

Ernährungsarmut – Auswirkungen auf die Gesundheit und Perspektive auf Handlungsfelder



Prof. Ulrike Arens-Azevedo, Berlin 21.02.2025



DIE THEMEN

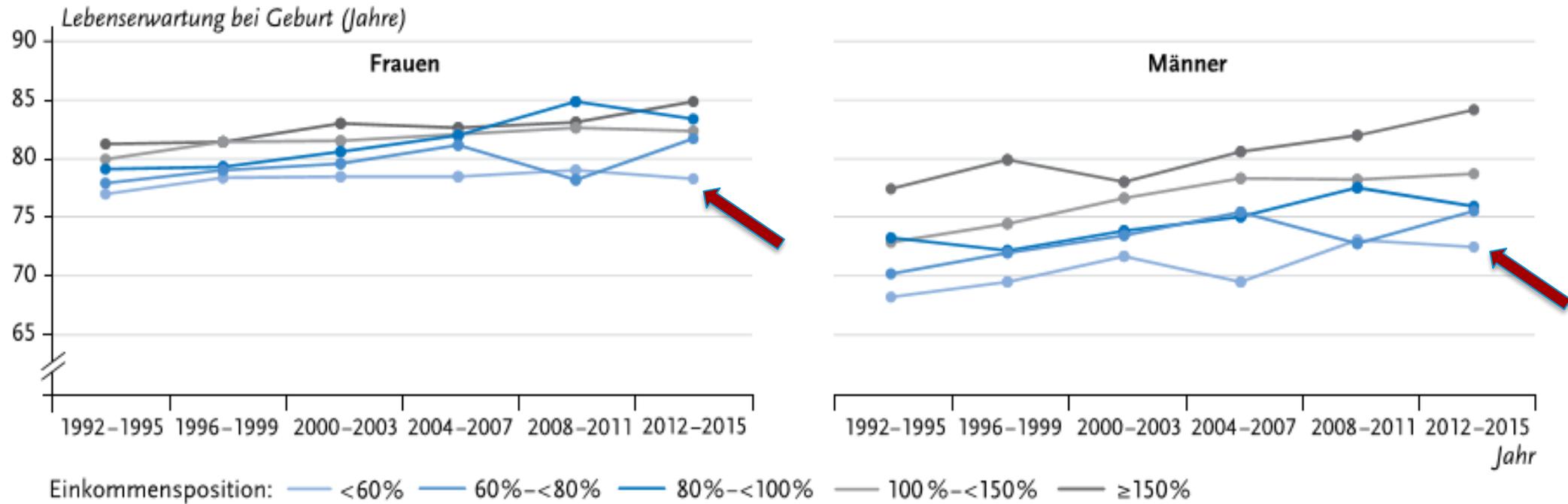
Zusammenhang von
Ernährungsarmut und
Gesundheit

