

**56. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für  
Sozialmedizin und Prävention (DGSMP)**

22. BIS 24. SEPTEMBER 2021 – DIGITAL

Otto-Friedrich-Universität Bamberg

**UK RUB**

UNIVERSITÄTSKLINIKUM DER  
RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM



**I·GENDO**

# Entwicklung und Evaluation einer app-basierten gendersensiblen psychologischen Intervention bei Übergewicht und Adipositas

C. Seiferth<sup>1</sup>, T. Färber<sup>2</sup>, S. Schroeder<sup>1</sup>, M. Pape<sup>3</sup>, S. Herpertz<sup>3</sup>, J. Wolstein<sup>2</sup> & S. Steins-Löber<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Lehrstuhl für Klinische Psychologie und Psychotherapie, Otto-Friedrich-Universität Bamberg

<sup>2</sup> Professur für Pathopsychologie, Otto-Friedrich-Universität Bamberg

<sup>3</sup> LWL-Universitätsklinik, Ruhr-Universität Bochum, Abteilung für Psychosomatik und Psychotherapie

Vortragssession: Übergewicht und Adipositas – neue Perspektiven und E-Health-Interventionen

GEFÖRDERT VOM

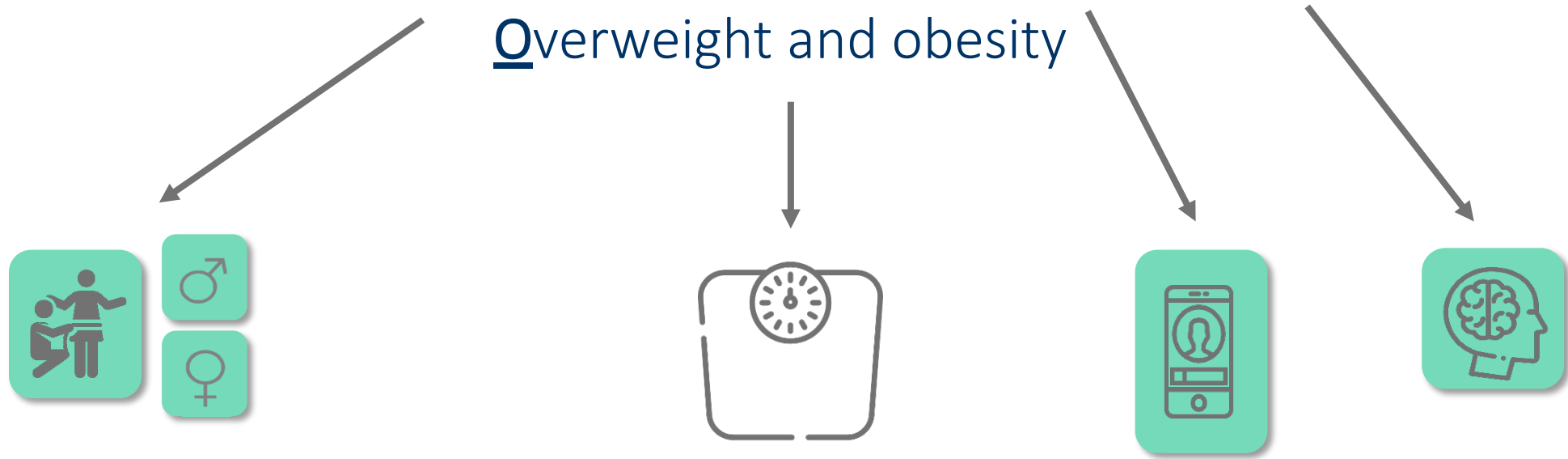


Bundesministerium  
für Bildung  
und Forschung



# I•GENDO

An Individualized GENDER-sensitive mHealth intervention for Overweight and obesity



# Geschlechtsunterschiede in der Behandlung der Adipositas

---

## Motivation zur Gewichtsabnahme & Zielsetzung

Dutton et al., 2010; Robertson et al., 2014; Tsai et al., 2016

## Psychosoziale Konsequenzen

Giel et al., 2012; Heo et al., 2006

## Essverhalten

Kiefer, Rathmanner & Kunze, 2005

## Subjektive Krankheitsrepräsentationen

Prill et al., 2021

## Einsatz von psychologischen Behandlungselementen in wirksamen geschlechtsspezifischen Interventionen

Seiferth et al., 2021 (submitted)

...



