

Herausforderung Adipositas im Kindes- und Jugendalter -Aspekte zur Prävention und Therapie-

Plattform Elterngesundheits

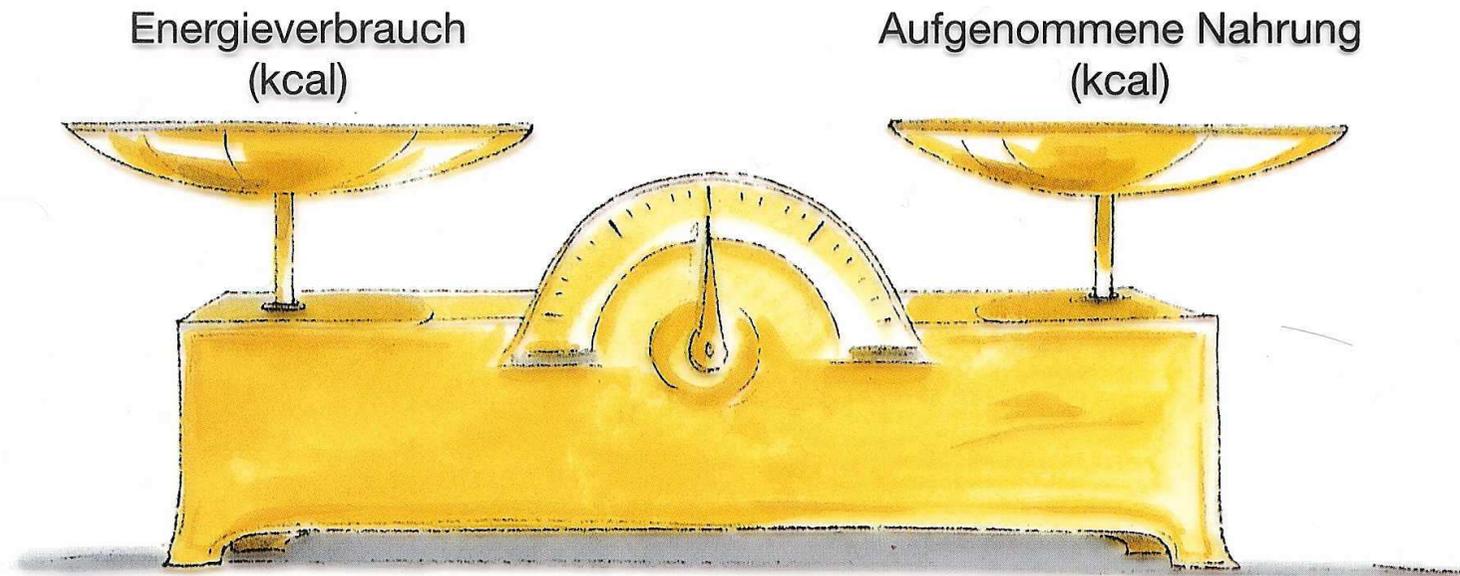
Dornbirn, 17.11.2012

**Dr. med. Josef Laimbacher
Ostschweizer Kinderspital, St. Gallen**



Ostschweizer Kinderspital

Zu einem gesunden Lebensstil gehört eine ausgeglichene Energiebilanz :



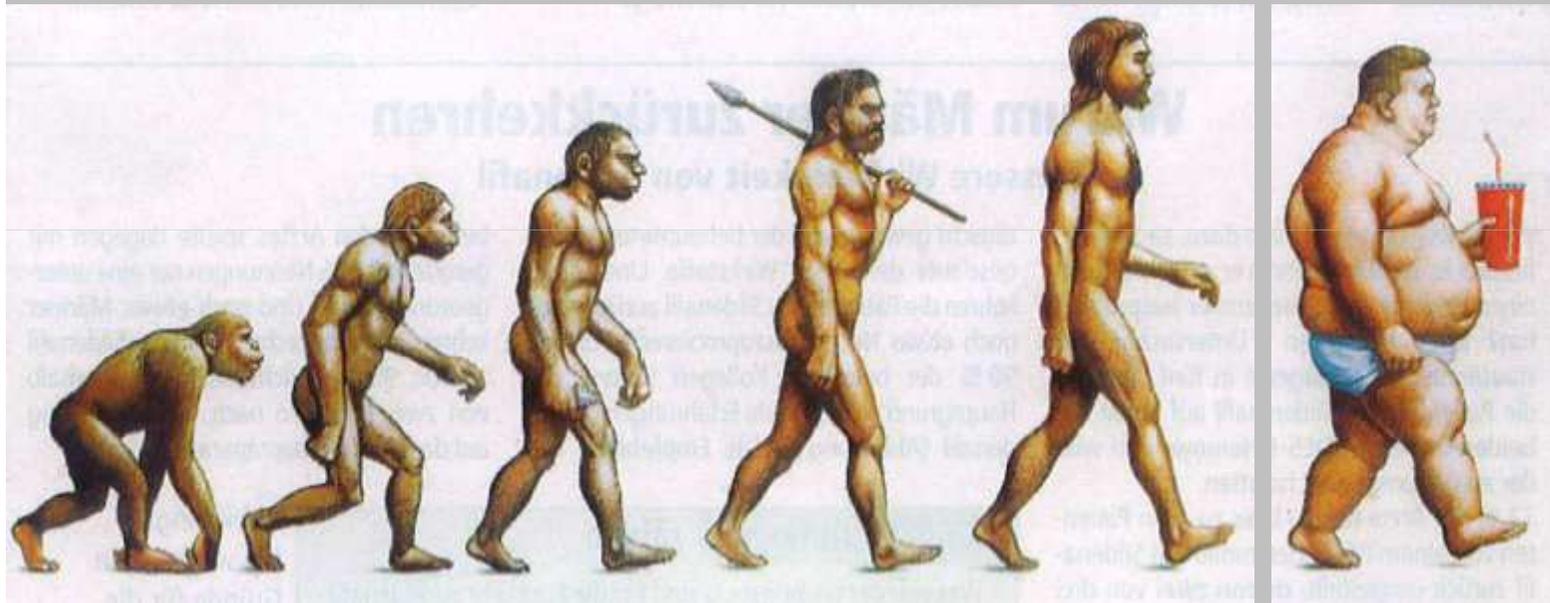
Energieverbrauch und Kalorienaufnahme müssen im Gleichgewicht sein.

Leider ist sie heute vielfach aus dem Lot !



Evolution zur Moderne

Die Neuzeit entspricht lediglich 0,5 Promille
der Entwicklung des **Homo sapiens** zum
.....unbeweglichen Menschen



Die Realität des 21. Jahrhunderts



Ostschweizer Kinderspital

Verhältnisse prägen unser Verhalten

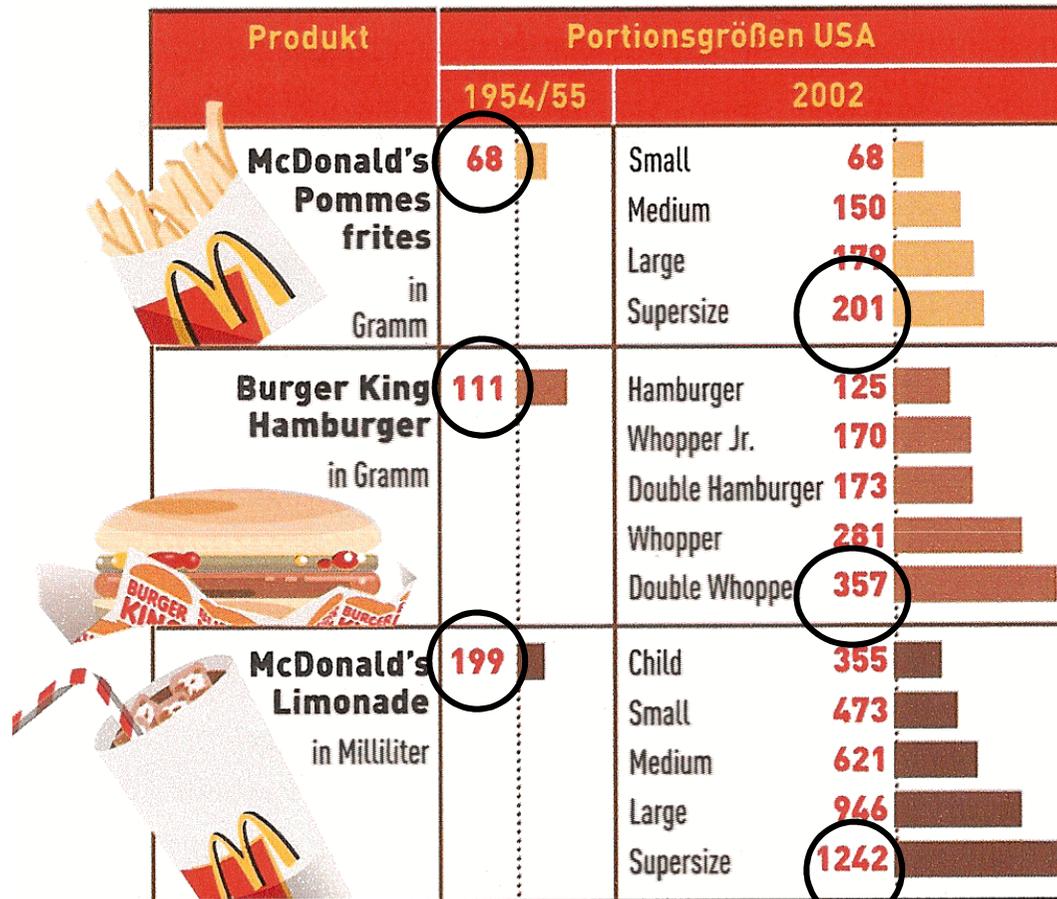


„Schlaraffenland“

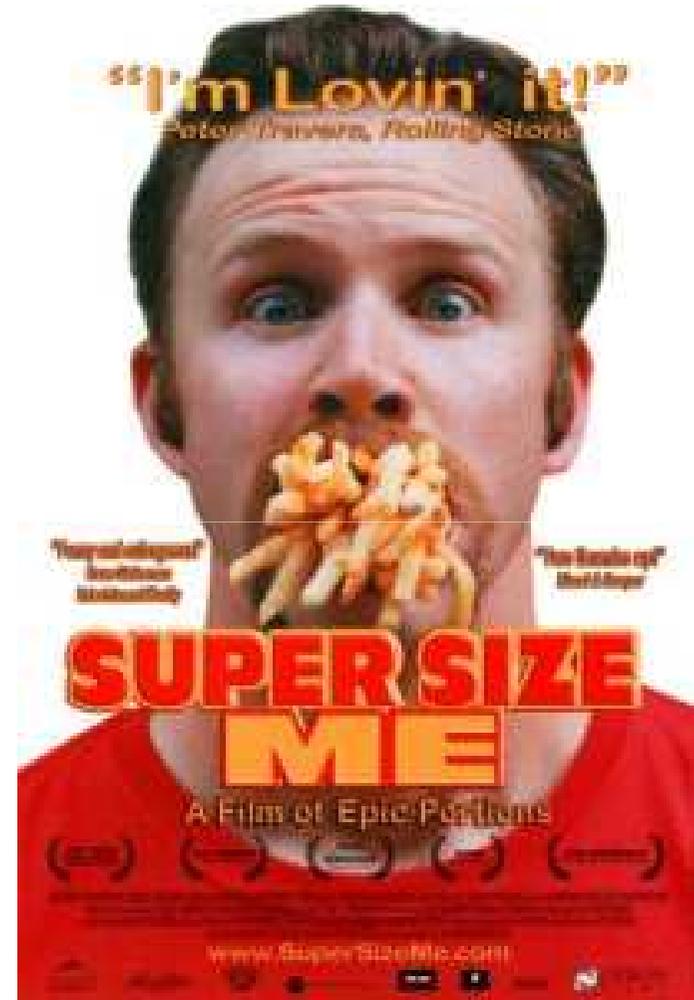


Ostschweizer Kinderspital

Supersize me! Immer grösser! Esst mehr!?



