

# *Wat moet een kind met overgewicht bij de fysiotherapeut?*

"Sanne is 11 jaar. Een vrolijke meid. Ik ontmoette haar op een voorlichtingsbijeenkomst bij haar op school. Aan het eind van de avond stapte ze samen met haar ouders op mij af. Het viel mij direct op dat zij te dik was voor haar leeftijd. Op termijn zou dit gezondheidsklachten als hoge bloeddruk en diabetes met zich mee kunnen brengen. Bij het eerste bezoek heb ik uitgebreid met Sanne en haar ouders gesproken over haar leefstijl en gekeken naar wat ze leuk vindt: zwemmen en skeeleren. Ik adviseer Sanne om ook meer te bewegen in het dagelijks leven: met de fiets naar school, vaker buitenspelen en de hond uitlaten. Inmiddels is Sanne er goed mee bezig. Haar overgewicht neemt af en ze zit steeds beter in haar vel. Ik heb afgesproken dat ze elke maand bij me langskomt, zodat we samen met haar ouders kunnen werken aan verandering van haar beweeggedrag. Als alles goed gaat, kunnen we kijken of ze het verder alleen kan."

Sara Venkamp, fysiotherapeut

**De fysiotherapeut kan meer voor u betekenen dan u denkt.**

**Kijk op [www.fysiotherapie.nl](http://www.fysiotherapie.nl) voor een erkende registerfysiotherapeut bij u in de buurt.**

De fysiotherapeut



Specialist in beweging