

## 4.1 Evidensprofil Fysisk aktivitet ved diabetes type 1

Levevaner ved diabetes og behandling av overvekt og fedme

Effekten av generelle råd om å øke Fysisk aktivitet (FA) nivået (ikke veiledet, strukturert trening) vs kontroll på metabolsk kontroll (HbA1c) hos personer med diabetes type 2

| Utfall              | Relativ effekt (KI)<br>(deltakere, studier, oppfølging)                | Absolutt forskjell med |   | Tiltro til estimatene  |
|---------------------|--|------------------------|---|--|
|                     |  | Kontroll / ingen råd   | Generelle råd om å øke FA nivået                          |  |
| <b>HbA1c</b><br>(%) | Basert på data fra 7 025 deltakere i 24 RCT-studier over 12 – 104 uker | Forskjell              | <b>MD 0.43 lavere</b><br>(KI 0.59 lavere til 0.28 lavere) | <b>Lav</b><br>Risiko for systematiske feil og uforklarlig heterogenitet mellom studier |