

Weltweit sind eine Milliarde Menschen adipös!

von: Dr. Maren Heincke, ZGV

Oktober 2024

Derzeit sind mehr als eine Milliarde Menschen stark übergewichtig. Die Tendenz ist insbesondere bei Heranwachsenden deutlich ansteigend.

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) spricht von einer weltweiten Adipositas-Epidemie mit gravierenden negativen Gesundheitsfolgen. Adipositas ist mit einem erhöhten Risiko für Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und bestimmte Krebsarten verbunden.

Inzwischen kann auch die Angebots-Dominanz von überwiegend stark verarbeiteter, hochkalorischer, zu fetten, zu salzigen und zu süßen Lebensmitteln als indirekter Angriff auf

traditionelle Ernährungs- und Gesundheitssysteme gewertet werden.

In den Pazifik-Inselstaaten hat oft über die Hälfte der dortigen Bevölkerung Adipositas (bis zu 70 Prozent der Frauen und 80 Prozent der Männer). Ein negativer Weltrekord.

Die traditionelle Ernährungsweise bestand dort überwiegend aus naturbelassenem Fisch, Obst und Gemüse. Durch Kolonialisierung und Globalisierung der westlichen Ernährungsstile setzten sich in den vergangenen Jahrzehnten importierte, ungesündere, industriell erzeugte Lebensmittel zu schnell durch. Die Menschen konnten sich offensichtlich nicht schnell genug an das neue verlockende Überangebot an Kalorien anpassen, ihnen fehlte das Erfahrungswissen der Selbstregulierung. Traditionelle Konzepte der Gastfreundschaft, die für Gäste eine große Fülle an Speisen vorsieht, spielen auch eine wichtige Rolle.

Das Adipositas-Risiko stieg jedoch nicht bloß in Entwicklungs- und Schwellenländern.

In den USA hat sich der Anteil der Frauen mit Adipositas von 1990 21 Prozent auf 43 Prozent in 2022 verdoppelt. Bei den amerikanischen Männern erfolgte der Anstieg im gleichen Zeitraum von 17 Prozent auf 42 Prozent.