



Foto: Ponyo Sakana auf pexels

# 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 left and 'Stoffwechsel' at the bottom right. The words are in various colors (orange, blue, green) and sizes. The words include: Lebensstil, Diabetes, Energiebilanz, Adipositas, Sättigung, Genetik, Therapie, Krebs, Stoffwechsel, Forschung, and 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*

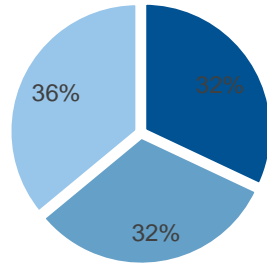
Ergebnisse und Analysen

## 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 <u>          %</u>	ja, zeitweise <u>          %</u>	nein *) <u>          %</u>
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	weniger gesund als vorher	keine *) grundlegende Veränderung
	<u>0/0</u>	<u>0/0</u>	<u>0/0</u>
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 |

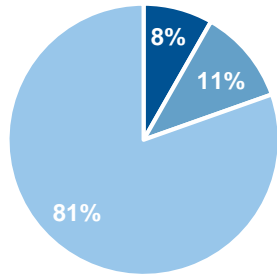
- 30% kochen selbst zubereitete Speisen häufiger als vor Krise für Kind - vor allem Eltern, die überwiegend im Home-Office waren, 43%
- zwei Drittel der befragten Eltern (67%) tun dies genauso häufig/selten wie zuvor
- nur 3% seltener als vor der Pandemie

### Zubereitung selbst gekochter Speisen seit der Corona-Krise

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

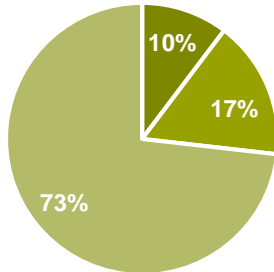
\*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

## 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

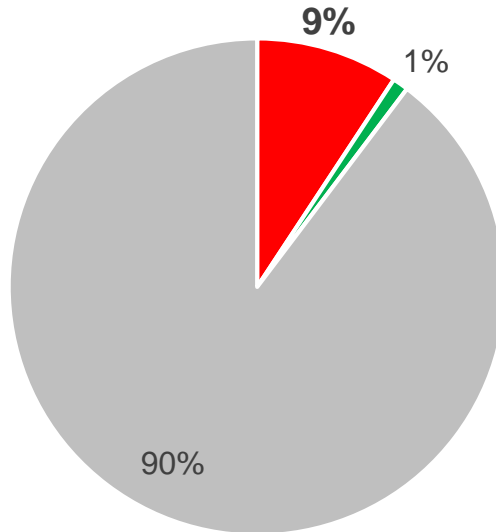
	ja, haben corona- bedingt zugenommen <u>          %          </u>	ja, haben corona- bedingt abgenommen <u>          %          </u>	nein *) <u>          %          </u>
insgesamt	27	7	64
Männer	27	7	65
Frauen	28	8	64

