

Tages-Anzeiger  
8021 Zürich  
044/ 248 44 11  
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 162'894  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 525.003  
Abo-Nr.: 3001680  
Seite: 40  
Fläche: 95'864 mm<sup>2</sup>

## Weniger übergewichtige Kinder in der Schweiz

Ein Monitoring zeigt einen deutlichen Rückgang des Übergewichts an Schweizer Schulen.

Am deutlichsten ist die Entwicklung im Kindergarten und bei Ausländerkindern. Bereits ist von einer Trendwende die Rede.



Die Bemühungen zur Bekämpfung von Übergewicht in den Schulen und Kindergärten scheinen Wirkung zu zeigen. Foto: Isaac Lane Koval (Prisma)

### Felix Straumann

640 Millionen übergewichtige Menschen weltweit - es ist noch keine Woche her, dass ein internationales Forscherteam diese beunruhigende Zahl vermeldet hat. Die Folgen für die Betroffenen: Ihr Risiko für Diabetes, Krebs, eine Nieren- oder Herz-Kreislauf-Erkrankung ist erhöht. Übergewicht und Fettleibigkeit haben dabei in den letzten vier Jahrzehnten so stark zugenommen, dass das Problem zumindest zahlenmässig grösser geworden ist als Untergewicht und Unterernährung.

In der Schweiz zeigt der Trend jedoch in die genau entgegengesetzte Richtung - zumindest bei den Kindern und Jugendlichen. Am Dienstag meldet die Stiftung Gesundheitsförderung Schweiz, dass hierzulande das Übergewicht bei Schulkindern in den letzten zehn Jahren deutlich abge-

nommen hat. Bei der letzten Erhebung im Schuljahr 2014/15 waren 17,3 Prozent aller Schüler übergewichtig oder fettleibig. Vor zehn Jahren lag der Wert um 2,6 Prozentpunkte höher. Der Rückgang hat dabei vor allem beim Übergewicht stattgefunden. Bei der Fettleibigkeit beobachteten die Fachleute laut dem Bericht eine geringe Abnahme von 5,2 Prozent 2005/06 auf 4,4 Prozent 2014/15. Sie sei dennoch statistisch signifikant, heisst es.

### «Die wichtigste Gruppe»

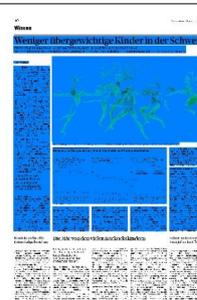
Bei der Stiftung ist man hochofret. «Das ist eine sehr bedeutende Entwicklung», sagt Thomas Mattig, Direktor von Gesundheitsförderung Schweiz. Der Rückgang von rund 13 Prozent sei beachtlich. «Nachdem während Jahrzehnten Übergewicht zugenommen hat, wäre nur schon eine Stabilisierung eine gute

Nachricht», so Mattig. Ein Rückgang sei umso besser. «Die Zahlen sind sehr erfreulich, es handelt sich um eine Trendumkehr», sagt David Fäh, Dozent an der Berner Fachhochschule und Facharzt Prävention und Gesundheitswesen.

**«Die Zahlen sind sehr erfreulich, es handelt sich um eine Trendumkehr.»**

David Fäh, Fachhochschule Bern

Die Ergebnisse stammen aus einem Monitoring im Auftrag von Gesundheitsförderung Schweiz. Seit 2015 erheben Forscher jährlich den Body-Mass-Index (BMI) bei Kindern und Jugendlichen in



Tages-Anzeiger  
8021 Zürich  
044/ 248 44 11  
www.tagesanzeiger.ch

Medienart: Print  
Medientyp: Tages- und Wochenpresse  
Auflage: 162'894  
Erscheinungsweise: 6x wöchentlich

Themen-Nr.: 525.003  
Abo-Nr.: 3001680  
Seite: 40  
Fläche: 95'864 mm<sup>2</sup>

den drei Städten Zürich, Bern und Basel. Dazu verwenden sie die Daten der schulärztlichen Dienste von insgesamt über 14 000 Schülern. Ein BMI (Gewicht geteilt durch das Quadrat der Körpergröße) zwischen 18 und 25 gilt dabei als normalgewichtig, darüber als übergewichtig. Ab 30 wird von Fettleibigkeit oder Adipositas gesprochen.

Auffällig: Der Rückgang hat hauptsächlich auf der Kindergartenstufe stattgefunden. Dort ging - im Gegensatz zur Gesamtheit aller Schulkinder - sogar die Fettleibigkeit in zehn Jahren deutlich, von 5 auf 3 Prozent, zurück. Bei den älteren Kindern hat sich hingegen noch wenig verändert. «Kindergartenkinder sind die wichtigste Gruppe», sagt Fäh. Bei den höheren Schulstufen ist es oft zu spät, um etwas zu erreichen. Ist ein Kind bereits im Kindergarten übergewichtig oder fettleibig, bleibt es dies in der Regel bis zum Schulaustritt. «Wenn jetzt die Zahlen im Kindergarten gut aussehen, könnte dies in Zukunft auch zu einer Abnahme von Übergewicht in höheren Schulstufen führen», glaubt Fäh.

