

Einführung

Einführung peb-Symposium „Perinatale Prävention von Übergewicht - werdende und junge Eltern als Zielgruppe für die Gesundheitsförderung und Prävention

Prof. Dr. med. Aloys Berg (Vorstandsvorsitzender peb)

Leiter des Arbeitsbereichs Sporternährung am Inst. f. Sport u. Sportwissenschaft (IfSS) der Universität Freiburg und des Kompetenzzentrums Sporternährung (LSV BW)

[es gilt das gesprochene Wort]

Liebe Kolleginnen und Kollegen,
sehr geehrte Damen und Herren,

herzlichen Dank, dass Sie nach unserem erfolgreichen Symposium im vergangenen Jahr an dieser Stelle erneut so zahlreich erschienen sind. Nachdem wir Ihnen im letzten Jahr die Evaluationsergebnisse unseres Projekts „gesunde kitas • starke kinder“ vorgestellt haben, gehen wir in diesem Jahr im Lebenslauf noch einen Schritt nach vorne: Wir möchten Ihnen unsere Erkenntnisse und Überlegungen im Bereich der jungen und werdenden Eltern als Zielgruppe für die Gesundheitsförderung und Prävention vorstellen. Dafür möchten wir den Begriff der „Perinatalen Prävention“ in die Diskussion einführen. Denn nur 23 Treffer bei Google zu diesem Thema sind doch ein Hinweis darauf, dass dieser – meiner Ansicht nach sehr treffende Begriff – und die damit zusammenhängenden Überlegungen in unserer Fachöffentlichkeit noch nicht genügend Aufmerksamkeit finden. Die Plattform Ernährung und Bewegung will die Erkenntnisse aus der „Perinatalen Programmierung“ aufgreifen und daraus adäquate Ansätze und Maßnahmen für die Übergewichtsprävention entwickeln. Denn eine grundsätzliche Erkenntnis scheint sich durch das gesamte Thema zu ziehen: Je früher Prägungen für einen gesunden Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und viel Bewegung greifen, desto geringer das Übergewichtsrisiko – und je früher hier die Maßnahmen ansetzen, desto besser können sie ihre Wirkung entfalten.

Für die, die die Plattform Ernährung und Bewegung e.V. – kurz peb – noch nicht kennen, möchte ich unser Bündnis zunächst kurz erläutern. peb ist das übergreifende gesellschaftliche Bündnis für einen gesunden Lebensstil mit ausgewogener Ernährung und mehr Bewegung. In peb engagieren sich Akteure aus öffentlicher Hand und Sport ebenso wie aus Wirtschaft, Berufsverbänden und Fachgesellschaften – aus Medizin, Pädagogik, Sport- und Ernährungswissenschaft sowie Elternverbände und Verbraucherorganisationen.

Einführung

Mit über 100 Akteuren sind wir das größte Bündnis zur Übergewichtsprävention bei Kindern und Jugendlichen in Europa.

Damit Sie sich ein Bild von unserer Arbeit machen können, möchte ich einige unserer Pilotprojekte kurz umreißen:

- Mit „gesunde kitas – starke kinder“ hat peb ein KiTa-Projekt initiiert, das gleichermaßen die Komponenten Ernährung, Bewegung, Entspannung und Gesundheitsdialog mit den Eltern beinhaltet. Mit gutem Erfolg haben wir allein in der Pilotphase 700 pädagogische Fachkräfte an fünf Standorten erreicht.
- In über 20 „Regionen mit peb“ haben wir mehr als 1.000 Akteure dabei unterstützt, regionale Strukturen der Gesundheitsförderung zu schaffen.
- Wir haben mit den TV-Spots Peb & Pebber den renommierten TV-Preis „Weißer Elefant“ gewonnen. Mit den Spots erreichen wir jeweils ca. 160.000 Zuschauer bei über 1.500 Ausstrahlungen – hochgerechnet wären das 240 Millionen.

Im Rahmen eines explorativ angelegten Pilotprojektes haben wir auch den Grundstein für das gelegt, was wir Ihnen heute unter dem Begriff „Perinatale Prävention“ vorstellen möchten. Mit der peb-Studie „Information und Unterstützung für junge Eltern“ wurden Einstellungen, Lebensstile, Gesundheitsbewusstsein und Ernährungs- und Bewegungsverhalten beleuchtet. Der Fokus der Studie lag darauf, den Einfluss der Familie auf die Themen Ernährung und Bewegung insbesondere in der frühen Phase der Kindheit zu untersuchen. Die quantitativ erhobenen Studienergebnisse wurden durch qualitative – tiefenpsychologische – Interviews ergänzt. Durch die Kombination von quantitativen und qualitativen Ergebnissen konnten so Fragen zu Wissen, Motiven, Voraussetzungen oder hindernden Faktoren für gesundheitsorientiertes Verhalten in den Familien detailliert ermittelt werden. Die Studie wurde mit Mitteln des Bundesministeriums für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz (BMELV) gefördert. Hier stichwortartig einige Ergebnisse, auf die wir mit unserem Engagement für die „Perinatale Prävention“ aufbauen wollen:

- Junge Eltern hemmen oft den natürlichen Bewegungsdrang ihrer Kinder statt ihn zu fördern.
- Der Kinderarzt ist die wichtigste und am häufigsten aufgesuchte Vertrauensperson der jungen Eltern.
- Jungen Eltern bereitet es immer noch immer eher Sorgen, dass Kinder zu wenig essen als zuviel essen.
- Um Konflikte zu vermeiden, versuchen junge Eltern ihre Kinder mit Medienkonsum und Lebensmitteln (außerhalb der Mahlzeiten) ruhig zu stellen.

Einführung

- Väter sind zumeist aktiver bei der Bewegungsförderung ihrer Kinder als Mütter.
- Die grundsätzlichen Informationen zum gesunden Lebensstil sind den meisten jungen Eltern bekannt. Die Umsetzung im Alltag fällt jedoch oft schwer.
- Sprechen junge Eltern über einen gesunden Lebensstil, wird dem Thema Ernährung ein hoher Stellenwert eingeräumt, das Thema Bewegung wird kaum erwähnt.

Nun möchte ich Ihnen kurz meine Mitstreiter bei der Plattform Ernährung und Bewegung vorstellen, die sich in ihren jeweils eigenen Fachgebieten um die „Perinatale Prävention“ verdient gemacht haben und Ihnen im Anschluss ihre Erkenntnisse präsentieren.

Zunächst wird Ihnen mein Vorstandskollege bei der Plattform Ernährung und Bewegung, Prof. Dr. med. Berthold Koletzko, Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin am Dr. von Haunerschen Kinderspital des Universitätsklinikums München, detaillierte Informationen aus der medizinischen Forschung zum Thema vermitteln. Prof. Koletzko wird vielen von Ihnen, die sich mit der kindlichen Adipositas beschäftigen, bekannt sein, da er einer der führenden Pädiater in diesem Fachgebiet ist.

Daran anschließend wird Ihnen meine Freiburger Kollegin PD Dr. med. Ulrike Korsten-Reck von der medizinischen Universitätsklinik Freiburg die Risikofaktoren im Zusammenhang mit dem mütterlichen Übergewicht in Schwangerschaft und Stillperiode vorstellen. Mit ihrem sportmedizinischen Hintergrund wird sie Ihnen wichtige Argumente für eine bewegte Schwangerschaft aufzeigen. Ulrike Korsten-Reck ist übrigens auch Sprecherin des Expertenbeirats der Plattform Ernährung und Bewegung.

Abschließend wird Ihnen mein Kollege aus dem erweiterten peb-Vorstand, Dr. Thomas Kauth, seine Ansätze zur interdisziplinären Netzwerkarbeit zwischen Gynäkologen, Hebammen und Pädiatern zur positiven frühkindlichen Prägung vorstellen. Er ist niedergelassener Kinderarzt in Ludwigsburg, wo er die Vernetzung gemeinsam mit peb in Kürze in die Praxis umsetzen möchte. Thomas Kauth vertritt in unserem Vorstand den Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte.

Ich wünsche Ihnen jetzt spannende und erhellende Beiträge in unserem Symposium „Perinatale Prävention von Übergewicht - werdende und junge Eltern als Zielgruppe für die Gesundheitsförderung und Prävention“ und freue mich auf eine anregende Diskussion.

Einführung

Für diese Diskussion sowie für die gesamte Arbeit von peb gilt: Input und Ideen aus allen Disziplinen sowie aus Wissenschaft und Praxis sind willkommen. Unser Anliegen ist es nicht, im stillen Kämmerlein eigene Projekte zu entwickeln. Vielmehr wollen wir auf der Basis gesammelter Erfahrungen und Erkenntnisse Best-Practice-Ansätze realisieren. In diesem Sinne stellen wir auch die Ergebnisse unserer Arbeit nach dem „Open-Source-Prinzip“ allen relevanten Akteuren zur Verfügung. Denn nur so kann es uns gelingen, die Präventionsarbeit in Deutschland zu optimieren und einen Beitrag zum gesünderen Aufwachsen unserer Kinder zu leisten. Dies kann kein Akteur alleine leisten sondern nur ein Verbund starker und engagierter Partner.