

KURZBERICHT

Thema	Wirksamkeit des Einsatzes von elektronischen- bzw. Massenmedien zur Prävention von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen
Schlüsselbegriffe	Adipositasprävention, Kindes- und Jugendalter, randomisierte/kontrollierte Studien, Neue Medine
Ressort, Institut	BMG
Auftragnehmer(in)	IBF Adipositaserkrankungen- Universität Leipzig
Projektleitung	PD Dr. med. Susann Weihrauch-Blüher
Autor(en)	S. Weihrauch-Blüher, S. Koormann, S. Wiegand
Beginn	15.06.2015
Ende	31.12.2015

Vorhabensbeschreibung, Arbeitsziele (max. 1.800 Zeichen)

Eine der Hauptursachen für die steigende Anzahl von Adipositas (Fettleibigkeit) im Kindes- und Jugendalter ist der veränderte Lebensstil mit verringerter körperlicher Aktivität und steigendem Medienkonsum. Elektronische Medien stellen jedoch möglicherweise auch einen neuen Ansatz für Maßnahmen (Interventionen) zur **Adipositas-Prävention** im Kindes- und Jugendalter dar.

Ziel dieses Projekts war es, die Informationsbasis zu wirksamen Maßnahmen der Adipositas-Prävention im Kindes- und Jugendalter unter Nutzung elektronischer Medien zu verbessern. Die Ergebnisse sollen dabei zur Entscheidungsfindung beitragen, wie elektronische Medien zukünftig in der Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen eingesetzt werden können.

Das vorliegende Projekt verfolgte die folgenden Fragestellungen:

1. Können elektronische Medien zur Adipositas-Prävention im Kindes- und Jugendalter genutzt werden?
2. Welche Interventionen gibt es dazu bisher?
3. Welche Medien werden hauptsächlich genutzt?
4. Innerhalb welcher Lebenswelten (Settings) werden diese Interventionen angeboten?
5. Welche Erfolge lassen sich kurzfristig erzielen?
6. Gibt es bereits Hinweise auf Nachhaltigkeit?

Durchführung, Methodik

Es erfolgte eine systematische Literaturrecherche zum Thema „Elektronische Medien zur Prävention von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen“ in elektronischen Datenbanken. Eingeschlossen wurden wissenschaftliche (randomisierte und/oder kontrollierte) Studien, die sich mit dem Einsatz von Medien innerhalb einer Maßnahme zur Prävention von Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen bis 18 Jahre beschäftigen. Studien zu folgenden Medien wurden in die Auswertung aufgenommen: Telefon, Radio, Fernseher inkl. Video, DVD, Blu-Ray, Computer, Handy oder Smartphone, Internet, Tablets.

Gender Mainstreaming

Die Auswertung der Maßnahmen zum Einsatz neuer Medien erfolgte –soweit möglich– getrennt für Jungen und Mädchen, um geschlechtsspezifische Aussagen zu den Effekten der einzelnen Interventionsformen auf die Adipositas-Prävention im Kindes- und Jugendalter treffen zu können.

Ergebnisse, Schlussfolgerungen, Fortführung

Insgesamt wurden 909 Studien gefunden, in die Analyse aufgenommen wurden letztendlich 88 Artikel. Die Ergebnisse für die jeweiligen Medien lassen sich wie folgt zusammenfassen.

Aktive Videospiele (z.B. Sportspiele auf einer PlayStation®, Xbox®) führten im Vergleich zu inaktiven Spielen nicht zu einer bedeutsamen (signifikanten) Steigerung der körperlichen Aktivität. Es gibt jedoch Hinweise dafür, dass aktive Videospiele innerhalb einer gleichaltrigen Gruppe (Peer Group) positive Effekte auf den Aktivitätsgrad haben.

