

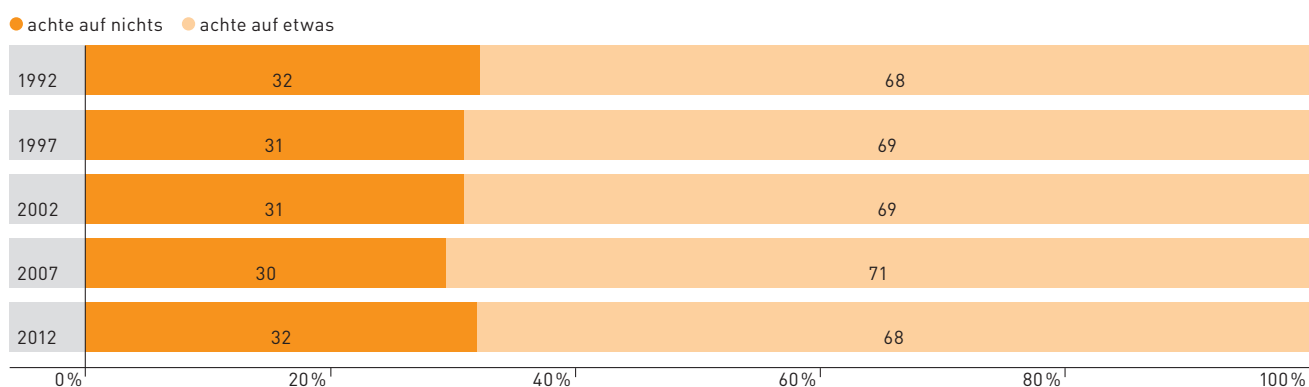
4D Ausrichtung des Ernährungsverhaltens an Ernährungsbotschaften

Die Ausrichtung der Ernährung an Ernährungsbotschaften vermittelt wichtige Hinweise auf die Bedeutung des Ernährungsbewusstseins bei Entscheidungen rund ums Essen. Der vorliegende Indikator enthält Angaben aus den Gesundheitsbefragungen (SGB) 1992 bis 2012 des Bundesamtes für Statistik sowie einigen weiteren aktuellen Befragungen.

Dargestellt sind in der folgenden Abbildung die Antworten auf die einfache Frage, ob man bei seiner Ernährung «auf etwas achte» oder ob man «auf nichts achte». Diese Antworten können als Hinweis auf die Beschäftigung mit Ernährungsfragen und das Ernährungsbewusstsein in der Wohnbevölkerung gelesen werden.

ABBILDUNG 1

Ernährungsbewusstsein der Schweizer Wohnbevölkerung, 1992–2012



Quelle: Schweizerische Gesundheitsbefragungen 1992, 1997, 2002, 2007, 2012; Antworten auf die Frage: «Achten Sie auf bestimmte Sachen bei Ihrer Ernährung?»; Fallzahlen: 1992: 14 711; 1997: 12 995; 2002: 19 690; 2007: 18 742; 2012: 21 577.

Die Abbildung 1 zeigt, dass knapp 70 Prozent der Bevölkerung der Schweiz darauf achten, wie sie sich ernähren, während der Rest beim Essen auf nichts achtet. Der Anteil der «ernährungsbewussten» Personen hat sich seit dem Jahr 1992 kaum verändert.

Eine von der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung durchgeführte Analyse mehrerer Studien (Infanger 2012) hat ergeben, dass im Durchschnitt für drei Viertel aller Konsumenten eine gesunde Wahl bei der Ernährung wichtig ist. Diese Metastudie bestätigt auch die in der Indikatorensammlung von Gesundheitsförderung Schweiz dokumentierten Geschlechts- und Alterseffekte in Bezug auf das Ernährungsbewusstsein.

