



Kids auf Trab

Pferdegestützte Intervention bei Übergewicht und Adipositas



Kids auf Trab

**Wirksamkeit pferdegestützter Therapieformen
bei der Prävention psychischer und physischer
Folgen kindlichen Übergewichts**

Übergewicht & Adipositas

„Übermäßige Vermehrung des Körperfetts“
(Gewichtsstörung, keine Essstörung)

Kinder:

Übergewicht BMI oberhalb 85.
Perzentil

Adipositas BMI oberhalb 95.
Perzentil

Weitere Maße:

Tailen-Hüft-Umfang

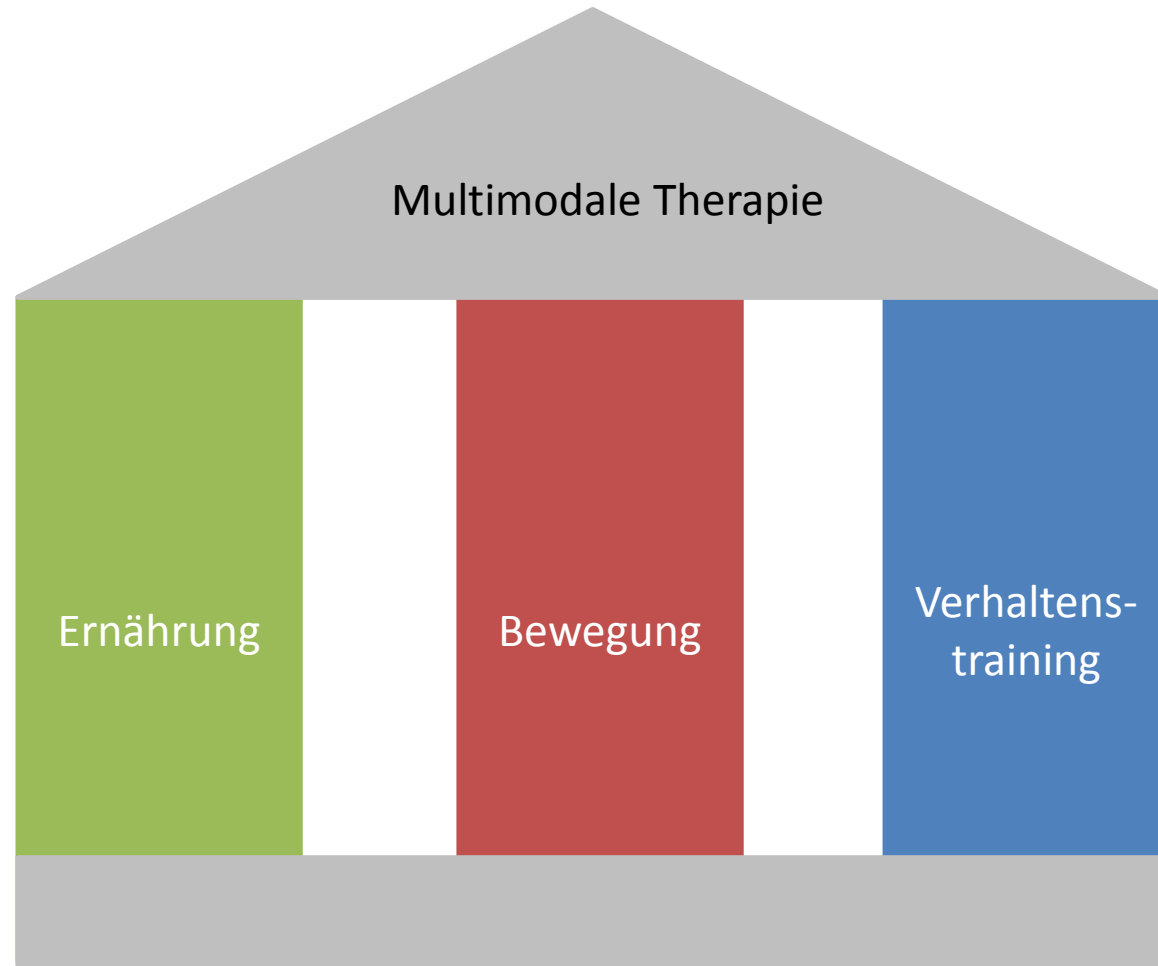
Körperfettanteil (z.B. Bioimpedanzanalyse)

