 34	18,4	(14,3-22,5)	18,4	(14,7-22,9)	447
	35 - 44	14,8	(11,2-18,3)	14,7	(11,5-18,6)	516
	45 - 54	16,7	(12,6-20,7)	16,6	(12,9-21,0)	439
	55 - 64	19,2	(14,6-23,7)	19,2	(15,0-24,1)	378
	65 - 74	20,3	(15,0-25,5)	20,3	(15,6-26,1)	291
	75 +	19,8	(13,3-26,3)	20,1	(14,4-27,4)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	16,9	(10,8-22,9)	16,2	(11,2-22,9)	281
	Lager secundair	16,0	(10,5-21,5)	15,6	(10,9-21,9)	276
	Hoger secundair	21,5	(17,5-25,5)	21,3	(17,7-25,5)	764
	Hoger onderwijs	19,0	(16,4-21,6)	19,1	(16,7-21,9)	1710
JAAR	2018	19,0	(17,1-20,9)	.	.	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 51. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, Brussels Gewest

NH_3		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	13,3	(11,1-15,5)	13,4	(11,3-15,8)	1329
	Vrouwen	18,2	(15,8-20,6)	18,4	(16,0-21,1)	1491
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	15,5	(10,6-20,4)	15,6	(11,3-21,1)	307
	15 - 24	12,3	(7,4-17,1)	12,2	(8,1-17,9)	230
	25 - 34	12,8	(9,2-16,4)	12,6	(9,5-16,6)	447
	35 - 44	17,7	(13,6-21,8)	17,7	(13,9-22,2)	516
	45 - 54	16,6	(12,7-20,6)	16,6	(13,1-20,9)	439
	55 - 64	16,3	(12,4-20,2)	16,1	(12,6-20,4)	378
	65 - 74	24,9	(18,6-31,3)	24,5	(18,7-31,4)	291
	75 +	14,2	(9,1-19,4)	13,5	(9,3-19,3)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	7,1	(2,6-11,5)	7,2	(3,7-13,3)	254
	Lager secundair	12,9	(6,6-19,2)	12,6	(7,6-20,3)	250
	Hoger secundair	10,7	(7,3-14,2)	11,1	(8,0-15,3)	688
	Hoger onderwijs	20,0	(17,4-22,6)	20,0	(17,4-22,8)	1564
JAAR	2018	15,8	(14,0-17,7)	.	.	2820

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 52. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), Brussels Gewest

NH06_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	19,6	7,6	19,5	17,9	35,4	1463
	Vrouwen	13,7	5,1	15,2	19,9	46,1	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	14,7	7,7	21,4	17,2	39,0	586
	15 - 24	22,1	12,8	19,3	21,9	23,9	230
	25 - 34	21,7	6,9	20,6	20,5	30,4	447
	35 - 44	15,5	5,4	17,9	21,7	39,6	516
	45 - 54	15,4	5,0	18,0	16,1	45,4	439
	55 - 64	16,8	3,3	12,7	18,8	48,5	378
	65 - 74	9,9	2,9	8,5	16,2	62,4	291
	75 +	10,1	2,2	5,3	16,2	66,2	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	23,1	9,8	17,1	13,2	36,9	281
	Lager secundair	25,7	7,4	19,8	13,7	33,4	276
	Hoger secundair	24,1	6,7	18,1	17,3	33,8	764
	Hoger onderwijs	9,8	5,2	16,4	22,1	46,5	1710
JAAR	2013	22,5	6,8	20,0	15,5	35,2	3100
	2018	16,6	6,3	17,3	18,9	40,9	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 53. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Brussels Gewest

NH06_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	19,6	(17,2-22,0)	18,4	(16,2-20,9)	1463
	Vrouwen	13,7	(11,6-15,9)	12,9	(11,0-15,2)	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	14,7	(10,9-18,5)	14,4	(11,0-18,6)	586
	15 - 24	22,1	(16,0-28,2)	21,9	(16,5-28,5)	230
	25 - 34	21,7	(17,4-26,0)	21,6	(17,5-26,2)	447
	35 - 44	15,5	(12,2-18,8)	15,2	(12,2-18,8)	516
	45 - 54	15,4	(11,7-19,2)	15,1	(11,8-19,2)	439
	55 - 64	16,8	(12,2-21,3)	16,6	(12,5-21,7)	378
	65 - 74	9,9	(6,4-13,5)	9,9	(6,9-14,1)	291
	75 +	10,1	(5,1-15,2)	10,4	(6,3-16,8)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	23,1	(16,8-29,4)	22,4	(16,8-29,3)	281
	Lager secundair	25,7	(18,1-33,2)	25,5	(18,7-33,9)	276
	Hoger secundair	24,1	(19,7-28,4)	21,8	(17,9-26,2)	764
	Hoger onderwijs	9,8	(8,0-11,6)	8,9	(7,3-10,8)	1710
JAAR	2013	22,5	(20,4-24,7)	20,6	(18,6-22,7)	3100
	2018	16,6	(14,8-18,4)	15,1	(13,4-16,9)	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 54. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Brussels Gewest

NH_4		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	2,9	(1,9-4,0)	2,9	(2,0-4,1)	1463
	Vrouwen	1,6	(0,9-2,3)	1,5	(0,9-2,4)	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	1,5	(0,4-2,6)	1,4	(0,7-3,0)	586
	15 - 24	2,6	(0,4-4,9)	2,5	(1,1-5,6)	230
	25 - 34	2,8	(1,1-4,5)	2,7	(1,4-4,9)	447
	35 - 44	2,6	(1,2-4,0)	2,4	(1,4-4,2)	516
	45 - 54	2,1	(0,5-3,7)	2,0	(0,9-4,2)	439
	55 - 64	1,6	(0,2-3,0)	1,6	(0,7-3,6)	378
	65 - 74	2,1	(0,4-3,9)	2,1	(0,9-4,7)	291
	75 +	2,7	(0,0-6,4)	2,8	(0,7-10,2)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	3,7	(0,8-6,6)	3,5	(1,6-7,3)	281
	Lager secundair	6,1	(2,0-10,2)	5,9	(2,9-11,7)	276
	Hoger secundair	2,9	(1,6-4,2)	2,6	(1,6-4,1)	764
	Hoger onderwijs	0,9	(0,4-1,4)	0,8	(0,4-1,4)	1710
JAAR	2018	2,2	(1,6-2,9)	.	.	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 55. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, Brussels Gewest