Aus dem jüngsten Omnibus des Bundesamtes für Statistik (2014) geht zudem hervor, dass konkrete Ernährungsempfehlungen in sehr unterschiedlichem Masse eingehalten werden. So geben beispielsweise über 80 Prozent der Befragten an, sie würden «immer» oder «oft» Oliven- oder Rapsöl gegenüber anderen Arten von Öl bevorzugen oder ein bis zwei Liter ungesüsste Getränke pro Tag zu sich nehmen, während sich lediglich die Hälfte an der Lebensmittelpyramide orientiert.

Hintergrund und weitere Resultate

Datenlage: Als Annäherung an das Thema Ernährungsbewusstsein können eine Frage aus den Schweizerischen Gesundheitsbefragungen 1992–2012 (SGB) des BFS, Angaben aus den Bevölkerungsbefragungen von Gesundheitsförderung Schweiz und der Università della Svizzera italiana, die Coop-Studie «Ess-Trends im Fokus» sowie der Omnibus 2014 des Bundesamts für Statistik verwendet werden.

Zusätzliche Resultate: Die nebenstehenden Abbildungen zeigen Unterschiede im Ernährungsbewusstsein zwischen verschiedenen Gruppen nach Geschlecht (A), Alter (B), Bildungsstand (C), Migrationshintergrund (D) und BMI (E) gemäss der SGB 2012.

Aus Abbildung A geht zunächst ein relativ ausgeprägter Geschlechtereffekt hervor: Männer geben deutlich häufiger an, bei ihrer Ernährung auf nichts zu achten, als Frauen.

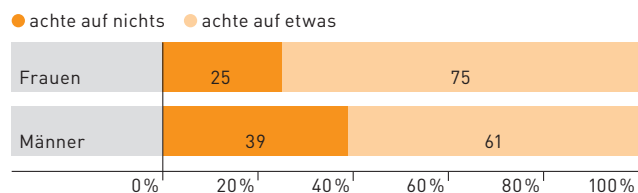
Zudem zeigt Abbildung B einen Alterseffekt in dem Sinne, dass Personen unter 35 Jahren weniger auf ihre Ernährung achten als ältere Personen.

Abbildung C verweist überdies auf einen Bildungseffekt in dem Sinne, dass Personen mit einer tieferen Schulbildung seltener auf ihre Ernährung achten als Personen mit einer höheren Schulbildung.

Eine weitere, hier nicht dargestellte Analyse zeigt überdies einen Einkommenseffekt, wobei gilt: Je höher das Haushaltseinkommen, desto eher wird auf die Ernährung geachtet.

ABBILDUNG A

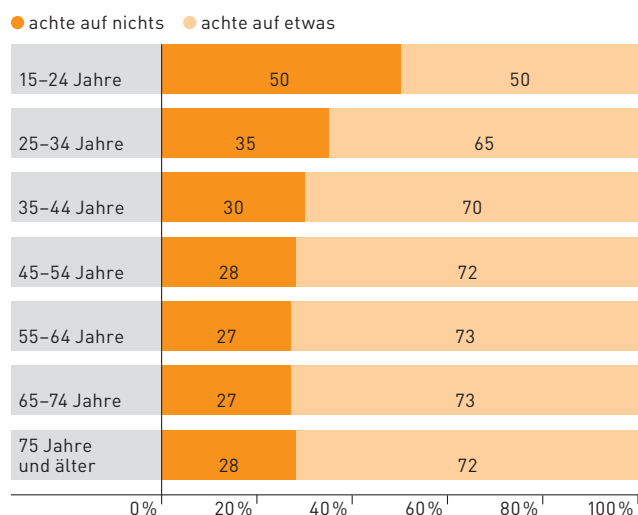
Zusammenhang zwischen Ernährungsbewusstsein und Geschlecht, 2012



Quelle: SGB 2012 des BFS (n=21 577)

