

Personen mit Übergewicht gehen signifikant mehr Schritte pro Tag als Personen mit Adipositas.

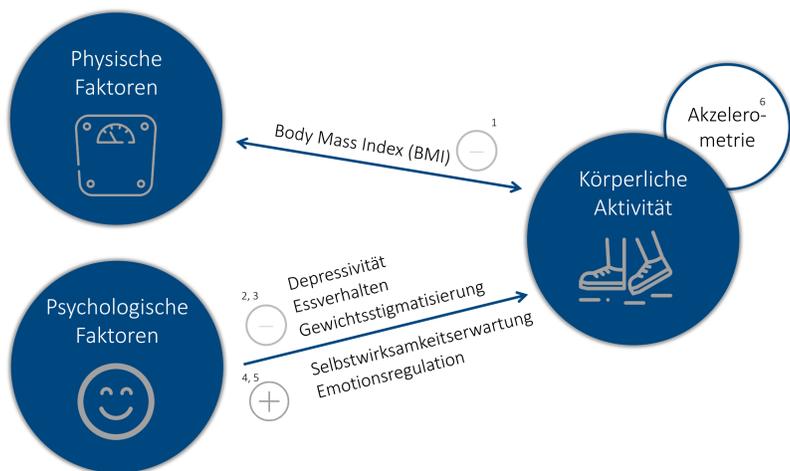
Keine signifikanten Zusammenhänge zwischen psychologischen Faktoren und der täglichen Schrittzahl.

Mind your step – Zusammenhänge zwischen psychologischen Faktoren und körperlicher Aktivität bei Personen mit Übergewicht und Adipositas: Eine querschnittliche Untersuchung

Caroline Seiferth (geb. van der Velde), Tanja Färber, Stefanie Schroeder, Magdalena Pape, Stephan Herpertz, Sabine Steins-Löber, Jörg Wolstein
 Kontakt: caroline.van-der-velde@uni-bamberg.de

Hintergrund

Ergebnisse



Besteht ein Zusammenhang zwischen der täglichen Schrittzahl von Personen mit Übergewicht und Adipositas und psychologischen Faktoren, die mit dem Gesundheitsverhalten assoziiert sind?

Methode

Teilnehmer:innen der **I-GENDO Studie**
 Baseline-Erhebung (vor Randomisierung)
 n = 194 (67.5% weiblich)



7-tägige Erhebungswoche
 Actigraph wGT3X-BT Beschleunigungssensor
 Körperliche Aktivität: Ø Schrittzahl/Tag
 Compliance: Beschleunigungssensor mind. 4 Tage je mind. 10 Std. getragen



Soziodemographie, Gewicht, Größe
 Depressivität (PHQ-9) Löwe et al., 2004
 Allgemeine Psychopathologie (BSI-18) Franke et al., 2017
 Essverhalten (DEBQ) Nagl et al., 2016
 Emotionale Kompetenzen (SEK-27) Berking & Znoj, 2008
 Selbstwirksamkeitserwartung (SWE) Jerusalem & Schwarzer, 2003
 Internalisierte Stigmatisierung (WBIS) Hilbert et al., 2014

	overweight (N=68)	obesity (N=126)	Overall (N=194)
Gender			
female	41 (60.3%)	90 (71.4%)	131 (67.5%)
male	27 (39.7%)	36 (28.6%)	63 (32.5%)
BMI (kg/m²)			
Mean (SD)	29.1 (1.42)	35.4 (2.41)	33.2 (3.71)
Median [Min, Max]	29.4 [25.9, 30.9]	35.3 [31.2, 39.7]	33.1 [25.9, 39.7]
Age (years)			
Mean (SD)	50.1 (12.6)	46.5 (11.9)	47.8 (12.2)
Median [Min, Max]	51.0 [22.0, 72.0]	48.0 [20.0, 72.0]	50.0 [20.0, 72.0]
Actigraph wear time per day (hours)			
Mean (SD)	14.3 (2.59)	14.5 (2.85)	14.4 (2.76)
Median [Min, Max]	14.1 [8.80, 21.6]	14.1 [7.55, 21.7]	14.1 [7.55, 21.7]
Steps per day			
Mean (SD)	7560 (3060)	6550 (2380)	6900 (2670)
Median [Min, Max]	7240 [2890, 17600]	6280 [1990, 14300]	6530 [1990, 17600]

$t(192) = 2.53, p < .05$
 95 % CI [220.07, 1785.82]
 $d = .38$

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 Tägliche Schrittzahl												
2 BMI												
3 Alter												
4 SEK-27												
5 SWE												
6 DEBQ (restriktives EV)												
7 DEBQ (emotionales EV)												
8 DEBQ (externales EV)												
9 WBIS												
10 BSI-18 (Somatisierung)												
11 BSI-18 (Ängstlichkeit)												
12 BSI-18 (Depressivität)												
13 PHQ-9												

Diskussion

- Unterschiede im Bewegungsverhalten (Schrittzahl) zwischen ÜG und Adipositas bestätigt
- Zusammenhänge zwischen psychologischen Einflussfaktoren und körperlicher Aktivität im Längsschnitt untersuchen
- Limitation: Auswahl der psychologischen Konstrukte (sekundäre Analyse)
- Ausblick: Quantifizierung der körperlichen Aktivität (MET-Minuten)
- Praktische Implikationen: Berücksichtigung des BMIs in bewegungsfördernden Maßnahmen, individualisierte Therapie

¹Tudor-Locke, C., Brashear, M. M., Johnson, W. D., & Katzmarzyk, P. T. (2010). Accelerometer profiles of physical activity and inactivity in normal weight, overweight, and obese US men and women. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(1), 1-11.
²De Wit, L. M., Fokkema, M., van Straten, A., Lamers, F., Cuijpers, P., & Penninx, B. W. (2010). Depressive and anxiety disorders and the association with obesity, physical, and social activities. *Depression and anxiety*, 27(11), 1057-1065.
³Sattler, Krystal M.; Deane, Frank P.; Tapsell, Linda; Kelly, Peter J. (2018): Gender differences in the relationship of weight-based stigmatisation with motivation to exercise and physical activity in overweight individuals. In: *Health psychology open* 5 (1), DOI: 10.1177/2055102918759691.
⁴Hattar, A., Pal, S., & Hagger, M. S. (2016). Predicting physical activity-related outcomes in overweight and obese adults: A health action process approach. *Applied Psychology: Health and well-being*, 8(1), 127-151.
⁵Reinelt, T., Petermann, F., Bauer, F., & Bauer, C. P. (2020). Emotion regulation strategies predict weight loss during an inpatient obesity treatment for adolescents. *Obesity Science & Practice*, 6(3), 293-299.
⁶Engel, S. G.; Crosby, R. D.; Thomas, G.; Bond, D.; Lavender, J. M.; Mason, T. et al. (2016): Ecological Momentary Assessment in Eating Disorder and Obesity Research: a Review of the Recent Literature. In: *Current psychiatry reports* 18 (4), S. 37. DOI: 10.1007/s11920-016-0672-7.



Funding Number: 01GL1719A - Trial Registration Number: DRKS00016623
 In Cooperation with LWL University Hospital Bochum, Germany



QR-Code scannen, um das Poster zu downloaden.

