

Dicke Kinder

Rund 2,7 Millionen Kinder und Jugendliche in der BRD sind nach einer aktuellen Studie des Robert-Koch-Instituts zu dick (von insgesamt 11,5 Millionen). Und bis zu 80 Prozent der übergewichtigen 10- bis 13jährigen leiden später auch als Erwachsene unter zu vielen Pfunden, wie die Frauenzeitschrift Für Sie berichtet. Merke: Für Kinder mit mäßigem Übergewicht sollten Diäten tabu sein, rät die Ernährungswissenschaftlerin Silke Restemeyer von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung. Statt dessen muß die berühmte »vollwertige Mischkost« her und das noch berühmtere »Bewegen« irgendwo da draußen, wo es keinen Fernseher gibt.

(jW)

<https://www.jungewelt.de/artikel/79649.dicke-kinder.html>