



## KASPADI-Studie

# Körperliche Aktivität und Sport bei Menschen mit Adipositas und Diabetes



### Forschungsproblematik

Die Hinführung zu regelmäßiger körperlicher Aktivität und die Initiierung eines körperlich aktiven Lebensstils stellen zentrale Ziele der Rehabilitation dar. Aus dem Bereich der kardiologischen Reha ist bekannt, dass diese Ziele oft nicht erreicht werden. Nur ein geringer Teil der Rehabilitanden steigert nach der Reha langfristig das Ausmaß an körperlicher Aktivität. Viele scheitern schon beim Einstieg in einen aktiven Lebensstil. Für den Bereich der stationären Reha von Adipösen und Diabetikern liegen bisher in Deutschland keine Daten zu dem tatsächlichen Bewegungsverhalten nach einer Rehabilitation vor.

### Ziele

- Überprüfung der Wirkung der stationären Rehabilitation in Bezug auf die Initiierung und Aufrechterhaltung eines körperlich aktiven Lebensstils
- Vorhersage der körperlichen (In-)Aktivität mit Hilfe der Variablen des HAPA-Modells
- Überprüfung physischer und psychischer Reaktionen auf die Bewegungstherapie

### Methodik

- Beobachtungsstudie mit vier Messzeitpunkten (vor u. nach der Reha, Follow-up 3 und 6 Monate)
- Einschlusskriterien: Männer und Frauen mit einer Hauptdiagnose E11.- Nicht primär insulinabhängiger Diabetes mellitus (Typ-2-Diabetes) und/oder einer Hauptdiagnose Adipositas (E 65, E66.-). 18-65 Jahren.
- Ausschlusskriterien: Aufnahme der Reha aufgrund einer orthopädischen Hauptdiagnose

### Outcomes

- Körperliche Aktivität (IPAQ Fragebogen)
- Sozial-kognitive Variablen des Health Action Process Approach (HAPA-Modell)
- Affektive Einstellung zu körperlicher Aktivität und Sport (FBKZ Fragebogen)
- Ausdauerfähigkeit (Submaximaler Ergometertest)
- Eingangsbefund und Entlassungsbericht / Labor

	10-12/2010			1-12/2011											
Rekrutierung	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Follow-up															
Datenauswertung															

Tab.: Zeitlicher Verlauf der Studie



### Erwarteter Nutzen

Die Beschreibung und Analyse des gesundheitsbezogenen Bewegungsverhaltens von Adipösen und Typ-2-Diabetikern sowie das Verständnis der Faktoren, die das Ausmaß an körperlicher (In)Aktivität beeinflussen, bilden die Basis für die effektive Förderung eines aktiven Lebensstils. Die Studie bildet die Grundlage für die Optimierung der stationären Rehabilitation in Bezug auf eine nachhaltige Förderung des Bewegungsverhaltens von Menschen mit Typ-2-Diabetes und Adipositas.

### Hauptverantwortliche:

CA Dr. Rainer Tischendorf, Prof. Dr. Klaus Pfeifer

### Durchführung u. Auswertung:

Dr. Fred Dieterle, Dipl.oec.troph. Christian Toellner, Dipl.psych. Monika Knolmayer, M. A. Sportwiss. Wolfgang Geidl, Jana Teichert

### Zeitraum:

10/2010 - 12/2011

### Kontakt

Wolfgang Geidl  
 Universität Erlangen-Nürnberg  
 Institut für Sportwissenschaft und Sport  
 Gebbertstr. 123b, D-91058 Erlangen  
 wolfgang.geidl@sport.uni-erlangen.de