## Ziel des I-GENDO Projekts

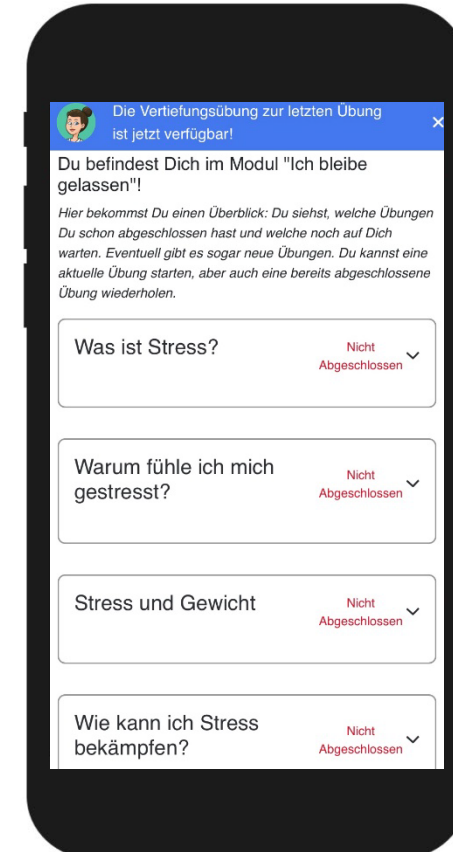
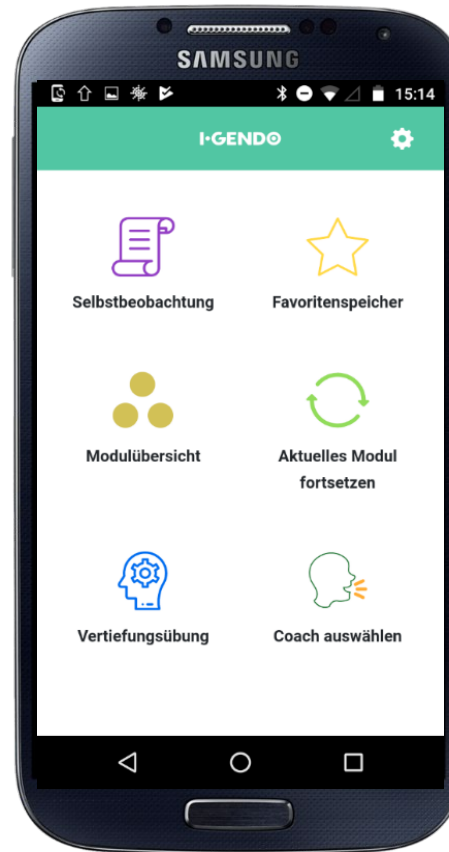
---

Die Effektivität herkömmlicher Gewichtsreduktionsprogramme durch die Entwicklung einer 12-wöchigen gendersensiblen mHealth Intervention, die auf psychologische Bedingungsfaktoren fokussiert, zu erhöhen.



# Aufbau der I-GENDO App

12 Wochen  
7 Module mit insg. 36 Übungen  
3 Übungen / Woche  
10 Minuten / Übung



# Inhalte der I-GENDO App

---

Klinische Expertise



Psychoedukation  
& Zielsetzung

Common-Sense-  
Modell der  
Selbstregulation



Stress &  
Stress-  
bewältigung

Evidenzbasierte  
Komponenten der  
Adipositas-Behandlung



Selbst-  
kontrolle

Eigene qualitative  
Voruntersuchungen  
(Fokusgruppen mit  
Patient:innen)



Emotions-  
regulation



Umgang mit  
Rückschlägen

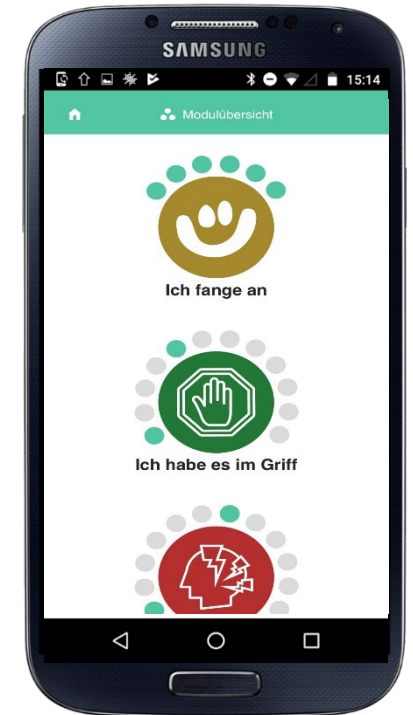


# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App

“tailoring”

Auswahl der Module:

Basierend auf der Ausprägung der subjektiven Krankheitsrepräsentationen (IPQ-R) wird die Intensität und die Reihenfolge der Module bestimmt.



# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App

---



## “tailoring”

Auswahl der Module:

Basierend auf der Ausprägung der subjektiven Krankheitsrepräsentationen (IPQ-R) wird die Intensität und die Reihenfolge der Module bestimmt.

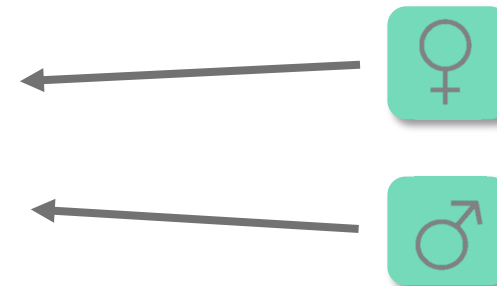
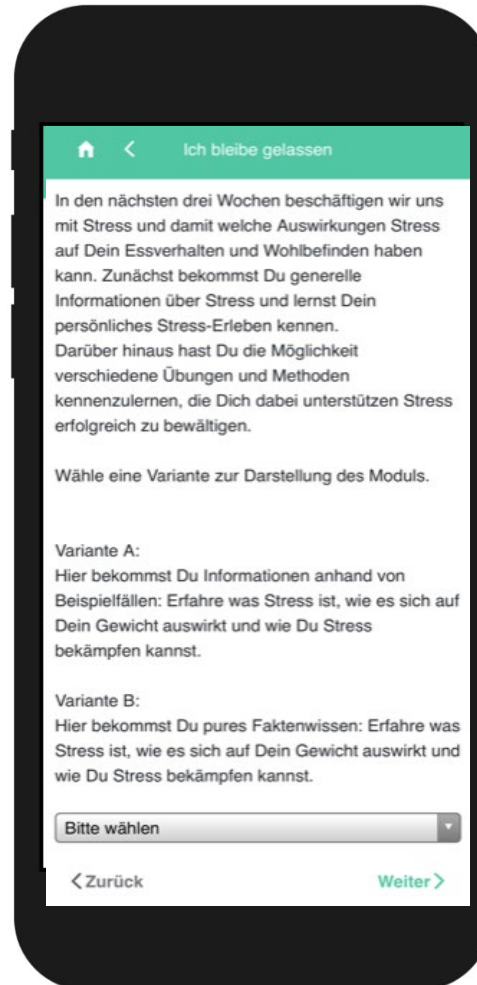


