

Qualitative Evaluation eines multidisziplinären Ferienlagers für übergewichtige und adipöse Jugendliche

Ezgi Fistik, Ursula Schweizer
Studiengang Ernährung und Diätetik (BSc), ERB13

In der Schweiz sind aktuell über 17 % der Schulkinder übergewichtig, ca. 4.5 % davon sind adipös [1]. Trotz dieser hohen Prävalenz gibt es nur ein bescheidenes Angebot an Behandlungsmöglichkeiten [2]. Das BEST-Lager (Bewegung, Ernährung, Spass, Topfit) ist ein vom Sportamt Basel organisiertes Adipositasprogramm. Es wurde im Rahmen dieser Bachelor Thesis anhand der folgenden Fragestellung hinsichtlich der Ernährungsmassnahmen des Lagers untersucht:

Welche Herausforderungen stellen sich den Jugendlichen und deren Eltern bei der Umsetzung von Ernährungsmassnahmen nach Ende des BEST-Lagers bis vier Monate danach?

Methode

- Design: Qualitative Forschungsmethode
Instrument: Halbstrukturierte Leitfadeninterviews
Zielgruppe: Teilnehmende des BEST-Lagers 2015 und deren Eltern
Erhebung: Einzelinterviews – Jugendliche und Eltern im Rahmen eines Koch-Bewegungstages getrennt befragt
Auswertung: Zusammenfassende Inhaltsanalyse nach Mayring [3]

Ergebnisse

Von insgesamt 17 Teilnehmenden, wurden drei männliche und drei weibliche Jugendliche im Alter von 11-15 Jahren interviewt. Zudem wurden fünf Mütter und eine Betreuungsperson befragt.

Die Jugendlichen nehmen viele positive Erinnerungen, Ideen zur Veränderung und Motivation zur Gewichtsreduktion aus dem BEST-Lager mit nach Hause. In den Interviews wurden von den Jugendlichen und Eltern nicht dieselben Herausforderungen und Barrieren genannt (Tab. 1). Bezüglich der Lagermassnahmen wurde hauptsächlich über die Umsetzung des Tellermodells berichtet (Abb. 1).

Tabelle 1: Genannte Herausforderungen und Barrieren in Bezug auf die Umsetzung von Ernährungsmassnahmen nach der Teilnahme am BEST-Lager

Jugendliche	Eltern
<ul style="list-style-type: none">- Übersetzung in tamilische Küche- Lieblingsmahlzeiten (nicht nachschöpfen)- Eigener Geburtstag oder an Festen- Grosser Hunger- Fehlende visuelle Unterstützung- Fehlende Familienmahlzeiten- Umzug und Todesfall in der Familie- Gewünschte Lebensmittel nicht verfügbar- Wenn Essregeln nicht für die ganze Familie gültig sind- Vergessen der Massnahmen	<ul style="list-style-type: none">- Auswärtsessen- Sättigung spüren- Nach Tellermodell kochen- Unterschiedliche Bedürfnisse der Kinder- Abneigungen und Vorlieben der Jugendlichen- Langeweile und Frust- Mangelnde Eigenverantwortung- Keine Zwischenmahlzeiten- Aggressives Verhalten bei Hunger- Süssigkeiten als Geschenk- Mangelnde Zeit für Menüplanung- Fehlwissen der Jugendlichen- Vernachlässigung der Umsetzung- Fehlende Motivation

