

WELTERNÄHRUNGSTAG

Regelmäßig Fast Food und Zuckersäfte: UNICEF warnt

Neuer Bericht. Gesundheit vieler Kinder in Gefahr

Fast zwei Drittel (62 %) der Kinder und Jugendlichen in Industrieländern trinken mindestens einmal wöchentlich einen zuckerhaltigen Softdrink, knapp jeder Zweite (46 %) isst mindestens einmal pro Woche Fast Food: Mädchen und Buben „sind in alarmierendem Maß ungesunden Lebensmitteln ausgesetzt“, stellt das US-Kinderhilfswerk UNICEF anlässlich des Welternährungstages am Mittwoch, 16. 10., fest. Weltweit leidet laut einem neuen Bericht mindestens jedes dritte Kind unter fünf Jahren (200 Millionen Mädchen und Buben weltweit) unter den Folgen von unzureichender oder schlechter Ernährung und ist entweder unterernährt oder übergewichtig.

50 Millionen Kleinkinder sind zu dünn im Vergleich zu ihrer Größe, 150 Millionen aufgrund von Mangelernährung unterentwickelt, also zu klein für ihr Alter.

In den Industriestaaten ist ein Mangel an wichtigen Nährstoffen durch einseitige Ernährung aber immer öfter kombiniert mit Übergewicht und Fettleibigkeit: Zwischen 2000 und 2016 hat sich der Anteil der übergewichtigen Kinder von fünf bis 19 Jahren weltweit fast verdoppelt.

Kürzeres Leben

Auch in Österreich steigt ihre Zahl: „Es fehlt an exakten Statistiken, aber ganz grob kann man von 30 Prozent übergewichtigen Buben und etwas mehr als 20 Prozent übergewichtigen Mädchen ausgehen“, sagt Kurt Widhalm, Leiter des Österreichischen Akademischen Instituts für Ernährungsmedizin in Wien.

„Starkes Übergewicht verringert die Lebenserwartung im Schnitt um vier Jahre“, verweist der Ernährungsmediziner auf Daten, die erst ver-



Bereits 40 Millionen Kinder unter fünf sind übergewichtig

gangene Woche in einem OECD-Bericht veröffentlicht wurden. Und: „Die Folgekosten von Fettleibigkeit pro Kopf und Jahr liegen bei rund 320 Euro.“

Widhalm betont: „Ein Hamburger pro Woche wäre ja nicht das Problem – aber dabei bleibt es ja oft nicht. Fast Food wird nach der Schule konsumiert, und am Abend gibt es dann oft nochmals eine kalorienreiche Mahlzeit. Die Summe macht es aus.“

In der OECD-Studie gibt es aber auch eine sehr positive Zahl: Jeder Euro, der für Präventionsmaßnahmen eingesetzt wird, verhindert Folgekosten für das Gesundheits- und Sozialsystem in der Höhe von rund sechs Euro. Widhalm: „Wir müssen jetzt in Präventionsprogramme investieren, um den aktuellen Trend zu stoppen.“

UNICEF fordert auch, dass die Nachfrage nach ungesunden Lebensmitteln gesenkt werden soll, „z. B. durch bessere Aufklärung über gesunde Ernährung und gesetzliche Regelungen wie Zuckersteuern.“ Widhalm: „Die Steuerung der Preisgestaltung ist ganz sicher auch ein Thema.“

ERNST MAURITZ