

Körperliche und psychische Belastung für Kinder durch Corona-Lockdown

Hohenlohekreis. Schulen im Wechselunterricht oder komplett geschlossen, Sportvereine bieten kein Training an und die Möglichkeiten, sich mit Freunden zu treffen, sind aufgrund der aktuellen Regeln stark eingeschränkt. Die Corona-Bestimmungen sind insbesondere für Familien eine Belastungsprobe. Wie die neue Forsa-Umfrage in Zusammenarbeit mit der AOK zeigt, haben Kinder und Jugendliche in Baden-Württemberg neben den psychischen Belastungen zusätzlich mit körperlichen Folgen des Lockdowns zu kämpfen: Seit Beginn der Pandemie bewegen sich die Heranwachsenden im Land noch deutlich weniger.

Hohenlohekreis, den 30.04.2021. Die Befragung von 526 Eltern mit Kindern zwischen einem und 18 Jahren ergab, dass sich die Corona-Einschränkungen schon auf die Jüngsten lähmend auswirken: 46 Prozent der Ein- bis Dreijährigen waren nach Einschätzung ihrer Erziehungsberechtigten deutlich weniger körperlich aktiv als zuvor. Bei den Vier- bis Neunjährigen steigt der Anteil auf satte 75 Prozent. Bei den Zehn- bis Vierzehnjährigen liegen sogar 86 Prozent öfter auf der faulen Haut als vor der Pandemie und 79 Prozent sind es bei den Jugendlichen bis 18 Jahren.

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Heilbronn-Franken
Pressestelle

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken

Dies wird auch durch eine Erhebung Studie des Karlsruher Instituts für Technologie bestätigt. Demnach bewegen sich die Vier- bis Fünfjährigen im Schnitt nur noch 63 Minuten pro Tag - vor dem Lockdown war es dreimal so viel. Eine Folge: Viele Kinder nehmen zu. Der Leiter der Abteilung Sportmedizin an der Uni Mainz, Perikles Simon, befürchtet massive Auswirkungen im Erwachsenenalter: Psychische Störungen und körperliche Krankheiten durch Übergewicht.

„Die Lust am Sport, ist während des Lockdowns extrem schwer aufrecht zu halten,“ sagt Nina Landwehr. Die Sportfachkraft der AOK Heilbronn-Franken befürchtet, dass Corona diesen Negativtrend noch verstärken könnte. So hat das Fitnessbarometer im vergangenen Jahr gezeigt, dass 12,6 Prozent der getesteten Kinder zwischen drei und zehn Jahren übergewichtig sind, davon 5,2 Prozent adipös. Dabei verdoppelt sich der Anteil der Kinder mit zu viel Speck auf den Rippen zwischen dem Kindergarten- und dem Grundschulalter.

Aber nicht nur Kinder sind betroffen. Eine Untersuchung des Robert-Koch-Instituts hat gezeigt, dass der durchschnittliche Bundesbürger schon während des ersten Lockdowns im Frühjahr 2020 um ein Kilogramm an Körpergewicht zugelegt hat. Den aktuellen Lockdown empfinden 64 Prozent der befragten Eltern als stark oder sehr stark belastend. Dabei macht es kaum einen Unterschied, ob die Familien in einem

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Heilbronn-Franken
Pressestelle

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken

Dorf oder in einer Stadt leben. Auch der Bildungshintergrund spielt keine Rolle.

In einem Bereich wirkt sich der Corona-Lockdown allerdings positiv aus: 54 Prozent der Befragten gab an, häufiger als vor Beginn der Pandemie wieder gemeinsam Mahlzeiten einzunehmen. Dafür wird auch häufiger selbst (31 Prozent) und mit frischen Zutaten (23 Prozent) gekocht. „Es wäre schön, wenn wir das aus der Krise mitnehmen würden und Familien wieder öfter gemeinsam essen. Das ist äußerst wichtig für das Ess- und Sozialverhalten der Kinder“, so die Künzelsauer AOK-Ernährungsfachfrau Annette Weiß.

((Bildunterzeile))

Die Corona-Pandemie hat dafür gesorgt, dass Kinder und Jugendliche noch mehr Zeit am Bildschirm verbringen und Bewegungsmangel haben. Foto: AOK

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Heilbronn-Franken
Pressestelle

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken

AOK – Die Gesundheitskasse
Heilbronn-Franken
Bezirksdirektion der AOK Baden-Württemberg

Die AOK Baden-Württemberg versichert über 4,5 Millionen Menschen im Land und verfügt über ein Haushaltsvolumen von über 20 Milliarden Euro.

Informationen zur AOK Baden-Württemberg unter:
www.aok-bw.de

AOK Baden-Württemberg
Bezirksdirektion
Heilbronn-Franken
Pressestelle

Allee 72

74072 Heilbronn

Telefon 07131 639-350

Telefax 07131 639-415

E-Mail Pressestelle_AOK_HNF@bw.aok.de

www.aok-bw-presse.de/heilbronn-franken