



Feitenkaart ontbijten

Deze feitenkaart beschrijft hoe vaak inwoners in regio Rotterdam-Rijnmond ontbijten en laat de samenhang met achtergrond- en sociaaleconomische kenmerken, gezonde eetgewoonten en leefstijl zien, en toont de trend over tijd.

Welk deel van de Nederlanders ontbijt dagelijks?

Bij een groot deel van de Nederlanders voldoen de voedingspatronen niet aan de voedingsrichtlijnen van de Schijf van Vijf¹. Cijfers van het RIVM (VCP 2012-2016) laten zien dat 5% van de Nederlanders nooit ontbijt². Van de volwassen mannen ontbijt driekwart (74%) altijd. Het percentage volwassen vrouwen dat altijd ontbijt ligt hoger, op 84%².

Auteur

Anne Hoekstra, met dank aan Gea Schouten, Onderzoek en Business Intelligence Gemeente Rotterdam. Fotografie: Arnoud Verhey, Irene Hoekstra.

Datum

17-4-2023

Meer informatie

Deze feitenkaart is te vinden op www.gezondheidinkkaart.nl.

Vragen over deze feitenkaart mailt u naar gezondheidsmonitor@rotterdam.nl.



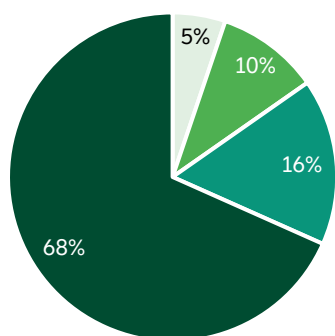
GGD
Rotterdam-
Rijnmond

Ontbijt

Hoe vaak ontbijten volwassenen?

In regio Rotterdam-Rijnmond ontbijt 81% van de volwassenen op minimaal 5 dagen per week. Ruim tweederde (68%) ontbijt elke dag (figuur 1).

Figuur 1. Consumptie van ontbijt (dagen per week) onder volwassenen (18-64 jaar) in regio Rotterdam-Rijnmond, 2020



- Op < 1 dag per week
- Op 1-3 dagen per week
- Op 4-6 dagen per week
- Dagelijks

Regionale verschillen in ontbijtgedrag

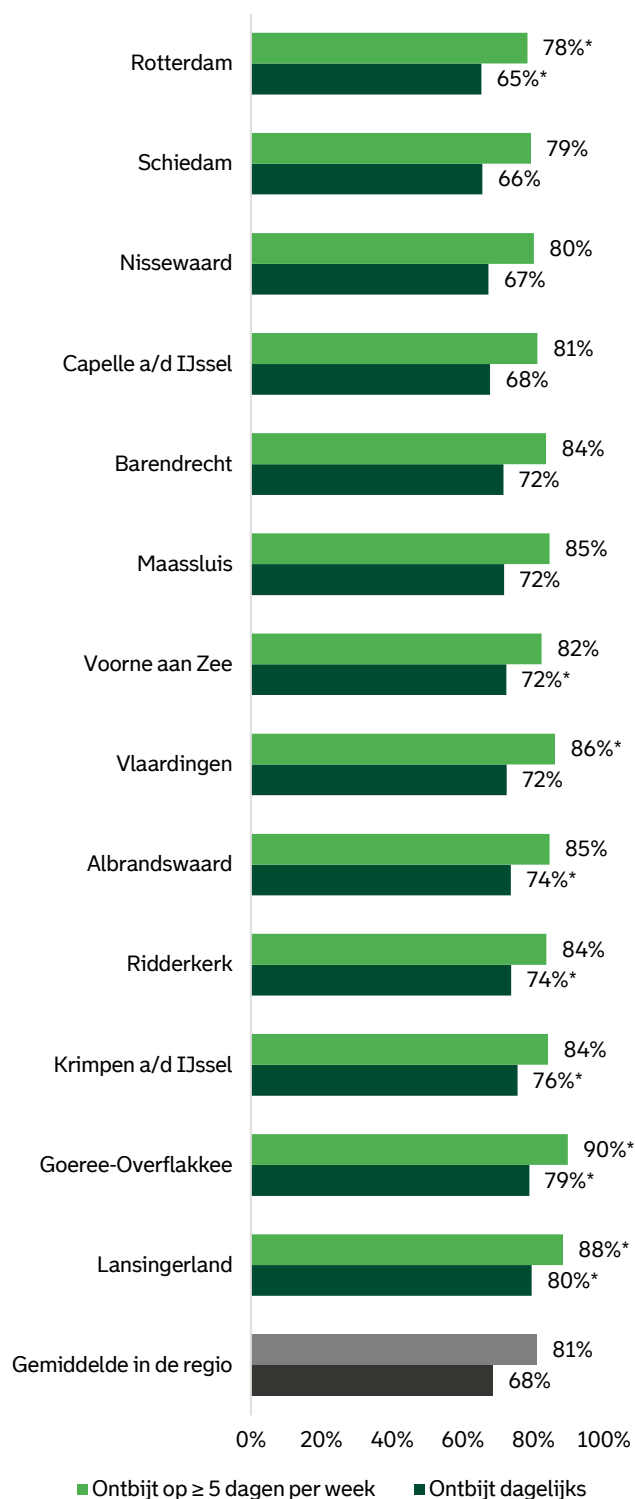
In Rotterdam is het aandeel volwassenen dat minimaal 5 dagen per week ontbijt lager dan in de regio (tabel 1). In Goeree-Overflakkee, Lansingerland, Vlaardingen en Westvoorne is het aandeel volwassenen dat minimaal 5 dagen per week ontbijt hoger dan in de regio (figuur 2).

