

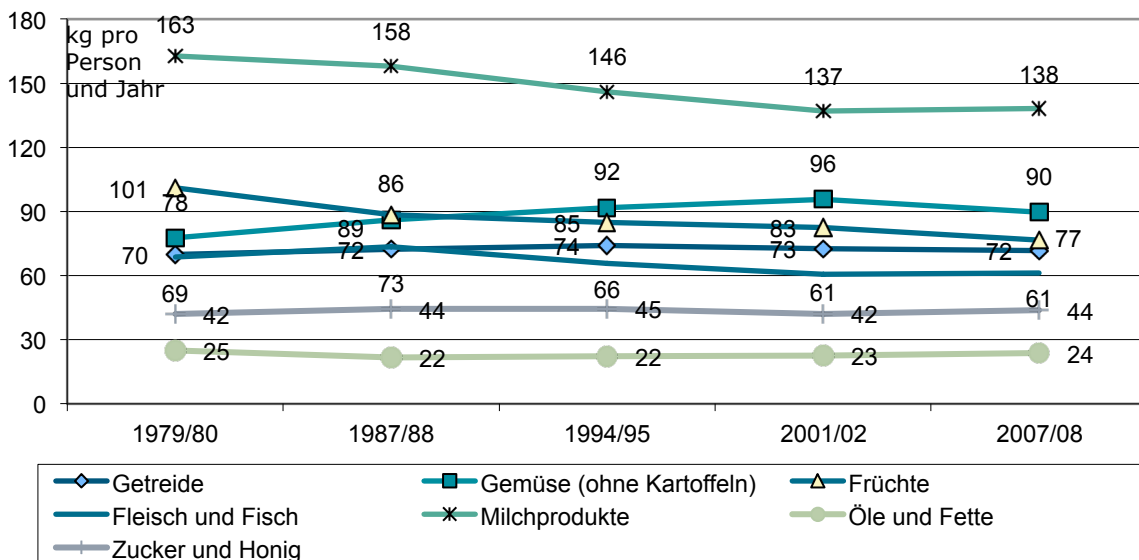
Indikator 2.4: Verzehr von Lebensmitteln

Selbst wenn die Ernährungsempfehlungen bekannt und akzeptiert sind, muss der persönliche Lebensmittelkonsum nicht unbedingt ausgewogen und gesundheitsfördernd sein. Mit Blick auf die Zusammensetzung der Ernährung spielen sowohl die Auswahl, als auch die Menge des Lebensmittelkonsums eine Rolle.

Der Lebensmittelverbrauch und der angenäherte Verzehr können auf der Grundlage von Angaben aus der Agrarstatistik des Schweizerischen Bauernverbandes geschätzt werden. Diese berechneten Angaben erlauben eine Beschreibung der Ernährungssituation, wobei der reale Lebensmittelverzehr jedoch überschätzt wird (vgl. auch Indikator 1.3).

Basis der folgenden Angaben bilden verschiedene Analysen aus dem 6. Schweizer Ernährungsbericht (2012) und der Ernährungserhebung menuCH des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG) der Jahre 2014/15. Abbildung A zeigt den geschätzten jährlichen Pro-Kopf-Verbrauch verschiedener Lebensmittel für den Zeitraum von 1979/80 bis 2007/08. Bis 2001/02 lässt sich ein kontinuierlicher Rückgang bei Milch und Milchprodukten sowie Fleisch und Fleischprodukten beobachten, der sich 2007/08 jedoch nicht mehr fortsetzte. Der Verbrauch von Früchten ist in dieser Zeitspanne leicht zurückgegangen, und auch der Gemüseverbrauch ist leicht rückläufig. Bei den Getreideprodukten, Ölen und Fetten sowie Zucker und Honig sind nur geringe Schwankungen zu beobachten.

A) Jährlicher Pro-Kopf-Verbrauch verschiedener Lebensmittelgruppen, 1979/80 bis 2007/08 (Angaben in kg pro Person und Jahr)



Quelle: Schmid et al. (2012).

Datenbasis

Angaben auf der Basis von menuCH, der nationalen Ernährungserhebung des BLV und des BAG der Jahre 2014/15 (18-75-Jährige, n=2'085, vgl. Bochud et al. 2017) und Statistiken des Schweizerischen Bauernverbandes aus den Ernährungsberichten des Bundesamtes für Gesundheit:

Schmid, A., C. Brombach, S. Jacob, I. Schmid, R. Sieber und M. Siegrist (2012): "Ernährungssituation in der Schweiz". S. 49-126 in: Keller U., Battaglia Richi E., Beer M., Darioli R., Meyer K., Renggli A., Römer-Lüthi C., Stoffel-Kurt N. (Hg.):

Sechster Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern: BAG.

Der Verbrauch berechnet sich nach der Formel: Verbrauch = Produktion +/- Vorratsveränderung – Export + Import. Die Ermittlung des angenäherten Verzehrs pro Person und Tag basiert auf den Verbrauchsmengen unter Berücksichtigung von lebensmittelspezifischen Abfallfaktoren. Diese Abzüge aufgrund von Rüsten, Entfernen von Steinen, Knochen, Schalen, etc. können sich bis auf 58% (bei Haselnüssen) belaufen.

