

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung und Zielsetzung	1
2	Studienanlage	3
2.1	Nationale Verzehrsstudie (NVS)	3
2.2	Zielpersonenstichprobe	3
2.3	Verbundstudie Ernährungserhebung und Risikofaktoren-Analytik (VERA)	4
2.4	Datenmaterial	4
2.4.1	Verzehrsprotokoll	4
2.4.2	Tätigkeitsprotokoll	5
2.5	Soziodemographische Merkmale	6
2.6	Klinisch-chemische Meßgrößen	6
2.7	Fragen zum Ernährungs- und Gesundheitsbewußtsein sowie zum Aktivitätsverhalten	6
3	Datenverarbeitung	7
3.1	Datencodierung der GfK, Nürnberg	7
3.1.1	Verzehrsdaten	7
3.1.2	Tätigkeitsdaten	7
3.2	Bearbeitung der Daten am Institut für Ernährungswissenschaft, Gießen	9
3.2.1	Verzehrsdaten	9
3.2.2	Tätigkeitsdaten	9
3.3	Ausschlußkriterien	10
3.4	Soziodemographische Daten	13
3.4.1	Schicht-Index	14
3.5	Untersuchungskollektive	15
3.6	Statistische Auswertung	16
4	Zeitaufwand für Tätigkeiten - Ergebnisse der NVS	19
4.1	Alter	19
4.2	Werktag- Wochenend-Unterschiede	19
5	Sport als Freizeitaktivität - Ergebnisse der NVS	25
5.1	Sportaktivität nach Geschlecht und anderen soziodemographischen Merkmalen	25
5.1.1	Alter	25
5.1.2	Schulbildung	26
5.1.3	Jahreszeit	26
5.1.4	Region	26
5.1.5	Stellung im Beruf	26
5.1.6	Haushaltsgröße	26
5.1.7	Partnerschaft	26
5.1.8	Ortsgröße	27
5.1.9	Pro-Kopf-Einkommen	27
5.2	Sportaktivität nach Geschlecht, Alter und anderen soziodemographischen Merkmalen	29
5.2.1	Schulbildung	29
5.2.2	Berufstätigkeit	29
5.2.3	Stellung im Beruf	29
5.2.4	Body-Mass-Index	29
5.3	Sportartengruppen nach Geschlecht und anderen soziodemographischen Merkmalen	35
5.3.1	Alter	35
5.3.2	Alter und Schulbildung	35
5.3.3	Alter und Body-Mass-Index	36
5.4	Sportarten nach Geschlecht und anderen soziodemographischen Merkmalen	37
5.4.1	Alter	37
5.4.2	Alter und Schulbildung	38

5.4.3	Alter und Body-Mass-Index.....	40
5.5	Zeitaufwand für sportliche Betätigung nach soziodemographischen Merkmalen.....	42
5.5.1	Geschlecht und Alter.....	42
5.5.2	Zeitaufwand für Sportartgruppen (relative Häufigkeiten nach Geschlecht).....	43
5.5.3	Zeitaufwand für Sportarten und Sportartgruppen.....	45
5.6	Ergebnisse ausgewählter Fragen aus dem Strukturinterview.....	49
5.6.1	Validierung der Angaben zur sportlichen Betätigung aus dem Tätigkeitsprotokoll mit Angaben aus dem Strukturinterview (Zielpersonenstichprobe).....	49
5.6.2	Sportaktivität und andere Grundtätigkeiten.....	52
5.6.2.1	Berufstätigkeit und sportliche Betätigung.....	52
5.6.2.1	Hausarbeit und sportliche Betätigung.....	53
5.6.3	Rauchgewohnheiten und sportliche Betätigung.....	54
5.7	Zusammenfassung Sport als Freizeitaktivität.....	56
6	Darstellung von Zusammenhängen zwischen Nährstoffzufuhr, Verzehrsgewohnheiten und sportlicher Betätigung - Ergebnisse der NVS.....	59
6.1	Stratifizierungsanalyse für die Altersgruppe 18 bis unter 35 Jahren.....	59
6.1.1	Energie- und Nährstoffzufuhr sowie Nährstoffrelation differenziert nach Geschlecht und Zeitaufwand für sportliche Tätigkeiten.....	60
6.1.1.1	Energie- und Nährstoffzufuhr.....	60
6.1.1.2	Nährstoffrelation.....	67
6.1.2	Lebensmittelaufnahme.....	68
6.1.3	Energie- und Hauptnährstoffzufuhr differenziert nach Werktagen und Wochenenden.....	71
6.1.4	Energie- und Hauptnährstoffzufuhr von intensiv sporttreibenden Personen differenziert nach Sport- und Nichtsporttagen an Werktagen und Wochenenden.....	73
6.1.4.1	Energiezufuhr.....	73
6.1.4.2	Hauptnährstoffzufuhr.....	80
6.1.5	Personen mit niedriger mittlerer Energiezufuhr.....	82
6.2	Clusteranalyse.....	87
6.2.1	Sportler von 18 bis unter 35 Jahren.....	88
6.2.2	Nichtsportler von 18 bis unter 35 Jahren.....	97
6.2.3	Sportlerinnen von 18 bis unter 35 Jahren.....	105
6.2.4	Nichtsportlerinnen von 18 bis unter 35 Jahren.....	114
6.2.5	Sportler von 35 bis unter 54 Jahren.....	122
6.2.6	Nichtsportler von 35 bis unter 54 Jahren.....	131
6.2.7	Sportlerinnen von 35 bis unter 54 Jahren.....	139
6.2.8	NichtSportlerinnen von 35 bis unter 54 Jahren.....	148
6.2.9	Sportler über 54 Jahre.....	156
6.2.10	Nichtsporüer über 54 Jahre.....	165
6.2.11	Sportlerinnen über 54 Jahre.....	172
6.2.12	Nichtsportlerinnen über 54 Jahre.....	181
7	Energiebetrachtung in Richtung einer Bilanzierung.....	189
7.1	Ergebnisse der NVS.....	192
8	Verknüpfung von Verzehrsdaten, Tätigkeitsdaten und klinisch-chemischen Parametern	197
8.1	Eisenversorgung.....	197
8.1.1	Ergebnisse der VERA-Studie.....	199
8.1.1.1	Serumferritin.....	199
8.1.1.2	Serumeisen.....	201
8.1.1.3	Transferrinsättigung.....	203
8.2	Serumlipide.....	208
8.2.1	Ergebnisse der VERA-Studie.....	209
8.2.1.1	Gesamt-Cholesterin.....	209
8.2.1.2	HDL-Cholesterin.....	211