Tabel 1. Percentage volwassenen (18-64 jaar) dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt in Rotterdam en de overige regiogemeenten, 2020

Gemeente	Ontbijt op ≥ 5 dagen per week	Ontbijt dagelijks
Rotterdam	78%*	65%*
Overige regio-gemeenten	84%*	72%*

*significant verschil ($p < 0,05$)

Figuur 2. Percentage volwassenen (18-64 jaar) dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt per gemeente, 2020



*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. het gemiddelde

Rotterdamers ontbijten minder vaak dan gemiddeld in de G4

In Rotterdam ontbijten volwassenen het minst vaak van alle G4-steden (tabel 2).

Tabel 2. Percentage volwassenen (18-64 jaar) in de G4-steden dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt, 2020

G4 stad	Ontbijt op ≥ 5 dagen per week	Ontbijt dagelijks
Rotterdam	78%*	65%*
Den Haag	79%	68%
Utrecht	83%*	74%*
Amsterdam	80%	67%

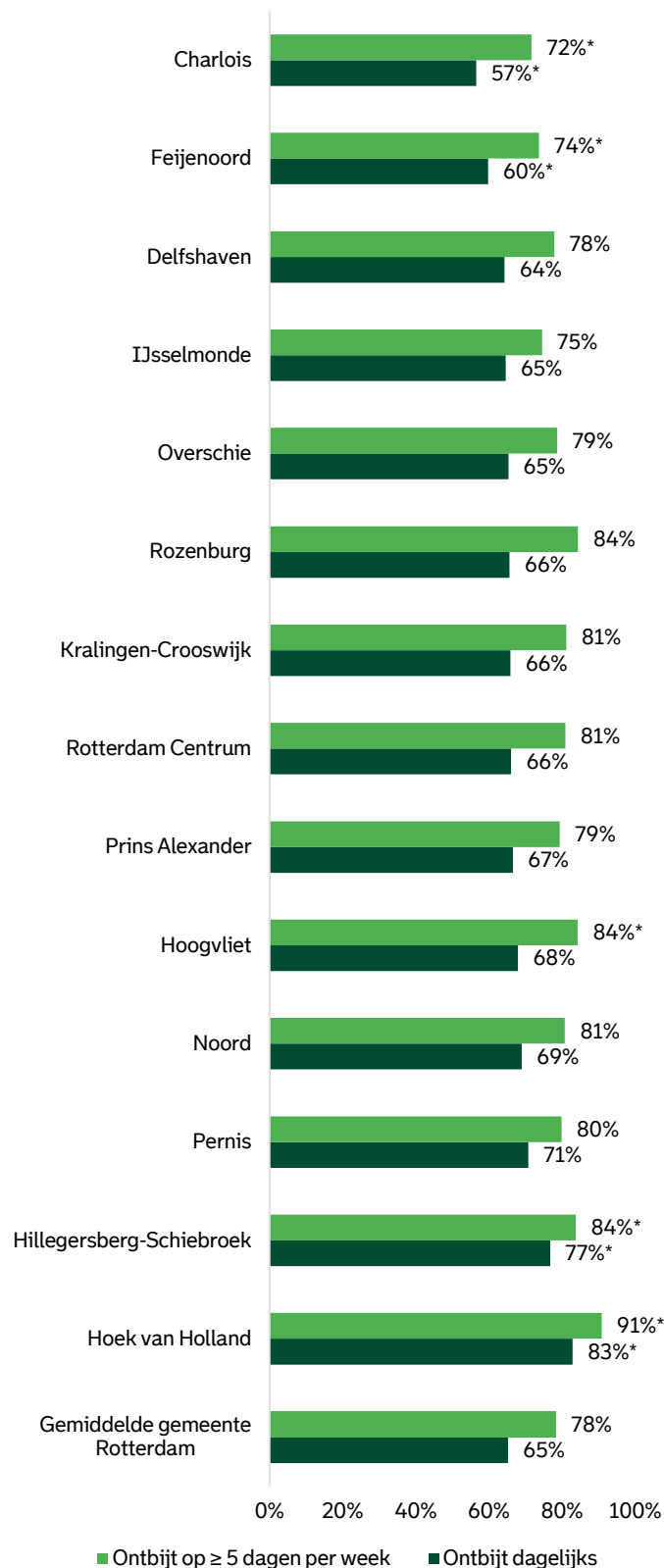
*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. G4-gemiddelde

Verschillen in ontbijten in Rotterdam

In Hoek van Holland, Hoogvliet en Hillegersberg-Schiebroek ontbijt een groter aandeel van de volwassenen op minimaal 5 dagen per week dan gemiddeld in de stad. In Charlois en Feijenoord is dit aandeel juist kleiner (figuur 3).