GEO-Grafik; Quelle: Journal of the American Dietetic Association/Lisa Young



Unsere Umwelt hat sich verändert



**Wir kannten den Samichlaus
mit Schmutzli und Esel**

**Heute kommt der Santa-Claus
als Werbeträger mit BMI > 30**



Ostschweizer Kinderspital

Bewegung als Transporteur

Bewegung und Ernährung gehören zusammen!?

The image shows a screenshot of the McDonald's Junior Sport website and a 40th anniversary poster. The website features a blue header with the McDonald's logo and 'i'm lovin' it' slogan, followed by 'JUNIOR SPORT'. Navigation links include 'HOME PAGE', 'ABOUT JUNIOR SPORT', 'SOCCER LEGENDS', and 'GET IN TOUCH'. A login section for the 'ACTIVE8 CLUB' is visible, with fields for 'LOGIN:' and 'PASSWORD:', a 'Remember me:' checkbox, and buttons for 'REGISTER NOW!' and 'LOGIN'. Below the login section is a photo of children playing soccer. The main content area is titled 'IT'S ALL ABOUT BALANCE' and contains a 'Note from Sarah' discussing the importance of balance between food and activity. A sidebar on the right features a '40 Jahre ans Kinder' anniversary logo and a 'HULREISE' section with a photo of a child skiing. The footer includes copyright information for McDonald's NZ and links to 'Terms and Conditions'.

McDonald's JUNIOR SPORT

i'm lovin' it

HOME PAGE ABOUT JUNIOR SPORT SOCCER LEGENDS GET IN TOUCH

LOG IN TO THE ACTIVE8 CLUB!

LOGIN:

PASSWORD:

Remember me:

REGISTER NOW! LOGIN

Forget your password? [Click here](#)

Involving your kids | Local Activities | Partner Links

IT'S ALL ABOUT BALANCE

Note from Sarah

Hey guys here's something to talk to your parents about.

It's really important for them to get out and active as well. Try getting them to join you in the backyard kicking the ball around and have a bit of fun. Remember it's also important to fuel up so make sure your parents and you get a good mix of food. By doing this you can get the balance of fuel going in and energy going out.

It's simply about the balance of energy IN (the foods we eat) and energy OUT (the physical activity we do).

Sarah

Junior Soccer and Touch:
Junior Soccer and Touch are great because they are all about keeping active, having fun with your friends, getting to know the game and learning how to work as a part of a team.

The other cool thing is that both girls and boys can play and they're perfect for kids of all ages.

Check out the Partner Links in the menu bar to see how you can get into Junior Soccer and Touch.

McDonald's NZ – Helping Kiwi Kids Enjoy Sport

© 2007 McDonald's Ltd. | [Terms and Conditions](#)

40 Jahre ans Kinder

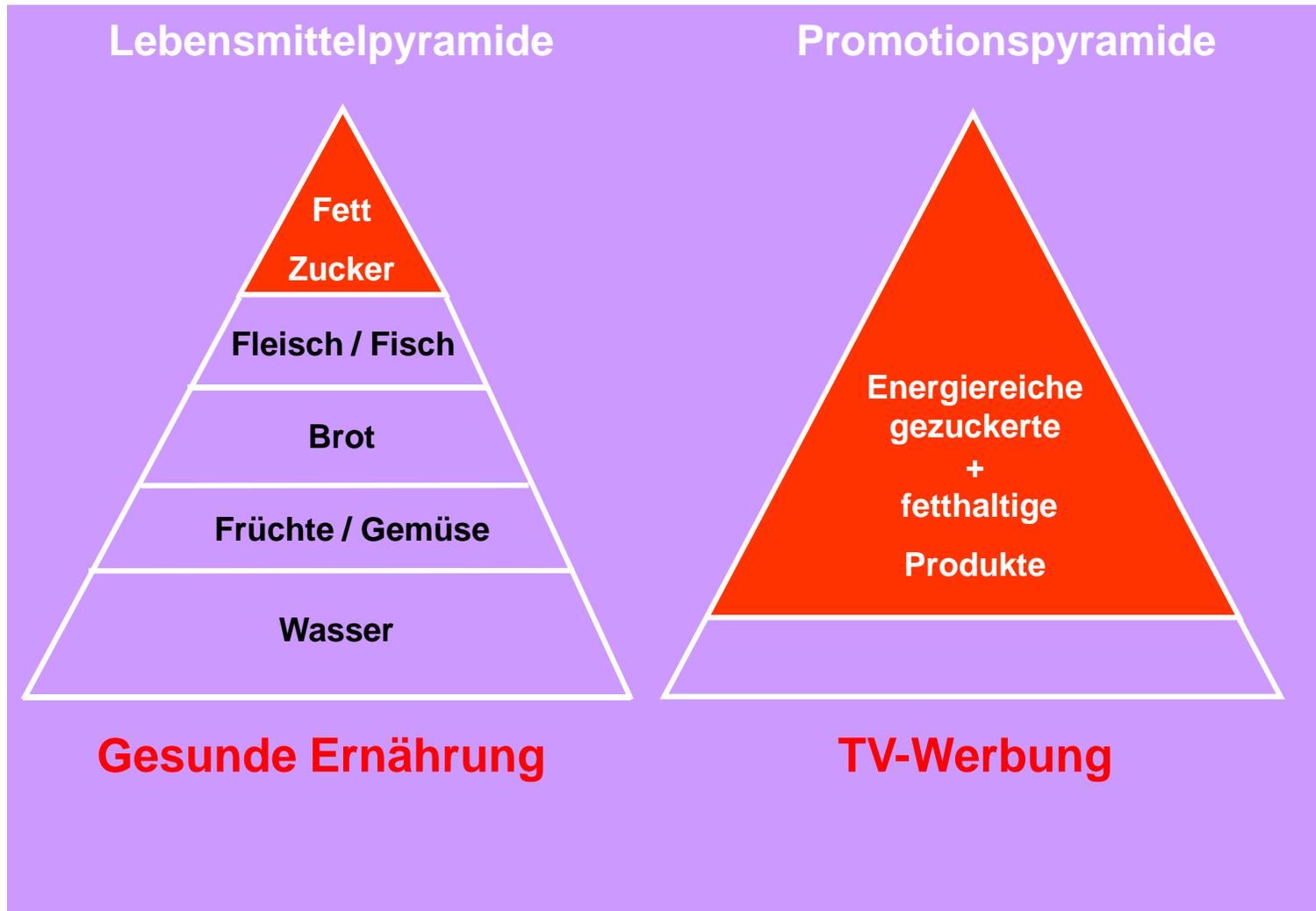
PRODUKTE

HULREISE

chenende in
nja Frieden

UNGEN / PRIVACY POLICIES
OCHER · ROCKET COFFEE

Wie der Markt die Dinge „regelt“

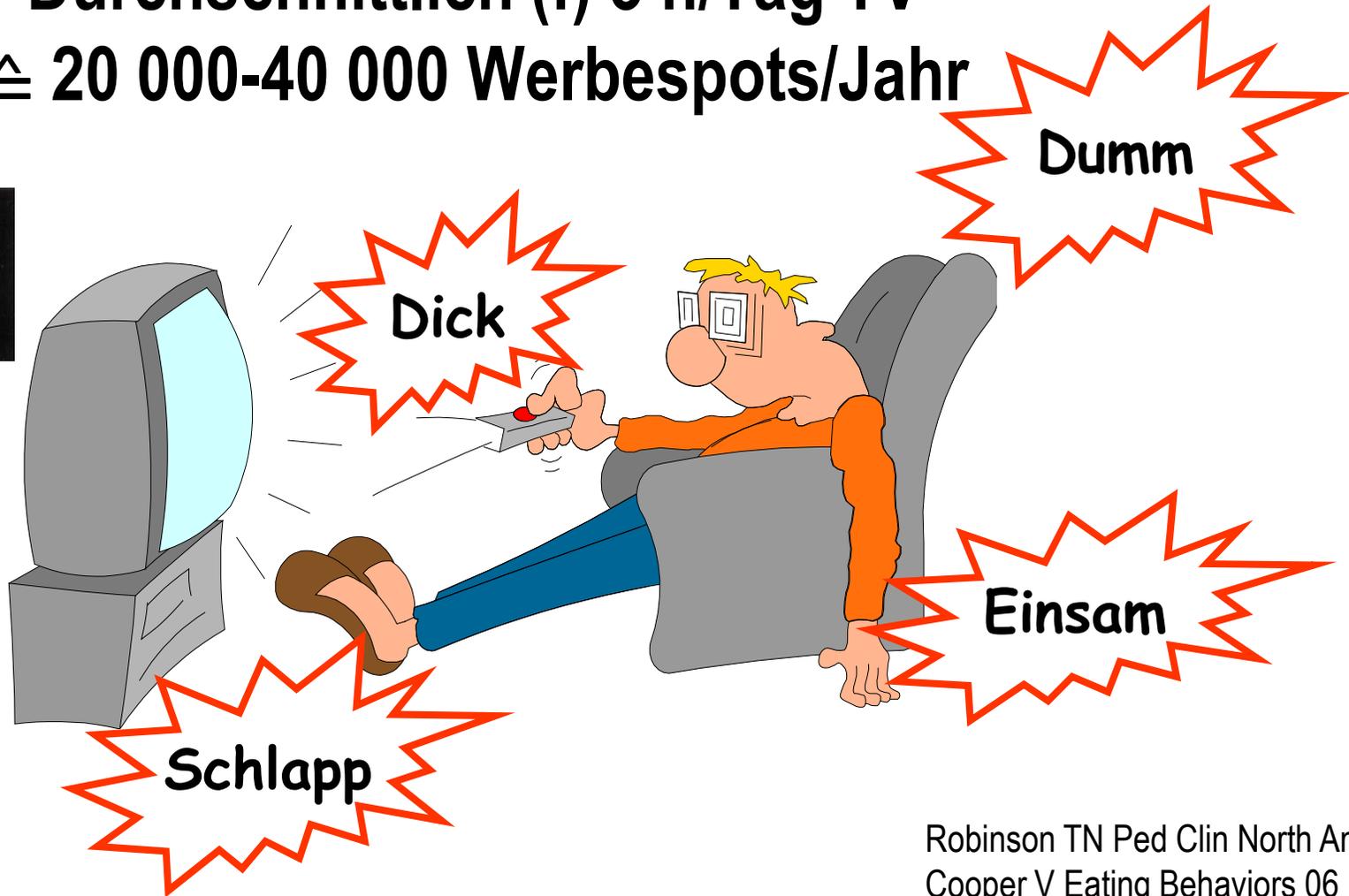


Hastings et al 2003
oder www.foodcomm.org.au

Kinder im Grundschulalter:

