



Bremer Viertklässler in ihrer Schulküche: Praktische Prüfung für den Ernährungsführerschein

GESUNDHEIT

## Hüpfen und Tralala

Da Deutschlands Kinder angeblich immer dicker werden, gibt es Hunderte öffentliche Projekte zur Bekämpfung von Übergewicht. Experten halten die Maßnahmen für übertrieben.

Es ist Donnerstag, zehn Uhr an der Grundschule in der Landskronastrasse in Bremen: Die Mädchen und Jungen aus der Klasse 4b stürmen in die Schulküche, verknoten ihre Kochschürzen und lassen sich von Gesundheitsförderin Annette Zwilling Messer, Sparschäler und Holzlöffel geben. Die Kinder müssen sich beeilen, sie sollen Gemüsesticks schnibbeln, Orangen pressen, einen Dip anrühren, alles unter Zeitdruck.

Annette Zwilling ist im Auftrag der Bundesregierung und des Vereins aid Infodienst an der Bremer Schule, sie soll den Kindern eine Prüfung abnehmen. Vor einigen Wochen hat sie den Viertklässlern Fragen zu Vollkornprodukten, dem Zuckergehalt von Limonade und anderen Ernährungsthemen gestellt, heute folgt der praktische Teil: Vorbereitung eines vitaminreichen Mittagmahls bis zwölf Uhr, dann kommt die Parallelklasse zum gemeinsamen Essen. Wenn alles klappt, überreicht Zwilling den Kindern im Anschluss den „Ernährungsführerschein“ – in der Hoffnung, dass er „auch ausgelebt wird“, wie die aid-Mitarbeiterin sagt.

Die Aktion ist eines von mittlerweile Hunderten Projekten öffentlicher und privater Träger, mit denen hierzulande für eine bessere Kinderernährung und gegen Übergewicht gekämpft wird. Deutschlands Nachwuchs sei dicker denn je, wird gern behauptet. Mädchen und Jungen stopften immer mehr Fastfood in sich hinein und riskierten schwere Folgeerkrankungen. Der Bund investierte in den vergangenen drei Jahren etwa 15 Millionen Euro in den Kampf gegen die Pfunde, hinzu kommen Projekte der Europäischen Union, der Länder und der Kommunen.

Es gibt Schulobst-Programme, Bewegungseinheiten für den Mathe-Unterricht und Aktionen rund um die Brotdose, bei denen nach allzu zuckerhaltigen Marmeladenstullen und Haselnusschnitten gefahndet wird. Kinder lernen den Umgang mit frischen Kräutern, lesen Kalorientabellen und bauen Ernährungspyramiden. Mancherorts vermessen Diätberater die Bauchfalten der Schüler mit einer sogenannten Caliper-Zange. Das soll helfen, die Kleinen für das Problem Körperfett zu sensibilisieren.

Manche Soziologen und Sportwissenschaftler sehen die staatliche Strategie mittlerweile skeptisch. Ernährungsbildung und Übergewichtsprävention seien natürlich wichtig, sagt der Bremer Adipositas-Experte Wolfgang Ahrens, „aber in Deutschland hat das alles etwas hysterische Züge angenommen“. Das Problem werde mit den vielen Projekten leider „völlig falsch angegangen“, sekundiert der Karlsruher Sportwissenschaftler Klaus Bös. Außerdem werde es auch noch „überdramatisiert“, glaubt der Stuttgarter Soziologe Michael Zwick. Einige Politiker täten so, als stünde „der Untergang des Abendlandes“ bevor. Tatsächlich gebe es aber seit Jahren keine bundesweiten Daten mehr, die auf weiter steigendes Übergewicht bei Kindern schließen ließen.

Die staatliche Projektitis begann 2004, als die damalige Verbraucherschutzministerin Renate Künast erschreckende Zahlen bekannt gab. Die Grünen-Politikerin behauptete, dass schon bei der Einschulung jedes fünfte Kind zu viele Pfunde mit sich herumschleppe. Als übergewichtig nach den Leitlinien der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter gilt zum Beispiel ein sechsjähriges Mädchen, wenn es bei einer Größe von 1,20 Meter 26 Kilogramm wiegt und damit einen Body-Mass-Index von 18 hat.

