

## Primary Care und Bewegungskompetenz

- **durchführende Einrichtung:** Gesundheitsfonds Steiermark
- **Laufzeit der Maßnahme:** 1. Jänner 2016 bis 29. Dezember 2017
- **Schwerpunkt:** Gute Gesundheitsinformation (GGI)
- **Wirkungsbereich:** Steiermark

### Beschreibung

Als Teil eines Umsetzungsprojektes zur Bewegungsförderung im Setting Primärversorgung wird Bewegungskompetenz operationalisiert und gemessen. Evidenzbasierte Programme der Bewegungsförderung sollen daraus abgeleitet werden.

### Ausgangslage

Expertinnen/Experten gehen davon aus, dass sich mindestens zwei Drittel der Bevölkerung zu wenig bewegen. Die Eurobarometer-Studie zeigt, dass nur 26 % der Österreicher:innen ein Bewegungsniveau aufweisen, das für die Erhaltung von Gesundheit notwendig ist. In den steirischen, wie auch in den österreichischen Gesundheitszielen nimmt die Förderung der Bewegung einen zentralen Stellenwert ein, da das Bewegungsniveau in allen Altersgruppen der Bevölkerung unzureichend ist. Der Bewegungsmangel beginnt bereits im Kindesalter und setzt sich bis ins höhere Alter fort. Der primär- als auch sekundärpräventive Nutzen von Bewegung geht sowohl für das subjektive Wohlbefinden als auch für das Gesundheitssystem als Koproduct von Gesundheit verloren. Die Steiermark verfügt über ein ausgezeichnetes Netz an Arztpraxen für Allgemeinmediziner:innen. Die dort tätigen Ärztinnen/Ärzte, Arzthelfer:innen bzw. andere in der Ordination mitarbeitende medizinische Berufsgruppen genießen eine hohe Reputation. Im Ordinationsalltag treffen die Mediziner:innen oftmals auf Menschen, deren Problemlagen durch Bewegung verbessert oder auch verhindert werden könnten. Das Projekt strebt an, dass Ärztinnen/Ärzte mit effektiven Kurzinterventionen bisher unbewegte Personen identifizieren und auch zu einer Einleitung von Bewegung motivieren. Das „Rezept auf Bewegung“ wird durch ortsnahe Bewegungsangebote begleitet. Ziel ist, dass Ärztinnen/Ärzte effektiver die Vorteile von Bewegung aufzeigen können und durch die gezielte Weitervermittlung zu lokalen Bewegungsangeboten eine Verhaltensänderung unterstützen. Im Zuge dieses Projektes wird die Bewegungskompetenz der Nutzer:innen der Primärversorgung gemessen und aus diesen Ergebnissen sollen evidenzbasierte Maßnahmen der Bewegungsförderung an der Schnittstelle zur Primärversorgung entwickelt werden.

### Zielsetzung

Als Teil eines Umsetzungsprojektes zur Bewegungsförderung im Setting Primärversorgung (durch niedrigschwelliges Assessment des Bewegungsverhalten der Patientinnen/Patienten, motivierende Ansprache bei unbewegten Personen und Vermittlung zu polysportiven Bewegungsangeboten) wird Bewegungskompetenz operationalisiert und gemessen. Diese Messung soll mit dem HSL-EU-Q16 Tool kompatibel sein und gleichzeitig in erweiterter Form dieses Tools auch die physical literacy messen, um daraus evidenzbasierte Programme der Bewegungsförderung ableiten zu können.

#### Ziele sind:

- Theoretische Definition Bewegungskompetenz (in Anlehnung an das Konzept der Gesundheitskompetenz)
- Operationalisierung der Bewegungskompetenz

- Entwicklung eines Tools zur Messung der Bewegungskompetenz
- 2 Regionen in der Steiermark in denen bei Service-Nutzerinnen/-Nutzer der Primärversorgung diese Messung erfolgt, wobei sich in jeder Region zumindest 150 Personen an der Erhebung beteiligen sollten
- Entwicklung evidenzbasierter Interventionen, die nicht nur die Quantität des Bewegungsverhaltens steigern, sondern auch die Bewegungskompetenz
- Vernetzung mit Expertinnen/Experten der Gesundheitskompetenz in Österreich sowie mit Expertinnen/Experten der Sportwissenschaft

### Zielgruppen

- Zielgruppen im Setting Gesundheits- und Sozialwesen/(öffentliche) Dienstleistungen: Patientinnen/Patienten, Klientinnen/Klienten; Ärztinnen/Ärzte; Pflege- und Betreuungspersonal; Berufsgruppen der psychosozialen Versorgung (Psychologinnen/Psychologen, Sozialarbeiter:innen etc.); Gesundheitsförderungsberater:innen, Gesundheitsexpertinnen/Gesundheitsexperten

### Methodik

- Review zur theoretischen Standortbestimmung der Bewegungskompetenz im Kontext der Gesundheitskompetenz
- Entwicklung eines Messtools zur Messung der multidimensionalen Bewegungskompetenz
- Durchführung von Messungen bei Nutzer:innen der Primärversorgung und Datenanalyse
- Ableitung von evidenzbasierten Programmen zur Förderung der körperlichen Aktivität und Bewegungskompetenz

### Beitrag zum Wirkungsziel 1

In die Kommunikation der Bewegungsförderung bzw. in diesbezügliche Programme im Bereich der Primärversorgung sollen auch die Aspekte Gesundheits- und Bewegungskompetenz integriert werden; Erweiterung der Bewegungsförderung um den Aspekt der Gesundheits- und Bewegungskompetenz.

### Beitrag zum Wirkungsziel 2

Die persönliche Gesundheitskompetenz der Patientinnen und Patienten in der Primärversorgung soll hinsichtlich Bewegung gestärkt werden.