

Abnormales Gewicht als normale Antwort auf eine abnormale Umwelt

Adipositas und Bewegungskompetenz im Kindesalter

(K. Eckert, G. Huber, M. Müller)



Einleitung

Im gleichen Maße wie der Anteil übergewichtiger Kinder in unserer Bevölkerung steigt, sinkt die Bewegungskompetenz der Kinder und Jugendlichen. 3,5 Millionen deutsche Kinder und Jugendliche sind bereits übergewichtig, schon bei 10-jährigen wird Altersdiabetes diagnostiziert. Die vorliegenden Studien belegen einen Zusammenhang zwischen Quantität und Qualität der Bewegung und dem jeweiligen Gewicht (1,4,6). Diese Korrelation wird anhand der Stichprobe der Kids aktiv Studie nachgewiesen und damit die prioritäre Bedeutung der Bewegung im Kindesalter belegt.

Allerdings zeigen die aktuellen epidemiologischen Zahlen, dass die bisher dominierende und relativ einseitige monodisziplinäre Problembehandlung wenig Erfolg aufweist.

Ein umfassend ökologisches Konzept, wie das der **Epidemiological Triad**, ermöglicht eine effektive multidisziplinäre Aufarbeitung und liefert eine theoretische Modellvorstellung zur Eingrenzung der Übergewichtsepidemie bei Kindern und Jugendlichen.

Das Projekt „Kids Aktiv“

Bewegung mit Spaß durch Spiel als Grundlage der Entwicklung von Kindern

Bewegung spielt für die geistige und körperliche Entwicklung von Kindern im Grundschulalter eine herausragende Rolle.

KIDS AKTIV richtet sich an Kinder im Grundschulalter.

Haltungs- und bewegungsauffälligen Kindern will man auf spielerische Art und Weise eine umfassende Förderung ihrer motorischen Entwicklung zukommen lassen.

Regelmäßige Trainingseinheiten (im Verein) sollen bereits vorhandenen Haltungs- und Koordinationschwächen entgegenwirken und die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems der Kinder verbessern. Das Mehr an körperlicher Aktivität ist zugleich eine Präventionsmaßnahme gegen Übergewicht.

Ein Novum bei diesem Projekt ist die enge Vernetzung von an dieser Thematik interessierten Institutionen wie Bürgermeister des Landkreises Heilbronn, staatliches Schulamt HN, städtisches Gesundheitsamt HN, Turgau HN, AOK HN, Kinderärzte des Stadt- und Landkreises HN und der Universität Heidelberg Institut für Sport und Sportwissenschaft.