ABBILDUNG B

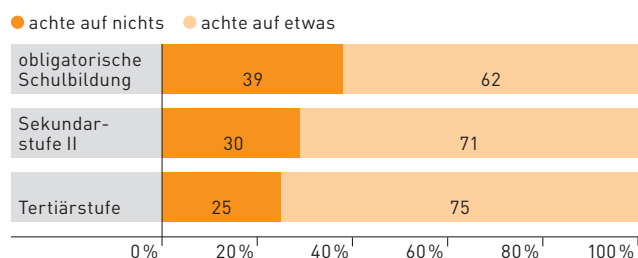
Zusammenhang zwischen Ernährungsbewusstsein und Alter, 2012



Quelle: SGB 2012 des BFS (n=21 577)

ABBILDUNG C

Zusammenhang zwischen Ernährungsbewusstsein und Bildungsstand, 2012 (Personen ab 25 Jahren)



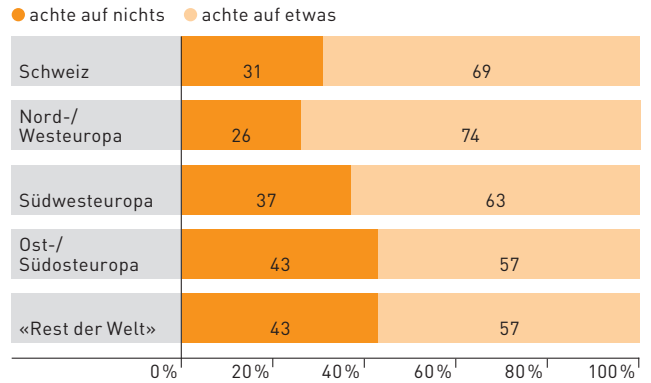
Quelle: SGB 2012 des BFS (n=18 489)

In Abbildung D sind die Unterschiede nach Migrationshintergrund dargestellt: Als am ernährungsbewusstesten erweisen sich Migrant/innen aus Nord- und Westeuropa, gefolgt von den Schweizer/innen. Migrant/innen aus Süd- und Osteuropa sowie aus Gebieten ausserhalb Europas achten demgegenüber deutlich seltener auf ihre Ernährung.

Auch innerhalb der Schweiz findet sich im Übrigen ein kultureller Unterschied: Während jeweils über 70 Prozent der Befragten aus der deutschen (73%) und der italienischen Schweiz (74%) angeben, sie würden in ihrer Ernährung auf etwas achten, sind es in der französischen Schweiz nur 53 Prozent. Die Unterschiede im Ernährungsbewusstsein zwischen Normal- und Übergewichtigen sind gemäss Abbildung E dagegen vergleichsweise gering.

ABBILDUNG D

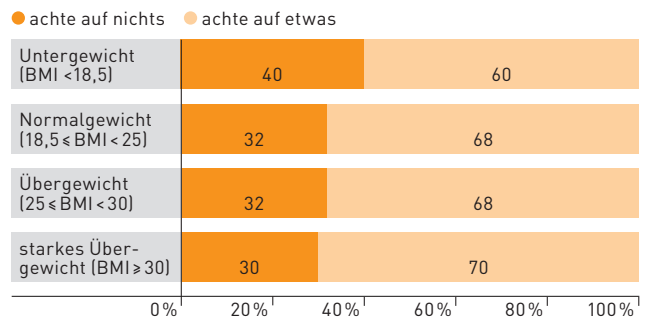
Zusammenhang zwischen Ernährungsbewusstsein und Migrationshintergrund, 2012



Quelle: SGB 2012 des BFS (n=21 577)

ABBILDUNG E

Zusammenhang zwischen Ernährungsbewusstsein und BMI, 2012

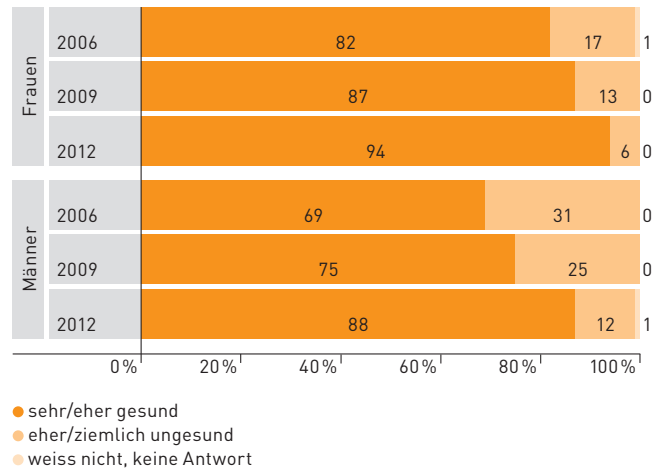


Quelle: SGB 2012 des BFS (n=21 362)

