

Richtlinienindex MOVING

Richtlinie zur körperlichen Aktivität in 30 europäischen Ländern



In Zusammenarbeit mit

Richtlinienindex MOVING:

Status der Richtlinie zur körperlichen Aktivität in 30 europäischen Ländern

Kurzfassung

Staatliche Maßnahmen zur Schaffung eines Umfelds, in dem es den Menschen leichtfällt, sich gesund zu ernähren und körperlich aktiv zu sein, sind für die Prävention von Übergewicht und Adipositas bei Jugendlichen von entscheidender Bedeutung. Dieser Kurzbericht gibt einen Überblick über den Status der Richtlinie zur körperlichen Aktivität auf europäischer Ebene, basierend auf einem Benchmarking der nationalen Regierungsrichtlinien anhand des **MOVING-Benchmarking-Tools**.

Der Kurzbericht zeigt die indexierten Ergebnisse von 30 europäischen Ländern, die anhand der Qualität ihrer Richtliniengestaltung in jedem Richtlinienbereich der **MOVING-Rahmenbedingungen** bewertet wurden. Er wird von einem ergänzenden Kurzdossier begleitet, das sich auf die Ernährungsrichtlinie konzentriert (siehe **Kurzdossier zu NOURISHING**).

Die wichtigsten Erkenntnisse

Etwas weniger als zwei Drittel der untersuchten Länder verfolgten einen umfassenden Ansatz zur körperlichen Aktivität, indem sie Maßnahmen in allen sechs Bereichen des MOVING-Rahmens umsetzten (zu Einzelheiten siehe Seite 5).

Bereiche, in denen die Länder am meisten unternehmen:

Förderung körperlicher Aktivität in Schulen und in der breiteren Gesellschaft (M), Angebot von Bewegungsmöglichkeiten am Arbeitsplatz (und berufsübergreifende Schulungen zur Bewegungsförderung) (O) sowie öffentliche Kommunikationsrichtlinien, die Fähigkeiten zur Verhaltensänderung vermitteln (N).

Keine ausreichenden Maßnahmen ergreifen die Länder:

in den beiden MOVING-Richtlinienbereichen, die auf eine aktive Umwelt abzielen, insbesondere auf Strukturen und Umgebungen, die körperliche Aktivität fördern (V), sowie auf Verkehrsinfrastrukturen und -möglichkeiten, die eine aktive Gesellschaft unterstützen (I).

In folgenden Bereichen setzen Länder schlecht konzipierte Richtlinien um:

Schulung, Bewertung und Beratung in Bezug auf körperliche Aktivität im Gesundheitswesen (G), wobei die Schulung von Fachkräften des Gesundheitswesens in diesem Bereich wenig bis gar nicht im Mittelpunkt steht.



Er kann von verschiedenen Stakeholdern als Leitfaden genutzt werden, um nationale Bewegungsrichtlinien voranzubringen.

Politische Entscheidungsträger können die Kriterien für die Richtliniengestaltung im Benchmarking-Tool nutzen, um vorhandene Richtlinien (insbesondere die Strukturrichtlinie) zu verbessern, Schwachstellen auf nationaler Ebene zu ermitteln und Möglichkeiten für Maßnahmen auf lokaler und regionaler Ebene zu identifizieren.

Die Zivilgesellschaft, einschließlich **Jugendgruppen**, kann Schwachstellen im Richtlinien-Status aufzeigen. Das Aufzeigen derartiger Schwachstellen kann dazu beitragen, die politischen Maßnahmen der nationalen Regierungen zu verbessern und die derzeitigen und künftigen Raten von Übergewicht und Adipositas zu senken.

Forscher können Länder, die höhere und niedrigere Werte erzielen, miteinander vergleichen, um herauszufinden, wie die bestehenden Richtlinien verbessert werden können, um die angestrebten Designstandards zu erfüllen (siehe Einzelheiten auf Seite 12). Sie können auch aufzeigen, wo die Ergebnisse durch zusätzliche Analysen auf lokaler Ebene und in bestimmten Situationen ergänzt werden könnten.

Hintergrund

In Europa ist jeder fünfte Heranwachsende von Übergewicht und Adipositas betroffen. Weniger als jeder Fünfte erfüllt die Empfehlungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zur täglichen körperlichen Aktivität, und fast die Hälfte (48 %) isst nicht täglich Obst oder Gemüse [1]. Die in der Jugend entwickelten Ernährungs- [2] und Bewegungsgewohnheiten [3] setzen sich ins Erwachsenenalter fort. Daher ist es von entscheidender Bedeutung, dass die Prävention nicht übertragbarer Krankheiten mit der Bekämpfung ungesunder Ernährung und der Förderung körperlicher Bewegung - zwei Schlüsselfaktoren für die Gesundheit - in den ersten Lebensjahren, in der Kindheit, in der Jugend und im späteren Leben beginnt.

Vorbeugung ist der Schlüssel: Andernfalls werden sich Übergewicht und Adipositas zum führenden Risikofaktor für Krebs entwickeln (und damit das Rauchen übertreffen) und auch ein Risiko für andere NCDs darstellen [4].

Staatliche Maßnahmen zur Schaffung eines Umfelds, in dem es den Menschen leichtfällt, sich gesund zu ernähren und körperlich aktiv zu sein, sind für die Adipositasprävention unerlässlich. Um dies zu erreichen, sind mehr Maßnahmen und Lobbyarbeit erforderlich, um die politische Entwicklung und Umsetzung voranzutreiben.



