

Projektexposé



Projekthintergrund

Die heutigen Probleme durch Übergewicht und Adipositas sind im Grunde evolutionsbedingt. Der menschliche Körper hat sich im Laufe seiner Entstehungsgeschichte darauf eingestellt, ständig zur Nahrungsbeschaffung in Bewegung zu sein und Hungerperioden durch ein effizientes Speichersystem im Körper, der Fettspeicherung unbeschadet zu überstehen. Durch Urbanisation, Industrialisierung und der heutigen Computerisierung wurde der Mensch sesshaft und "träge". Seit wenigen Jahrzehnten ist kaum mehr Bewegung nötig und Nahrung gibt es im Überfluss, so dass man heute davon ausgehen muss, dass gerade das Missverhältnis von hoher Energiezufuhr durch Nahrung und niedrigem Energieverbrauch durch mangelnde Bewegung die Hauptursache für die Ausbildung von Übergewicht ist.

Im Zeitalter von Fast Food, Internet, Computerspielen und Fernsehkonsum stellt Übergewicht eine zunehmende gesundheitliche Bedrohung für jeden Einzelnen dar, sowie insbesondere auch für die Gesellschaft durch explodierende Kosten. So leidet laut WHO heute bereits ein Sechstel der Weltbevölkerung, etwa 1,1 Mrd. Menschen, an Übergewicht. In Deutschland belaufen sich die jährlichen Folgekosten derzeit auf ca. 70 Mrd. €. Besondere Aufmerksamkeit bei der Prävention von Übergewicht muss unserer heutigen Jugend entgegengebracht werden, denn dicke Kinder von heute werden unser Problem von morgen sein.



Projektziel

Das Projekt **FOODMANAGER** der Hochschule für angewandte Wissenschaften München verfolgt nun die Zielsetzung, durch zielgruppengerechte Aufklärung eine entsprechende Sensibilisierung und damit Prävention im Problembereich Übergewicht und Adipositas speziell bei Kindern und Jugendlichen zu erreichen. Focussiert wird dabei auf einen „interaktiven Energiecheck“, mit dem auf einfache und anschauliche Weise das Verhältnis zwischen Energiezufuhr und Energieverbrauch schnell analysiert werden kann. Damit werden Fehlverhalten bei Ernährung und körperlicher Bewegung aufgedeckt und erforderliche Anpassungen erkennbar (Verhaltensprävention).

Dabei soll aber keine neue Ernährungsberatung oder Präzisionszählung von Kalorien entstehen, wie sie schon genügend präsent sind, sondern eben eine schnelle und einfache Überprüfung der individuellen Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten sowie insbesondere als neues Element deren Verhältnis zueinander (= Energiecheck).

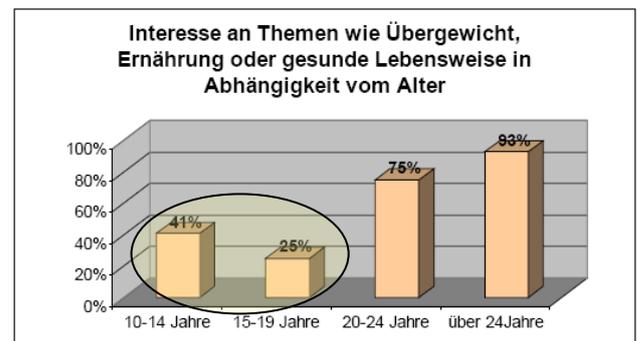
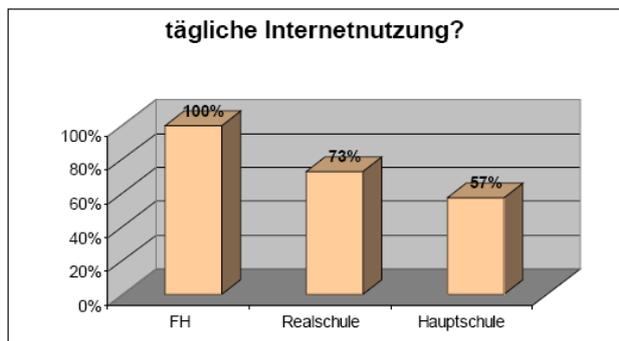
Durch erweiterte Funktionen können die individuellen Ernährungs- und Bewegungsprofile für persönliche Trendauswertungen lokal gespeichert und zur zentralen Analyse in eine Server-Datenbank übertragen werden (Response). Damit stehen differenzierte Daten für Gesundheitsbehörden oder Krankenkassen für demographische Auswertungen oder zur gezielten Planung oder Erfolgskontrolle von Beratungs- oder Aufklärungsaktionen zur Verfügung.

