

Frühstücksverhalten von Grundschulkindern aus armutsgefährdeten Familien

Alexandra Heyer, Michaela Vaas, Germaine Wenzler

Max Rubner-Institut, Karlsruhe

Hintergrund: In Deutschland leben 14-16 % der Bevölkerung in Armut bzw. sind armutsgefährdet. Betroffen sind vor allem Einelternfamilien, kinderreiche und Migrantenfamilien. Anhand von Daten aus dem Modellvorhaben „Besser essen. Mehr bewegen. Kinderleicht-Regionen“ wird das Frühstücksverhalten armutsgefährdeter Kinder aus Familien ohne Migrationshintergrund untersucht.

Methode: 688 Grundschul Kinder (5-11 Jahre) aus armutsgefährdeten Familien machten Angaben, ob sie zuhause an Schultagen frühstücken (etwas essen), zu Anwesenden beim Frühstück und Gründen des Nicht-Verzehrs. Die Eltern gaben Auskunft zum Item, „Mein Kind isst gesund“ und zur Sozio-Demografie. Die Armutsgefährdung wurde gemäß bedarfsgewichtetem Nettoäquivalenzeinkommen klassifiziert.

Ergebnisse: 64 % der Kinder frühstückten immer/häufig, 25 % manchmal und 11 % selten/nie. Bei 14 % der 244 Kinder, die ihren Nicht-Verzehr begründeten, frühstückte die Familie nicht. 59 % der Eltern waren der Meinung, ihr Kind esse gesund/eher gesund. Dies war vor allem für Eltern von Kindern zutreffend, die immer/häufig frühstückten ($p < 0,05$). Es bestehen Unterschiede in Abhängigkeit von den Familienstrukturen: Der Anteil an Kindern, die immer/häufig frühstückten, war bei Einzelkindern geringer (61 %) als bei Kindern, die 1 Geschwister (65 %) bzw. mehr (65 %) haben ($p < 0,05$). Ebenso war der Anteil an Kindern, die immer/häufig frühstückten, geringer bei Kindern aus Einelternfamilien als bei Kindern, die nicht in Einelternfamilien lebten (54 % vs. 67 %; $p < 0,05$). War mindestens ein Erwachsener beim Frühstück dabei, war der Anteil der regelmäßig frühstückenden Kinder höher als bei Kindern, die ohne Erwachsenen frühstückten (67 % vs. 57 %; $p < 0,05$).

Schlussfolgerung: Es ist förderlich, wenn Kinder zusammen mit Erwachsenen frühstücken. Letztlich frühstückt jedoch ein hoher Anteil der armutsbedrohten Kinder zuhause unregelmäßig, auch wenn Eltern vielfach ein regelmäßiges Frühstück mit einer gesunden Ernährung in Verbindung setzen.

Abstractband zum 53. Wissenschaftlichen Kongress der DGE: „Der Mensch ist, was er isst.“
2.–4. März 2016, Fulda

Proceedings of the German Nutrition Society, DGE, 2016, Vol. 21, S. 25