## 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

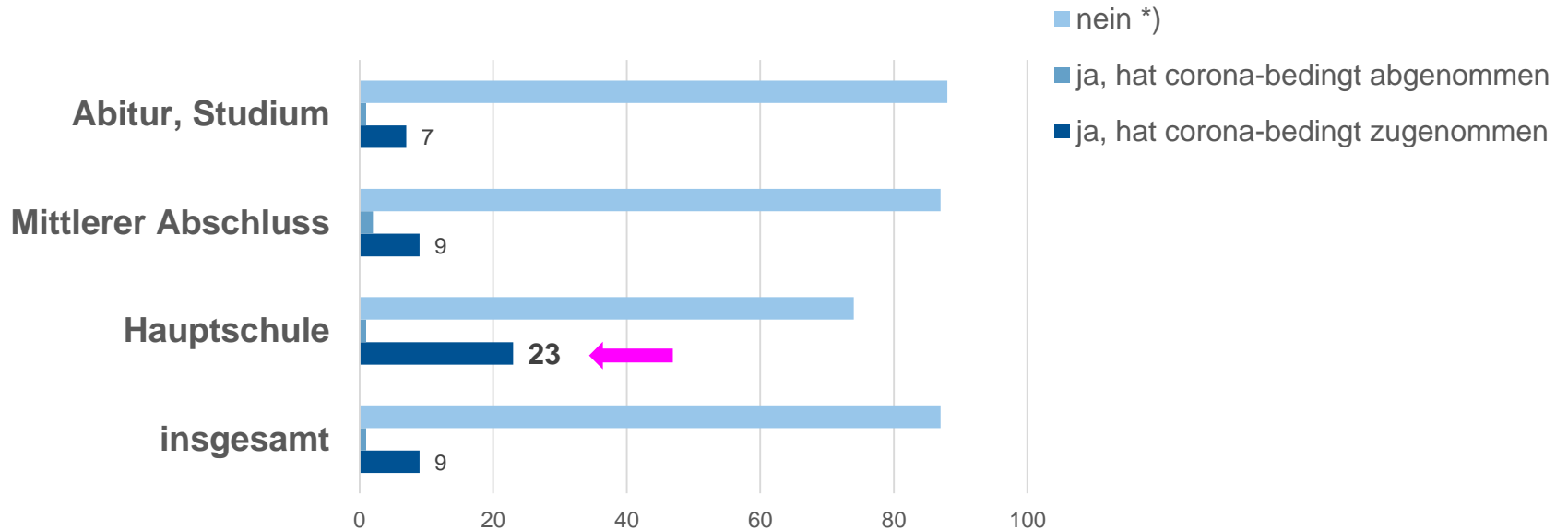
Unter Corona bei 9% der Kinder Zunahme des Körpergewichts



- ja, hat corona-  
bedingt  
zugenommen
- ja, hat corona-  
bedingt  
abgenommen

## Veränderung des Körpergewichts des Kindes

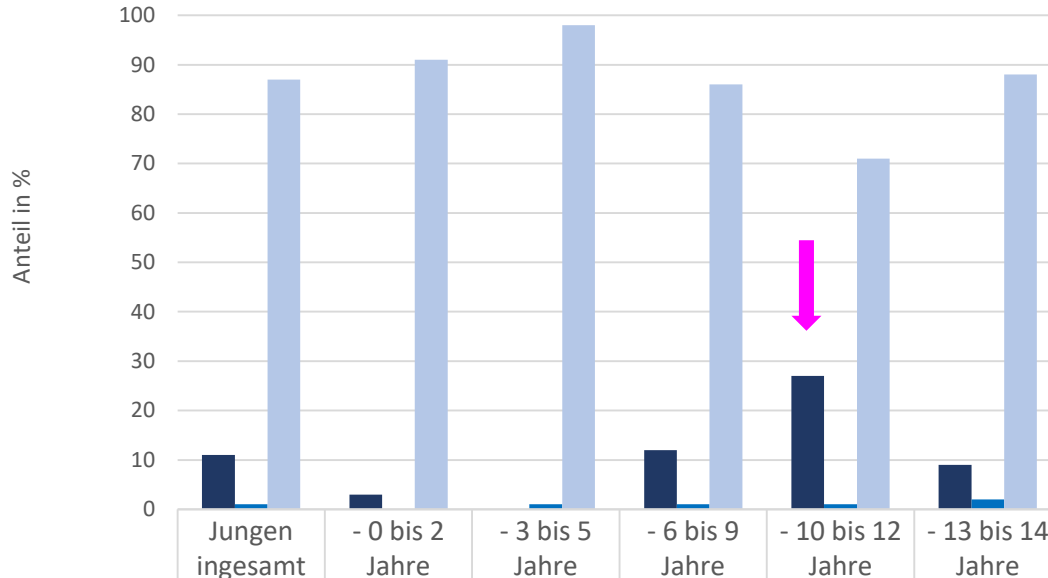
Zunahme des Körpergewichts vor allem bei geringerer elterlicher Bildung häufiger als bei mittlerem / höherem Schulabschluss



