

## Studie zu sozialen Ursachen von Übergewicht und Adipositas

### Zerfallende Familien – dicke Kinder?

STUTTGART, 26. Januar 2010 - Übergewicht und Fettleibigkeit bei Kindern und Jugendlichen haben in den vergangenen Jahren in den Industriestaaten zugenommen, so auch in Deutschland. Meist werden die Ursachen der „juvenilen Adipositas“ dabei auf ein individuelles Fehlverhalten verkürzt: Zu viel, zu „fett“, zu „süß“, zu wenig Bewegung, und das Übergewicht sei programmiert. Wissenschaftler des Instituts für Sozialwissenschaften der Universität Stuttgart spannten den Bogen weiter. In einer auf fünf Jahre angelegten Studie ermittelten sie die sozialen Ursachen von Adipositas. Dicke Kinder, so das Ergebnis, sind eine Folge der gesellschaftlichen Modernisierung, wobei Übergewicht maßgeblich durch das Auseinanderfallen sozialer und kultureller Strukturen begünstigt wird: durch die Folgen der Überflussgesellschaft auf der einen und durch familiäre Erosionsprozesse und Funktionsdefizite auf der anderen Seite. Die Forscher fordern daher ein radikales Umdenken in der Behandlung des Problems. Statt Kindern und Jugendlichen (meist erfolglos) Verhaltensänderungen aufzuzwingen, sollte den Rahmenbedingungen für passiv-konsumtive Freizeitgestaltung und Überernährung entgegengewirkt werden.

Im Rahmen des vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderten und von zahlreichen Partnern unterstützten, interdisziplinären Projekts wurden über 50 Einzelursachen für Übergewicht und Fettleibigkeit identifiziert. Als zentrale Bedingungen für die Verbreitung von Übergewicht kristallisierte sich dabei ein Zusammenspiel von drei Faktoren

heraus: Zu den individuellen Dispositionen und Gewohnheiten gesellen sich die Lebensbedingungen einer Überflussgesellschaft, in der energiereiche Lebensmittel jederzeit zur Verfügung stehen aber auch eine Vielzahl technischer Produkte, die die Bewältigung des Alltags ohne große Kraftanstrengung ermöglichen. In nicht wenigen Fällen wirkt ein familiäres Umfeld problemverschärfend, das Kinder und Jugendliche nur unzureichend auf diese Lebensbedingungen vorbereitet, Kenntnisse zur Etablierung eines gesunden Lebensstils nur mangelhaft vermittelt und die Kinder häufig sich selbst überlässt.



„Was die Kinder in Anbetracht der hoch technisierten Überflussgesellschaft vor allem brauchen, ist die Fähigkeit, kompetente Entscheidungen zu treffen und diese regelgeleitet – und wenn nötig selbstdiszipliniert – zum Wohle ihrer Gesundheit umzusetzen. Diese Fähigkeiten werden normalerweise im Elternhaus erlernt“, so der Stuttgarter Sozialwissenschaftler Dr. Michael Zwick. Der Strukturwandel seit den 1970er Jahren habe allerdings zu wachsenden Erziehungsdefiziten geführt, sei es durch auseinander fallende Familien, durch die berufsbe-

dingte Abwesenheit der Eltern oder auch nur durch asynchrone Zeitabläufe der einzelnen Familienmitglieder, mit der Folge, dass Kinder oft sich selbst überlassen sind. „In den betroffenen Familien isst jeder, salopp gesagt, wann, wo und was er will, und die Freizeitgestaltung folgt dem selben Muster“, so Zwick. Bei vielen Kindern und Jugendlichen genießt die Mediennutzung eine hohe Anziehungskraft; häufig seien Computer und Spielkonsole attraktiver als das Spiel im Freien, wozu aber auch ein wenig kind- und bewegungsgerechtes Umfeld beitragen kann.

Dass Abmagerungskuren bei solchen Verhaltensmustern und in einem Übergewicht fördernden Umfeld wenig Erfolg versprechen und einmal verlorene Pfunde schnell wieder gewonnen sind, liegt auf der Hand. Zudem werden gerade „Problem-Familien“ von Appellen und Kampagnen meist gar nicht erreicht, mit der Folge eines geringen Problembewusstseins. Präventionsmaßnahmen, so die Forderung der Wissenschaftler, müssen deshalb an mehreren Punkten zugleich ansetzen. Da es einfacher ist, Rahmenbedingungen, in welche Handlungen eingebettet sind, zu verändern, als tief verankerte Gewohnheiten, sollten vorrangig solche Maßnahmen Pflicht werden, die die Wahl gesunder Optionen fördern. Zusätzlich zu vielen anderen Vorschlägen zur Prävention von Übergewicht, treten die Forscher entschieden für die bis heute umstrittene Ampel-Kennzeichnung besonders fett- oder zuckerhaltiger Lebensmittel ein. Die Kennzeichnung hat weniger den Effekt, dass Konsumenten diese Kennzeichen nutzen, um ihr Einkaufsverhalten zu ändern, sondern vielmehr die indirekte Wirkung, dass es sich Firmen nicht leisten können, viel rote Produkte im Regal zu haben und daher von sich heraus auf gesündere Nahrungsmittel umstellen. Dieser Trend zur Veränderung des Angebots hat sich auch in den Ländern wie Großbritannien gezeigt, in denen die Auszeichnungspflicht nach dem Ampel-Modell vorgeschrieben ist. Ein weiterer Ansatzpunkt sei eine bedarfsgerechte Umgestaltung von Wohnquartieren zugunsten attraktiverer Aktivitäten im Freien, beziehungsweise die bedarfsgerechte Schaffung von wohnortnahen Sport- und Spielstätten mit freiem Eintritt für Kinder und Jugendliche. Besonders dringlich sei ferner die Schaffung von dauerhaften Stellen und Strukturen für die Koordination und Vernetzung der zahlreichen Programme, Projekte und Kampagnen, damit Synergieeffekte entstehen und ihre Effektivität sichergestellt werden können. Last but not least gilt es, zu überlegen, welche gesellschaftlichen Institutionen geeignet sind, die familialen Erziehungsdefizite auszugleichen.

Quelle: <http://www.medical-tribune.ch/deutsch/Aktuelles/2010/adipositas.php>