

Übergewicht beginnt im Kleinkindalter

Sarah Wiener Stiftung und Forum Trinkwasser e.V. setzen auch auf richtiges Trinken

Köln, 03. März 2011 – Übergewicht beginnt im Kleinkindalter, das ergab eine jetzt veröffentlichte Langzeitstudie der Technischen Universität und des Gesundheitsamtes Dortmund im Rahmen des Projekts „DoKi – Dortmunder Kinder. Besser essen. Mehr bewegen.“.

Fettiges Essen, süße Getränke und wenig Bewegung – eine heikle Mischung, die immer häufiger und früher zu krankhaftem Übergewicht führt. Rund 1.300 Kinder wurden zwischen den Jahren 2008 und 2010 in Stichproben untersucht. 15 Prozent der Dreijährigen waren übergewichtig, acht Prozent sogar adipös. Auffallend: Alle untersuchten Kinder waren im Alter bis zwölf Monate weitgehend normalgewichtig.

Übergewicht frühzeitig vorbeugen

Das Ergebnis, so die Organisatoren, unterstreiche, wie wichtig es ist, Übergewicht schon vor dem dritten Lebensjahr vorzubeugen. Dabei kommt es nicht nur auf richtiges Essen, sondern auch die Wahl der Getränke an. Oft werden gerade flüssige Zuckerbomben wie Eistee und Co unterschätzt, die einen entscheidenden Einfluss auf die alarmierend hohe Kalorienzufuhr bei Kindern hat. „Kinder in Deutschland trinken zu süß, zu wenig und zu selten, mit schwerwiegenden Folgen für die körperliche Fitness“, bestätigen die Experten des Forum Trinkwasser e.V. Gemeinsam mit der Sarah Wiener Stiftung (SWS), die sich seit 2008 „für gesunde Kinder und was Vernünftiges zu essen“ einsetzt, engagiert sich das Forum deshalb für ein gesundes Trinkverhalten.

Sarah Wiener Stiftung schult angehende Erzieher

Je eher desto besser: Seit 2009 widmet sich auch die SWS unter anderem der frühkindlichen Bildung. „Schon bei den Kleinsten wird durch richtiges Ess- und Trinkverhalten der Grundstein für ein gesundes Leben gelegt“, sagt Frank Rothe, Projektleiter der SWS. „Deshalb wollen wir gesunde und umweltbewusste Ernährung direkt in die Ausbildung von bundesweit mehr als 60 Erzieher-Fachschulen integrieren.“ Hierzu wurden spezielle Lehrmaterialien für die angehenden Erzieher entwickelt, die beispielweise darüber aufklären, welche Vorteile regionale Produkte mitbringen oder Informationen zum positiven ökologischen Fußabdruck von Wasser aus dem Hahn liefern.

Das Forum Trinkwasser e. V.

informiert über frisches Trinkwasser in Deutschland auf Basis von Fakten und wissenschaftlichen Studien. Es wurde 2001 gegründet.

Im Rahmen der Initiative „TrinkWasser! Clever genießen.“ setzt sich das Forum Trinkwasser e.V. seit 2010 gemeinsam mit der Sarah Wiener Stiftung dafür ein, dass die Wertschätzung für das gesunde Naturprodukt aus dem Hahn gestärkt wird. In den Koch- und Ernährungskursen, die die Stiftung der Starköchin in Kitas, Schulen und Jugendeinrichtungen durchführt, werden Getränke auf Trinkwasserbasis zubereitet und Wissenswertes rund um den umweltschonende Durstlöscher vermittelt.

Auf der Homepage www.forum-trinkwasser.de stehen Studien, Grafiken, Pressefotos sowie das Trinkwasser-Modul, das zusammen mit der SWS entwickelt wurde zum Herunterladen zur Verfügung. Über neue Themen rund ums Trinkwasser informiert auch der E-Mail-Newsletter – einfach auf www.forum-trinkwasser.de/newsletter.php zum kostenfreien Abo anmelden.

Das Forum Trinkwasser ist außerdem bei Facebook: <http://www.facebook.com/trinkwasser.geniessen>

Unter www.forum-trinkwasser.de Rubrik „Presse“ finden Sie Bildmaterial zum Download sowie - in der Kategorie „Studien & Umfragen“ - ausführliche Informationen zur genannten Studie.

Bei Rückfragen wenden Sie sich bitte an:

Pressebüro des Forum Trinkwasser e.V.
c/o morepublic. - Partner für PR und Medien
Frau Ute Zimmermann / Frau Svenja Wierick
Hohenzollernring 85-87 · 50672 Köln
Telefon: 0221. 94 99 88-12 · Fax: 022. 94 99 88-19
E-Mail: info@forum-trinkwasser.de