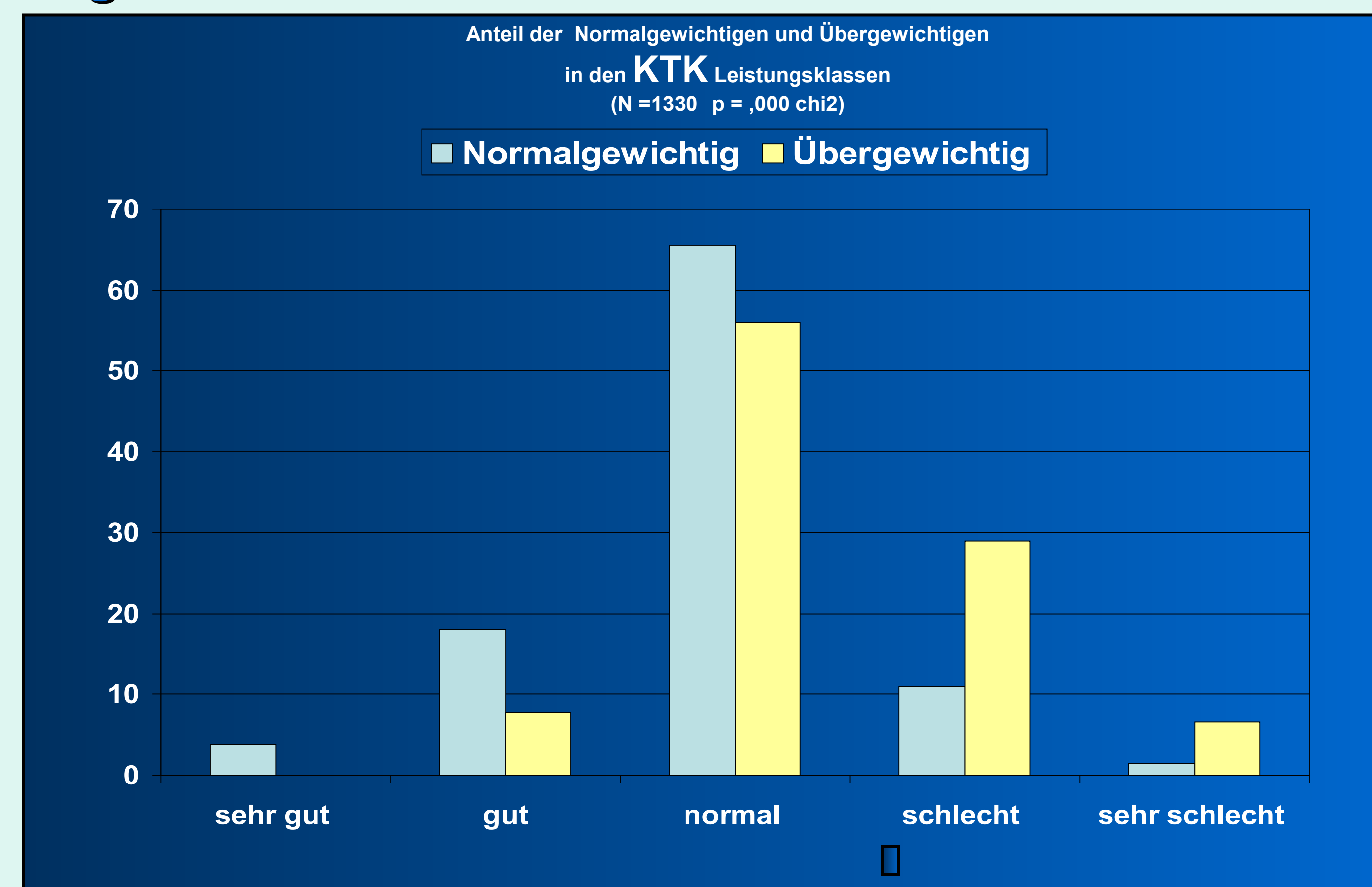
Der Ablauf im Einzelnen:

- Die Schule informiert die Eltern über die bevorstehenden Körperkoordinations- (KTK nach KIPHARD und SCHILLING) und Ausdauer- (6 min.-Lauf) einschließlich Sehtests, welche im Rahmen einer Spiel- und Spaßolympiade durchgeführt werden.
- Die Eltern werden von AOK, Kinderarzt und Lehrer über die Testergebnisse und den daraus resultierenden etwaigen Förderbedarf informiert.
- Nur Kinder mit Förderbedarf werden auch gefördert - es entsteht keine „Streufoerderung“.

Zahlen, Daten, Fakten:

Bislang wurden über 12000 Kinder getestet – 30 % bekamen eine Empfehlung zu einem gezielten Fördertraining im Verein. Momentan sind 80 Schulen und 67 Vereine mit 135 Übungsleitern in dem Projekt **KIDS AKTIV** involviert.

