

# Übergewicht/Adipositas – das komplexe Zusammenspiel von Einflussfaktoren und Auswirkungen

Professur für Ernährungsökologie, Institut für Ernährungswissenschaft, Justus-Liebig-Universität Gießen  
Mail: [Friederike.Wittig@ernaehrung.uni-giessen.de](mailto:Friederike.Wittig@ernaehrung.uni-giessen.de), Homepage: <http://www.uni-giessen.de/fbr09/nutr-ecol/>

Friederike Wittig, Eva Mertens, Katja Schneider, Nadine Gebhardt, Ingrid Hoffmann

## Problemstellung

Die Prävalenz von Übergewicht/Adipositas ist in den letzten Jahren trotz zahlreicher Präventionsmaßnahmen stark gestiegen. Da sie bei unveränderten Bedingungen weiter zunehmen wird (Butland et al. 2007), besteht dringender Handlungsbedarf (WHO 2007).

Für die Erarbeitung erfolgreicher Präventionsstrategien ist es notwendig, den besonderen Herausforderungen des Problems gerecht zu werden.

Ziel der vorliegenden Arbeit ist es deshalb, das Problemverständnis für Übergewicht/Adipositas zu erhöhen, indem die Komplexität des Problems visualisiert wird.

## Methodik

Für die Darstellung der Komplexität wurde ein qualitatives Ursache-Wirkungs-Modell der Einflussfaktoren auf und Auswirkungen von Adipositas/Übergewicht entwickelt. Es beruht auf den Ergebnissen von etwa 460 Literaturstellen.

Gemäß des ernährungsökologischen Ansatzes wurden Faktoren aus den vier Dimensionen der Ernährung (Gesundheit, Gesellschaft, Umwelt und Wirtschaft) identifiziert und in ihrer Vernetzung dargestellt.

Die kausalen Zusammenhänge des abgebildeten Modells sind in einer elektronischen Version in Hypertextstruktur mit den entsprechenden Informationen hinterlegt und im Internet abrufbar ([www.uni-giessen.de/fbr09/nutr-ecol/forsc\\_adipositas.php](http://www.uni-giessen.de/fbr09/nutr-ecol/forsc_adipositas.php)).

