




Schlechtes Körpergefühl: Jedes vierte Kind fühlt sich zu dick

Schlechtes Körpergefühl: Jedes vierte Kind fühlt sich zu dick - In Deutschland fühlt sich jedes vierte Kind zu dick und hält dadurch auch häufiger Diät. Zudem beeinträchtigt das schlechte Körpergefühl das Wohlbefinden in der Familie und in der Schule. So lautet ein Fazit des aktuellen LBS-Kinderbarometers. Das Prokids Institut Herten hatte im Auftrag der Westdeutschen Landesbausparkasse bundesweit über 10.000 Kinder im Alter von 9 bis 14 Jahren befragt. Der Fokus der Untersuchung lag auf dem aktuellen Wohlbefinden der Jungen und Mädchen - etwa in Bezug auf Gesundheit und Körperempfinden. Erfreulicherweise sind über zwei Drittel der befragten Kinder (67 %) mit ihrem Körpergewicht zufrieden. Rund 25 Prozent der 9- bis 14-Jährigen fühlen sich dagegen zu dick und 8 Prozent zu dünn. Wer sich als zu dick einstuft, hat ein deutlich eingeschränktes Wohlbefinden in Familie, in Schule und in der Wohnumgebung. Die Befragung hat bestätigt, dass eine geringe Körperzufriedenheit auch die Bereitschaft für eine Diät erhöht. Ein Drittel aller Kinder hat schon mindestens einmal eine Diät gemacht, sieben Prozent sogar "oft" bis "sehr oft". Eine gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung halten das Körpergewicht im Normbereich und tragen damit maßgeblich zu einem guten Körpergefühl bei. Nach der aid-Ernährungspyramide sollten täglich reichlich pflanzliche Lebensmittel und Getränke, ausreichend tierische Produkte und sparsam Fett und fettreiche Lebensmittel sowie Süßigkeiten und süße Getränke auf dem Speiseplan stehen. Heike Kreutz, www.aid.de Weitere Informationen: [aid-Heft "Das beste Essen für Kinder - Empfehlungen für die Ernährung von Kindern"](http://www.aid.de) Bestell-Nr. 61-1447, Preis: 2,50 Euro, www.aid-medienshop.de Friedrich-Ebert-Straße 3 53177 Bonn Deutschland Telefon: 02 28/ 84 99-0 Telefax: 02 28/ 84 99-177 Mail: aid@aid.de URL: <http://www.aid.de> 

Pressekontakt

aid

53177 Bonn

[aid.de](http://www.aid.de)
aid@aid.de

Firmenkontakt

aid

53177 Bonn

[aid.de](http://www.aid.de)
aid@aid.de

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.