Abbildung F enthält die Selbsteinschätzung des Ernährungsverhaltens aus den Bevölkerungsbefragungen von Gesundheitsförderung Schweiz und zeigt, dass Frauen eher als Männer der Meinung sind, sie würden sich gesund ernähren. Dieser Befund entspricht den Resultaten zum effektiven Ernährungsverhalten (vgl. Indikator 4B). Aufgrund der Änderung der Antwortvorgaben lässt sich jedoch nicht beurteilen, ob sich der Trend zu einer positiveren Selbsteinschätzung aus den Jahren 2006 bis 2009 in jüngster Zeit tatsächlich fortgesetzt hat.

ABBILDUNG F

Selbsteinschätzung des Ernährungsverhaltens nach Geschlecht, 2006–2012



Quelle: Bevölkerungsbefragungen von Gesundheitsförderung Schweiz. Antworten auf die Frage: «Und würden Sie von sich selbst sagen, Sie ernähren sich alles in allem sehr gesund, eher gesund, eher ungesund, oder ziemlich ungesund?»
 Fallzahlen: 2006: n = 1441; 2009: n = 1008; 2012: n = 1005.
 Hinweis: 2012 wurde «sehr gesund» als zusätzliche Antwortkategorie eingeführt, was die Vergleichbarkeit mit den früheren Jahren einschränkt.

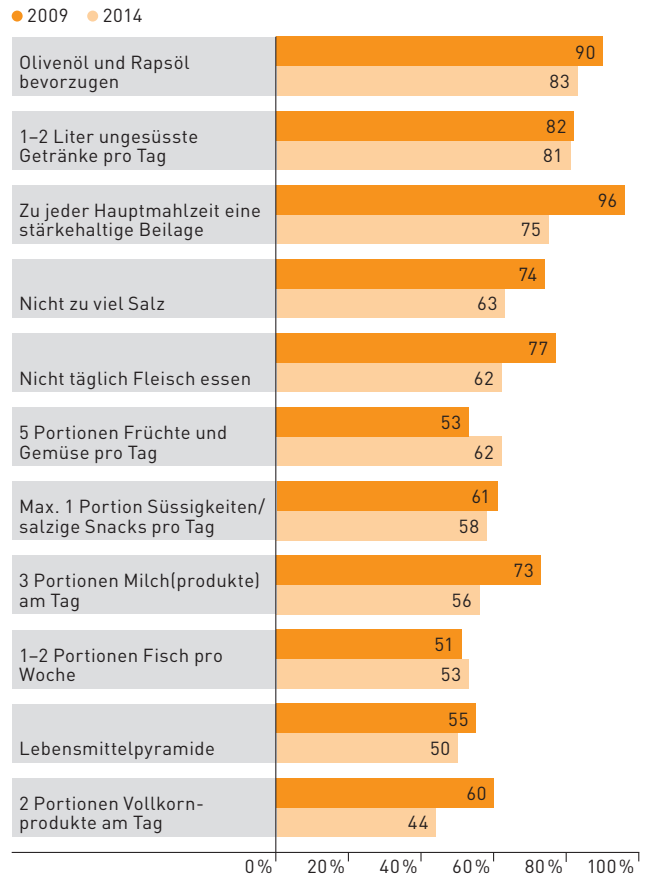
Die Kenntnis und Beurteilung von Ernährungsempfehlungen ist eine Sache, ihre praktische Umsetzung im Alltag eine andere. Sowohl die Coop-Studie «Ess-Trends im Fokus» als auch der Omnibus 2014 des BFS enthielten die Frage, wie oft man sich an verschiedene Empfehlungen halte. Während Abbildung G einen Vergleich der beiden Studien enthält, zeigt Abbildung H die detaillierten Resultate aus dem Jahr 2014.

