



**Ruprecht-Karls-Universität Heidelberg**  
**Medizinische Fakultät Mannheim**  
**Dissertations-Kurzfassung**

**Kontextuelle Einflussfaktoren auf das Ernährungsverhalten von Kindern – Eine randomisierte Interventionsstudie in der Gastronomie**

Autor: Jessica Markovinovic  
Institut / Klinik: Zentrum für Präventivmedizin und Digitale Gesundheit (CPD)  
Doktorvater: Prof. Dr. S. Schneider

In der heutigen Zeit nehmen immer mehr Kinder und Jugendliche Mahlzeiten außer Haus zu sich. Demnach stellen Restaurantbesuche bedeutsame Settings zur Verbesserung des Ernährungs- und Lebensmittelfeldes und damit zur Prävention und Eindämmung juveniler Adipositas dar. Unter Anwendung verschiedener Strategien im Sinne eines „Labelings“, also einer Kennzeichnung beziehungsweise Hervorhebung gesunder Optionen, erwiesen sich in diesem Rahmen insbesondere Speisekarten als geeignetes und innovatives Target für Interventionen.

In Orientierung an literaturbasierten Erkenntnissen und Empfehlungen sollte im Rahmen dieses Promotionsprojekts erstmals der Effekt verschiedener Menü-Labeling-Strategien auf Kinderspeisekarten unter randomisierten, kontrollierten Bedingungen innerhalb eines realen Settings in der in Deutschland dominierenden inhabergeführten Gastronomie untersucht werden. Das primäre Ziel bestand darin, einen direkten Zusammenhang zwischen der Optimierung des Kinderspeisenangebots – unter Anwendung verschiedener „Nudges“ und „Boosts“ – und der Verschiebung der Bestellraten zugunsten des gesündesten Gerichts aufzuzeigen. Während „Nudges“ als Maßnahmen zu verstehen sind, welche Menschen unter Wahrung ihrer Entscheidungsfreiheit in eine bestimmte, gesundheitsförderliche Richtung lenken, steigern „Boosts“ durch relevante Zusatzinformationen die individuelle Entscheidungs- und Selbstkontrollkompetenz der Zielpersonen.

Zur Primärdatenerhebung erfolgte anhand im Voraus definierter Kriterien zunächst die Akquise eines geeigneten Restaurants, dessen Kinderspeisekarte um ein neu entwickeltes, gesundes Zielgericht ergänzt wurde. Die Ermittlung der wissenschaftlich geeignetsten Gestaltungsweise der Interventions-Kinderspeisekarte erfolgte im Anschluss anhand eines Pretests in Form einer Internetumfrage.

Um einen von Ferienzeiten und Wetterschwankungen möglichst unabhängigen Eindruck über das Bestellverhalten zu gewährleisten, wurde im Rahmen der Experimental-Phase von November 2018 bis April 2019 ein zweiwöchentlicher Wechsel zwischen Interventions- und Kontroll-Kinderspeisekarte realisiert. Während die Interventions-Karte verschiedene Nudging- und Boosting-Elemente zur Hervorhebung des Zielgerichts im Sinne eines Labelings beinhaltete, umfasste die Kontroll-Karte zwar exakt die gleichen Speisen, jedoch keinerlei gestalterische Features.

Insgesamt 585 Bestellungen wurden während der Experimental-Phase getätigt – 335 (57 Prozent) hiervon aus der Interventions- und 250 (43 Prozent) aus der Kontroll-Kinderspeisekarte. Das Zielgericht wurde in toto 25-mal bestellt, was 4,3 Prozent aller Bestellungen und damit jeder zwanzigsten Bestellung entsprach. Die relativen Bestellanteile lagen jeweils bei 4,2 Prozent während der Interventions- sowie bei 4,4 Prozent während der Kontroll-Perioden. Demzufolge bestand kein signifikanter Unterschied darin, welche Kartenversion eingelegt war. Hinsichtlich der primären Zielsetzung der Studie konnte der – in Anbetracht der Ergebnisse des Pretests zu erwartende – höhere Bestellanteil des Zielgerichts im Rahmen des optimierten Designs der Interventions-Kinderspeisekarte letztlich also nicht aufgezeigt werden. Die Ergebnisse der Studie bestätigen somit in der Gesamtschau die Annahme, dass Menü-Labeling-Strategien tendenziell nur dann funktionieren, wenn Eltern im Rahmen eines simulierten Szenarios allein für ihre Kinder entscheiden.

Um Speisekarten im Kampf gegen juvenile Adipositas als einfache und kosteneffiziente Intervention zu etablieren, sollten zukünftige Forschungsprojekte weitere Einflussfaktoren auf das Bestellverhalten berücksichtigen. Diesbezüglich ist zu empfehlen, den zentralen Fokus der Untersuchungen zunächst auf das Verständnis grundlegender sozialer, interagierender Verhaltensweisen sowie psychologischer Entscheidungsprozesse von Eltern und Kindern bei gemeinsamen Mahlzeiten zu legen.