



(Foto: Silber Communications GmbH)

Pressekonferenz | Expertengespräch

zur Forsa-Studie

Lebensstil und Ernährung in Corona-Zeiten

11:00 – 11:05 Einführung

Dr. Ulrike Schneider

Leitung des *Else Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin (EKFZ)* |
Else Kröner-Fresenius-Stiftung

11:05 - 11:30 Vorstellung der Forsa-Studie

Prof. Dr. med. Hans Hauner

Direktor des *Else Kröner-Fresenius-Zentrum für Ernährungsmedizin* |
Lehrstuhl für Ernährungsmedizin | Technische Universität München (TUM)

Prof. Dr. med. Berthold Koletzko
Else Kröner Senior-Professur | LMU Klinikum München

Prof. Dr. med. Heiko Witt
Fachgebiet für Pädiatrische Ernährungsmedizin | TUM, EKFZ

Prof. Dr. Martin Klingenspor
Lehrstuhl für Molekulare Ernährungsmedizin | TUM, EKFZ

11:30 – 12:00 Fragen an das EKFZ-Team und Diskussion via Live-Chat

Prof. Dr. med. Hans Hauner

Lehrstuhl für Ernährungsmedizin | TUM, Direktor des EKfZ

Prof. Dr. Martin Klingenspor

Lehrstuhl für Molekulare Ernährungsmedizin | TUM

Prof. Dr. med. Heiko Witt

Fachgebiet für Pädiatrische Ernährungsmedizin | TUM

Prof. Dr. med. Berthold Koletzko

Else Kröner Senior-Professur | LMU Klinikum München

Dr. Ulrike Schneider

Leitung des EKfZ für Ernährungsmedizin | EKfS



A word cloud of terms related to nutrition and health. The words are arranged in a roughly rectangular shape, with 'Lebensstil' at the top, 'Diabetes' in the middle, and 'Stoffwechsel' at the bottom. The words are in various colors (orange, blue, green) and sizes. The words 'Forschung' and 'Gesundheit' are written vertically on the left and right sides respectively.

Lebensstil
Diabetes
Energiebilanz
Adipositas
Sättigung
Genetik
Therapie
Krebs
Stoffwechsel
Forschung
Gesundheit

Zielsetzung des EKfZ für Ernährungsmedizin

- Verknüpfung von Grundlagenforschung und klinischer Forschung bei zentralen Fragestellungen der Stoffwechsel- und Ernährungsmedizin
- Qualifizierte Lehre | Aus- und Weiterbildung der Studierenden, DoktorandInnen und Postdocs
- Fortbildung auf dem Gebiet der Stoffwechsel- und Ernährungsmedizin
- Entwicklung moderner ernährungsmedizinischer Konzepte zur Prävention und Behandlung von ernährungsmitbedingten Erkrankungen
- Gesellschaftspolitisches Engagement.





Universitätsübergreifende
Stoffwechsel- und Ernährungsforschung
am Standort
Freising-Weihenstephan

EKfZ für Ernährungsmedizin



(Foto: Silber Communications GmbH)

Forsa-Studie

*Veränderung von Lebensstil und Ernährung vor dem Hintergrund der
Corona-Pandemie*

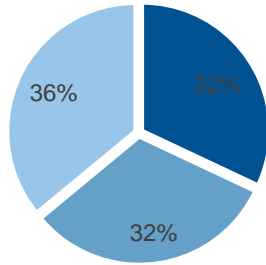
Ergebnisse und Analysen

Forsa-Studie | Methode

- ❑ **Methode: systematisches Zufallsverfahren**
- ❑ **Anzahl: 1.000 Befragungen**
- ❑ **Teilnehmer: Eltern von Kindern bis 14 Jahre (*)**
- ❑ **Zeitraum: 11. bis 16. September 2020**

(*) d.h. Eltern im Alter zwischen 20 und 65 Jahre, bei denen mindestens ein Kind bis höchstens 14 Jahre im Haushalt lebt.

Home-Office seit der Corona-Pandemie



Home-Office seit der Corona-Pandemie

- ja, fast die ganze Zeit
- ja, zeitweise
- nein

- Häufiger Home-Office-Tätigkeit (ganz /teilweise) bei höherem Nettoeinkommen des Haushalts sowie höherer Bildung
- Befragte aus kleineren Gemeinden seltener im Home-Office [53% in Gemeinden mit < 5.000 Einwohner und 71% mit > 500.000 Einwohnern].

