

# MOVING Kids

## eine Studie zum Aktivitätsverhalten und zur Selbsteinschätzungsfähigkeit von Kindern



Promovierende: Carla Hoepfner

Betreuung: Fabian Kleinke, Neeltje van den Berg

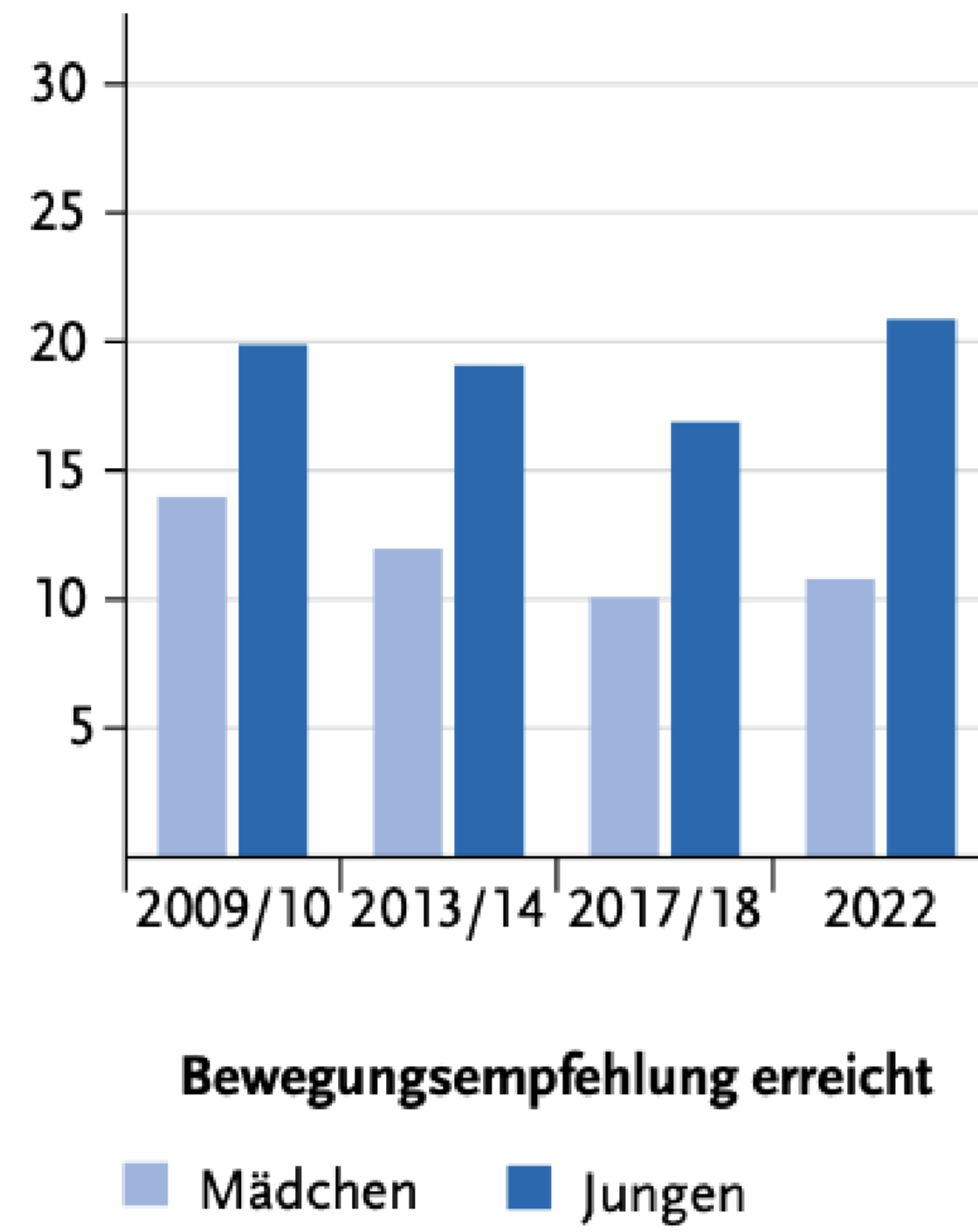
Abt. Versorgungsepidemiologie, Institut für Community Medicine, Universitätsmedizin Greifswald