Figuur 3. Percentage volwassenen (18-64 jaar) dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt per gebied in Rotterdam, 2020



*significant verschil ($p < 0,05$) t.o.v. het gemiddelde

Welke volwassenen ontbijten het vaakst?

24- t/m 64-jarigen ontbijten vaker dan 18- t/m 23-jarigen. Volwassenen zonder migratieachtergrond ontbijten vaker dan volwassenen met een migratieachtergrond (tabel 3).

Tabel 3. Percentage volwassenen (18-64 jaar) in de regio dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt naar achtergrondkenmerken, 2020

Achtergrond- kenmerk	Ontbijt op ≥ 5 dagen per week	Ontbijt dage- lijks
Geslacht		
Man	80%*	66%*
Vrouw	82%*	71%*
Leeftijd		
18-23 jaar	75%*	57%*
24-64 jaar	82%*	70%*
Migratie- achtergrond		
Geen (Nederland)	85%*	74%*
Marokko	78%	67%
Turkije	74%*	58%*
Suriname	72%*	58%*
Nederlandse Cariben	70%*	57%*

*significant verschil ($p < 0,05$) bij meer dan 2 groepen is getoetst t.o.v. het gemiddelde

Volwassenen die moeite hebben met rondkomen ontbijten minder vaak dan de volwassenen die hier geen moeite mee hebben. Onder volwassenen met een hbo- of wo-opleiding is het aandeel dat dagelijks ontbijt groter dan het gemiddelde (tabel 4).

