



DJ Ötzi und SIPCAN setzen sich für die Gesundheit unserer Kinder ein

Fast jeder dritte Mensch weltweit ist einer neuen Studie im New England Journal of Medicine zufolge übergewichtig oder sogar fettleibig. Während die Rekordhalter die USA und Ägypten sind, steigt auch in Österreich der Anteil übergewichtiger und fettleibiger Erwachsener stetig. Hinzu kommt, dass nicht nur Erwachsene, sondern auch zunehmend Kinder und Jugendliche von Übergewicht und Adipositas betroffen sind und in weiterer Folge auch in jungen Jahren bereits an Folge- und Begleiterkrankungen wie Bluthochdruck oder Diabetes Mellitus leiden. Gerade in dieser Altersgruppe zeigte sich in den vergangenen Jahrzehnten ein dramatischer Anstieg an extrem übergewichtigen Kindern und Jugendlichen, die mit großer Wahrscheinlichkeit auch im Erwachsenenalter mit Übergewicht und den damit verbundenen gesundheitlichen Problemen zu kämpfen haben werden. Laut einer aktuellen Studie des vorsorgemedizinischen Instituts SIPCAN mit über 500 13-14 Jährigen Tiroler Schülerinnen und Schülern sitzt bereits in jeder zweiten Schulbank ein übergewichtiges Kind. In jeder Klasse finden sich durchschnittlich zwei krankhaft übergewichtige (adipöse) Kinder.

Als eine wesentliche Ursache für Übergewicht gilt ein bereits in der Kindheit erlerntes ungünstiges Essverhalten. Um ein gesundheitsförderliches Essverhalten zu erwerben und Übergewicht im Kindesalter erst gar nicht entstehen zu lassen, sind frühzeitige Gesundheitsförderungsmaßnahmen notwendig. Dabei haben sich Schulen als wichtigste Lebensräume von Kindern für Projekte zur Ernährungsprävention und Gesundheitsförderung bewährt.

Seit seiner Gründung 2005 arbeitet das vorsorgemedizinische Institut SIPCAN unter der Leitung von Univ.-Prof. Prim. Dir. Dr. Friedrich Hoppichler österreichweit an der Entwicklung und Umsetzung wirksamer und praxisnaher Maßnahmen für Schulen. „Wir müssen jetzt Maßnahmen setzen, um bestmöglich zu verhindern, dass die Kinder von heute die Übergewichtigen und Diabetiker von morgen sind.“ so der engagierte Internist ernst.

Wie bei allen Tätigkeiten setzt SIPCAN auch im Schulbereich von zwei Seiten an. Zum einen stehen das Ernährungsverhalten durch spezielle Unterrichtsprogramme und zum anderen das Lebensmittelangebot durch die Optimierung der Schulverpflegung im Rampenlicht.

Ein Engagement, das sich für die Gesundheit unserer Schülerinnen und Schüler lohnt! Eine aktuelle Studie zeigt, dass Kinder, die im Biologieunterricht den „Trink- und Jausenführerschein“ von SIPCAN umsetzen, nachher nicht nur mehr wissen, sondern sich auch gesünder ernähren. So greifen deutlich weniger Kinder bei der Vormittagsjause zum Beispiel zu Süßigkeiten (vorher: 68 %, danach: 33 %) oder Limonaden (vorher: 67 %, nachher: 33 %). Auch der Fastfood-Konsum spielt nach der Teilnahme eine geringere Rolle (vorher: 73 %, nachher: 27 %). Trotz der einfachen Umsetzbarkeit des Programms reduziert sich die Zuckeraufnahme der Kinder erfolgreich um 13 %.

Dieser Einsatz findet auch von prominenter Seite viel Zuspruch. „DJ Ötzi“ Gerry Friedle stellt sich an die Seite von Mediziner Hoppichler. „Die Kinder sind unsere Zukunft. Dies ist mir ganz ganz wichtig! Deshalb müssen wir schauen was sie essen und trinken. Hier leistet SIPCAN perfekte Arbeit.“ so Gerry Friedle.



Neben Programmen für den Unterricht entwickelt SIPCAN auch Maßnahmen zur Verbesserung des Lebensmittelangebots. Hierbei stehen neben dem Mittagstisch vor allem Schulbuffets und Getränkeautomaten im Fokus. Engagierte Automaten- und Buffetbetriebe bekommen im Rahmen der SIPCAN-Checks ein genaues Feedback und eine Hilfestellung zur gesundheitsförderlichen Gestaltung des angebotenen Warenkorbs.

Gerry Friedle hat sich bei einem Lokalaugenschein überzeugt. Zu meiner Schulzeit gab es eine solche Initiative wie SIPCAN noch nicht.“ so Friedle. „SIPCAN kümmert sich um coole und nährwertreiche Schulbuffets. So wie das Buffet aufgebaut ist, kann sogar ich etwas essen und das ist richtig gut. Ich stehe absolut hinter dieser Geschichte.“ berichte DJ Ötzi überzeugt.

Ein weiterer wichtiger Arbeitsbereich von SIPCAN ist die Reduktion des Zuckergehalts. SIPCAN bietet hierfür spezielle Checklisten für Getränke und Milchprodukte an und setzt sich intensiv dafür ein, dass sowohl weniger zuckerreiche Produkte angeboten werden, als auch der Zuckergehalt in den Lebensmitteln schrittweise reduziert wird. Auf Basis dieser Arbeit ist der Zuckergehalt in den letzten fünf Jahren in Getränken um rund 10 % und in Milchprodukten um 9 % gesunken. Jeder Erwachsene aber auch jedes Schulkind nimmt dadurch pro Jahr zwei Kilogramm versteckten Zucker weniger zu sich.

Insgesamt haben bereits über 600 Schulen erfolgreich an Programmen von SIPCAN teilgenommen. 94% der Schulen empfehlen die Teilnahme weiter. Mehr als 100.000 SchülerInnen profitieren jedes Jahr von diesem Engagement.

„Gesunde Ernährung bei Kindern ist für mich ein sehr wichtiges Thema, seit dem ich Vater bin. Meine Frau Sonja und ich schauen, dass unsere Tochter Lisa-Marie gesunde Lebensmittel und Getränke zu sich nimmt! Gerade jetzt nach meiner Rückkehr vom Jakobsweg habe ich wieder gesehen wie wichtig es ist sich richtig zu ernähren.“ berichtet der beliebte Sänger.

„Meine lieben Freunde schaut euch das an. Es ist echt hoch interessant was SIPCAN macht. Diese Aktion muss man unterstützen, da man den Kindern in der Schule zeigt, wie gesunde und richtige Ernährung funktioniert und dass „gesund“ auch sehr gut schmecken kann!“, so der Aufruf von DJ Ötzi.

Weitere Information: www.sipcan.at

Fotocredit: Neumayr/MMV

Kontakt:

Dr. Manuel Schätzer
m.schaetzer@sipcan.at
0664/13 82 258