Handlungsfelder -
geeignete Maßnahmen

Zusammenfassung und
Fazit

**Zentrale Begriffe: materielle und soziale Armut, Ernährungsunsicherheit,
Armutsgefährdung**

ZUSAMMENHANG ZWISCHEN EINKOMMEN UND GESUNDHEIT – DIE LEBENSERWARTUNG



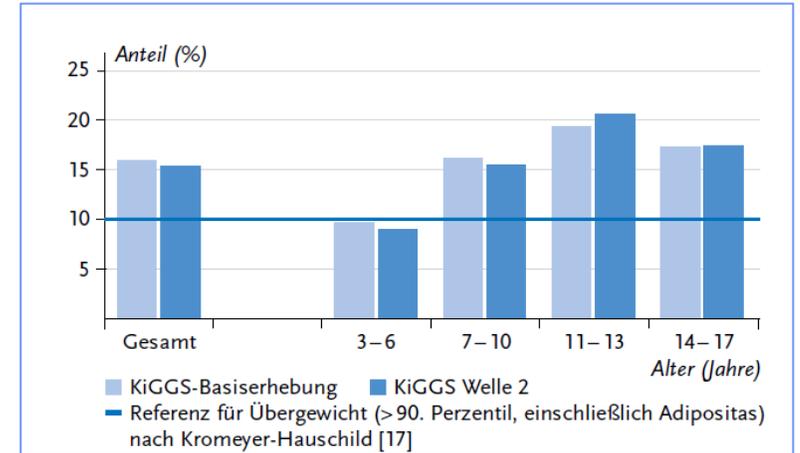
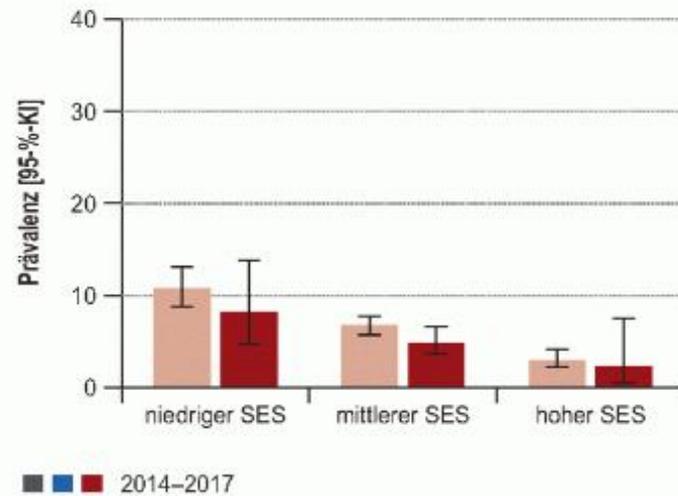
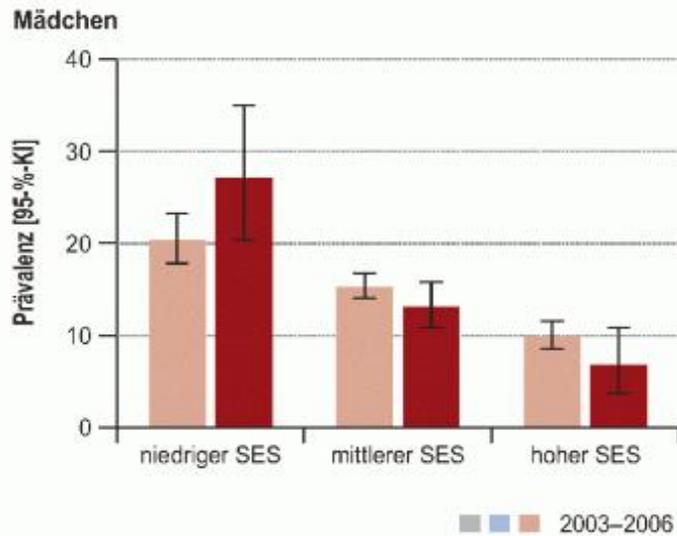
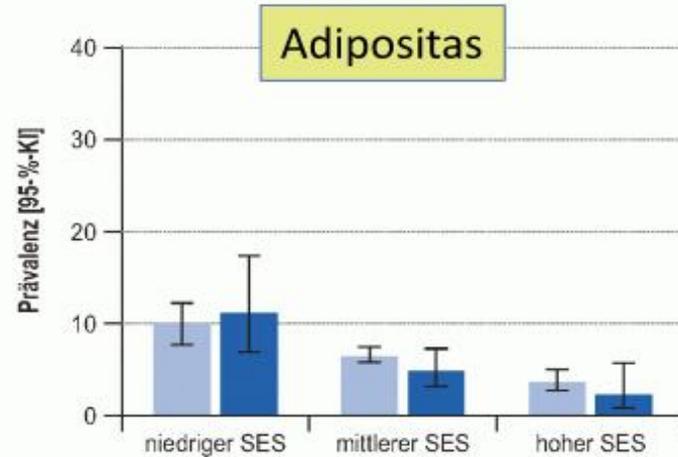
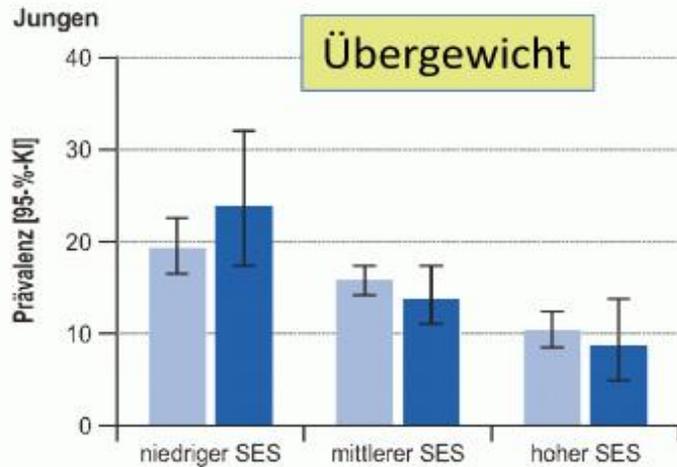
Erhebliche Unterschiede bei der Lebenserwartung in Bezug auf das Einkommen

