

Studie des ÖAIE: Schule könnte Ernährungsverhalten der Kinder deutlich positiv beeinflussen

4.10.2015

Teils katastrophale Infrastruktur und Rahmenbedingungen an Wiener Schulen erschweren für die Gesundheit wichtige körperliche Aktivität der Schüler massiv



Bild: © Pomper umweltberatung

Wien -Anlässlich der alarmierend hohen Zahl an übergewichtigen Kindern – bis zu einem Viertel der österreichischen Kinder sind aktuell übergewichtig, davon 6 Prozent adipös und rund 2 Prozent krankhaft fettleibig – und der WHO-Forderung, die Zahl der übergewichtigen Kinder bis 2020 um 10 Prozent zu senken, führte das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE) auf Initiative des Österreichischen Herzfonds und des österreichischen Lebensmittelhändlers Hofer im Rahmen seiner Nachhaltigkeitsinitiative „Projekt 2020“, in den vergangenen beiden Schuljahren an Wiener Schulen die Präventionsstudie EDDY (Effect of sports and diet trainings to prevent obesity and secondary diseases and to influence young children's lifestyle) durch, um wissenschaftlich fundierte Grundlagen für ein nationales Präventionsprogramm zu schaffen. Fazit: Durch gezielte Interventionsmaßnahmen durch Experten können das Ernährungswissen wie auch das Ernährungsverhalten von Schulkindern nachhaltig verbessert werden. Zur nachhaltigen Prävention von Übergewicht ist jedoch unbedingt auch ausreichend körperliche Bewegung notwendig, wofür Infrastruktur und Rahmenbedingungen an manchen Schulstandorten nicht geeignet sind.

Intervention wirkt – Ernährungswissen und Ernährungsverhalten der Schüler ist durch wissenschaftlich fundierte Interventionsmaßnahmen beeinflussbar

Ein Studienteam an Medizinerinnen, Psychologinnen, Ernährungswissenschaftlerinnen und Sportwissenschaftlerinnen führte unter Leitung des ÖAIE über zwei Jahre hindurch bei rund 90 elf- bis dreizehnjährigen Schulkindern wissenschaftlich fundierte Maßnahmen wie Ernährungsunterricht, Sporttrainings und regelmäßige medizinische Untersuchungen durch, um den Lebensstil dieser Kinder nachhaltig zu verbessern sowie die Fortschritte zu dokumentieren und wissenschaftlich auszuwerten.

„Im Zuge dieser Maßnahmen konnte das Ernährungswissen der Kinder signifikant verbessert werden, ebenso ihr Ernährungsverhalten“, sagt Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm, Präsident des ÖAIE und Leiter der EDDY-Studie. „So verzehren diese Kinder nun auffallend weniger Süßigkeiten, Fast Food und gesüßte Limonaden. Zudem schätzen sich übergewichtige Kinder hinsichtlich ihres Körperbilds deutlich realistischer ein als noch vor Beginn der Interventionsmaßnahmen.“ Die erhobenen medizinischen Daten werden aktuell noch ausgewertet.

Teilweise katastrophale Infrastruktur und Rahmenbedingungen an Wiens Schulen

Die EDDY-Studie zeigt – als ungewollter Nebenbefund – jedoch auch die Schattenseiten unseres Schulsystems und der Schulinfrastruktur auf. So

sind an manchen Wiener Schulen die Turnsäle zu klein, Möglichkeiten zur Bewegung im Freien fehlen und es gibt keine getrennten Umkleide- und Duschräume für Burschen und Mädchen. Hinzu kommt, dass teilweise zu wenige ausgebildete Sportlehrer vorhanden sind und die Hälfte der Kinder zum Turnunterricht ohne Sportbekleidung erscheint.

