



Dr. med. Albert Güßbacher
Praxis für Orthopädie
Orthopädische Chirurgie

Die weltweite Ernährungssituation bei Schulkindern

Während in vielen Ländern dieser Erde die Schul Kinder zu klein sind, bringen sie in anderen Ländern zu viele Pfunde auf die Körperwaage. Zurückzuführen ist dies auf eine mangelhafte Qualität und Quantität der Ernährung und die jeweils vorherrschenden Lebensbedingungen, die zwischen den ärmeren und den reicheren Nationen stark variieren. In einer groß angelegten Studie, an der über 65 Millionen Heranwachsende im Alter von 5 bis 19 Jahren aus etwa 200 Ländern teilnahmen, wurden Daten bezüglich der Körpergröße und des Gewichts ausgewertet, die ab 1985 bis 2019 gesammelt wurden.

Bei der Auswertung zeigte sich, dass sich die Körpergröße bei gleichaltrigen Teenagern der einzelnen untersuchten Länder um bis zu 20 Zentimeter unterscheiden kann. Als Beispiel können Mädchen aus Bangladesch im Alter von 19 Jahren genannt werden, deren Körpergröße lediglich die Maße von 11-jährigen Mädchen aus den Niederlanden erreichten.

Das Wachstum der Kinder ist demnach im extremsten Fall bei den Mädchen um acht Jahre und bei den Jungen um sechs Jahre verzögert. Bezüglich der Körpergröße lagen die Länder des nördlichen und mittleren Europas vorne. Die Länder im Süden und Südosten Asiens sowie in Ostafrika und Lateinamerika belegten vornehmlich die hintersten Plätze der Größentabelle, denn dort waren die 19-Jährigen am kleinsten.

Auch hinsichtlich des Körpergewichts gab es aufschlussreiche Erkenntnisse, denn die jungen Erwachsenen der pazifischen Inseln, des Nahen Ostens, der USA und Neuseelands zeigten den höchsten Körpermassenindex (BMI), während bei solchen aus den südasiatischen Staaten die geringsten BMI-Werte gemessen wurden. Der Durchschnitt der Kinder in den „reichsten“ Ländergruppen brachte im Extremfall circa 25 Kilogramm mehr Körpergewicht auf die Waage als der der „ärmeren“ Länder.

Interessanterweise entwickelten sich die großen Unterschiede bezüglich Körpergröße und Körpergewicht in einigen Ländern erst ab dem Schulalter von sechs Jahren. Zuvor zeigten die Kinder eine gesunde Entwicklung. Die Studienverantwortlichen schlussfolgern daraus, dass vor allem Schul Kinder hinsichtlich einer ausgewogenen Ernährung mehr Unterstützung benötigen. Demnach müssten in den Schuleinrichtungen mehr nahrhafte Lebensmittel, beispielsweise mit Hilfe von staatlich geförderten Essensgutscheinen und speziellen Ernährungsprogrammen, verfügbar sein. Auf der anderen Seite seien ernährungspädagogische Programme für die Eltern und Heranwachsenden der einkommensstärkeren Länder wichtig, um das andere Problem, nämlich das der vielen übergewichtigen Kinder, in den Griff zu bekommen.

Height and body-mass index trajectories of school-aged children and adolescents from 1985 to 2019 in 200 countries and territories: a pooled analysis of 2181 population-based studies with 65 million participants

Lancet 11/2020; 396: 1511–24.

[Zurück zur Übersicht](#)