



BUNDESVERBAND

*für Kinder- und Jugendlichen-
psychotherapie e.V. (bkj)*

Dr. Inés Brock-Harder
Vorsitzende

Tel.: 0049 (0) 1 70 36 32 36 5

brock-harder@bkj-ev.de
www.ines-brock-harder.de

bkj • Friedrichstraße 5 • 65185 Wiesbaden

PRESEMITTEILUNG

bkj

Wiesbaden, 21.01.2026

Policy Brief der Leopoldina: Strategien zur Prävention und Therapie der Adipositas

Einen gesunden Lebensstil zu fördern ist ein wichtiger Aspekt, der im heute erschienenen Policy Brief der Nationalen Akademie der Wissenschaften Leopoldina zur Verringerung der Betroffenen von Adipositas gefordert wird. Jedes sechste Kind ist bereits übergewichtig und dies bedeutet viele Gesundheitsrisiken im Heranwachsen zu erleben.

Aber es sind nicht nur die körperlichen Folgeerkrankungen wie z.B. Diabetes oder Herz-Kreislauferkrankungen, die mit Adipositas verbunden sind, sondern auch psychische Krisen und Risiken für die seelische Gesundheit. Bereits in der Stillzeit werden die ersten Weichen gestellt, denn jeder vollgestillte Monat reduziert das Risiko für spätere Übergewichtigkeit. Auch die frühe Kindheit ist für die Etablierung von Ernährungsgewohnheiten bedeutungsvoll. Eltern müssen gestärkt werden, nicht jedes Unwohlsein mit Nahrungsgabe zu beheben. Wenn zu früh die Verbindung von Trost mit Essen hergestellt wird, kann dieses gelernte Verhalten später nur schwer abgewöhnt werden.

„Und es gibt noch viele weitere psychische Aspekte, die Übergewichtigkeit verursachen bzw. Folge von Adipositas im Kindes- und Jugendalter sein können. Eine Ursache sehen wir im übermäßigen Konsum von Medien, die zu verringerter Bewegung im Freien führt. Eine schwerwiegende seelische Beeinträchtigung kann dann durch Mobbing und Body-Shaming entstehen.“ fasst die Vorsitzende des bkj, Dr. Inés Brock-Harder zusammen.

Die Prävention und Behandlung von Adipositas sind somit nicht nur medizinisch metabolisch relevant. „Im ambulanten und (teil-)stationären psychotherapeutisch-psychiatrischen Behandlungssetting, ergeben sich besondere Herausforderungen durch hochkomplexe komorbide Störungsbilder. Psychische Störungen resp. traumatische Erlebnisse können eine Adipositas bedingen oder durch die Folgen einer Adipositas ausgelöst/aufrechterhalten werden. Deshalb ist in der Behandlung eine enge Zusammenarbeit von Unterstützungs- und Behandlungssystemen sowie Institutionen, mit ihren jeweiligen Kontextinterventionen, dringend notwendig. Ebenso müssen hohe Behandlungsabbruchraten und Rückfälle durch langfristige Nachsorgeangebote inkl. der Begleitung und Betreuung von Primärbezugspersonen zur Verfügung gestellt werden.“ ergänzt Stephan Osten, stellv. Vorsitzender des bkj.

Die Empfehlungen und Forderungen an die Politik sind wichtig und richtig, aber alleine mit Regulierungen des Marktes in Bezug auf zuckerhaltige Produkte und Aufklärung sind viele Erkrankte nicht mehr zu erreichen. Sekundärprävention muss die psychischen Bedürfnisse und verinnerlichten Verhaltensmuster bereits bei Kindern und Jugendlichen in den Blick nehmen und in Kita und Schule berücksichtigen.

Für Rückfragen:

Dr. Inés Brock-Harder
brock-harder@bkj-ev.de

Stephan Osten, M.Sc.Psych.
osten@bkj-ev.de

Bundesgeschäftsstelle
Friedrichstraße 5
65185 Wiesbaden

Tel.: 0611 880879-50
Fax.: 0611 880879-51

info@bkj-ev.de
www.bkj-ev.de

Bankverbindung:
Deutsche Bank Düsseldorf • Konto 022 413 900 • BLZ 300 700 24
BIC (SWIFT): DEUTDE33 • IBAN: DE40 3007 0024 0022 4139 00