

## Ergebnisse der STARKIDS-Studie veröffentlicht – Gemeinsamer Bundesausschuss (G-BA) empfiehlt neue Versorgungsform für Kinder und Jugendliche mit Adipositas

**Ein e-health gestütztes multiprofessionell entwickeltes Versorgungsprogramm zeigt Wirkung. Der Innovationsausschuss empfiehlt, zentrale Bestandteile in die Regelversorgung als Krankenkassenleistung zu übernehmen. Bundesweit könnten rund eine Million Kinder und Jugendliche profitieren.**

Das **Forschungsprojekt STARKIDS** könnte künftig die **Versorgung von Kindern und Jugendlichen mit Adipositas bundesweit verbessern**. Das zeigen die Ergebnisse der STARKIDS-Studie, die jetzt in der internationalen [Fachzeitschrift The Lancet Regional Health – Europe](#) veröffentlicht wurden. Der Innovationsausschuss beim Gemeinsamen Bundesausschuss ([G-BA](#)) hat empfohlen, zentrale Bestandteile des Behandlungsprogramms in die Regelversorgung zu überführen. Damit **könnten künftig deutlich mehr Familien Zugang zu einer frühzeitigen Unterstützung für eine gesunde Gewichtsentwicklung ihrer Kinder und Jugendlichen erhalten**.

Die Studie wurde im Rahmen eines vom Innovationsfonds des G-BA geförderten Projekts von einem interdisziplinären Konsortium mit Partnern aus Wissenschaft, medizinischer Versorgung, öffentlichem Gesundheitsdienst sowie der AOK Baden-Württemberg durchgeführt. Koordiniert wurde das Projekt durch das Team der [Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie am Universitätsklinikum Tübingen](#).

Die Studienleitung lag bei Prof. Dr. Florian Junne, Direktor der [Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Universitätsmedizin Magdeburg](#), und bei apl. Prof. Dr. Stefan Eehalt, Leiter des [Gesundheitsamts der Landeshauptstadt Stuttgart](#).

### **Frühzeitige Unterstützung für Familien im Alltag**

**STARKIDS steht für „Stufenmodell Adipositasprävention und -therapie im Kindes- und Jugendalter“.** Das Programm soll betroffene **Familien frühzeitig und wohnortnah unterstützen, in den Bereichen Ernährung, Bewegung, Medien und Familienleben** eine gesunde Gewichtsentwicklung für betroffene Kinder und Jugendliche zu ermöglichen. Ein Bestandteil sind zum Beispiel fünf Schulungstermine in der Kinder- und Jugendarztpraxis. Dabei vereinbarten die Teilnehmenden gemeinsam mit den Fachkräften der Praxis individuelle für die jeweilige Familie wichtige Ziele für eine hilfreiche Veränderung. Ergänzend bot ein Onlineportal Informationen, Lernangebote, lehrreiche Filme und interaktive Übungen sowie Lernspiele (serious games).

### **Studie mit mehr als 500 Kindern und Jugendlichen**

Die Wirksamkeit des Programms wurde in einer kontrollierten Studie untersucht. An der Auswertung nahmen 559 Kinder und Jugendliche teil: 343 erhielten die Unterstützung durch STARKIDS, 216 erhielten eine einmalige Beratung im Rahmen einer optimierten Regelversorgung.

Nach zwölf Monaten (Ende der STARKIDS-Intervention) erreichten 33 Prozent der Teilnehmenden in der STARKIDS-Gruppe eine klinisch relevante Verbesserung ihres Gewichtsverlaufs. In der Vergleichsgruppe mit optimierter Regelversorgung gelang dies 22 Prozent der Kinder und Jugendlichen.

In der Nachbeobachtung zum Zeitpunkt 18 Monate nach Interventionsbeginn hatten noch 29 Prozent der Kinder und Jugendlichen in der STARKIDS-Gruppe und 27 Prozent in der Vergleichsgruppe eine medizinisch bedeutsame Verbesserung ihrer Gewichtsentwicklung erreicht. Dieser Unterschied zwischen den Gruppen war nicht signifikant.

Vor dem Hintergrund der COVID-19-Pandemie, in deren Verlauf die Raten für Übergewicht und Adipositas bei Kindern zeitgleich zur Studie deutlich angestiegen sind, stellen die beobachteten Gewichtsverbesserungen in beiden Gruppen einen klinisch bedeutenden Fortschritt dar.

Das Team untersuchte außerdem die möglichen wirtschaftlichen Auswirkungen. Ihre Modellrechnungen deuten darauf hin, dass das Programm langfristig auch einen gesellschaftlichen Nutzen haben könnte: Innerhalb von zehn Jahren könnten für jeden investierten Euro knapp zwei Euro an gesellschaftlichem Nutzen (geringeren Folgekosten der Erkrankung) entstehen.

### **Empfehlung mit Signalwirkung für die Versorgung**

Der Innovationsausschuss beim Gemeinsamen Bundesausschuss empfiehlt, **zentrale Elemente des STARKIDS-Programms - insbesondere die Schulungen in Kinder- und Jugendarztpraxen - in die Regelversorgung zu überführen**. Außerdem sollen die Ergebnisse bei der Weiterentwicklung medizinischer Leitlinien berücksichtigt und an Fachgesellschaften, Krankenkassen sowie weitere Institutionen weitergegeben werden.

