

Kinder ernähren sich falsch, Klöckner sieht deshalb "Nachholbedarf" bei Lehrern und Pädagogen

Beitrag von „Frapper“ vom 8. Juli 2019 21:29

Zitat von Wollsocken80

Der BMI ist schon ein sehr guter Indikator dafür, ob jemand zu viel Körperfett mit sich herum trägt oder nicht. Es gibt Studien die zeigen, dass bereits ein BMI von 25 stark mit Herzkreislaufproblemen und verkürzter Lebenserwartung korreliert. Es gibt auch Studien die zeigen, dass etwa die Hälfte der untersuchten Personen am oberen Ende des "Normalgewichts" per BMI bereits einen deutlich erhöhten Körperfettanteil haben. Der BMI meint es damit mit vielen von uns definitiv zu gut als zu schlecht. Ich bin ziemlich sportlich und liege bei etwa 20. Nur sehr wenige Leistungssportler im Bereich des Krafttrainings schaffen es rein aufgrund von Muskelmasse auf über 25. Dazu wird wohl kaum jemand von uns zählen.

Ich habe noch etwas zum BMI gestöbert und etwas interessantes gefunden. Als 2-Meter-Mann falle ich darunter und mein BMI-Wert wird ziemlich relativiert. Das war mir so aber auch noch nicht klar.

Zitat von Zeit

Aber die Einheit Kilogramm pro Meter wäre sehr unfair großen Menschen gegenüber: denn die Masse wächst nicht proportional mit der Größe eines Menschen, sondern mit der dritten Potenz. Das heißt, ein doppelt so großer Mensch hätte – bei gleicher Statur – das achtfache Gewicht. Fairerweise müsste man für den BMI also die Masse durch die Körpergröße hoch drei teilen. In der Realität sind aber große Menschen keine maßstabsgetreuen Vergrößerungen von kleinen, deshalb wäre ein Exponent von etwa 2,5 fairer. Da mit solch einem krummen Wert niemand rechnen kann, benutzt man das einfachere Quadrat, auch wenn damit große Menschen eher als dick diagnostiziert werden als kleine.

Zitat von Zeit

Der Body Mass Index (BMI) geht auf den belgischen Mathematiker **Adolphe Quetelet** zurück. Er untersuchte in den 1840er Jahren, wie das Gewicht eines Menschen mit seiner Größe zusammenhängt. Dabei bemerkte er, dass sich das Gewicht eines gesunden, durchschnittlichen Menschen in etwa **proportional zum Quadrat der Körperlänge** verhält. Das heißt, ein um 20 Prozent größerer Mensch ist in etwa 44

| Prozent schwerer.