

Sport im Verein ist gut für die Seele

(Wien/Alpbach, 16-08-2017) Während die sogenannten sozialen Netzwerke boomen und Facebook, Twitter oder Whatsapp Millionen User in Österreich haben, nehmen die „wirklichen“ sozialen Kontakte spürbar ab. Gemeinsam mit der Österreichischen Bundes-Sportorganisation (BSO) haben nun WissenschaftlerInnen von der Abteilung für Umwelthygiene und Umweltmedizin der MedUni Wien unter der Leitung von Hans-Peter Hutter die Effekte einer aktiven Mitgliedschaft in einem Sportverein auf die Gesundheit untersucht. Das zentrale Ergebnis der Metastudie – neben dem positiven Effekt der regelmäßigen Bewegung: Die aktive Mitgliedschaft hat auch positive Auswirkungen auf die psychische Gesundheit.

Die Studie wird am kommenden Dienstag (22.8., 16-17:30 Uhr, Flora-Saal) im Rahmen einer Partner Session beim Europäischen Forum Alpbach unter dem Titel „Der Sportverein als Gesundheitsmotor“ von Hans-Peter Hutter präsentiert.

Die wichtigsten gesundheitlich relevanten Effekte der analysierten 1.685 Arbeiten zum Thema „Sportverein und Gesundheit“:

- Die aktive Mitgliedschaft im Sportverein schon in der Jugend trägt zur Eingliederung in die Gesellschaft bei „und schützt Jugendliche davor, auf die schiefe Bahn zu geraten“, so Hutter.
- Die aktive Mitgliedschaft im Sportverein stärkt das Selbstvertrauen von Jugendlichen – „insbesondere von Mädchen“.
- Die aktive Mitgliedschaft im Sportverein hat positive Auswirkungen auf das Wohlbefinden und die psychische Gesundheit (z.B. Vitalität). Hutter: „Diese Effekte sind stärker als beim selbstorganisierten Sporttreiben.“
- Sportvereinsmitglieder sind generell mit ihrem Leben zufrieden(er).
- Die aktive Mitgliedschaft im Sportverein macht Spaß und bringt soziale Unterstützung mit sich. Dies führt auch zu einer regelmäßigeren sportlichen Betätigung.

Die positiven gesundheitlichen Effekte der sozialen Aspekte in Sportvereinen konnten in allen Altersgruppen und bei beiden Geschlechtern nachgewiesen werden.

Generell, so die AutorInnen (Hans-Peter Hutter und Peter Wallner von der MedUni Wien, Anna Wanka von der Uni Wien; Christian Gormász, Anna-Maria Wiesner und Rainer Rößlhuber von der BSO), werde die soziale Komponente in der Medizin oft unterschätzt und ihre positiven Wirkungen auf die Gesundheit wenig thematisiert – so auch beim Sport.



Zuletzt hatten aktuelle Studien auch darauf hingewiesen, dass ein aktives Sozialleben positive Effekte bei der Prävention von Demenzerkrankungen bringt. Hutter: „Soziale Kontakte halten vital, du musst auf dein Gegenüber reagieren. Deine kognitiven Fähigkeiten werden gefördert. Sport im Verein hat einen generellen psychosozialen Nutzen – das ist auch ein Alleinstellungsmerkmal einer Vereinstätigkeit.“

Infos und Anmeldung zur „Partner Session 05: Der Sportverein als Gesundheitsmotor“:
Vortragende: Hans-Peter Hutter (Umweltmediziner von der MedUni Wien), Rudolf Hundstorfer (BSO Präsident), Gabriela Jahn (ORF-Redakteurin, Herausgeberin des Magazins „Schule bewegt“).

Alle Infos: <https://www.alpbach.org/de/session/med17-partner-session-05-der-sportverein-als-gesundheitsmotor-08-22-04-00/>.
<http://www.bso.or.at/gesundheitsstudie>

Rückfragen bitte an:

Mag. Johannes Angerer
**Leiter Kommunikation und
Öffentlichkeitsarbeit**
Tel.: 01/ 40 160-11501
E-Mail: pr@meduniwien.ac.at
Spitalgasse 23, 1090 Wien
www.meduniwien.ac.at/pr

Mag. Thorsten Medwedeff
Kommunikation und Öffentlichkeitsarbeit
Tel.: 01/ 40 160-11505
E-Mail: pr@meduniwien.ac.at
Spitalgasse 23, 1090 Wien
www.meduniwien.ac.at/pr

Medizinische Universität Wien – Kurzprofil

Die Medizinische Universität Wien (kurz: MedUni Wien) ist eine der traditionsreichsten medizinischen Ausbildungs- und Forschungsstätten Europas. Mit rund 8.000 Studierenden ist sie heute die größte medizinische Ausbildungsstätte im deutschsprachigen Raum. Mit 5.500 MitarbeiterInnen, 27 Universitätskliniken und drei klinischen Instituten, 12 medizintheoretischen Zentren und zahlreichen hochspezialisierten Laboratorien zählt sie auch zu den bedeutendsten Spitzenforschungsinstitutionen Europas im biomedizinischen Bereich.