### **Stimmen aus dem interdisziplinären STARKIDS-Konsortium sowie der Deutschen Adipositas-Gesellschaft**

**Prof. Dr. Florian Junne**, Projektleitung und Direktor der [Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie der Universitätsmedizin Magdeburg](#):

„Die STARKIDS-Studie zeigt, dass eine gezielte, familienorientierte Unterstützung die Gewichtsentwicklung von Kindern und Jugendlichen nach zwölf Monaten positiv beeinflussen kann. Die Empfehlung des G-BA, zentrale Programmelemente in die Regelversorgung zu übernehmen, ist deshalb ein wichtiges Signal. Auch in Sachsen-Anhalt könnten bis zu 20.000 Kinder und Jugendliche profitieren. Dafür benötigen wir die Unterstützung der Krankenkassen und des Sozialministeriums Sachsen-Anhalt.“

**apl. Prof. Dr. Stefan Ehehalt**, Projektleitung und Leiter des [Gesundheitsamts Stuttgart](#):

„Für Kinder und Jugendliche mit Adipositas stehen in Deutschland in der Fläche bisher viel zu wenige leitliniengerechte Therapieangebote zur Verfügung. Das STARKIDS-Programm bietet hierfür einen wirkungsvollen Lösungsansatz.“

**Dr. Katrin Ziser**, Erstautorin der Studie und Projektkoordinatorin STARKIDS an der [Universitätsklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des Universitätsklinikums Tübingen](#):

„Mit STARKIDS haben wir in Tübingen gemeinsam mit unseren Projektpartnern einen Ansatz entwickelt und wissenschaftlich untersucht, der Familien im Alltag unterstützt und sich in die bestehenden Strukturen der Kinder- und Jugendarztpraxen integrieren lässt. Für uns war

entscheidend, nicht nur Wissen über Ernährung, Bewegung und Familienleben zu vermitteln, sondern Familien dabei zu begleiten, Veränderungen Schritt für Schritt umzusetzen. Die Erfahrungen aus der Studie zeigen zugleich, wie wichtig es ist, solche Unterstützungsangebote langfristig und niedrigschwellig verfügbar zu machen.“

**Prof. Dr. Gottfried Roller**, [Ministerium für Soziales, Arbeit und Gesundheit Baden-Württemberg](#),  
[Leiter Landesgesundheitsamt](#):

„Adipositas bei Kindern und Jugendlichen ist für den Einzelnen wie auch für die gesamte Gesellschaft von großer Bedeutung. Die vorliegenden Studienergebnisse sind daher auch aus bevölkerungsmedizinischer und gesundheitsplanerischer Sicht von großer Bedeutung.“

**Katrin Tomaschko**, Leiterin des Geschäftsbereichs Versorgungsinnovationen und sektorübergreifende Versorgungs-lösungen bei der [AOK Baden-Württemberg](#):

„Kinder und Jugendliche mit Adipositas brauchen evidenzbasierte, niederschwellige Unterstützungsangebote, die ohne große Hürden erreichbar sind. Hier bieten die Kinder- und Jugendarztpraxen großes Potential: Die Familien und das Praxisteam kennen sich zumeist seit mehreren Jahren und haben oftmals ein besonderes Vertrauensverhältnis. Darüber hinaus können im Rahmen der etablierten U- und J-Untersuchungen Gewichtsentwicklungen frühzeitig und ohne Stigmatisierung erkannt werden.“

**Prof. Dr. Matthias Laudes**, Präsident der [Deutschen Adipositas-Gesellschaft \(DAG\)](#):

„Adipositas ist eine chronische Erkrankung, die frühzeitig erkannt und behandelt werden sollte. Dafür brauchen wir Versorgungsangebote, die wissenschaftlich fundiert sind und Familien im Alltag erreichen. STARKIDS zeigt, wie sich eine strukturierte Unterstützung in die kinderärztliche Versorgung integrieren lässt. Die Empfehlung des G-BA eröffnet die Chance, solche Ansätze künftig mehr betroffenen Familien zugänglich zu machen.“

**Prof. Dr. Martin Wabitsch**, Sprecher der Arbeitsgemeinschaft Adipositas im Kindes- und Jugendalter (AGA) der [Deutschen Adipositas-Gesellschaft](#):

„Bei der Behandlung von Kindern und Jugendlichen mit Adipositas geht es nicht allein um das Gewicht. Entscheidend ist, die gesamte Lebenssituation der Kinder und ihrer Familien zu berücksichtigen und Veränderungen gemeinsam mit ihnen zu entwickeln. STARKIDS setzt genau hier an. Damit solche Angebote langfristig wirken können, müssen sie frühzeitig erreichbar sein und Familien kontinuierlich begleiten.“

## Projektpartner

- Universitätsmedizin Magdeburg
- [Universitätsklinikum Tübingen](#)
- [Eberhard Karls Universität Tübingen](#)
- [Gesundheitsamt Stuttgart](#)
- [Ministerium für Soziales, Arbeit und Gesundheit Baden-Württemberg, Landesgesundheitsamt](#)
- [Zentralinstitut für Seelische Gesundheit Mannheim](#)
- [AOK Baden-Württemberg](#)
- DATA MEDICO GmbH, Heidelberg

Weitere Infos unter: <https://starkids.medizin.uni-tuebingen.de>

## Originalpublikation

Effects of an e-health enhanced multicomponent outpatient intervention for children and adolescents with overweight or obesity in routine primary care (STARKIDS): a clusterrandomized controlled trial, in: The Lancet Regional Health – Europe 2026; 71, online abrufbar unter:  
[https://www.thelancet.com/journals/lanepi/article/PIIS2666-7762\(26\)00309-1/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanepi/article/PIIS2666-7762(26)00309-1/fulltext)