Aus Abbildung G geht hervor, dass die «immer» oder «oft» eingehaltenen Empfehlungen 2009 und 2014 eine vergleichbare Rangordnung aufwiesen, dass der Grad der Berücksichtigung jedoch bei den meisten Empfehlungen – die Ausnahme bilden «5 am Tag» und das Essen von Fisch – etwas zurückgegangen ist.

Dieser Befund dürfte jedoch teilweise durch eine etwas andere Vorgehensweise bei der Befragung verursacht worden sein: In der Coop-Studie wurde die Frage nämlich nur denjenigen gestellt, welche die Empfehlungen tatsächlich kannten, während im Omnibus keine entsprechende Einschränkung gemacht wurde.

ABBILDUNG G

Einhaltung von Ernährungsempfehlungen, 2009 und 2014

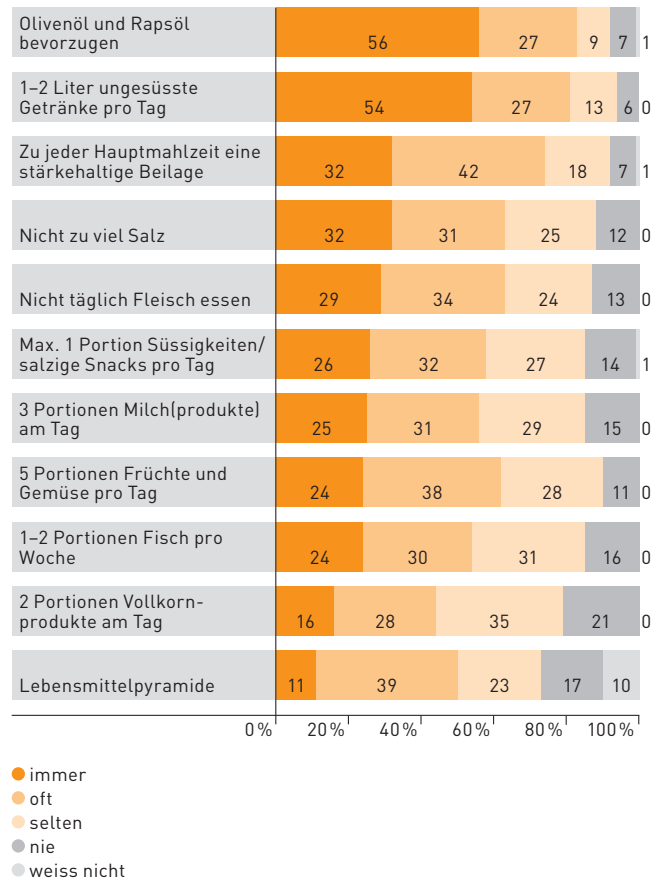


Quelle: Coop-Studie Ess-Trends im Fokus «Gesund Essen: Einstellungen, Wissen und Verhalten» 2009 (n=531) und Omnibus 2014 des BFS (n zwischen 2949 und 2987); Personen, welche auf die Frage: «Wie oft halten Sie sich an die folgenden Ernährungsempfehlungen?» mit «immer» oder «oft» antworten.

Berücksichtigt man für die Beurteilung auch die Nennung «selten», so zeigt sich in Abbildung H, dass 2014 nur gerade die Empfehlungen bezüglich der Vollkornprodukte und der Lebensmittelpyramide von weniger als 80 Prozent der Befragten zumindest ab und zu berücksichtigt wurden.

ABBILDUNG H

Einhaltung von Ernährungsempfehlungen, 2014



Quelle: Omnibus 2014 des BFS (n zwischen 2949 und 2987); Antworten auf die Frage: «Wie oft halten Sie sich an die folgenden Ernährungsempfehlungen?».