Durchschnittlich (!) 3 h/Tag TV

≙ 20 000-40 000 Werbespots/Jahr



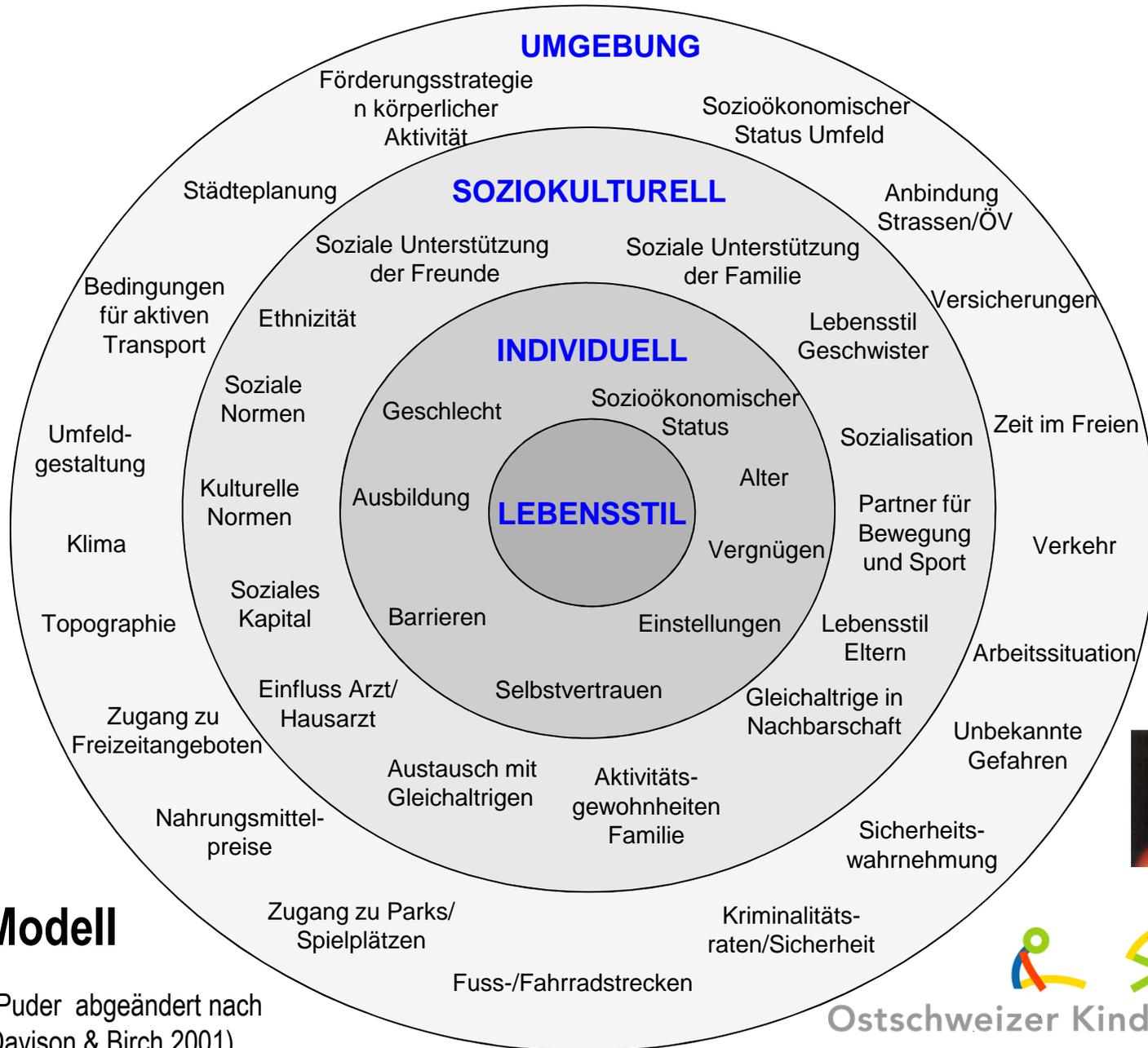
BABELUGA

Robinson TN Ped Clin North Am
Cooper V Eating Behaviors 06



Ostschweizer Kinderspital

Faktoren die unseren Lebensstil beeinflussen



System-Modell

(Puder abgeändert nach Davison & Birch 2001)



Ostschweizer Kinderspital

Weltweite Epidemie des Übergewichts

USA bleibt Spitzenreiter

- 2/3 Erwachsene übergewichtig, davon 1/3 adipös (5% schwer adipös!)
- Kinder und Jugendliche : ca. 30% übergewichtig (2003-2006); Anstieg um 250% seit 90er Jahre. Zu Beginn der 70er Jahre nur 4%!

In EU:

- 53% Erwachsenen , davon 17,2% adipös
- schon im Alter von 4 Jahren je nach Land 11 bis 32 Prozent der Kinder übergewichtig

Schweiz :

- 20% Schulkinder übergewichtig, davon 4,6% adipös (BMI-Monitoring 3 Städte)
- 2007: 45% der Erwachsenen (BMI), 53% (gemäss Bauchumfang)



Situation der Kinder (6-14 Jahre) in Österreich

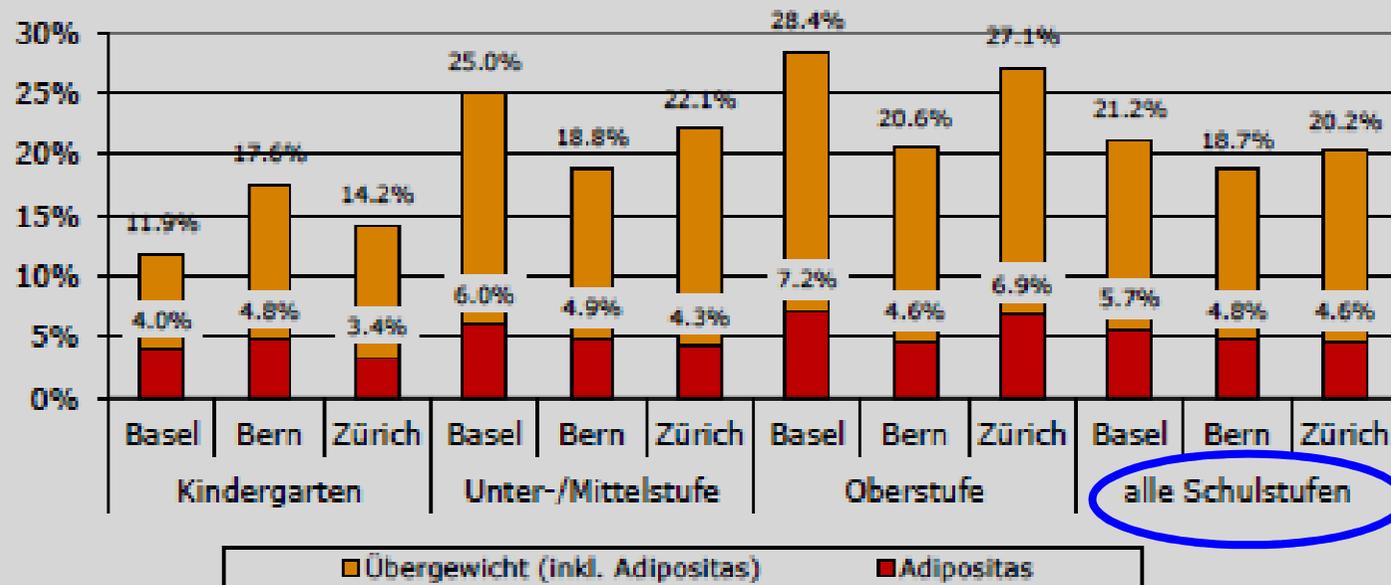
Österreich	Männlich	Weiblich
Adipositas	8.8 %	7.3 %
Übergewicht	11.4 %	10.4 %

Vorarlberg	Männlich	Weiblich
Adipositas	7.5 %	6.1 %
Übergewicht	9.9 %	9.5 %



BMI - Monitoring GFS-CH 2010/2011

Abbildung 2: Anteil übergewichtiger und adipöser Kinder auf ausgewählten Schulstufen in den Städten Basel, Bern und Zürich (Schuljahr 2010/11)

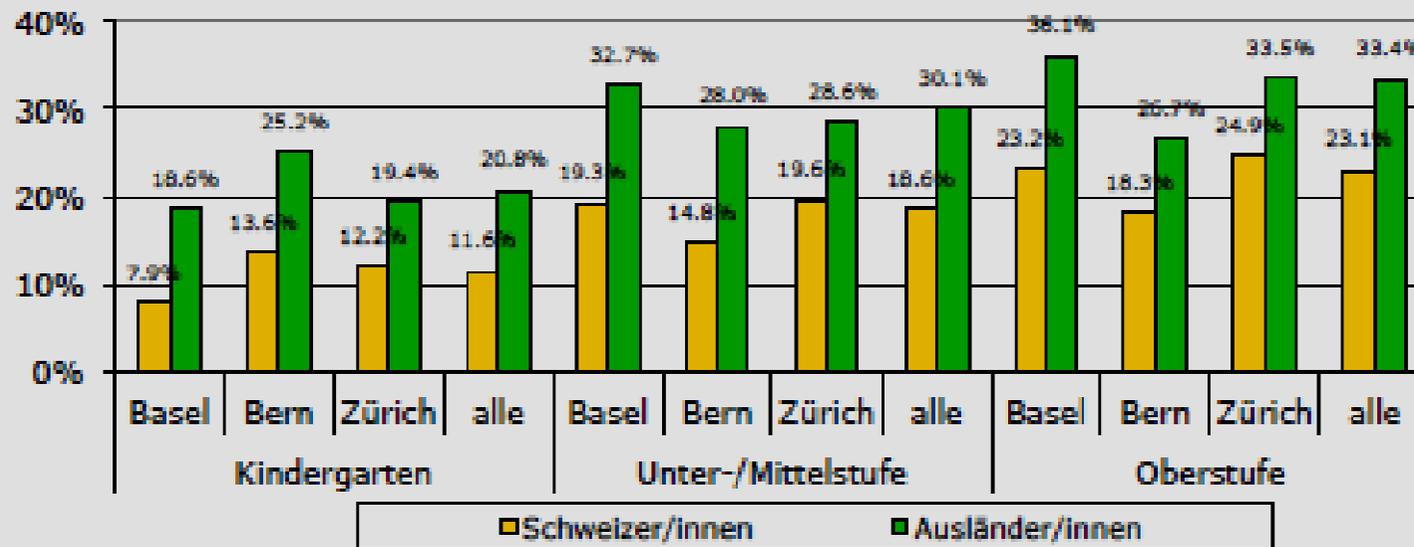


Signifikanz der Unterschiede zwischen den Städten: Kindergarten: (Übergewicht) Basel vs. Bern und Bern vs. Zürich: $p < .01$, Basel vs. Zürich: $p < .05$, (Adipositas) Bern vs. Zürich: $p < .05$; Unter-/Mittelstufe: (Übergewicht) Basel vs. Bern: $p < .01$, (Adipositas) Basel vs. Zürich: $p < .05$; Oberstufe: (Übergewicht) Bern vs. Zürich: $p < .01$, Basel vs. Bern: $p < .05$, (Adipositas) Basel vs. Bern und Bern vs. Zürich: $p < .05$; alle Schulstufen: (Übergewicht) Basel vs. Bern: $p < .05$, (Adipositas) Basel vs. Zürich: $p < .05$; alle anderen Unterschiede: n.s.



