

Ö3, Nachrichten, 5.8.2014, 07:00 Uhr

Übergewicht und Bewegungsmangel senken Lebenserwartung von Kindern

Kinder werden um bis fünf Jahre weniger lang leben als ihre Eltern. Für großes Aufsehen sorgt derzeit eine US-Studie. Sie macht Übergewicht und Bewegungsmangel dafür verantwortlich. Ernährungsmediziner Kurt Widhalm bestätigt, wie gefährlich Übergewicht und fehlende Bewegung für Kinder sind. Es gebe ausreichend ausgezeichnete Studien, die zeigen, dass die Bewegungsarmut der Kinder und der Jugendlichen ein wesentlicher krankmachender Faktor sei, so Widhalm.

O-Ton: Kurt Widhalm (Ernährungsmediziner)

Stichwort: Toni - ÖAIE, Österreichisches Akademisches Institut für Ernährungsmedizin

ORF 2, Heute Leben, 5.8.2014, 17:30 Uhr

Bewegen sich unsere Kinder zu wenig?

Kinder spielen zu viel mit dem Handy, sitzen viel zu lange vor der Spielekonsole oder dem Fernseher. Dabei laufen sie Gefahr, immer ungeschickter und dicker zu werden, und noch schlimmer, sogar um fünf Jahre früher als wir sollen sie sterben, weil sie sich zu wenig bewegen und zu wenig Sport betreiben. Ein Teil der fettleibigen Kinder hat bereits eine Vorstufe zum Diabetes, erhöhten Blutdruck oder Gelenksprobleme. Experten appellieren, den Kindern die Lust am Sport schmackhaft zu machen. Sie sollten sich pro Tag 60 bis 90 Minuten Bewegung machen, um gesund zu bleiben.

O-Ton: Peter Kleinmann (Volleyball-Verband, Studiogast), Kurt Widhalm (Ernährungsmediziner, Studiogast)

Stichwort: Toni - ÖAIE, Österreichisches Akademisches Institut für Ernährungsmedizin