

4.3 Evidensprofil Fysisk aktivitet ved diabetes type 2

Levevaner ved diabetes og behandling av overvekt og fedme

Effekten av strukturert trening (aerob trening, styrketrening eller begge) vs kontroll på metabolsk kontroll (HbA1c) hos personer med diabetes type 2

Utfall	Relativ effekt (KI) (deltakere, studier, oppfølging)	Absolutt forskjell med		Tiltro til estimatene
		Kontroll / ingen oppfølging	Strukturert trening	
HbA1c (%)	Basert på data fra 1 533 deltakere i 23 RCT-studier over 12 til 52 uker	Forskjell	MD 0.67 lavere (KI 0.84 lavere til 0.49 lavere)	Moderat Risiko for systematiske feil