Lampert TH et.al. (2019): Soziale Unterschiede in der Mortalität und Lebenserwartung in Deutschland, Journal of Health Monitoring 4 (1): 3-15, Abb. S. 8

Tetzlaff F et.al. 2024: Age-specific and cause specific mortality contributions to the socioeconomic gap in life expectancy in Germany, Lancet Public Health

AUSWIRKUNGEN AUF DIE GESUNDHEIT – ÜBERGEWICHT UND ADIPOSITAS BEI KINDERN

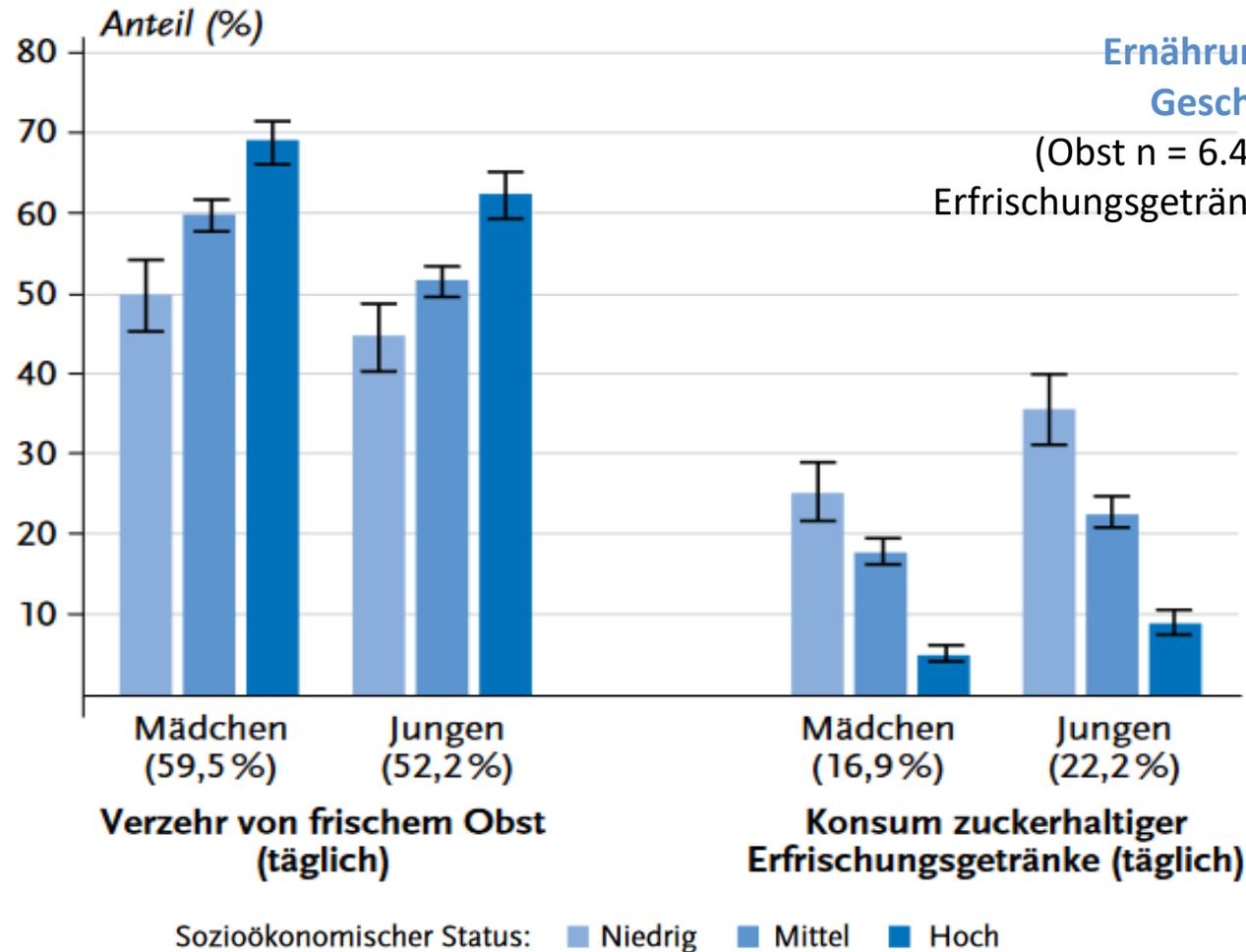
in % aller Kinder und Jugendlichen



Schienkiewitz A et.al: Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter, Querschnittsergebnisse und Trends aus KIGGS Welle 2 (2014-2017), in : RKI(Hrsg.): Journal of Health Monitoring 3(1), 2018, S.16-21