Projektumsetzung

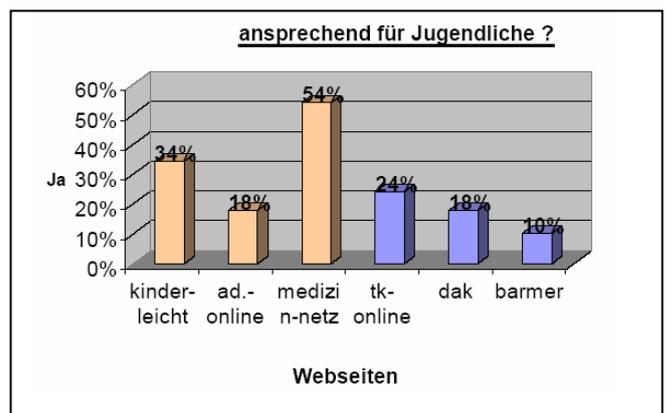
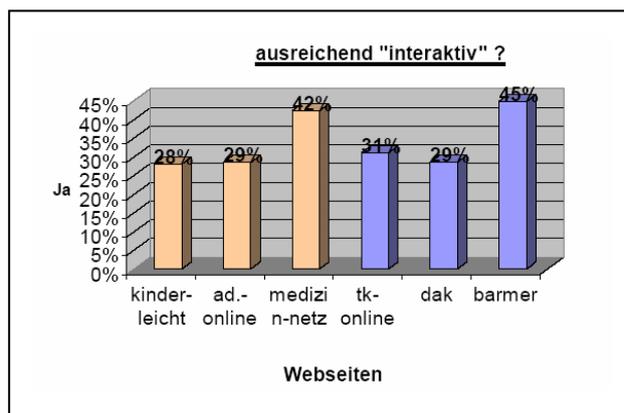
Aus unseren Erfahrungen im earaction-Projekt (www.earaction.de) ist die konsequente Zielgruppenorientierung einer Aufklärungskampagne wie des **FOODMANAGERS** die Grundvoraussetzung für eine entsprechend hohe Akzeptanz und damit Erfolgsgarantie. So wurden im Rahmen einer Vorstudie mit Jugendlichen im Alter zwischen 10 und 20 Jahren umfangreiche Erkenntnisse zu Aufklärungsbedarf, Informationsumfang, Layout und Interaktivität ermittelt. Dabei traten folgende Aspekte zu Tage:



