

# Adipositasprävention braucht politische Maßnahmen

## Das Strategiepapier der Deutschen NCD-Allianz (DANK)

Dr. Katrin Schaller  
Deutsches Krebsforschungszentrum,  
Stabsstelle Krebsprävention und WHO-Kollaborationszentrum für Tabakkontrolle  
k.schaller@dkfz.de

50 Jahre – Forschen für  
ein Leben ohne Krebs

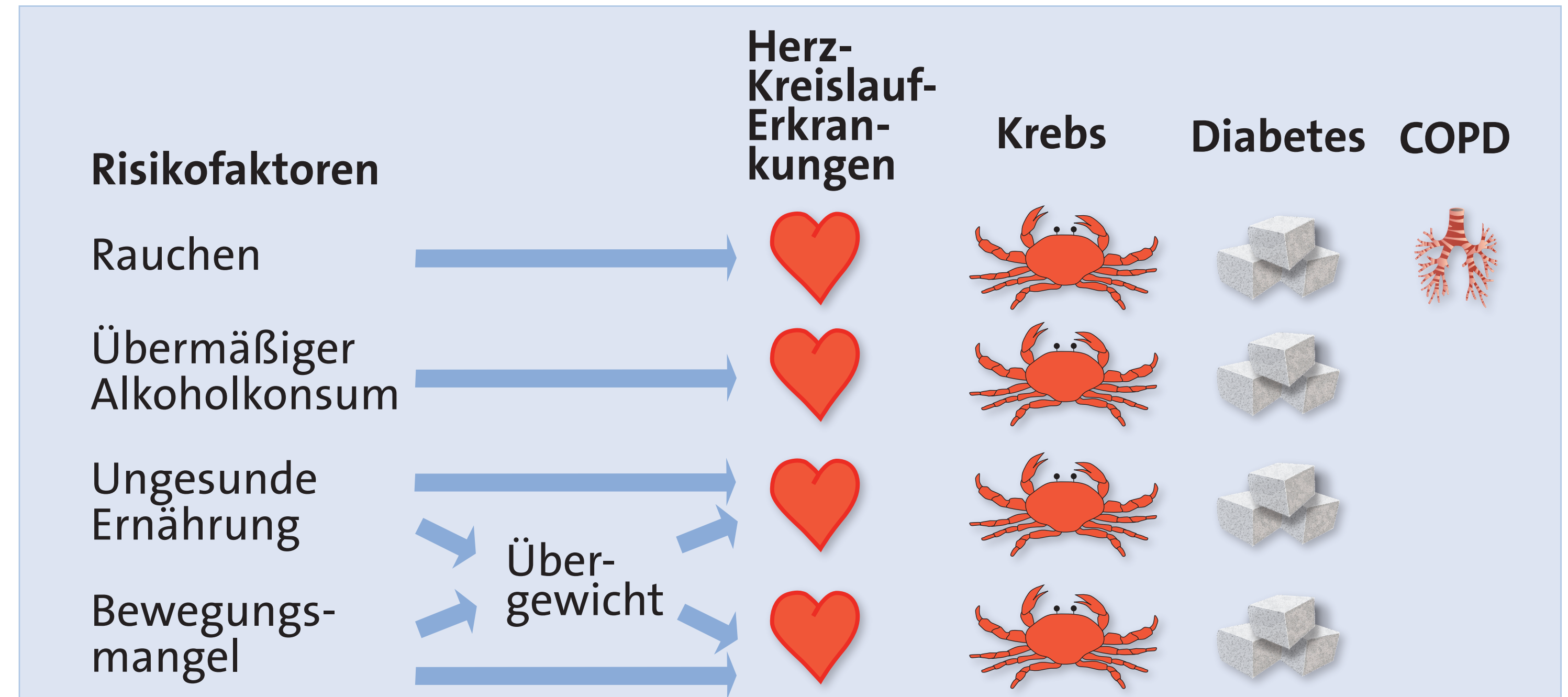
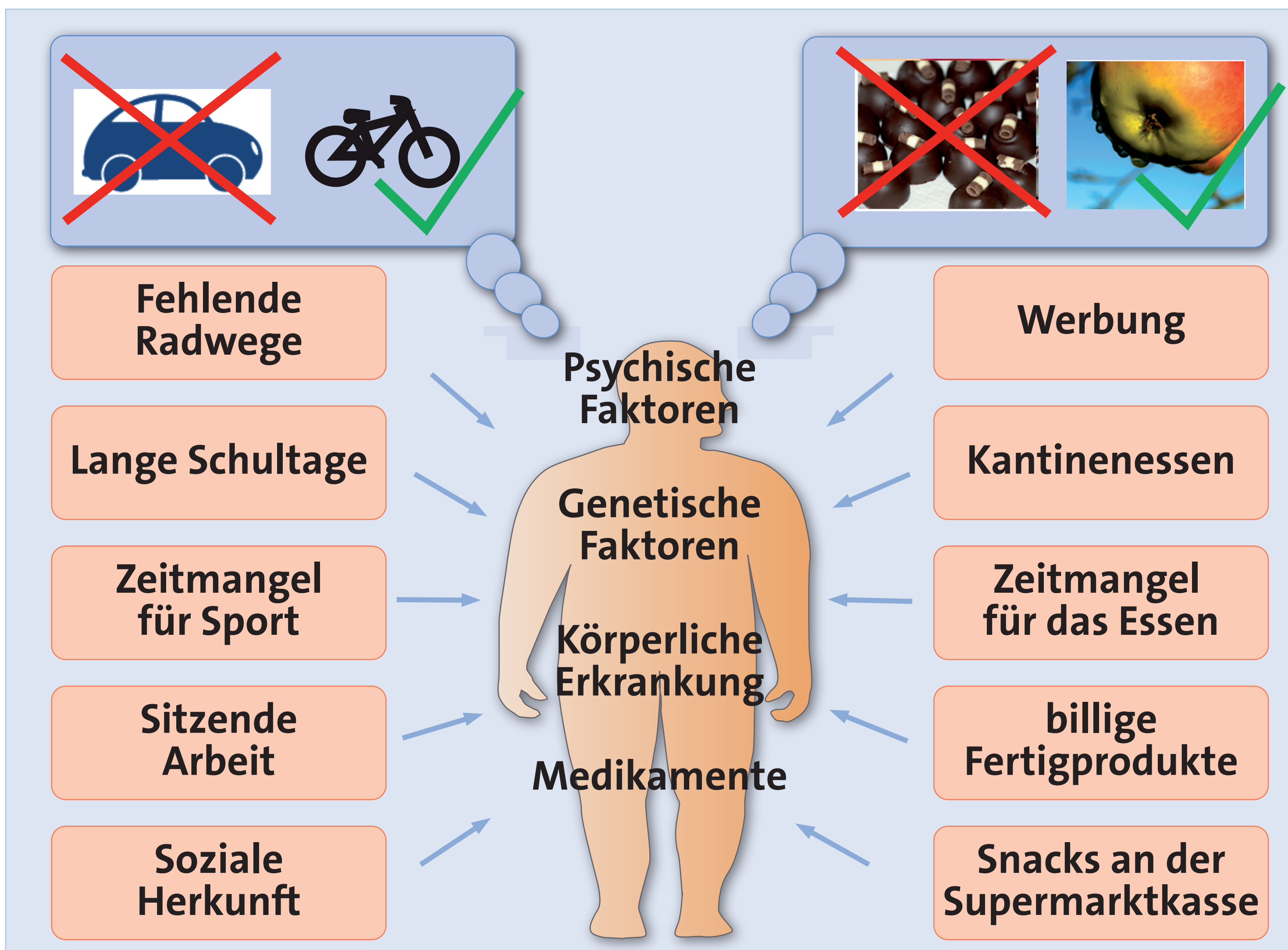
### Hintergrund