Home-Office seit der Corona-Pandemie

	ja, fast die ganze Zeit <hr/> %	ja, zeitweise <hr/> %	nein *) <hr/> %
insgesamt	32	32	36
Hauptschule	12	18	70
Mittlerer Abschluss	27	27	46
Abitur, Studium	39	40	21
Haushaltsnettoeinkommen:			
- unter € 3.000	22	23	55
- € 3.000 bis unter € 4.500	28	33	39
- € 4.500 und mehr	45	35	19

Ernährungsverhalten in der Familie seit der Corona-Krise

Seit Beginn der Corona-Pandemie ernähren sich
in ihrer Familie insgesamt

	gesünder als vorher <hr/> %	weniger gesund als vorher <hr/> %	keine *) grundlegende Veränderung <hr/> %
insgesamt	14	7	79
Homeoffice			
- fast die ganze Zeit	20	8	71
- zeitweise	15	6	78
- nein	8	7	85

Weitgehend unabhängig von Haushaltseinkommen und Bildung!

Selbstgekochte vs. gekaufte Mahlzeiten

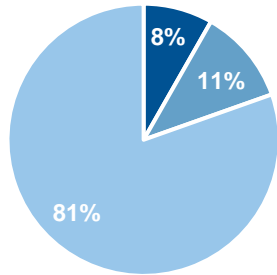
- ❑ 30% kochen selbst zubereitete Speisen häufiger als vor Krise für Kind - vor allem Eltern, die überwiegend im Home-Office waren, 43%
- ❑ zwei Drittel der befragten Eltern (67%) tun dies genauso häufig/selten wie zuvor
- ❑ nur 3% seltener als vor der Pandemie

Zubereitung selbst gekochter Speisen seit der Corona-Krise

	häufiger	seltener	genauso häufig *)
	in %	in %	in %
insgesamt	30	3	67
Home-Office			
fast ganze Zeit	43	3	54
zeitweise	29	3	67
nein	18	2	79

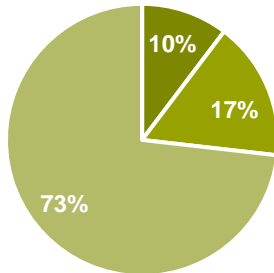
*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Lieferung von Mahlzeiten nach Hause



- häufiger als zuvor
- seltener als zuvor
- genauso häufig oder selten

Essen zum Mitnehmen – sogenannte „To-Go-Mahlzeiten“



- häufiger als zuvor
- seltener als zuvor
- genauso häufig oder selten

Veränderung des Körpergewichts der befragten Eltern

Das eigene Körpergewicht hat sich seit Beginn der Corona-Pandemie verändert

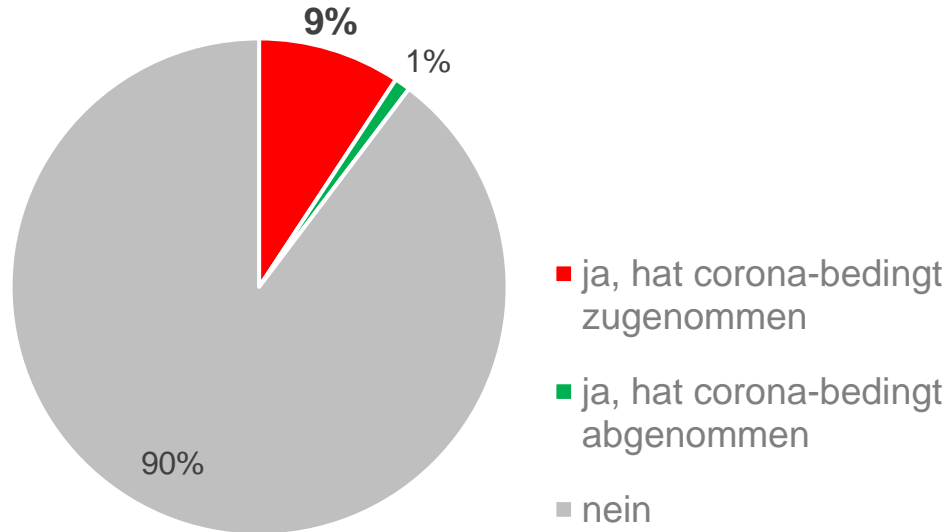
	ja, haben corona- bedingt zugenommen <hr/> %	ja, haben corona- bedingt abgenommen <hr/> %	nein *) <hr/> %
insgesamt	27	7	64
Männer	27	7	65
Frauen	28	8	64