BMI - Monitoring GFS-CH 2010/2011

Abbildung 3: Anteil der übergewichtiger Schweizer/innen und Ausländer/innen auf ausgewählten Schulstufen in den Städten Basel, Bern und Zürich (Schuljahr 2010/11)

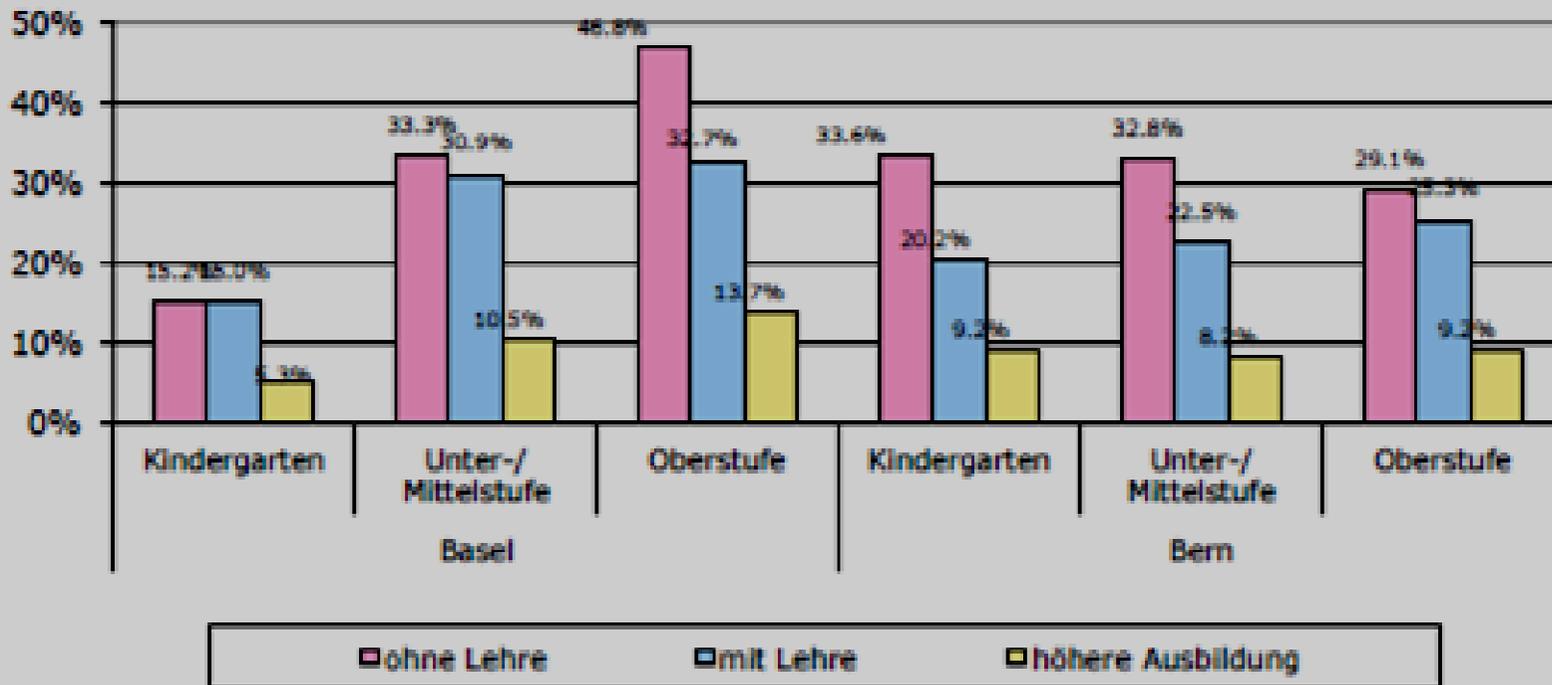


Alle Unterschiede signifikant mit $p < .01$, ausser Oberstufe Bern: $p < .05$.



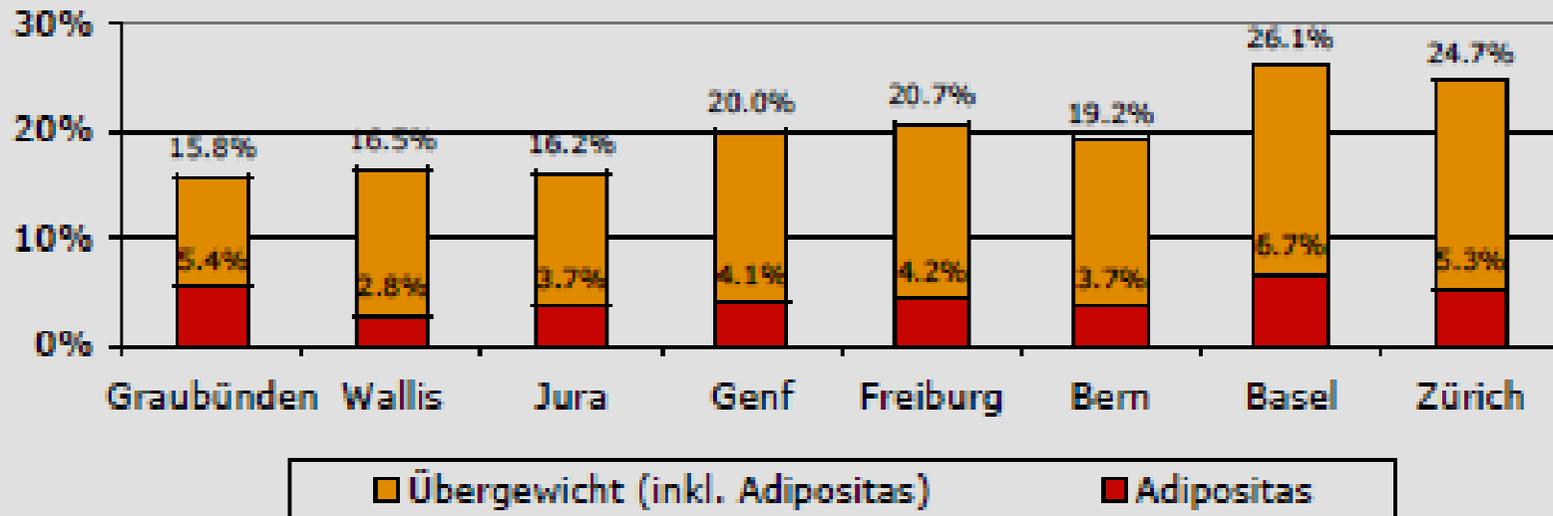
BMI - Monitoring GFS-CH 2010/2011

Abbildung 4: Anteil der übergewichtigen Kinder auf ausgewählten Schulstufen nach sozialer Herkunft (Bildungsniveau der Eltern) in den Städten Basel und Bern (Schuljahr 2010/11)



BMI - Monitoring GFS-CH 2010/2011

Abbildung 3.3: Anteil der übergewichtigen (inkl. adipösen) Mädchen und Jungen auf der Oberstufe (12.8- 16.8 Jahre) in verschiedenen Kantonen und Städten (Schuljahr 2008/09)



Gibt es ein Recht auf Übergewicht?

Ja, klar.....





**bei so viel Lebensfreude und
Zufriedenheit.....**



Ostschweizer Kinderspital

Gibt es ein Recht auf Übergewicht?



Pure Lebensfreude ?



Ostschweizer Kinderspital

Übergewicht oder die Freiheit ist das höchste Gut



Gibt es ein Recht auf Übergewicht?

Ja klar.....,aber





Ostschweizer Kinderspital

Veranlagung zu Übergewicht

genetische Faktoren spielen in
20-80 % eine Rolle

(Bonchard 1994)



Ostschweizer Kinderspital

Körpergewicht der Eltern

- **Ein adipöser Elternteil**
 - ⇒ 25 % der Kinder sind adipös
(wenn Mutter: 32 %, wenn Vater: 14 %)
- **Beide Eltern adipös**
 - ⇒ 71 % der Kinder sind adipös

(Bonchard 1994 / Bray 1991)



Metabolische Prägung

Überernährung und Bewegungsmangel in der Schwangerschaft



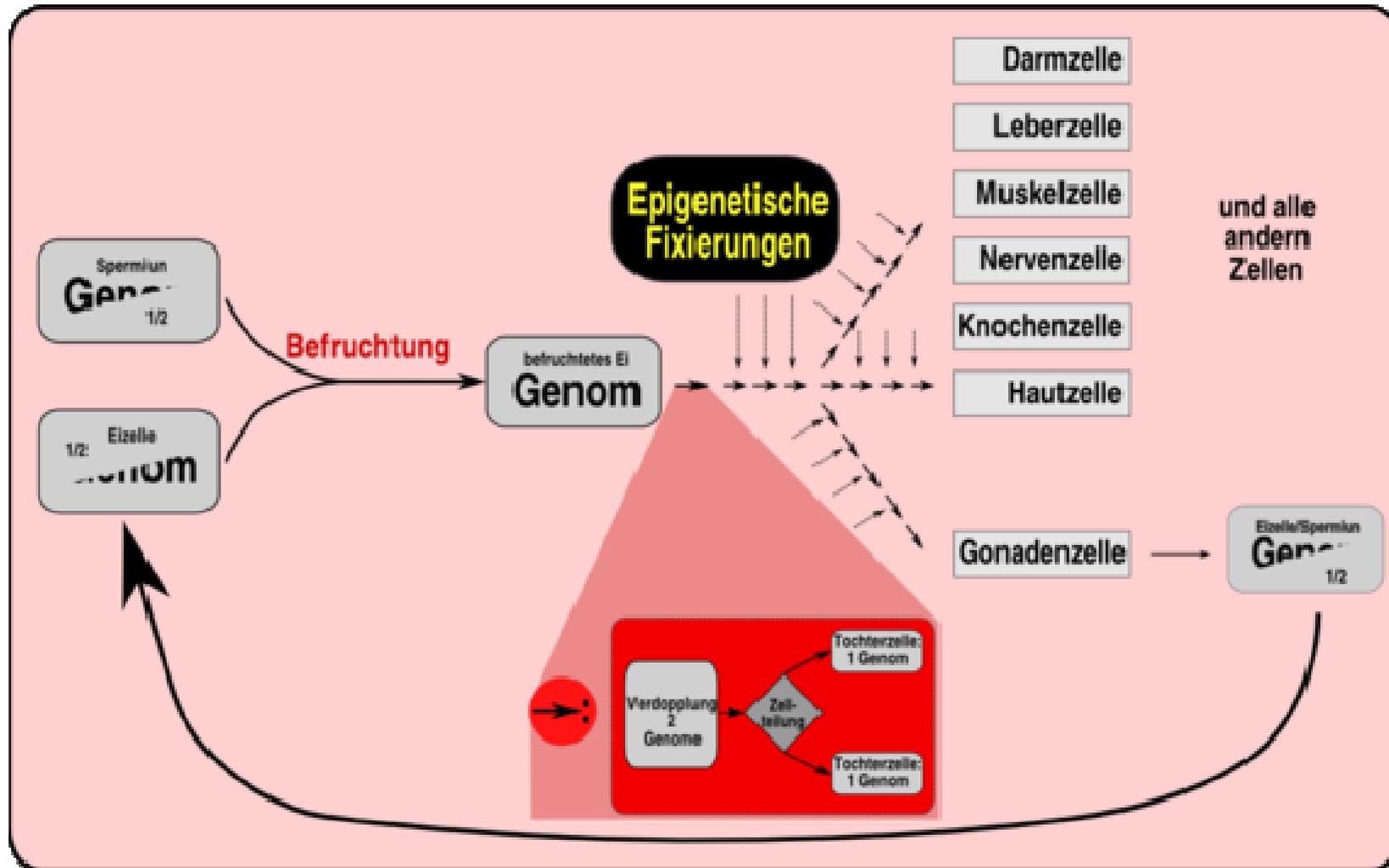
**Führt zu einer anhaltenden
Fehlprogrammierung zentraler Regelkreise**

(Plagemann 2008)



Ostschweizer Kinderspital

Epigenetische Veränderungen

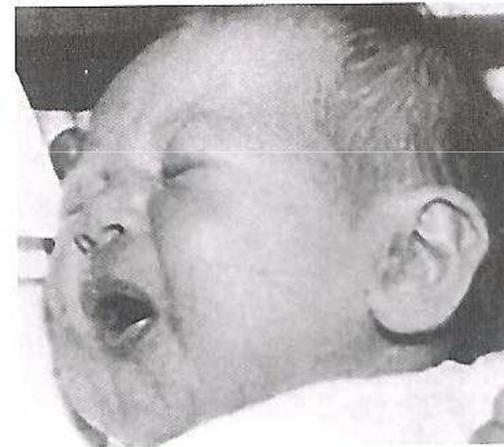


(Wikipedia)



Ostschweizer Kinderspital

Geschmackssinn formt sich im Mutterleib



*Reaktion eines Babys auf einen
süßen (Zuckerwasser, oben) und
auf einen bitteren (Quinin, unten)
Stimulus.*

(Tabula 2009)



Ostschweizer Kinderspital



und...achten Sie beim Kind auf genügend Schlaf, denn:

„Schlafdefizit als Kind-später dick“

...u.a. Ghrelin ↑ / Leptin ↓

**(Landhuis CE: Pediatrics
2008; 122: 955)**



Ostschweizer Kinderspital

Fett... egal wo? Birne oder Apfel?

