



Berlin, 23. März 2026

10 Anforderungen an ein wirksames Präventionsgesetz – Strukturell, gerecht und evidenzbasiert

Positionspapier der Deutschen Adipositas-Gesellschaft

Adipositas ist eine chronische Erkrankung und zählt zu den zentralen gesundheitlichen Herausforderungen der kommenden Jahrzehnte. In Deutschland sind bereits mehr als die Hälfte der Erwachsenen sowie ein wachsender Anteil von Kindern und Jugendlichen von Übergewicht oder Adipositas betroffen. Damit verbunden ist ein deutlich erhöhtes Risiko für zahlreiche Folgeerkrankungen sowie erhebliche gesundheitliche, volkswirtschaftliche und soziale Belastungen.

Die wissenschaftliche Evidenz ist eindeutig: Wirksame Prävention erfordert ein Zusammenspiel aus strukturellen Maßnahmen, frühzeitiger Risikodetektion und evidenzbasierter Intervention. Programme, die ausschließlich auf individuelles Verhalten abzielen, reichen nicht aus, um die gesellschaftlichen Ursachen der Erkrankung wirksam zu adressieren. Eine nachhaltige Reduktion der Adipositasprävalenz setzt vielmehr Veränderungen der Lebensumwelt sowie eine gezielte Förderung gesundheitlicher Chancengleichheit voraus.

Präventionspolitik muss deshalb langfristig angelegt, wissenschaftlich fundiert und sektorenübergreifend organisiert sein. Das geplante Präventionsgesetz bietet die Chance, Prävention in Deutschland systematischer, evidenzbasierter und sozial gerechter zu gestalten.

Aus Sicht der Deutschen Adipositas-Gesellschaft sollten dabei folgende Handlungsfelder berücksichtigt werden:

1. Wahrnehmung und Einordnung von Adipositas als chronische Erkrankung
2. Verhältnisprävention als Leitprinzip
3. Stärkung von Früherkennung und Risikoscreening
4. Ausbau evidenzbasierter Frühintervention
5. Einsatz fiskalischer Steuerungsinstrumente
6. Konsequenter Werbeschutz für Kinder
7. Frühprävention im Lebensverlauf
8. Stärkung betrieblicher Gesundheitsförderung
9. Bekämpfung von Gewichtsstigmatisierung
10. Intersektorale Governance und systematische Evaluation



1. Adipositas als chronische Erkrankung wahrnehmen und angehen

Ein wirksames Präventionsgesetz sollte Adipositas ausdrücklich als chronische, multifaktorielle Erkrankung einordnen. Diese Einordnung entspricht dem internationalen wissenschaftlichen Konsens und bildet eine wichtige Grundlage für eine kohärente Präventions- und Versorgungsstrategie im solidarischen Gesundheitssystem.

Die oftmals noch vorhandene Wahrnehmung von Adipositas als primäres „Lebensstilproblem“ greift zu kurz. Sie erschwert strukturelle Präventionsansätze und individualisiert gesellschaftliche Ursachen. Tatsächlich entsteht Adipositas aus komplexen Wechselwirkungen zwischen Umweltfaktoren, genetischer Prädisposition, Stoffwechselprozessen, sozialer Lage und psychosozialen Einflüssen.

Eine klare Einordnung im Präventionsgesetz kann dazu beitragen,

- die Stigmatisierung betroffener Menschen zu reduzieren
- evidenzbasierte Präventionsmaßnahmen gezielt zu fördern
- frühe Diagnose- und Interventionsstrategien zu stärken

2. Verhältnisprävention als Leitprinzip verankern

Die internationale Public-Health-Forschung zeigt übereinstimmend, dass nachhaltige Prävention vor allem über Veränderungen der Lebensbedingungen erreicht wird. Programme, die ausschließlich auf individuelles Verhalten abzielen, erreichen insbesondere sozial benachteiligte Gruppen häufig nur begrenzt.

Ein modernes Präventionsgesetz sollte daher Verhältnisprävention als zentrales Leitprinzip festschreiben. Dazu gehören unter anderem:

- verbindliche Qualitätsstandards für Kita- und Schulverpflegung
- systematische Bewegungsförderung im Bildungsbereich
- bewegungsfreundliche Stadt- und Verkehrsplanung
- gesundheitsförderliche Arbeitsbedingungen

Ziel ist eine Umgebung, in der die gesunde Wahl auch die einfache Wahl ist.

