FACTCHECKER

Door *Stefanie Van den Broeck*, illustratie *Steve Michiels*

‘Slechte schoolprestaties door fastfood’

ABC Gezondheid

→ONWAAR
→EERDER ONWAAR
→GEEN BEWIJS
→EERDER WAAR
→WAAR

Op de website *ABC Gezondheid* verscheen een artikel met als kop ‘Slechte schoolprestaties door fastfood’. Er wordt verwezen naar een Amerikaans onderzoek bij bijna 12.000 leerlingen. ‘Kinderen die tijdens hun jaren op de basisschool regelmatig fastfood aten, hebben minder goede schoolresultaten op de middelbare school (drie jaar later). De kinderen die het meest fastfood aten, scoorden 20 procent minder goed dan kinderen die geen fastfood aten.’

Het onderzoek gebruikt gegevens over kinderen die gedurende langere tijd werden bevraagd (van de kleuterschool tot ‘eighth grade’, de leeftijd van 13 à 14 jaar). De kinderen rapporteerden op hun 10 à 11 jaar (‘fifth grade’) zelf hoeveel fastfood ze in de voorbije week aten.

Tien procent gaf aan dat dagelijks te hebben gedaan, nog eens tien procent deed het vier tot zes keer per week. Daarnaast legden ze zowel in ‘fifth grade’ als in ‘eighth grade’ proeven af voor taal, rekenen en wetenschap. Kinderen die vaak fastfood aten, bleken in drie jaar tijd minder leerwinst te boeken. Zeker dagelijks fastfood eten bleek funest. Het effect hield trouwens ook stand nadat de gegevens werden gecontroleerd op andere factoren, zoals het inkomen van de ouders en de levensstijl van de kinderen (veel tv-kijken, bijvoorbeeld). Belangrijk: dat kinderen die het meest fastfood aten 20 procent minder goed zouden scoren, zoals in *ABC Gezondheid* wordt beweerd, vinden we nergens in het artikel terug.

Het is een degelijke studie die inderdaad een verband aantoont tussen fastfood en leerwinst, zegt Michaël Sels, hoofddiëtist van het UZA. ‘Maar het is nog niet helemaal duidelijk waar de precieze oorzaak zit. Een belangrijke hypothese wijst naar de bestanddelen van fastfood: weinig gezonde nutrienten zoals ijzer, maar veel verzadigde vetten en suikers. Vooral “transvetten” hebben een nadelig effect. Maar de onderzoekers geven zelf aan dat de data over voeding in deze studie dateren uit 2004. Intussen heeft de voedingsindustrie transvetten zo veel mogelijk geweerd.’ Daarnaast wordt in de studie aangehaald dat stress bij ouders een factor kan zijn om naar fastfood te grijpen. ‘Diezelfde stress zou ook een effect kunnen hebben op de schoolresultaten van kinderen. En uit ander onderzoek, zoals de Belgische nationale voedselconsumptiepeiling, weten we dat laagopgeleiden gemiddeld een ongezonder eetpatroon hebben.’

Professor pediatrie Anne Rochtus (UZ Leuven) is het eens met Sels. ‘Het onderzoek toont aan dat het bestrijden van obesitas bij kinderen – onder meer door fastfood te ontmoedigen – niet alleen belangrijk is voor de fysieke gezondheid, maar ook kan bijdragen tot betere academische prestaties.’

Professor cognitieve psychologie Wouter Duyck (NVAO): ‘Om een oorzakelijk verband aan te tonen, zou je een gecontroleerd experimenteel onderzoek moeten voeren waarbij de helft van de kinderen fastfood eet en de andere helft niet, om dan de effecten te bestuderen. Maar dat valt ethisch niet te verantwoorden. Desondanks zit deze studie goed in elkaar: de leerresultaten worden op twee momenten vergeleken en er wordt gecontroleerd op verschillende factoren, zoals fysieke activiteit. En er worden duidelijke effecten gevonden.’

CONCLUSIE

Dat fastfood rechtstreeks leidt tot slechtere schoolprestaties is kort door de bocht, maar er is een duidelijk verband tussen de twee. We beoordelen de stelling dan ook als eerder waar.

• Op Knack.be/Factchecker vindt u links naar de onderzoeken en andere bronnen die voor dit artikel zijn gebruikt.

• Krasse uitspraak, straf cijfer of dito feit in de actualiteit gezien? Stuur uw vraag met exacte bronvermelding van het citaat naar factchecker@knack.be