



Faktenblatt „Nationales Programm Ernährung und Bewegung“

Im Rahmen der Bundesrätlichen Strategie

Gesundheit | Santé
Sanità | Sanadad **2020**

Handlungsfeld:	1. Lebensqualität
Ziel:	1.3 Gesundheitsförderung und Krankheitsvorbeugung intensivieren
Massnahme:	1.3.1 Verbesserung der Prävention und Früherkennung nichtübertragbarer Krankheiten

Ausgangslage

Im 2008 hat der Bundesrat das Nationale Programm Ernährung und Bewegung (NPEB) verabschiedet und im 2012 bis 2016 verlängert. Das NPEB trägt dazu bei, nichtübertragbare Krankheiten vorzubeugen. Diese Krankheiten sind heute weltweit die Todesursache Nummer eins. Sie werden durch dieselben Risikofaktoren begünstigt: eine unausgewogene Ernährung, Bewegungsmangel, die Schädigung durch Alkoholmissbrauch und Rauchen. Mehr als die Hälfte dieser Erkrankungen könnten mit einem gesunden Lebensstil vermieden werden. Siehe auch das Faktenblatt „Strategie Prävention nichtübertragbarer Krankheiten (NCD)“.

Das Ernährungs- und Bewegungsverhalten hat einen grossen Einfluss auf die Entstehung von nichtübertragbaren Krankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes mellitus Typ 2, einige Krebsformen, Atemwegserkrankungen oder muskuloskelettale Krankheiten.

Neben den gesundheitlichen Problemen führen diese Krankheiten auch zu hohen Kosten für die Gesellschaft. Die Gesamtkosten für körperliche Inaktivität belaufen sich 2011 auf 2,5 Mrd. Franken. Die Kosten von Übergewicht und Adipositas sind von 2,7 (2001) auf 5,8 (2006) und nun auf 8,0 Mrd. CHF (2012) pro Jahr angestiegen. In der Schweiz ist jedes fünfte Kind zu schwer. Auch die Zahl der übergewichtigen Erwachsenen hat zugenommen: heute sind 41% der Bevölkerung übergewichtig oder adipös.

Zielsetzung

Das Nationale Programm Ernährung und Bewegung (NPEB) beruht auf der Vision, die Bevölkerung zu motivieren, sich ausgewogen zu ernähren und genügend zu bewegen. Damit sollen Übergewicht, Adipositas, Essstörungen und weitere damit verbundene nicht übertragbare Krankheiten wirksam bekämpft werden.

Die fünf strategischen Ziele des Programms sind:

1. **Nationale Koordination sicherstellen**

- Zuständigkeiten der Akteure sind geklärt, Überschneidungen vermieden, Synergien genutzt.
- Monitoring: Daten zur Beurteilung des Handlungsbedarfs liegen in ausreichender Quantität und guter Qualität vor und finden Beachtung.

- Information & Vernetzung: Relevante Akteure sind informiert und vernetzt.

2. Ausgewogene Ernährung fördern

- Förderung eines gesunden Lebensmittelangebots, unter anderem durch die Verbesserung der Konsumenteninformation und der Lebensmittelzusammensetzung.

3. Bewegung und Sport fördern

- Die Anliegen der Alltagsbewegung werden in vielen Lebensbereichen breit abgestützt.
- Die Anliegen der Bewegungsförderung fliessen in die betriebliche Gesundheitsförderung, die medizinische Grundversorgung und in die Ausbildung ein.
- Die Angebote der Aus- und Weiterbildungskurse Jugend & Sport sowie des Erwachsenensports ESA werden genutzt.

4. Integrierte Ansätze zur Förderung eines gesunden Körpergewichts

- Umsetzung der kantonalen Aktionsprogramme für ein gesundes Körpergewicht.

5. Beratungs- und Therapieangebote optimieren.

- Stärkung der Prävention in der Grundversorgung durch innovative und integrierte Pilotprojekte.

Das Bundesamt für Gesundheit, das Bundesamt für Sport, Gesundheitsförderung Schweiz sowie die Gesundheitsdirektorenkonferenz – und neu das Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen – setzen sich gemeinsam für die Umsetzung der Programmziele ein.

Stand der Dinge

In der Umsetzungsphase 2008 – 2013 haben wir die Zusammenarbeit und Aufgabenverteilung mit unseren Partnern gefestigt. Wir haben auch zwei Instrumente lanciert und konsolidiert: Da ist einerseits die Initiative actionsanté (www.actionsante.ch), die Unternehmen unterstützt, die sich für die Förderung eines gesunden Lebensstils einsetzen. Derzeit engagieren sich im Rahmen dieser Initiative 19 Partner aus der Privatwirtschaft mit 32 freiwilligen Aktionsversprechen (Stand Mai 2015). Andererseits gibt es das Monitoring-System Ernährung und Bewegung (MOSEB – www.moseb.ch), mit dem wichtige Aspekte der Ernährungs- und Bewegungsproblematik anhand von 54 Indikatoren kontinuierlich beobachtet werden können.

Im Rahmen der *Tripartiten Zusammenarbeit* zwischen dem BAG, der SUVA und Gesundheitsförderung Schweiz wird in der betrieblichen Gesundheitsförderung (BGM) ein integrierter Ansatz umgesetzt, der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in den Bereichen Ernährung, Bewegung und psychischen Gesundheit unterstützt. (siehe Faktenblatt „Betriebliche Gesundheitsförderung“). In der Therapie liegt der Fokus in der Prävention in der Grundversorgung: In der Kurzintervention *Girasole* beraten die Hausärzte im Tessin ihre Patientinnen und Patienten im Bereich der Bewegungsförderung. Zudem wird die Verordnung zur Vergütung der Therapie-Programme für übergewichtige Kinder vom Mai 2014 vermehrt bei den Krankenkassen und Pädiatern bekannt gemacht. Schliesslich beteiligt sich das BAG am neuen Modellvorhaben Nachhaltige Raumentwicklung, um multisektorielle Bewegungsprojekte in den Gemeinden umzusetzen und am Dienstleistungszentrum für innovative und nachhaltige Mobilität, um Langsamverkehrsprojekte zu unterstützen. Der *Sitzende Lebensstil* ist zudem neu zu einer wichtigen Interventionsachse im Rahmen des NPEB geworden.

Nächste Schritte

Bis Ende 2016 werden die mit Beginn der zweiten Programmphase aufgleisten Projekte weitergeführt und konsolidiert:

- Umsetzung der Schweizer Ernährungsstrategie 2013-2016.
- Aktualisierung der MOSEB-Indikatoren.
- Weiterentwicklung des Aus- und Weiterbildungsangebots Jugend & Sport sowie des Erwachsenensports ESA.
- Generierung von neuen Aktionsversprechen bei actionsanté, speziell im Bereich

Bewegung.

- Umsetzung neuer multisektorieller Bewegungsprojekte im Rahmen der Modellvorhaben und Langsamverkehrsprojekte im Rahmen des Dienstleistungszentrums für innovative und nachhaltige Mobilität DZM
- Umsetzung eines zweiten Pilotprojekts im Rahmen des BGM (neben Bewegungsförderung werden auch die Themen Ernährung und psychische Gesundheit integriert)
- Sensibilisierungsarbeit zum Thema *Sitzender Lebensstil*

Die Evaluation zu den Zwischenergebnissen der Programmumsetzung hat im 2015 stattgefunden und ist auf der BAG-Webseite ersichtlich.

Link zu weiterführenden Informationen

www.ernaehrung-bewegung.bag.admin.ch