Hoebel J et.al. (2022): Socioeconomic Status, overweight and obesity in childhood and adolescence, Deutsches Ärzteblatt international

AUSWIRKUNGEN AUF DIE GESUNDHEIT -VERZEHR VON OBST, KONSUM ZUCKERHALTIGER GETRÄNKE



Kuntz B et.al.. (2018). Soziale Unterschiede im Gesundheitsverhalten von Kindern und Jugendlichen in Deutschland – Querschnittergebnisse aus KiGGS Welle 2. Journal of Health Monitoring, 3(2), pp. 45-63. DOI 10.17886/RKI-GBE-2018-067

AUSWIRKUNGEN AUF DIE GESUNDHEIT – VERZEHR VON LEBENSMITTELN

- ✓ Ernährungsunsicherheit ist weit verbreitet – 22,4 % der 498 Haushalte waren hiervon betroffen
- ✓ 56,2 % der untersuchten Kinder (n = 221 von 393) können eine warme Mahlzeit in Kita oder Schule erhalten, nur ein Teil der Kinder (62,9%) nutzte diese
- ✓ Der Großteil der Eltern (82,7 %) gab an, mindestens 1 x in der Woche die Tafel genutzt zu haben (400 von 484)
- ✓ Ein geringes Haushaltsbudget schränkt die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben ein

Basis Kassenbelege

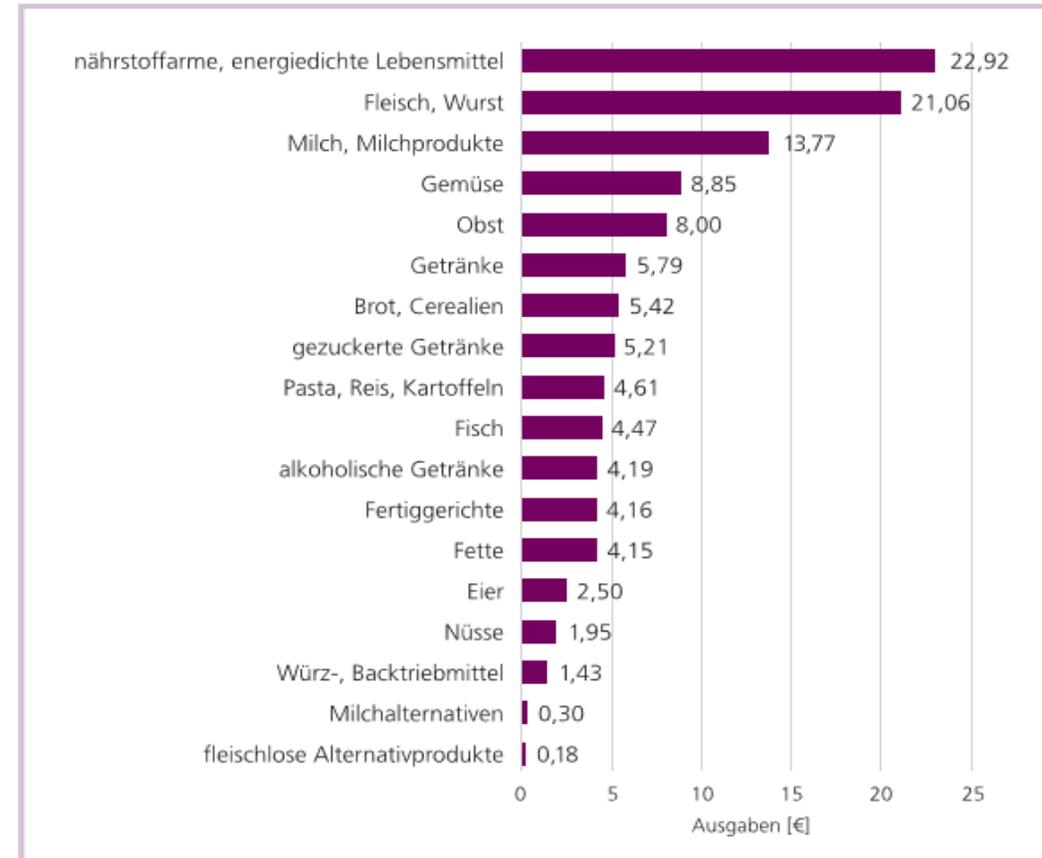


Abbildung 4/3: Durchschnittliche Ausgaben pro Haushalt über zwei Wochen nach Lebensmittelgruppe (n = 308)