Weitere Resultate

Anlässlich des 6. Schweizerischen Ernährungsberichts wurde für die Jahre 2007/08 auf der Grundlage der Angaben zum Lebensmittelverbrauch und den Nährwerttabellen von Souci, Fachmann und Kraut der angenäherte Verzehr (nach Abzug von Abfällen und Verlusten) von Lebensmitteln berechnet (vgl. Schmid et al. 2012).

Abbildung B zeigt den berechneten täglichen angenäherten Verzehr pro Person von verschiedenen Lebensmittelgruppen, während Abbildung D den Anteil an Energie dieser Lebensmittelgruppen an der Gesamtenergiezufuhr darstellt.

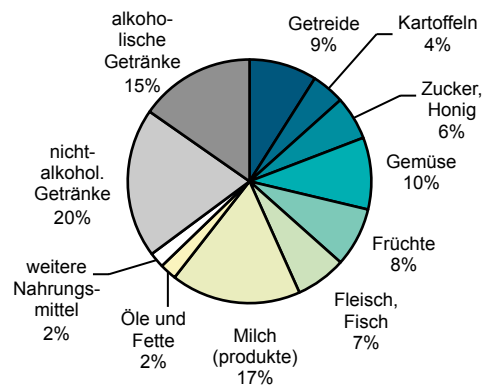
Aus Abbildung B wird klar, dass gemäss den Berechnungen Getränke mehr als ein Drittel aller täglich konsumierten Mengen ausmachen. Bei den übrigen Lebensmitteln schlagen insbesondere Milchprodukte stark zu Buche.

Abbildung C zeigt, dass der pro Kopf Verbrauch von Gemüse und Früchten zwischen 2001/02 und 2007/08 zurückgegangen ist, während der Konsum von Zucker/Honig und Ölen und Fetten zugenommen hat. Der Verbrauch alkoholischer Getränke ist zwischen 2001/02 und 2007/08 zwar leicht von knapp 127 auf 122 Liter pro Kopf und Jahr (über 15-jährige Personen) zurückgegangen.

Alkoholische Getränke leisten aber gemäss Abbildung D nach wie vor einen Beitrag von rund sieben Prozent an die tägliche Energiezufuhr. Getreide- und Milchprodukte sind für mehr als einen Drittel der täglichen Energiezufuhr verantwortlich. Trotz der relativ geringen konsumierten Mengen fällt hier vor allem der vergleichsweise hohe Anteil der energiereichen Lebensmittel Zucker und Honig (17%) sowie Öle und Fette (14%) auf. Dagegen belasten Früchte und Gemüse die tägliche Energiebilanz kaum.

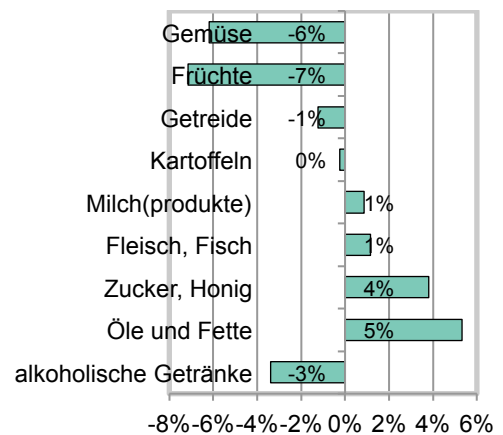
Zusätzliche Hinweise zur täglichen Energiezufuhr, die gemäss 6. Schweizerischem Ernährungsbericht in den Jahren 2007/08 durchschnittlich 2849 kcal pro Person betrug, finden sich in Abbildung A von Indikator 2.10.

B) Täglicher angenäherter Verzehr an Lebensmitteln pro Person, 2007/08 (Anteile in Prozent auf der Grundlage von Angaben in Gramm pro Person und Tag)



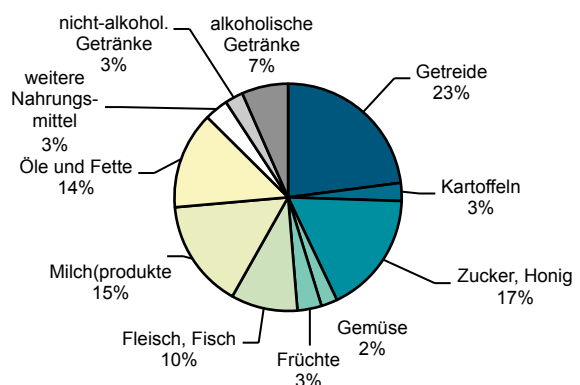
Quelle: Schmid et al. (2012).

C) Prozentuale Veränderung im pro Kopf Verbrauch von ausgewählten Lebensmitteln, 2001/02 bis 2007/08



Quelle: Schmid et al. (2012).

