

HBSC-Studienverbund Deutschland

Faktenblatt zur Studie

Health Behaviour in School-aged Children 2013/14



Hier gelangen Sie zur [Übersicht der Faktenblätter](#)

Konsum von Softdrinks bei Kindern und Jugendlichen

Hintergrund

Der Konsum von zuckerhaltigen Getränken wie z.B. Softdrinks ist stark verbreitet. Jedoch wird ein regelmäßiger Softdrink-Konsum in einem engen Zusammenhang u.a. mit der Gewichtszunahme und der Entwicklung von Krankheiten eines metabolischen Ungleichgewichts wie z.B. dem Typ 2 Diabetes sowie mit einer insgesamt nährstoffarmen Ernährung gebracht (1). Darüber hinaus zeigen verschiedene Studien, dass der Softdrink-Konsum mit weiteren übergewichtsassoziierten Verhaltensweisen wie einem häufigen Besuch von Fast-Food-Restaurants, einem hohen Fernsehkonsum sowie dem häufigen Verzehr von Snacks während des Fernsehens zusammenhängt (2). Da sich Präferenzen für spezifische Lebensmittel in der Kindes- und Jugendphase ausbilden und die körperliche sowie geistige Entwicklung durch eine ausgewogene Energie- und Nährstoffzufuhr unterstützt wird (3), ist eine frühzeitige Förderung eines ausgewogenen Ernährungsverhaltens von gesundheitswissenschaftlicher Relevanz. Aktuelle Ernährungsempfehlungen für Kinder und Jugendliche weisen deshalb auch daraufhin, dass insgesamt täglich mehr Wasser getrunken und insgesamt der Konsum gesüßter Getränke reduziert werden sollten (4).

Wie wurde der Konsum von Softdrinks erfasst?

Die Jugendlichen wurden gefragt, wie häufig sie Softdrinks konsumieren. Die siebenstufige Antwortmöglichkeit reichte von „nie“ bis zu „mehrmals pro Tag“. Die Tabellen 1 und 2 am Ende des Faktenblatts zeigen, wie sich die Häufigkeit des Softdrink-Konsums von „nie“ bis „mindestens einmal pro Tag“ differenziert nach Alterskategorie, familiärem Wohlstand und Migrationshintergrund für Mädchen und Jungen verteilt. In Abbildung 1 wird der Anteil derjenigen Mädchen und Jungen dargestellt, die täglich Softdrinks konsumieren.

Hauptergebnisse

- 16,0% der Mädchen und 24,0% der Jungen konsumieren täglich Softdrinks.
- Sowohl bei Jungen als auch Mädchen steigt der Softdrink-Konsum mit zunehmendem Alter an. Der Anstieg ist bei den Jungen stärker und für beide Geschlechter vor allem zwischen den 11- und 13-Jährigen zu beobachten.
- Je höher der familiäre Wohlstand, desto weniger Jugendliche konsumieren täglich Softdrinks. Dies zeigt sich sowohl für Jungen als auch für Mädchen.
- Mädchen ohne Migrationshintergrund weisen insgesamt den niedrigsten Softdrink-Konsum auf. Mädchen mit beidseitigen Migrationshintergrund hingegen trinken am häufigsten Softdrinks; bei den Jungen sind geringe Unterschiede im täglichen Softdrink-Konsum zu beobachten.
- Ein verhältnismäßig kleiner Anteil an Mädchen und Jungen konsumiert nie Softdrinks (Mädchen 13,5%; Jungen 8,6%). Der größte Anteil der Jugendlichen trinkt mindestens einmal pro Woche Softdrinks (Mädchen 43,8%; Jungen 49,0%).