Die im Rahmen des **CO-CREATE-Projekts** durchgeführten Untersuchungen ergaben, dass sich die meisten Strategien zur Adipositasprävention bei Jugendlichen auf individuelle

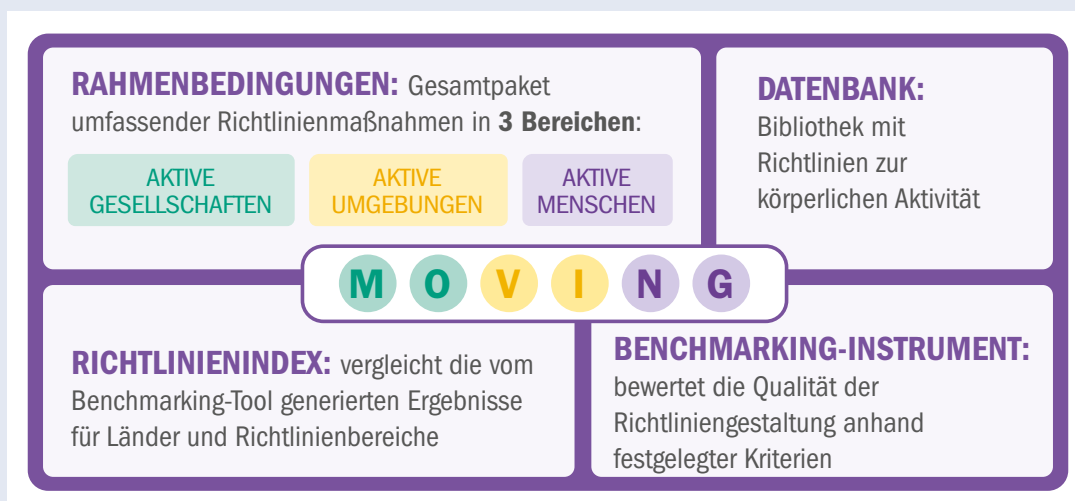
Verhaltensänderungen konzentrieren und auf das schulische Umfeld ausgerichtet sind [5]. Das bedeutet, dass wir nur wenig über strukturpolitische Maßnahmen, die das Umfeld verändern könnten, und über deren Auswirkungen auf die Ernährung und körperliche Aktivität von Jugendlichen wissen [6]. Selbst wenn politische Maßnahmen nicht direkt auf Jugendliche abzielen, haben sie wahrscheinlich Auswirkungen auf deren Gesundheit, da sie das Umfeld gestalten, in dem die Jugendlichen leben.

Dieses Kurzdossier befasst sich schwerpunktmäßig mit der Richtlinie zur körperlichen Aktivität und gibt einen Überblick über den Stand der politischen Maßnahmen der nationalen Regierungen in 30 europäischen Ländern. Es wurde durch Benchmarking Richtlinienmaßnahmen aus der **MOVING-Datenbank** erstellt und wird von einem ergänzenden **Kurzdossier zu NOURISHING** begleitet, das sich auf die Ernährung in denselben Ländern konzentriert.

Methoden

Der Richtlinienindex MOVING basiert auf dem MOVING-Rahmen [7] und wurde unter Anwendung des MOVING-Benchmarking-Tools [8] entwickelt. Der Richtlinienindex gehört zu einer Reihe von Instrumenten, die im Rahmen des CO-CREATE-Projekts entwickelt wurden, um die nationalen staatlichen Maßnahmen zur körperlichen Aktivität zu überwachen, zu bewerten und zu vergleichen (siehe **Abbildung 1**).

Abbildung 1. Richtlinien-Instrumente für die Überwachung, das Benchmarking und den Vergleich nationaler staatlicher Maßnahmen zur körperlichen Aktivität



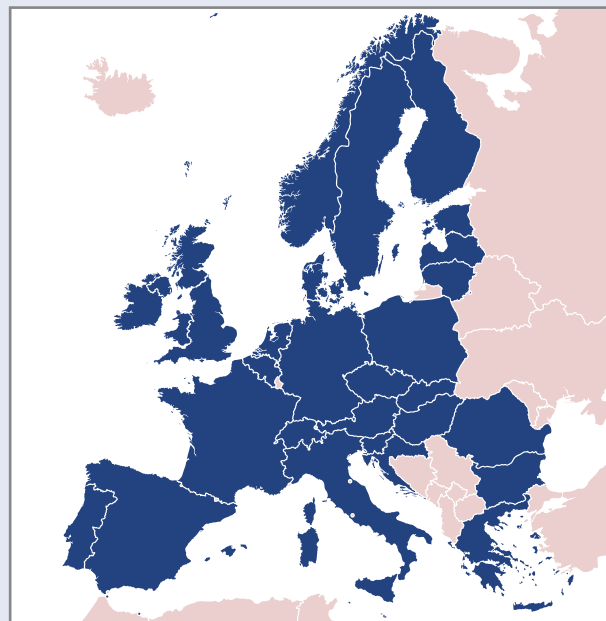
Das MOVING-Benchmarking-Tool [8] wurde im Rahmen des CO-CREATE-Projekts entwickelt, um die politischen Maßnahmen der nationalen Regierungen im Hinblick auf die angestrebten Standards zu bewerten. Da die derzeitigen Maßnahmen sämtlicher Staaten unzureichend sind, legt das Benchmarking-Instrument den Regierungen einen höheren anzustrebenden Standard auf, anstatt sie mit den derzeit besten Praktiken zu vergleichen. Das Instrument umfasst 23 Benchmarks (und zugehörige Indikatoren) für die sechs Richtlinienbereiche des MOVING-Rahmens.

Die Indikatoren werden anhand von zwei Arten von Attributen gemessen: a) **ein Attribut für das Vorhandensein einer politischen Maßnahme** und b) **ein zugehöriger Satz politischer Attribute zur Bewertung der Qualität der Gestaltung der politischen Maßnahmen.**

Die Benchmarking-Instrumente wurden auf die politischen Maßnahmen der nationalen Regierungen angewandt, die im Rahmen einer umfassenden Untersuchung in 30 europäischen Ländern gesammelt wurden (siehe Abbildung 2). Die Einschlusskriterien für die ausgewählten Länder und die Methoden für die umfassende Untersuchung sind öffentlich zugänglich [9, 10] und werden im Folgenden kurz erläutert. Die Richtlinien der 30 einbezogenen Länder wurden durch diese umfassende Untersuchung ermittelt und sind in der **MOVING-Datenbank** öffentlich zugänglich. Diese Richtlinien wurden zur Erstellung der Indexergebnisse verwendet.

