

Mit Hilfe der I.Family Studie soll herausgefunden werden, wie und warum sich junge Menschen in Europa für einen bestimmten Ernährungs- und Lebensstil entscheiden, und wie dies langfristig ihre Gesundheit beeinflusst.

Die I.Family Studie untersucht dabei die Einflüsse von Familie und sozialem Umfeld, die Lebensgewohnheiten sowie psychologische und genetische Faktoren. Bis zu 16.000 Kinder auf dem Weg aus der Kindheit ins Jugendalter sowie ihre Eltern und Geschwister nehmen an der Studie teil.



Das Wohnumfeld beeinflusst den Lebensstil von Jugendlichen



**ifamily**

[www.ifamilystudy.eu](http://www.ifamilystudy.eu)



Leibniz-Institut für Präventionsforschung  
und Epidemiologie - BIPS GmbH  
Achterstraße 30  
28359 Bremen



Tel. 0800 2477375  
[ifamily-kontakt@bips.uni-bremen.de](mailto:ifamily-kontakt@bips.uni-bremen.de)  
[www.ifamilystudy.eu](http://www.ifamilystudy.eu) / [www.bips.uni-bremen.de](http://www.bips.uni-bremen.de)



I.Family is EC funded FP7 Project No.266044



[www.ifamilystudy.eu](http://www.ifamilystudy.eu)



**ifamily**

Die I.Family Studie untersucht Einflüsse auf Ernährung, Lebensstil und Gesundheit europäischer Kinder, Jugendlicher und ihrer Eltern



## Die I.Family Studie – die Entscheidung für den gesunden Weg

Unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden möchten wir dauerhaft bewahren. Doch im Alltag erschweren viele Einflüsse die Entscheidung für gesunde Lebensmittel und einen gesunden Lebensstil.

Das Wohnumfeld, die sozialen Bedingungen, der finanzielle Druck und der Lebensstil der Familie haben sich in den letzten Jahrzehnten stark verändert. Oft ist die gemeinsame Zeit mit der Familie sehr begrenzt. Selbst zubereitete Mahlzeiten aus regionalen, frischen Zutaten werden häufig durch Fertigprodukte ersetzt, die schnell zuzubereiten sind.

Bedenken über die Sicherheit auf den Straßen, zu wenig beaufsichtigte Spielplätze, ein ständig verfügbares Fernsehprogramm und die zunehmend mit Computerspielen verbrachte Zeit haben körperliche Aktivität aus dem Alltag junger Menschen verdrängt.

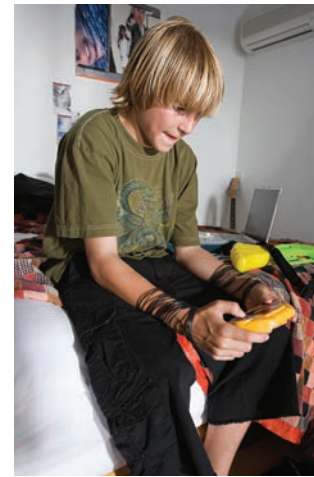
Solche Veränderungen beeinflussen die Gesundheit der Kinder. Immer mehr Kinder sind übergewichtig, leiden an Stoffwechselstörungen oder erleben psychische Probleme. Viele dieser Beeinträchtigungen wirken bis ins Erwachsenenalter. Sie belasten nicht nur das Gesundheits- und Sozialwesen, sondern vor allem auch den Lebensalltag der Menschen.

Klar ist, es muss dringend gehandelt werden; einfache Lösungen stehen aber nicht bereit. Viele Faktoren spielen eine Rolle, doch deren Zusammenspiel lässt sich nur schwer entwirren.

**Die I.Family Forschungsgruppe** umfasst viele verschiedene Fachrichtungen. Somit wird ermöglicht, komplexe Zusammenhänge aufzudecken, effektive Alternativen zu entwickeln sowie politische Initiativen auf europäischer, nationaler und lokaler Ebene zu unterstützen, damit immer mehr Familien sich für den gesunden Weg entscheiden können.