## “self-tailoring”

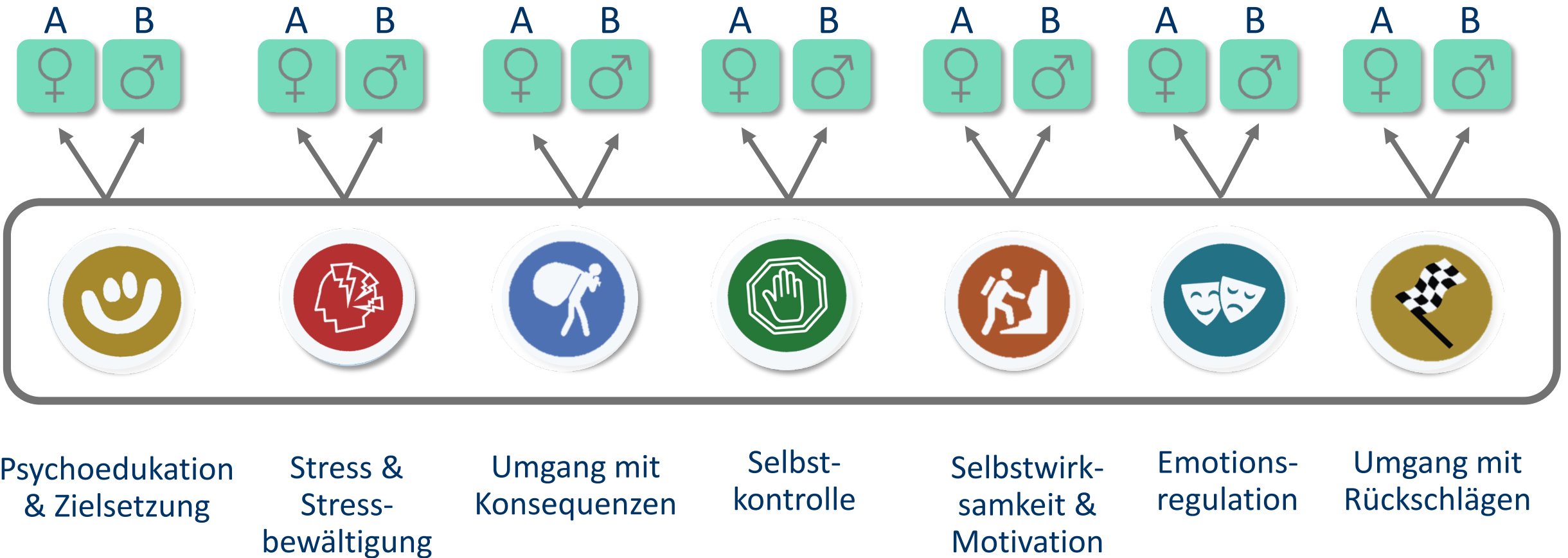
Darstellung der Module:

Basierend auf den individuellen Bedürfnissen und Wünschen wählen die User