

Kalenderwoche 27/2019 - Asthma - Asthma und Übergewicht bei Kindern

Asthma und Übergewicht bei Kindern

Eine unausgewogene Ernährung und zu wenig Bewegung ist nicht gesund. Das gilt genauso für Kinder wie für Erwachsene. Doch gerade bei Kindern, deren Körper sich noch in der Entwicklung befindet, kann ein unausgewogener Lebensstil langfristige Folgen haben. So steigt z. B. ihr Risiko für Asthma, dass sie möglicherweise ein Leben lang begleitet.

Doch nicht nur zur Vorbeugung eignen sich eine ausgewogene Ernährung und Bewegung. Auch Kinder, die bereits von Asthma und starkem Übergewicht betroffen sind, können von einem Ernährungs- und Bewegungsprogramm profitieren, zeigt eine wissenschaftliche Untersuchung aus den USA.

Hier die Studien im Detail:

- [Übergewicht und Asthma bei Kindern - welche Rolle spielt der Lebensstil?](#)
- [Gute Erfolge von Ernährungs- und Bewegungsprogramm für Kinder mit Asthma und starkem Übergewicht](#)