

# Elternprogramme verhindern kein Übergewicht bei Kleinkindern

geschrieben von Redakteur | September 12, 2025



## Internationale Studie zeigt: Frühprävention muss stärker auf Lebenswelten statt auf individuelles Verhalten setzen – großangelegte Analyse mit fast 29.000 Kindern

Eine im Fachjournal *The Lancet* veröffentlichte internationale Studie zeigt: Elternbasierte Präventionsprogramme sind wirkungslos, wenn es darum geht, Übergewicht bei Kleinkindern vorzubeugen. Analysiert wurden Daten aus 31 Interventionsstudien mit knapp 29.000 Kindern aus zehn Ländern. Die Programme setzten zwischen Schwangerschaft und dem ersten Geburtstag an und sollten Eltern dabei

unterstützen, ihre Kinder zu gesunder Ernährung, ausreichend Schlaf und mehr Bewegung anzuleiten.

Das Ergebnis ist ernüchternd: Der Body-Mass-Index der Kinder unterschied sich im Alter von zwei Jahren nicht messbar zwischen Familien, die an den Programmen teilnahmen, und jenen ohne Teilnahme.

## **Wissenschaftliche Leitung in Rostock**

Die Forschungs Kooperation TOPCHILD wurde von Prof. Dr. Anna Lene Seidler, Universitätsmedizin Rostock, geleitet. Sie wechselte im November von der University of Sydney nach Rostock und schloss die Arbeiten dort ab. Erstautorin ist Dr. Kylie Hunter von der University of Sydney.

„Die erste Lebensphase ist für viele Familien enorm herausfordernd. Zeit, Ressourcen und stabile Rahmenbedingungen fehlen oft, um gesundheitsförderliche Verhaltensweisen konsequent umzusetzen“, erklärt Prof. Seidler. Besonders Familien mit geringem Einkommen würden von solchen Programmen seltener erreicht – was bestehende soziale Ungleichheiten sogar verschärfen könne.

## **Strukturelle Lösungen statt Appelle an Eltern**

Die Forschenden fordern daher ein Umdenken in der Adipositasprävention: Statt allein auf elterliches Verhalten zu setzen, müsse die Gestaltung der Lebenswelten von Kindern in den Fokus rücken. Entscheidend seien der Zugang zu Grünflächen, sichere Spielumgebungen, bezahlbares gesundes Schulessen und eine gute Verfügbarkeit frischer Lebensmittel.

„Eltern leisten viel, aber sie können Übergewicht bei Kindern

nicht im Alleingang verhindern“, betont Dr. Kylie Hunter. „Wir müssen die Umgebungen verbessern, in denen Kinder essen, lernen und spielen. Gesunde Entscheidungen müssen für alle einfacher werden – unabhängig vom Wohnort.“

## **Internationale Kooperation stärkt Forschungsstandort Rostock**

An der Studie waren mehr als 70 Forschende aus 47 Institutionen beteiligt. Für die Universitätsmedizin Rostock ist die Leitung dieser größten Datensammlung zur frühkindlichen Adipositasprävention ein wichtiger Schritt, betont Prof. Dr. Bernd Krause, Dekan und Wissenschaftlicher Vorstand: „Diese Kooperation ist ein starkes Zeichen für den wissenschaftlichen Austausch über Ländergrenzen hinweg und stärkt den Forschungsstandort Rostock im internationalen Raum sichtbar.“

Die Professur von Prof. Seidler ist zudem ein zentraler Baustein für das entstehende Deutsche Zentrum für Kinder- und Jugendgesundheit (DZKJ) in Greifswald/Rostock. Dort soll die Forschung zu gesundheitlichen Ungleichheiten bei Kindern und Jugendlichen künftig weiter intensiviert werden.