60 cm
65 cm
70 cm
75 cm
80 cm
85 cm
90 cm
95 cm
100 cm
105 cm
110 cm
115 cm
120 cm
125 cm
130 cm
135 cm
140 cm
145 cm
150 cm
155 cm



70 cm
75 cm
80 cm
85 cm
90 cm
95 cm
100 cm
105 cm
110 cm
115 cm
120 cm
125 cm
130 cm
135 cm
140 cm
145 cm
150 cm
155 cm

	Ideal:	erhöht:	zu hoch:
Männer:	69–94 cm	94–102 cm	102–150 cm
Frauen:	60–80 cm	80–88 cm	88–150 cm

(Bilder Bayer)

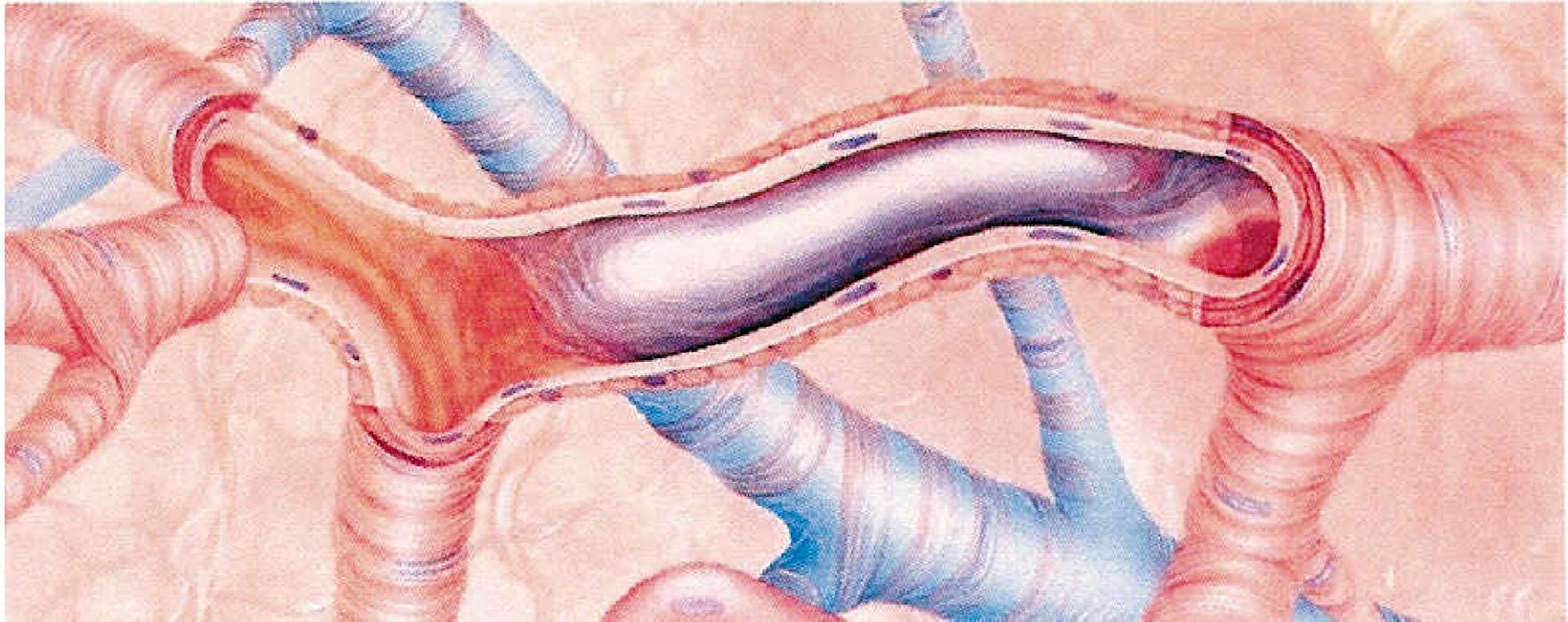


Ostschweizer Kinderspital

„Bauchumfang ist Herzenssache“



Folgen der schweren Übergewichtigkeit: ...schädigt die Blutgefäße



kann zu Herzinfarkt und Hirnschlag führen!



Folgen der schweren Übergewichtigkeit:

...ist ein Risikofaktor für Krebs

...belastet den Bewegungsapparat

...führt zu psychischen Störungen

und.....



Psychische Komplikationen des Übergewichts:

Depression

Körperwahrnehmungsstörung

Beziehungsstörung

Integrationschwierigkeiten

Vermindertes Selbstwertgefühl

Britz B: Rates of psychiatric disorders in a clinical study group of adolescents with extreme obesity and in obese adolescents ascertained via a population based study. Int J Obes Relat Metab Disord 2000; 24 (12): 1707-1714

Pine DS: The association Between childhood Depression and Adulthood Body Mass Index. Pediatrics 2001; 5: 1049-1056



Adipositas und psychische Störungen bei Kindern (6-14 Jahre) (Obesity Facts 2, 2009)

- ADHS um 40 % ↗
- **Angststörung um 70 % ↗**
- **Schlafstörung um 85 % ↗**
- **Depression 3 x ↗**



...die Schattenseiten sind schwerwiegend



Dick und unbeweglich - Studie: Junge Berufseinsteiger wenig belastbar

KÖLN (dpa). Dass viele Kids zu dick sind, ist bekannt. Wie drastisch falsche Lebensgewohnheiten aber auch unter jungen Erwachsenen beim wichtigen Übergang in die Berufswelt verbreitet sind, zeigt nun erstmals eine Untersuchung der Deutschen Sporthochschule in Köln mit fast 13 000 Teilnehmern. Die Folgen sind für Berufseinsteiger und so manches Unternehmen besorgniserregend, betont die "Fit fürs Leben"-Studie.



Bedeutung der Adipositasprävention im Kindes- und Jugendalter

		Primäre Prävention	Sekundäre Prävention	Tertiäre Prävention	Rehab.
1.	Pränatale Zeit (vorgeburtlich)	+++	-	-	-
2.	Säuglingsalter	+++	(+)	-	-
3.	Kleinkindesalter	+++	+		-
4.	Vor- u. Schulalter	+++	++	+	-
5.	Adoleszentenalter	+	+++	++	+



Wirksame Therapieprinzipien bei Adipositas

(modifiziert nach Pudel)

- Reduktion der Energie- und Fettaufnahme
- **Stärkebetonte und faserstoffreiche Ernährung**
- Verhaltenstherapeutische Vermittlung flexibler Kontrollstrategien für die Nahrungsaufnahme
- **Regelmässige körperliche Aktivität**
- Behandlung der Comorbiditäten (Begleiterkrankungen)



Ostschweizer Kinderspital

Wirksame Therapieprinzipien bei Adipositas

(modifiziert nach Pudel)



Integration in

**Langfristiges (lebenslanges !!!)
multiprofessionelles
Therapieverfahren**



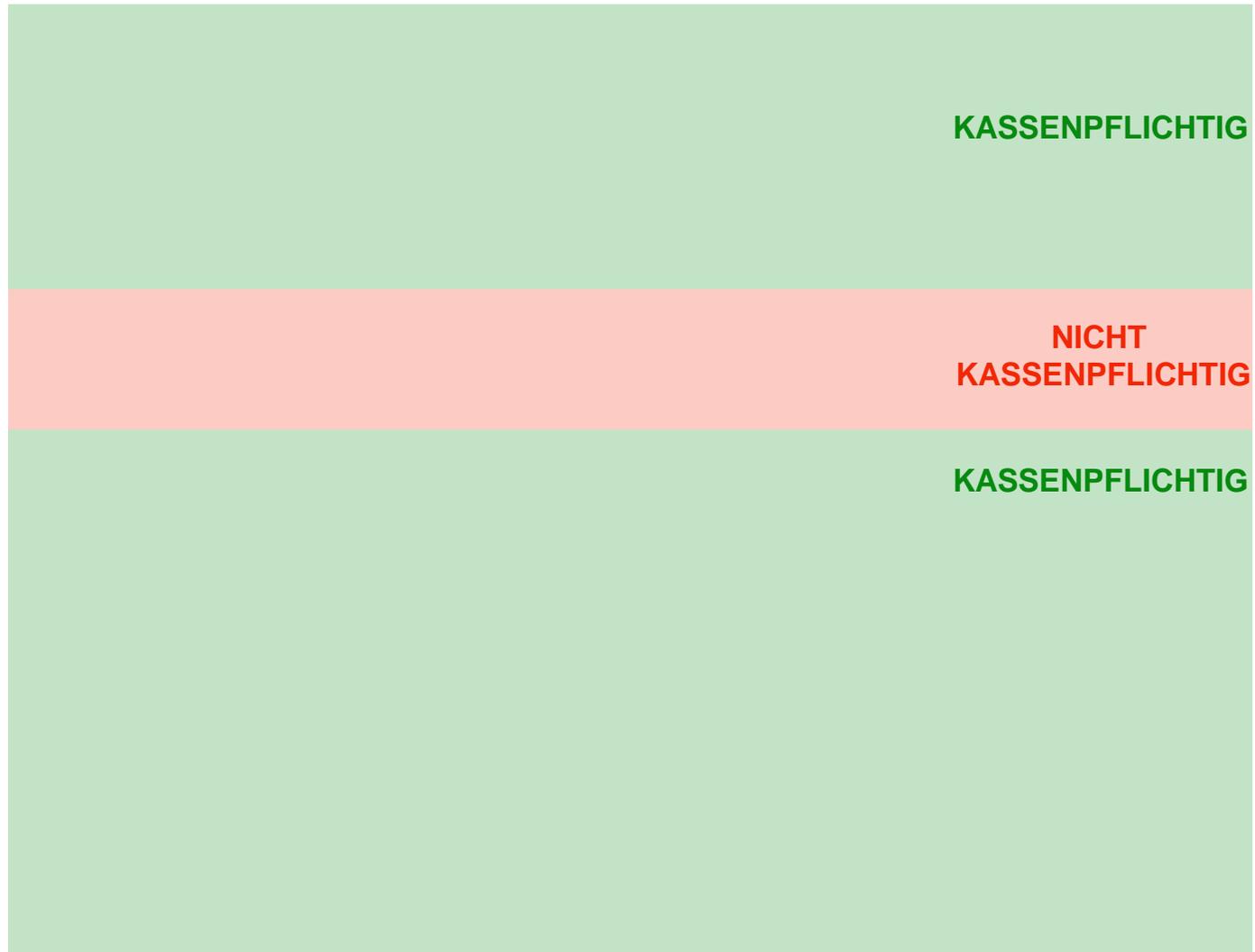
Motivationsabklärung

Die Aufnahme in ein langfristiges, multidisziplinäres Therapieprogramm bedarf einer eingehenden Motivationsabklärung