Zur Erfolgsmessung können unter anderem folgende Indikatoren herangezogen werden:

- Umsetzung gesetzlicher Mindeststandards
- Ergebnisse von Qualitätssicherungs- und Auditverfahren
- nationale Bewegungs- und Ernährungsindikatoren
- BMI-Trends bei Schuleingangsuntersuchungen

3. Früherkennung und Risikoscreening stärken

Sekundärprävention setzt eine frühzeitige Identifikation von Risikokonstellationen voraus. Ein Präventionsgesetz sollte daher strukturierte Screening- und Beratungsangebote insbesondere für Risikogruppen fördern.



Dazu gehören beispielsweise:

- systematische Gewichtsentwicklungsscreenings im Rahmen der Kinder- und Jugenduntersuchungen
- standardisierte Risikobewertungen in hausärztlichen und pädiatrischen Praxen
- frühzeitige Identifikation adipositasassoziierter Risikofaktoren, etwa metabolischer Veränderungen
- niedrigschwellige Beratungsangebote innerhalb der Regelversorgung

Früherkennung ermöglicht rechtzeitige Interventionen und kann die Entwicklung schwerer Krankheitsverläufe verhindern.

Geeignete Evaluationsindikatoren sind etwa:

- Screeningquoten in Vorsorgeuntersuchungen
- Anteil früh identifizierter Risikopatientinnen und -patienten
- Inanspruchnahme strukturierter Beratungsprogramme
- Entwicklung metabolischer Risikofaktoren in Kohortenstudien

4. Evidenzbasierte Frühintervention ausbauen

Neben der Primärprävention müssen auch frühzeitige therapeutische Interventionen gestärkt werden. Studien zeigen, dass strukturierte Lebensstil- und Therapieprogramme besonders wirksam sind, wenn sie früh im Krankheitsverlauf beginnen.

Digitale Gesundheitsanwendungen und telemedizinische Programme können solche Interventionen ergänzen und eine kontinuierliche Unterstützung über längere Zeiträume ermöglichen. Ihre Integration in Präventionsprogramme sollte daher systematisch geprüft werden.

Das Präventionsgesetz sollte insbesondere fördern:

- multidisziplinäre Lebensstilprogramme
- strukturierte Gruppeninterventionen
- digitale Präventions- und Coachingangebote
- Programme für Kinder, Jugendliche und Familien

Frühintervention kann Krankheitsprogression und Folgeerkrankungen deutlich reduzieren.

5. Fiskalische Steuerungsinstrumente nutzen

Preisstrukturen beeinflussen nachweislich das Konsumverhalten. Internationale Studien zeigen, dass insbesondere Abgaben auf zuckerhaltige Getränke sowohl Reformulierungen durch Hersteller als auch einen geringeren Konsum fördern können.

Deutschland sollte fiskalische Instrumente daher als Teil eines umfassenden Präventionsansatzes prüfen, etwa:



- reduzierte Mehrwertsteuer auf frische und unverarbeitete Lebensmittel
- Lenkungsabgaben auf stark zuckerhaltige Getränke
- verbindliche Reformulierungsziele für Hersteller

Ziel ist eine Lebensmittelumgebung, die gesundheitsförderliche Entscheidungen erleichtert.

6. Werbeschutz für Kinder konsequent umsetzen

Kinder und Jugendliche sind in Deutschland einer intensiven Vermarktung energiereicher, nährstoffarmer Lebensmittel ausgesetzt. Ein modernes Präventionsgesetz sollte daher wirksame Werbebeschränkungen vorsehen.

Dazu gehören insbesondere:

- zeitliche Beschränkungen für Werbung im Fernsehen und Streaming
- Regelungen für digitale Plattformen und soziale Medien
- klare Nährwertprofile für beworbene Produkte

Der Schutz von Kindern vor gesundheitsschädlicher Werbung ist eine zentrale staatliche Aufgabe – vergleichbar mit Maßnahmen in der Tabak- oder Alkoholprävention.

7. Frühprävention im Lebensverlauf stärken

Gesundheitsrelevante Verhaltensweisen und metabolische Prägungen entstehen häufig bereits früh im Leben. Schwangerschaft sowie Säuglings- und Kleinkindalter sind besonders sensible Entwicklungsphasen.

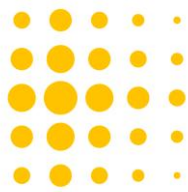
Ein Präventionsgesetz sollte daher bundesweit Programme fördern, etwa:

- Beratung während Schwangerschaft und früher Elternschaft
- Ernährungs- und Bewegungsprogramme für Familien
- niedrigschwellige Angebote in sozial belasteten Regionen

Prävention in diesen Lebensphasen ist besonders nachhaltig und zugleich kosteneffizient.

