

4.4.1 Evidensprofil Fysisk aktivitet ved diabetes type 2

Levevaner ved diabetes og behandling av overvekt og fedme

Effekten av ulike modaliteter av fysisk aktivitet for personer med diabetes type 2. Utholdenhetstrening vs styrketrening

Utfall	Relativ effekt (KI) (deltakere, studier, oppfølging)	Absolutt forskjell med		Tiltro til estimatene
		styrketrening	utholdenhetstrening	
Vekt (kg)	Basert på data fra 410 deltakere i 7 RCT-studier over 2 – 12 måneders oppfølging	Forskjell	MD 0.32 lavere (KI 0.78 lavere til 0.14 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert
HbA1c (%)	Basert på data fra 515 deltakere i 10 RCT-studier over 2 – 12 måneder	Forskjell	MD 0.20 lavere (KI 0.32 lavere til 0.08 lavere)	Moderat Risiko for publiseringskjevhet
Fastende glukose (mmol/l)	Basert på data fra 245 deltakere i 8 RCT-studier over 2 – 12 måneder	Forskjell	MD 0.90 lavere (KI 1.71 lavere til 0.09 lavere)	Høy
Total kolesterol (mmol/l)	Basert på data fra 262 deltakere i 8 RCT-studier over 2 – 12 måneder	Forskjell	MD 0.06 høyere (KI 0.11 lavere til 0.22 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert
LDL-kolesterol (mmol/l)	Basert på data fra 372 deltakere i 9 RCT-studier over 2 – 12 måneder	Forskjell	MD 0.03 lavere (KI 0.15 lavere til 0.09 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert
HDL-kolesterol (mmol/l)			MD 0.04 høyere	Lav

	Basert på data fra 367 deltakere i 9 RCT-studier over 2 - 12 måneder	Forskjell	(KI 0.05 lavere til 0.13 høyere)	Uforklarlig heterogenitet mellom studier og usikkert effektestimert
Triglyserider (mmol/l)	Basert på data fra 367 deltakere i 9 RCT-studier over 2 – 12 måneders oppfølging	Forskjell	MD 0.02 høyere (KI 0.11 lavere til 0.15 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert
Diastolisk blodtrykk (mmHg)	Basert på data fra 342 deltakere i 8 RCT-studier over 2 – 12 måneder	Forskjell	MD 1.03 høyere (KI 0.86 lavere til 2.92 høyere)	Moderat Usikkert effektestimert
Systolisk blodtrykk (mmHg)	Basert på data fra 342 deltakere i 8 RCT-studier over 2 – 12 måneder	Forskjell	MD 2.97 lavere (KI 7.72 lavere til 1.79 høyere)	Lav Uforklarlig heterogenitet mellom studier og usikkert effektestimert