Komorbiditäten & Folgerisiken

Psychisch/Psychosozial

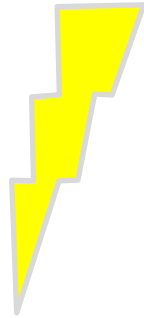
- Depression, Angststörungen, Binge-Eating-Disorder als häufigste Komorbidität
- Häufig ungünstiges Selbstkonzept
- **Eingeschränkte Lebensqualität**
 - extern z.B. durch Mobbing, schlechtere berufliche Chancen
 - intern z.B. durch schnellere Ermüdung, vermehrtes Schwitzen

Therapie - „State of the Art“

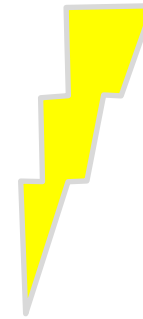


Probleme bei der Therapie von Übergewicht

Therapieprogramme für Übergewichtige

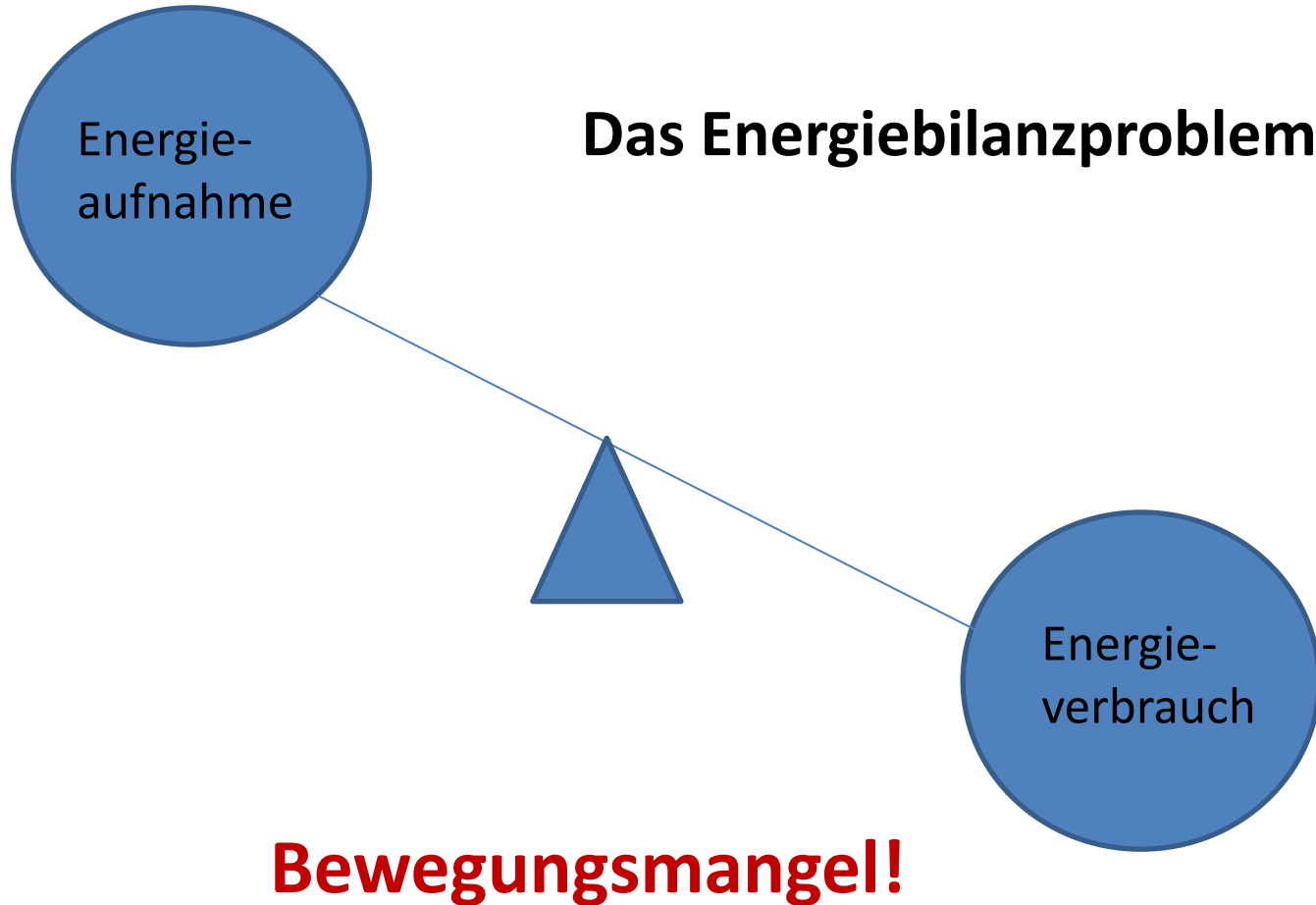


Hohe Abbruchquoten



Rückfall auf Ausgangsgewicht

Therapieproblematik: Rückfall



Therapieproblematik: Rückfall

Bewegungsmangel

- geringe Bewegungsfreude
- ungünstige Überzeugungen über Sport und Bewegung
- ungünstiges sportbezogenes Fähigkeitsselbstkonzept
- (fehlende Bewegungsmöglichkeiten)
- (fehlende soziale Unterstützung)
- ...

Anforderungen an ein ergänzendes Übergewichtsprogramm

- ✓ Unterstützung beim Abnehmen
- ✓ Aktivitätsverhalten steigern
 - ✓ Bewegungsfreude vermitteln
 - ✓ Überzeugungen über Bewegung verbessern
 - ✓ Selbstkonzept steigern
- ✓ Lebensqualität steigern
 - ✓ Körperliche Beschwerden mindern
 - ✓ Selbstbehauptung verbessern
 - ✓ Psychische Ausgeglichenheit fördern
- ✓ Mit einem hochmotivierenden Programm