8. Betriebliche Gesundheitsförderung stärken

Auch der Arbeitsplatz bietet ein großes Präventionspotenzial. Ein Präventionsgesetz sollte daher verbindlichere Qualitätsstandards für betriebliche Gesundheitsförderung etablieren und steuerliche Anreize stärker an Evaluation und Wirksamkeit koppeln.



Mögliche Maßnahmen sind unter anderem:

- bewegungsfreundliche Arbeitsumgebungen
- gesundheitsorientierte Kantinenstandards
- Programme zur Stressreduktion und Gesundheitsförderung

9. Gewichtsstigmatisierung entgegenwirken

Gewichtsdiskriminierung hat erhebliche gesundheitliche Folgen. Sie beeinträchtigt die psychische Gesundheit, erhöht Stressbelastungen und kann paradoxerweise eine Gewichtszunahme begünstigen.

Ein Präventionsgesetz sollte deshalb auch Maßnahmen zur stigmafreien Gesundheitskommunikation fördern, etwa:

- Leitlinien für diskriminierungssensible Kommunikation
- Schulungen für Fachkräfte im Gesundheitswesen
- Sensibilisierung in Bildungseinrichtungen

10. Intersektorale Governance und Evaluation stärken

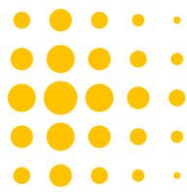
Adipositasprävention betrifft zahlreiche Politikfelder – darunter Gesundheit, Bildung, Ernährung, Stadtentwicklung und Sozialpolitik. Eine wirksame Strategie erfordert daher eine ressortübergreifende Steuerung.

Ein Präventionsgesetz sollte hierfür geeignete Strukturen schaffen, beispielsweise:

- ein nationales Steuerungsgremium
- regelmäßige Evaluationsberichte an Bundestag und Bundesrat
- transparente Mittelverwendung und Zielkontrolle

Nur durch kontinuierliche Evaluation und politische Steuerung kann Präventionspolitik langfristig wirksam sein.

Ein starkes Präventionsgesetz bietet die Chance, einen notwendigen Paradigmenwechsel einzuleiten: hin zu verbindlicher, evidenzbasierter und sozial gerechter Strukturprävention. Damit kann Deutschland nicht nur die Gesundheit seiner Bevölkerung nachhaltig stärken, sondern auch ein wichtiges Signal für evidenzbasierte Präventionspolitik in Europa setzen.



Deutsche
Adipositas
Gesellschaft



AGA

Arbeitsgemeinschaft
Adipositas im Kindes-
und Jugendalter

Eine **Literaturliste zu den Quellenangaben** findet sich unter:

<https://adipositas-gesellschaft.de/ueber-adipositas/ursachen-von-adipositas/>

<https://adipositas-gesellschaft.de/ueber-adipositas/praevalenz/>

<https://adipositas-gesellschaft.de/ueber-adipositas/folge-und-begleiterkrankungen>

<https://adipositas-gesellschaft.de/ueber-adipositas/kosten-der-adipositas-in-deutschland/>

Kontakt:

Sebastian Kruse, Politischer Geschäftsführer

Email: kruse@adipositas-gesellschaft.de

Über die Deutsche Adipositas-Gesellschaft e.V. (DAG)

Die Deutsche Adipositas-Gesellschaft e.V. (DAG) ist die medizinisch-wissenschaftliche Fachgesellschaft, die sich dem Krankheitsbild Adipositas (starkes Übergewicht) widmet. Die DAG ist gemeinnützig und setzt sich für eine Stärkung der Prävention und Therapie der Adipositas ein, in dem sie Wissenschaft und Forschung auf dem Gebiet der Adipositas fördert, evidenzbasierte Leitlinien zur Prävention, Diagnose und Therapie der Adipositas erarbeitet sowie die Öffentlichkeit über die gesellschaftliche Bedeutung, Ursachen und Folgen der Krankheit aufklärt: www.adipositas-gesellschaft.de

Über die Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter (AGA)

Als Arbeitsgruppe der DAG e.V. ist die Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter (AGA) (www.a-g-a.de) für die Kinder und Jugendlichen zuständig. Der gemeinnützige Verein hat sich vorrangig zum Ziel gesetzt, Forschung, wissenschaftliche Diskussion, Weiterbildung und wissenschaftlichen Nachwuchs im Bereich Adipositas zu fördern sowie Konzepte und Leitlinien zu Prävention, Diagnose und Therapie der Adipositas zu entwickeln.