

Zusammenfassung

Die Studie untersuchte Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und Körpergewicht im Querschnitt und Längsschnitt unter Berücksichtigung der Energieaufnahme und anderer möglicher weiterer Einflussfaktoren. Für die Querschnittanalysen wurden verschiedene Domänen der Aktivität (bei der Arbeit, im Haushalt, zu Transportzwecken, in der Freizeit) basierend auf dem International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) sowie verschiedene Masse des Übergewichts (BMI, Bauchumfang, Taille-Hüft-Verhältnis, Taille-Grösse-Verhältnis, Körperfettanteil) einbezogen. Die Analysen basierten auf Daten der ersten (SAP 2) und zweiten (SAP 3) Folgeuntersuchung in der SAPALDIA-Kohorten-Studie (Swiss Cohort Study on Air Pollution and Lung and Heart Disease in Adults). Für die Querschnittanalysen (SAP 3) wurden gut 3000 Personen, für die Längsschnittanalysen (SAP 2 und 3) knapp 4500 Personen einbezogen.

Im Querschnitt waren Personen im mittleren oder hohen Terzil für Freizeitaktivitäten, intensive Aktivitäten und Gesamtaktivitäten signifikant weniger betroffen von Adipositas (gemäss BMI, Bauchumfang, Taille-Grösse-Verhältnis und Körperfettanteil). Teilweise gab es auch signifikante Zusammenhänge für moderate Aktivitäten und zu Fuss Gehen, v.a. bezüglich Körperfettanteils. Mehr Sitzen war mit einem hohen Körperfettanteil assoziiert. Keine Zusammenhänge ergaben sich für Aktivitäten bei der Arbeit und im Haushalt. Im Längsschnitt zeigte sich, dass Personen, welche bei beiden Befragungen (SAP 2 und 3) inaktiv waren, ein stark erhöhtes Risiko für einen BMI $\geq$ 30 oder eine Gewichtszunahme von mindestens 3% hatten. Die Studie bestätigt Zusammenhänge zwischen körperlicher Aktivität und Körpergewicht auch für die Schweizer Bevölkerung.