Die umfassende Untersuchung wurde zwischen 2019 und 2022 durch Forscher des World Cancer Research Fund International durchgeführt. Erfüllten die ermittelten Maßnahmen die Einschlusskriterien (siehe Feld 1) erfüllten, wurde ihre Beschreibung zur Überprüfung an Länderexperten geschickt. Bei diesen Experten handelte es sich um Beamte oder Forscher an nationalen Forschungsinstituten oder Universitäten, die mit Unterstützung des europäischen Regionalbüros der WHO (WHO/EURO) ausgewählt wurden. Die Ergebnisse der umfassenden Untersuchung sind in der MOVING-Datenbank enthalten und können kostenlos heruntergeladen und ausgewertet werden.

Abbildung 2. Überblick über die 30 europäischen Länder, die im Richtlinienindex MOVING enthalten sind



Kasten 1. Kriterien für die Aufnahme von Richtlinienmaßnahmen in die MOVING-Datenbank



→ 1. Politische Maßnahmen auf nationaler Ebene

- Damit politische Maßnahmen berücksichtigt werden konnten, mussten sie auf nationaler Ebene durchgeführt werden.



→ 2. Politische Maßnahmen der Regierung

- Partnerschaftlich durchgeführt, von der Regierung unterstützt, gesponsert oder gebilligt.
- Programme, die von nichtstaatlichen Akteuren durchgeführt werden, wurden ebenfalls berücksichtigt, sofern sie von den nationalen Regierungen unterstützt wurden. Freiwillige Programme, die von der Industrie oder nichtstaatlichen Akteuren ohne staatliche Unterstützung durchgeführt wurden, wurden nicht berücksichtigt.



→ 3. Umgesetzte politische Maßnahmen

- Zum Zeitpunkt der Untersuchung in Kraft oder in Kraft gesetzt (2019–2022).



→ 4. Ausreichende Informationen verfügbar

- Erforderliche Angaben: Bezeichnung der Maßnahme, Datum der Umsetzung und/oder Veröffentlichung sowie ausreichende Informationen für die Erstellung einer Beschreibung der Maßnahme.

Benchmarking von Richtlinien und Erstellung von Indexergebnissen

Die Indexergebnisse werden in zwei Stufen erstellt:

- **Benchmark-Werte (0–100)** = Vorhandensein von Maßnahmen („nein“ = 0, „ja“ = 50) + Durchschnitt der Bewertungen der Gestaltungsmerkmale (0–50)
- **Punktzahlen für die Richtlinienbereiche (0–100)** = berechneter Durchschnitt (Mittelwert) der Benchmark-Punktzahlen für jeden Richtlinienbereich

Ausführliche Erläuterungen zur Entwicklung und Anwendung der Benchmarking-Tools sind verfügbar [8]. Ein Gesamtindex wurde nicht errechnet, da die Anzahl der Benchmarks nicht gleichmäßig auf die einzelnen Richtlinienbereiche verteilt ist.

Außerdem ist jede Benchmark mit einer variablen Anzahl von Qualitätsmerkmalen verbunden.

Die Verteilung der Benchmarks und Designattribute steht jedoch im Einklang mit den vorhandenen Erkenntnissen und wurde im Rahmen einer umfassenden Expertenbefragung entwickelt [8].

Die endgültigen Bewertungen der Richtlinienbereiche wurden in fünf Kategorien eingeteilt (siehe Feld 2). Eine Punktzahl von 0 bedeutet, dass in dem jeweiligen Richtlinienbereich keine Maßnahmen ergriffen wurden, und eine Punktzahl von 100 bedeutet, dass alle angestrebten Attribute erfüllt wurden.

Kasten 2. Kategorisierung der Richtlinienbereiche Punktzahlen für den Richtlinienindex MOVING

| Keine Richtlinie | KEINE RICHTLINIEN IDENTIFIZIERT |
|------------------|---------------------------------|
| 1-24 | UNZUREICHEND |
| 25-49 | AKZEPTABEL |
| 50-74 | BEFRIEDIGEND |
| 75-99 | GUT |
| 100 | AUSGEZEICHNET |



Der MOVING-Rahmen besteht aus sechs Richtlinienbereichen in drei Gebieten - **aktive Gesellschaften**, **aktive Umgebungen** und **aktive Menschen** - die einen umfassenden Ansatz zur Förderung körperlicher Aktivität bilden.

Der Richtlinienindex MOVING

Die Ergebnisse des Richtlinienindex für die 30 Länder werden in **Abbildung 3** vergleichend dargestellt und im Folgenden erörtert. Darüber hinaus wurden 30 länderspezifische Momentaufnahmen erstellt, die die Ergebnisse des Richtlinienindex durch einen detaillierten Blick auf die Qualität der Richtliniengestaltung in jedem Land ergänzen. Die Länderübersichten finden Sie auf unserer [Website](#).