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



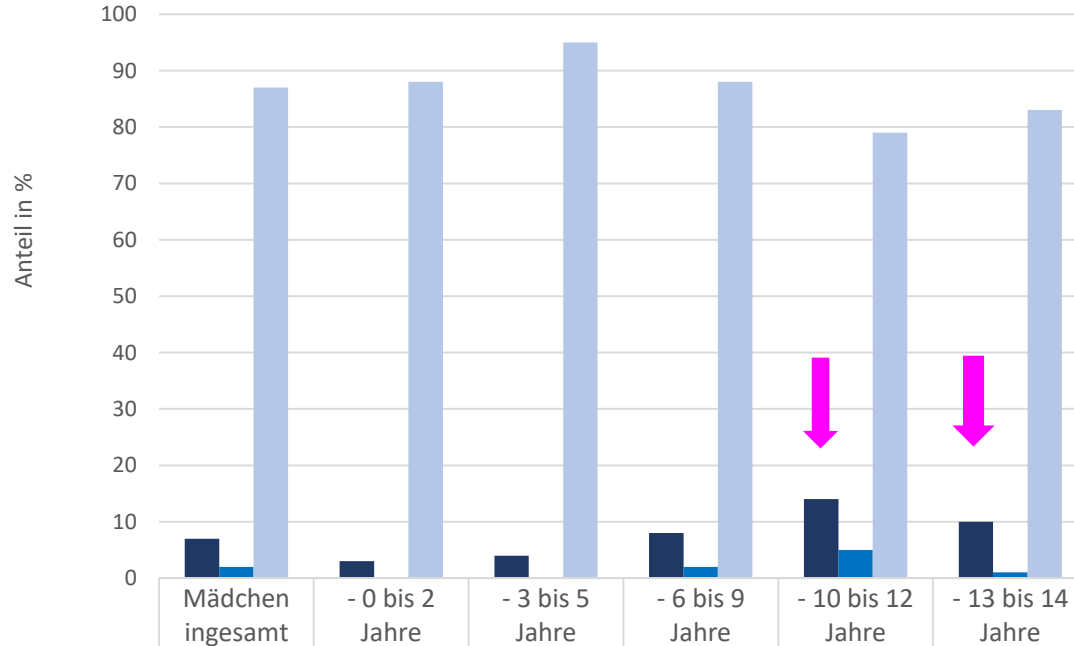
## Veränderung des Körpergewichts von Jungen



\*) 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“

■ ja, hat corona-bedingt zugenommen	7	3	4	8	14	10
■ ja, hat corona-bedingt abgenommen	2	0	0	2	5	1
■ nein *)	87	88	95	88	79	83

## 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 <sup>(1)</sup>, 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