NH08_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	28,3	15,3	30,4	15,2	10,8	1463
	Vrouwen	30,9	12,6	32,4	15,0	9,0	1635
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	36,1	19,1	29,9	6,6	8,3	586
	15 - 24	35,1	16,9	32,7	11,4	3,9	229
	25 - 34	27,7	12,1	34,9	17,8	7,5	447
	35 - 44	23,9	13,3	37,7	14,8	10,3	516
	45 - 54	22,5	13,0	30,9	20,6	13,0	439
	55 - 64	30,0	8,2	26,4	19,1	16,2	378
	65 - 74	31,0	12,5	24,7	20,3	11,5	291
	75 +	31,9	10,9	25,0	19,0	13,2	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	24,0	11,9	31,1	17,5	15,5	281
	Lager secundair	27,2	14,9	31,9	15,7	10,2	276
	Hoger secundair	28,2	14,5	30,7	16,1	10,4	764
	Hoger onderwijs	31,8	13,9	31,6	13,9	8,7	1709
JAAR	2013	35,3	12,4	25,1	14,2	12,9	3100
	2018	29,6	13,9	31,4	15,1	9,9	3098

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 56. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, Brussels Gewest

NH08_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	28,3	(25,5-31,2)	28,2	(25,5-31,1)	1463
	Vrouwen	30,9	(28,2-33,6)	30,7	(28,0-33,5)	1635
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	36,1	(31,0-41,1)	36,1	(31,2-41,3)	586
	15 - 24	35,1	(27,7-42,4)	35,1	(28,2-42,7)	229
	25 - 34	27,7	(22,9-32,6)	27,7	(23,1-32,8)	447
	35 - 44	23,9	(19,7-28,0)	23,9	(20,0-28,3)	516
	45 - 54	22,5	(18,3-26,7)	22,5	(18,6-27,0)	439
	55 - 64	30,0	(24,9-35,1)	30,0	(25,1-35,3)	378
	65 - 74	31,0	(24,7-37,3)	30,9	(25,0-37,5)	291
	75 +	31,9	(24,9-38,8)	31,6	(25,1-38,8)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	24,0	(17,5-30,4)	23,0	(17,3-30,0)	281
	Lager secundair	27,2	(20,2-34,1)	26,1	(19,9-33,4)	276
	Hoger secundair	28,2	(24,0-32,4)	27,9	(23,9-32,2)	764
	Hoger onderwijs	31,8	(28,9-34,8)	32,1	(29,2-35,1)	1709
JAAR	2013	35,3	(32,8-37,9)	34,6	(32,2-37,1)	3100
	2018	29,6	(27,5-31,8)	28,9	(26,8-31,1)	3098

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 57. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, Brussels Gewest

NH09_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	59,1	16,4	15,6	5,3	3,5	1463
	Vrouwen	64,7	13,6	13,8	4,8	3,1	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	75,8	11,3	7,7	2,7	2,5	586
	15 - 24	55,7	18,7	17,6	5,2	2,8	230
	25 - 34	56,8	18,1	17,2	5,8	2,1	447
	35 - 44	55,0	17,9	17,3	7,0	2,8	516
	45 - 54	56,7	15,2	16,9	5,6	5,7	439
	55 - 64	61,4	11,1	15,9	6,8	4,8	378
	65 - 74	66,8	11,9	14,5	3,9	2,8	291
	75 +	68,5	12,8	11,6	2,7	4,4	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	60,0	12,0	16,4	5,7	5,9	281
	Lager secundair	65,1	15,1	13,3	3,5	3,0	276
	Hoger secundair	61,0	14,8	13,9	6,1	4,2	764
	Hoger onderwijs	62,4	15,5	14,8	4,8	2,5	1710
JAAR	2013	67,9	12,6	13,4	2,4	3,8	3100
	2018	62,0	15,0	14,7	5,1	3,3	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 58. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, Brussels Gewest

NH09_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	59,1	(56,0-62,2)	59,8	(56,7-62,8)	1463
	Vrouwen	64,7	(61,8-67,6)	65,4	(62,4-68,3)	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	75,8	(71,6-80,1)	76,0	(71,5-80,0)	586
	15 - 24	55,7	(47,5-63,9)	55,7	(47,5-63,6)	230
	25 - 34	56,8	(51,7-61,9)	56,8	(51,7-61,8)	447
	35 - 44	55,0	(50,2-59,9)	55,2	(50,3-60,0)	516
	45 - 54	56,7	(51,5-61,9)	56,9	(51,7-61,9)	439
	55 - 64	61,4	(55,6-67,1)	61,4	(55,5-66,9)	378
	65 - 74	66,8	(60,5-73,1)	66,7	(60,2-72,7)	291
	75 +	68,5	(61,3-75,8)	67,9	(60,2-74,8)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	60,0	(51,9-68,1)	59,2	(50,8-67,2)	281
	Lager secundair	65,1	(56,6-73,7)	64,4	(55,2-72,7)	276
	Hoger secundair	61,0	(56,2-65,8)	62,2	(57,4-66,7)	764
	Hoger onderwijs	62,4	(59,4-65,4)	63,4	(60,3-66,4)	1710
JAAR	2013	67,9	(65,4-70,3)	68,2	(65,6-70,6)	3100
	2018	62,0	(59,7-64,3)	62,1	(59,7-64,4)	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 59. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, Brussels Gewest

NH10_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	42,5	(39,3-45,6)	38,1	(34,9-41,4)	1326
	Vrouwen	39,4	(36,6-42,3)	35,2	(32,2-38,3)	1488
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	13,7	(9,4-18,1)	13,7	(9,9-18,6)	305
	15 - 24	48,3	(40,0-56,7)	48,3	(40,2-56,5)	228
	25 - 34	46,9	(41,8-52,0)	46,9	(41,9-52,0)	447
	35 - 44	51,9	(46,9-56,9)	51,9	(46,9-56,8)	516
	45 - 54	43,7	(38,5-48,9)	43,6	(38,5-48,8)	438
	55 - 64	42,3	(36,7-47,9)	42,3	(36,9-48,0)	378
	65 - 74	35,7	(29,4-42,0)	35,8	(29,8-42,3)	291
	75 +	27,0	(20,2-33,8)	27,3	(21,0-34,6)	211
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	33,9	(26,7-41,1)	31,8	(24,9-39,5)	254
	Lager secundair	40,0	(32,9-47,2)	37,8	(30,7-45,4)	250
	Hoger secundair	46,0	(41,0-50,9)	40,9	(36,0-46,1)	687
	Hoger onderwijs	39,5	(36,5-42,5)	34,6	(31,5-37,8)	1560
JAAR	2013	38,1	(35,7-40,5)	33,2	(30,8-35,7)	2811
	2018	40,9	(38,6-43,2)	36,4	(34,0-38,8)	2814

