

Acht von zehn Kindergetränken: Zuckerfallen für unsere Kleinen!

Foodwatch Österreich enthüllt, dass 79 % der Kindergetränke stark überzuckert sind. Dringender Handlungsbedarf für Gesundheit und Werbung!

Österreich - Eine aktuelle Untersuchung von foodwatch Österreich hat alarmierende Ergebnisse über den Zuckergehalt in Kindergetränken zutage gefördert. Von 112 analysierten Produkten aus Supermärkten, Drogerien und Discountern enthalten 79 Prozent mehr als 5 Gramm Zucker pro 100 Milliliter. Besonders besorgniserregend ist, dass 45 Prozent dieser Getränke mit mindestens 8 Gramm Zucker pro 100 Milliliter als stark überzuckert gelten. Diese Werte überschreiten deutlich die Empfehlungen der WHO, die einen Zuckeranteil von weniger als 5 Prozent der täglichen Energiezufuhr für Kinder empfiehlt – das sind maximal 19 Gramm Zucker pro Tag für 4- bis 7-Jährige. Ein einziges „Kindergetränk“ kann bereits diese Empfehlung übersteigen.

Foodwatch kritisiert, dass viele Getränke mit „gesunden“ Werbeversprechen hohe Zuckermengen enthalten. Dies geschieht oft durch irreführende Verpackungen, die speziell auf Kinder abzielen. Die Organisation fordert daher scharfe Maßnahmen, um diesen Zuckerkonsum zu reduzieren. Diese beinhalten die Einführung einer Kracherl-Steuer, ein Verbot der Werbung für ungesunde Lebensmittel an Kinder sowie eine verpflichtende Nutri-Score-Kennzeichnung für mehr Transparenz. Des Weiteren wird eine Altersgrenze für Energy Drinks gefordert, um Kinder und Jugendliche zu schützen.

Übergewicht und seine Folgen

Die hohen Zuckerkonsumwerte haben gravierende gesundheitliche Folgen. In Österreich sind 34 Prozent der Buben und 26 Prozent der Mädchen im Volksschulalter übergewichtig. Besorgniserregende 16 Prozent der Buben und 8 Prozent der Mädchen sind adipös. Übergewicht in der Kindheit ist ein Risikofaktor für zahlreiche chronische Erkrankungen, darunter Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Zahnprobleme wie Karies.

Zusätzlich ist bekannt, dass die durchschnittliche Packung eines Kindergetränks etwa 24 Gramm Zucker enthält, was mehr als 6 Stück Würfelzucker entspricht. In einigen Fällen, wie bei Trinkpäckchen und Bubble Teas, kann der Zuckergehalt sogar bis zu 60 Gramm pro Packung betragen. Interessanterweise enthalten Fruchtsäfte oft mehr Zucker als Limonaden, was viele Eltern in die Irre führen könnte.

Zuckerempfehlungen im Überblick

In Österreich gibt es derzeit keine aktuellen Daten über den Zuckerkonsum von Kindern, die letzte Erhebung stammt aus dem Jahr 2012. Im Kontext der gesundheitlichen Empfehlungen zeigt sich, dass auch internationale Richtlinien, wie die der WHO, das Bewusstsein für eine Zuckerreduktion schärfen. So empfiehlt die WHO, den Zuckerkonsum auf weniger als 10 Prozent der Energiezufuhr zu beschränken, was in der Schweiz und in anderen europäischen Ländern oft überschritten wird. In der Schweiz beispielsweise liegt der geschätzte Zuckerkonsum bei rund 110 Gramm pro Tag, was etwa 22 Prozent der täglichen Energiezufuhr entspricht.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der übermäßige Zuckerkonsum bei Kindern ein ernstes Gesundheitsproblem darstellt. Die Forderungen von foodwatch und die Empfehlungen internationaler Organisationen sollten dringlich geprüft und umgesetzt werden, um die Gesundheit der kommenden

Generationen zu schützen.

Weitere Informationen zur Zuckersituation in Deutschland und der Schweiz sind in den Berichten von **Bundestag** und **Pädiatrie Schweiz** nachzulesen.

Details	
Vorfall	Information
Ort	Österreich
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.ots.at• www.bundestag.de• www.paediatricschweiz.ch

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at