Therapie - mit dem Partner Pferd?



Therapie - mit dem Partner Pferd!

Pferd als Aktivator

Gelenkschonende Bewegung

Optimale Belastungsintensität

**Natürlicherweise
bewegungsreiches Umfeld**



Pferd als wertungsfreier
Partner

Übergewichtige i.d.R. vom
Reitsport ausgeschlossen

Pferd als Motivator

Pferd als kognitiver Katalysator

Pferdegestütztes Interventionsprogramm für übergewichtige Kinder

Hypothesen:

Effekt pferdegestützter Intervention auf

1. Bewegungsfreude
2. Überzeugungen zu Bewegung
3. Selbstkonzept
4. Lebensqualität

Explorative Untersuchung

1. Gewichtsreduktion & Körperfettreduktion
2. Teilnahmemotivation

Studiendesign

Geplant: 2 Gruppen-Prä-Post-Design
(Experimentalgruppe mit Pferd
Kontrollgruppe ohne Pferd)

Durchgeführt: 1 Gruppen-Prä-Post-Design
(Nur Experimentalgruppe mit Pferd)

Rekrutierung

Zeitraum: November 2011 bis Mai 2012

Quellen: Kinderärzte, Ernährungsberater, Kliniken, Grundschulen, Beratungsstellen, Jugendamt, Aushänge, Zeitungsaufrufe

Kontakt: Insgesamt 27 Interessenten im Kontakt

Rekrutierbar: 12

Geeignet für Experimentalgruppe: 10

Stichprobe

10 Kinder

Alter: (6;5, 9;0) 10;11 – 12;11 Jahre

Geschlecht: 9 Mädchen, 1 Junge

Übergewichtigkeit: 8 adipös, 2 übergewichtig
(1 Kind genau an der Grenze zwischen
Normalgewicht und Übergewicht)