Abbildung 3. Gestaltung der nationalen Regierungsrichtlinie in 30 europäischen Ländern

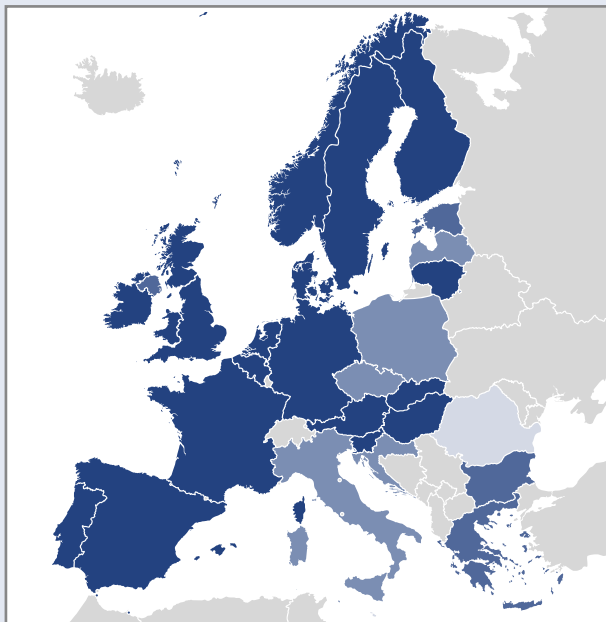
| LAND | M | O | V | I | N | G |
|-----------------------|-------------|-------------|--------|--------|-------------|-------------|
| Österreich | Yellow | Yellow | Orange | Orange | Yellow | Red |
| Belgien | Light Green | Yellow | Red | Orange | Light Green | Orange |
| Bulgarien | Orange | Grey | Red | Red | Orange | Red |
| Kroatien | Yellow | Orange | Grey | Grey | Orange | Red |
| Tschechische Republik | Orange | Orange | Grey | Orange | Orange | Grey |
| Dänemark | Light Green | Yellow | Orange | Orange | Light Green | Orange |
| England | Yellow | Orange | Orange | Orange | Light Green | Orange |
| Estland | Yellow | Yellow | Red | Red | Yellow | Grey |
| Finnland | Yellow | Yellow | Orange | Yellow | Light Green | Orange |
| Frankreich | Yellow | Dark Green | Orange | Orange | Yellow | Red |
| Deutschland | Light Green | Yellow | Orange | Yellow | Yellow | Orange |
| Griechenland | Yellow | Light Green | Red | Grey | Light Green | Red |
| Ungarn | Yellow | Yellow | Red | Orange | Orange | Red |
| Irland | Light Green | Light Green | Orange | Orange | Light Green | Orange |
| Italien | Yellow | Orange | Grey | Grey | Light Green | Red |
| Lettland | Orange | Orange | Red | Grey | Orange | Grey |
| Litauen | Yellow | Light Green | Red | Orange | Light Green | Orange |
| Malta | Light Green | Grey | Grey | Grey | Orange | Grey |
| Niederlande | Yellow | Light Green | Orange | Red | Orange | Red |
| Nordirland | Yellow | Grey | Red | Orange | Orange | Orange |
| Norwegen | Yellow | Light Green | Yellow | Yellow | Orange | Orange |
| Polen | Light Green | Yellow | Red | Grey | Orange | Grey |
| Portugal | Yellow | Yellow | Red | Orange | Yellow | Light Green |
| Rumänien | Orange | Grey | Grey | Grey | Orange | Grey |
| Schottland | Orange | Orange | Red | Orange | Orange | Orange |
| Slowakei | Orange | Yellow | Red | Orange | Light Green | Orange |
| Slowenien | Orange | Orange | Red | Yellow | Yellow | Orange |
| Spanien | Yellow | Yellow | Red | Orange | Light Green | Orange |
| Schweden | Orange | Yellow | Orange | Red | Orange | Red |
| Wales | Yellow | Orange | Orange | Orange | Yellow | Orange |

Abbildung 4: Überblick über die Richtlinienbereiche, in denen die nationalen Regierungen in den 30 europäischen Ländern tätig sind

Anzahl der abgedeckten Richtlinienbereiche

6

2



Von den 30 untersuchten Ländern verfolgten 19 einen umfassenden Ansatz zur körperlichen Aktivität; d. h., sie führten Maßnahmen in allen Richtlinienbereichen des MOVING-Rahmens durch.

Das wichtigste Kriterium für den Index ist jedoch die Qualität der durchgeführten Maßnahmen. Die meisten Bewertungen im MOVING-Index sind unzureichend, akzeptabel oder befriedigend. Diese beruhen auf der Qualität der Konzeption der durchgeführten Maßnahmen.

Die meisten guten Bewertungen (n=10) erhielt der Richtlinienbereich, der auf **öffentliche Kommunikationsmaßnahmen abzielt, die Fähigkeiten zur Verhaltensänderung aufbauen** (N). Es folgte der Richtlinienbereich **Körperliche Aktivität am Arbeitsplatz und Schulungen für Nicht-Gesundheitsfachkräfte** (O), in dem Griechenland, Irland, Litauen, die Niederlande und Norwegen eine gute Bewertung erhielten.



Frankreich erzielte als einziges Land eine ausgezeichnete Bewertung. Diese ist auf Maßnahmen zur körperlichen Aktivität am Arbeitsplatz und die Schulung von Nicht-Gesundheitsfachkräften zurückzuführen ist, die durch Gesetze und Vorschriften unterstützt werden. Die Richtlinien der übrigen Länder wurden im Durchschnitt mit „befriedigend“ bewertet.

Die Tschechische Republik, Kroatien, Italien, Lettland, Malta, Polen und Rumänien verfolgten den am wenigsten umfassenden Ansatz, indem sie politische Maßnahmen in höchstens vier Richtlinienbereichen des MOVING-Rahmens umsetzten. In allen sieben dieser Länder wurden Maßnahmen zur **Förderung der körperlichen Aktivität in den Schulen und in der breiteren Öffentlichkeit** (M) sowie **öffentliche Kommunikationsmaßnahmen zum Aufbau von Fähigkeiten zur Verhaltensänderung umgesetzt** (N). Für Kroatien, Italien, Malta und Rumänien wurden keine politischen Maßnahmen in den Bereichen **bebaute Umwelt** (V) und **Verkehrsinfrastruktur** (I) ermittelt.



Worauf konzentrierten sich die Maßnahmen der nationalen Regierungen?

