

evian® en CEDE tonen aan dat 90% van de kinderen te weinig drinkt

Streven naar een gezonde geest in een gezond lichaam

evian® bevestigt opnieuw zijn imago als plichtbewust merk dat zich richt op de jeugdigheid. In samenwerking met de Europese Club van Kinderdiëtisten (CEDE), de afdeling Volksgezondheid van de Brusselse universiteit ULB (ESP-ULB) en het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola (UKZKF), heeft evian® een barometer opgesteld over hydratatie bij kinderen in België. Uit de studie blijkt dat minder dan 1 kind op 10 voldoende drinkt.

Brussel, 4 september 2013 – Om zowel de bevolking, scholen, diëtisten, als andere specialisten uit de gezondheidssector te sensibiliseren over de bestaande hydratatieproblematiek, sloegen evian®, CEDE, ESP-ULB en UKZKF de handen in elkaar. Ze onderzochten de dagelijkse consumptie van water en andere dranken bij jongeren tussen 8 en 12 jaar. Hoewel water essentieel is voor de gezondheid, waren tot op vandaag nog geen precieze gegevens beschikbaar over de waterconsumptie bij kinderen in België.

Uit de studie blijkt dat kinderen gemiddeld minder dan 1 liter per dag drinken. De gerenommeerde Europese instelling EFSA (European Food Safety Authority) raadt nochtans aan dat kinderen tussen 4 en 8 jaar gemiddeld 1,2 liter per dag drinken. Bij meisjes tussen 9 en 13 jaar is dat 1,425 liter per dag en bij de jongens van dezelfde leeftijd 1,575 liter per dag.¹ Rekening houdend met deze voorgeschreven dagelijkse behoeften, consumeert slechts 9,5% van de kinderen – of minder dan 1 kind op 10 – voldoende vloeistoffen. Bovendien drinkt 1 kind op 4 minder dan 3 à 4 keer per dag.

Wat betreft de consumptie van water in het bijzonder, bevestigt meer dan de helft van de kinderen (56%) minder dan 2 keer per dag te drinken; 7,7% geeft toe nooit water te drinken. *“Nochtans is het drinken van voldoende water essentieel voor de fysieke en cognitieve prestaties”*, vertelt Prof. Dr. Philippe Goyens van het Universitair Kinderziekenhuis Koningin Fabiola.

“Net omwille van deze reden engageren we ons ertoe om ons steentje bij te dragen aan het onderzoek naar een gezonde hydratatie. We vonden het bovendien noodzakelijk om deze studie in samenwerking met CEDE te volbrengen”, beklemtoont Michel Rascao, General Manager van Danone Waters Benelux.

Water vertegenwoordigt slechts 41,3% van het totaal aantal geconsumeerde vloeistoffen en bij kinderen die voldoen aan de aanbevelingen van EFSA is dit aandeel veel groter. Meisjes lijken eveneens liever water te drinken dan jongens: de verhouding water ten opzichte van andere dranken

¹ Aanbevolen hoeveelheden door EFSA op basis van diens hypothese dat het aandeel van dranken in het totaal van vloeistoffen (eten en drinken) varieert tussen 70 à 80%.

<http://www.efsa.europa.eu/fr/efsajournal/doc/1459.pdf>

bedraagt bij hen 43,6%, tegenover 37,1% bij de jongens. Kinderen die de EFSA-aanbevelingen niet halen, drinken op hun beurt meer andere dranken, zoals fruitsappen en frisdranken. Deze laatste helpen wel bij het hydratatieproces, maar hebben ook een impact op het energiepeil, waaronder die van suiker.

Danone Waters en meer specifiek het merk evian®, zijn al langer begaan met de promotie van een gezonde hydratatie. Deze studie levert daarvan het zoveelste bewijs. Danone Research doet namelijk al vele studies naar hydratatie en gezondheid, en het initiatief *Hydration for Health* verspreidt actief opgedane kennis in wetenschappelijke en medische kringen.

“Water is het belangrijkste bestanddeel van ons organisme: het is belangrijk voor de stofwisseling en speelt een sleutelrol bij de concentratie en het geheugen. Desondanks zeggen kinderen niet altijd wanneer ze dorst hebben en het proces dat de lichaamstemperatuur regelt lijkt bij hen minder goed te functioneren dan bij een volwassene”, zegt Isabelle Guelinckx, Fluid Intake Scientist bij Danone Research.

“De beste methode om kinderen voldoende water te laten drinken, is om hen een hydratatiereflex aan te leren. Dat houdt in dat ze doorheen de dag (op school en thuis) minstens 3 à 4 keer per dag moeten drinken”, vult Isabelle Thiébaud aan, pediatriesch diëtiste en Master in Volksgezondheid bij CEDE.

Deze studie werd afgenomen bij ongeveer 1.000 kinderen, in scholen uit heel België, en dat gespreid over meerdere periodes gedurende het hele jaar 2012. De ondervraagde leerlingen zijn afkomstig uit de hogere graden van het lager onderwijs in Franstalige en Vlaamse gemeenschappen. Ze werden gevraagd om dagelijks een ‘drankboekje’ in te vullen, waardoor hun wekelijks consumptiepatroon van vloeistoffen (waaronder water) duidelijk werd.

“We kunnen ons terecht vragen stellen bij de ondermaatse waterconsumptie bij kinderen en nadenken over de mogelijke maatregelen om een gezonde hydratatie aan te moedigen”, aldus Michel Rascao. *“Het ‘Live young’-motto van evian® is van toepassing vanaf de jongste leeftijd!”*

Over NV Danone Waters Benelux SA

De Groep DANONE is wereldwijd een belangrijke speler in de watermarkt, met als wereldwijd belangrijkste natuurlijk mineraalwater [evian®](#). De Danone Groep verkoopt evian® in 125 landen. evian® beschikt over een ruim gamma aan handige formaten – van mini tot familiale formaten – die passen bij iedere levensstijl en op elk moment van de dag.

NV Danone Waters Benelux SA (DWB) stelt een 30-tal mensen tewerk in de Benelux. Het is een dynamische onderneming die als een KMO functioneert binnen de wereldwijde Groep DANONE.

DWB commercialiseert de natuurlijke mineraalwaters evian®, Volvic® en Badoit®.

www.danone.com

<http://www.h4hinitiative.com>

Voor meer informatie:

Vincent Morrens
Head of Media Relations
Vademecom
+32 2 269 50 21
vm@vademecom.be