Varianten/Darstellungsformen der Module.

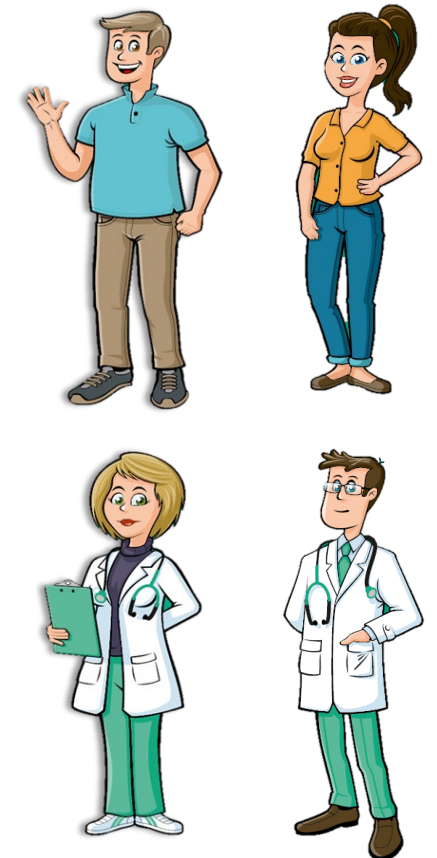
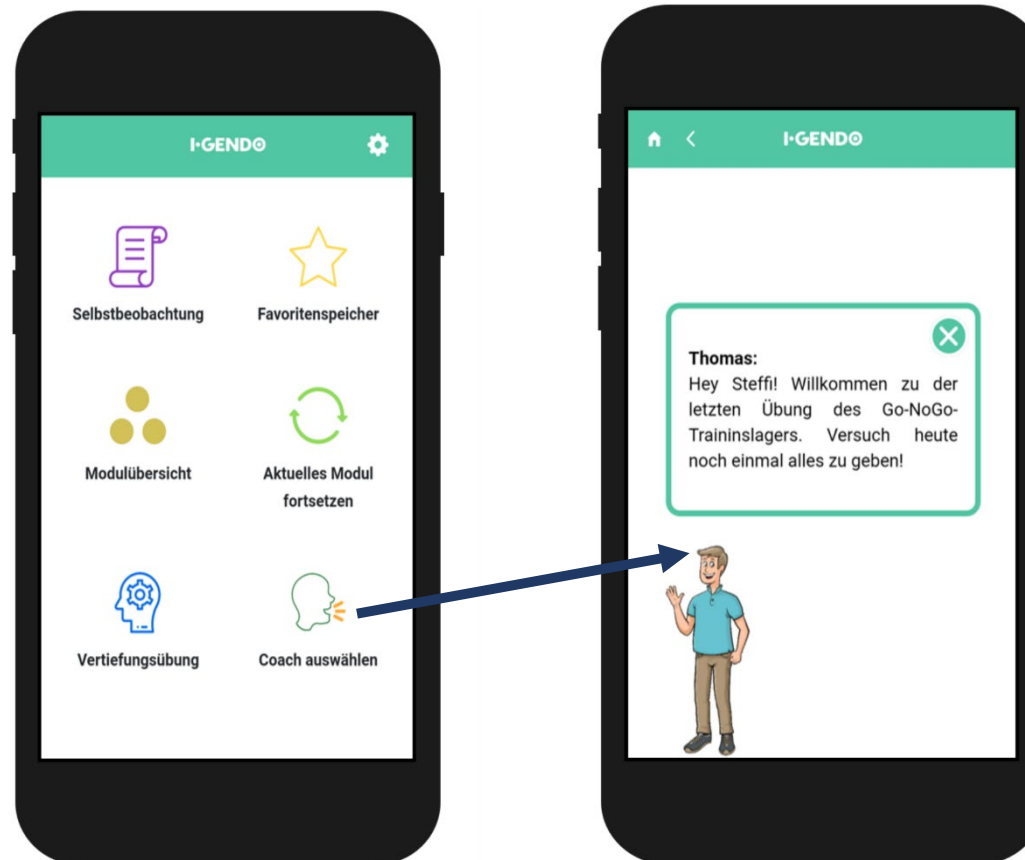
# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App



# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App

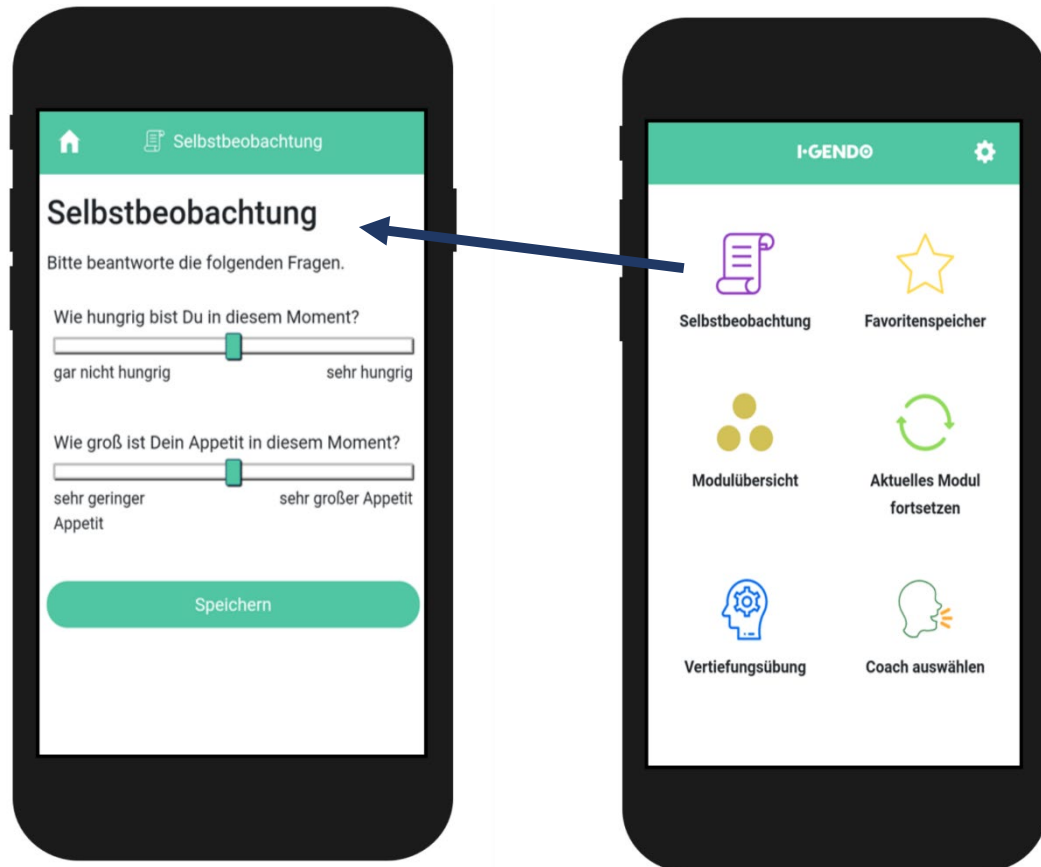


# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App

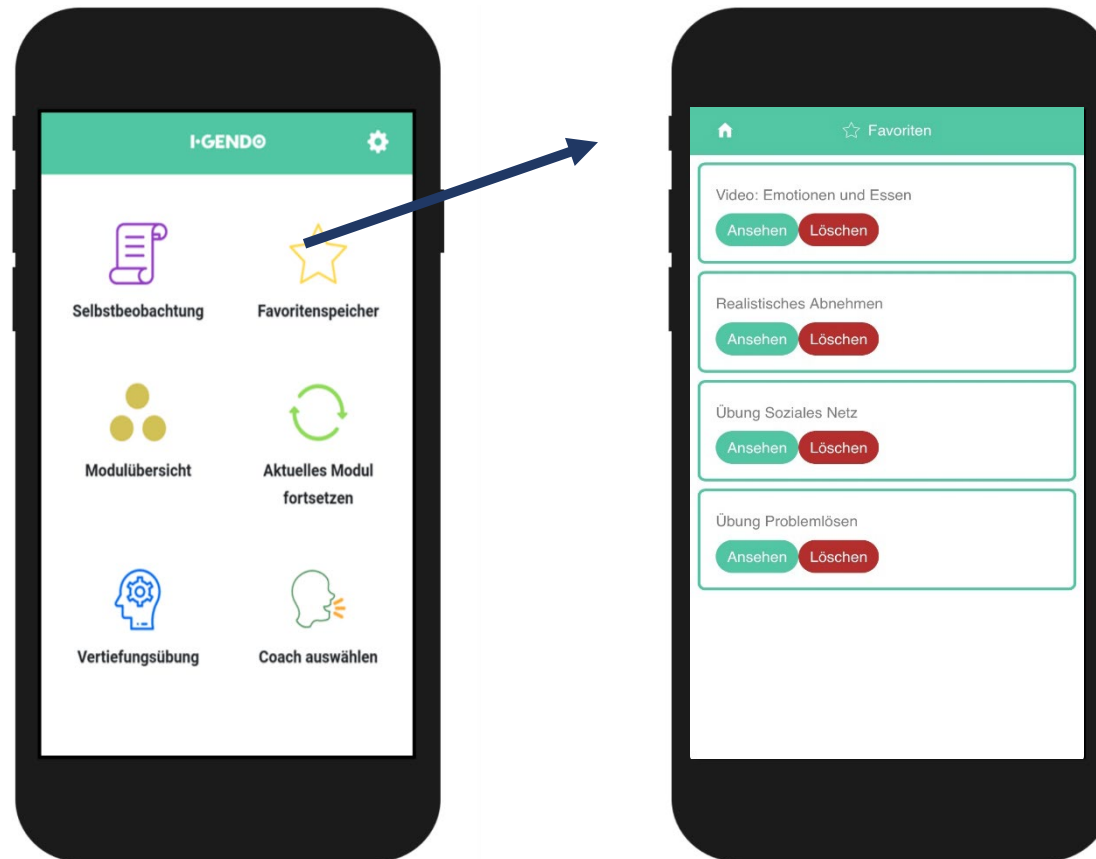


# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App

---



# Individualisierung der Inhalte der I-GENDO App







## Fazit & Ausblick

---

- Entwicklung einer gendersensiblen psychologischen mHealth Intervention
  - aktuell: Durchführung eines RCTs im Versorgungsalltag ( $n = 213$  Personen mit Adipositas Grad I)
  - Stellt die I-GENDO Intervention eine wirksame Ergänzung zu bestehenden Gewichtsreduktionsprogrammen dar? - **to be continued...**
- 
- Wirksamkeit der Individualisierung systematisch überprüfen
  - Wirksamkeit und Akzeptanz der einzelnen Module unter Berücksichtigung von Geschlecht/Gender untersuchen
  - Weiterentwicklung der App für weitere Krankheitsbilder, Settings, demographische Aspekte

Otto-Friedrich-Universität Bamberg



**Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit!**

**Kontakt:**

**Caroline Seiferth, M.Sc.**

[caroline.seiferth@uni-bamberg.de](mailto:caroline.seiferth@uni-bamberg.de)