Drei Richtlinienbereiche wurden von der Mehrheit der Länder abgedeckt und erhielten länderübergreifend mindestens die Bewertung „akzeptabel“: **die Förderung körperlicher Aktivität in Schulen und in der breiteren Gesellschaft, die M, öffentliche Kommunikationsrichtlinie, die Fähigkeiten N** zur Verhaltensänderung fördert, und das **Angebot von Bewegungsmöglichkeiten am Arbeitsplatz sowie die Ausbildung in der Bewegungsförderung in verschiedenen Berufen O**.

Zunächst haben alle Länder Maßnahmen zur **Förderung der körperlichen Aktivität in Schulen und in der breiteren Gesellschaft ergriffen M**. Die Mehrheit der Länder (n= 16) erhielt jedoch lediglich die Bewertung „befriedigend“. Nur sechs Länder, Belgien, Dänemark, Deutschland, Irland, Malta und Polen, erzielten eine gute Bewertung in diesem Bereich. Dies ist darauf zurückzuführen, dass die nationale Regierung Maßnahmen in allen Bereichen ergriffen hat, darunter körperliche Aktivität innerhalb und außerhalb des Unterrichts und der Schulzeit, Gemeinschafts- und Partizipationsinitiativen, die sich an Menschen aller Altersgruppen und Fähigkeiten richten, sowie finanzielle Anreize zur Förderung körperlicher Aktivität.

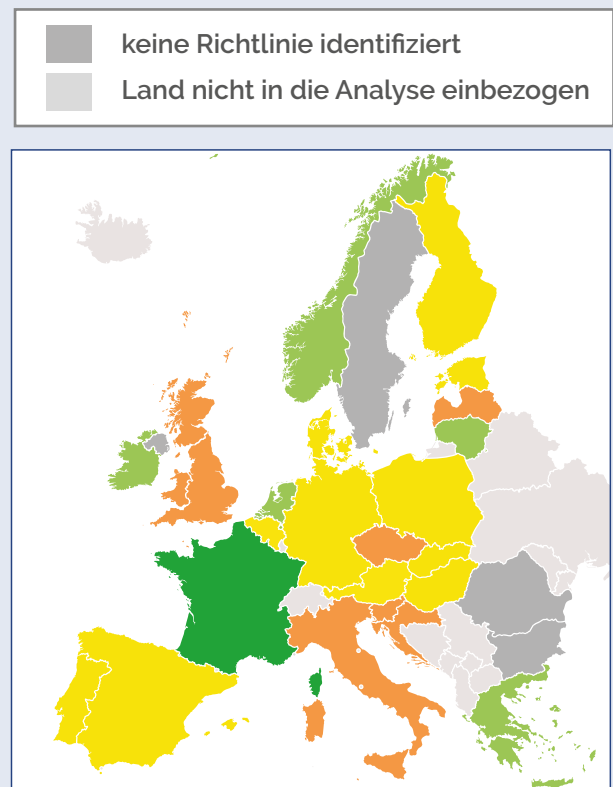
Zweitens erhielt weniger als die Hälfte der Länder eine gute Bewertung für **öffentliche Kommunikationsmaßnahmen, die Fähigkeiten zur Verhaltensänderung aufbauen N**.

Dies waren die Länder, die Leitlinien für körperliche Aktivität verabschiedet haben, die auch von gut konzipierten öffentlichen Sensibilisierungskampagnen begleitet wurden, insbesondere solchen, die Social Marketing einsetzen, sich auf inaktive Bevölkerungsgruppen konzentrieren und auf Dienstleistungen oder Umweltveränderungen hinweisen, um eine Verhaltensänderung zu unterstützen. Die übrigen Länder erhielten entweder die Bewertung „akzeptabel“ (n=13) oder „befriedigend“ (n=7). Obwohl die Umsetzung in allen 30 untersuchten Ländern gut war, sind also in mehr als der Hälfte der Länder Verbesserungen bei der Richtliniengestaltung erforderlich.

Drittens haben 25 Länder Richtlinien umgesetzt, die sich darauf konzentrieren, Möglichkeiten zur **körperlichen Aktivität am Arbeitsplatz anzubieten und Schulungen zur Bewegungsförderung in verschiedenen Berufen durchzuführen O**.

Von diesen Ländern erhielten nur Frankreich, Griechenland, Irland, Litauen, die Niederlande und Norwegen eine gute Bewertung, was bedeutet, dass sie Richtlinien mit Schwerpunkt auf dem Arbeitsplatz sowie Ausbildungsmaßnahmen für relevante Berufe außerhalb des Gesundheitswesens umgesetzt haben.

Abbildung 5. Überblick über den Status von Bewegungsangeboten am Arbeitsplatz und die Ausbildung in der Bewegungsförderung in verschiedenen Berufen **O**



Empfehlungen



Die bisherigen Maßnahmen zeigen, dass sich die Länder auf die Sensibilisierung der Öffentlichkeit und auf die Fähigkeit zur Verhaltensänderung konzentriert haben. Eine gut durchdachte Politik in diesem Bereich sollte sowohl Leitlinien für körperliche Aktivität als auch gut konzipierte Kampagnen zur Sensibilisierung der Öffentlichkeit umfassen.

Es sind Maßnahmen in allen Bereichen der Bewegungsförderung in Schulen und in der Gemeinschaft erforderlich, einschließlich der körperlichen Aktivität außerhalb der Schulzeit und der körperlichen Aktivität für Menschen aller Altersgruppen und Fähigkeiten.

Schließlich sollten die nationalen Regierungen sicherstellen, dass sie nationale politische Maßnahmen zur Förderung der körperlichen Bewegung am Arbeitsplatz und zur Ausbildung in der Bewegungsförderung für Berufe außerhalb des Gesundheitswesens ergreifen.

Wo haben die nationalen Regierungen am wenigsten getan oder die Politik schlecht gestaltet?

