

# **Bewegung durch Handyspiel: US-Kardiologen loben "Pokémon Go"**

**Nur wer läuft, findet Pokémon: US-Kardiologen ist der Ansatz des Handyspiels eine lobende Mitteilung wert. Bewegungsfaule Menschen würden so vor die Tür gelockt.**

Nicht nur Spieler weltweit, auch US-Kardiologen befinden sich im Pokémon-Fieber. Die American Heart Association hat jetzt ihre Freude über das Spiel in einer Mitteilung ausgedrückt: "Pokémon Go' bringt Spieler dazu, sich in der echten Welt körperlich zu bewegen", schreiben die Kardiologen auf ihrer Webseite. Dies sei eine Veränderung zu den stereotypischen Spielen, bei denen die Menschen normalerweise fest vor dem Bildschirm sitzen.

Bei "Pokémon Go" gehen die Nutzer in der echten Welt auf Monsterjagd. Nur wer zu Fuß durch die Gegend streift, kann Pokémon finden oder hilfreiche Gegenstände sammeln, um sie zu fangen. Hinzu kommen Funktionen, die von der körperlichen Aktivität des Spielers abhängen. Ein Ei etwa wird nur ausgebrütet, wenn die Nutzer mehrere Kilometer mit dem Handy zurückgelegt haben.

## **Schummeln geht kaum**

"Es gibt jetzt schon klare Belege dafür, dass die Menschen in ihrem Alltag mehr laufen, wenn sie das Spiel nutzen", sagt Wie Peng, die an der Michigan State University arbeitet und den potenziellen Nutzen von Videospiele für die Gesundheit erforscht. Das Spiel könne so gerade für Menschen, die einen sitzenden Lebensstil pflegen, der erste Schritt zu mehr Aktivität sein, glaubt Peng.

## **Menschen, die auf Handys starren**

Neben dem Lob weisen die Kardiologen pflichtbewusst auch auf die Hauptgefahr des Spiels hin: Schon heute riskieren immer wieder Menschen ihre Gesundheit, weil sie auf das Handy starren und ihre Umgebung - etwa den Verkehr - ignorieren. "Pokémon Go" verschärft diesen Zustand.

Zum einen verlangt das Spiel, dass die Nutzer fast unentwegt auf das Display des Handys starren. Zum anderen können Gegenstände und Pokémons, die die Spieler sammeln sollen, auch mal auf der anderen Seite einer vielbefahrenen\* Straße auftauchen. Dann sollten Menschen sich an das erinnern, was sie als Kind gelernt haben: stehen, sehen, gehen.

<http://www.spiegel.de/gesundheit/diagnose/pokemon-go-us-kardiologen-loben-video-spiel-a-1103848.html>

Adapté par ISLV

\*“ viel befahrenen „ est aussi possible

### **5 mots difficiles**

der Rhythmus – das Rückgrat – aggressiv – der Westfälische Friede – das Auf-der-faulen-Haut-Liegen

(Quelle: Duden)

