



Jeugdonderzoeksplatform

1. Referentie

Referentie	Mertens, E., Deriemaeker, P., & Van Beneden, K. (2021). Adjustments in Food Choices and Physical Activity during Lockdown by Flemish Adults. <i>Nutrients</i> , 13(11), 3794.
Taal	Engels
ISBN - DOI	https://doi.org/10.3390/nu13113794
Publicatievorm	Tijdschriftartikel

2. Abstract

On Wednesday 18/03/2020 Belgium was placed in lockdown in order to curb the spread of COVID-19. Lockdown can lead to loneliness, boredom, anger, anxiety and depression, which in turn have an influence on food choices and physical activity (PA). This study aims to map the adjustments in food choices and PA by Flemish adults during lockdown. Methods: Chi square tests were performed to investigate the relationship between adjustments in food choices, PA and demographic variables. Results: A total of 1.129 respondents filled in the online questionnaire, aged between 18 and 81 years. The healthiest food choices were made by respondents living alone during lockdown, whilst people cohabiting with others increased their PA significantly. Moreover, the dietary adjustments of adults living with children evolved more favourably to healthier choices than those cohousing with other adults. However, respondents living with other adults showed a more favourable pattern regarding adjustments in PA. The strongest increase in sedentary behaviour was observed in students. Conclusions: This study shows the impact of lockdown on both PA and food choices, where healthier adjustments were observed in PA and respondents were prone to consume unhealthier food.

Op woensdag 18/03/2020 werd België in lockdown geplaatst om de verspreiding van COVID-19 tegen te gaan. Lockdown kan leiden tot eenzaamheid, verveling, woede, angst en depressie, die op hun beurt een invloed hebben op voedingskeuzes en fysieke activiteit (FA). Deze studie wil de aanpassingen in voedselkeuzes en FA door Vlaamse volwassenen tijdens lockdown in kaart brengen. Methoden: Chi-kwadraattoetsen werden uitgevoerd om de relatie tussen aanpassingen in voedselkeuzes, FA en demografische variabelen te onderzoeken. Resultaten: In totaal vulden 1.129 respondenten de online vragenlijst in, met een leeftijd van 18 tot 81 jaar. De gezondste voedingskeuzes werden gemaakt door respondenten die tijdens de lockdown alleen woonden, terwijl mensen die met anderen samenwoonden hun FA aanzienlijk verhoogden. Bovendien evolueerden de voedingsaanpassingen van volwassenen die met kinderen samenwoonden gunstiger naar gezondere keuzes dan diegenen die met andere volwassenen samenwoonden. Respondenten die samenwonen met andere volwassenen vertoonden echter een gunstiger patroon wat betreft aanpassingen in FA. De sterkste toename van sedentair gedrag werd waargenomen bij studenten. Conclusies: Deze studie toont de impact van lockdown op zowel FA als voedingskeuzes, waarbij gezondere aanpassingen werden waargenomen in FA en respondenten geneigd waren ongezonder voeding te consumeren.

3. Trefwoorden

Thema('s)	Gezondheid en welzijn
Trefwoord(en)	voedingskeuzes; voeding; voedselinname; lichaamsbeweging; sedentair gedrag; lockdown; volwassenen; COVID-19