Körperliche Aktivitäten haben im Alltag vieler Jugendlicher keinen Platz mehr



Es wird vermehrt Zeit mit Computerspielen verbracht

## Das Ziel

## Die I.Family Studie – Einflüsse auf Ernährung, Lebensstil und Gesundheit europäischer Kinder, Jugendlicher und ihrer Eltern

Aus acht Ländern in ganz Europa – Schweden, Spanien, Italien, Ungarn, Deutschland, Estland, Zypern und Belgien – tragen die I.Family Forscher Informationen über das Gesundheitsverhalten von 16.000 Kindern und ihren Familien zusammen. Sie bauen auf der IDEFICS Studie auf, deren Teilnehmer sich jetzt im Übergang vom Kind zum Jugendlichen befinden, den sogenannten „Teens“.

Auch wenn Eltern, Kindergärten und Schulen den Kindern geholfen haben, eine gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung zu beherzigen, besteht die Gefahr, dass sie als Teenager Angewohnheiten entwickeln, die ihre Gesundheit beeinträchtigen. Kein Frühstück, wenig Obst und Gemüse, mehr Softdrinks, zu wenig Schlaf, Rauchen und Alkohol sind typische Beispiele dafür.

Die Teilnehmer der I.Family Studie werden gebeten Papier- und Online-Fragebögen auszufüllen, Interviews zu Familie und Gesundheit zu geben, an psychologischen Tests und körperlichen Untersuchungen teilzunehmen, biologische Proben abzugeben und einen Bewegungssensor zu tragen, um die körperliche Aktivität zu messen.

Diese umfangreichen Untersuchungs- und Befragungsergebnisse werden aus den acht Studienzentren zusammengeführt und ausgewertet. Dabei erhalten sie zusätzliche Unterstützung von Experten für Genetik, Neuro-Bildgebung, Epidemiologie, Verbraucherverhalten, Umweltfaktoren und Ethik.

*Das I.Family Team sagt „Vielen Dank!“ an alle Studienteilnehmerinnen und -teilnehmer in ganz Europa.*



Der Einfluss der Gruppe kann zu ungesundem Verhalten verleiten



Snacks oder Naschereien ersetzen oftmals richtige Mahlzeiten

## Die Studie

Die I.Family Studie, finanziert von der Europäischen Kommission (Projekt FP7 266044, KBBE 2010-4), wird von der Universität Bremen und dem Leibniz-Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie – BIPS koordiniert. Die gemeinsame Projektleitung haben die Professoren Dr. Wolfgang Ahrens und Dr. Iris Pigeot vom BIPS sowie Dr. Alfonso Siani vom ISA-CNR, Italien.

17 Partner aus 12 europäischen Ländern arbeiten an der I.Family Studie.

Teilnehmende Organisationen	Verantwortlichkeiten
Universität Bremen, Deutschland	Projektkoordinator
Leibniz – Institut für Präventionsforschung und Epidemiologie, Deutschland	Deutsche Kohorte, Statistik, Stellvertretende Koordination
Institut für Lebensmittelwissenschaft, Nationaler Forschungsrat, Italien	Italienische Kohorte, Ernährungsepidemiologie Stellvertretende Koordination
Kopenhagen Business School, Dänemark	Konsumentenverhalten & Umwelteinflüsse
Universität Lancaster, Großbritannien	Ethik, Politik und Interessengruppen Engagement
Sahlgrenska Akademie an der Universität Göteborg, Schweden	Schwedische Kohorte, Familienanalysen
Universität Helsinki, Finnland	Familiäre Zusammenhänge & genetische Modellierung
Universität der balearischen Inseln, Spanien	Genomanalyse
Universität Pécs, Ungarn	Ungarische Kohorte
Rudolf Magnus Institut für Neurowissenschaften, Niederlande	Neuro-Bildgebung & Neuropsychologie
Institut für Forschung und Bildung für Kindergesundheit, Zypern	Zypriotische Kohorte
Nationales Institut für die Entwicklung von Gesundheit, Estland	Estländische Kohorte
Stiftung IRCCS Nationales Institut für Tumorforschung, Italien	Methoden der Ernährungserhebung
Universität Bristol, Großbritannien	Erhebungsmethoden und Auswertung der körperlichen Aktivität
Universität Zaragoza, Spanien	Spanische Kohorte
Universität Ghent, Belgien	Belgische Kohorte
Minerva PRC Ltd, Großbritannien	Kommunikation



Das I.Family Forschungs-Team