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 60. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, Brussels Gewest

NH11_1		Elke dag	5 tot 6 keer per week	2 tot 4 keer per week	1 keer per week	1 tot 3 keer per maand	Bijna nooit tot nooit	N
GESLACHT	Mannen	69,7	4,5	9,3	3,5	1,5	11,5	1463
	Vrouwen	77,4	4,5	7,8	2,1	0,9	7,3	1636
LEEFTIJDGROEP	0 - 14	89,1	2,9	4,4	0,9	0,0	2,7	586
	15 - 24	59,1	7,3	15,0	4,0	2,1	12,4	230
	25 - 34	61,7	7,8	15,3	3,2	1,6	10,4	447
	35 - 44	66,7	4,2	11,0	4,6	1,9	11,6	516
	45 - 54	72,0	5,0	6,6	2,3	1,4	12,6	439
	55 - 64	74,7	2,6	4,4	4,3	1,1	12,9	378
	65 - 74	84,7	2,1	2,8	1,1	1,0	8,3	291
	75 +	91,6	0,5	1,9	0,7	0,4	4,8	212
OPLEIDINGSNIVEAU	Lager/geen diploma	78,5	2,0	5,1	1,7	0,3	12,5	281
	Lager secundair	75,3	3,2	5,9	2,6	0,6	12,4	276
	Hoger secundair	70,5	3,2	11,4	3,3	1,0	10,6	764
	Hoger onderwijs	74,1	5,9	8,0	2,8	1,6	7,6	1710
JAAR	2001	73,8	3,4	8,5	2,9	0,6	10,8	2964
	2004	78,2	2,0	7,2	1,8	0,5	10,2	3413
	2013	75,0	4,0	9,0	3,0	1,4	7,7	3099
	2018	73,6	4,5	8,6	2,8	1,2	9,4	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 61. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, Brussels Gewest

NH11_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	69,7	(66,8-72,6)	73,4	(70,4-76,2)	1463
	Vrouwen	77,4	(74,8-80,0)	80,4	(77,8-82,8)	1636
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	89,1	(86,0-92,2)	89,3	(85,8-92,1)	586
	15 - 24	59,1	(51,0-67,3)	59,3	(50,7-67,3)	230
	25 - 34	61,7	(56,5-66,9)	61,8	(56,4-66,8)	447
	35 - 44	66,7	(62,1-71,2)	67,0	(62,3-71,4)	516
	45 - 54	72,0	(67,4-76,7)	72,4	(67,6-76,8)	439
	55 - 64	74,7	(69,5-79,9)	74,8	(69,3-79,6)	378
	65 - 74	84,7	(79,0-90,5)	84,7	(78,1-89,6)	291
	75 +	91,6	(87,2-96,0)	91,3	(85,6-94,9)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	78,5	(71,9-85,0)	79,8	(72,8-85,4)	281
	Lager secundair	75,3	(67,5-83,2)	76,6	(67,9-83,4)	276
	Hoger secundair	70,5	(65,9-75,1)	75,3	(70,7-79,3)	764
	Hoger onderwijs	74,1	(71,4-76,8)	77,8	(75,0-80,4)	1710
JAAR	2001	73,8	(71,7-75,9)	76,9	(74,9-78,9)	2964
	2004	78,2	(76,3-80,1)	81,3	(79,5-83,1)	3413
	2013	75,0	(72,8-77,1)	78,4	(76,3-80,4)	3099
	2018	73,6	(71,5-75,7)	77,0	(74,9-79,0)	3099

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 62. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, Brussels Gewest

NH12_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	9,0	(7,4-10,6)	8,8	(7,3-10,5)	1462
	Vrouwen	14,6	(12,7-16,5)	14,3	(12,5-16,3)	1633
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	5,9	(3,8-8,0)	5,8	(4,0-8,3)	585
	15 - 24	14,1	(9,1-19,1)	13,8	(9,6-19,4)	230
	25 - 34	12,0	(8,6-15,3)	11,6	(8,7-15,4)	447
	35 - 44	14,4	(11,3-17,6)	14,2	(11,4-17,7)	516
	45 - 54	13,8	(10,4-17,2)	13,7	(10,6-17,5)	438
	55 - 64	13,9	(10,1-17,6)	13,5	(10,2-17,6)	376
	65 - 74	13,0	(9,1-16,9)	12,5	(9,1-16,7)	291
	75 +	11,4	(5,3-17,5)	10,5	(6,0-17,7)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	7,0	(3,6-10,4)	7,0	(4,2-11,3)	281
	Lager secundair	11,0	(6,6-15,5)	10,4	(6,9-15,4)	276
	Hoger secundair	8,6	(6,3-10,8)	8,3	(6,4-10,8)	764
	Hoger onderwijs	14,1	(12,2-16,0)	13,4	(11,5-15,5)	1706
JAAR	2018	11,9	(10,6-13,2)	.	.	3095

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 63. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, Brussels Gewest

NH14_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	5,2	(4,0-6,5)	5,2	(4,1-6,5)	1451
	Vrouwen	9,1	(7,5-10,7)	9,0	(7,5-10,7)	1616
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	4,4	(2,5-6,2)	4,2	(2,8-6,5)	584
	15 - 24	8,4	(4,2-12,6)	8,2	(4,9-13,2)	227
	25 - 34	8,0	(5,0-11,0)	7,7	(5,3-11,2)	444
	35 - 44	6,4	(4,3-8,5)	6,2	(4,5-8,7)	511
	45 - 54	8,5	(5,7-11,2)	8,4	(6,0-11,5)	430
	55 - 64	9,8	(6,4-13,2)	9,5	(6,7-13,3)	372
	65 - 74	7,5	(4,3-10,7)	7,1	(4,6-10,8)	287
	75 +	6,7	(2,7-10,8)	6,1	(3,3-11,0)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	4,0	(1,3-6,7)	3,9	(1,9-7,6)	280
	Lager secundair	7,3	(3,6-11,0)	6,8	(4,0-11,4)	276
	Hoger secundair	5,3	(3,4-7,2)	5,2	(3,7-7,3)	757
	Hoger onderwijs	8,4	(6,9-9,9)	8,0	(6,6-9,7)	1688
JAAR	2018	7,2	(6,1-8,3)	.	.	3067

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 64. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van fruit, Waals Gewest