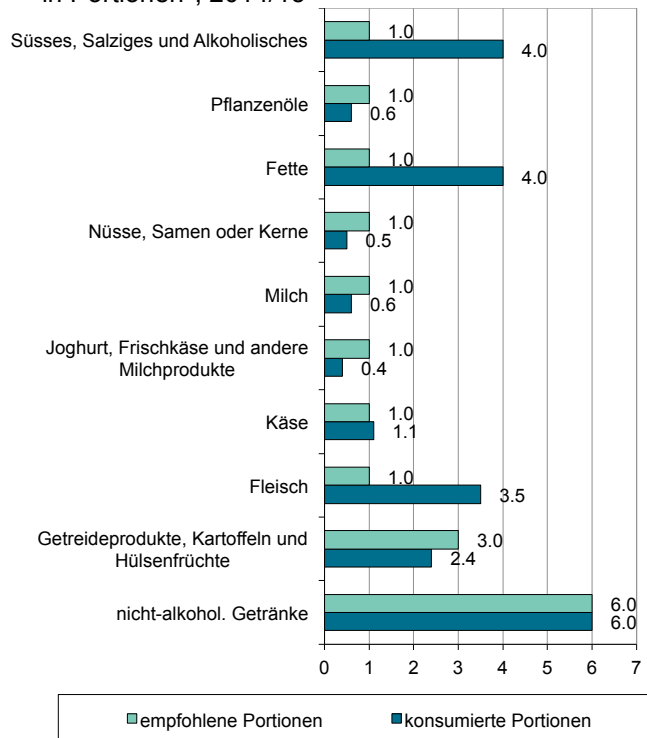
D) Tägliche Energiezufuhr pro Person durch verschiedene Lebensmittel, 2007/08 (angenäherter Verzehr, Anteile in Prozent auf der Grundlage von Angaben in Kcal pro Person und Tag)



Quelle: Schmid et al. (2012).

Gemäss der nationalen Ernährungserhebung menuCH ist die Ernährung der Schweizer Bevölkerung relativ unausgewogen und entspricht nicht der idealen Zusammensetzung, wie sie etwa von der Schweizer Lebensmittelpyramide postuliert wird. Die Abweichungen zwischen den täglich konsumierten und den empfohlenen Portionen der verschiedenen Lebensmittelgruppen sind in der Abbildung E aufgeführt. Der tägliche Verzehr von nicht-alkoholischen Getränken, Käse, Pflanzenölen oder stärkehaltigen Lebensmitteln wie Getreide, Kartoffeln oder Hülsenfrüchten entspricht ungefähr den empfohlenen Mengen. Milchprodukte werden hingegen etwas zu wenig gegessen, während der Konsum von Fleisch, Fetten sowie Süssem, Salzigen und alkoholischen Getränken drei- bis viermal über den empfohlenen Mengen liegt.

E) Vergleich der konsumierten und der empfohlenen täglichen Menge verschiedener Lebensmittel(gruppen), in Portionen*, 2014/15



Weitere Informationen:

Bochud, M., A. Chatelan und J.M. Blanco (2017): Anthropometric characteristics and indicators of eating and physical activity behaviors in the Swiss adult population. Results from menuCH 2014-15. Studie im Auftrag von BLV und BAG. Lausanne: Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive.

Gremaud, G., I. Schmid und R. Sieber (2005): "Estimation de l'utilisation des denrées alimentaires en Suisse pour les années 2001/2002". S. 7-23 in: Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A, Amado R, Ballmer P et al. (Hg.): Fünfter Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern: BAG.

Jacob, S. (2005): "Berechnung des Verbrauchs und des angenäherten Verzehrs an Nahrungsenergie und Nährstoffen". S. 25-35 in: Eichholzer M, Camenzind-Frey E, Matzke A, Amado R, Ballmer P et al. (Hg.): Fünfter Schweizerischer Ernährungsbericht. Bern: BAG.

Quelle: menuCH von BLV und BAG, Bochud et al. (2017).

* Hinweis: Der Umfang einer Portion variiert je nach Lebensmittel. Für Süßes oder Salziges beträgt er ca. 20 g, bei Süssergetränken sind es 2.5 dl und eine Portion Alkoholika wie Wein entspricht 1 dl. Eine Portion Pflanzenöl entspricht ca. 20-30 g, eine Portion Fett ca. 10 g und eine Portion Nüsse, Samen oder Kerne ca. 20-30 g. Eine Portion Milch beträgt ca. 2 dl, bei Joghurt, Frischkäse oder anderen Milchprodukten entspricht eine Portion 150-200 g. Eine Portion Käse umfasst 30 g Hartkäse oder 60 g Weichkäse. Eine Portion Fleisch (inkl. Geflügel und verarbeitete Fleischprodukte) entspricht 35 g, bei Getreideprodukten wie Brot oder Teig sind es 75-125 g. Eine Portion Knäckebrot, Flocken, Teigwaren, Reis, Mais oder andere Getreidekörner umfasst 45-75 g Trockengewicht, Kartoffeln 180-300 g und Hülsenfrüchte 60-100 g. Eine Portion nicht-alkoholische Getränke entspricht 2.5 dl.