

Australien: Adventistische Schüler weniger übergewichtig

Die Studie wurde in der Augustausgabe der Zeitschrift *Journal of School Health* veröffentlicht. Demnach sei die Übergewichts- und Fettleibigkeitsrate bei Schülern, die eine adventistische Schule besuchen, zwischen fünf und 18 Prozent niedriger als bei anderen Jugendlichen und denjenigen in anderen australischen Schulen. Im Gegensatz zur Erhöhung von Übergewichtigkeit bei australischen Heranwachsenden in den vergangenen Jahren sei keine Steigerung in adventistischen Schulen zu beobachten. Erhoben wurde der Body-Mass-Index von über 3.000 Schülern an 21 adventistischen Bildungseinrichtungen in Australien.

Mögliche Gründe

Im Vergleich mit Jugendlichen anderer Studien aßen die untersuchten Schüler mehr Obst, Gemüse und Vollkornprodukte. Drei Viertel der Schüler hatte zumindest ein Elternteil, das Mitglied der Freikirche der Siebenten-Tags-Adventisten war. Da die Freikirche generell Wert auf eine ganzheitliche Gesundheit lege, könnte hier eine Vorbildwirkung auf die Schüler vorliegen. Auch die Schulen selbst könnten einen Einfluss auf die Ergebnisse haben, denn in den Schulkantinen würden ausschließlich vegetarische Lebensmittel angeboten. Maßgebende Faktoren zur Gewichtskontrolle seien laut Studie: regelmäßiges Frühstück und Bewegung sowie eingeschränkter Zuckerkonsum – stattdessen mehr Obst und Gemüse sowie Vollkornprodukte.