NH01_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	46,4	12,9	22,3	12,0	6,5	2024
	Vrouwen	58,0	12,1	18,0	8,6	3,4	2186
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	58,4	12,4	18,2	7,2	3,8	613
	15 - 24	44,3	11,0	26,0	9,4	9,3	449
	25 - 34	39,9	13,7	26,3	15,3	4,8	439
	35 - 44	38,2	15,5	24,5	13,0	8,7	528
	45 - 54	51,7	12,3	19,7	12,4	3,9	645
	55 - 64	59,8	11,4	13,3	13,0	2,5	637
	65 - 74	65,7	11,6	16,3	4,6	1,8	479
	75 +	65,5	11,3	15,0	4,3	3,9	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	45,6	11,8	22,6	14,0	6,0	303
	Lager secundair	46,8	12,0	25,0	12,9	3,2	662
	Hoger secundair	46,1	12,3	20,8	14,1	6,6	1239
	Hoger onderwijs	58,6	12,9	17,9	6,4	4,1	1900
JAAR	2013	54,1	12,3	18,6	9,8	5,2	4212
	2018	52,3	12,5	20,1	10,2	4,9	4210

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 65. Percentage van de bevolking dat dagelijks fruit eet, Waals Gewest

NH01_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	46,4	(42,9-49,9)	46,9	(43,4-50,4)	2024
	Vrouwen	58,0	(54,8-61,2)	57,9	(54,6-61,1)	2186
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	58,4	(52,1-64,7)	58,7	(52,2-64,9)	613
	15 - 24	44,3	(37,0-51,6)	44,6	(37,3-52,1)	449
	25 - 34	39,9	(32,8-47,1)	40,1	(33,2-47,4)	439
	35 - 44	38,2	(32,0-44,4)	38,3	(32,3-44,7)	528
	45 - 54	51,7	(45,9-57,5)	51,6	(45,9-57,4)	645
	55 - 64	59,8	(54,1-65,5)	59,8	(53,9-65,4)	637
	65 - 74	65,7	(59,6-71,8)	65,7	(59,4-71,5)	479
	75 +	65,5	(58,8-72,3)	64,4	(57,2-71,0)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	45,6	(36,1-55,1)	36,1	(27,2-45,9)	303
	Lager secundair	46,8	(40,4-53,3)	44,0	(37,5-50,6)	662
	Hoger secundair	46,1	(41,1-51,2)	47,4	(42,4-52,5)	1239
	Hoger onderwijs	58,6	(54,7-62,6)	60,6	(56,6-64,5)	1900
JAAR	2013	54,1	(51,7-56,5)	54,5	(52,0-56,9)	4212
	2018	52,3	(49,6-55,0)	52,5	(49,8-55,2)	4210

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 66. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit (minstens 2 porties) eet, Waals Gewest

NH_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	23,6	(20,7-26,5)	23,2	(20,3-26,3)	1931
	Vrouwen	33,9	(30,8-37,0)	32,6	(29,5-35,9)	2080
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	22,4	(16,4-28,4)	22,4	(17,0-29,0)	416
	15 - 24	25,7	(19,1-32,4)	25,7	(19,6-33,0)	448
	25 - 34	20,0	(14,9-25,0)	19,9	(15,2-25,6)	439
	35 - 44	20,2	(15,4-24,9)	20,1	(15,7-25,2)	527
	45 - 54	29,0	(24,0-34,0)	28,7	(23,9-34,0)	645
	55 - 64	37,9	(31,8-44,0)	37,6	(31,7-43,9)	637
	65 - 74	42,1	(35,6-48,5)	41,7	(35,5-48,2)	479
	75 +	40,2	(32,8-47,5)	38,6	(31,6-46,2)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	23,5	(15,9-31,2)	15,4	(10,3-22,3)	299
	Lager secundair	24,0	(18,1-29,9)	20,1	(15,2-26,2)	638
	Hoger secundair	25,0	(20,6-29,4)	24,4	(20,4-28,8)	1174
	Hoger onderwijs	33,4	(29,7-37,1)	34,0	(30,3-37,9)	1797
JAAR	2018	28,9	(26,4-31,3)	.	.	4011

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 67. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van groenten, Waals Gewest

NH03_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	66,8	15,7	12,8	2,8	1,9	2026
	Vrouwen	76,3	13,2	7,6	1,7	1,2	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	66,1	14,9	11,3	3,4	4,4	614
	15 - 24	69,0	11,9	13,6	3,1	2,4	449
	25 - 34	67,1	18,1	11,8	1,4	1,5	439
	35 - 44	70,4	15,2	12,5	1,0	0,8	528
	45 - 54	69,2	19,5	8,4	2,4	0,5	646
	55 - 64	78,4	12,2	6,6	2,3	0,5	638
	65 - 74	82,2	8,9	6,9	1,6	0,4	479
	75 +	77,9	11,9	8,5	1,5	0,2	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	65,2	16,2	13,5	4,3	0,8	303
	Lager secundair	69,0	13,4	14,0	2,3	1,3	662
	Hoger secundair	66,6	16,0	12,1	2,8	2,5	1241
	Hoger onderwijs	77,0	13,5	7,0	1,5	1,1	1901
JAAR	2013	76,2	11,6	8,9	2,0	1,2	4211
	2018	71,7	14,4	10,1	2,2	1,5	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 68. Percentage van de bevolking dat dagelijks groenten eet, Brussels Gewest

NH03_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	65,9	(62,8-68,9)	67,0	(63,9-69,9)	1463
	Vrouwen	74,0	(71,2-76,9)	74,7	(71,8-77,3)	1635
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	72,6	(68,1-77,1)	72,9	(68,2-77,2)	585
	15 - 24	57,9	(50,3-65,5)	58,0	(50,3-65,3)	230
	25 - 34	71,6	(66,5-76,7)	71,7	(66,4-76,5)	447
	35 - 44	69,0	(64,3-73,6)	69,3	(64,4-73,7)	516
	45 - 54	65,2	(60,1-70,3)	65,5	(60,3-70,4)	439
	55 - 64	72,7	(67,5-77,9)	72,8	(67,3-77,7)	378
	65 - 74	78,2	(73,0-83,4)	78,1	(72,4-82,9)	291
	75 +	80,1	(73,5-86,8)	79,5	(71,9-85,5)	212
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	61,0	(52,5-69,6)	61,3	(52,4-69,6)	281
	Lager secundair	59,6	(50,3-68,9)	59,6	(49,8-68,7)	276
	Hoger secundair	63,4	(58,3-68,5)	65,5	(60,4-70,3)	764
	Hoger onderwijs	77,0	(74,1-79,8)	78,0	(75,0-80,6)	1709
JAAR	2013	75,9	(73,7-78,2)	76,9	(74,5-79,1)	3100
	2018	70,0	(67,6-72,4)	71,0	(68,6-73,3)	3098