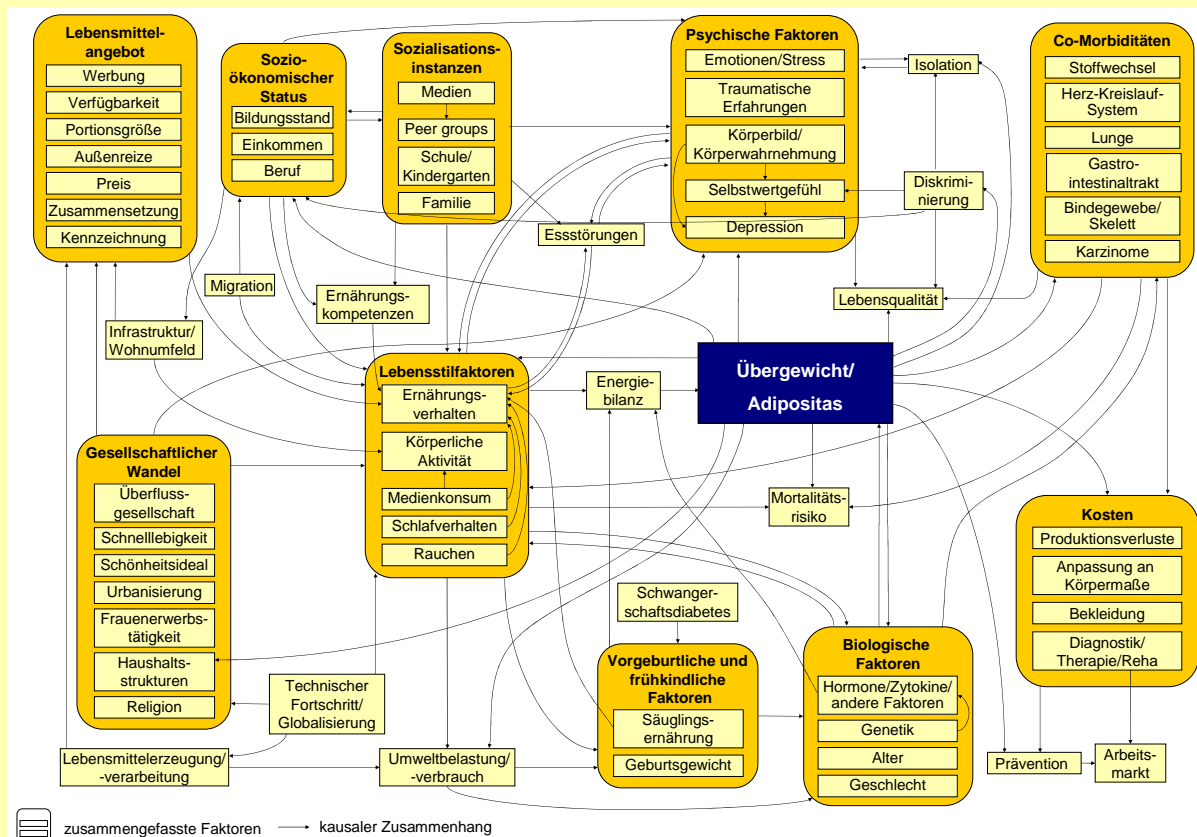


Abb. 1: Einflussfaktoren auf und Auswirkungen von Übergewicht/Adipositas in ihrer Vernetzung (Schneider et al. 2009)

## Ergebnisse

Das Modell (Abb.1) zeigt, dass die Entstehung von Übergewicht/Adipositas durch eine **große Anzahl verschiedener Faktoren** bedingt ist und **viele Auswirkungen** hat. Die einzelnen Faktoren sind dimensionenübergreifend durch zahlreiche Ursache-Wirkungs-Beziehungen **vernetzt**. Durch die Visualisierung werden Wirkketten und -kreise erkennbar. Aufgrund dieser Vernetzung können Einflussfaktoren zu Auswirkungen werden und umgekehrt.

Es sind nur zwei **direkte** Einflüsse auf Übergewicht/Adipositas erkennbar: die Energiebilanz, resultierend aus dem Verhältnis von Energieaufnahme und -verbrauch, sowie biologische Faktoren wie die Genetik. Alle weiteren in der Literatur beschriebenen Faktoren beeinflussen die Entstehung von Übergewicht/Adipositas **indirekt** indem sie Wirkketten bilden, die über die Lebensstilfaktoren und in Folge die Energiebilanz zu Übergewicht/Adipositas führen.

## Schlussfolgerungen

Für einen durchgreifenden Erfolg von Prävention gilt es, die Vielzahl der Faktoren sowie deren Vernetzung zu berücksichtigen und damit der multifaktoriellen Ätiologie von Übergewicht/Adipositas gerecht zu werden. Ein Großteil von Präventionsprojekten zielt lediglich auf die Veränderung der Energiebilanz durch Maßnahmen bezüglich des Ernährungsverhaltens und der körperlichen Aktivität ab. Jedoch müssen weitere Faktoren entlang der Wirkketten und -kreise, welche die Ernährung und die körperliche Aktivität beeinflussen und damit indirekt auf die Entstehung von Übergewicht/Adipositas wirken, zusätzlich berücksichtigt werden.

Mit Unterstützung des Modells kann ein besseres Problemverständnis über die komplexen Zusammenhänge von Übergewicht/Adipositas erreicht werden. Das Modell ermöglicht unter anderem, direkte und indirekte Faktoren aus den vier Dimensionen der Ernährung in ihrem Zusammenspiel bei der Planung von Präventionsmaßnahmen einzubeziehen und so erfolgversprechende Ansatzpunkte zu identifizieren.

## Literatur:

- Butland B, Jebb S, Kopelman P, McPherson A, Thomas S, Mardell J, Parry V: Foresight. Tackling obesity: future choices - Project report. 2nd edition. Bericht des UK Government's Foresight Programme. Government Office for Science (Hrsg), 2007. Internet: <http://www.foresight.gov.uk/> (05.03.2009)
- Schneider K, Wittig F, Mertens E, Hoffmann I: Übergewicht/Adipositas: komplexes Zusammenspiel von Einflussfaktoren und Auswirkungen. Elektronische Ressource, 2009. Internet: [www.uni-giessen.de/fbr09/nutr-ecol/forsc\\_adipositas.php](http://www.uni-giessen.de/fbr09/nutr-ecol/forsc_adipositas.php)
- WHO Regionalbüro für Europa (World Health Organisation) (Hrsg): Die Herausforderung Adipositas und Strategien zu ihrer Bekämpfung in der Europäischen Region der WHO. Zusammenfassung. Kopenhagen, 2007. Internet: <http://www.euro.who.int/document/E89858G.pdf?language=German> (05.03.2009)