Presseinformation

9. M rz 2011

Sobotka: Regelmäßiger Sport schon in frühester Jugend

Studie über die Fitness von Jugendlichen vorgestellt

„Das Übergewicht in jungen Jahren hat Auswirkungen auf den Gesundheitsverlauf im Alter", sagte Landeshauptmann-Stellvertreter Mag. Wolfgang Sobotka, als er am heutigen Mittwoch, 9. März, in Krems die Studie zur Fitness der niederösterreichischen Schülerinnen und Schüler „Get fit Kid" vorstellte. „Die regelmäßige Bewegung und der Sport sollen schon in frühester Jugend zu einem fixen Bestandteil des Lebens gemacht werden. Die Jugendlichen haben dabei die Aufgabe, auch selbst auf ihre Fitness zu achten", so Sobotka.

„Viele körperliche Beschwerden sind durch richtige Aufklärung und Maßnahmen wie täglicher Sport vermeidbar. Gerade das Übergewicht ist eine der zentralsten Probleme in der Gesellschaft", so Sobotka. Bei der Studie gehe es auch darum, aufzuzeigen, welche Programme und Angebote zu einer Änderung des Lebensstils führen können. Die Folge von Übergewicht seien psychosomatische Erkrankungen und psychosoziale Folgeerscheinungen wie beispielsweise Depressionen. „Bewegung und richtige Ernährung wirken vorbeugend gegen solche Risiken", führte der Landeshauptmann-Stellvertreter weiter aus. Gerade die „tut gut"-Programme des Landes Niederösterreich seien zur Förderung von Sport und Bewegung unverzichtbar, nannte Sobotka insbesondere die „bewegte Klasse" oder sportliche Angebote für Kindergarten und Volksschule.

„Fast zwei Drittel aller niederösterreichischen Jugendlichen haben ein erhöhtes gesundheitliches Risiko, da sie zu wenig Bewegung machen. 19 Prozent aller niederösterreichischen Schülerinnen und Schüler sind übergewichtig, wobei Burschen häufiger betroffen sind als Mädchen", sagte Dr. Andrea Podolsky, Leiterin des Institutes für Präventiv- und angewandte Sportmedizin am Landesklinikum Krems. „Überdies gibt es regionale und schultypenspezifische Unterschiede im Bewegungsverhalten der Kinder und Jugendlichen in Niederösterreich."

Die Studie, die unter dem Titel „Get fit Kid" läuft, ist repräsentativ für die insgesamt 200.000 Schülerinnen und Schüler in ganz Niederösterreich. Insgesamt sind 1.890 Schülerinnen und Schüler von der 4. bis 13. Schulstufe im Alter von 9 bis 20 Jahren in ganz Niederösterreich umfassend medizinisch und

Presseinformation

leistungsdiagnostisch von Oktober 2008 bis März 2010 untersucht worden.

„Das Ergebnis der Studie, das auch Grundlage für weitere Gesundheitsprogramme des Landes Niederösterreich ist, unterstützt die internationale Bewegungsempfehlung, die für 6- bis 18-Jährige mindestens eine Stunde Sport pro Tag vorschlägt", meinen Sobotka und Podolsky abschließend.

Nähere Informationen: Büro LHStv. Sobotka, Telefon 02742/9005-12221, Mag. (FH) Eberhard Blumenthal, e-mail eberhard.blumenthal@noel.gv.at.