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 69. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid groenten (minstens 2 porties) eet, Waals Gewest

NH_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	34,6	(31,2-37,9)	33,8	(30,6-37,2)	1932
	Vrouwen	42,7	(39,3-46,0)	41,7	(38,2-45,3)	2079
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	25,6	(19,1-32,0)	25,7	(19,8-32,5)	416
	15 - 24	38,2	(30,5-45,9)	38,3	(30,8-46,4)	449
	25 - 34	38,7	(31,6-45,8)	38,9	(32,0-46,2)	438
	35 - 44	38,8	(32,5-45,0)	38,9	(32,9-45,1)	527
	45 - 54	37,3	(31,8-42,8)	37,1	(31,8-42,8)	646
	55 - 64	46,4	(40,5-52,3)	46,3	(40,4-52,2)	637
	65 - 74	47,7	(41,3-54,0)	47,5	(41,2-53,8)	478
	75 +	38,5	(31,3-45,8)	37,5	(30,5-45,0)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	35,5	(26,1-44,9)	30,8	(21,7-41,5)	299
	Lager secundair	30,1	(24,0-36,2)	27,9	(22,4-34,2)	638
	Hoger secundair	29,9	(25,0-34,7)	29,0	(24,5-33,9)	1176
	Hoger onderwijs	47,6	(43,5-51,8)	47,7	(43,5-51,9)	1795
JAAR	2018	38,7	(36,0-41,4)	.	.	4011

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 70. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van 100% puur fruit- of groentesap, Waals Gewest

NH05_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	16,3	5,5	15,6	21,3	41,4	2026
	Vrouwen	17,2	5,9	15,7	20,9	40,3	2183
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	23,0	8,4	18,3	14,9	35,4	614
	15 - 24	13,0	9,3	18,9	19,8	39,0	448
	25 - 34	17,8	2,6	16,6	26,8	36,1	438
	35 - 44	15,8	5,5	19,0	20,3	39,4	527
	45 - 54	14,5	5,7	16,5	23,8	39,5	645
	55 - 64	12,3	4,8	11,6	22,6	48,8	638
	65 - 74	16,5	2,8	10,6	22,9	47,2	479
	75 +	20,2	4,2	9,4	19,7	46,5	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	7,4	6,0	7,2	21,3	58,2	301
	Lager secundair	15,2	6,0	14,5	20,2	44,2	662
	Hoger secundair	14,5	5,7	12,6	20,8	46,3	1241
	Hoger onderwijs	20,1	5,6	19,2	21,6	33,5	1899
JAAR	2018	16,8	5,7	15,6	21,1	40,8	4209

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 71. Percentage van de bevolking dat dagelijks 100% puur fruit- of groentesap drinkt, Waals Gewest

NH05_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	16,3	(13,8-18,8)	16,1	(13,7-18,7)	2026
	Vrouwen	17,2	(14,6-19,7)	16,9	(14,6-19,5)	2183
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	23,0	(17,4-28,7)	23,0	(17,8-29,2)	614
	15 - 24	13,0	(8,8-17,3)	13,1	(9,4-17,9)	448
	25 - 34	17,8	(13,0-22,6)	17,8	(13,5-23,2)	438
	35 - 44	15,8	(11,3-20,2)	15,8	(11,8-20,7)	527
	45 - 54	14,5	(9,9-19,1)	14,5	(10,5-19,8)	645
	55 - 64	12,3	(8,8-15,9)	12,3	(9,2-16,3)	638
	65 - 74	16,5	(11,8-21,2)	16,5	(12,3-21,7)	479
	75 +	20,2	(14,0-26,3)	20,0	(14,7-26,8)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	7,4	(3,7-11,0)	6,2	(3,6-10,5)	301
	Lager secundair	15,2	(10,8-19,6)	14,5	(10,8-19,2)	662
	Hoger secundair	14,5	(11,3-17,8)	14,5	(11,6-18,1)	1241
	Hoger onderwijs	20,1	(16,7-23,5)	20,1	(16,9-23,7)	1899
JAAR	2018	16,8	(14,7-18,8)	.	.	4209

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 72. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid fruit en groenten (minstens 5 porties) eet, Waals Gewest

NH_3		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	10,9	(8,8-13,1)	10,2	(8,3-12,5)	1931
	Vrouwen	16,9	(14,4-19,4)	15,3	(13,1-17,9)	2075
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	6,8	(3,7-9,9)	6,8	(4,3-10,5)	416
	15 - 24	13,5	(8,0-19,0)	13,5	(8,7-20,2)	448
	25 - 34	9,3	(5,9-12,6)	9,2	(6,3-13,2)	437
	35 - 44	11,9	(8,2-15,5)	11,8	(8,6-15,8)	525
	45 - 54	11,7	(8,4-15,0)	11,4	(8,5-15,1)	645
	55 - 64	19,9	(14,4-25,3)	19,5	(14,7-25,4)	637
	65 - 74	22,2	(16,5-27,9)	21,8	(16,7-27,9)	478
	75 +	20,9	(14,0-27,8)	19,7	(13,8-27,3)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	11,6	(5,6-17,7)	6,8	(3,7-12,1)	297
	Lager secundair	10,3	(6,1-14,5)	7,9	(5,2-11,8)	638
	Hoger secundair	10,9	(7,5-14,3)	9,9	(7,2-13,5)	1175
	Hoger onderwijs	17,3	(14,4-20,2)	16,7	(13,9-19,8)	1793
JAAR	2018	14,0	(12,1-15,9)	.	.	4006

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 73. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het drinken van gesuikerde frisdranken (geen "light"), Waals Gewest

NH06_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	26,8	7,6	16,8	16,6	32,1	2026
	Vrouwen	19,7	4,9	15,4	17,3	42,7	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	22,5	7,8	18,7	12,9	38,0	614
	15 - 24	34,7	8,7	22,4	15,8	18,3	449
	25 - 34	34,7	5,8	21,4	15,4	22,7	439
	35 - 44	29,6	7,2	16,5	18,7	28,0	528
	45 - 54	21,4	7,1	11,6	21,9	37,9	646
	55 - 64	16,3	4,3	16,3	17,1	45,9	638
	65 - 74	10,4	4,3	9,0	16,6	59,8	479
	75 +	8,5	1,9	7,5	19,3	62,8	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	19,9	3,3	15,6	11,9	49,3	303
	Lager secundair	26,5	10,3	14,3	18,4	30,5	662
	Hoger secundair	30,5	6,2	14,6	15,0	33,6	1241
	Hoger onderwijs	17,6	5,4	17,8	18,4	40,8	1901
JAAR	2013	29,6	6,0	16,3	14,6	33,5	4211
	2018	23,2	6,2	16,1	17,0	37,5	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 74. Percentage van de bevolking dat dagelijks gesuikerde frisdranken (geen "light") drinkt, Waals Gewest