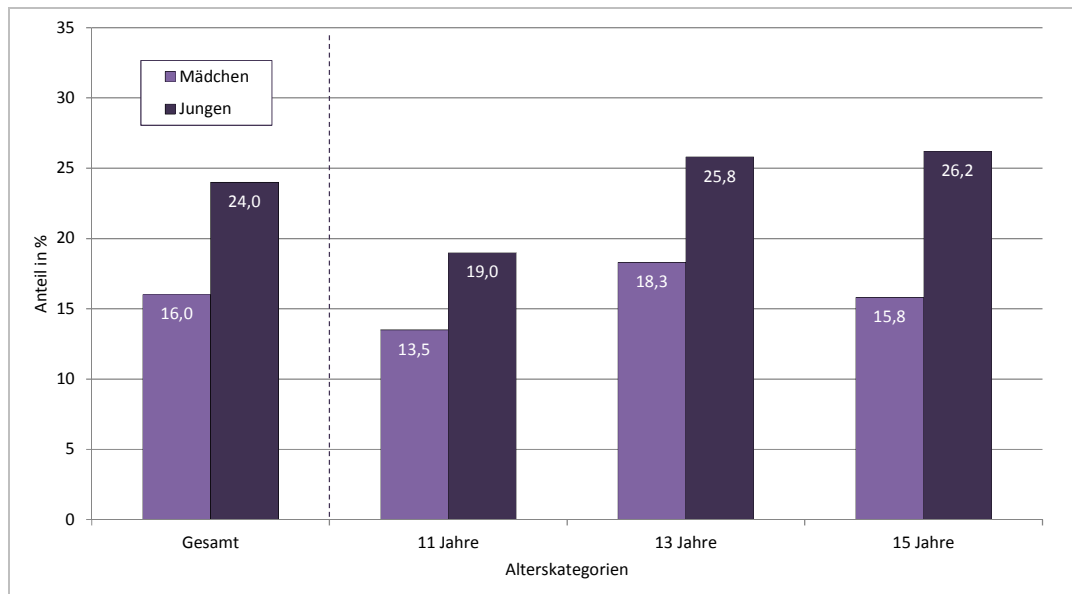


Abbildung 1: Täglicher Konsum von Softdrinks nach Alter und Geschlecht (in %)

Bewertung und Schlussfolgerungen

Die HBSC-Daten der Welle 2013/14 zeigen, dass aus Sicht der Prävention und Gesundheitsförderung Maßnahmen zur Förderung einer ausgewogenen Ernährung den Konsum von Softdrinks verstärkt berücksichtigen müssen. Da eine Diskrepanz im Softdrink-Konsum zwischen Jungen und Mädchen zu beobachten ist, sind geschlechtersensible Interventionen mit einer Priorität für Jungen zu entwickeln. Zudem sind Interventionen gefordert, die möglichst frühzeitig ansetzen, um u.a. Geschmackspräferenzen und Einstellungen zur Ernährung zu beeinflussen. Die dargestellten Zusammenhänge deuten zudem an, dass sich Maßnahmen verstärkt an Kinder und Jugendliche mit niedrigem sozioökonomischen Status und bei Mädchen an die Gruppe der Migrantinnen richten müssen. Insgesamt sollten die Interventionen die Verfügbarkeit und den Zugang zu Softdrinks im häuslichen, schulischen und kommunalen Umfeld berücksichtigen, familiäre und schulische Verhaltensregeln im Umgang mit Softdrinks fokussieren. Auch politische Interventionen in Bezug auf eine stärkere Besteuerung von gezuckerten Getränken werden als aussichtsreich eingestuft (5).

Literatur

1. Hu, F. B. (2013). Resolved: there is sufficient scientific evidence that decreasing sugar-sweetened beverage consumption will reduce the prevalence of obesity and obesity-related diseases. *Obesity Reviews*, 14(8), 606–619.
2. Verzeletti, C., Maes, L., Santinello, M. et al. (2010). Soft drink consumption in adolescence: associations with food-related lifestyles and family rules in Belgium Flanders and the Veneto Region of Italy. *European Journal of Public Health*, 20(3), 312-317.
3. Mensink, G. B., Kleiser, C. & Richter, A. (2007). Lebensmittelverzehr bei Kindern und Jugendlichen in Deutschland. Ergebnisse des Kinder- und Jugendgesundheits surveys (KiGGS). *Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz*, 50(5-6), 609-623.
4. Alexy, U., Clausen, K. & Kersting, M. (2008). Die Ernährung von Kindern und Jugendlichen nach dem Konzept der Optimalen Mischkost. *Ernährungsumschau*, 55(3), 168-175.
5. Avery, A., Bostock, L. & McCullough, F. (2015). A systematic review investigating interventions that can help reduce consumption of sugar-sweetened beverages in children leading to changes in body fatness. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 28(1), 52–64.

