

Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen

02.10.2012, 10:43 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Supress*

Presseagentur: *Supress*



Foto: Fotolia (No. 4757)

Häufigkeit und Schweregrad nehmen zu

sup.- Nicht nur in Deutschland nehmen Häufigkeit und Schweregrad von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen in alarmierender Weise zu. Laut Aussagen von Prof. Berthold Koletzko (Dr. von Haunersches Kinderspital, Klinikum der Universität München) sind weltweit etwa zehn Prozent der 5- bis 17-Jährigen übergewichtig, von diesen ist rund ein Viertel von Adipositas betroffen. Insgesamt sind ca. 155 Mio. Kinder und Jugendliche zu dick und 30 bis 45 Mio. adipös.

Die dramatische Zunahme des Übergewichts beruht vor allem auf raschen Veränderungen der Lebensbedingungen. "Zunehmend sitzende Freizeitbeschäftigungen und die dauernde Verfügbarkeit zahlreicher TV-Kanäle sowie attraktiver Elektronikspiele haben zu einem deutlich verminderten Energiebedarf geführt", erläutert Prof. Koletzko. Einzelne Lebensmittel erklären Übergewicht nicht. Aber insgesamt verändert sich auch das Ernährungsverhalten. Gemeinsame Familienmahlzeiten werden seltener, stattdessen steigt der Gelegenheitskonsum und der Verzehr von Fertigprodukten. Regelmäßige zeitliche Intervalle des Essens drohen in den Hintergrund zu geraten.

Entsprechend sollten Präventionsmaßnahmen vor Übergewicht in erster Linie im Familienalltag getroffen werden. Während bei früheren Generationen eine bewegungsreiche Freizeitgestaltung nahezu eine Selbstverständlichkeit war, müssen die heutigen Kids gezielt zu körperlicher Aktivität und Sport motiviert werden. Außerdem sollten Eltern sich bewusst werden, wie wichtig gemeinsame Familienmahlzeiten sind, das gilt vor allem auch für das Frühstück. Tipps und Anregungen für einen gesunden Lebensstil finden interessierte Eltern z. B. auf dem mehrsprachigen Ratgeber-Portal www.komm-in-schwung.de (<http://www.komm-in-schwung.de>).

Portrait

Supress ist ein Dienstleister für elektronisches Pressematerial zur schnellen und kostenfreien Reproduktion. Unsere Seiten bieten ein breites Spektrum an Daten und Texten zu Themen wie modernes Bauen, Umwelt, Medizin und Lifestyle. Passende Grafiken und Bilder stehen ebenfalls zur Verfügung. Unser Webauftritt ist für eine Auflösung von 1024 x 768 Bildpunkte optimiert. Bei Abdruck wird die Zusendung eines Belegexemplars erbeten.

News-ID: 667862 • Views: 1094 (Stand: 10.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/667862/Uebergewicht-bei-Kindern-und-Jugendlichen.html>