AUSWIRKUNGEN AUF DIE GESUNDHEIT- MANGEL- UND FEHLERNÄHRUNG

- Geringeres Geburtsgewicht
- kleinere Größe bei der Geburt und verzögertes Längenwachstum (stunting)
- häufiger Übergewicht und Adipositas
- verdeckter Mangel an:
 - Eisen
 - Jod
 - Zink
 - Calcium
 - Folsäure
 - Vitamin B 12
 - Vitamin D (nur teilweise ernährungsbedingt)



<https://www.dge.de/gesunde-ernaehrung/gut-essen-und-trinken/dge-ernaehrungskrei>

Zusammensetzung einer gesundheitsförderlichen,
nachhaltigen Ernährung

Biesalski HK (2021): Ernährungsarmut bei Kindern, Ursachen, Folgen, Covid-19, Aktuel. Ernährungsmedizin 46, 317-332

Drennen C et.al. (2019): Food insecurity, health and development in children under age four years . Pediatrics 144 (4)e20290824

Company-Cordoba R et.al. (2022): Mens sana in corpore sano – Home food consumption modifications over child cognitive performance in vulnerable contexts. Front Psychol 13: 994399

AUSWIRKUNGEN AUF DIE GESUNDHEIT

Eine nicht ausreichende Ernährung (quantitativ und qualitativ) während der ersten **8.000 Tage** hat vielfältige Auswirkungen:

- Verminderte Immunabwehr, geringere Stressbelastbarkeit, mehr Fehlzeiten
- Verminderte Aufmerksamkeit, geringere Lernerfolge, niedrigere Schulabschlüsse
- Verminderte Fitness und Einschränkungen in der körperlichen Aktivität
- Erhöhtes Risiko für ernährungsmitbedingte Erkrankungen in späteren Jahren

Weniger gut untersucht sind Zusammenhänge mit dem sozialen Verhalten und psychischen Erkrankungen wie Depressionen.

Im Vergleich ist bei Mangel- und Fehlernährung die Resilienz von Kindern und Jugendlichen deutlich geringer

Hartline-Grafton HRD et.al.(2021): Food Insecurity and Health, Practices and Policies to adress Food insecurity among Children, Academic Pediatrics 21 (2) ;205-210
Gallegos G et.al. (2021): Food Insecurity and child Development. A State-of-the Art Review Int. J. Environ. Res Public Health 18: 8990

HANDLUNGSFELDER – GEEIGNETE MAßNAHMEN

- Verbesserung der Qualität der Verpflegung in der Gemeinschaftsverpflegung in allen settings
- **Systemwechsel: Beitragsfreie Kita- und Schulverpflegung**
- In der Übergangszeit: vermehrte Nutzung des BuT Programms
- Unterstützung des Engagements der Tafeln



DEUTSCHLAND

Tafel Deutschland e.V. · Germaniastraße 18 · 12099 Berlin

Hintergrundinformation

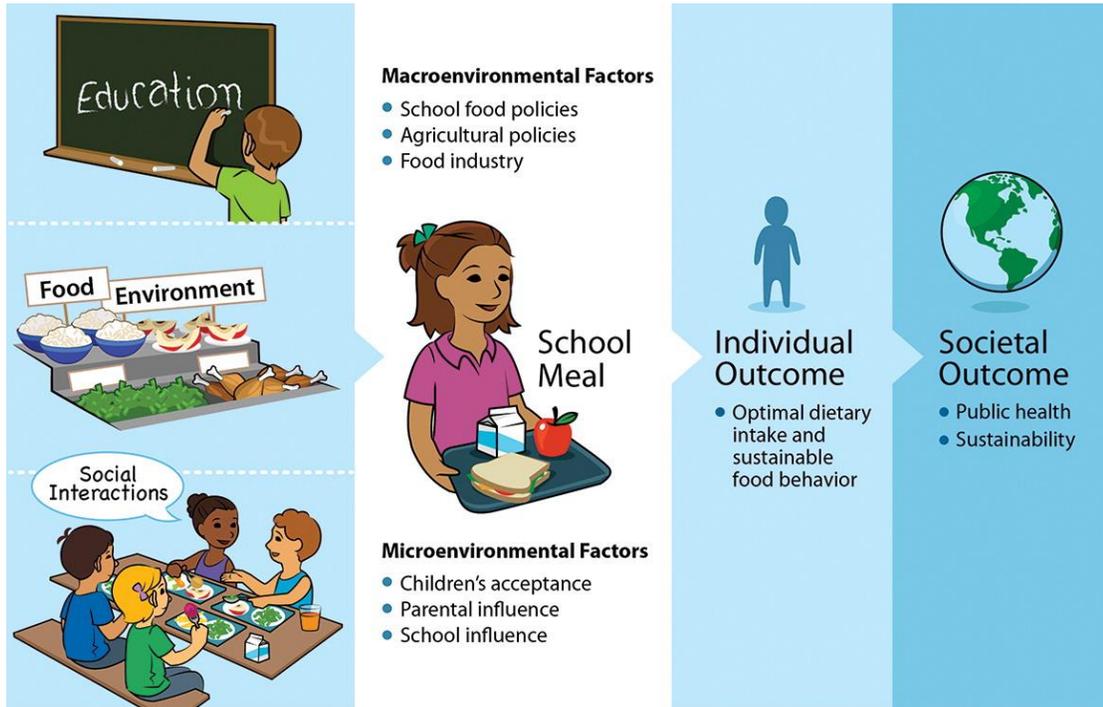
**Lebensmittel
retten.
Menschen
helfen.**

