

# NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL FÜR KINDER: BESTENFALLS ÜBERFLÜSSIG

- Die Werbung für Nahrungsergänzungsmittel verspricht, dass die Produkte bei Kindern die Abwehrkräfte stärken oder die Konzentrationsfähigkeit erhöhen.
- Ernährungsstudien zeigen aber, dass Kinder mit den meisten Vitaminen und Mineralstoffen ausreichend versorgt sind.
- Ausgewogen und vielseitig essen, genügend trinken, ausreichend schlafen und Bewegung an der frischen Luft sind wichtig für eine gute Entwicklung der Kinder.

**verbraucherzentrale**

Quelle: Marktcheck der Verbraucherzentralen „Nahrungsergänzungen für Kinder“, April 2023  
33 Produkte aus dem Einzelhandel (Apotheke, Drogeriemarkt, Reformhaus, Direktvertrieb)

© 2019 Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V. / 2023 Verbraucherzentrale NRW e.V.

# NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL FÜR KINDER: MEIST ÜBERDOSIERT



**70 %** der Produkte überschreiten mit einer Tagesdosis die empfohlene gesamte Tageszufuhr\* an Vitaminen und Mineralstoffen für 4- bis 7-Jährige

**30 %** der Produkte liegen innerhalb der D-A-CH Referenzwerte für 4- bis 7-Jährige\*

\* Die Fachgesellschaften für Ernährung Deutschlands, Österreichs und der Schweiz empfehlen gemeinsame D-A-CH-Referenzwerte für die gesamte Tageszufuhr von Energie und Nährstoffen.

verbraucherzentrale

Quelle: Marktcheck der Verbraucherzentralen „Nahrungsergänzungen für Kinder“, April 2023  
33 Produkte aus dem Einzelhandel (Apotheke, Drogeriemarkt, Reformhaus, Direktvertrieb)

© 2019 Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V. / 2023 Verbraucherzentrale NRW e.V.

# NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL FÜR KINDER: ÜBERSCHREITEN SOGAR EMPFOHLENE HÖCHSTMENGEN FÜR ERWACHSENE\*



**18 %** der Kinderprodukte überschreiten den für Jugendliche und Erwachsene als sicher geltenden Vitamin- und Mineralstoffgehalt\*

**21 %** der Kinderprodukte erreichen die BfR-Höchstmengen\*

**61 %** der Kinderprodukte liegen unterhalb der BfR-Höchstmengen\*

\* Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR), 2021

verbraucherzentrale

Quelle: Marktcheck der Verbraucherzentralen „Nahrungsergänzungen für Kinder“, April 2023  
33 Produkte aus dem Einzelhandel (Apotheke, Drogeriemarkt, Reformhaus, Direktvertrieb)

© 2019 Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V. / 2023 Verbraucherzentrale NRW e. V.