Adipositas ist in Deutschland ein zunehmendes Problem: Über die Hälfte der Erwachsenen und 15 % der Drei- bis Siebzehnjährigen sind übergewichtig; ein knappes Viertel der Erwachsenen und 6 % der Kinder und Jugendlichen sind adipös.

Adipositas ist eine der Hauptursachen für nichtübertragbare Krankheiten (NCD) wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes und Krebs.

### Prävention von Adipositas in Deutschland

Bislang werden in Deutschland zur Prävention von Adipositas Maßnahmen, die eine Verhaltensänderung des **Einzelnen** zum Ziel haben, eingesetzt (Verhaltensprävention). Das im Juni 2015 verabschiedete Präventionsgesetz setzt diese Strategie fort.



### Problem Lebensumfeld

Das moderne Umfeld unterstützt eine adipositasfördernde Lebensweise:

- Allgegenwärtigkeit von Fast Food und Snacks
- billige Fertigprodukte (stark verarbeitet)
- Werbung für ungesunde Lebensmittel
- wenig körperliche Aktivität, sitzende Lebensweise

Da Verhaltensänderungen in einem solchen Umfeld schwierig sind, ist eine Veränderung der Verhältnisse erforderlich.

### Verhältnisprävention

- Politische Maßnahmen können die Rahmenbedingungen so verändern, dass ein gesunder Lebensstil im Kindesalter und bei Erwachsenen gefördert und erleichtert wird
- Das Zusammenspiel von verhaltens- und verhältnispräventiven Maßnahmen erreicht **alle** sozialen Gruppen

### Deutsche Allianz nichtübertragbare Krankheiten (DANK)

- Förderung der Verhältnisprävention
- Adipositasprävention bereits im Kindesalter
- Einführung von Maßnahmen, die Jedermann unabhängig vom Sozialstatus erreichen



## Strategiepapier der DANK: Effektive Maßnahmen zur Verhältnisprävention von Adipositas

### Täglich mindestens eine Stunde Bewegung/Sport in der Schule

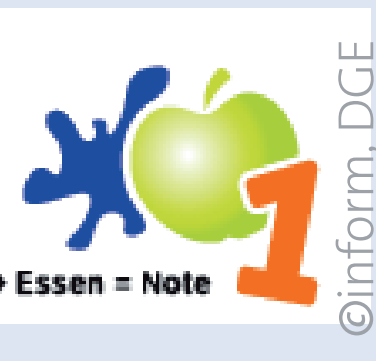


- Täglich moderate Aktivität für 60-90 min erhöht den Energieverbrauch um ~10% und führt bei gleichbleibender Energieaufnahme zu Gewichtsabnahme
- Täglich 1h moderate Aktivität senkt die Mortalität um ~30% und verlängert vgl. mit Inaktivität das Leben um ~4 Jahre
- Täglich 30 min Aktivität verringern die Mortalität um ~15-20% und verlängern das Leben um ~3 Jahre
- Die Schule ist das ideale Umfeld für Bewegungsförderung, da dort **alle Kinder** erreicht werden
- *Deutschland*: Kinder haben nur 90 min Schulsport/Woche

#### Empfehlung:

- Täglich 1 h Schulsport
- Klassischer Schulsport + Spielelemente

### Verbindliche Qualitätsstandards für Kita- und Schulverpflegung



- Zusammensetzung und Qualität der Ernährung bestimmen das Ernährungsverhalten von Kindern bis ins Erwachsenenalter hinein
- Schulkioske, die süße Snacks verkaufen, sind eine verlockende Alternative zur Kantine
- *Deutschland*: DGE Qualitätsstandards für Schulverpflegung:
  - ausgewogene, abwechslungsreiche Hauptmahlzeit
  - keine verarbeiteten Produkte
  - keine Zusatzstoffe
  - fettarme Zubereitung
  - Verkaufsverbot für Snacks und Softdrinks in Schulen
  - Einrichtung von Wasserspendern
  - werden unzureichend umgesetzt

#### Empfehlung:

Verpflichtende Umsetzung der DGE-Qualitätsstandards

### Verbot von Werbung, die sich an Kinder richtet



- Die Lebensmittelindustrie versucht, Kinder als Kunden von morgen mithilfe spezieller Werbung an Marken und Produkte zu binden
- Ein Werbeverbot im TV kann:
  - den Konsum von Fast Food senken
  - den Anteil übergewichtiger Kinder um 25% senken
- ein zusätzliches Werbeverbot für Massenmedien würde die Wirksamkeit eines TV-Werbeverbots verstärken
- *Deutschland*: Selbstbeschränkung der Lebensmittelindustrie für Kindermarketing; diese ist wirkungslos

#### Empfehlung:

Verbot von Werbung für ungesunde Lebensmittel, die sich an Kinder richtet, in allen Medien

### Gesundheitsfördernde Lebensmittelpreise (Zucker-/Fettsteuer)



- Lebensmittelsteuern müssen von Preiserleichterungen begleitet werden
- Preiserhöhung um 20% für Softdrinks senkt Konsum um 24%
- Preiserhöhung um 20% für Fast Food reduziert Konsum um ~10%
- Subvention von Obst/Gemüse über 20% erhöht Konsum um ~10%
- *Mexiko*: Steuer von 10% auf Softdrinks (2014) senkte Konsum von besteuerten Getränken um 6% und erhöhte Konsum von nichtbesteuerten Getränken um 4%

#### Empfehlung:

- Steuererhöhung um 20% für Lebensmittel mit hohem Gehalt an Fett, Zucker oder Salz
- Senkung der Umsatzsteuer von 19% auf 18%

### Fazit

Diese vier verhältnispräventiven Maßnahmen haben das Potential, dem zunehmenden Problem der Adipositas entgegenzuwirken. Sie werden auch von der Weltgesundheitsorganisation empfohlen (Global Action Plan for the Prevention and Control of NCDs 2013-2020). Deutschland sollte schnellstmöglich die vier genannten Maßnahmen umsetzen.



### Interessenkonflikt: Keiner