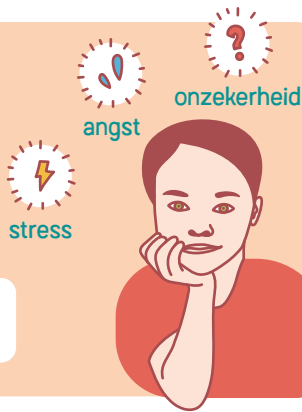


# Ingrijpende jeugdervaringen

en de levenslange gevolgen voor leefstijl en gezondheid

## Wat zijn ingrijpende jeugdervaringen?

Als kind opgroeien met heel veel...



Ingrijpende jeugdervaring = Adverse Childhood Experience (ACE)

## Meest voorkomende ingrijpende jeugdervaringen (ACE's)



## Hoe vaak komen ACE's voor in Nederland?

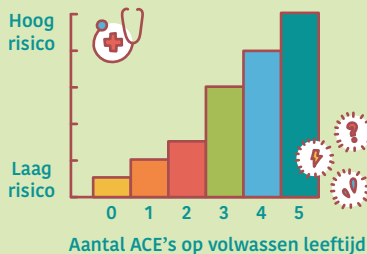
Het aantal ACE's per persoon

- Vier of meer: 11%
- Drie: 6%
- Twee: 9%
- Een: 17%
- Geen: 56%



ACE's komen overal voor: in iedere straat, buurt, school en werkomgeving.

## Impact op gezondheid



Een stapeling van ACE's is gevaarlijk. Hoe meer ACE's hoe groter de kans op negatieve gezondheidsuitkomsten, ongezond gedrag en lagere levensverwachting.

## Impact op levensloop



De impact van ACE's is levenslang. Mensen met vier of meer ACE's hebben een grotere kans om 20 jaar eerder te overlijden en om ACE's door te geven aan de volgende generatie.

## De impact van ACE's op risicovol gedrag en gezondheid

Mensen met vier of meer ACE's lopen een sterk verhoogd risico op een ongezonde leefstijl en verschillende ernstige ziektes en chronische aandoeningen.

### Risicovol/ongezond gedrag



### Negatieve lichamelijke, psychische en sociale gezondheidsuitkomsten



# Ingrijpende jeugdervaringen

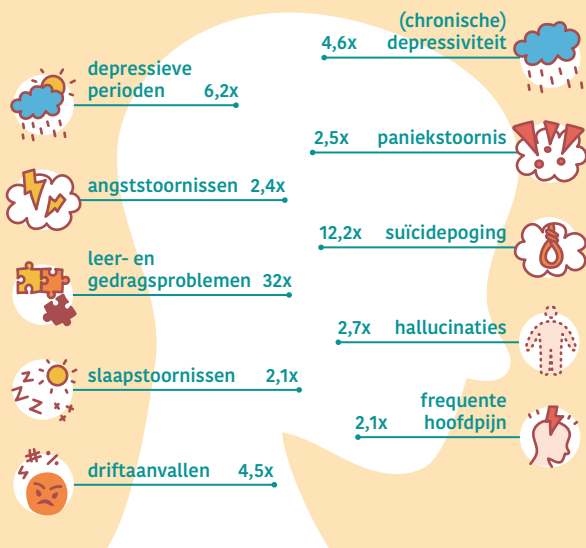
## mentale gezondheid en psychische problematiek

### Hoe ingrijpende jeugdervaringen (ACE's) mentale ziekten kunnen veroorzaken



### Verhoogde kans op mentale ziekten en psychische problemen

Het meemaken van ACE's hangt samen met een verhoogd risico om als kind, jongere of volwassene mentale ziekten of psychische problemen te ontwikkelen. Iemand met 4+ ACE's heeft bijvoorbeeld 4,6x zoveel kans op een (chronische) depressie dan iemand zonder ACE's.

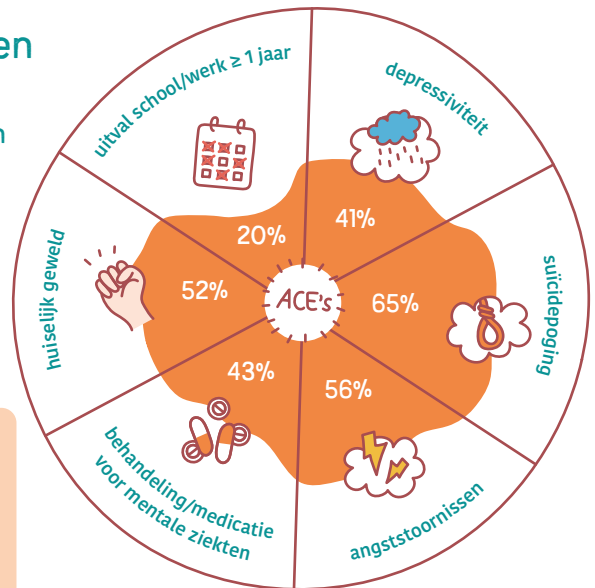


**Psycho-sociale problemen** die vaak samenhangen met mentale problematiek:

Financiële problematiek	2,4x
Slachtoffer seksueel geweld	8,2x
Dader huiselijk/partnergeweld	5,5x
Eerste geslachtsgemeenschap ≤ 14 jr	6,6x
Ongewenst zwanger	2,4x
Gevangenisstraf	4,0x

### Hoeveel dragen ACE's bij aan de omvang van de problematiek?

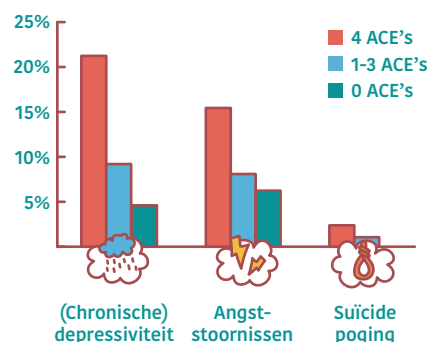
Door ACE's te bestrijden zou het aantal mensen dat bijvoorbeeld lijdt aan depressiviteit met 41% kunnen worden teruggebracht.



Uit een grootschalige studie in de VS blijkt dat 67% van de ervaren 'life dissatisfaction' van volwassenen (=een lage kwaliteit van leven/ongelukkig zijn) is toe te schrijven aan ACE's.

### Verhoogd risico op mentale ziekten en psychische problematiek

Het percentage Nederlanders met mentale ziekten en psychische problematiek, uitgesplitst naar het aantal meegemaakte ACE's.



Kinderen die meerdere ACE's meemaken hebben een verhoogde kans om onterecht gediagnosticeerd te worden met ADHD, een gedragsstoornis of autisme (ASS).

Kinderen met 4+ ACE's hebben een 3x verhoogde kans om ADHD-medicatie te gebruiken.



Deze infographic is in 2022 ontwikkeld door Augeio Foundation, partner van de Samenwerkende Gezondheidsfondsen op weg naar een Gezonde Generatie

[www.augeio.nl/aces](http://www.augeio.nl/aces)