Studienplan

Zeitraum	Inhalt
Vorab	Telefonisches Erstgespräch
Woche 1	Kennenlertreffen
Woche 2	Pause
Woche 3	Vortests
Woche 4	Vortests
Woche 5	Interventionswoche 1
Woche 6	Interventionswoche 2
Woche 7	Interventionswoche 3
Woche 8	Interventionswoche 4
Woche 9	Interventionswoche 5
Woche 10	Interventionswoche 6
Woche 11	Interventionswoche 7
Woche 12	Interventionswoche 8
Woche 13	Interventionswoche 9
Woche 14	Interventionswoche 10
Woche 15	Interventionswoche 11
Woche 16	Nachttests
Woche 17	Nachttests
Woche 18	Pause
Woche 19	Pause
Woche 20	Pause
Woche 21	Nachsendung Erinnerungsbrief „meine Ziele“

Therapieprogramm

Übungsquellen:

1. Reittherapie
2. Bewegungstherapie
3. Gestalttherapie

Therapieprogramm

Programmstruktur & - Aufbau:

11 Therapiestunden
unterteilt in 5 Therapiephasen

1x pro Woche 75 Minuten

Therapiegruppe aus 2 Kindern, 1 Pferd, 1 Therapeut

Auswertungsinstrumente

- MoMo-Aktivitätsfragebogen (Bös et al., 2009)
- Inventar zur Erfassung der Lebensqualität bei Kindern (ILK) (Mattejat & Remschmidt, 2006)
- Therapiemotivationsfragebogen (Eigenentwurf)
- Körperliche Vermessungsinstrumente (KiGGS-Studie)
- Bioimpedanzanalyse (Datainput)

Ergebnisse (Zusammenfassung)

Verbesserung durch die Intervention erzielt bei

- Bewegungsfreude:

Summenwert Teilskala „Bewegungsfreude positiv“ signifikant
(nur Zielgruppenangehörige) $t(8) = -2.228, p < 0.1$

Nonparametrische Überprüfung: $T = 1.838, p < 0.1$

Ergebnisse (Zusammenfassung)

Verbesserung durch die Intervention erzielt bei

- Überzeugungen über Bewegung:

Konsequenzerwartungen Körperindex $t(9) = -3.881, p < 0.01$

(nonparametrische Überprüfung: $T = 1.432, n.s.$)

Ergebnisse (Zusammenfassung)

Verbesserung durch die Intervention erzielt bei

- Sportspezifisches Fähigkeitsselbstkonzept:

Facette Koordination $t(9) = -1.993, p < 0.1$

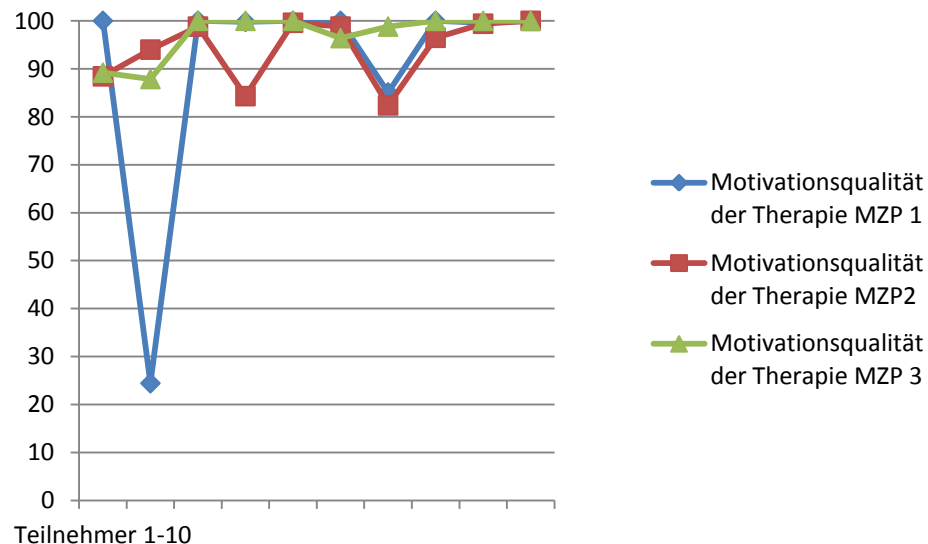
Nonparametrische Überprüfung: $T = 1.802, p < 0.1$

Ergebnisse (Zusammenfassung)

Zielerreichung (explorativ untersucht) bei:

- **Teilnahmemotivation**
stabil und durchgehend sehr hoch

(Statistischer Test auf Unterschiede zwischen den MZPs: $F(1,10) < 1$ (n.s.))