Tabel 4. Percentage volwassenen (18-64 jaar) in de regio dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt naar sociaaleconomische kenmerken, 2020

Sociaal- economisch kenmerk	Ontbijt op ≥ 5 dagen per week	Ontbijt dage- lijks
Huishoudinko- men		
Laagst twee kwintielen ¹	75%*	63%*
Hoogste drie kwintielen	84%*	72%*
Rondkomen met inkomen		
Moeite met rondkomen	72%*	58%*
Geen moeite met rondkomen	83%*	71%*
Opleiding		
Geen opleiding, lager onderwijs	77%*	66%*
Lbo, mavo	77%*	65%*
Mbo, havo, vwo	80%*	66%*
Hbo, wo	85%*	73%*

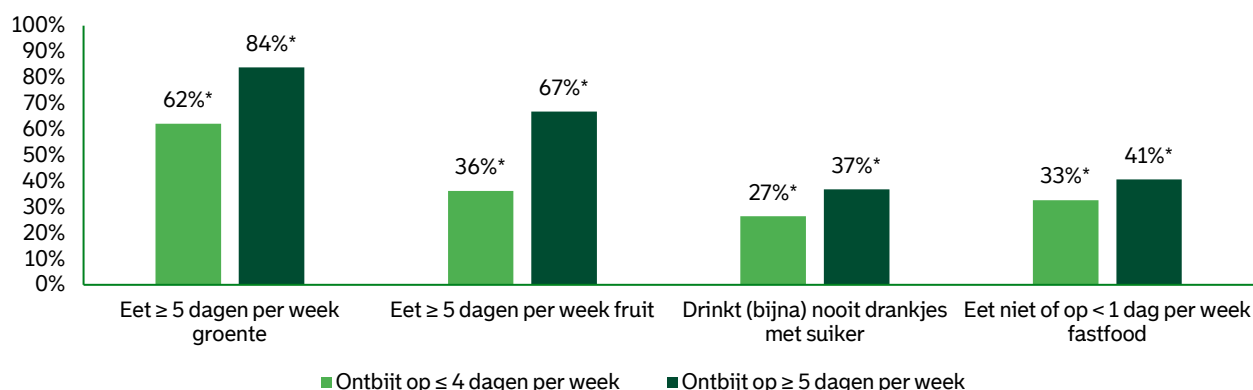
*significant verschil ($p < 0,05$) bij meer dan 2 groepen is getoetst t.o.v. het gemiddelde

¹ Toelichting indeling in kwintielen: het besteedbaar inkomen gecorrigeerd voor verschillen in grootte en samenstelling van het huishouden. Een maat voor de welvaart van een huishouden.

Samenhang met gezonde eetgewoonten

Volwassenen die op minimaal 5 dagen per week ontbijten, eten vaker groente en fruit, drinken minder vaak drankjes met suiker en eten minder vaak fast-food, vergeleken met volwassenen die op minder dan 5 dagen per week ontbijten (figuur 4).

Figuur 4. Volwassenen (18-64 jaar) in de regio die op minimaal 5 dagen per week ontbijten hebben vaker gezonde eetgewoonten dan volwassenen die op minder dan 5 dagen per week ontbijten, 2020

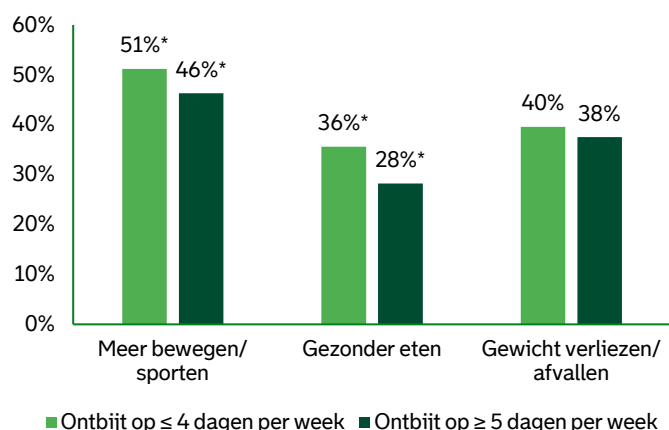


*significant verschil ($p < 0,05$)

Samenhang met wens aanpassen leefstijl

Volwassenen die op minder dan 5 dagen per week ontbijten, geven vaker aan meer te willen bewegen of gezonder te willen eten dan van de volwassenen die op minimaal 5 dagen per week ontbijten.