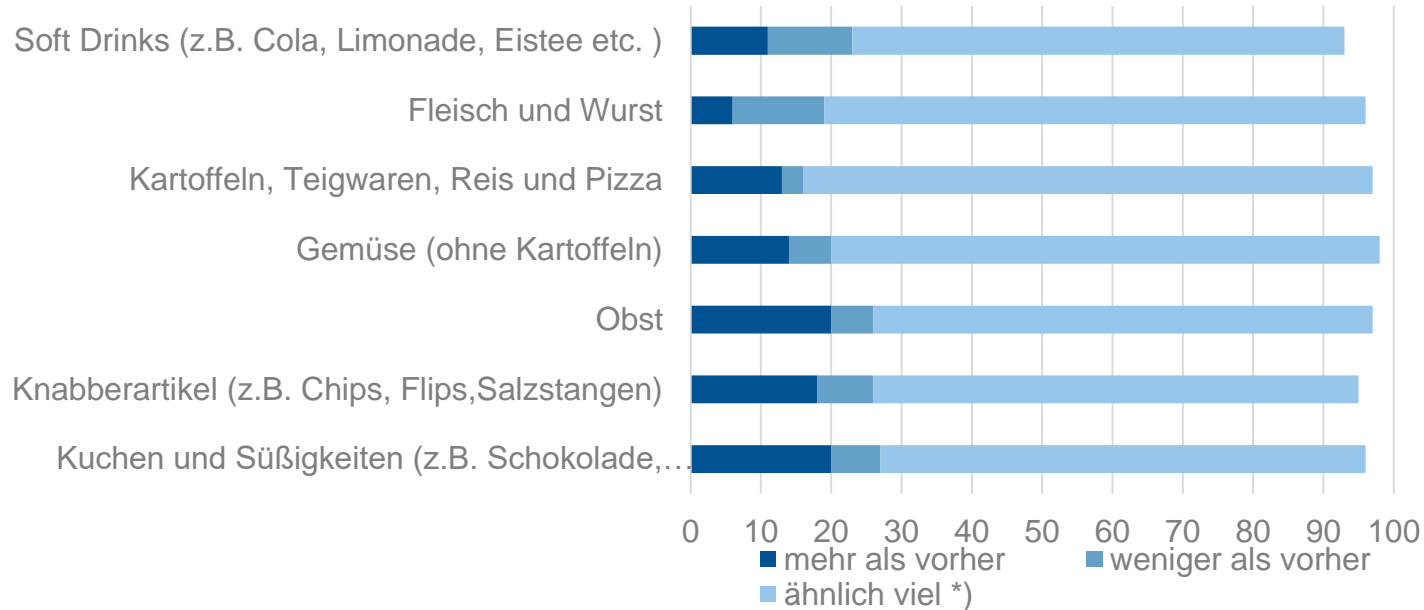
### Zunahme des Verzehrs

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

### Abnahme des Verzehrs

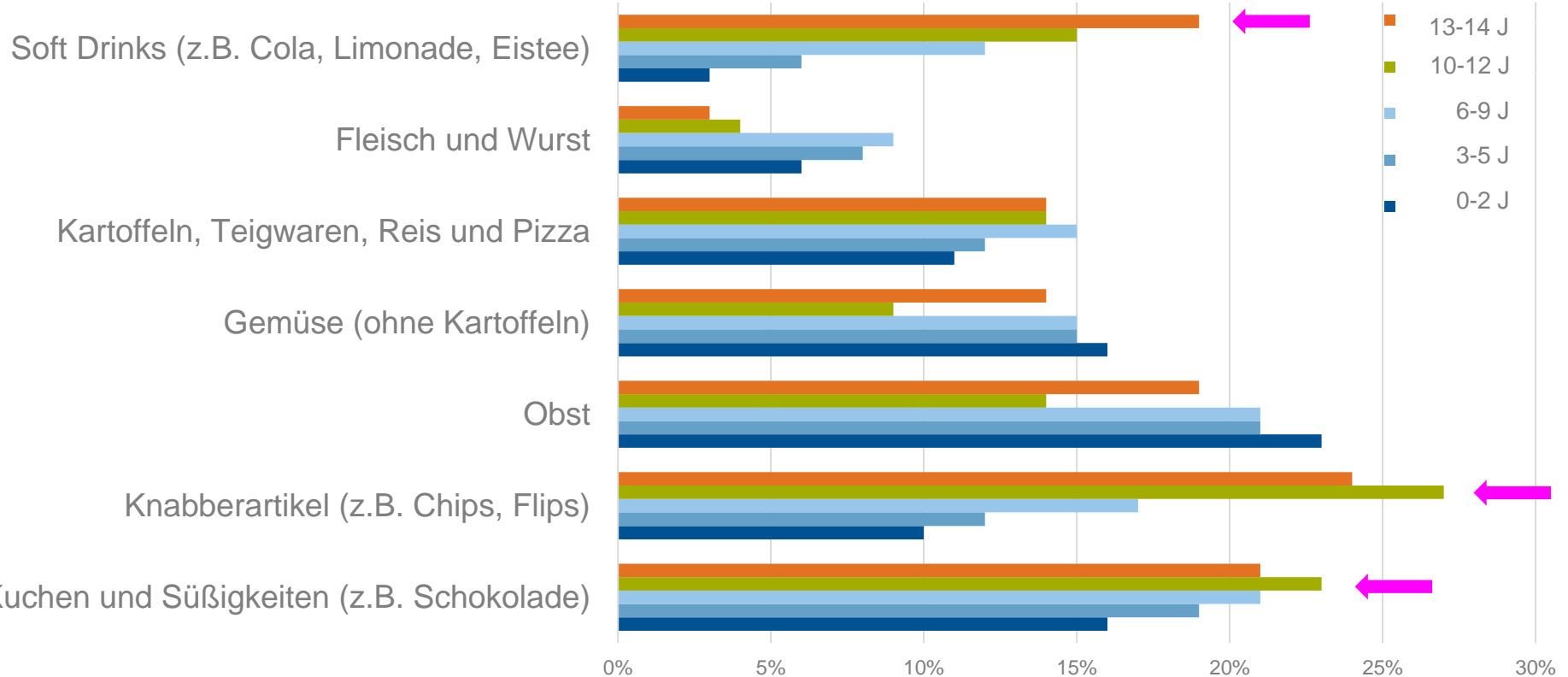
- bei Fleisch- und Wurstwaren