Das Telefon (d. h. die Intervention erfolgte über das Festnetz) wurde in den meisten Fällen nicht als alleinige Methode angewendet. In diesen Interventionen konnten allerdings positive Veränderungen auf bestimmte lebensstilrelevante Verhaltensweisen erreicht werden, wenn telefonbasierte Angebote Bestandteil der Intervention waren. Interventionen unter Nutzung von Handy wurden hauptsächlich dazu genutzt, den Teilnehmern regelmäßige SMS-Nachrichten zu senden und z.B. an bestimmte Interventionsinhalte oder Schulungstermine zu erinnern. Mehrere Studien konnten zeigen, dass dadurch in den untersuchten Gruppen ein geringerer Ausstieg (Dropout-Rate) zu verzeichnen war als in der Kontrollgruppe und sich durch regelmäßige Textnachrichten die Motivation zur Studienteilnahme erhöhen lässt.

Die Ergebnisse internetbasierter Interventionen sind widersprüchlich und die angebotenen Maßnahmen sehr verschieden. Daten zu Interventionen mit Smartphones sind im Kindes- und Jugendalter bisher sehr limitiert. Die vorhandenen Studien zeigten jedoch ein verbessertes Ernährungsverhalten der teilnehmenden Mädchen. Der Einsatz mehrerer Medien innerhalb einer Intervention zeigte keine signifikanten Verbesserungen des Lebensstils im Vergleich zu den Kontrollgruppen. Eine Kombination mehrerer Medien scheint somit keinen Vorteil zu bringen im Vergleich zu einem einzelnen Interventionselement. Die Bewerbung von (ungesunden) Nahrungsmitteln bzw. Snacks bei Internet-, TV-, DVD- oder Videobasierten Interventionen war mit einer höheren Kalorienaufnahme der Teilnehmer assoziiert.

Schlussfolgerungen: Die heute zur Verfügung stehenden Daten zum Einsatz elektronischer Medien zur Adipositas-Prävention im Kindes- und Jugendalter konnten bisher keine positiven Effekte in Bezug auf die Prävention von Übergewicht aufzeigen, sondern lediglich auf bestimmte lebensstilrelevante Verhaltensweisen, dies aber auch nur kurzfristig und mit geringem Erfolg (Effektstärken). Untersuchungen zum langfristigen Effekt solcher Interventionen auf die Adipositas-Prävalenz von Kindern und Jugendlichen stehen bisher nicht zur Verfügung. Bisher sind nur sehr wenige wissenschaftlich gesicherte (valide) Studien zum Thema vorhanden. Für einige Studien wurde bisher nur das Studienprotokoll publiziert und es liegen noch keine Ergebnisse vor. Allgemeingültige Aussagen sind aufgrund der Verschiedenartigkeit (Heterogenität) der bisher vorhandenen Studien in Bezug auf Art der Intervention, Interventionsdauer, Nachbeobachtungszeit und primären/sekundären Endpunkten bisher nicht möglich, insofern können bisher keine allgemeingültigen Empfehlungen zum Einsatz elektronischer Medien in der Adipositas-Prävention im Kindesalter abgeleitet werden.

Abbildungen

Tabellen

Umsetzung der Ergebnisse durch das BMG

Die Ergebnisse werden in die weitere Entwicklung des Förderschwerpunktes „Prävention von Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen“ einbezogen.

verwendete Literatur

- AN JL, HAYMAN Y, PARK T, et al (2009). Web-based weight management programs for children and adolescents: a systematic review of randomized controlled trial studies. *ANS Adv Nurs Sci*. 32(3): 222-240.
- BURKE V, BEILIN L, DURKIN K, et al. (2006). Television, computer use, physical activity, diet and fatness in Australian adolescents. *Int J Pediatr Obes* 1(4): 248-255.
- KRISHNA S, BOREN S and BALAS E (2009). Healthcare via cell phones: a systematic review. *Telemed JEHealth* 15(3): 231-240.
- WATERS E, de SILVA-SANIGORSKI A, HALL B, et al. (2011). Interventions for preventing obesity in children. *Cochrane Database Syst Rev* Dec 7(12): CD001871. doi: 001810.001002/14651858.CD14001871.pub14651853.
- WONG F, HUHMAN M, HEITZLER C, et al. (2004). VERB - a social marketing campaign to increase physical activity among youth. *Prev Chronic Dis* 1(3): A10.