

Sportaktivität in Deutschland – Ergebnisse des Bundesgesundheitsurvey zu sozialmedizinischen Korrelaten der Verhaltensprävention

S. Schneider¹, S. Becker²

(eingegangen am 16. 06. 2005, angenommen am 15. 07. 2005)

Leisure Time Physical Activity in Germany – Results from the National Health Survey for socio- medical correlates to preventive behavior

Abstract: *Aim:* Because of demographic developments and changes in health-politics, the importance of leisure time physical activity as a part of sociomedical preventative strategies will increase. The present paper investigates levels of leisure time physical activity in the total German population and in specific subgroups. *Method:* A national health survey in the Federal Republic of Germany was conducted from October 1997 to March 1999. This „First German National Health Survey“ is based on a representative net sample of 6,121 people aged 18 to 79. Bivariate methods and multiple logistic regression analyses were used to investigate the relationship between leisure time physical activity and sociodemographic characteristics, living situation and health-related individual lifestyle. *Results:* One in two adults in Germany (46.7 %) does not engage in sport. Women, the elderly, people from lower socioeconomic groups, and residents of the former East Germany are particularly likely to have an inactive lifestyle. Our study population did not correspond to the popular image of the recreational athlete as an abstinent, ascetic individual. The subgroups of non-smokers, teetotalers and people with a healthy diet contained significantly fewer athletes than the corresponding reference groups of moderate consumers. *Conclusions:* The present paper is the first to publish representative data on leisure time physical activity in the general population since German reunification in 1990. It confirms the well-known „preaching to the converted“ phenomenon and its corollary, namely that just those sections of the population with the socio-demographic highest risk of morbidity are those with the least physical activity.

Keywords: sports – correlates – lifestyle – predictors – leisure time – physical activity

Zusammenfassung: *Ziel:* Die Bedeutung sportlicher Betätigung als sozialmedizinisch wichtige Präventionsstrategie wird angesichts der demographischen und gesundheitspolitischen Entwicklungen künftig weiter zunehmen. Es wird das Ausmaß des Freizeitsports in der bundesdeutschen Gesamtbevölkerung und für einzelne Bevölkerungsgruppen ermittelt. *Methode:* Zwischen Oktober 1997 und März 1999 wurde ein nationaler Gesundheits-survey für die Bundesrepublik Deutschland durchgeführt. Der „Erste Bundes-Gesundheitsurvey für die BRD“ umfasst eine repräsentative Netto-Stichprobe von insgesamt 6121 Personen im Alter von 18 bis 79 Jahren. Mittels bivariater Methoden und multipler logistischer Regressionsanalysen wurde der Zusammenhang zwischen Freizeitsport und soziodemographischen Charakteristika, der Lebens- und Wohnsituation sowie dem gesundheitsrelevanten individuellen Lebensstil untersucht. *Ergebnisse:* Jeder zweite erwachsene Deutsche (46,7 %) treibt keinerlei Sport. Im Einzelnen pflegen insbesondere Frauen, Ältere sowie Personen aus unteren sozialen Schichten und aus den neuen Bundesländern eher einen inaktiven Lebensstil. Das Bild des Freizeitsportlers als ein enthaltamer und gesundheitsbewusster Asket lässt sich für unsere Studienpopulation nicht bestätigen: So finden sich unter Nichtrauchern, Alkoholabstinenten und Personen mit gesundem Ernährungsmuster signifikant weniger Sportler als in den entsprechenden Referenzgruppen mit moderatem Konsummuster. *Schlussfolgerungen:* Die vorliegende Arbeit liefert erstmalig seit der Wiedervereinigung der Bundesrepublik Deutschland repräsentative Daten zum Freizeitsport in der Gesamtbevölkerung. Es bestätigt sich das Phänomen des „Preaching to the converted“, nach dem ausgerechnet diejenigen Bevölkerungsgruppen mit dem soziodemographisch höchsten Morbiditätsrisiko physisch inaktiv sind.

Schlüsselwörter: Freizeitsport – Korrelate – Lebensstil – Prädiktoren – physische Aktivität

Arbeitsmed.Sozialmed.Umweltmed. 40 (2005) 596–605