

## Die Fakten: Was ist Adipositas?<sup>i</sup>

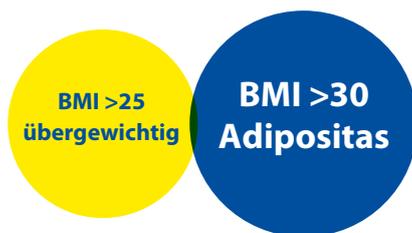
Unter Übergewicht und Adipositas versteht man eine ungewöhnliche oder übermäßige Ansammlung von Fett im Körper, die die Gesundheit beeinträchtigen kann, wenn es sich um Viszeral- oder Bauchfett handelt.<sup>ii</sup>

### KRITERIEN FÜR ADIPOSITAS

#### Body Mass Index

Eine einfache Methode, um Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen festzustellen  
Körpergewicht in kg geteilt durch Körpergröße in Metern zum Quadrat (kg/m<sup>2</sup>).<sup>v</sup>

Body Mass Index Definitionen:<sup>v</sup>



#### Taillenumfang

Messung der Taille zur Bestimmung von Bauchfett.  
Indikator für gesundheitliche Risiken durch zuviel Bauchfett.<sup>iii</sup>

Taillenumfang<sup>vi</sup>

**Frauen**



**Männer**



#### Bio-Impedanzanalyse

Eine präzisere Möglichkeit, um die Körperbeschaffenheit zu analysieren. Die Bioelektrische Impedanzanalyse (BIA) bestimmt die elektrische Impedanz zur Messung des Körperfettanteils und des fettfreien Anteils im Körper.<sup>iv</sup>

Definition Körperfett in %<sup>vii</sup>:



### ADIPOSITAS IN EUROPA



In Europa leiden schätzungsweise **23% der Männer** und **20% der Frauen** an Adipositas.<sup>viii</sup>



Bis 2030 werden schätzungsweise **mehr als 50%** der Europäer adipös sein.<sup>ix</sup>



In einigen europäischen Ländern könnte der Anteil der Bevölkerung mit Übergewicht oder Adipositas mehr als **90% betragen**.<sup>ix</sup>

**337,000** **VORZEITIGE TODESFÄLLE**

werden in Europa jährlich durch Adipositas verursacht.<sup>x</sup>

Übergewicht & Adipositas sind verantwortlich für bis zu

**80% der Fälle von Typ 2 Diabetes**.<sup>xii</sup>

**70 Milliarden Euro** jährlich kostet Adipositas das Gesundheitssystem.<sup>xi</sup>

## QUELLEN

- i World Health Organisation, Factsheet no 311  
<http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/en/>
- ii Circulation Journal, American Heart Association,  
<http://circ.ahajournals.org/content/126/10/1301.full>
- iii Canadian Diabetes Association  
<http://www.diabetes.ca/diabetes-and-you/healthy-living-resources/weight-management/waist-circumference>
- iv National Institutes of Health, US Department of Health & Human Services  
<https://consensus.nih.gov/1994/1994bioelectricimpedancebodyta015html.htm>
- v WHO Europe  
<http://www.euro.who.int/en/health-topics/disease-prevention/nutrition/a-healthy-lifestyle/body-mass-index-bmi#>
- vi Grundy SM, Cleeman JI, Daniels SR, et al. Diagnosis and management of the metabolic syndrome: an American Heart Association/National Heart, Lung, and Blood Institute Scientific Statement. *Circulation*. 2005;112:2735-52
- vii Okorodudu, et al. (2010). "Diagnostic performance of body mass index to identify obesity as defined by body adiposity: a systematic review and meta-analysis". *International Journal of Obesity* 34: 791-799. doi:10.1038/ijo.2010.5.
- viii WHO Europe  
<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/obesity/data-and-statistics>
- ix L. Webber, D. Divajeva, T. Marsh et al, 'The future burden of obesity-related diseases in the 53 WHO European-Region countries and the impact of effective interventions: a modelling study', *BMJ Open* (2014) 4(7):  
<http://bmjopen.bmj.com/content/4/7/e004787.full>
- x University of Cambridge (UK)  
<http://www.cam.ac.uk/research/news/lack-of-exercise-responsible-for-twice-as-many-deaths-as-obesity>
- xi The University of Reading (UK), Research and Enterprise Services; European Commission Eatwell Report:  
[http://cordis.europa.eu/result/rcn/53206\\_en.html](http://cordis.europa.eu/result/rcn/53206_en.html)
- xii World Health Organization  
<http://www.euro.who.int/en/health-topics/noncommunicable-diseases/diabetes/data-and-statistics>