Ergebnisse (Zusammenfassung)

Keine Verbesserung sichtbar bei

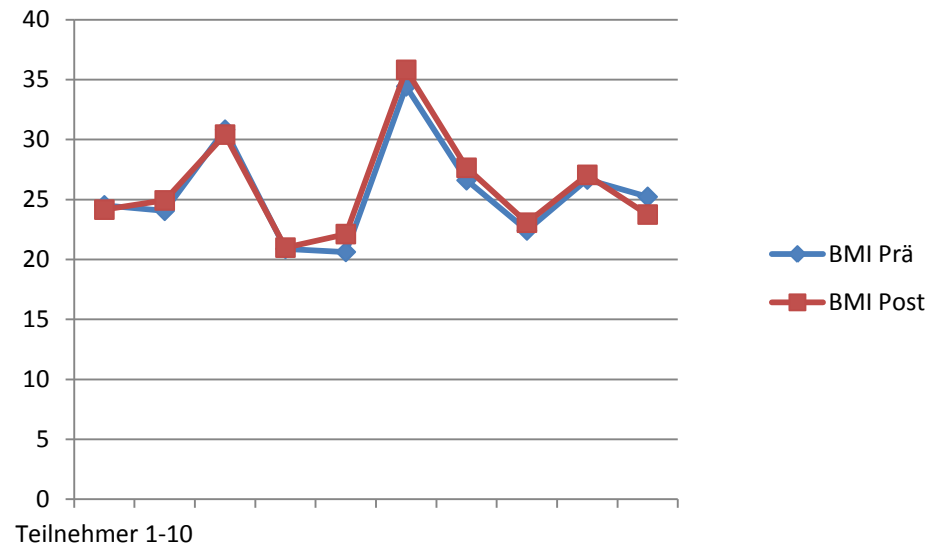
- Lebensqualität
- Gewichtsreduktion (BMI) & Körperfettreduktion

Ergebnisse

Explorative Untersuchung des Effekts auf...

1) Gewichtsreduktion

Prä-Post-Vergleich BMI

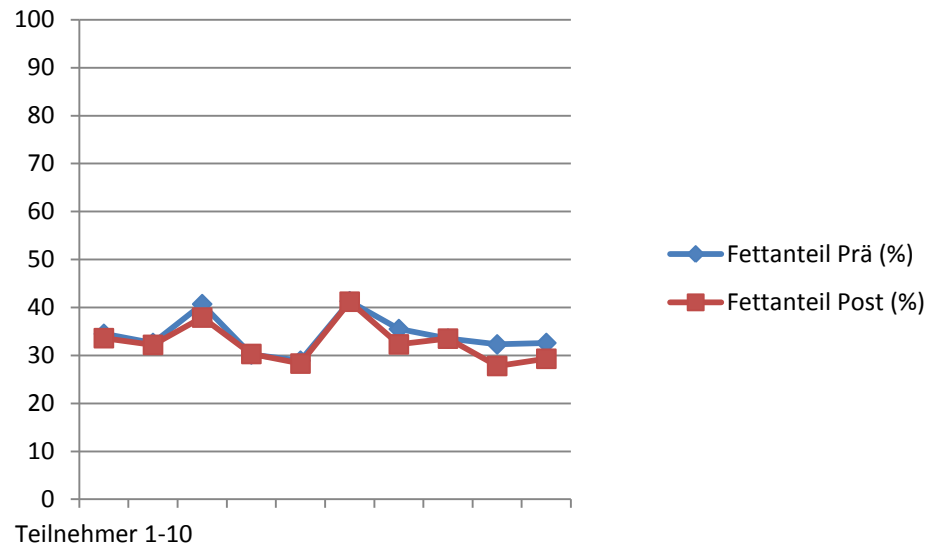


Ergebnisse

Explorative Untersuchung des Effekts auf...

