

# Studienservice

## Steigende Prävalenz von Adipositas und Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen

Adipositas und Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen sind zunehmend ernsthafte Gesundheitsprobleme, die weltweit an Bedeutung gewinnen. Die steigende Zahl übergewichtiger und adipöser junger Menschen stellt nicht nur eine Herausforderung für das Gesundheitssystem dar, sondern hat auch weitreichende Auswirkungen auf die Lebensqualität und die zukünftige Gesundheit der Betroffenen. Verschiedene Faktoren, darunter genetische Veranlagungen, Ernährungsgewohnheiten und Umweltbedingungen, tragen zu dieser Entwicklung bei. Die vorliegende Studie bietet einen umfassenden Überblick über die aktuelle Prävalenz von Adipositas sowie über die damit verbundenen Risikofaktoren und gesundheitlichen Komplikationen bei Kindern und Jugendlichen weltweit. Ziel ist es, das Verständnis für diese komplexe Problematik zu vertiefen und effektive Maßnahmen zur Prävention und Behandlung von Adipositas zu fördern.

Für die vorliegende Publikation wurden 2.033 Studien aus 154 verschiedenen Ländern oder Regionen, die 45.890.555 Personen unter 18 Jahren umfassten, ausgewertet. Die Ergebnisse dieses umfassenden systematischen Reviews und Meta-Analyse wurden im Juni 2024 im *JAMA Pediatrics* (Journal of the American Medical Association) veröffentlicht. Die Autor\*innen berechneten eine weltweite Gesamtprävalenz von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen von 8,5 %. Die Prävalenz reichte von 0,4 % (Vanuatu) bis 28,4 % (Puerto Rico), wobei über eine höhere Prävalenz von Adipositas bei Kindern und Jugendlichen in einkommensstarken Ländern, sowie jene mit einem Human Development Index  $\geq$  0,8 berichtet wurde. Die gepoolten Schätzungen bei Kindern und Jugendlichen betragen für Übergewicht 14,8 % und für Adipositas und Übergewicht 22,2 %. Im Vergleich zu den Jahren 2000 bis 2011 (7,1 %) wurde weltweit von 2012 bis 2023 (11,3 %) ein 1,5-facher Anstieg der Prävalenz von Adipositas beobachtet.

Die Daten wurden auch nach 11 Risikofaktoren aufgeschlüsselt. Dabei zeigt die Altersgruppe von 6 bis 12 die höchste Prävalenz (9,4 %) im Vergleich zu den 0- bis 5-Jährigen (8,5 %) und den 13- bis 18-Jährigen (6,9%). Jungen (9,4 %) waren eher betroffen als Mädchen (7,5 %). Eine adipöse Mutter (15,9 %) im Vergleich zu nicht adipösen Müttern (8,1 %) erhöhte die Wahrscheinlichkeit an Adipositas zu erkranken. Das Auslassen des Frühstücks war ebenfalls mit einem erhöhten Risiko für Adipositas verbunden (9,96 %) im Vergleich zu den täglich frühstückenden Kindern (7,08 %). Das Essen von mehr als drei Mahlzeiten pro Tag war mit einem geringeren Risiko für Adipositas (3,3 %) verbunden als  $\leq$  3 Mahlzeiten (11,6 %), was die aus Studien bekannte Relevanz einer regelmäßigen Mahlzeitenroutine bestärkt. Die Adipositasprävalenz bei Kindern und Jugendlichen wurde weiters auch von den folgenden Faktoren signifikant erhöht: mehr als 2 Stunden vor dem Computer pro Tag (11,9 %), Rauchen der Mutter während der Schwangerschaft (7,7 %), ein hohes Geburtsgewicht (12,8 %), unregelmäßig körperliche Aktivität (12,1 %) und eine nächtliche Schlafdauer von weniger als 10 Stunden (13,7 %). Nicht signifikant waren unter anderem mütterlicher Diabetes, Schwangerschaftsdiabetes und Gewichtszunahme der Mutter während der Schwangerschaft, väterliche Adipositas, niedriges Geburtsgewicht, Art der Entbindung, Stilldauer und Zufütterung, sowie der sozioökonomische Status der Familie.

Zusätzlich wurden acht Komorbiditäten, die mit Adipositas bei Kindern und Jugendlichen verbunden sind, untersucht. Die höchste gepoolte Prävalenz wurde für Depressionen gefunden, die etwa 1 von 3

Kindern (35,2 %) mit Adipositas betreffen, gefolgt von Bluthochdruck mit einer Prävalenz von 28 %. Außerdem erhöhte Adipositas die Prävalenz für Plattfüße (26,1 %), Angstzustände (25,1 %), Asthma (18,8 %), Karies (17,9 %), Vitamin-D-Mangel (11,6 %) und Diabetes (1,2 %).

Diese umfassende Analyse verdeutlicht die alarmierende Zunahme der weltweiten Adipositasprävalenz bei Kindern und Jugendlichen, wobei etwa 1 von 5 Kindern oder Jugendlichen weltweit unter Übergewicht leidet. Besonders besorgniserregend sind die zahlreichen gesundheitlichen Komorbiditäten, die mit Adipositas einhergehen und die Lebensqualität sowie die langfristige Gesundheit der betroffenen Kinder und Jugendlichen erheblich beeinträchtigen können und somit auch von sozioökonomischer Relevanz sind. Um dem weltweiten Anstieg von Adipositas entgegenzuwirken, sind koordinierte, interdisziplinäre Ansätze erforderlich, die sowohl die individuellen Risikofaktoren als auch die globalen gesundheitspolitischen Rahmenbedingungen adressieren.

### **Referenz**

*Zhang X, Liu J, Ni Y, Yi C, Fang Y, Ning Q, Shen B, Zhang K, Liu Y, Yang L, Li K, Liu Y, Huang R, Li Z. Global Prevalence of Overweight and Obesity in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. JAMA Pediatr. 2024 Jun 10:e241576. doi: 10.1001/jamapediatrics.2024.1576.*