Die nationalen Regierungen haben in den beiden MOVING-Richtlinienbereichen, die auf die aktive Umwelt abzielen, insbesondere auf **Strukturen und Umgebungen, die körperliche Aktivität fördern**, **V** und auf **Verkehrsinfrastrukturen und -möglichkeiten, die eine aktive Gesellschaft unterstützen, Maßnahmen ergriffen, die überwiegend mit „unzureichend“ oder „akzeptabel“ bewertet wurden** **I**.

Auch in diesen Richtlinienbereichen wurden Lücken festgestellt: Von den 30 untersuchten Ländern haben fünf keine Richtlinienmaßnahmen zur Förderung der körperlichen Aktivität in Bezug auf Strukturen und Umgebungen durchgeführt, und sieben Länder haben keine Maßnahmen für die Verkehrsinfrastruktur ergriffen.

Von den 24 Ländern, die eine Richtlinienmaßnahme zur Förderung der körperlichen Bewegung in ihren **Strukturen und Umgebungen durchgeführt haben** **V**, erhielten die meisten (n=13) die Bewertung "unzureichend". Norwegen war das einzige Land, das die Bewertung „befriedigend“ erzielte. Norwegen erhielt diese Bewertung, weil es bis auf eine relevante Maßnahme, nämlich Gestaltungsrichtlinien und Vorschriften für Gebäude, sämtliche Maßnahmen umgesetzt hatte. Die durchgeführten Richtlinienmaßnahmen bezogen sich auf Leitlinien für die aktive Gestaltung von Frei- und Grünflächen außerhalb von Gebäuden, die Infrastruktur für Fußgänger und Radfahrer, integrierte Stadtgestaltungs- und Flächennutzungsmaßnahmen sowie Maßnahmen zur Gewährleistung des Zugangs zu hochwertigen öffentlichen Frei- und Grünflächen.



In diesem Richtlinienbereich - Strukturen und Umgebungen zur Förderung der körperlichen Bewegung - konzentrierten sich die Maßnahmen der nationalen Regierungen auf die Infrastruktur für Fußgänger und

Radfahrer, die von 19 Ländern umgesetzt wurde. Am wenigsten unternahmen die nationalen Regierungen dagegen im Bereich der integrierten Stadtplanung und Flächennutzungsrichtlinie, wo nur Dänemark, Norwegen, die Niederlande und Wales Maßnahmen ergriffen haben.

Die meisten Länder, die Maßnahmen im Bereich der **Verkehrsinfrastruktur und des aktiven Reisens umgesetzt haben** **I**, erhielten die Bewertung „akzeptabel“ (n=15). Vier Länder, nämlich Finnland,

Deutschland, Norwegen und Slowenien, erzielten die Bewertung „befriedigend“, da diese vier Länder Maßnahmen zur Unterstützung des öffentlichen Verkehrs, Maßnahmen zur Straßenverkehrssicherheit, Maßnahmen zur Förderung des aktiven Verkehrs und Massenkommunikationskampagnen zum aktiven Verkehr durchgeführt haben.

Auffallend ist, dass in neun Ländern keine politischen Maßnahmen zur Förderung der körperlichen Aktivität oder der Verkehrsinfrastruktur in den Bereichen Strukturen und Umgebungen durchgeführt wurden, wobei vier dieser Länder (Kroatien, Italien, Malta und Rumänien) in keinem der beiden Richtlinienbereiche Maßnahmen durchgeführt haben.

Für einen dritten Richtlinienbereich, die **Schulung, Bewertung und Beratung zu körperlicher Aktivität im Gesundheitswesen** **G**, erhielten die 24 Länder, die Maßnahmen auf nationaler Regierungsebene ergriffen haben, lediglich die Bewertung „unzureichend“ oder „akzeptabel“. Die meisten Länder, die Maßnahmen ergriffen haben, führten Aktionen zur Bewertung der körperlichen Aktivität, zur Beratung oder zur Verschreibung in der Primärversorgung durch. Nur vier Länder (Belgien, Frankreich, Irland und Portugal) boten Beratung zu körperlicher Aktivität im ambulanten Bereich an, und zehn Länder nahmen Schulungen zu körperlicher Aktivität für Angehörige der Gesundheitsberufe in ihre nationalen Richtlinien auf. Portugal war das einzige Land, das in diesem Bereich eine gute Bewertung erhielt, da es in allen drei Bereichen (Primärversorgung, ambulante Einrichtungen und Schulung der Angehörigen der Gesundheitsberufe in der Bewegungsförderung) gut durchdachte Maßnahmen durchführte.

Empfehlungen



Die nationalen Regierungen sollten politischen Maßnahmen Vorrang einräumen, die auf die bebauten Umwelt und die Verkehrsinfrastruktur einschließlich des öffentlichen und aktiven Verkehrs abzielen. Zusammengenommen sind diese Richtlinienbereiche der Schlüssel zur Schaffung eines aktiven Umfelds, in dem körperliche Betätigung die einfachste Option ist.

Die nationalen Regierungen sollten die Qualität der Ausbildung in körperlicher Aktivität für Angehörige der Gesundheitsberufe verbessern, um die bestehenden Maßnahmen zur Bewertung, Beratung oder Verschreibung körperlicher Aktivität zu unterstützen.

