

Übergewicht macht Kindern massive Probleme

„Mein Sohn nimmt zu, das tut ihm nicht gut. Er bewegt sich seltener und isst zuviel“, sagte die Mutter eines Neunjährigen. Die Mutter bemerkt schon länger, dass ihr Sohn unter Stress leidet und manchmal Wutphasen hat, in denen er seine Spannungen abbaut. Die Ursachen für Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen sind Stress, Überforderung, gestörte Tagesabläufe, Schulschließungen während der Lockdowns. Dies führte in vielen Fällen zur Bewegungsarmut und einer erheblichen Zunahme psychischer Probleme wie Depressionen, Zwangsverhalten, Angst- und Essstörungen. Das erhöhte Gewicht macht die Kinder anfällig für Infektionskrankheiten und andere Erkrankungen, auch im Erwachsenenalter. Dicke Kinder werden oft zu dicken Erwachsenen mit einer verringerten Lebensqualität und dem Risiko für chronische Krankheiten. Eine britische Studie stellte fest, dass der Anteil übergewichtiger und fettleibiger Kinder in den ärmeren Gegenden häufig doppelt so groß war. Die Forderung aus der Studie war, dass die sich ständig vergrößernde Kluft zwischen den armen und finanziell besser gestellten Kindern geschlossen werden muss, damit alle Kinder die Chance haben, gesund aufzuwachsen, so die Studienleiterin Caroline Cerny. In Deutschland haben Kinder aus einkommensschwachen Familien eingeschränktere Möglichkeiten, eine gesunde und ausgewogene Ernährung zu erhalten, manche erhalten nicht einmal eine warme Mahlzeit am Tag. Bei der Arbeit in der ambulanten Erziehung thematisieren die Salus-Fachkräfte auch die Ernährung und entwickeln gemeinsam die für die Bedürfnisse und Möglichkeiten der Familie passende Ernährungsform.

<https://www.salus-gesellschaft.net/leistungen/sozialpaedagogische-familienhilfe-spfh/>



Mehr: [Salus-Gesellschaft auf Facebook](#)

© Salus-Gesellschaft, Darmstadt