



Robert Vollmann

*Gesundheitsförderung  
und Prävention von  
Adipositas in der Pflege*

**Diese Literaturarbeit beschäftigt sich mit der Gesundheitsförderung und Prävention von Adipositas in der Pflege.**

**Die Fragestellung dazu lautet: Welche präventiven Ressourcen sind bei pflegebedürftigen Senioren notwendig, um das Adipositasrisiko sowie die damit verbundene Pflegebelastung zu reduzieren?**

**Für die Beantwortung der Frage nutzt der Autor eine Literaturrecherche und stellt die Ergebnisse den Erfahrungen im Pflegealltag gegenüber.**

## **Der Autor**



**1974 Geboren in Wien**

**2012-2013 Ausbildung zum Pflegehelfer**

**2013-2020 Kardiologie als Pflegehelfer**

**2020 Autor des Buches "Mein Corona Pflegek(r)ampf"**

**2020-2021 Ausbildung zum Pflegefachassistenten**

**2021-laufend Ambulanter Bereich**

**2021-laufend Ausbildung zum Dipl. Berufs- und  
Sozialpädagogen**

# Inhaltsverzeichnis

## 1. **Einleitung**

## 2. **Adipositas**

2.1 Ursachen

2.2 Folgen

## 3. **Senioren**

3.1 Definition der Zielgruppe für die vorliegende Arbeit

3.2 Adipositas bei Senioren

## 4. **Ressourcen für die Pflege adipöser Senioren**

4.1 Ressourcen im Bereich Ernährung

4.1.1 Primärprävention

4.1.2 Sekundär- und Tertiärprävention

4.1.3 Eigene Erfahrungswerte

4.2 Ressourcen im Bereich Bewegung

4.2.1 Primärprävention

4.2.2 Sekundär- und Tertiärprävention

4.2.3 Eigene Erfahrungswerte

4.3 Ressourcen im Bereich Personal

4.3.1 Primärprävention

4.3.2 Sekundär- und Tertiärprävention