

Prävention von Adipositas beginnt im Kleinkindalter

Datum: 26.01.2023

Original Titel:

Acceleration of BMI in Early Childhood and Risk of Sustained Obesity

MedWiss - Die vorliegende Analyse aus Deutschland zeigte, dass bei adipösen Jugendlichen die größte Gewichtszunahme im Alter von 2 bis 6 Jahren stattfand. Waren Kinder bereits im Kleinkindalter adipös, entwickelten sie sich sehr häufig auch zu adipösen Jugendlichen.

Kinder müssen vor Übergewicht geschützt werden - daran besteht kein Zweifel. Deutsche Forscher aus Leipzig wollten mit ihrer Studie herausfinden, ob Kinder in einem gewissen Alter besonders gefährdet dafür sind, anhaltendes starkes Übergewicht (Adipositas) zu entwickeln.

Die Forscher nutzen für ihre Analyse Daten von 51505 Kindern, von denen aufeinanderfolgende Messungen der Körperzusammensetzung im Alter von 0 bis 14 Jahren (Kindheit) und von 15 bis 18 Jahren (Jugend) vorlagen. In einer weiteren Analyse von 34196 Kindern ermittelten die Forscher, wie stark sich der *Body Mass Index* (BMI) jährlich veränderte. Der BMI ist ein Maß zur Einschätzung des Körpergewichts einer Person im Verhältnis zu seiner Körpergröße.

Besonders im Alter zwischen 2 und 6 Jahren stieg das Gewicht schnell an

Die Forscher fanden heraus, dass die meisten Jugendlichen mit Normalgewicht auch während ihrer gesamten Kindheit normalgewichtig gewesen waren. Fast die Hälfte (53 %) der adipösen Jugendlichen war ab dem 5. Lebensjahr übergewichtig oder adipös. Weitere Analysen zeigten, dass fast 90 % der Kinder, die im Alter von 3 Jahren adipös waren, sich zu übergewichtigen oder adipösen Jugendlichen entwickelten. Unter den adipösen Jugendlichen kam es im Alter zwischen 2 und 6 Jahren zu dem größten Anstieg des jährlichen BMIs.

Hohes Geburtsgewicht als Risikofaktor entdeckt

Die Analysen deckten weiterhin auf, dass es einen Einfluss des Geburtsgewichts auf das spätere Übergewichtsrisiko gab. Kinder, die bei der Geburt mehr wiegen als 90 % der anderen Kinder, werden als LGA-Kinder bezeichnet (aus dem Englischen von *large for gestational age*). Die LGA-Kinder waren in der Jugend eher übergewichtig oder adipös als Kinder, die bei der Geburt ein normales oder eher geringeres Gewicht aufwiesen.

Schlussfolgernd zeigte die Analyse der deutschen Forscher, dass bei Jugendlichen mit Adipositas der größte Anstieg des Gewichts zwischen dem Alter von 2 und 6 Jahren stattfand. Die meisten Kinder, die in diesem Alter adipös waren, entwickelten sich auch zu adipösen Jugendlichen.

Referenzen:

Geserick M, Vogel M, Gausche R, Lipek T, Spielau U, Keller E, Pfäffle R, Kiess W, Körner A. Acceleration of BMI in Early Childhood and Risk of Sustained Obesity. *N Engl J Med*. 2018 Oct 4;379(14):1303-1312. doi: 10.1056/NEJMoa1803527.