Figuur 5. Percentage volwassenen (18-64 jaar) dat meer wil bewegen/sporten, gezonder wil eten, of gewicht wil verliezen/afvallen naar ontbijtconsumptie, 2020



*significant verschil ($p < 0,05$)

Volwassenen ontbijten in 2020 minder vaak dan in 2016

In 2020 ontbijten volwassenen in de regio minder vaak dan in 2016. Het dagelijks ontbijten daalde fors, van 75% naar 68% (tabel 5). Een afname was zichtbaar in zowel Rotterdam als de overige regiogemeenten samen (figuur 6).

Ook in de gemeenten Rotterdam, Nissewaard, Voorne aan Zee, Ridderkerk en Krimpen a/d/ IJssel nam het aandeel volwassenen dat minimaal 5 dagen per week ontbijt af tussen 2016 en 2020 (figuur 7).

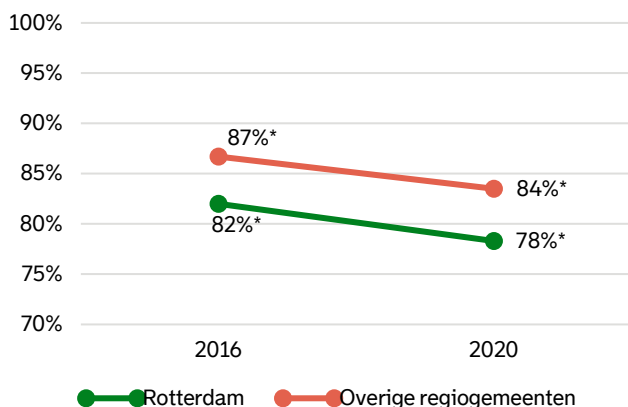


Tabel 5. Percentage volwassenen (18-64 jaar) in de regio dat op minimaal 5 dagen per week en dagelijks ontbijt in 2016 en 2020

	Ontbijt ≥ 5 dagen per week	Ontbijt dagelijks
Jaar		
2016	84%*	75%*
2020	81%*	68%*

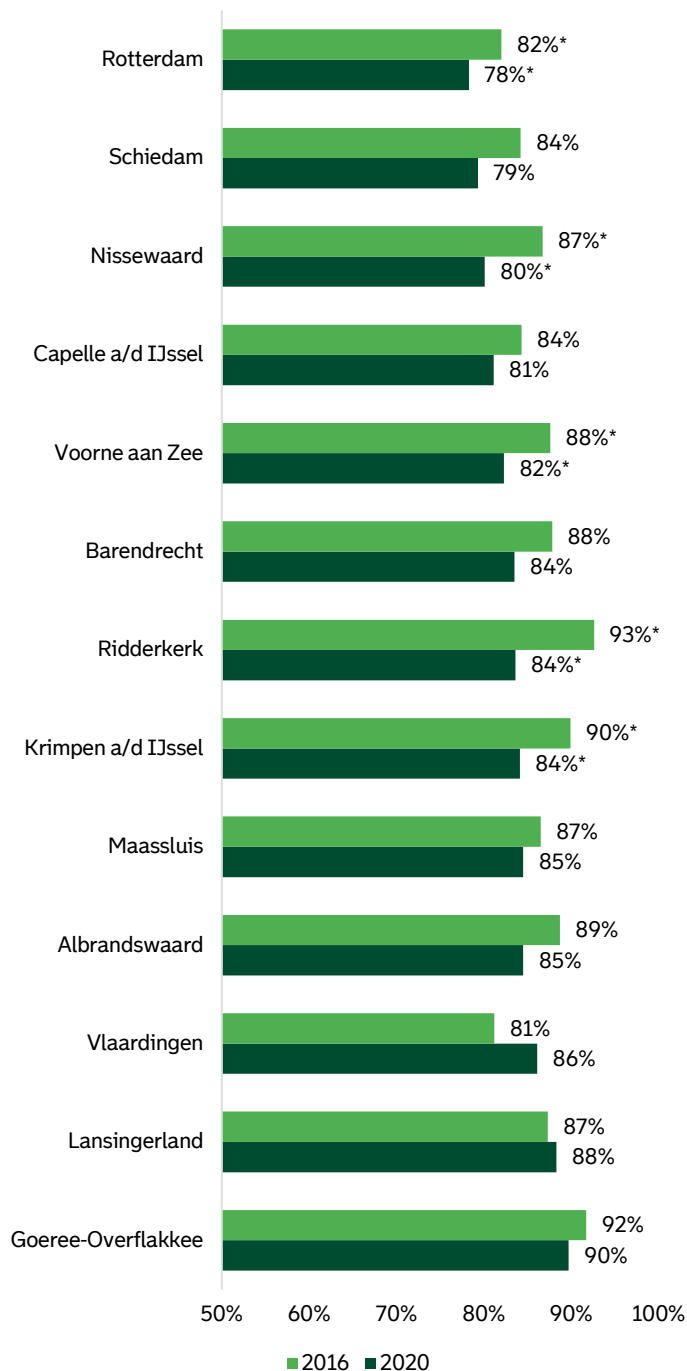
*significant verschil ($p < 0,05$)