Zusammenfassung: Ernährung von Familien in der Corona-Pandemie

- Etwa zwei Drittel der befragten Eltern haben die Corona-Zeit zumindest teilweise im Home-Office verbracht
- Home-Office bedeutet für Familien, dass häufiger selbst gekocht wird
- Der Verzehr von To-Go-Mahlzeiten und die Nutzung von Lieferdiensten haben sich wenig verändert
- Ein gutes Viertel der Eltern berichtet eine corona-bedingte Gewichtszunahme.

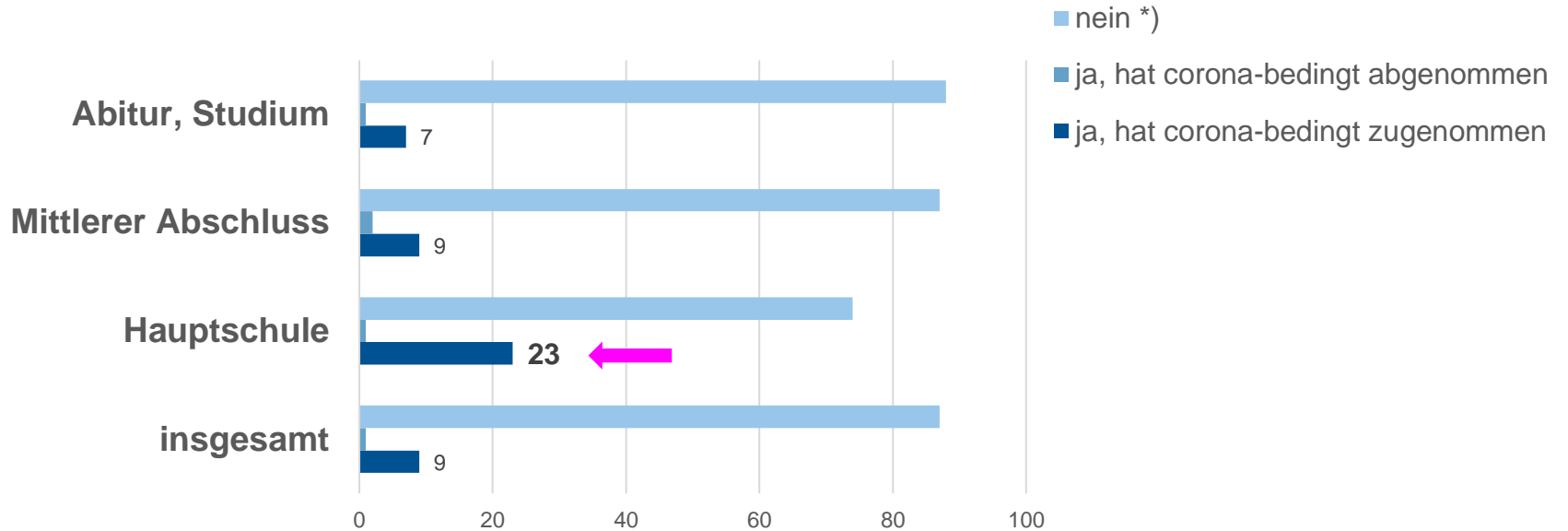
Veränderung des Körpergewichts des Kindes seit der Corona-Pandemie