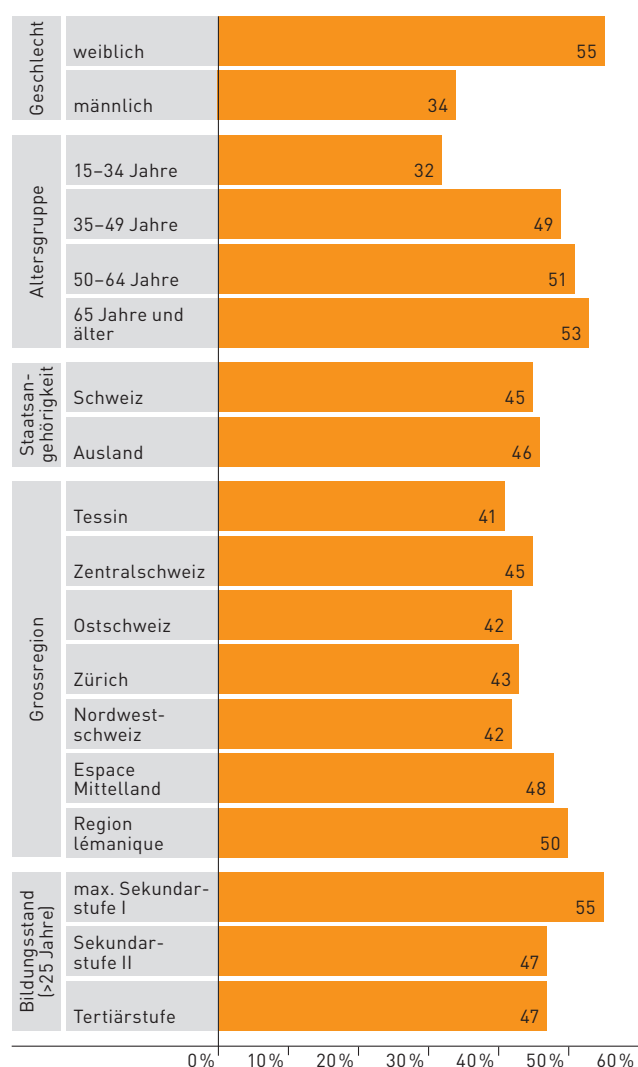
Abbildung I enthält den Anteil der Befragten, die bei mindestens acht der oben aufgeführten Empfehlungen angeben, sie würden diese «immer» oder «oft» einhalten. Aus der Abbildung wird ein erheblicher Geschlechterunterschied in dem Sinne deutlich, dass sich Frauen häufiger an mehrere Empfehlungen halten. Zudem halten sich Personen im Alter ab 35 Jahren, Personen mit einem tiefen Bildungsstand sowie Bewohner/innen der Westschweiz häufiger an acht oder mehr der elf Empfehlungen.

Weiterführende Angaben

- Coop (2009): Ess-Trends im Fokus. Gesund Essen: Einstellungen, Wissen und Verhalten (Februar 2009). Basel: Coop.
- Infanger, E. (2012): Die gesunde Lebensmittelwahl. Was wissen wir über den Konsumenten und die Konsumentin in der Schweiz? Bern: SGE.
- Dubowicz, A., A-L. Camerini, R. Ludolph, J. Amann und P.J. Schulz (2013): Ernährung, Bewegung und Körpergewicht. Wissen, Einstellungen und Wahrnehmung der Schweizer Bevölkerung. Ergebnisse der Bevölkerungsbefragungen von 2006, 2009 und 2012. (Arbeitspapier 6) Bern: Gesundheitsförderung Schweiz.

ABBILDUNG I

Anteil der Befragten, die acht oder mehr der elf Ernährungsempfehlungen einhalten, nach verschiedenen Merkmalen, 2014



Quelle: Omnibus 2014 des BFS (n zwischen 2217 und 2616)