### Hintergrund:

Herz-Kreislaufsystemerkrankungen (HKE) sind die häufigste Todesursache in Deutschland. Im Jahr 2023 betraf das 33,9% der Sterbefälle (1). Regelmäßige körperliche Aktivität kann das Risiko an einer HKE zu erkranken um 20% reduzieren und sollte somit ein wesentlicher Bestandteil der Prävention sein (2). Ein entscheidender prädiktiver Faktor für ein aktives Leben im höheren Alter ist die Aktivität im Kindes- und Jugendalter (3). Schon frühzeitig geförderte körperliche Aktivität legt damit die Grundlage für ein gesundes Leben und trägt zur Vorbeugung von Stoffwechsel- und Kreislauferkrankungen bei (4).

In Deutschland zeigte eine Studie aus dem Jahr 2022, dass nur 10,0 % der Mädchen und 16,9 % der Jungen im Alter von 11-15 Jahren die Aktivitätsempfehlungen der WHO erreichen (5). Diese Empfehlungen sind der Referenzpunkt, bei dem signifikante Gesundheitsvorteile erreicht und Gesundheitsrisiken reduziert werden.



### Methodik

Zur Beantwortung der Forschungsfragestellung wurden die Daten der MOVING-Kids Studie genutzt, die im Jahr 2025 in Hamburg und Schleswig-Holstein durchgeführt wurde.

Die MOVING-Kids Studie ist eine Beobachtungsstudie zur Einschätzung der Selbstwahrnehmung von körperlicher Aktivität und Inaktivität bei Kindern zwischen 8 und 12 Jahren. Es handelt sich um eine Analyse und Interpretation der gewonnenen Daten über das Aktivitätsverhalten und die Selbsteinschätzung der Kinder.

Die körperliche Aktivität der Kinder wurde über einen Zeitraum von 7 aufeinanderfolgenden Tagen tagsüber mithilfe eines Aktimeters (Actigraph wGT3x) gemessen.



(Actigraph wGT3x)

Die Befragung der geschätzten täglichen Aktivität erfolgte täglich am Tagesende mithilfe eines Tagebuchfragebogens und mittels des IPAQ-Fragebogens. Es erfolgte zusätzlich am Ende der 7 Tage Tragezeit eine Befragung der Kinder über ihr körperliches und mentales Befinden, sowie eine Befragung zu den sozioökonomischen Hintergründen des Kindes am Studienanfang. Alle Studienteilnehmenden und ihre erziehungsberechtigten Personen wurden vor Einschluss ausführlich über den Ablauf der Studie aufgeklärt und haben schriftlich ihr Einverständnis erteilt. Das Studienvorhaben wurde von der Ethikkommission der Universitätsmedizin Greifswald begutachtet und genehmigt. Die Studie läuft noch, es werden hier erste Ergebnisse vorgestellt.