Im Kindergarten und der Schule werden nur wenige übergewichtige Kinder normalgewichtig. Zu diesem Resultat kommt eine von Fäh betreute Masterarbeit, welche die Zahlen des BMI-Monitorings genauer analysiert hat. Demnach waren die meisten übergewichtigen Schulkinder bereits bei Schuleintritt zu schwer. «Es ist deshalb zentral, dass die Prävention vermehrt auch vor dem Kindergarten einsetzt, zum Beispiel über Gynäkologen, Pädiater oder in Krippen», folgert Fäh. Zum Teil habe man bereits damit begonnen in der Schweiz.

Ebenfalls einschneidend im Monitoring war der Rückgang des BMI bei Kindern mit Migrationshintergrund. Sie sind generell häufiger von Übergewicht betroffen, profitierten aber auch mehr von einer Abnahme: 2014/15 war fast jedes vierte Ausländerkind betroffen, ein Zehntel weniger als zehn Jahre davor. Bei den 15 Prozent übergewichtigen Schweizern zeigte sich über die Jahre hingegen kein auffälliger Trend nach oben oder unten.

### Veränderte Migration

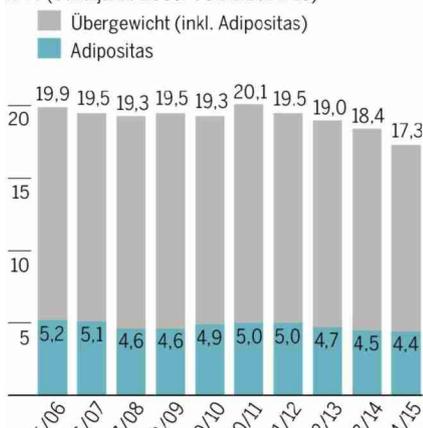
Für Thomas Mattig liegt nahe, dass die

langjährige Präventionsarbeit in den Schulen und Kindergärten nun Früchte trägt - auch wenn dies aufgrund der Daten nicht nachgewiesen werden kann, wie er betont. David Fäh sieht noch einen weiteren Grund für den Rückgang. «Die Migration in die Schweiz hat sich seit einigen Jahren geändert», sagt er. So hat die Einwanderung von gut ausgebildeten Personen zugenommen, während die Zahl Bildungsferner eher zurückgegangen ist. «Bei einem hohen Bildungsniveau der Eltern ist das Übergewicht generell seltener», so der Mediziner.

Trotz der erfreulichen Entwicklungen warnt Fäh davor, jetzt bei den Präventionsanstrengungen nachzulassen. «Der Trend kann leicht auch wieder in die andere Richtung kehren», sagt er. Zudem: Noch immer sind zu viele Kinder zu schwer. Das nächste realistische Ziel müsse sein, dass Übergewicht unter 10 Prozent sinke und Fettleibigkeit unter 2 Prozent, so Fäh. Auch für Thomas Mattig ist klar: «Jetzt gilt es die Trendumkehr noch zu konsolidieren.»

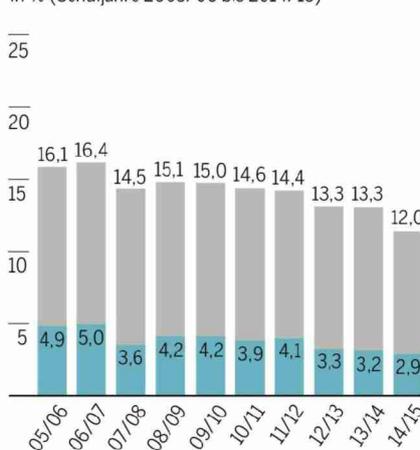
## Rückgang von Übergewicht vor allem bei Ausländer- und Kindergartenkindern

Anteil übergewichtiger und fettleibiger Schul- und Kindergartenkinder aller Stufen\* in % (Schuljahre 2005/06 bis 2014/15)

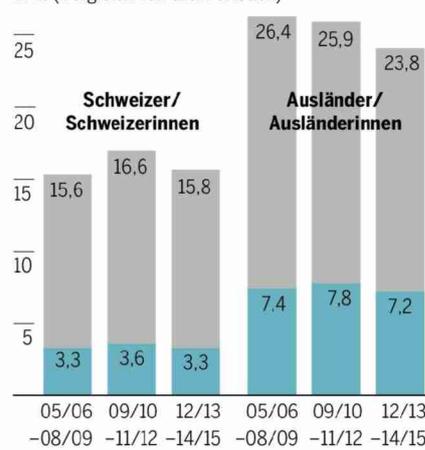


\* in Bern, Basel und Zürich

Anteil übergewichtiger und fettleibiger Kinder auf der Stufe Kindergarten\* in % (Schuljahre 2005/06 bis 2014/15)



Anteil übergewichtiger und fettleibiger Schul- und Kindergartenkinder nach Herkunft\* in % (Vergleich von drei Perioden)



TA-Grafik kmh / Quelle: Gesundheitsförderung Schweiz