Künasts Zahlen waren damals so falsch wie heute – in Ländern wie Nordrhein-Westfalen oder Bayern gelten derzeit nur etwa zehn Prozent der Fünf- bis Sechsjährigen als zu dick oder gar fettleibig. Die Ministerin sprach trotzdem von einer

„Epidemie“. Mitarbeiter von Ministerien, Stadtverwaltungen und Verbraucherverbänden erdachten in den folgenden Jahren Hunderte Aktionen mit so bizarren Namen wie „SchmExperten“, „Bio find ich kuh-l“, „Ess-Kult-Tour“, „Coolfoodplanet“ oder „Urmel-Ice“.

Unter Künasts Nachfolger Horst Seehofer (CSU) wurde die Zahl der Programme im Rahmen der „Fit statt Fett“-Kampagne gegen Übergewicht in Deutschland noch weiter ausgebaut. Ohne massive Gegenwehr kämen auf den Sozialstaat Unsummen an Kosten zu, behauptete Seehofer. Aus moppeligen Kindern würden schließlich oft fettleibige Erwachsene.

Eine Annahme, die sich statistisch kaum nachweisen lässt. Schwer belegen lässt sich auch Seehofers Theorie, dass Fastfood eines der Hauptprobleme der Ernährung sei. So fand etwa das Robert-Koch-Institut heraus, dass 81 Prozent aller Jungen und 90 Prozent aller Mädchen seltener als einmal die Woche Pommes, Currywurst oder Hamburger essen.

Die Politiker neigen im Kampf gegen Übergewicht aber nicht nur zur Übertreibung, sondern haben offenbar auch noch die falsche Strategie gewählt. Das bundeseigene Max-Rubner-Institut in Karlsruhe bewertet derzeit etwa 500 staatliche Maßnahmen. Der Abschlussbericht soll zwar erst im Herbst erscheinen, aber große Erwartungen sollte man nicht haben. In einer Antwort auf eine Kleine Anfrage der Bundestagsfraktion der Grünen räumt die Bundesregierung ein, dass sich in der Vergangenheit „kein einzelner Projektansatz als umfassend und langfristig wirksam erwiesen“ habe. Dies sei auch in Zukunft nicht zu erwarten. Soziologe Zwick bezeichnet die staatlichen Projekte auch vor diesem Hintergrund als „bloße Symbolpolitik“.

Das „Hüpfen und andere Tralala“ schade zwar nicht weiter, sagt Sportwissenschaftler Bös. Aber es gebe zwei Rezepte, die garantiert wirksamer seien: gute Schulkantinen, die gesunde und kalorienarme Kost servieren, und mehr Schulsport. An beidem wird aber seit Jahren gespart. Deutschlands Kinder sind meist nur für zwei bis drei Stunden die Woche in der Turnhalle oder auf dem Sportplatz.

Über Schulsport und bessere Schulkantinen wird derzeit wenig geredet in deutschen Parlamenten. Anfang Januar kündigte Bundesverbraucherministerin Ilse Aigner (CSU) aber die Einrichtung eines „Online-Kompasses“ an, der auch Spezialwissen vermitteln wird. Eine Umfrage habe „gravierende“ Wissenslücken im Bereich Alltagskompetenz ans Tageslicht gefördert, sagte Aigner. Schüler hielten Fruchtzucker beispielsweise für einen Beitrag zur gesunden Ernährung.

Weitere Anstrengungen bei der Ernährungsbildung forderte kürzlich auch die Deutsche Gesellschaft für Kinder- und Jugendmedizin. Mittlerweile gehörten Deutschlands Kinder schon zu den dicksten der Welt und seien den amerikanischen „dicht auf den Fersen“, wurde auf einer Tagung in Potsdam kolportiert. Wie die Ärzte darauf kommen, ist unklar. Die Weltgesundheitsorganisation WHO schätzt, dass die deutschen Kinder im europäischen Vergleich eher zu den leichteren gehören. Und dem Bundesamt für Statistik sind seit 2006 „keinerlei neuen Daten“ bekannt, die die steile These vom immer dicker werdenden Kind auch nur ansatzweise stützen würden.

