

# Das Ernährungsverhalten von Somalierinnen in der ersten Zeit nach ihrer Einwanderung in die Schweiz

Aline Zürcher

Studiengang Ernährung und Diätetik (BSc), ERB13

## Einleitung

Migranten, die bereits seit längerer Zeit in ihrem Gastland leben, haben ein erhöhtes Risiko für Adipositas im Vergleich zu denen, die kürzlich eingewandert sind [1, 2, 3]. Herausforderungen bezüglich der Ernährung sind in der ersten Zeit nach der Migration unvermeidlich und beeinflussen die Entwicklung der späteren Essgewohnheiten. Ziel dieser Arbeit ist es, herauszufinden, mit welchen von diesen Schwierigkeiten/Einflussfaktoren kürzlich in die Schweiz eingewanderte Somalierinnen konfrontiert sind sowie zu beobachten, wie sich ihr Umgang damit auf ihr Ernährungsverhalten auswirkt.

## Fragestellung

Wie beeinflusst die Zuwanderung in die Schweiz das Ernährungsverhalten von Somalierinnen in der Anfangszeit?

## Methodik

Zur Beantwortung der Fragestellung wurde ein qualitatives Forschungsdesign gewählt. Sechs erwachsene Somalierinnen aus dem Kanton Freiburg, welche zwischen 2004 und 2011 in die Schweiz eingewandert sind, wurden mittels semi-strukturierter Einzelinterviews befragt. Die Auswertung der Daten erfolgte in Anlehnung an die qualitative Inhaltsanalyse nach Mayring [4].