Tabelle 1: Softdrink-Konsum von **Mädchen**, nach Alter, familiärem Wohlstand und Migrationshintergrund (in %) ¹

	Nie	Seltener als ein Mal/Woche	Mindestens ein Mal/Woche	Mindestens ein Mal täglich
	%	%	%	%
Mädchen gesamt (n=2.900)	13,5	26,8	43,8	16,0
Alterskategorien				
11 Jahre (n=854)	16,0	29,2	41,3	13,5
13 Jahre (n=1.002)	11,4	24,9	45,4	18,3
15 Jahre (n=1.044)	13,4	26,6	44,2	15,8
Familiärer Wohlstand (n=2.764)				
Niedrig (n=435)	13,3	24,7	44,4	17,6
Mittel (n=1.721)	13,0	26,7	44,1	16,2
Hoch (n=608)	14,4	28,4	43,6	13,7
Migrationshintergrund (n=2.896)				
Kein (n=2038)	14,0	28,6	43,3	14,2
Einseitig (n=319)	12,6	23,9	43,4	20,1
Beidseitig (n=539)	12,2	21,8	45,6	20,5
Gesamt				
Jungen und Mädchen (n=5.892)	11,0	22,6	46,4	20,0

Tabelle 2: Softdrink-Konsum bei **Jungen**, nach Alter, familiärem Wohlstand und Migrationshintergrund (in %) ¹

	Nie	Seltener als ein Mal/Woche	Mindestens ein Mal/Woche	Mindestens ein Mal täglich
	%	%	%	%
Jungen gesamt (n=2.992)	8,6	18,5	49,0	24,0
Alterskategorien				
11 Jahre (n=858)	13,2	23,3	44,5	19,0
13 Jahre (n=1.066)	6,6	18,2	49,4	25,8
15 Jahre (n=1.068)	6,8	14,8	52,2	26,2
Familiärer Wohlstand (n=2.846)				
Niedrig (n=581)	7,4	16,1	48,4	28,2
Mittel (n=1.752)	8,1	18,5	49,7	23,7
Hoch (n=513)	10,6	21,1	47,7	20,5
Migrationshintergrund (n=2.988)				
Kein (n=2.229)	8,5	18,7	48,5	24,2
Einseitig (n=286)	10,5	22,5	44,2	22,8
Beidseitig (n=473)	7,9	14,9	53,7	23,5
Gesamt				
Jungen und Mädchen (n=5.892)	11,0	22,6	46,4	20,0

¹ Angaben in n beziehen sich auf die Grundgesamtheit aller befragten SchülerInnen

Bitte zitieren Sie dieses Faktenblatt wie folgt:
HBSC-Studienverbund Deutschland* (2015). Studie Health Behaviour
in School-aged Children – Faktenblatt „Konsum von Softdrinks bei
Kindern und Jugendlichen“.

Kontakt

Prof. Dr. Matthias Richter
Institut für Medizinische Soziologie (IMS)
Medizinische Fakultät
Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg
Magdeburger Straße 8
06112 Halle (Saale)
Tel +49 (0) 345 | 557 1166
Fax +49 (0) 345 | 557 1165

E-Mail: hbsc-germany@medizin.uni-halle.de



*Der HBSC-Studienverbund Deutschland setzt sich aus den folgenden Standorten zusammen: Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg (Prof. Dr. Matthias Richter, Leitung), Universität Bielefeld (Prof. Dr. Petra Kolip); Technische Universität Dresden (Prof. Dr. Wolfgang Melzer); Frankfurt University of Applied Sciences (Prof. Dr. Andreas Klocke); Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (Prof. Dr. Ulrike Ravensieberer), Hochschule Magdeburg-Stendal (Prof. Dr. Ludwig Bilz), Universität Tübingen (Prof. Dr. Gorden Sudeck)