www.tafel.de 30 Jahre Tafeln in Deutschland, WBAE (Hrsg.) 2020 Gutachten und Stellungnahme 2023
https://dgesch-ni.de/arbeitshilfe_schulmittagessen_bildungspaket/



Zurzeit gibt es 975 Tafeln in Deutschland und über 2.000 Ausgabestellen (Febr. 2024)

GEEIGNETE MAßNAHMEN - BEITRAGSFREIE VERPFLEGUNG



6.1 Die Empfehlungen des Bürgerrates Ernährung

Empfehlung 1

Investition in die Zukunft: Kostenfreies Mittagessen für alle Kinder als Schlüssel für Bildungschancen und Gesundheit

	Ja	Nein	Enthaltung
Stimmen	99	13	1
Prozent	87,6 %	11,5 %	0,9 %



Kita- und Schulverpflegung sind ein wirksamer Hebel individueller Gesundheitsförderung und nachhaltigeren Konsums! Ergebnisse auf individueller Ebene wirken sich auch auf die Gesundheit und Nachhaltigkeit auf gesellschaftlicher Ebene aus.

GEEIGNETE MAßNAHMEN - BEITRAGSFREIE KITA- UND SCHULVERPFLEGUNG

- Alle Kinder profitieren! Aufmerksamkeit und Leistungsfähigkeit werden dauerhaft gestärkt, Ernährungsverhalten entsprechend geprägt
- Der beitragsfreie Zugang für Alle gewährleistet Chancengleichheit (gesundheitlich und sozial), Ernährungsarmut kann abgefedert werden
- Mit einer Beitragsfreiheit entfallen Diskriminierung und Stigmatisierung, dies fördert den sozialen Zusammenhalt und erleichtert damit auch den Schulalltag



Beitragsfreiheit bringt einen Anstieg in der Nutzung, Kosten je Mahlzeit würden fallen, Skaleneffekte bei der Beschaffung könnten genutzt und Qualität leichter überprüft werden