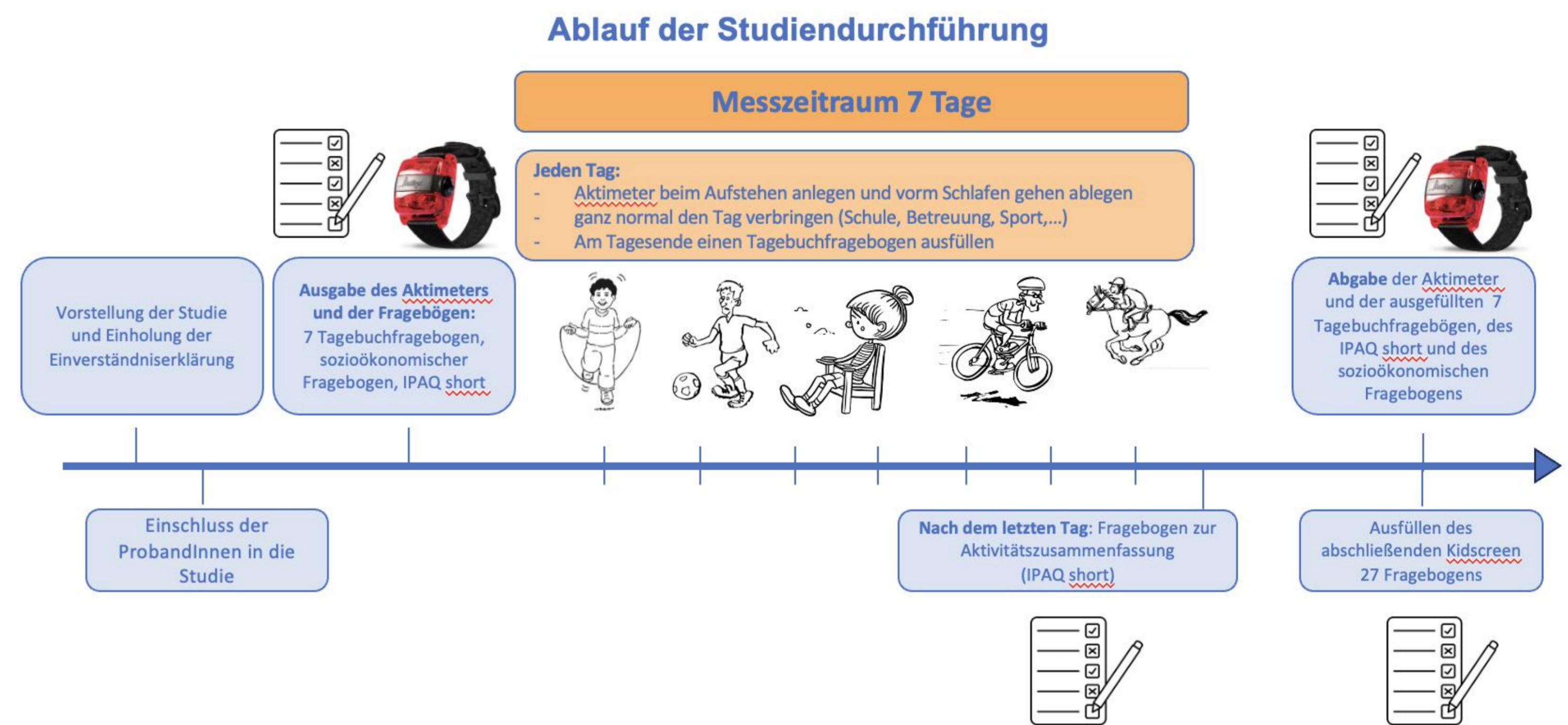
### Fragestellungen

Inwiefern stimmt die Selbsteinschätzung zu körperlicher Aktivität und Inaktivität von Kindern mit der objektiv erfassten überein?

Sekundäre Fragestellungen:

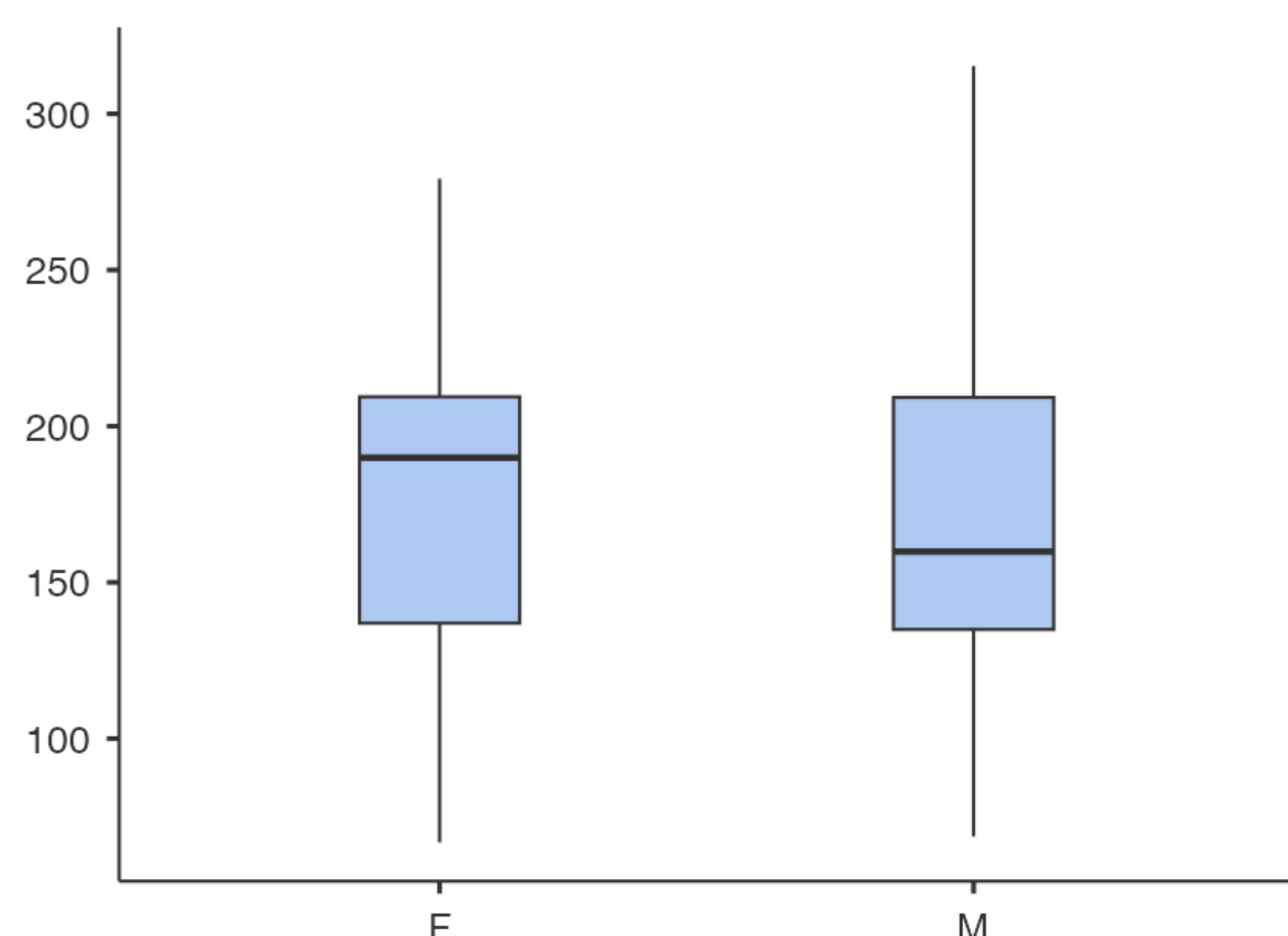
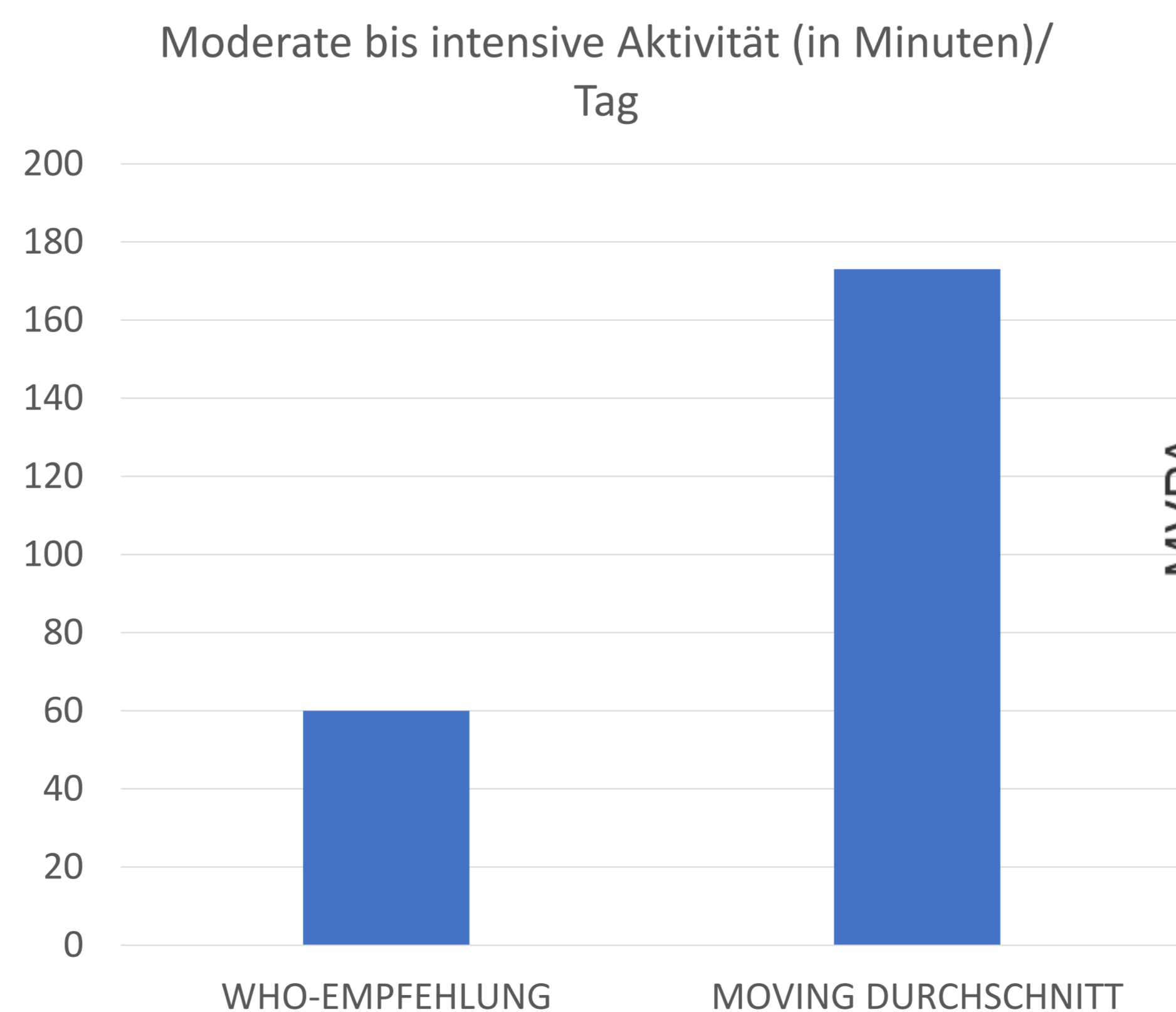
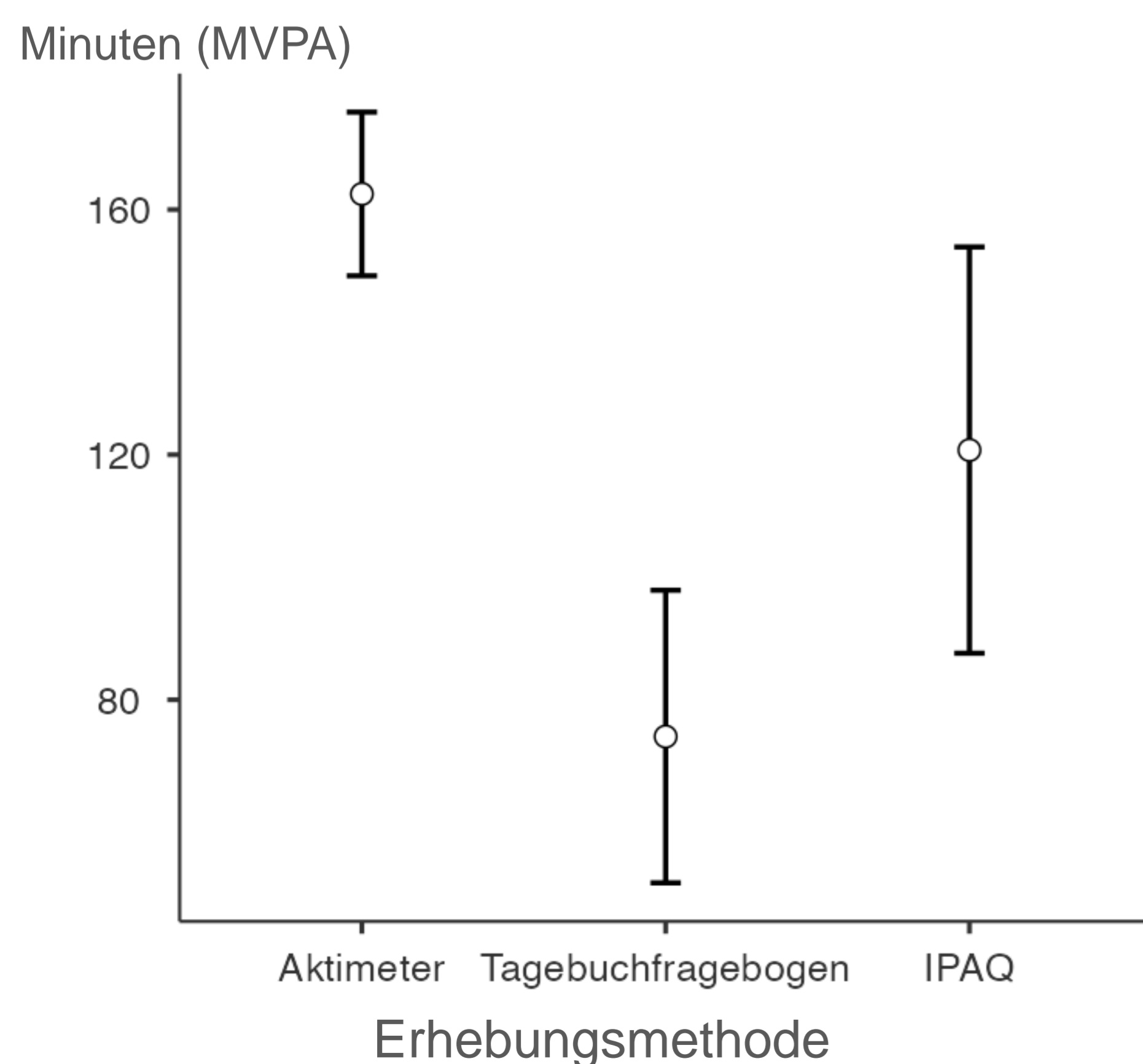
- Erreichen die Kinder die Aktivitätsziele (Empfehlungen) der WHO?
- Gibt es einen signifikanten Unterschied des Selbsteinschätzungsvermögens zwischen Mädchen und Jungen?
- Wie groß ist der Zusammenhang zwischen der körperlichen Aktivität und dem sozioökonomischen Status der Probanden?

### Studienablauf



### Vorläufige Ergebnisse

Proband\*innen (N)= 62 Geschlechterverteilung: 53% weiblich, 47% männlich mittleres Alter: 10 Jahre (SD 1,08) mittlere MVPA gemessen (in Min): weiblich: 175 (SD 52,6); männlich: 171 (SD 53,9)



Quellen:  
 1) Statistisches Bundesamt, Pressemitteilung Nr.317, 30.09.2024  
 2) Li J.&Siegrist, J (2012) Physical activity and risk of cardiovascular disease – A meta-analysis of prospective cohort studies, international Journal of Environmental Research and Public Health, 9(2),391-407  
 3) Telama R. (1997) Physical Activity in Childhood and Adolescence as Predictor of Physical Activity in Young Adulthood, American Journal of Preventive Medicine  
 4) Poitras V. J. (2016) Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth, Applied Physiology, Nutrition and Metabolism 6(3), 197-239  
 5) HBSC (2022) Journal of Health Monitoring RKI, 68-86