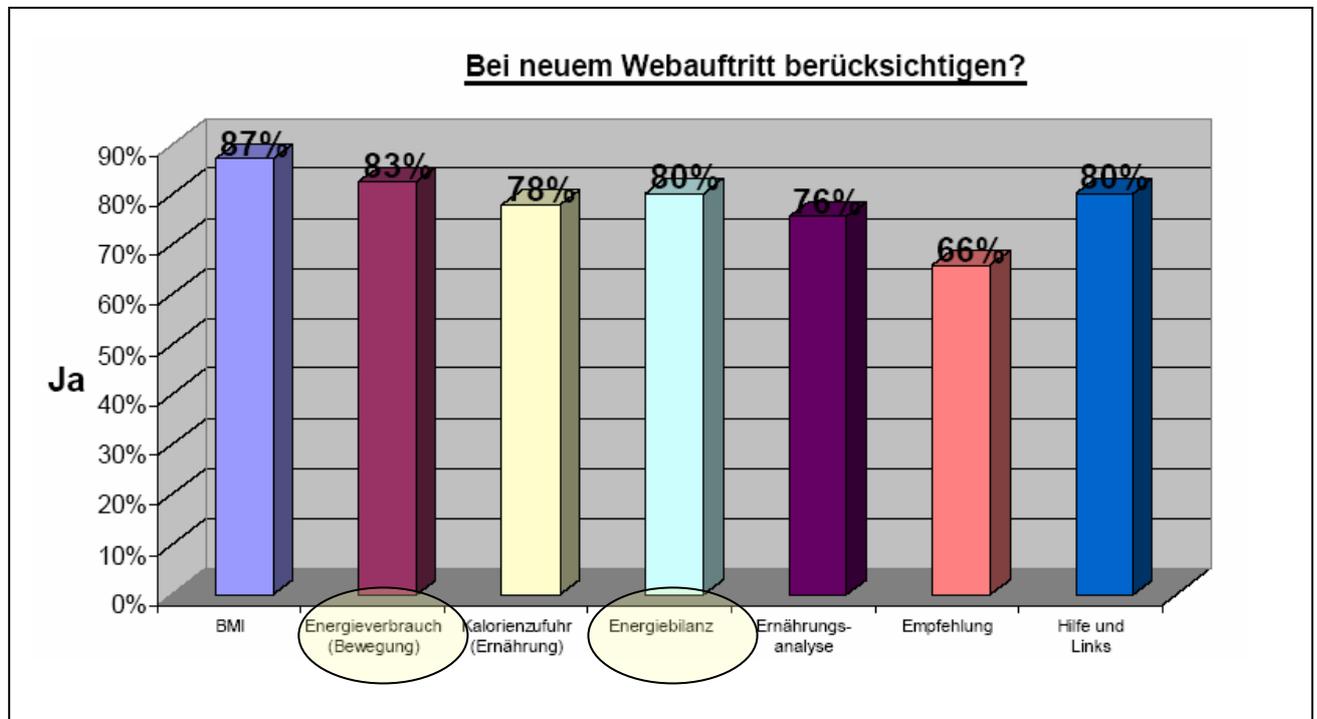
- Die bevorzugte Informationsquelle für Jugendliche ist das Internet, das nahezu täglich genutzt wird.
- Obwohl die Frage nach dem Wunsch für einen neuen, jugendgerechten Internetauftritt zum Thema Ernährung, Bewegung und Gewicht von mehr als 80% der Befragten bejaht wird, zeigen sich beim diesbezüglichen Interesse deutliche altersabhängige Unterschiede mit der Konsequenz, dass speziell die Jugendlichen zwischen 10 und 20 Jahren mit der **FOODMANAGER**-Kampagne erreicht werden müssen!



- Aktuell verfügbare Websites werden als wenig interaktiv und wenig jugendgerecht eingestuft, was eine mangelnde Zielgruppenwahrnehmung und –akzeptanz bewirkt!



- Hinsichtlich der gewünschten Inhalte für den **FOODMANAGER**-Webauftritt werden neben Bekanntem wie Body-Mass-Index (BMI) oder Ernährungsanalyse gerade die neuartigen Bereiche Energieverbrauch und Energiebilanz gefordert.



Aus den umfangreichen Erkenntnissen von Recherche und Vorstudie entstand das Grundkonzept für den **FOODMANAGER**-Webauftritt mit folgenden Inhalten:

- Energiecheck (vgl. Graphik)
 - BMI-Berechnung
 - Tägliches Bewegungsprofil
 - Tägliches Ernährungsprofil
 - Tägliche Energiebilanz
 - Langzeitdokumentation
- Link-Bereich für
 - Ernährungstipps, Ernährungsberatung
 - Selbsthilfegruppen
 - Adipositasambulanzen
 - Folgeprobleme
 - Medizinische Aufklärung

Benefits

Das Projekt **FOODMANAGER** ist so angelegt, dass zum primären Präventionsziel in Form von Aufklärung und Sensibilisierung Jugendlicher zur Übergewichtsproblematik weiterer wissenschaftlicher, gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Nutzen entsteht bzw. erzeugt werden kann:

- Erst durch die online erhobenen Daten (Response) entsteht die Grundlage für differenzierte Analysen, die gezielte Aufklärungskampagnen mit Wirksamkeitskontrollen ermöglichen. Diese können bspw. konkrete Empfehlungen zu Mix und Portfolio von Bewegungsprogrammen ebenso wie spezielle Ernährungstipps beinhalten.
- Für die Nahrungsmittelindustrie werden durch die Responsedaten Informationen über Konsumhäufigkeit, Nahrungsart und ggf. Inhaltsstoffe verfügbar, die gezielte Nahrungsergänzungen bis hin zum Design neuer Nahrungsprodukte ermöglichen.

Kontakt:

Hochschule München Fk09

Projekt „Foodmanager“, Prof. Dr. Bernhard Kurz

Lothstr. 64, 80335 München

Tel. ++49 89 1265-3901

Mobil: ++49 170 3819130

Email: info@foodmanager.org

Weitere Informationen unter: www.foodmanager.org

