



O-Ton*

**Journalistenworkshop des Netzwerks Gesund ins Leben
(26.09.2018, Bonn) zur Vorstellung der neuen nationalen
Empfehlungen zu Ernährung und Lebensstil vor und in der Schwangerschaft**

Prof. Dr. Regina Ensenaer

*Experimentelle Pädiatrie & Stoffwechsel, Universitäts-Kinderklinik, Heinrich-Heine-Universität
Düsseldorf; Direktorin des Instituts für Kinderernährung, Max-Rubner-Institut*

Wenn wir uns einmal anschauen, dass die Grundwahrscheinlichkeit, generell mit 4 Jahren übergewichtig zu sein, bei 5 Prozent liegt. Dann steigt diese Wahrscheinlichkeit von 5 auf knapp 12 Prozent an, wenn die Mutter vor der Schwangerschaft übergewichtig ist. Wenn die Mutter in der Schwangerschaft exzessiv, als zu viel, an Gewicht zunimmt, dann steigt das Risiko für das Kind später übergewichtig zu werden noch weiter an. Wenn die Mutter in der Schwangerschaft außerdem einen erhöhten Zucker hat, steigt sie auf 25 bis 30 Prozent, und wenn noch mehr Faktoren dazukommen (wie eine geringe Stilldauer oder Übergewicht des Vaters), dann erreicht die Wahrscheinlichkeit des Kindes, mit 4 Jahren übergewichtig zu sein, 40 Prozent.

**Aus Gründen der Lesbarkeit ist die Transkription des gesprochenen Wortes in Teilen geringfügig umformuliert.*

Weitere Informationen

Empfehlungen zu Ernährung und Lebensstil vor und in der Schwangerschaft
www.gesund-ins-leben.de/inhalt/handlungsempfehlungen-29378.html

Komplette Dokumentation des Journalistenworkshops mit Vorträgen, Bildern, O-Tönen
www.gesund-ins-leben.de/inhalt/journalistenworkshop-31116.html

Eine Einrichtung im Geschäftsbereich des



Das Netzwerk Gesund ins Leben ist Teil der Initiative IN FORM und angesiedelt im Bundeszentrum für Ernährung (BZfE).