NH06_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	26,8	(23,7-29,9)	24,5	(21,7-27,6)	2026
	Vrouwen	19,7	(16,9-22,5)	18,6	(16,1-21,4)	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	22,5	(17,0-28,1)	22,2	(17,3-28,2)	614
	15 - 24	34,7	(28,3-41,1)	34,3	(28,2-41,0)	449
	25 - 34	34,7	(27,4-42,1)	34,4	(27,4-42,1)	439
	35 - 44	29,6	(22,8-36,3)	29,3	(22,9-36,5)	528
	45 - 54	21,4	(16,8-26,1)	21,3	(17,0-26,3)	646
	55 - 64	16,3	(11,5-21,1)	16,2	(12,0-21,6)	638
	65 - 74	10,4	(6,7-14,1)	10,3	(7,2-14,6)	479
	75 +	8,5	(4,8-12,2)	8,7	(5,6-13,4)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	19,9	(12,3-27,5)	27,1	(18,4-38,0)	303
	Lager secundair	26,5	(20,2-32,8)	27,2	(21,4-33,9)	662
	Hoger secundair	30,5	(25,5-35,5)	27,0	(22,5-32,1)	1241
	Hoger onderwijs	17,6	(14,5-20,8)	14,9	(12,3-17,9)	1901
JAAR	2013	29,6	(27,1-32,0)	27,4	(25,1-29,8)	4211
	2018	23,2	(20,7-25,6)	21,1	(18,9-23,5)	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 75. Percentage van de bevolking dat dagelijks minstens 1 liter frisdranken (geen "light") drinkt, Waals Gewest

NH_4		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	5,5	(4,1-7,0)	2,6	(1,8-3,8)	2026
	Vrouwen	3,4	(1,7-5,0)	1,7	(1,0-2,7)	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	0,6	(0,0-1,1)	0,5	(0,2-1,4)	614
	15 - 24	8,2	(4,0-12,3)	7,9	(4,6-13,3)	449
	25 - 34	8,7	(4,0-13,4)	8,4	(4,7-14,6)	439
	35 - 44	8,3	(3,7-12,8)	8,0	(4,5-14,0)	528
	45 - 54	4,7	(1,9-7,5)	4,6	(2,5-8,3)	646
	55 - 64	2,7	(1,2-4,2)	2,6	(1,5-4,5)	638
	65 - 74	1,8	(0,5-3,1)	1,8	(0,9-3,6)	479
	75 +	0,0	(0,0-0,1)	0,0	(0,0-0,1)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	7,4	(3,4-11,4)	6,1	(3,4-10,6)	303
	Lager secundair	6,1	(2,4-9,8)	3,1	(1,6-6,0)	662
	Hoger secundair	5,5	(3,3-7,7)	2,3	(1,5-3,5)	1241
	Hoger onderwijs	2,9	(1,5-4,2)	1,2	(0,7-2,0)	1901
JAAR	2018	4,4	(3,3-5,6)	.	.	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 76. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van zoete of zoute versnaperingen, Waals Gewest

NH08_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	37,7	12,3	26,9	13,2	9,8	2026
	Vrouwen	36,7	9,4	29,2	15,0	9,7	2185
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	48,9	15,4	22,5	8,0	5,1	614
	15 - 24	45,6	15,3	23,9	11,9	3,3	449
	25 - 34	37,8	11,0	28,8	15,0	7,5	438
	35 - 44	31,0	11,5	32,6	16,5	8,4	528
	45 - 54	36,5	10,0	29,4	12,3	11,8	645
	55 - 64	28,2	5,2	30,9	19,1	16,6	638
	65 - 74	28,8	9,7	31,0	14,6	15,9	479
	75 +	33,4	4,9	28,6	19,7	13,4	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	31,8	6,5	33,1	16,0	12,5	303
	Lager secundair	29,2	9,2	31,9	19,2	10,5	662
	Hoger secundair	39,5	11,6	26,1	12,9	9,9	1241
	Hoger onderwijs	38,8	11,5	27,6	13,1	9,1	1899
JAAR	2013	44,0	12,2	22,1	12,9	8,8	4212
	2018	37,2	10,8	28,1	14,1	9,8	4211

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 77. Percentage van de bevolking dat dagelijks zoete of zoute versnaperingen eet, Waals Gewest

NH08_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	37,7	(34,2-41,2)	36,9	(33,6-40,3)	2026
	Vrouwen	36,7	(33,5-40,0)	36,4	(33,2-39,8)	2185
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	48,9	(42,5-55,4)	48,9	(42,5-55,4)	614
	15 - 24	45,6	(38,3-53,0)	45,6	(38,5-52,9)	449
	25 - 34	37,8	(31,0-44,6)	37,8	(31,2-44,9)	438
	35 - 44	31,0	(24,4-37,6)	31,0	(24,8-37,9)	528
	45 - 54	36,5	(30,5-42,5)	36,5	(30,7-42,7)	645
	55 - 64	28,2	(23,2-33,2)	28,2	(23,4-33,5)	638
	65 - 74	28,8	(23,1-34,5)	28,8	(23,4-34,8)	479
	75 +	33,4	(26,0-40,7)	33,4	(26,5-41,1)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	31,8	(22,9-40,6)	33,9	(25,1-44,0)	303
	Lager secundair	29,2	(23,5-34,9)	29,5	(24,0-35,7)	662
	Hoger secundair	39,5	(34,2-44,8)	38,7	(33,7-43,9)	1241
	Hoger onderwijs	38,8	(34,8-42,8)	37,8	(33,9-41,9)	1899
JAAR	2013	44,0	(41,6-46,5)	43,5	(41,0-45,9)	4212
	2018	37,2	(34,5-39,9)	36,6	(33,9-39,3)	4211

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 78. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het consumeren van melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten, Waals Gewest