Ergebnis I: Gewicht - Motorik

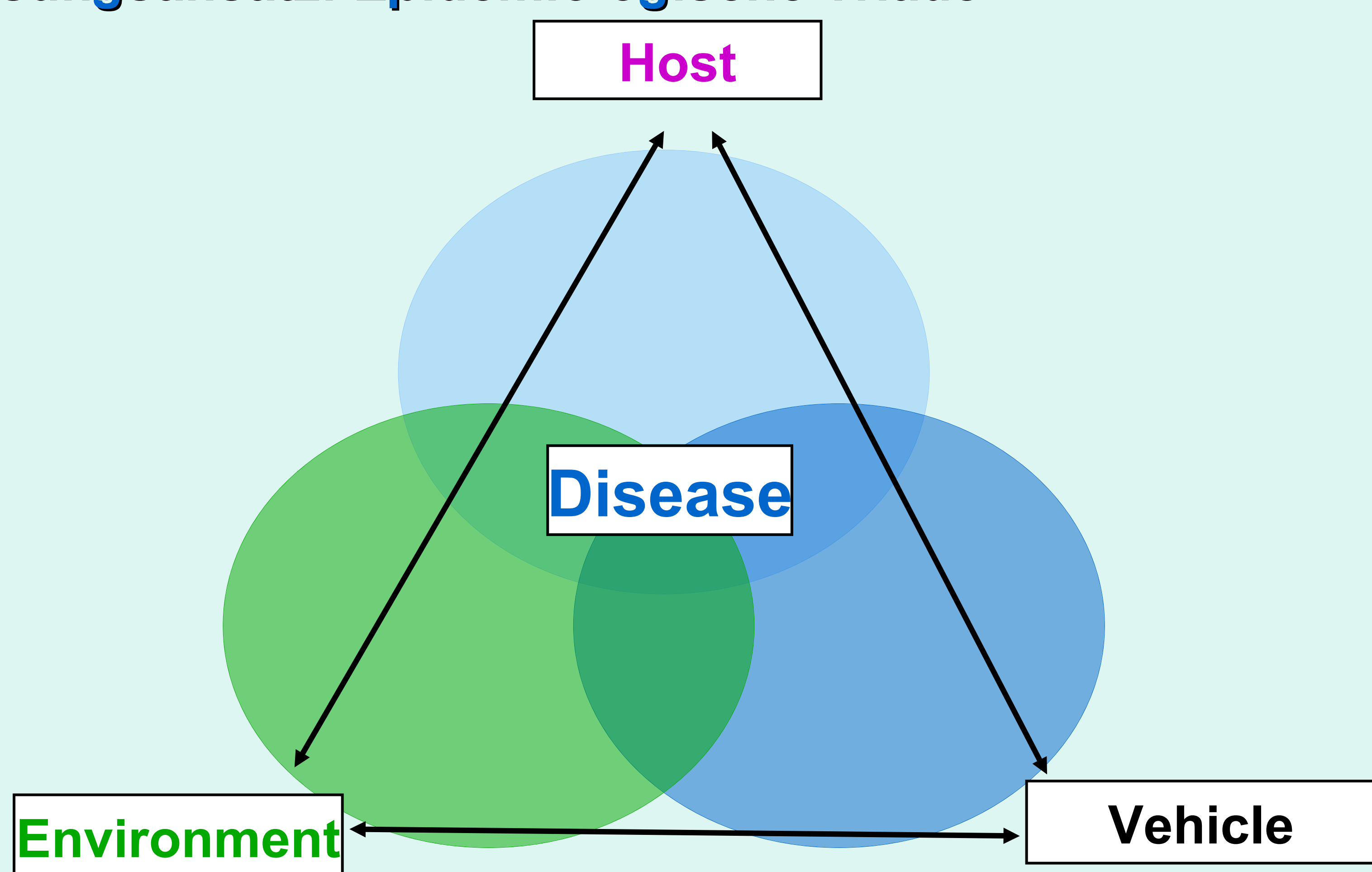


Ergebnis II: Vergleich Stadt - Land

Einwohnerzahl	< 2500 Einwohner N = 2118	2500 – 7000 Einwohner N = 5341	7000 – 12.000 Einwohner N = 1925	Stadt Heilbronn (108.114 EW) N = 2424
Mittelwerte KTK (MQ)	101,7 MQ	101,3 MQ	103,2 MQ	99,1 MQ
KTK-Werte differenziert (in Prozent)	Sehr gut/Gut: 18,4 Normal: 63,3 Auffällig: 17,8	Sehr gut/Gut: 17,3 Normal: 64,6 Auffällig: 18,1	Sehr gut/Gut: 21,8 Normal: 63,6 Auffällig: 14,6	Sehr gut/Gut: 13,4 Normal: 59,8 Auffällig: 27,2

Hoch signifikanter Unterschied zwischen 3 und 4 (p<0,01; Effektstärke 0,27)

Lösungsansatz: Epidemiologische Triade



Epidemiologische Triade des kindlichen Übergewichts

	„alte“ Bedeutung	„neue“ Bedeutung	Strategischer Ansatz
Hosts	„Wirt“ des Erregers	Kinder und Jugendliche	Edukative, psychologische, medizinische Interventionen
Vehicle	Übertragungs- und Ansteckungsmechanismen	Energetische Dysbalance	Energieverbrauch erhöhen und Energieaufnahme reduzieren
Environment	Umgebungsvariablen	„obesogenic environment“ = dickmachende Umgebung	Ökologische Konzepte, Gesetzesänderungen, Städteplanung, schulische Gesundheitsförderung, etc.

Schlussfolgerung

Die Befunde bei Kids aktiv bestätigen insgesamt einen hohen Zusammenhang zwischen Gewichts- und Bewegungsstatus der Kinder. Im Sinne des Modells der epidemiologischen Triade liefern die Daten Hinweise dafür:

- dass bewegungsfeindliche Umwelten eine entscheidende Rolle als „obesogenic Factor“ haben.
- dass eine Konzentration der Interventionen alleine auf das Kind (Host) wenig Erfolg versprechend ist.