„Besonders bemerkenswert und höchst unbefriedigend ist die Situation der Schulärzte“, sagt Widhalm. „Einerseits mussten unsere Mediziner 6 von 90 Schulkindern als krankhaft übergewichtig einstufen – seitens der Schulärzte erfolgten jedoch keinerlei Maßnahmen! Allerdings sind ihnen aufgrund der gesetzlich festgelegten Aufgaben weitgehend die Hände gebunden, therapeutische Maßnahmen einzuleiten; die Initiative dazu muss von den Eltern ausgehen. Und andererseits erheben Schulärzte jährlich Daten über den Gesundheitszustand der Kinder wie z.B. Größe und Gewicht, die jedoch in irgendwelchen Schubladen verstauben anstatt seriös ausgewertet zu werden. Hier besteht akuter Handlungsbedarf seitens der Schulbehörden: die erhobenen Gesundheitsdaten könnten extrem wichtige Informationen über notwendige Maßnahmen zur Verbesserung des Gesundheitszustandes, aber auch über den Effekt von vielfach angepriesenen Programmen, die in keiner Weise evaluiert werden, geben.“

ÖAIE fordert Umsetzung eines flächendeckenden schulischen Präventionsprogramms zur Vermeidung von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen

„Die EDDY Studie zeigt, dass ein wissenschaftlich fundiertes Maßnahmenprogramm, das an Schulen durchgeführt wird, tatsächlich den Lebensstil der Kinder und Jugendlichen positiv beeinflussen kann“, betont Widhalm. „Durch eine flächendeckende Umsetzung könnte nicht nur die Gesundheit unserer Kinder und künftigen Generationen nachhaltig verbessert werden, sondern der Staat würde sich langfristig auch Milliarden an Behandlungskosten ersparen, die durch Folgeerkrankungen von Übergewicht wie Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Knorpel- und Knochenschäden entstehen.“

Bis es zu einem flächendeckenden Präventionsprogramm in allen österreichischen Schulen kommt, fordert das ÖAIE als ersten Schritt die Einführung von verpflichtendem Ernährungsunterricht durch ernährungsmedizinisch ausgebildete Lehrer sowie die rasche Behebung der infrastrukturellen Mängel an den Schulstandorten zur sinnvollen Umsetzung der täglichen Turnstunde. Ebenso müssen die von den Schulärzten erhobenen Daten endlich zentral gesammelt und ausgewertet werden, um eine seriöse Grundlage für wissenschaftlich evaluierbare Programme zu schaffen.

Über Projekt 2020

Unter „Projekt 2020“ bündelt Hofer seit Frühjahr 2013 sämtliche Nachhaltigkeitsaktivitäten. Dazu gehören bestehende Umstellungs- und Optimierungsprozesse ebenso wie jährlich zwei Leuchtturmprojekte, die sich durch aktive Kundeneinbindung auszeichnen. Inhaltlich konzentrieren sich die neuen Projekte auf die fünf Schwerpunkte Gesundheit, Klimaschutz, Ressourcen, Vertrauen und Miteinander. Die Initiative „Projekt 2020“

läuft mindestens bis zum Jahr 2020 und wird inhaltlich von einem Stakeholder-Beirat bestehend aus externen Experten aus dem Energie-, Gesundheits-, Umwelt- und Medienbereich begleitet. Weitere Informationen finden sich unter www.projekt2020.at

Österreichischer Herzfonds

Der Österreichische Herzfonds ist eine gemeinnützige Institution. Seit seiner Gründung im Jahr 1971 setzt er sich mit einer Vielzahl an Programmen und Projekten dafür ein, dass der Vormarsch von Herz-Kreislaufkrankungen in Österreich eingebremst wird. Neben den Schwerpunkten Forschungsförderung und Prävention umfasst das Angebot Reanimationsprogramme und die Aufstellung von Defibrillatoren, Seminare zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen, Hilfe für Kinder mit angeborenen Herzfehlern, Gesundheitschecks, Öffentlichkeitsarbeit, Ausstellungen und vieles mehr. Weitere Informationen finden sich unter www.herzfonds.at

--

Das Österreichische Akademische Institut für Ernährungsmedizin (ÖAIE) wurde 1996 auf Initiative des damaligen Präsidenten der Ärztekammer, Prim. Dr. Michael Neumann, mit dem Ziel gegründet, Ärzte im Fach der Ernährungsmedizin fortzubilden. Das ÖAIE ist interdisziplinär ausgerichtet und vereint unter der Leitung von Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm Experten aus den Bereichen der Medizin, Psychologie, Ernährungswissenschaften, Diätologie, Sportwissenschaften und Nahrungsmittelproduktion. Als führende Fortbildungs- und Forschungs-Institution für Ernährungsmedizin in Österreich richtet es regelmäßig wissenschaftliche Veranstaltung aus und publiziert vierteljährlich das "Journal für Ernährungsmedizin". Weitere Informationen unter: www.oeaie.org

Artikel teilen:    

Artikel Online geschalten von: / holler /