Wie können die Länder ihre derzeitigen Richtlinien verbessern?

| Richtlinienbereich | Länder, die KEINE RICHTLINIE IDENTIFIZIERT haben oder mit UNZUREICHEND oder AKZEPTABEL bewertet wurden | Verbesserungen der Richtliniengestaltung* * Für vollständige Empfehlungen siehe Tabelle der anzustrebenden Standards wcrf.org/benchmarking-physical-activity-policy |
|--|--|--|
| M Körperliche Aktivität in Schule, Gemeinde, Sport und Freizeit | 8/30 | <ol style="list-style-type: none"> 1. Sicherstellung der obligatorischen Einbeziehung von körperlicher Aktivität innerhalb und außerhalb des Klassenzimmers und über die Schulzeit hinaus sowohl für Kinder der Grundschule als auch der weiterführenden Schule. 2. Entwicklung von Rechtsvorschriften über finanzielle Anreize zur Förderung der körperlichen Aktivität von Jugendlichen, Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und den am wenigsten aktiven Gruppen. 3. Unterstützung von Initiativen auf Gemeindeebene und für die breite Öffentlichkeit, die sich an Jugendliche, Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und die am wenigsten aktiven Gruppen richten, um körperliche Bewegung zu fördern. |
| O Körperliche Aktivität am Arbeitsplatz und Ausbildung für mehrere Berufe | 13/30 | <ol style="list-style-type: none"> 1. Entwicklung von Regelungen zur Einbeziehung und Förderung körperlicher Aktivität am Arbeitsplatz. 2. Gewährleistung einer obligatorischen Schulung in körperlicher Aktivität für mehr als eine Art von nicht im Gesundheitswesen tätigen Personen, die auf kompetenzbasierten Standards beruht. |
| V Strukturen und Umgebungen, die körperliche Aktivität fördern | 29/30 | <ol style="list-style-type: none"> 1. Regelungen für die Gestaltung von Gebäuden, die zu körperlicher Aktivität anregen. 2. Entwicklung von Gesetzen und Vorschriften zur aktiven Gestaltung von Innen- und Außenbereichen von Gebäuden, Frei- und Grünflächen, Infrastruktur für Fußgänger und Radfahrer sowie Stadtgestaltung und Flächennutzung, die körperliche Aktivität fördern. 3. Diese Regelungen sollten sich an Gruppen wie Jugendliche, Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und die am wenigsten aktiven Gruppen richten. |
| I Verkehrsinfrastruktur und aktive Gesellschaften | 26/30 | <ol style="list-style-type: none"> 1. Entwicklung von Regelungen zur Verbesserung des öffentlichen Verkehrsangebots und zur Förderung des aktiven Verkehrs, die auch Jugendliche, Menschen mit unterschiedlichen Fähigkeiten und die am wenigsten aktiven Gruppen ansprechen. 2. Verstärkung öffentlicher Informationskampagnen, die das Bewusstsein für die Sicherheit im Straßenverkehr schärfen und die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel und aktiver Verkehrsmittel fördern, wobei der Schwerpunkt auf wichtigen Zielgruppen wie Nichterwerbstätige und Personen liegt, die als gefährdet oder ausgegrenzt eingestuft werden. 3. Ausarbeitung von Vorschriften zur Förderung des aktiven Verkehrs, auch auf dem Weg zu und von Grund- und weiterführenden Schulen und zur Arbeit. |
| N Öffentliche Kommunikation | 13/30 | <ol style="list-style-type: none"> 1. Verstärkung der Massenkommunikationskampagnen zur Förderung körperlicher Aktivität durch Einbeziehung von Social Marketing und Hinweise auf weitere Dienstleistungen oder Informationen wie politische Maßnahmen, Programme oder Umweltveränderungen zur Unterstützung der angestrebten Verhaltensweisen. 2. Zielgruppen der Massenkommunikationskampagnen sollten die nicht erwerbstätige Bevölkerung sowie die als gefährdet oder ausgegrenzt eingestufte Bevölkerungsgruppe sein. 3. Die Leitlinien für körperliche Aktivität sollten sich an Kinder und Jugendliche richten und durch Massenkommunikationskampagnen für diese Bevölkerungsgruppen verbreitet werden. |
| G Bewegungstraining, -bewertung und -beratung in Gesundheitseinrichtungen | 29/30 | <ol style="list-style-type: none"> 1. Gewährleistung einer obligatorischen Bewegungsschulung für mehr als eine Art von Angehörigen der Gesundheitsberufe, die auf kompetenzbasierten Standards beruht. 2. Ausarbeitung von Vorschriften für die Beratung, Bewertung und Verordnung von körperlicher Aktivität und Sicherstellung, dass diese speziell auf Kinder und Jugendliche mit Problemen im Zusammenhang mit Adipositas ausgerichtet sind. |

Die Ergebnisse des Richtlinienindex im Kontext

Dieses Kurzdossier stellt den Stand der nationalen politischen Maßnahmen zur körperlichen Aktivität in 30 europäischen Ländern dar. Es zeigt, welche Länder gut konzipierte politische Maßnahmen für jeden der sechs Richtlinienbereiche des MOVING-Rahmens umgesetzt haben, und verdeutlicht gleichzeitig, wo es Schwachstellen gibt und wie schlecht konzipierte politische Maßnahmen gemäß den in unserer Bewertung verwendeten ehrgeizigen Standards verbessert werden können.

Diese Ergebnisse stellen eine Qualitätsbewertung der derzeitigen Maßnahmen auf nationaler Regierungsebene dar. In Ermangelung eines wiederholten Benchmarkings können sie daher keinen kausalen Zusammenhang zwischen der Qualität der Richtliniengestaltung und etwaigen Veränderungen bei der Prävalenz von Übergewicht und Adipositas herstellen. Darüber hinaus berücksichtigen sie weder das Ausmaß der Umsetzung noch etwaige Maßnahmen auf Bundesland-, regionaler oder kommunaler Ebene.