## Verzehr bestimmter Lebensmittel durch das Kind

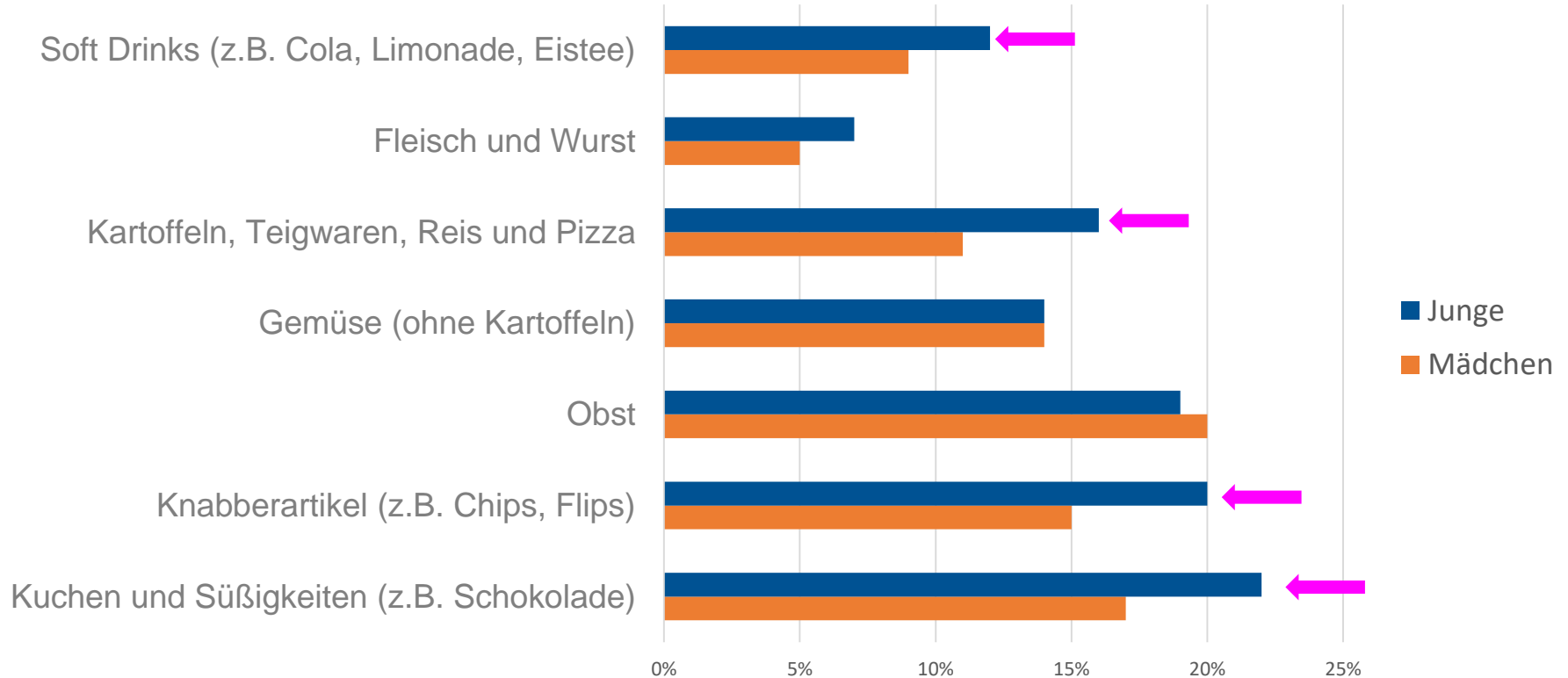


\*) an 100 Prozent fehlende  
Angaben = „weiß nicht“

## 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



**Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!**