Unter Corona bei 9% der Kinder Zunahme des Körpergewichts



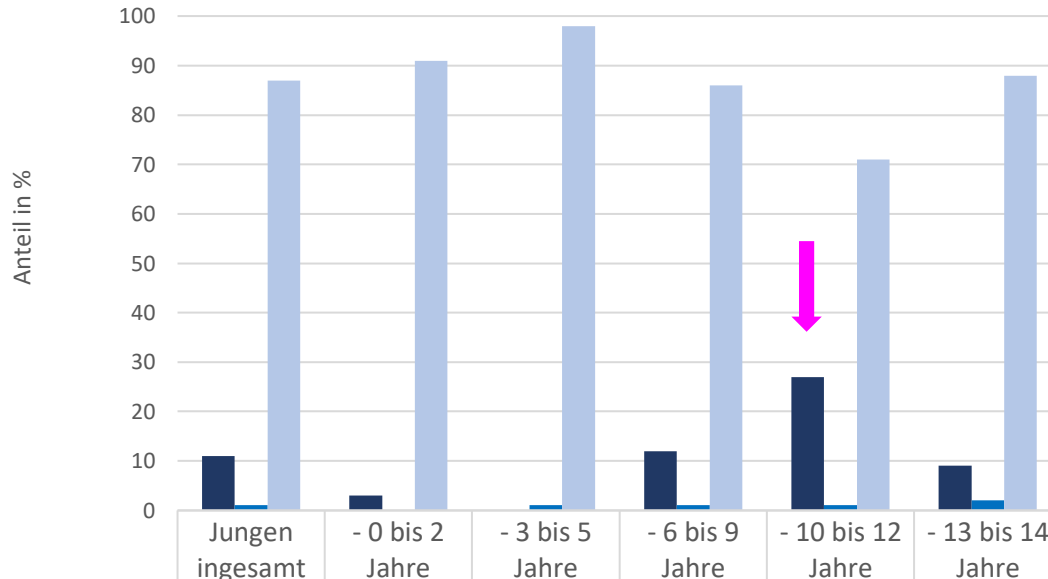
Veränderung des Körpergewichts des Kindes

Zunahme des Körpergewichts vor allem bei **geringerer elterlicher Bildung** häufiger als bei mittlerem / höherem Schulabschluss



*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

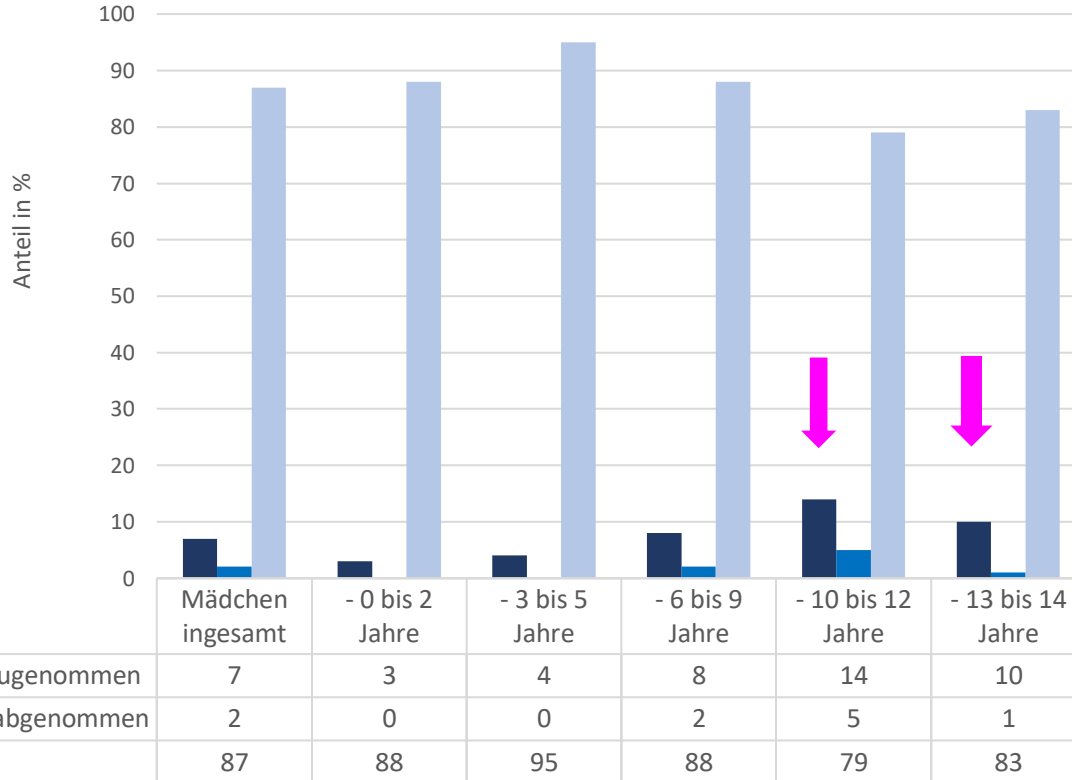
Veränderung des Körpergewichts von Jungen