1) Gewichtsreduktion

Prä-Post-Vergleich Körperfettanteil



Ergebnisinterpretation:

- Bewegungsfreude, Überz. über Bew. & Fähigkeitsselbstkonzept:
Die Faktoren, die durch das Programm manipuliert werden sollten, konnten offenbar erfolgreich manipuliert werden
Aber: Spezifisches Programm? Trainerin? Pferd?
- Lebensqualität:
Fragebogen zu weit entfernt vom manipulierten Aspekt der Lebensqualität
- Abnehmen:
Erwartungsgemäß kein Erfolg da Intensität zu gering

Diskussion

Kritik:

- Fehlende Kontrollgruppe & quasi-experimentelles Design
=> keine kausalen Schlüsse möglich
- Stichprobe gering
=> nur große Effekte nachweisbar

Diskussion

Kritik:

- + Für Evaluation eines Therapieprogramms sowieso vor allem große Effekte interessant
=> wenn dabei Effekt gefunden, dann ist er auch relevant!
- + standardisiertes & überprüftes Interventionsprogramm entworfen
=> Kann Ausgangspunkt für Weiterentwicklungen sein
- + Erfahrungsschatz für pferdegestützte Arbeit mit Übergewichtigen gewonnen

Ausblick

Studie wiederholen?

- Stichprobe der Experimentalgruppe erweitern
- Kontrollgruppe dazu (ohne Pferd, Wartegruppe, ...)

- Ernährungsaspekte dazu
- Eltern einbeziehen



Vielen Dank

Weiter: Filmbeitrag „Kids auf Trab“

Quellen

- Avenell, A., Broom, J., Brown, T. J., Poobalan, A., Aucott, L., Stearns, S. C., Grant, A. M. (2004). Systematic review of the long-term effects and economic consequences of treatments for obesity and implications for health improvement. *Health Technol Assess*, 8(21), 1-182.
- Bös, K., Jekauc, D., Karger, C., Mess, F., Oberger, J., Opper, E., Worth, A. (2009). Motorik Modul (KiGGS) Testmanual. Berlin: Robert Koch - Institut.
- Helmert, U., Schorb, F., Fecht, C., & Zwick, M. M. (2011). Epidemiologische Befunde zum Übergewicht und zur Adipositas bei Kindern, Jugendlichen und jungen Erwachsenen. In M. M. Zwick, J. Deuschle & O. Renn (Eds.), *Übergewicht und Adipositas bei Kindern und Jugendlichen* (pp. 49-70). Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Huber, G. (2009). *Normalgewicht - das Deltaprinzip : Grundlagen und Module zur Planung von Kurse*. Köln: Dt. Ärzte-Verl.
- Kuhn, G. (2009). *Motivationale Bedingungsfaktoren regelmäßiger Sportaktivität im Kindes- und Jugendalter : Grundlagen, Analysen und Interventionsperspektiven*. Dissertation, Universität Gießen, Gießen.
- Mattejat, F., & Remschmidt, H. (2006). Inventar zur Erfassung der Lebensqualität bei Kindern und Jugendlichen.
- de Niet, J., Timman, R., Bauer, S., van den Akker, E., de Klerk, C., Kordy, H., & Passchier, J. (2012). Short message service reduces dropout in childhood obesity treatment: A randomized controlled trial. *Health Psychology*, 31(6), 797-805.
- Petermann, F. (Ed.). (2003). *Übergewicht und Adipositas*. Göttingen ; Bern [u.a.]: Hogrefe, Verl. für Psychologie.
- Reinehr, T., Dobe, M., & Kersting, M. (2003). *Therapie der Adipositas im Kindes- und Jugendalter : das Adipositas-Schulungsprogramm OBELDICKS*. Göttingen ; Bern [u.a.]: Hogrefe.
- Vernooij, M. A., & Schneider, S. (2010). *Handbuch der Tiergestützten Intervention: Grundlagen-Konzepte-Praxisfelder*. Wiebelsheim: Quelle & Meyer.
- Warschburger, P., Petermann, F., & Fromme, C. (2005). *Adipositas : Training mit Kindern und Jugendlichen*. Weinheim ; Basel: Beltz.
- Wirth, A. (2003). Adipositas-assoziierte Krankheiten. In F. Petermann & V. Pudiel (Eds.), *Übergewicht und Adipositas* (pp. 105-126). Göttingen: Hogrefe.