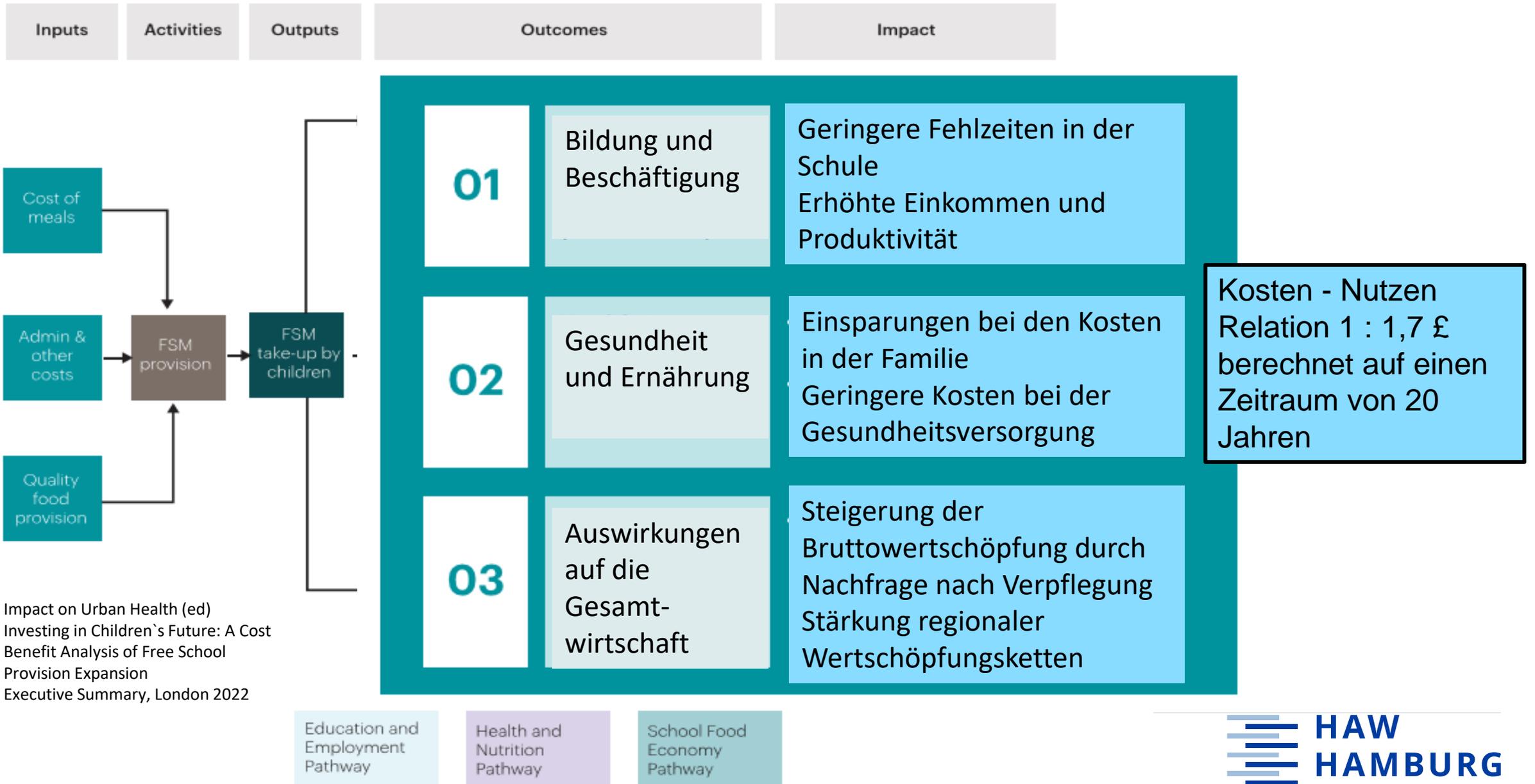
Holford A, Rabe B (2022): Going universal: The impact of free school lunches on child body weight outcomes. Journal of Public Economics Plus 3

O'Connell R et.al. (2022): School meals as a resource for low income families in three European countries : a comparative case approach. European Societies 24 (3): 251-282

Baltag V et.al.(2022): Realising the potential of schools to improve adolescent nutrition. BMJ 379, e067678 Lundborg, P et.al (2022).: Long-term Effects of Childhood Nutrition. Evidence from a School Lunch

Reform, Review of Economic Studies 89, 876-998, WBAE (Hrsg.) (2020): Politik für eine nachhaltigere Ernährung, Eine integrierte Ernährungspolitik entwickeln und faire Ernährungsumgebungen gestalten Berlin

BEITRAGSFREIE KITA- UND SCHULVERPFLEGUNG – DER RETURN ON INVESTMENT



HANDLUNGSFELDER: MAßNAHMEN IM ALTER

- Zentrale Anlaufstellen im Quartier zum Beispiel durch Mittags- oder Nachbarschaftstische, Koch- und Backtreffs schaffen
- niedrigschwellige Angebote, preisgünstige Mahlzeiten, leichter Zugang zu den Tafeln
- Kombination mit Gesundheitsdienstleistungen und weiterer Unterstützung zum Beispiel bei Wohnungen
- Förderung von gemeinsamen Aktivitäten und regelmäßiger Ansprache
- Gegensteuern von Vereinsamung, Isolation und Depression

BAGSO (Hrsg.) (2023): Stellungnahme zur Ernährungsstrategie der Bundesregierung. Bonn