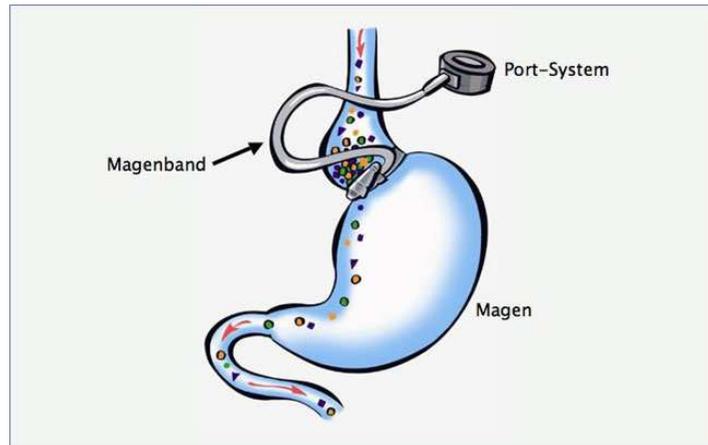
Nur wenn eine aufrichtige Motivation zur Lebensstiländerung vorhanden ist, kann die Intervention erfolgreich sein



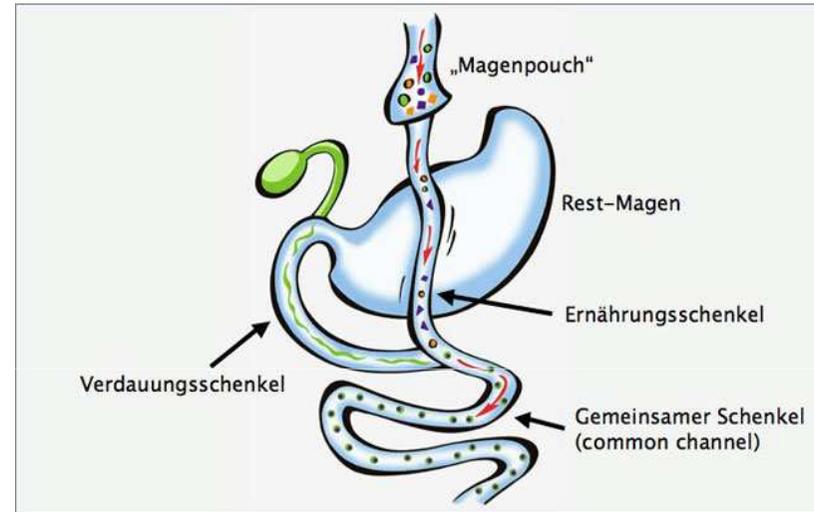
Interventionspyramide für adipöse und übergewichtige Kinder



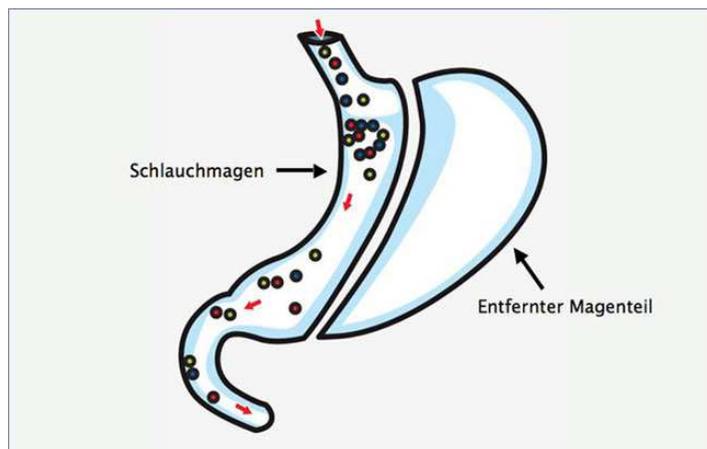
Magenband



Magenbypass



Schlauchmagen



adipositaschirurgiezentrum.ch



Ostschweizer Kinderspital

Die Therapie der Adipositas ist anspruchsvoll

...

- **Widersprüchliche gesellschaftliche Bedingungen**
- **Wankender Familientisch / Alleinerziehende**
- **Ungünstige Ernährungserziehung durch Medien**
- **Unrealistische Erwartungen sabotieren den Erfolg**
- **Lange Trainingsphasen sind notwendig**

nach R. Sempach Zürich



- **Der Arzt braucht Hilfe!**
Multiprofessionelle Kooperation
www.akj-ch.ch / ärztliche Fachgesellschaften
- **Vernetzung mit BAG, GFS, hepa.ch, nutrinet.ch...NGO's**



Ostschweizer Kinderspital



Ausblick:

Nur durch **Prävention** und **Gesundheitsförderung** kann diese **Epidemie** beeinflusst werden !!!

Beispiel Pilotprojekt:
(GFS/BAG/Kt.SG/OKS)
„Kinder im Gleichgewicht“



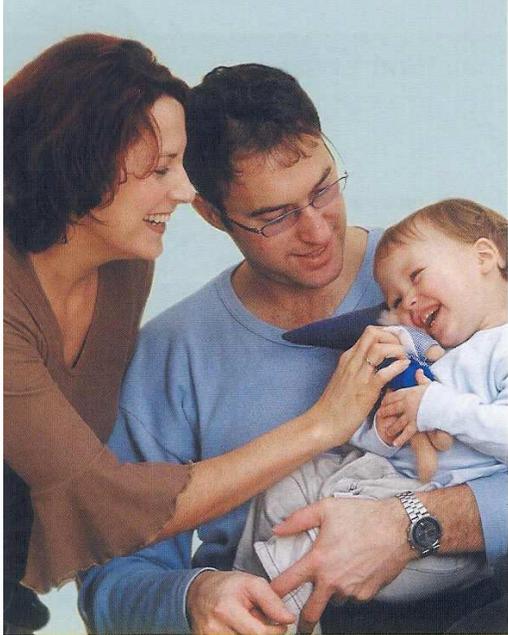


.....und
setzen sich mit
den Themen
Ernährung und
körperliche
Aktivität
für sich und
ihr künftiges
Kind
auseinander.....

„Schwere Schwangere, schwere Kinder“
Obstetrics and Gynecology 112, 2008



Ostschweizer Kinderspital



**Jetzt sind wir
eine Familie**

Wir leben und bleiben rauchfrei!

Krebsliga Schweiz, Lungenliga Schweiz,
Arbeitsgemeinschaft Tabakprävention,
Bundesamt für Gesundheit

Rauchen schadet...
Let it be

**...und
werden
oder
bleiben
aktiv
und
ernähren uns
ausgewogen...**

**„Hilfe! Unsere Babys werden immer schwerer“
Ernährungsbericht 2008 DGE**

Assoziation zwischen potentiellen Risikofaktoren und Übergewicht

Parameter	OR (95%-CI)
Nikotinkonsum der Mutter während der Schwangerschaft	3.08 (2.00-4.74)
Ausschließlich gestillt 2-4 Monate	0.61 (0.38-0.99)
5-6 Monate	0.33 (0.19-0.56)
> 6 Monate	0.34 (0.15-0.77)
Fernsehkonsument > 2 Stunden	2.22 (1.46-3.36)
Übergewicht der Mutter	2.75 (1.98-4.01)
Übergewicht des Vaters	1.98 (1.34-2.95)
Schulbildung der Mutter < 10 Jahre	1.95 (1.19-3.18)
Schulbildung des Vaters < 10 Jahre	1.89 (1.21-2.97)

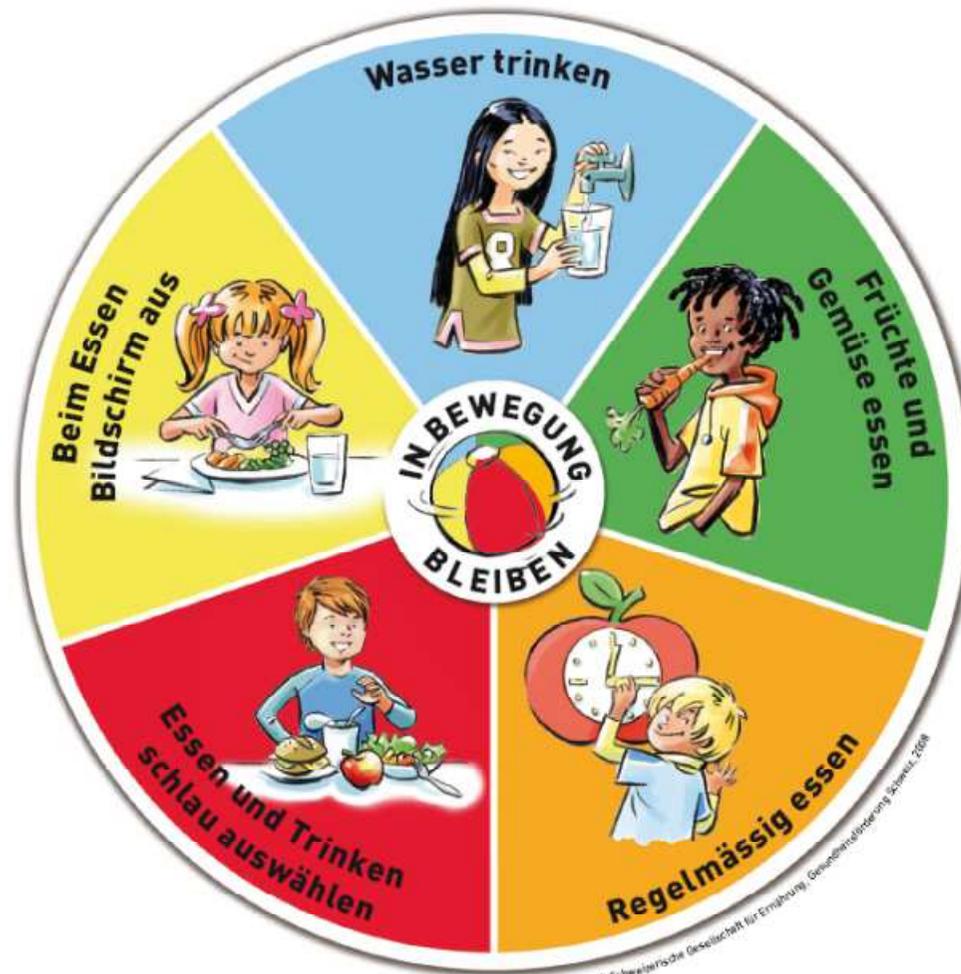
Kohorte von Obeldicks / Ulmer Kohorte der UBSC-Studie 2008