- dass die Förderung der Bewegung auf der Interventionsebene das einfachste Mittel darstellt, um in dem Beziehungsgeflecht der „obesogenic factors“ Erfolg zu haben.

Hieraus ergibt sich die Forderung nach einer analytischen Epidemiologie und umfassenden Konzepten, die

- Gesundheitsprobleme und bestimmte Bedürfnisse identifizieren.
- Daten zur Identifikation von Faktoren sammeln und analysieren, die diese Gesundheitsprobleme verursachen oder beeinflussen.
- Die Konzeption, Realisation und Evaluation zur Beeinflussung dieser Variablen beinhalten.

Literatur

- Bappert, S., Woll, A., Bös, K. (2003). Motorische Unterschiede bei über- und normalgewichtigen Kindern im Vorschulalter. *Haltung und Bewegung*, 23, 3, 35-37.
- Dordel, S., Kleine, W. (2003). Zur Situation übergewichtiger Kinder in der Schule. *Haltung und Bewegung*, 23, 3, 7-25.
- Egger, G., Swinburn, B., Rossner, S. (2003). Dusting off the epidemiological triad: could it work with obesity? *Obesity Reviews*, 4, 115-119.
- Graf, C., Koch, B., Petrasch, R., Dordel, S. (2003). Übergewicht und motorische Fähigkeit im frühen Schulalter. *Haltung und Bewegung*, 23, 3, 38-41.
- Huber, G. (2004). Abnormales Gewicht als normale Antwort auf eine abnormale Umwelt. *Bewegungstherapie und Gesundheitssport*, 20, 223-227.
- Mechelen van, W., Twisk, J.W.R., Post, G.B., Snel, J., Kemper, H.C.G. (2000). Physical activity of young people: the Amsterdam Longitudinal Growth and Health Study. *Medicine & Science in Sports & Exercise*.
- www.kidsaktiv.de

**Institut für Sport und Sportwissenschaft
Universität Heidelberg**