

Aufgaben und Entwicklungen während der Corona-Pandemie innerhalb des Schulungsprogramms FITOC



Freiburg Intervention Trial for Obese Children

Abt, Y.; Wagner, S.; Braun-Ritter, L.; Wölker, U.; Korsten-Reck, U.

Hintergrund:

Während der COVID-19-Pandemie haben Kinder und Jugendliche noch mehr an Gewicht zugenommen als in den Jahren zuvor (Vogel et al., 2022). Angesichts dieser Entwicklung resultiert ein noch größerer Handlungsbedarf als vor der Pandemie. In Freiburg werden im Rahmen des zertifizierten interdisziplinären Therapieprogramms FITOC übergewichtige Kinder und Jugendliche therapiert. Die coronabedingten Kontaktbeschränkungen erschwerten die gewohnte Durchführung des Programms. Daher mussten der Sportunterricht und die ernährungstherapeutischen Bausteine an die Pandemiesituation angepasst werden. Hygienerichtlinien, Teilungen der Gruppen, Online-Module sowie Online-Ernährungsberatungen wurden umgesetzt.

Methodik:

Im Rahmen des FITOC-Programms wurden die Gewichte von n=21 Teilnehmer:innen vor Beginn (T0) und am Ende des 12-monatigen Programms (T1) gemessen. Zudem wurden Ernährungsverhaltensweisen bei der Abschlussuntersuchung abgefragt. Die Ausdauerleistung wurde im FITOC-Training anhand des 6-Minuten-Laufs wöchentlich gemessen und die Entwicklung beobachtet.

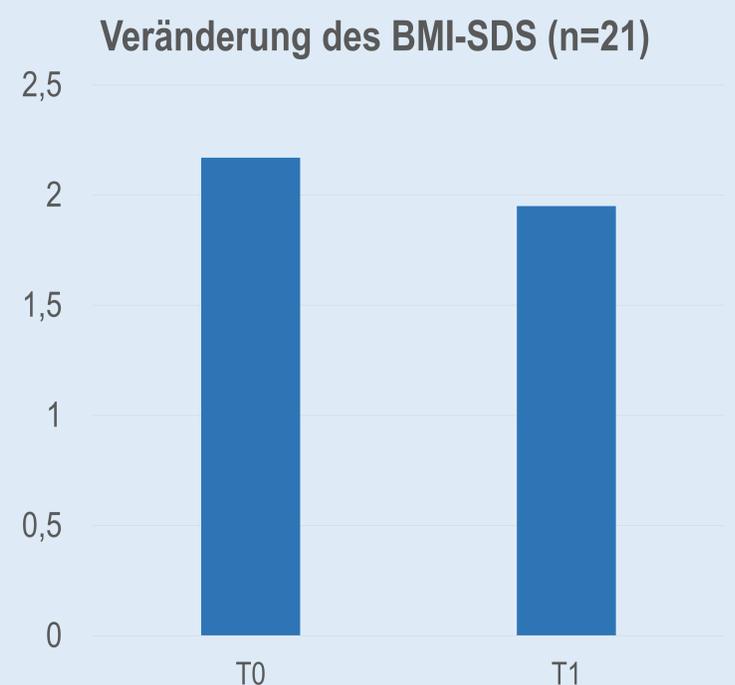
Ergebnisse:

Die Stichprobe bestand aus 10 Mädchen und 11 Jungen. Der Altersdurchschnitt zum Start des Programms beträgt M=10,81 Jahre.

Im Durchschnitt fand sich bei den Teilnehmer:innen nach einem Jahr ein signifikant niedrigerer BMI-SDS (M = 1,95; SD = 0,52) als vor Beginn des Programms (M = 2,17; SD = 0,42; tdf=20 = 4,462; p < 0,001).

Kinder, die laut eigenen Angaben ihre Portionsgrößen verringerten, mehr Gemüse als Obst verzehrten und überwiegend Wasser als Getränk zu sich nahmen, erzielten die größten Erfolge.

Die Ergebnisse des 6-Minuten-Laufs deuten auf eine Verbesserung der Ausdauerfähigkeit hin.



Diskussion:

Auch während der Corona-Pandemie konnte im FITOC-Programm eine Verringerung des Gewichts der Teilnehmer:innen erzielt werden. Einige der pandemiebedingten Änderungen des FITOC-Programms bleiben bis heute bestehen, da sie sich langfristig als erfolgreich gezeigt haben.

Kontakt:

Yvonne Abt
info@fitoc.de
www.fitoc.de