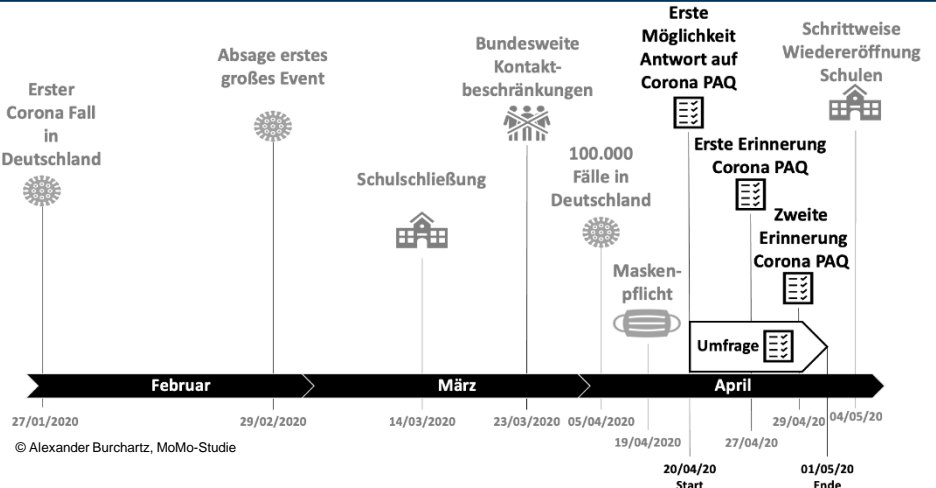


# Einfluss der COVID-19 Pandemie: Zusammenhang von körperlicher Aktivität, Bildschirmzeit und mentaler Gesundheit

## Studiendesign

- N=1.711 Mädchen und Jungen
- Alter: 4-17 Jahre
- Online-Survey
- Zusatzbefragung der Teilnehmenden

der Motorik-Modul-Studie



## Ergebnisse: Mentale Gesundheit fördert körperliche Aktivität im Lockdown

Icon	Gesamte Studienpopulation	Stratifizierung nach Geschlecht		Stratifizierung nach Alter (Jahre)		
		♂	♀	4 bis 10	11 bis 17	
🚫 → 🦠	👥	♂	♀	👦	👧	⊖
💻 → 🚶	⊖	⊖	⊖	⊖	⊖	⊖
💻 → 💻	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕
🚶 → 🚶	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕
🧠 → 🚶	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕
🧠 → 🧠	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕	⊕

**Negative Korrelation**  
(Je mehr A vor COVID-19, desto weniger B während COVID-19. / Je weniger A vor COVID-19, desto mehr B während COVID-19.)

**Positive Korrelation**  
(Je mehr A vor COVID-19, desto mehr B während COVID-19. / Je weniger A vor COVID-19, desto weniger B während COVID-19.)

🚫 → 🦠 = vor COVID-19 → während COVID-19; 💻 = Bildschirmzeit; 🚶 = körperliche Aktivität; 🧠 = mentale Gesundheit

## Diskussion:

1. Diese Erhebung zeigt, dass die Bildschirmzeit vor COVID-19 die körperliche Aktivität während COVID-19 beeinflusst.
2. Die Bildschirmzeit muss deshalb mit Hilfe entsprechender Maßnahmen gesenkt werden.
3. Die signifikanten Veränderungen im Leben durch COVID-19 haben sich auch auf die tägliche Lebensführung ausgewirkt.
4. Der vorab vermutete negative Einfluss der Pandemie auf die mentale Gesundheit wird bestätigt.



### Originalpublikation:

- Wunsch, K., Nigg, C., Niessner, C., Schmidt, S.C.E., Oriwol, D., Hanssen-Doose, A., Burchartz, A., Eichsteller, A., Kolb, S., Worth, A., & Woll, A. (2021). The Impact of COVID-19 on the Interrelation of Physical Activity, Screen Time and Health-Related Quality of Life in Children and Adolescents in Germany: Results of the Motorik-Modul Study. *Children*, 8(2), 98. Doi: 10.3390/children8020098.

Items: <https://thenounproject.com>