Wenn das Gewicht auf der Seele lastet: Übergewicht und Psyche bei Kindern

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Übergewicht belastet Kinder nicht nur körperlich, sondern auch seelisch. Studien zeigen ein erhöhtes Risiko für Depressionen, Ängste und Ausgrenzung. Prävention muss deshalb ganzheitlich ansetzen – mit Bewegung, Unterstützung und Schutz vor Mobbing.

Erstmals mehr Kinder und Jugendliche fettleibig als untergewichtig

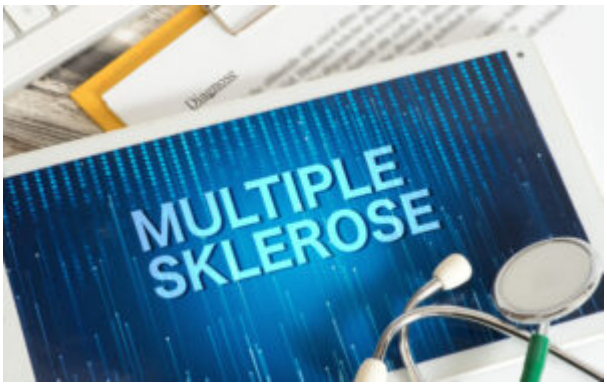
geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Erstmals gibt es weltweit mehr Kinder und Jugendliche, die fettleibig sind, als solche mit Untergewicht. Das zeigt ein neuer UNICEF-Report. Hauptursache ist laut den Autorinnen und Autoren die ständige Verfügbarkeit und Vermarktung stark verarbeiteter Lebensmittel.

Stillen senkt das Risiko der Kinder für Multiple Sklerose

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Laut der NAKO Gesundheitsstudie erhöht Übergewicht in der Jugend das Risiko später an MS zu erkranken. Dagegen haben Kinder, die gestillt wurden, später ein geringeres Risiko. Aktuell sind deutschlandweit wohl 337 von 100.000 Menschen von MS betroffen.

Familien mit niedrigem Bildungsstand sind anfälliger für Übergewicht

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Kinder von Eltern mit niedrigem Bildungsstand sind anfälliger für Übergewicht. Zu diesem Ergebnis kamen Forschende um Professor Jürgen M. Steinacker und Dr. Susanne Kobel von der Sektion Sport- und Rehabilitationsmedizin des Ulmer Universitätsklinikums.

Vorsicht Statistik! Die Mär von den dicken Kindern

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Die Unstatistik des Monats Juli ist laut einer Pressemitteilung des Leibniz-Instituts für Wirtschaftsforschung die von vielen Medien kolportierte starke Zunahme der Fettleibigkeit bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Dabei handelt es sich lediglich um einen Anstieg von 0,36 Prozent innerhalb von drei Jahren.

„Diese Werbung macht Kinder nachweisbar krank!“

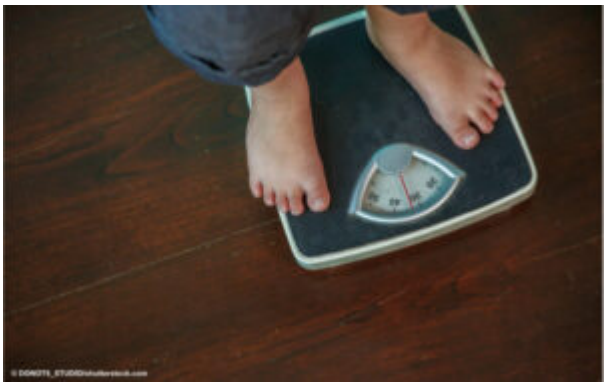
geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Die Stiftung Kindergesundheit fordert eine konsequente Begrenzung der an Kinder und Jugendliche gerichteten Werbung für ungesunde Lebensmittel und Getränke. Denn es bestehe kein Zweifel, so die Stiftung: „Diese Werbung macht Kinder nachweisbar krank!“

Jedes sechste Kind ist dicker geworden

geschrieben von Redakteur | Januar 25, 2026



Auch wenn die Corona Pandemie eines Tages vorbei sein sollte, mit den Folgen werden wir es noch sehr lange zu tun haben. Laut einer repräsentativen Elternumfrage ist jedes sechste Kind dicker geworden, fast die Hälfte aller Kinder bewegt sich weniger und etwa ein Viertel isst mehr Süßwaren. Das hat gesundheitliche Folgen.