*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

■ ja, hat corona-bedingt zugenommen	11	3	0	12	27	9
■ ja, hat corona-bedingt abgenommen	1	0	1	1	1	2
■ nein *)	87	91	98	86	71	88

Veränderung des Körpergewichts von Mädchen



*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

Bewegungsverhalten des Kindes

- 38% geben an, ihr Kind habe sich seit Corona weniger bewegt, besonders häufig (57%) trifft dies für 10- bis 14-jährige zu
- Die Hälfte (49%) der Eltern sieht keine wesentliche Veränderung im Bewegungsverhalten des eigenen Kindes
- Dies geben vor allem Eltern an, deren Kind unter 6 Jahre alt ist ⁽¹⁾, die drei oder mehr Kinder bis 14 Jahre haben sowie solche, die in kleineren Orten leben.

(1) : 0 bis 2 Jahre: 67%, 3 bis 5 Jahre: 61%

Verzehr bestimmter Lebensmittel durch das Kind

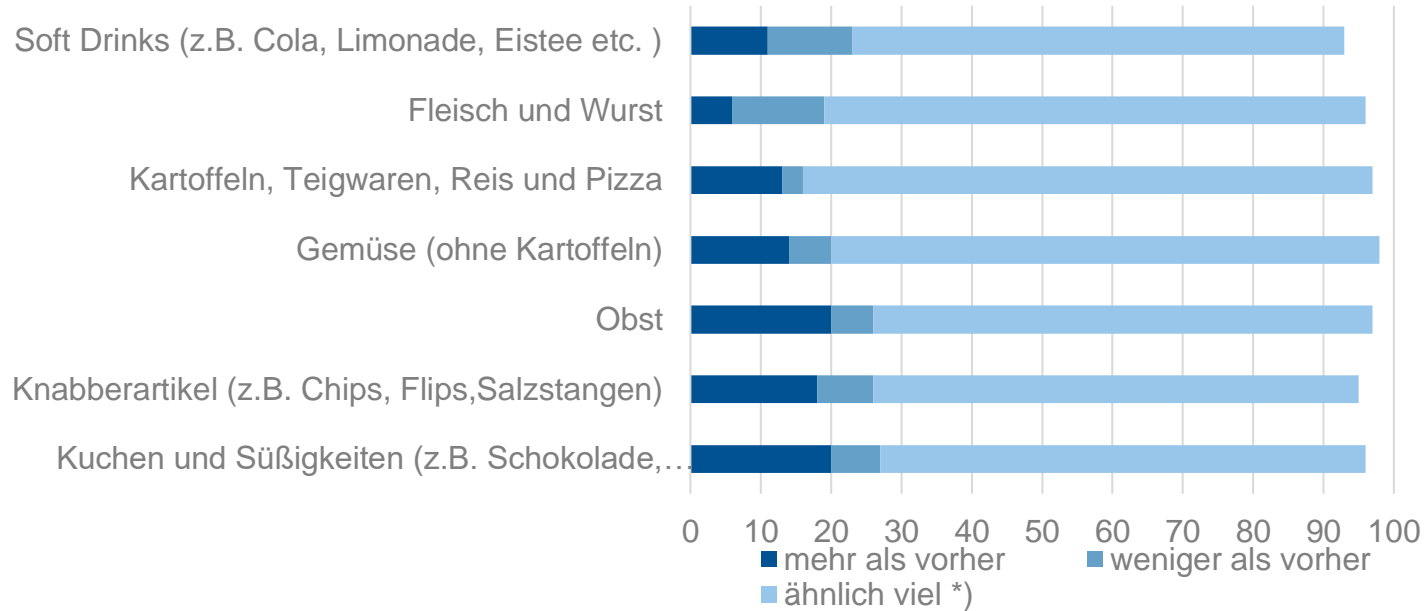
Zunahme des Verzehrs

- für Süßes und Salziges
- von Obst & Gemüse sowie
- Pasta und Co.