Wenn diese Ergebnisse im Kontext verwendet werden, müssen sie sorgfältig anhand einer Situationsbewertung in jedem Land beurteilt werden. Einige vorgeschlagene Fragen zur Kontextualisierung der Ergebnisse:

- **Haben die Länder, die Maßnahmen in allen Bereichen des MOVING-Rahmens ergriffen haben, damit auf fehlende Rahmenbedingungen für körperliche Aktivität reagiert?**
- **Umgekehrt: Werden Länder, in denen ein günstiges Umfeld für körperliche Aktivität besteht, eher weniger Maßnahmen ergreifen?**
- **Gehen die Ergebnisse, die sich auf Maßnahmen auf nationaler Ebene konzentrieren, an den aktuellen Maßnahmen auf Bundesland-, regionaler oder lokaler Ebene vorbei?**
 - Die Ergebnisse für Länder mit föderalem Regierungssystem (z. B. Deutschland, Österreich, Belgien) oder mit dezentralem Regierungssystem (z. B. Spanien, Italien) sollten durch die Berücksichtigung von Maßnahmen auf Bundesland- oder regionaler Ebene kontextualisiert werden.
- **Welche nationalen politischen Maßnahmen können durch Maßnahmen auf lokaler Ebene ergänzt werden?**
 - Maßnahmen zur Förderung der körperlichen Aktivität fallen häufig in den Zuständigkeitsbereich der regionalen oder lokalen Behörden. Daher sollten die Ergebnisse dieses Index, die sich auf das politische Handeln der nationalen Regierung konzentrieren, im Kontext von Analysen auf regionaler oder lokaler Ebene betrachtet werden.
- **Welche der fehlenden politischen Maßnahmen haben wahrscheinlich den größten Einfluss auf die Prävention von Übergewicht und Adipositas?**

Wir wissen, dass struktur- und ordnungspolitische Maßnahmen Vorrang haben sollten, da sie am ehesten Auswirkungen auf die Umwelt haben und die Menschen erreichen, die sie am dringendsten benötigen. Diese werden zudem von den Regierungen bisher am wenigsten beachtet.

 - Keine einzelne politische Maßnahme reicht nicht aus, um den Anstieg der Adipositas bei Jugendlichen wirksam einzudämmen. Es sind Maßnahmen in mehreren politischen Bereichen erforderlich [4, 5].

Weitere Fragen zur Kontextualisierung der Ergebnisse [finden Sie hier](#).

Quellenangaben

- 1 *Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada.* International report. Volume 1. Key findings. World Health Organization. Regional Office for Europe; 2020.
- 2 Cruz F, Ramos E, Lopes C, Araújo J. Tracking of food and nutrient intake from adolescence into early adulthood. *Nutrition*. Nov. 2018;55-56:84-90. doi:10.1016/j.nut.2018.02.015
- 3 Telama R. Tracking of physical activity from childhood to adulthood: a review. *Obes Facts*. 2009;2(3):187-95. doi:10.1159/000222244
- 4 Weltgesundheitsorganisation. WHO European Regional Obesity Report 2022. Kopenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2022.
- 5 Flodgren GM, Helleve A, Lobstein T, Rutter H, Klepp KI. Primary prevention of overweight and obesity in adolescents: An overview of systematic reviews. *Obes Rev*. Nov. 2020;21(11):e13102. doi:10.1111/obr.13102
- 6 Klepp KI, Helleve A, Brinsden H, et al. Overweight and obesity prevention for and with adolescents: The "Confronting obesity: Co-creating policy with youth" (CO-CREATE) project. *Obes Rev*. Jan. 9 2023:e13540. doi:10.1111/obr.13540
- 7 Oldridge-Turner K, Kokkorou M, Sing F, et al. Promoting Physical Activity Policy: The Development of the MOVING Framework. *Journal of Physical Activity and Health*. 1. Jan. 2022 2022:1-24. doi:10.1123/jpah.2021-0732
- 8 Vlad I, Oldridge-Turner K, Klepp K-I, et al. The development of the NOURISHING and MOVING benchmarking tools to monitor and evaluate national governments' nutrition and physical activity policies to address obesity in the European region. *Obesity Reviews*. 2023;24 Suppl 1:e13541. doi:10.1111/obr.13541
- 9 World Cancer Research Fund International. Methods Document for policy scan – Technical Annex. Abgerufen am 10. März 2021: wcrf.org/wp-content/uploads/2021/06/Technical-Annex-.pdf
- 10 World Cancer Research Fund International. NOURISHING & MOVING Methods Document. Abgerufen am 10. März 2021: wcrf.org/sites/default/files/Methods_Document.pdf



Über Co-Create

CO-CREATE wurde durch das Forschungs- und Innovationsprogramm Horizon 2020 der Europäischen Union finanziert und brachte 14 internationale Forschungs- und Interessenvertretungsorganisationen zusammen, um gemeinsam mit jungen Menschen Maßnahmen zur Adipositasprävention zu entwickeln, darüber zu informieren und sie zu fördern.

co-create.eu

Danksagung

Dieser Bericht wurde von Dr. Ioana Vlad und Jennifer O'Mara mit Unterstützung von Rebecca Taylor und Kendra Chow, World Cancer Fund International, im Rahmen des CO-CREATE-Projekts verfasst. Wir danken Dr. Kate Allen, Prof. Knut-Inge Klepp, Prof. Harry Rutter, Dr. Arnfinn Helleve und Dr. Hannah Brinsden für ihre Durchsicht.

Wir danken auch Kate Oldridge-Turner, Dr. Anne-Siri Fismen, Jonas Rekdal Mathisen, Dr. Janetta Habron, Debora Mdegella und Aysenur Tekneci für ihre Beiträge zu dieser Arbeit. Ein besonderer Dank geht an die World Obesity Federation.

Bei Fragen zu diesem Kurzdossier wenden Sie sich bitte an Ioana Vlad unter policy@wcrf.org



Der World Cancer Research Fund International ist eine führende Autorität auf dem Gebiet der Krebspräventionsforschung in Bezug auf Ernährung, Gewicht und körperliche Aktivität.

wcrf.org

Der World Cancer Research Fund International ist eine gemeinnützige Organisation und Teil eines internationalen Netzes von Wohltätigkeitsorganisationen zur Krebsprävention. Diese Wohltätigkeitsorganisationen haben ihren Sitz in Europa und Nord- und Südamerika und sind auch in Asien vertreten, sodass wir eine globale Stimme haben, um die Menschen über Krebsprävention zu informieren.



世界癌症研究基金會