NH09_1		1 of meer keer per dag	4 tot 6 keer per week	1 tot 3 keer per week	Minder dan 1 keer per week	Nooit	N
GESLACHT	Mannen	57,1	14,2	17,4	5,4	6,0	2026
	Vrouwen	61,7	11,7	16,4	4,9	5,3	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	73,2	11,5	10,0	1,6	3,7	614
	15 - 24	48,9	16,7	22,0	5,8	6,5	449
	25 - 34	55,1	14,0	16,4	7,3	7,2	439
	35 - 44	50,1	15,1	22,1	7,6	5,0	528
	45 - 54	57,1	12,5	19,3	5,6	5,4	646
	55 - 64	58,3	12,7	17,7	5,2	6,2	638
	65 - 74	65,5	9,5	13,7	4,6	6,7	479
	75 +	65,6	9,8	14,6	4,6	5,4	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	55,4	14,5	18,9	4,0	7,3	303
	Lager secundair	53,9	13,2	19,5	5,5	7,9	662
	Hoger secundair	57,0	15,8	15,8	5,9	5,5	1241
	Hoger onderwijs	62,9	10,9	16,6	4,8	4,8	1901
JAAR	2013	66,3	11,0	12,4	4,4	5,9	4212
	2018	59,5	12,9	16,9	5,1	5,6	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 79. Percentage van de bevolking dat dagelijks melkproducten of calciumverrijkte plantaardige producten consumeert, Waals Gewest

NH09_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	57,1	(53,7-60,5)	57,6	(54,1-60,9)	2026
	Vrouwen	61,7	(58,4-65,1)	62,0	(58,6-65,4)	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	73,2	(67,4-79,0)	73,4	(67,2-78,7)	614
	15 - 24	48,9	(42,0-55,8)	49,1	(42,2-55,9)	449
	25 - 34	55,1	(47,8-62,4)	55,2	(47,9-62,3)	439
	35 - 44	50,1	(43,7-56,6)	50,2	(43,8-56,6)	528
	45 - 54	57,1	(51,5-62,8)	57,1	(51,3-62,7)	646
	55 - 64	58,3	(52,7-63,8)	58,2	(52,6-63,6)	638
	65 - 74	65,5	(59,6-71,4)	65,5	(59,3-71,2)	479
	75 +	65,6	(58,9-72,2)	65,1	(58,1-71,5)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	55,4	(47,2-63,5)	52,1	(43,1-61,0)	303
	Lager secundair	53,9	(47,8-60,0)	53,0	(46,6-59,2)	662
	Hoger secundair	57,0	(52,2-61,8)	58,1	(53,1-62,8)	1241
	Hoger onderwijs	62,9	(58,9-66,8)	63,8	(59,8-67,6)	1901
JAAR	2013	66,3	(64,0-68,5)	66,7	(64,4-69,0)	4212
	2018	59,5	(56,9-62,1)	59,8	(57,1-62,4)	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 80. Percentage van de bevolking van 6 jaar en ouder dat de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid water (minstens 1 liter) drinkt, Waals Gewest

NH10_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	38,9	(35,6-42,1)	36,1	(32,9-39,5)	1930
	Vrouwen	38,4	(35,3-41,5)	35,9	(32,7-39,3)	2078
LEEFTIJD- GROEP	6 - 14	14,1	(9,6-18,7)	14,1	(10,2-19,3)	416
	15 - 24	39,2	(32,6-45,7)	39,2	(32,9-45,8)	448
	25 - 34	47,2	(40,2-54,2)	47,2	(40,3-54,1)	438
	35 - 44	51,6	(45,6-57,6)	51,6	(45,6-57,5)	526
	45 - 54	42,1	(36,3-48,0)	42,1	(36,4-48,1)	644
	55 - 64	44,9	(38,8-51,0)	44,9	(38,9-51,0)	638
	65 - 74	35,7	(30,0-41,4)	35,7	(30,2-41,6)	479
	75 +	28,4	(21,7-35,1)	28,4	(22,2-35,5)	419
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	37,7	(29,6-45,8)	37,7	(29,5-46,7)	299
	Lager secundair	33,2	(27,8-38,6)	31,3	(26,0-37,2)	637
	Hoger secundair	39,2	(35,0-43,4)	35,9	(31,8-40,3)	1174
	Hoger onderwijs	40,1	(36,5-43,8)	37,4	(33,7-41,3)	1795
JAAR	2013	33,7	(31,4-36,1)	30,7	(28,3-33,1)	3939
	2018	38,6	(36,3-41,0)	36,1	(33,6-38,6)	4008

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 81. Verdeling van de bevolking volgens de frequentie van het eten van een ontbijt, Waals Gewest

NH11_1		Elke dag	5 tot 6 keer per week	2 tot 4 keer per week	1 keer per week	1 tot 3 keer per maand	Bijna nooit tot nooit	N
GESLACHT	Mannen	70,1	4,7	6,4	2,9	1,9	14,0	2026
	Vrouwen	77,7	4,1	6,7	1,6	1,0	8,8	2187
LEEFTIJDSD- GROEP	0 - 14	86,7	3,2	2,3	1,4	1,0	5,3	614
	15 - 24	60,7	7,7	14,1	3,3	1,5	12,6	449
	25 - 34	60,0	8,7	10,7	3,7	1,5	15,4	439
	35 - 44	59,2	4,3	11,3	3,3	2,2	19,7	528
	45 - 54	69,8	4,8	4,3	2,6	1,6	16,9	646
	55 - 64	77,7	2,5	5,4	2,1	2,6	9,8	638
	65 - 74	89,8	1,9	2,0	0,7	0,0	5,5	479
	75 +	93,9	0,8	1,6	0,0	0,4	3,3	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	70,0	5,8	6,4	0,5	0,0	17,3	303
	Lager secundair	73,2	3,6	7,6	3,1	1,8	10,7	662
	Hoger secundair	68,0	5,3	6,9	2,8	3,0	14,0	1241
	Hoger onderwijs	78,7	3,8	6,1	1,8	0,5	9,0	1901
JAAR	2001	78,1	3,1	6,1	2,3	0,4	10,0	4958
	2004	77,0	2,7	6,3	2,4	1,0	10,5	4968
	2013	74,3	3,8	6,8	2,7	1,2	11,2	4212
	2018	74,0	4,4	6,6	2,3	1,4	11,4	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

Tabel B 82. Percentage van de bevolking dat dagelijks een ontbijt eet, Waals Gewest