Abnahme des Verzehrs

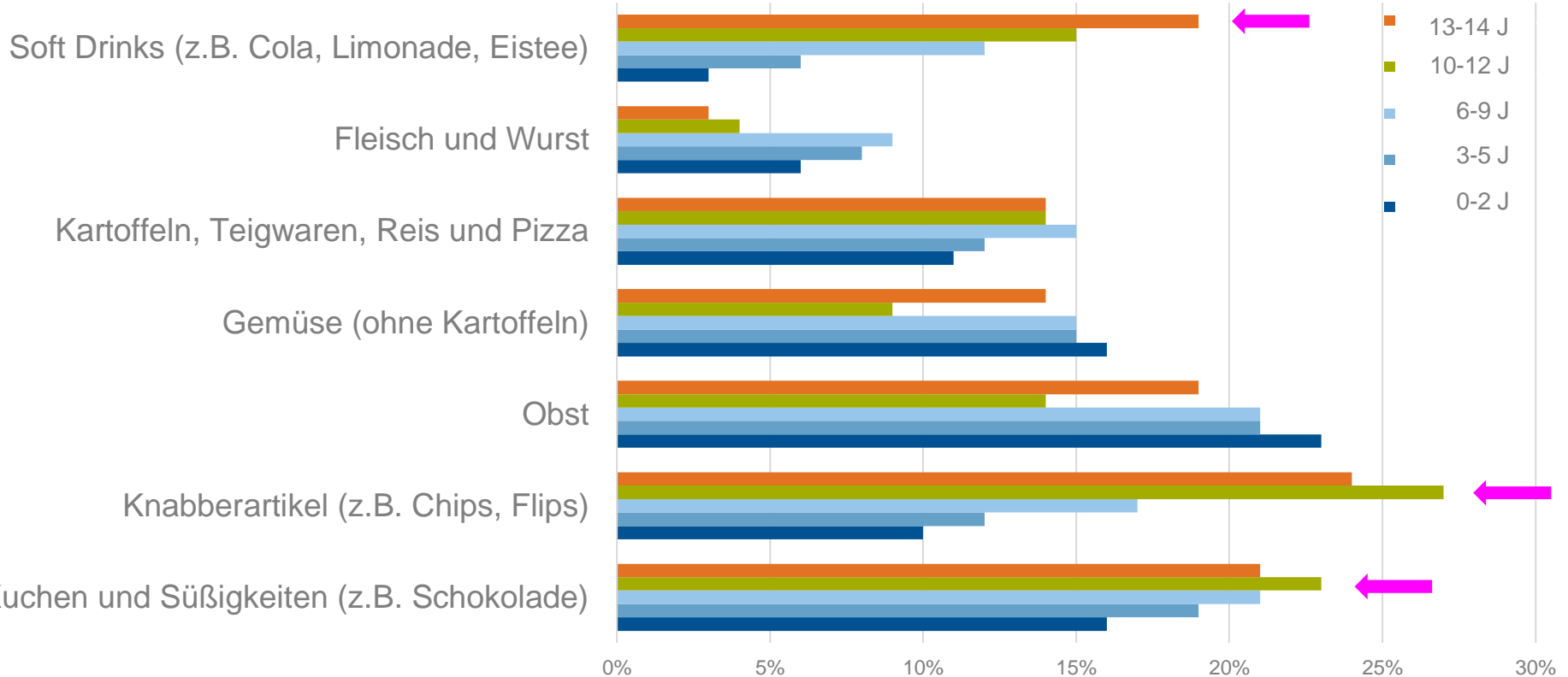
- bei Fleisch- und Wurstwaren

Verzehr bestimmter Lebensmittel durch das Kind

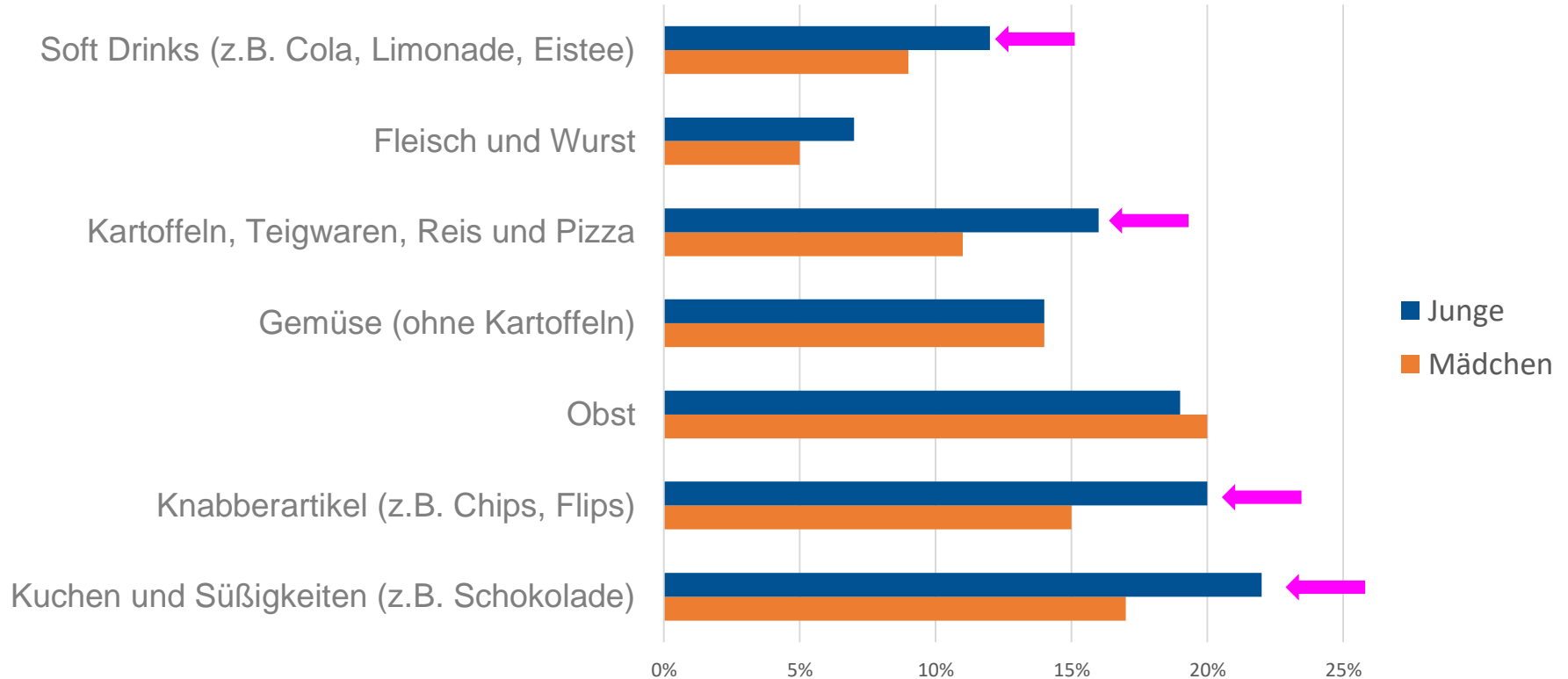


*) an 100 Prozent fehlende
Angaben = „weiß nicht“

Mehr-Verzehr bestimmter Lebensmittel abhängig vom Alter



Mehr-Verzehr bestimmter Lebensmittel abhängig vom Geschlecht



Fazit

- Kinder haben ein geringes Infektionsrisiko durch Covid-19 (unter 10 J kaum Erkrankungen, 10-18 J meist milde Verläufe)
- Aber: Covid-19 Pandemie erhöht das Risiko für Übergewicht und Fehlernährung bei Kindern, besonders häufig in der Adoleszenz
- Auch unter Pandemiebedingungen bleibt in der Gesundheitsforschung neben der Infektiologie die Stoffwechsel- und Ernährungsforschung sehr wichtig
- Am Standort München wird die Stoffwechsel- und Ernährungsforschung durch die Bündelung von Ressourcen aus TUM und LMU mittels Förderung der Else Kröner-Fresenius-Stiftung weiter gestärkt.