SONETTO

Sarcopenic Obesity prevention by Nutrition, Exercise and Technology To prevent Overreliance on secondary care

Programm / Ausschreibung	DST 24/26, Internationale DST, THCS Call 2025	**Status**	laufend
Projektstart	01.04.2026	**Projektende**	31.03.2029
Zeitraum	2026 - 2029	**Projektlaufzeit**	36 Monate
Barwert der Projektförderung	€ 237.792		
Keywords	Blended care, eHealth, sarcopenia, obesity, prevention, healthcare professional, primary care		

Projektbeschreibung

Dieses Forschungsprojekt adressiert den dringenden Bedarf, die Prävention, Früherkennung und Behandlung von Adipositas, Sarkopenie und sarkopener Adipositas (SO) in der Primärversorgung zu verbessern. Diese häufig übersehenen Gesundheitsrisiken, die oftmals erst in der Sekundärversorgung Beachtung finden, tragen wesentlich zu chronischen Erkrankungen wie Typ-2-Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Krebs bei. Durch die Fokussierung auf Prävention und frühzeitige Intervention zielt das Projekt darauf ab, Gesundheitsfachkräfte (HCPs) zu befähigen, eine bessere Versorgung zu gewährleisten und gleichzeitig die Belastung der Sekundärversorgungssysteme zu verringern.

Der Ansatz stellt Gesundheitsfachkräfte sowie ältere Erwachsene rund um das Rentenalter/Pensionsalter in den Mittelpunkt, die über den gesamten Projektverlauf hinweg aktiv einbezogen werden. Ziel ist es, das Gesundheitssystem von innen heraus zu verändern, indem die Einstellungen von HCPs in Bezug auf Adipositas und Sarkopenie fokussiert werden. HCPs sollen befähigt werden, diese Risiken zu erkennen, zu überwachen, zu diagnostizieren und Interventionen in jedem Stadium der Entwicklung von Adipositas und Sarkopenie sowie in jedem Krankheitsstadium einzuleiten. Dies kann nur durch einen multidisziplinären Ansatz sowie die Einführung technologischer Lösungen und die Kompetenz zur Nutzung dieser Technologien erreicht werden.

Wir entwickeln und evaluieren eine Blended-Care-Intervention, die Präsenzschulungen mit einem innovativen Online-Tool kombiniert. Dieser Ansatz vereint die Empathie und persönliche Betreuung durch Gesundheitsfachkräfte (HCPs) in Face-to-Face-Beratungen mit den motivierenden und interaktiven Möglichkeiten einer digitalen Anwendung. Zusätzlich werden im Projekt maßgeschneiderte Schulungsprogramme für HCPs in der Primärversorgung entwickelt, die an länderspezifische und kulturelle Gegebenheiten angepasst sind. Durch diese integrative Herangehensweise fördern wir das Selbstmanagement der Patient*innen und verbessern ihre Adhärenz in Bezug auf Ernährungsempfehlungen sowie körperliche Aktivität im häuslichen Umfeld.

Indem das Projekt die Bedürfnisse der Patient*innen in den Mittelpunkt stellt und innovative Strategien nutzt, wird es dazu beitragen die Primärversorgung zu transformieren, die Gesundheitsoutcomes älterer Erwachsener verbessern und ein nachhaltigeres und gerechteres Gesundheitssystem schaffen.

Abstract

This proposal addresses the urgent need to improve prevention, early diagnosis, and treatment of obesity, sarcopenia, and sarcopenic obesity (SO) in primary healthcare. These conditions, often overlooked until they require secondary care, contribute significantly to chronic illnesses such as type 2 diabetes, cardiovascular disease, and cancer. By prioritising prevention and early intervention, the project aims to empower healthcare professionals (HCPs) to deliver better care while reducing the burden on secondary healthcare systems.

The approach focuses on HCPs and older adults around retirement age, who are involved throughout the whole project. We aim to transform the healthcare system from within by shifting HCPs' attitudes toward recognising the health risks of obesity and sarcopenia. This includes promoting early assessment, monitoring, and diagnosis, as well as initiating interventions at any stage of their development or related disease progression. Using the Sarcopenic Obesity Phenotype Index, any HCP in primary care would be able to integrate these practices into routine care. Achieving this requires a multidisciplinary approach, the integration of technological solutions, and the development of awareness and competency in eHealth.

We will create country- and culture-specific training programs for HCPs and implement a blended-care model in primary care. This model combines the empathy and personal attention of face-to-face guidance with the accessibility and effectiveness of online tools, empowering patients through self-management and adherence to dietary and exercise recommendations at home. By prioritising patient needs and leveraging innovative strategies, this project aims to transform primary healthcare, improve health outcomes for older adults, and contribute to a more sustainable and equitable healthcare system.

Projektpartner

- Medizinische Universität Graz - Institut für Pflegewissenschaft