- Gemüse/Früchte
- Kohlenhydrate
- Eiweiss

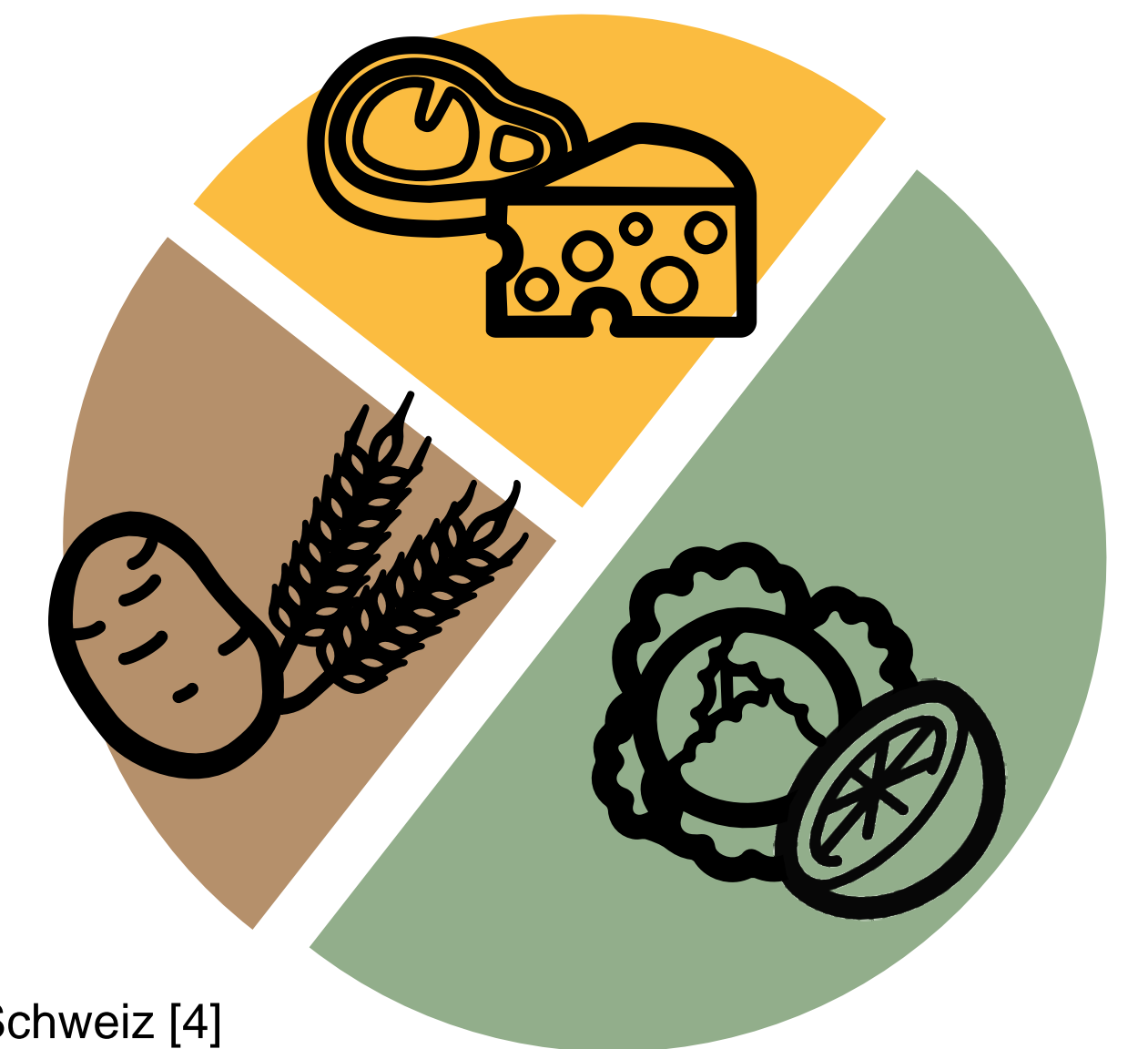


Abbildung 1: Eigene Darstellung des Tellermodells nach Nestlé Schweiz [4]

Diskussion

Die Ergebnisse dieser Forschungsarbeit unterstreichen, dass die Unterstützung durch die Eltern und die Motivation der Jugendlichen bei der Umsetzung von Massnahmen unabdingbar sind [5;6]. In der Theorie wird beschrieben, dass Verhaltensänderungen nur dann möglich sind, wenn Betroffene neu gelernte Massnahmen in ihren Alltag überführen können [6]. Dies wird durch das BEST-Lager ermöglicht. Mit der Zeit treten jedoch die unterschiedlichsten Schwierigkeiten auf. Hier stellt sich die Frage wie das Thema einer Ernährungsumstellung den notwendigen Stellenwert im Leben der Betroffenen und deren Familien haben kann.

Schlussfolgerung

Das BEST-Lager sensibilisiert die Jugendlichen und deren Familien auf die Gewichtsproblematik und gibt den Impuls zur Verhaltensänderung. Die aktive Auseinandersetzung mit der Thematik lässt jedoch nach wenigen Monaten nach. Aufgrund dessen drängt sich eine multidisziplinäre Weiterbetreuung im ambulanten Setting auf. Ernährungsberaterinnen, Ernährungsberater spielen dabei eine wichtige Rolle. Jugendliche und deren Familien müssen bei der Vertiefung und Integration von Ernährungsthemen kontinuierlich begleitet werden, um Übergewicht und Adipositas nachhaltig bekämpfen zu können.

Literaturverzeichnis

- [1] Stamm, H., Bauschatz, A.-S., Ceschi, M., Guggenbühl, L., Lamprecht, M., Ledergerber, M., ... Wiegand, D. (2016). *Monitoring der Gewichtsdaten der schulärztlichen Dienste der Städte Basel, Bern und Zürich. Vergleichende Auswertung der Daten des Schuljahres 2014/2015*. Gesundheitsförderung Schweiz Faktenblatt 13, Bern und Lausanne
- [2] l'Allemand, D., Kirchhoff, E., Bolten, M., Zumbunn, A., Martin, X., Sempach, R., & Farpour-Lambert, N. (2014). Evaluation of therapy for overweight children and adolescents in Switzerland: Therapy in multiprofessional group programs – Part 2 of KIDSSSTEP, collection and analysis of data, Final report February 12th, 2014 Abgerufen von: http://www.bag.admin.ch/themen/ernaehrung_bewegung/15357/15446index.html?lang=de&download=NHZLpZeg7t, np6l0NTU042l2Z6ln1acy4Zn4Z2qZpnO2YUq2Z6gpJCLfH1,gWym162epYbg2c_JJKbNoKSn6A--
- [3] Mayring, P. (2015). *Qualitative Inhaltsanalyse: Grundlagen und Techniken* (12. überarb. Aufl.). Weinheim und Basel: Beltz.
- [4] Nestlé in der Schweiz, Service Nutrition 2012. *Der ausgewogene Teller*. Abgerufen von <https://www.nestle.ch/de/ernaehrung/ausgewogene-mahlzeit/documents/nutriassietted.pdf>
- [5] Hänggeli, B., Laimbacher, J., Gutzwiler, F., & Fäh, D. (2008). Adipositas therapie bei Kindern und Jugendlichen in der Schweiz: Wo liegen die Hürden? *Schweizerische Ärztezeitung* 2008; 89: 7.
- [6] de Vries, U., Koletzko, B., & Petermann, P. (2008). Adipositas im Kindes- und Jugendalter: Elternzentrierte Interventionen. *Montasschr Kinderheilk* 2008. 156:177-186. doi: 10.1007/s00112-007-1644-0