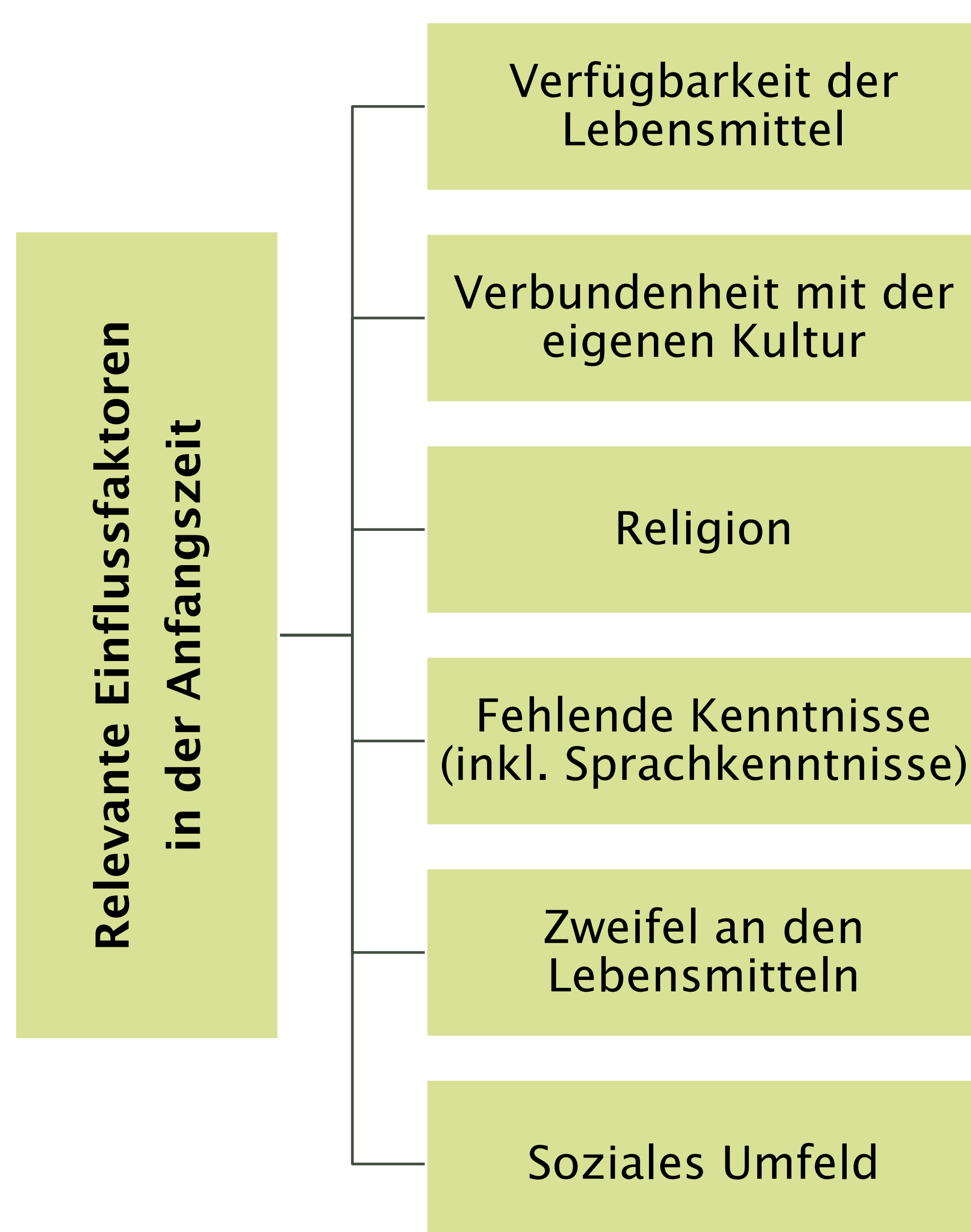


Abbildung 1: Relevante Einflussfaktoren in der Anfangszeit



Abbildung 2: Eingewanderte Somalierinnen müssen sich mit der lokalen Esskultur vertraut machen.

## Ergebnisse

Vielfältige Einflussfaktoren konnten erhoben werden, wobei sich einige als besonders relevant für die Anfangszeit erwiesen haben. Diese sind in Abbildung 1 dargestellt. Ihre Auswirkungen auf das Ernährungsverhalten der somalischen Migrantinnen sind individuell, allerdings ist bei allen Befragten eine Vermischung zwischen der traditionellen und der lokalen Ernährung ersichtlich.

## Diskussion

Zahlreiche in der Literatur genannte Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten der Migranten spiegeln sich in den Ergebnissen dieser Arbeit wieder. Möglicherweise ist die erste Phase nach der Einwanderung selbst in vier Unterphasen gegliedert, wobei jede der Unterphasen mit einem bestimmten Ernährungsverhalten verbunden ist. Die vier Unterphasen sind in zeitlicher Reihenfolge: die Restriktions-/Beobachtungs- und Testphase, die Integrationsphase, die Korrekturphase und die Stabilisationsphase.

## Schlussfolgerung

Ernährungsfachleute sollten bei der Beratung von kürzlich eingewanderten Migranten auf einen gelungenen Beziehungsaufbau achten und jede Person als Individuum betrachten. Mithilfe von konkreten Interventionen wie zum Beispiel gemeinsamen Einkäufen oder gemeinsamem Kochen sollten sie ihnen helfen, sich zwischen ihrer traditionellen und der lokalen Esskultur zurechtzufinden. Die einzelnen erhobenen Einflussfaktoren und andere Migrationsgruppen stellen weitere Forschungsgebiete dar.

## Literatur

- [1] Antiporta, D. A., Smeeth, L., Gilman, R. H., & Miranda, J. J. (2016). Length of urban residence and obesity among within-country rural-to-urban Andean migrants. *Public Health Nutrition*, 19(07), 1270-1278. <http://doi.org/10.1017/S1368980015002578>
- [2] Kaplan, M. S., Huguette, N., Newsom, J. T., & McFarland, B. H. (2004). The association between length of residence and obesity among Hispanic immigrants. *American journal of preventive medicine*, 27(4), 323-326. doi:10.1016/j.amepre.2004.07.005
- [3] Lee, C.-H., Yun, J.-M., Han, J.-S., Park, S.-M., Park, Y.-S., & Hong, S.-K. (2012). The Prevalence of Chronic Diseases among Migrants in Korea According to Their Length of Stay and Residential Status. *Korean Journal of Family Medicine*, 33(1), 34. <http://doi.org/10.4082/kjfm.2012.33.1.34>
- [4] Mayring, P. (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken*. Weinheim [u.a.]: Beltz.

Abbildung 2: iStock.com/HASLOO



Berner Fachhochschule  
Haute école spécialisée bernoise  
Bern University of Applied Sciences

► Gesundheit | Ernährung und Diätetik

Bachelor-Thesis 2016, Kontakt: zurcher5@hotmail.com