Figuur 6. Percentage volwassenen (18-64 jaar) in Rotterdam en de overige regiogemeenten dat minimaal 5 dagen per week ontbijt in 2016 en 2020



*significant verschil ($p < 0,05$)

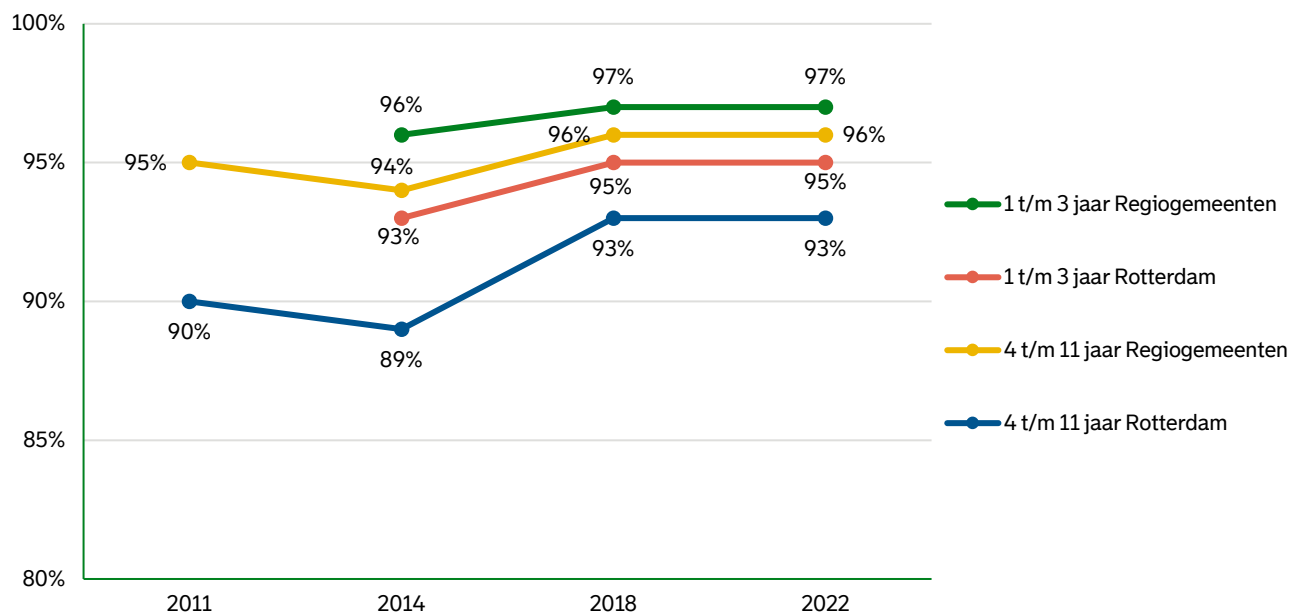
Figuur 7. Percentage volwassenen (18-64 jaar) dat minimaal 5 dagen per week ontbijt per gemeente in 2016 en 2020