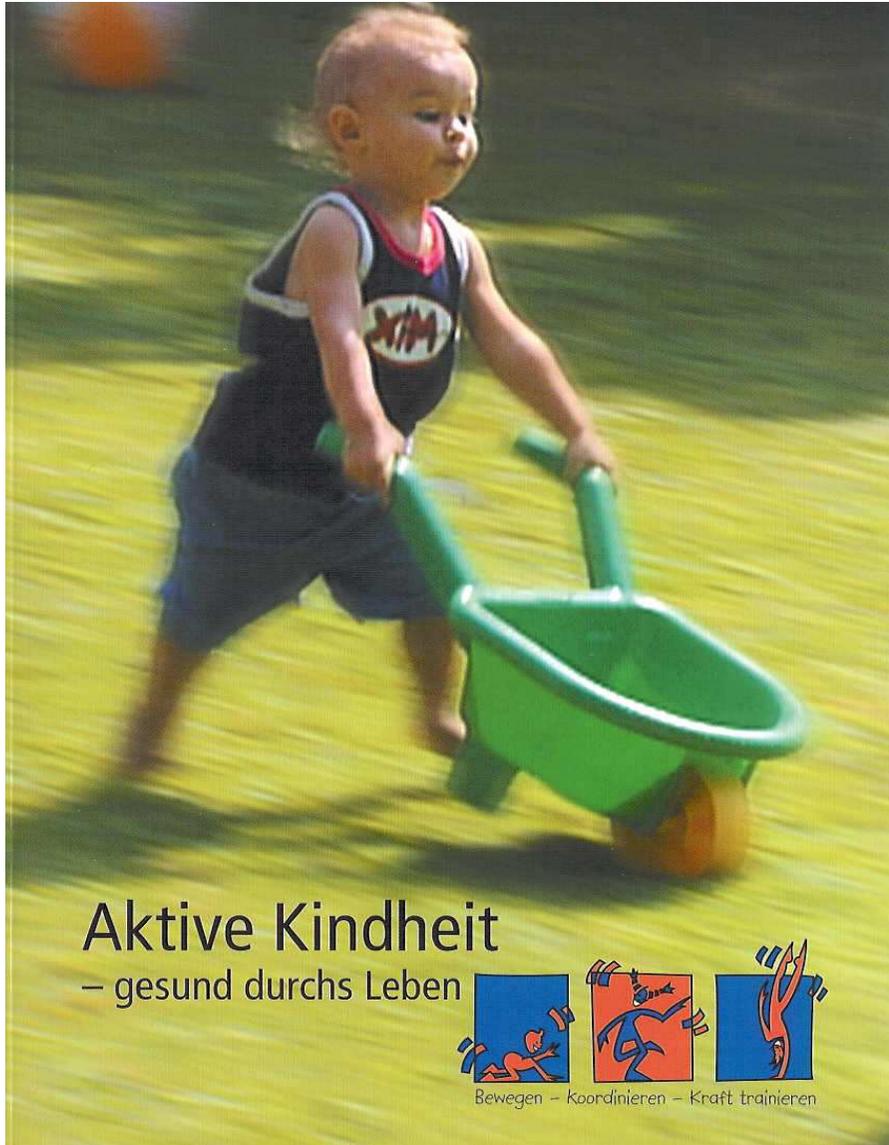
Ostschweizer Kinderspital

Ernährungsscheibe für Kinder

www.sge-ssn.ch



Ostschweizer Kinderspital



...den natürlichen
Bewegungsdrang
erhalten und fördern!

Bewegungsempfehlungen für Jugendliche ab 12 Jahren

Täglich
mindestens **eine**
Stunde körperliche
(Alltags) Aktivität,
am besten
kombiniert aus...



Die neue Lebensmittelpyramide SGE / BAG



Berherzige:

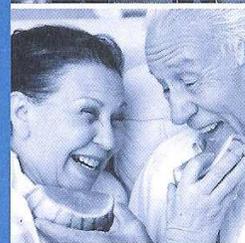
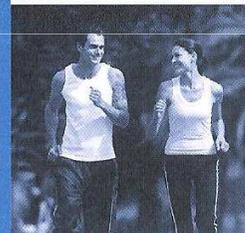
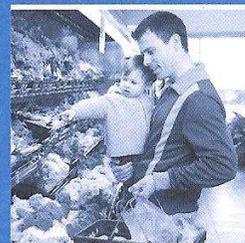
„Nimm 5 am Tag“

**„Täglich 30 Minuten
Bewegung“**



Ostschweizer Kinderspital

Nationales Programm Ernährung und Bewegung 2008–2012 (NPEB 2008–2012)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

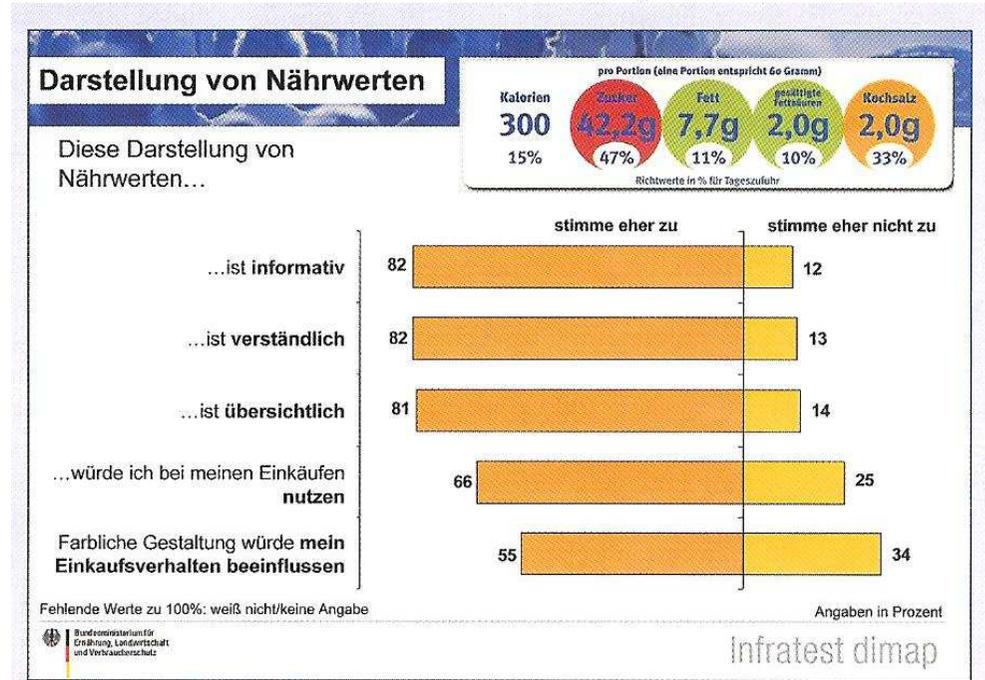
Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Gesundheit BAG



Ostschweizer Kinderspital

84 Prozent der Deutschen wollen verpflichtende Ampel-Kennzeichnung für Lebensmittel

Posted By food-monitor On 17 . September 2008 @ 10:50 In Kommunikation | Comments Disabled



**EU debattiert über Nährwert-Ampel
6/2010**



Ostschweizer Kinderspital

Steuer gegen Coca Cola gefordert

Immer mehr Amerikaner werden immer fatter. Wissenschaftler und Gesundheitsbeamte fordern nun eine Steuer auf Süssgetränke. Die Getränkeindustrie wehrt sich heftig dagegen.

JOHN DYER

BOSTON. Amerikaner haben zu viel Fett auf den Hüften und zu wenig Geld für ihr Gesundheitswesen. Die Lösung? Eine Steuer auf Süssgetränke, sagen Ärzte und Wissenschaftler. Sie haben kürzlich eine Studie im einflussreichen New England Journal of Medicine veröffentlicht, nach der eine solche Steuer auf Getränke wie Coca Cola und Eistee die Fettleibigkeit verringern und gleichzeitig Milliarden für die Staatskasse einbringen könnte. «Explodierende Gesundheitskosten und die wachsende Anzahl von Krankheiten, die auf eine schlechte Ernährung zurückzuführen sind, schaffen einen dringenden Bedarf an Lösungen. Das gibt der Regierung das Recht, die Kosten zurückzufordern», schreiben die Autoren

Hochrangige Unterstützung

Hohe Gesundheitsbeamte unterstützen eine solche Steuer. Zu ihnen gehören der Chef des Gesundheitswesens des Bundes-

staates Arkansas Joseph Thompson und der Gesundheitschef der Stadt New York Thomas Farley. Beide haben auch an der Ausarbeitung des Berichts teilgenommen. New York hat im vergangenen Jahr als erste Stadt in den USA eine Verordnung eingeführt, nach der ungesunde Transfette in Gaststätten verboten sind. Auch Präsident Barack Obama hat signalisiert, dass er eine solche Steuer unterstützen könnte.

Weniger Kalorien

Laut dem Bericht würde eine Steuer von einem Cent auf eine Unze Zucker (28,35 Gramm) pro Jahr Einnahmen von 15 Milliarden Dollar (15,5 Milliarden Franken) bringen und den Kaloriengehalt von Süssgetränken um zehn Prozent senken. In den vergangenen 20 Jahren haben die Süssgetränke einen immer

grösseren Absatz gefunden. Gleichzeitig hat sich der Anteil dicker Menschen verdoppelt. Heute werden 72 Millionen Amerikaner, fast ein Viertel der Bevölkerung, als übergewichtig eingeschätzt.

Schadensbehebung

«Die Getränkeindustrie hat Jahrzehnte damit verbracht, die Leute zu überzeugen, ihre Süssgetränke seien sexy und sportlich», sagt Kelly Brownell, Hauptautorin des Berichts. «Jetzt ist es an der Zeit, den Schaden zu beheben.»

Andere sind nicht so optimistisch, dass damit alle mit der Fettleibigkeit verbundenen Probleme gelöst werden können. Sie unterstützen das Anliegen dennoch. «Wir sollten zufrieden sein, wenn

eine solche Steuer wenigstens einen bescheidenen Einfluss auf den Konsum hat. Aber es kämen Milliarden Dollar zusammen, die für das Gesundheitswesen genutzt werden könnten», sagt Michael Jacobson, Direktor einer Denkfabrik in Washington.

Industrie dagegen

Vertreter der Getränkeindustrie haben den Bericht heftig kritisiert. Aus ihrer Sicht ist er ein weiteres Beispiel dafür, dass linke Aktivisten immer neue Steuern einführen wollen. «Ich habe niemals erlebt, dass eine Regierung den Bürgern mit Erfolg vorschreiben kann, was sie essen und was sie trinken sollen», sagte Coca Cola-Chef Muhtar Kent. «Wenn so etwas funktionierte, dann gäbe es die Sowjetunion noch.»

Die vorgeschlagene Steuer wird für die Verbraucher spürbar sein. John Sicher, Herausgeber des Magazins Beverage Digest, rechnet mit einer Preiserhöhung von bis zu 50 Prozent.



USA 1 Rappen/Unze ergeben 15 Milliarden Franken Steuern // CH ca. >2 Mia/a



Ostschweizer Kinderspital



Online article and related content
current as of October 17, 2008.

Can the Food Industry Play a Constructive Role in the Obesity Epidemic?

David S. Ludwig; Marion Nestle

JAMA. 2008;300(15):1808-1811 (doi:10.1001/jama.300.15.1808)

<http://jama.ama-assn.org/cgi/content/full/300/15/1808>

"Gesunde Lebensmittel sollten wenig, ungesunde viel kosten"

Lebensmittelindustrie ist als Partner gefordert



Ostschweizer Kinderspital



ADIPOSITAS
KOMPETENZ-ZENTRUM
EUREGIO BODENSEE



EUROPÄISCHE GEMEINSCHAFT
Gefördert aus dem Europäischen Fonds
für Regionale Entwicklung



SCHWEIZERISCHE EIDGENOSSENSCHAFT
Gefördert durch Finanzhilfen des
Schweizer Bundes



Interreg IIIA
Alpenrhein-Bodensee-Hochrhein

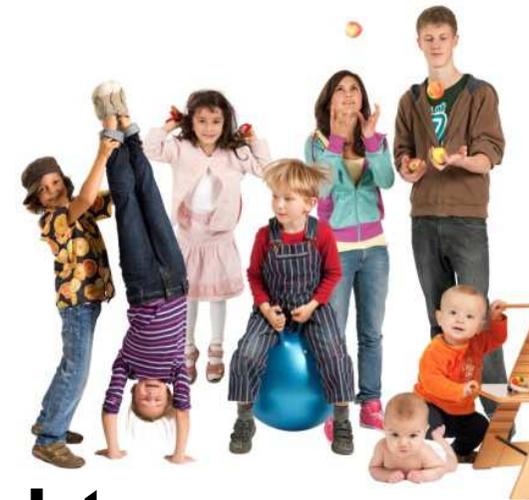


Ostschweizer Kinderspital

Ein EU-Projekt zur Gesundheitsförderung & Primärprävention
von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen



EU-Projekt (Interreg IV A) „Kinder im Gleichgewicht“



www.kinder-im-gleichgewicht.eu

Ein EU-Projekt zur Gesundheitsförderung & Primärprävention
von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen



Programm St.Gallen



Kinder in Gleichgewicht

Gemeinsames Projekt von Gesundheitsförderung Schweiz
und dem Kanton St.Gallen

**Umfassendes Programm zur Primärprävention
von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen**

**Wirkungsvolle Verhaltens- und Verhältnis-
prävention durch Lebensphasen-Orientierung**

**Regionales Netzwerk von AkteurInnen auf
Gemeinde-Ebene**



Ostschweizer Kinderspital

Ein EU-Projekt zur Gesundheitsförderung & Primärprävention
von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen

Lebensphasen		I	II	III	IV	V	VI
		Schwangerschaft 1. Lebensjahr 0 - 1 Jahr	Kleinkinder 2 - 3 Jahre	Vorschulstufe Kindergarten 4 - 6 Jahre	Primarstufe 6 - 11 Jahre	Sekundarstufe I 12 - 16 Jahre	Sekundarstufe II Lehre 17 - 20 Jahre
Wichtige Einflusspersonen	Familie	Eltern- und Erziehungsberechtigte					
	Gesundheitswesen	Gynäkologe Hebamme Stillberater Pädiater	Pädiater Hausarzt	Pädiater Schularzt Hausarzt Zahnarzt			
	Bildung und Beratung	Geburtsvorbereitung MütterVäterberatung	MütterVäterberatung Krippe Spielgruppe	Spielgruppe Krippe Kindergarten	Primarlehrer Jugend und Sport	Oberstufenlehrer Sportverein	Gymnasiallehrer Lehrmeister Sportverein
	Peergroups	Spielkameraden Vereine			Freundeskreis Mitschüler Vereine		

Obwohl aus Gründen der Lesbarkeit im Text die männliche Form gewählt wurde, beziehen sich die Angaben auf Angehörige beider Geschlechter.



Zwei konkrete Beispiele aus KIG 2

- **Gemeinschaftliche KIG-Empfehlungen für die Schulverpflegung**

- Empfehlungen nach internationalen Standards (D-A-CH)
- Essen und Trinken in Schulen – Mittagsverpflegung (Mensa)
- Getränke und Pausenmahlzeiten (von zuhause / Bäckerei / Schulkiosk)
- Getrennte Ess- und Bewegungspausen

- **Fortbildungen für Multiplikatoren**

KIG 2-Fortbildungsmodule für eine frühe Prävention von Übergewicht

Teil 1: Säuglingsernährung & Ernährung in d. Schwangerschaft u. Stillzeit

Teil 2: Bewegung

Teil 3: Familiärer Einfluss & Beratungskompetenz





**Kleine sorgfältige Schritte führen
zu großen Veränderungen**

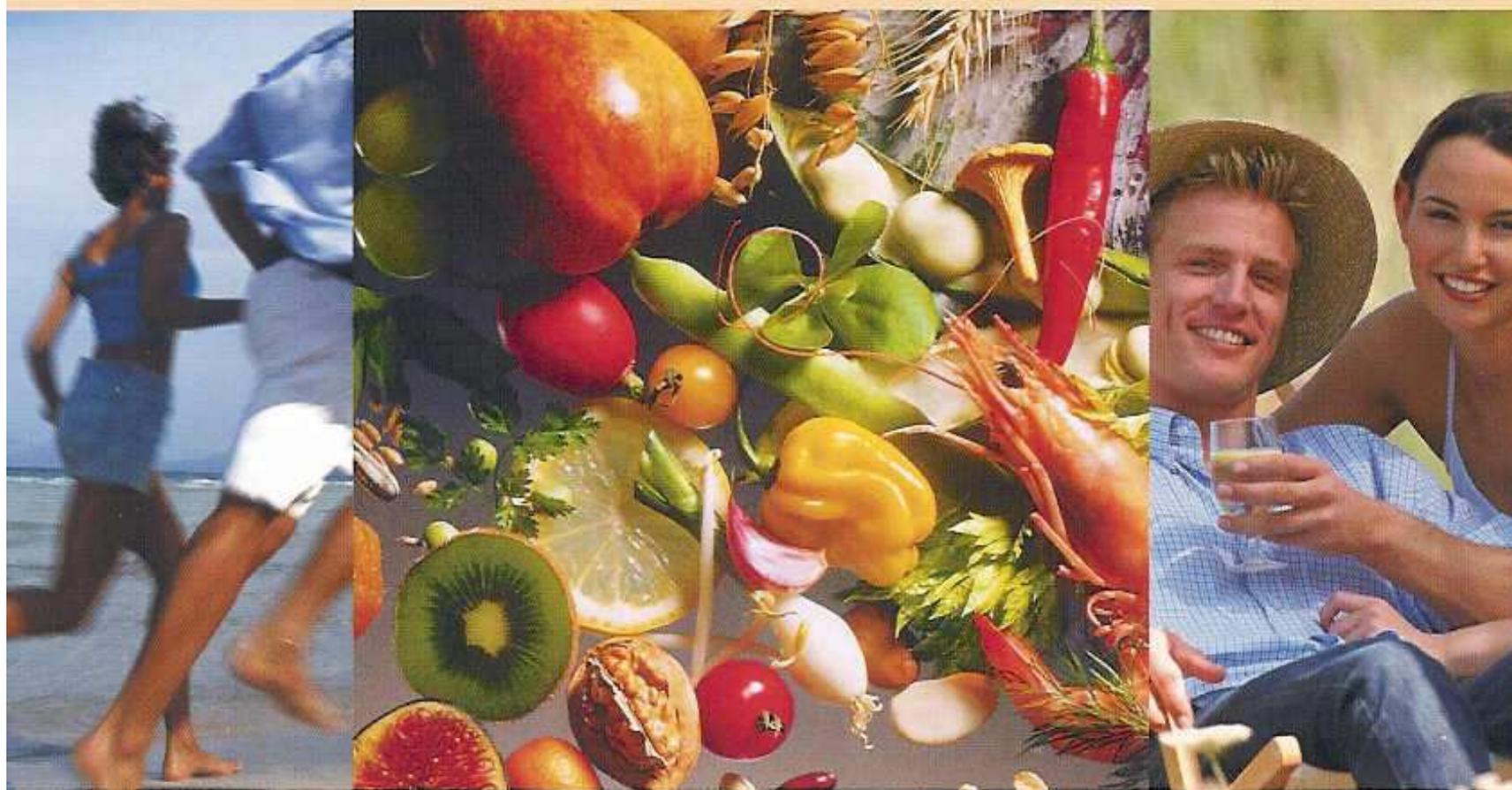


BABELUGA



Ostschweizer Kinderspital

Geniessen Sie gutes Essen und gestalten Sie sich einen bewegten Alltag...



Danke für Ihre Aufmerksamkeit

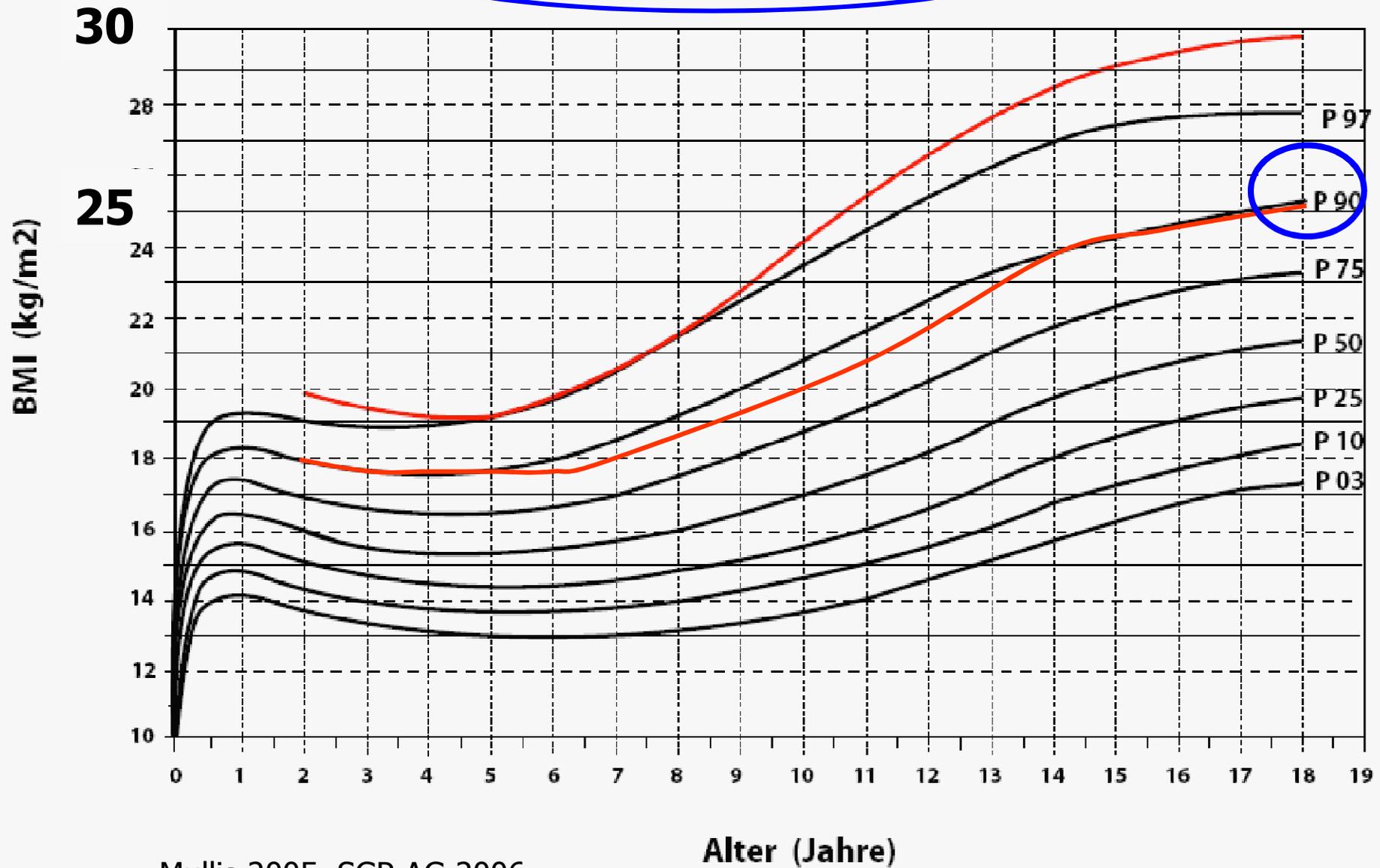


Ostschweizer Kinderspital

Perzentile für Body Mass Index von Mädchen Alter 0-18

Kronmeyer-Hauschild K, Wabitsch M, Kunze D, et al. Monatsschr Kinderheilkd 2001; 149: 807-818

— Quellen für Grenzwerte Übergewicht / Adipositas: Cole TJ et al, BMJ 2000



Mullis 2005, SGP-AG 2006

Wer ist zu dick?

3 Definitionen für Kinder in der Schweiz

- 1. BMI > P.97** Kromeyer 2001, (1970 – 1995) ,
international: > IOTF obesity percentile Cole 2000 (1963 – 1993)
- 2. Taillenumfang >2 SD** (Fredriks et al. Eur J Pediatr 164: 216–222, 2005)
- 3. Erhöhte Fettmasse > 25% Jungen, 30% Mädchen**
(Boot et al., Am. J clin Nutr. 66:232, 1997)

Paediatrica 17, 6:13, 2006
(D. L'Allemand)

Teuer kann gesund sein.

Gesundheitspolitik über den Nahrungsmittelpreis?



?



Ostschweizer Kinderspital