- Bakker, D., Kazantzis, N., Rickwood, D., & Rickard, N. (2016). Mental health smartphone apps: review and evidence-based recommendations for future developments. *JMIR mental health*, 3(1), e7.
- Crane, M. M., Jeffery, R. W., & Sherwood, N. E. (2017). Exploring gender differences in a randomized trial of weight loss maintenance. *American journal of men's health*, 11(2), 369-375.
- Dutton, G. R., Perri, M. G., Dancer-Brown, M., Goble, M., & Van Vesse, N. (2010). Weight loss goals of patients in a health maintenance organization. *Eating behaviors*, 11(2), 74-78.
- Elfahg, K., & Rössner, S. (2005). Who succeeds in maintaining weight loss? A conceptual review of factors associated with weight loss maintenance and weight regain. *Obesity reviews*, 6(1), 67-85.
- Ferrand, C., Perrin, C., & Nasarre, S. (2008). Motives for regular physical activity in women and men: a qualitative study in French adults with type 2 diabetes, belonging to a patients' association. *Health & social care in the community*, 16(5), 511-520.
- Giel, K. E., Zipfel, S., Alizadeh, M., Schäffeler, N., Zahn, C., Wessel, D., ... & Thiel, A. (2012). Stigmatization of obese individuals by human resource professionals: an experimental study. *BMC public health*, 12(1), 525.
- Greaves, C., Poltawski, L., Garside, R., & Briscoe, S. (2017). Understanding the challenge of weight loss maintenance: a systematic review and synthesis of qualitative research on weight loss maintenance. *Health Psychology Review*, 11(2), 145-163.
- Green, A. R., Larkin, M., & Sullivan, V. (2009). Oh stuff it! The experience and explanation of diet failure: an exploration using interpretative phenomenological analysis. *Journal of Health Psychology*, 14(7), 997-1008.
- Hainer, V., Toplak, H., & Mitrakou, A. (2008). Treatment modalities of obesity: what fits whom?. *Diabetes care*, 31(Supplement 2), S269-S277.
- Heo, M., Pietrobelli, A., Fontaine, K. R., Sirey, J. A., & Faith, M. S. (2006). Depressive mood and obesity in US adults: comparison and moderation by sex, age, and race. *International journal of obesity*, 30(3), 513.
- Juarascio, A. S., Manasse, S. M., Goldstein, S. P., Forman, E. M., & Butryn, M. L. (2015). Review of smartphone applications for the treatment of eating disorders. *European Eating Disorders Review*, 23(1), 1-11.
- Kiefer, I., Rathmanner, T., & Kunze, M. (2005). Eating and dieting differences in men and women. *Journal of Men's Health and Gender*, 2(2), 194-201.
- Leventhal, H., Phillips, L. A., & Burns, E. (2016). Modelling management of chronic illness in everyday life: A common-sense approach. *Psihologijske teme*, 25(1), 1-18.
- Metzgar, C. J., Preston, A. G., Miller, D. L., & Nickols-Richardson, S. M. (2015). Facilitators and barriers to weight loss and weight loss maintenance: a qualitative exploration. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 28(6), 593-603.
- Nordmo, Morten; Danielsen, Yngvild Sørrebø; Nordmo, Magnus (2020): The challenge of keeping it off, a descriptive systematic review of high-quality, follow-up studies of obesity treatments. *Obesity reviews*. 21 (1), e12949. DOI: 10.1111/obr.12949.
- Ohsiek, S., & Williams, M. (2011). Psychological factors influencing weight loss maintenance: an integrative literature review. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 23(11), 592-601.
- Prill, S., Henning, C., Schroeder, S., Steins-Loeber, S., & Wolstein, J. (2021). Does Weight-Cycling Influence Illness Beliefs in Obesity? A Gender-Sensitive Approach. *Journal of obesity*, 2021.
- Teixeira, P. J., Going, S. B., Sardinha, L. B., & Lohman, T. (2005). A review of psychosocial pre-treatment predictors of weight control. *obesity reviews*, 6(1), 43-65.
- Tsai, S. A., Lv, N., Xiao, L., & Ma, J. (2016). Gender differences in weight-related attitudes and behaviors among overweight and obese adults in the United States. *American journal of men's health*, 10(5), 389-398.
- Wing, R. R., & Hill, J. O. (2001). Successful weight loss maintenance. *Annual review of nutrition*, 21(1), 323-341.