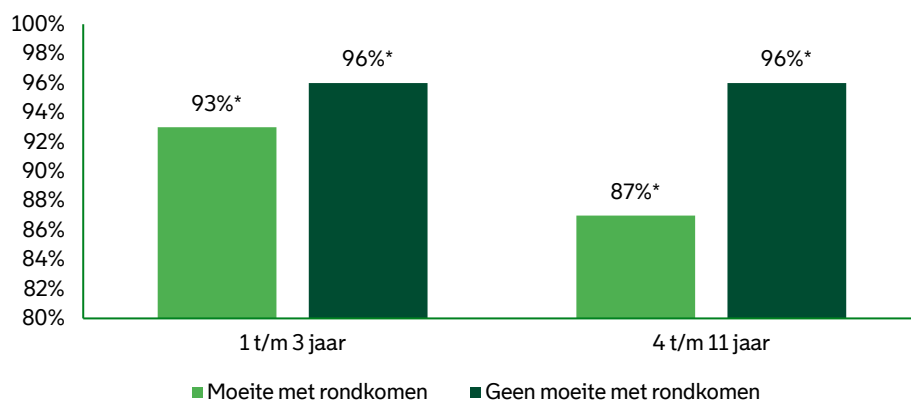
*significant verschil ($p < 0,05$)

Consumptie van ontbijt bij kinderen

Figuur 8. Percentage kinderen dat dagelijks ontbijt in de regiogemeenten en in Rotterdam, 2022



Figuur 9. Percentage kinderen dat dagelijks ontbijt en wel/geen moeite met rondkomen heeft, 2022



*significant verschil ($p < 0,05$)

Tussen 2018 en 2022 is het aandeel kinderen dat dagelijks ontbijt stabiel, dit geldt voor alle gemeenten in de regio (figuur 8). Het aandeel 1 t/m 3-jarigen dat dagelijks ontbijt is in Rotterdam lager dan gemiddeld in de regio (95% versus 97%).

Het aandeel schoolkinderen dat dagelijks ontbijt is lager in Rotterdam (93%) en Schiedam (93%) dan gemiddeld in de regio (96%).

Kinderen waarbij thuis enige tot grote moeite met rondkomen is, ontbijten minder vaak dagelijks dan kinderen waar thuis geen moeite met rondkomen is (zie figuur 9). Het verschil is groter bij de kinderen in de basisschoolleeftijd dan bij de peuters.

Hoe zijn de vragen naar ontbijt gesteld in de Gezondheidsmonitor?

- Hoeveel dagen in een gewone week eet u ontbijt?

Minder dan 1x per week, 1 dag per week, 2 dagen per week, 3 dagen per week, 4 dagen per week, 5 dagen per week, 6 dagen per week, 7 dagen per week

- Hoeveel dagen per week ontbijt uw kind?

(Bijna) nooit, 1 dag per week, 2 dagen per week, 3 dagen per week, 4 dagen per week, 5 dagen per week, 6 dagen per week, elke dag

Bronnen en verwijzingen

1. Djojosoeparto SK, Kamphuis CBM, Vandevijvere S en Poelman MP, namens het JPI-HDHL Policy Evaluation Network. The Healthy Food Environment Policy Index (Food-EPI): Nederland. Een beoordeling van rijksoverheidsbeleid met betrekking tot de voedselomgeving in Nederland en beleidsaanbevelingen voor het creëren van een gezonde voedselomgeving. Utrecht, Universiteit Utrecht, 2020.
2. RIVM. (2022). *Ontbijt*. Voedselconsumptiepeiling. Geraadpleegd op 6 oktober, 2022, van <https://www.wateetnederland.nl/onderwerpen/ontbijt>

VCP = voedselconsumptiepeiling

Gezondheidsmonitor volwassenen en ouderen 2020 & kinderen 2022, GGD'en, CBS en RIVM.

Voor meer informatie over de uitvoering van de Gezondheidsmonitor V&O 2020 zie: <https://gezondheidsin kaart.nl/handlers/ballroom.ashx?function=download&id=485>

Voor meer informatie over de uitvoering van de Gezondheidsmonitor Kinderen 2022 zie: <https://gezondheidsin kaart.nl/handlers/ballroom.ashx?function=download&id=547>

