



FKE News

Nährstoffzufuhr und Ernährungsqualität bei Kleinkindern in Deutschland

Die Ernährung in der frühen Kindheit kann das Risiko für Erkrankungen im späteren Leben beeinflussen. Eine ausgewogene Ernährung mit altersentsprechender Nährstoffzufuhr ist eine wichtige Voraussetzung für eine gesunde Entwicklung der Kinder. In der frühen Kindheit werden Ernährungs- und Essgewohnheiten unter Umständen langfristig geprägt. Besonders Kleinkinder sind aber hinsichtlich der Entwicklung ihrer Essfertigkeiten eine heterogene Gruppe. Während manche Kinder am Ende des ersten Lebensjahres bereits selbstständig essen, fällt anderen das Kauen und Schlucken fester Nahrung noch schwer. Anhand von Daten der GRETA Studie¹ (German Representative Study of Toddler Alimentation) 2008 wurde die Zufuhr von Energie und 18 Nährstoffen im Kleinkindalter ermittelt und anhand des Nährstoffqualitätsindex (NQI, nutrient quality index) bewertet.

In die Auswertung wurden 525 plausible 7-Tage-Ernährungs-Schätzprotokolle sowie Fragebögen (254 Mädchen; 271 Jungen) von Kindern im Alter von 10 bis 36 Monaten eingeschlossen. Einflussfaktoren auf den NQI wurden mit Hilfe einer multiplen linearen Regressionsanalyse bestimmt.

Die ermittelte Energiezufuhr lag in allen Altersgruppen nahe dem Referenzwert für den Energiebedarf bei mittlerer körperlicher Aktivität. Die mittlere Zufuhr der meisten Vitamine und Mineralstoffe erreichte mit Ausnahme von Eisen, Jod und Vitamin D die altersspezifischen Referenzwerte, während die meisten Nährstoffdichten (mg/MJ) mit zunehmendem Alter sanken. Der NQI erreichte im Mittel 80 von 100 möglichen Punkten. Er sank signifikant mit zunehmendem Alter (Abb.) und war unabhängig von Geschlecht und sozioökonomischem Status. Die Verwendung von Fertigmilch (Anfangs-, Folgenahrung, Kleinkindmilch) zeigte jedoch positive Effekte: Kinder, die Fertigmilch bekamen hatten einen signifikant höheren NQI ihrer Ernährung als Kinder ohne diese Produkte.

Die Ernährungsqualität gemessen am Nährstoffqualitätsindex ist bei Kleinkindern in Deutschland insgesamt hoch, nimmt aber mit zunehmendem Alter bzw. Anteil an der Familienernährung ab und ist unabhängig vom sozialen Status. Der positive Einfluss von Fertigmilch auf den NQI ist vermutlich mit der breiten Anreicherung dieser Produkte zu erklären. In Anbetracht der insgesamt guten Nährstoffzufuhr könnte sich die Anreicherung aber auf die kritischen Nährstoffe beschränken.

Literatur: Hilbig A, Drossard C, Kersting M, Alexy U: Nutrient adequacy and associated factors in a nationwide sample of toddlers. JPGN 2015: [Epub ahead of print]

1 mit Förderung durch die Nestlé Nutrition GmbH

Korrespondenz

Dr. Annett Hilbig

Forschungsinstitut für Kinderernährung Dortmund,

Rheinische Friedrich-Wilhelms-Universität Bonn

Heinstück 11

44225 Dortmund

E-Mail: hilbig@fke-do.de

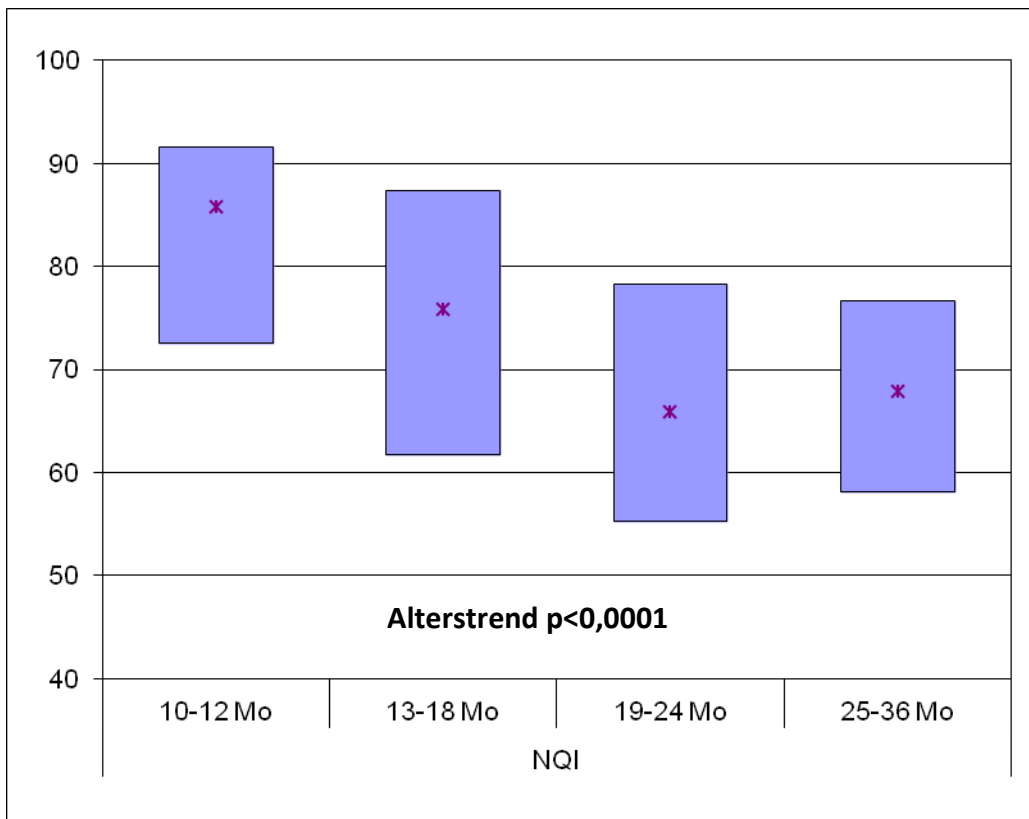


Abb.: Nährstoffqualitätsindex (NQI) in der Ernährung bei Kindern im Alter von 10-36 Monaten mit signifikantem Alterstrend $p < 0,0001$ (GRETA-Studie)