8.2.1.3	LDL-Cholesterin.....	213
8.3	Vitaminversorgung.....	219
8.3.1	Ergebnisse der VERA-Studie.....	222
8.3.1.1	Thiamin.....	222
8.3.1.2	Riboflavin.....	223
8.3.1.3	Vitamine.....	225
9	Diskussion.....	231
9.1	Zeitaufwand für Tätigkeiten (Kap. 4).....	231
9.2	Sport als Freizeitaktivität.....	231
9.2.1	Sportaktivität nach Geschlecht und anderen soziodemographischen Merkmalen (Kap. 5.1).....	231
9.2.2	Sportaktivität nach Geschlecht, Alter und anderen soziodemographischen Merkmalen (Kap. 5.2).....	232
9.2.3	Sportartgruppen nach Geschlecht und anderen soziodemographischen Merkmalen (Kap. 5.3).....	233
9.2.4	Sportarten nach Geschlecht und anderen soziodemographischen Merkmalen (Kap. 5.4).....	233
9.2.5	Zeitaufwand für sportliche Betätigung nach soziodemographischen Merkmalen (Kap. 5.5).....	234
9.2.6	Ausgewählte Fragen aus dem Strukturinterview (Zielpersonenstichprobe) (Kap. 5.6).....	235
9.3	Zusammenhänge zwischen Nährstoffzufuhr, Verzehrsgewohnheiten und sportlicher Betätigung (Kap. 6).....	236
9.3.1	Stratifizierungsanalyse für die Altersklasse 18 bis unter 35 Jahren (Kap. 6.1).....	236
9.3.1.1	Energie- und Nährstoffzufuhr sowie Nährstoffrelation.....	236
9.3.1.2	Lebensmittelaufnahme.....	241
9.3.1.3	Energie- und Nährstoffzufuhr differenziert nach Werktagen und Wochenenden (Kap. 6.1.3).....	242
9.3.1.4	Energie- und Hauptnährstoffzufuhr von intensiv sporttreibenden Personen differenziert nach Sporttagen und Nichtsporttagen an Werktagen und Wochenenden (Kap. 6.1.4).....	243
9.3.1.5	Personen mit niedriger Energiezufuhr (Kap. 6.1.5).....	244
9.3.2	Clusteranalyse (Kap. 6.2).....	244
9.3.2.1	Männer der Altersklasse 18 bis unter 35 Jahren.....	244
9.3.2.2	Frauen der Altersklasse 18 bis unter 35 Jahren.....	246
9.3.2.3	Männer der Altersklasse 35 bis unter 54 Jahren.....	247
9.3.2.4	Frauen der Altersklasse 35 bis unter 54 Jahren.....	248
9.3.2.5	Männer der Altersklasse über 54 Jahren.....	249
9.3.2.6	Frauen der Altersklasse über 54 Jahren.....	250
9.4 C	Energiebetrachtung in Richtung einer Bilanzierung (Kap. 7).....	251
9.5	Verknüpfung von Verzehrdaten, Tätigkeitsdaten und klinisch-chemischen Parametern (Kap. 8).....	254
9.5.1	Eisenversorgung.....	254
9.5.2	Serumlipide.....	255
9.5.3	Vitaminversorgung.....	257
10	Zusammenfassung.....	259
11	Literaturverzeichnis.....	267
12	Anhang.....	275