MedWiss.Online

Ein neuer Weg im Umgang mit Adipositas

JLU-Ernährungspsychologin Prof. Ulrike Gisch engagiert sich im EUPeace Research Hub Inklusive Gesundheit und Wohlbefinden für eine gerechtere Gesundheitsversorgung

Mobbing, Nachteile bei der Jobsuche, Vorurteile bei medizinischem Personal – Menschen mit Adipositas sind in vielen Lebensbereichen gesellschaftlicher Abwertung und Diskriminierung ausgesetzt. Diese gewichtsbezogene Stigmatisierung zu bekämpfen, ist ein Ziel der Arbeit von Prof. Dr. Ulrike Gisch, Professur für Ernährungspsychologie an der Justus-Liebig-Universität Gießen (JLU). Sie engagiert sich im Research Hub Inklusive Gesundheit und Wohlbefinden („Inclusive Health and Well-Being“) der europäischen Hochschulallianz EUPeace, dessen Mitglieder die gesundheitliche Chancengleichheit in Europa fördern möchten.

Innovativer Ansatz für das Wohlbefinden von Menschen mit Adipositas

Prof. Gisch untersucht mit ihrem Team einen innovativen, gesundheitsorientierten Ansatz für Menschen mit Übergewicht und Adipositas. Im Gegensatz zu klassischen Diät-Programmen steht bei der von Prof. Gisch geleiteten EASE-Studie nicht die Gewichtsreduktion, sondern das ganzheitliche Wohlbefinden im Vordergrund. Die Abkürzung EASE steht für Erleben, Achtsamkeit, Stigma-Reduktion und Erkundung. Das Programm umfasst zwölf Sitzungen, in denen die Teilnehmenden lernen, eine achtsame, mitfühlende und selbstbestimmte Beziehung zu Essen, Bewegung und dem eigenen Körper aufzubauen. Dabei werden Ansätze wie intuitives und achtsames Essen mit Embodiment-Techniken und der Arbeit am positiven Körperbild kombiniert. Außerdem werden Übungen durchgeführt, die zu einer Reduktion des internalisierten Gewichtsstigmas beitragen, das heißt Betroffene arbeiten aktiv daran, die verinnerlichten negativen Vorurteile aufgrund ihres Gewichts abzubauen.

In der Pilotstudie mit 40 Teilnehmenden wird dieser gewichtsneutrale Ansatz mit dem Standardprogramm „Ich nehm‘ ab“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) verglichen. Die Rekrutierung für die EASE-Studie wird im August starten. Das Ziel ist es, die Machbarkeit und Akzeptanz dieses Paradigmenwechsels wissenschaftlich zu belegen. Seit Anfang Mai ist Rémi Schneider, Doktorand an der Universität Limoges (Frankreich), zu Gast an der JLU. Er wird durch ein „Doctoral Mobility Grant“ von EUPeace gefördert und verstärkt das Team von Prof. Gisch bei der Durchführung der EASE-Studie.

Wissenstransfer über Grenzen hinweg

Im Frühjahr dieses Jahres absolvierte Prof. Gisch bereits eine „Teaching Mobility“ im Rahmen von EUPeace an der Universidad Pontificia Comillas in Madrid (Spanien), wo sie eine Vorlesung für Studierende und ein Seminar für Promovierende hielt. Dabei bot sie einen Überblick über Schlüsselkonzepte der Ernährungspsychologie, einschließlich der Rolle des familiären Umfelds, kultureller Einflüsse auf die Ernährung sowie aktueller Ansätze bei Essstörungen und Adipositas. „Der Austausch mit den Kolleginnen und Kollegen in Madrid hat eindrucksvoll gezeigt, wie wertvoll es ist, unterschiedliche europäische Perspektiven auf Gesundheitsfragen zu bündeln“, so Prof. Gisch, die bei ihrem Aufenthalt in Madrid nicht nur den Grundstein für weitere Kooperationen legte, sondern durch intensive Gespräche mit den Studierenden auch selbst einiges über die Esskultur in Spanien lernte.

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de

Gemeinsam für ein gesundes Europa

„Das Engagement im Rahmen von EUPeace ermöglicht es uns, über nationale Grenzen hinweg an einem inklusiven Gesundheitsverständnis zu arbeiten“, betont Prof. Gisch. „Indem wir den Fokus auf das psychische und physische Wohlbefinden legen und Stigmatisierung abbauen, leisten wir einen wichtigen Beitrag zu einer gerechteren Gesundheitsversorgung in Europa.“

Teilnahme an der EASE-Studie:

Personen, die an einer Teilnahme interessiert sind, können sich bei Cambaz Kaya melden, Projektmitarbeiterin am Institut für Ernährungswissenschaft der JLU:
merve.cambaz.kaya@uni-giessen.de

Weitere Informationen:

https://www.eupeace.eu/research/research-hubs/inclusive-health-and-well-being/
https://EUPeace Research Hub Inklusive Gesundheit und Wohlbefinden

Alle Rechte: © MedWiss.Online / HealthCom | MWI | www.medwiss.de