

Ernährungs- und Bewegungsberatung für schwangere Migrantinnen (ERBEMIS): Eine Bedürfniserhebung

Projekt: 387

Ursula Mäder
Fachhochschule Nordwestschweiz, Olten

Ausgangslage

Rund ein Drittel der Erwachsenen und ein Fünftel der Kinder in der Schweiz sind überge-
wichtig. Mit zahlreichen Kampagnen und Informationsprogrammen wurde die Schweizer
Bevölkerung für die Zusammenhänge zwischen Ernährung und körperlicher Aktivität sensi-
bilisiert. Die ausländische Bevölkerung wurde jedoch ungenügend erreicht.

Vision

Im Rahmen der Chancengleichheit erhalten auch Migrantinnen einen besseren Zugang zu
Ernährungs- und Bewegungsempfehlungen.

Ziel Projekts ERBEMIS

Beratungsunterlagen für schwangere Migrantinnen sind entworfen und getestet.
Eine Bedürfniserhebung im Rahmen von Gruppengesprächen hat stattgefunden.

Durchführung

Nach den Methoden Fokus-, Pretestinggruppen und Gruppeninterview führten wir Gespräche
mit Migrantinnen im Raum Zürich. Aus den Gesprächen und den zusätzlichen Beobachtungen
erfuhren wir von den Bedürfnissen der Migrantinnen bzgl. Wissen, Unterstützung und
Infrastruktur. Erste Beratungsmaterialien wurden auf ihre Verständlichkeit getestet:
Lebensmittelpyramide, Tellermodell (Zusammensetzung einer gesunden Mahlzeit) und
Bewegungsempfehlungen. Die Unterlagen wurden grösstenteils gut verstanden. In einer Art
Beratungsmanuale haben wir Empfehlungen, worauf in der Beratung mit Migrantinnen
besonders zu achten ist, zusammengefasst. Das Ernährungsanamnese-Tool wurde erstellt,
aber noch nicht getestet.

Resultate

Den grössten Wissenszuwachs brachten uns unerwartete Aussagen und Beobachtungen, die
nicht mit statistischen Beschreibungen übereinstimmten: Die Frauen waren grösstenteils
normalgewichtig und konsumierten praktisch keine Fertigprodukte. Ihre Kenntnisse über
gesunde Ernährung und Bewegung in der Schwangerschaft sind von Überlieferungen geprägt,
entsprechen aber nicht immer dem heutigen Wissensstand. Die Frauen sind dankbar für
Informationen und interessieren sich sehr für Gesundheitsthemen.

Schlussfolgerung

Eine besondere Herausforderung bei Beratungen mit Migrantinnen ist es, die Botschaft
einfach, klar und überzeugend zu vermitteln. Eine Übersetzung ist oft unerlässlich. Der
Einbezug von interkulturellen Vermittlerinnen kann für beide Seiten sehr hilfreich sein.

Interkulturell kompetentes Personal fördert das Vertrauen der Frauen und ihre Compliance durch besseres Verstehen.

Ausblick / Valorisierung

Die Beratungsunterlagen werden für das Beratungsprogramm PEBS an der Klinik für Geburtshilfe am Universitätsspital Zürich USZ noch weiterentwickelt. Eine Zusammenarbeit mit weiteren Institutionen ist geplant.

Die Beratungsunterlagen werden bei der Fachgesellschaft für Gynäkologie und Geburtshilfe und ev. bei Migesplus vorgestellt und ev. über diese Kanäle verbreitet.

Der Projektbericht wird in der USZ-Datenbank, in der SFEFS-Projektdatenbank und im Centre de documentation en santé publique (Saphirdoc) publiziert.

Persönliches / Was würden wir anders machen

Wir würden die Schlüsselpersonen früher in die Planung der Gesprächsrunden einbeziehen und eine professionelle interkulturelle Vermittlerin beiziehen. Wir würden zusätzliche Gruppen sowie Kontrollgruppen durchführen.

Kurzzusammenfassung ERBEMIS, 25.11.2008