

OÖN-SPEZIAL

Ist Übergewicht die moderne Epidemie?

Stimmen Sie ab im
Internet unter
www.nachrichten.at

Tina Bräutigam

ERNÄHRUNGSMEDIZINERIN

Prinzipiell ist Übergewicht eine Epidemie, weil es sich immer mehr ausbreitet. Schlimm ist, dass so viele Kinder betroffen sind. Ich führe das auch auf eine Umkehrung der Werte und das Zu-wenig-Zeit-Haben einer ganzen Gesellschaft zurück. In meiner Ordination sehe ich, dass Kinder ausschließlich unregelmäßig und zwischendurch essen. Die gemeinsame Mahlzeit mit der Familie gibt es sehr oft nicht mehr. Eine warme Mahlzeit auch nicht.

An Stelle von selbst Gekochtem rückt heute Fastfood. Ab und zu gegessen ist das kein Problem. Wenn Fertiggerichte und Fastfood zur Hauptnahrungsquelle werden, führt das unweigerlich zu Übergewicht bei Kindern, das sie oft das ganze Leben lang mitschleppen.



Die Ernährungsmedizinerin hat eine Praxis in Linz und arbeitet verstärkt mit übergewichtigen Kindern.

Foto: privat

