

Die Weltbevölkerung wird dicker

Etwa ein Drittel aller Menschen weltweit ist übergewichtig. Die Hauptgründe dafür sind eine falsche Ernährung und zu wenig Bewegung. Die Risiken für die Gesundheit sind hoch.

Immer mehr Menschen sind zu dick. **Forscher** warnen vor einer wachsenden weltweiten „Krise der öffentlichen Gesundheit“. Eine **Studie** der Universität Washington in den USA aus dem Jahr 2017 zeigt, dass im Jahr 2015 **circa** 2,2 Milliarden Menschen übergewichtig waren. Das sind etwa 30 Prozent der Weltbevölkerung. Bei ihrer Studie berücksichtigten die Forscher den **Body-Mass-Index**, der das Verhältnis von **Muskeln, Fett und Knochen** zueinander **abschätzt**.

Die Ergebnisse sind **beunruhigend**: Seit 1980 hat **sich** die Zahl der **fettleibigen** Menschen in vielen Ländern der Welt **verdoppelt**. Die meisten übergewichtigen Menschen leben in Ägypten: 35 Prozent der erwachsenen Bevölkerung sind dort **adipös**. Saudi-Arabien, der Irak und die USA stehen ebenfalls hoch oben auf der Liste.

Und nicht nur Erwachsene, sondern auch Kinder **sind betroffen**: Etwa sieben Prozent aller Kinder weltweit sind bereits in einem Alter von zwei bis vier Jahren fettleibig, so das Ergebnis der Studie. Der Hauptgrund für das Problem ist, dass man leichter an **kalorienreiche** Lebensmittel kommt als früher. Und viele Menschen können sie sich auch immer häufiger leisten. Hinzu kommt **Bewegungsmangel**.

Wer zu dick ist, **riskiert sein Leben**. Denn die betroffenen Menschen haben ein erhöhtes Risiko, **Diabetes, Krebs** und andere lebensgefährliche Krankheiten zu bekommen. Vier Millionen Menschen sind im Jahr 2015 an den Folgen von zu viel Fett im Körper gestorben. Eine gesündere Ernährung und mehr Bewegung: Das ist zusammengefasst das, was Studien wie diese empfehlen – immer und immer wieder.

Autorinnen: Brigitte Osterath/Anna-Lena Weber

Redaktion: Stephanie Schmaus

Top-Thema mit Vokabeln

Begleitmaterialien

Glossar

übergewichtig – so, dass man zu viel wiegt

Forscher, -/Forscherin, -nen – ein Wissenschaftler/eine Wissenschaftlerin

Studie, -n (f.) – eine wissenschaftliche Untersuchung zu einem Thema

circa – etwa

Body-Mass-Index (m., nur Singular, aus dem Englischen) – in der Medizin das Maß für das Verhältnis von Gewicht und Größe beim Menschen

Muskel, -n (m.) – ein Teil im Körper, der für die Bewegung und die Kraft wichtig ist

Fett (n., nur Singular) – hier: ein Stoff, der im Körper gespeichert wird, wenn Menschen zu viel essen

Knochen, - (m.) - die harten Teile im Körper eines Menschen oder Tieres; die Teile, aus denen das Skelett besteht

etwas ab|schätzen – hier: vermuten, wie etwas zusammenwirkt

beunruhigend – hier: so, dass jemandem etwas Sorgen macht, weil es gefährlich ist

fettleibig – viel zu dick; in der Messung mehr als übergewichtig (auch: adipös)

sich verdoppeln – zweimal so groß werden

adipös – fett; fettleibig; sehr dick

betroffen sein – hier: ein bestimmtes Problem haben

kalorienreich – so, dass ein Lebensmittel dick macht, z. B. weil es viel Fett enthält

Bewegungsmangel (m., nur Singular) – die Tatsache, dass sich jemand zu wenig bewegt

sein Leben riskieren – etwas tun, das so gefährlich ist, dass man sterben könnte

Diabetes (m., nur Singular) – die Zuckerkrankheit; eine Krankheit, bei der der Körper ein Problem damit hat, Zucker zu verarbeiten

Krebs (m., nur Singular) – hier: eine sehr schlimme, oft lebensgefährliche Krankheit