

Risikofaktor - lange Arbeitszeit

Risikofaktor - lange Arbeitszeit

Menschen, die viel und lange arbeiten müssen, bleibt meist nicht genügend Zeit für gesunde Ernährung, Stressabbau und ausreichend Bewegung. Dass sich dies auf das Risiko für Übergewicht/Adipositas auswirkt, zeigen die beiden Studienzusammenfassungen der Woche.

Hier die Studien im Detail:

- [Lange Arbeitszeiten begünstigen Übergewicht](#)
- [Meta-Analyse bestätigt Zusammenhang von langen Arbeitszeiten und Übergewicht](#)