NH11_2		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	70,1	(67,1-73,1)	73,7	(70,7-76,6)	2026
	Vrouwen	77,7	(74,9-80,5)	80,1	(77,4-82,7)	2187
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	86,7	(82,4-90,9)	86,9	(82,2-90,5)	614
	15 - 24	60,7	(54,2-67,2)	61,0	(54,4-67,3)	449
	25 - 34	60,0	(53,0-66,9)	60,3	(53,1-67,1)	439
	35 - 44	59,2	(52,9-65,4)	59,4	(53,0-65,5)	528
	45 - 54	69,8	(64,3-75,3)	69,9	(64,1-75,1)	646
	55 - 64	77,7	(73,1-82,2)	77,7	(72,8-82,0)	638
	65 - 74	89,8	(86,4-93,3)	89,9	(85,9-92,9)	479
	75 +	93,9	(91,1-96,7)	93,8	(90,2-96,1)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	70,0	(61,7-78,4)	57,8	(47,0-67,9)	303
	Lager secundair	73,2	(67,4-78,9)	74,0	(67,5-79,6)	662
	Hoger secundair	68,0	(63,8-72,2)	73,2	(68,9-77,1)	1241
	Hoger onderwijs	78,7	(75,6-81,7)	83,4	(80,5-85,9)	1901
JAAR	2001	78,1	(76,5-79,8)	81,4	(79,7-82,9)	4958
	2004	77,0	(75,1-79,0)	80,2	(78,3-82,1)	4968
	2013	74,3	(72,2-76,4)	77,2	(75,0-79,3)	4212
	2018	74,0	(71,8-76,2)	76,7	(74,5-78,8)	4213

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 83. Percentage van de bevolking dat een voedselallergie of -intolerantie heeft, Waals Gewest

NH12_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	7,9	(6,3-9,6)	7,4	(6,0-9,2)	2026
	Vrouwen	12,6	(10,7-14,6)	12,0	(10,2-14,2)	2186
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	5,5	(3,1-7,8)	5,4	(3,5-8,2)	613
	15 - 24	11,4	(7,5-15,4)	11,3	(7,9-16,0)	449
	25 - 34	9,6	(5,4-13,7)	9,4	(6,0-14,5)	439
	35 - 44	12,6	(8,7-16,5)	12,4	(9,0-16,8)	528
	45 - 54	16,5	(12,2-20,7)	16,1	(12,3-20,7)	646
	55 - 64	10,1	(6,7-13,5)	9,8	(7,0-13,6)	638
	65 - 74	11,4	(7,6-15,2)	11,0	(7,8-15,4)	479
	75 +	5,7	(3,0-8,4)	5,2	(3,2-8,4)	420
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	4,3	(1,6-7,0)	4,3	(2,2-8,3)	303
	Lager secundair	6,7	(4,1-9,3)	6,1	(4,0-9,2)	662
	Hoger secundair	9,5	(6,8-12,2)	8,9	(6,7-11,9)	1241
	Hoger onderwijs	12,8	(10,7-14,8)	11,8	(9,8-14,1)	1900
JAAR	2018	10,3	(9,0-11,7)	.	.	4212

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

Tabel B 84. Percentage van de bevolking met een voedselallergie of -intolerantie vastgesteld door een dokter, Waals Gewest

NH14_1		% (Ruw)	95% BI ruw	% (Corr*)	95% BI stand	N
GESLACHT	Mannen	4,8	(3,4-6,1)	4,6	(3,4-6,0)	2018
	Vrouwen	7,3	(5,8-8,9)	7,1	(5,8-8,7)	2174
LEEFTIJD- GROEP	0 - 14	4,0	(1,9-6,0)	3,9	(2,3-6,5)	611
	15 - 24	5,9	(3,2-8,6)	5,8	(3,6-9,2)	447
	25 - 34	5,4	(2,7-8,1)	5,3	(3,2-8,8)	438
	35 - 44	7,3	(4,3-10,2)	7,2	(4,7-10,8)	526
	45 - 54	9,4	(5,8-12,9)	9,1	(6,3-13,2)	640
	55 - 64	6,0	(3,7-8,3)	5,8	(3,9-8,4)	636
	65 - 74	7,0	(4,0-9,9)	6,8	(4,4-10,3)	476
	75 +	3,8	(1,6-6,1)	3,5	(1,9-6,3)	418
OPLEIDINGS- NIVEAU	Lager/geen diploma	2,8	(0,7-4,9)	2,8	(1,3-6,0)	302
	Lager secundair	4,5	(2,3-6,6)	4,2	(2,5-6,8)	660
	Hoger secundair	5,6	(3,6-7,6)	5,4	(3,8-7,7)	1234
	Hoger onderwijs	7,2	(5,6-8,8)	6,8	(5,4-8,6)	1890
JAAR	2018	6,1	(5,0-7,1)	.	.	4192

Bron: Gezondheidsenquête, België, 2018

*Correctie voor leeftijd en/of geslacht op basis van logistisch regressiemodel (Belgische bevolking van 2018 als referentie)

BIJLAGE

—

KAART N° 13

(Vraag NH02)

EÉN PORTIE VERS FRUIT KOMT OVEREEN MET:

- Eén middelgroot stuk fruit: bv. appel, banaan, peer, sinaasappel, nectarine.



- Een aantal kleine stukken fruit: bv. twee pruimen, twee mandarijnen, drie abrikozen, twee kiwi's, zeven aardbeien, een handvol (ongeveer 14) kersen, 6 lychees, een handvol bosbessen.



- Een deel van een groot stuk: bv. een halve pompelmoes, mango of avocado, een goede schijf papaya, meloen, ananas.



- Drie opgehoopte eetlepels verse fruitsalade.



KAART N° 14

(Vraag NH04)

EÉN PORTIE GROENTEN KOMT OVEREEN MET:

- Groene groenten: bv. twee broccoli speren, acht bloemkoolrosjes, vier opgehoopte eetlepels kool, spinazie, lentebonen of groene bonen.



- Gegaarde groenten: bv. drie opgehoopte eetlepels gegaarde (bv. gestoomd, gekookt, bereid in de microgolfoven) groenten zoals courgetten, wortelen, spruitjes of koolraap.



- Salade groenten: bv. drie stengels selder, een stuk van 5 cm van een komkommer, een middelgrote tomaat, zeven kerstomaten.



- Peulvruchten: bv. drie opgehoopte eetlepels bruine bonen, linzen of kikkererwten.



CONTACT

Sabine Drieskens • T+32 2 642.50.25 • sabine.drieskens@sciensano.be

MEER INFO

—

Bezoek onze website
>www.sciensano.be of
contacteer ons op
>info@sciensano.be

Sciensano • Juliette Wytsmanstraat 14 • Brussel • België • T + 32 2 642 51 11 • T pers + 32 2 642 54 20 • info@sciensano.be • www.sciensano.be

Verantwoordelijke uitgever: Myriam Sneyers, Algemeen directeur • Juliette Wytsmanstraat 14 • Brussel • België • D/2019/14.440/55