in form
Dauerhafte Initiative für gesunde Ernährung
und mehr Bewegung

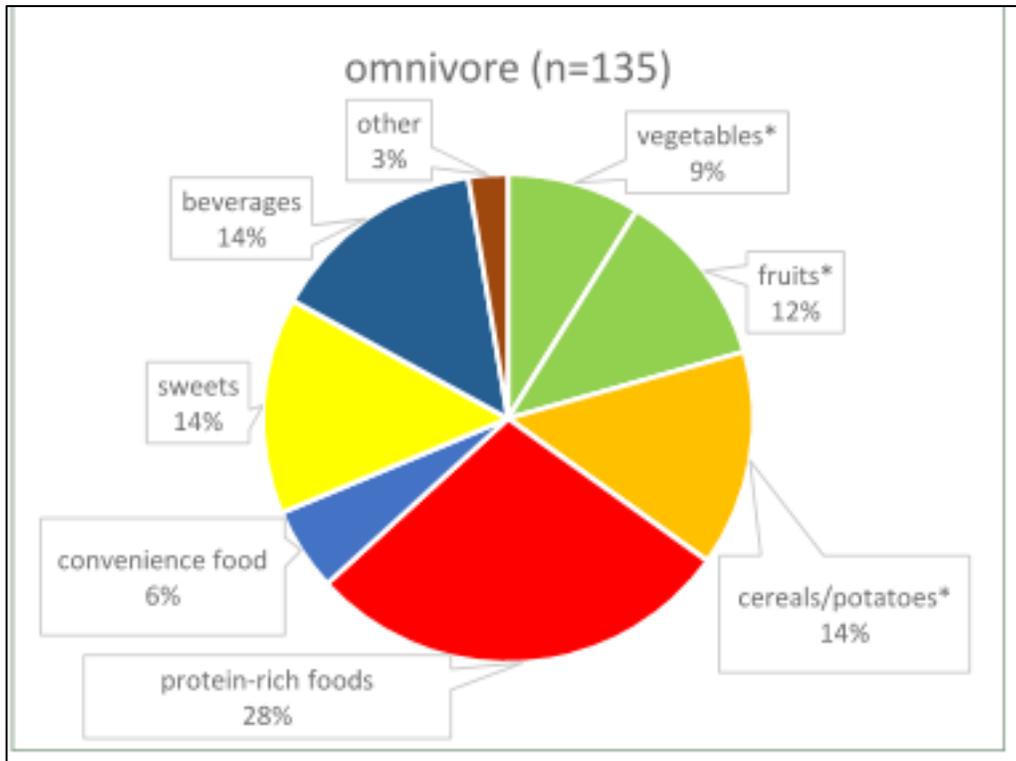
BAGSO

Mittagstisch-Angebote für ältere Menschen erfolgreich organisieren

IN FORM Leitfaden-Mittagstisch

Auf Rädern zum Essen!

HANDLUNGSFELDER - BEMESSUNGSGRUNDLAGEN IM BÜRGERGELD AN REALE KOSTEN ANPASSEN



Kinder im Alter von 13 bis unter 15 Jahren

Mädchen Mischkost: 5,38 €

Jungen Mischkost: 6,51 €

Zum Vergleich: Der Regelsatz für Hartz IV lag zum Untersuchungszeitraum zwischen 3,55 und 4,29 Euro. (Alterseinteilung 6-13 J, 14-17 J)

Basis für Veranschlagung im Bürgergeld?

Quelle: Hohoff E et.al.(2022): Lebensmittelkosten bei vegetarischer, veganer und omnivorer Kinderernährung: Ist eine nachhaltige Ernährung mit Hartz IV realisierbar? Ernährungs Umschau 69 (9):136-40

ZUSAMMENFASSUNG UND FAZIT

- Ernährungsarmut muss gegengesteuert werden - ein Gebot der Menschenwürde und der Fairness!
- Gesundheitsfördernde Verpflegung in allen Lebenswelten ist ein Element gesamtgesellschaftlicher Daseinsvorsorge und eine Investition in die Zukunft.
- Verschiedene Maßnahmen bieten sich an – ihr wirtschaftlicher Erfolg ist beachtlich



Verschiedene Ebenen (Bund, Land, Kommunen) und Ressorts (Familie, Soziales, Ernährung/ Landwirtschaft, Bildung, Umwelt/Klima) sowie die Zivilgesellschaft müssen **zusammenarbeiten !**

- **17,7 Mio. Personen = 14,4 % der Bevölkerung**
- **20,6 % der Frauen > 65 Jahre**
- **Knapp 2,1 Mio. Kinder und Jugendliche – jedes siebte Kind**
- **Die Mehrheit der betroffenen Kinder wächst über einen langen Zeitraum > 3 Jahre in Armut auf**
- **Bis zu 2 Mio. Nutzer nutzen regelmäßig die Tafeln**

Aktueller Schwellenwert : 15.765 € für Alleinlebende im Jahr

Bertelsmann Stiftung (Hrsg.): Factsheet Kinderarmut in Deutschland. Gütersloh 2020

Statistische Bundesamt Destatis (Hrsg.) : PM 147 vom 10. April 2024 und PM N045 vom 26. Juli 2023



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit

Ulrike.arens-azevedo@haw-hamburg.de