Damals hatte das Robert-Koch-Institut etwa 17 600 Kinder gewogen und die Ergebnisse mit Daten aus den achtziger und neunziger Jahren verglichen. Das Institut folgerte, dass sich der Anteil der über-

gewichtigen Mädchen und Jungen zwischen 3 und 17 Jahren um 50 Prozent erhöht hatte. Der Trend nach oben scheint aber zumindest bei den Kindern unter sechs Jahren gebrochen. Schuleingangsuntersuchungen der Bundesländer offenbaren seit einigen Jahren, dass die Kleinen nicht an Gewicht zulegen, sondern eher verlieren.

So ist etwa in Brandenburg der Anteil zu dicker Erstklässler seit 2004 stark zurückgegangen, Bayern freute sich Ende des Jahres über eine Quote von etwa 8,6 Prozent übergewichtiger und fettleibiger Kinder – die niedrigste seit zehn Jahren. Mit den staatlichen Programmen kann das kaum etwas zu tun haben: Die richten sich in der Regel an Schulkinder.

Nach Einschätzung der Berliner Senatsverwaltung für Gesundheit ist auch der Nachwuchs der Unterschicht auf einem besseren Weg als noch vor einigen Jahren. Den Kindern aus sozial schwachen Familien wird besonders hartnäckig nachgesagt, kontinuierlich an Gewicht zuzulegen. „Die Zahlen zeigen aber, dass die Eltern das immer besser hinbekommen“, sagt Mitarbeiterin Dominique Krössin.

Dass derlei Erkenntnisse nicht verbreitet werden, könnte auch finanzielle Gründe haben. So hätten zum Beispiel Anbieter von Ernährungs- und Diätprogrammen ein großes Interesse daran, dass das Problem Übergewicht und Adipositas möglichst groß erscheint, glaubt der Stuttgarter Soziologe Zwick. Das erleichtere „die Erschließung von Ressourcen wie etwa Aufmerksamkeit und vor allem Geld“, schreibt er in einem vom Bundesforschungsministerium geförderten Gutachten.

Kein Wunder also, dass Verbraucherverbände, Krankenkassen und Ernährungsberater weiterhin mit mikroskopischem Blick nach Indizien suchen, die das Gerücht vom ständig steigenden Gewicht unterfüttern. Anfang Januar wurde zum Beispiel die Techniker Krankenkasse fündig und präsentierte Zahlen aus Brandenburg, nach denen nun sogar die Babys im Mutterleib Völlerei betreiben würden. Die Zahl der Neugeborenen, die mit einem Gewicht von über 4500 Gramm auf die Welt kämen, sei dort gegenüber dem Vorjahr von 18 auf 49 Fälle gestiegen.

Schon warnen die ersten Kinderärzte vor der „Glukose-Mast“, die es entschlossen zu bekämpfen gelte – etwa durch den Ausbau an Beratungsangeboten für werdende Mütter. Verschwiegen wurde dabei allerdings, dass Brandenburg offenbar ein statistischer Ausreißer ist. Bundesweit ist der Anteil der schweren Babys in den vergangenen Jahren kontinuierlich und kräftig gesunken: 2000 wog jedes 59. Kind über 4500 Gramm, 2009 nur noch jedes 77.

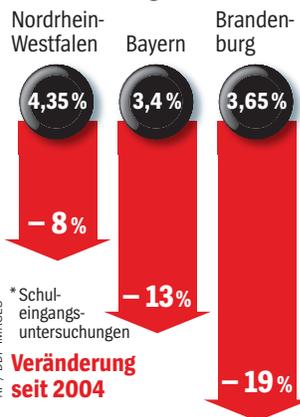
GUIDO KLEINHUBBERT



## Abgespeckt

Untersuchungen einzelner Bundesländer deuten darauf hin, dass in Deutschland die Zahl adipöser Kinder zwischen 5 und 6 Jahren zurückgeht.

### Anteil fettleibiger Kinder\*



Koch Tim Mälzer, Ministerin Aigner: Gravierende Wissenslücken