

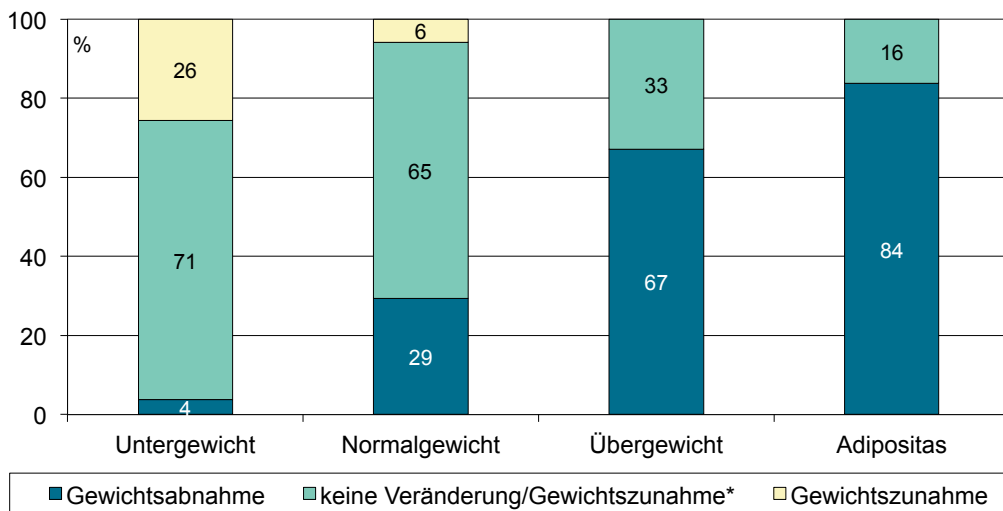
Indikator 4.7: Wunsch nach Gewichtsveränderung und Diäterfahrungen

Eine wirksame Bekämpfung von Übergewicht und Adipositas setzt bei den Betroffenen ein Bewusstsein für Gewichtsprobleme sowie die Bereitschaft voraus, Gewicht zu verlieren. Im vorliegenden Indikator sind ausgewählte Resultate zu diesem Thema zusammengefasst.

Die Schweizerische Gesundheitsbefragung (SGB) enthält eine Reihe von Fragen zum Wunsch nach einer Gewichtsveränderung sowie der gewünschten Veränderungsrichtung, die mit Angaben zum BMI der Befragten verknüpft werden können. Überdies lassen sich der SGB auch Angaben zu den bisherigen Diäterfahrungen entnehmen.

Wie die folgende Abbildung zeigt, möchten zwei Drittel der Übergewichtigen und über vier Fünftel der Adipösen abnehmen, während es bei den Normalgewichtigen knapp 30 Prozent sind. Rund jede 25. untergewichtige Person hegt den Wunsch, weiter Gewicht zu verlieren, während rund ein Viertel zunehmen möchte.

A) Zusammenhang zwischen dem Wunsch nach einer Gewichtsveränderung und dem BMI, 2012



Quelle: Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012 des Bundesamtes für Statistik, n=20'647.

Antworten auf die Fragen: "Möchten Sie Ihr Gewicht verändern? Und welche von den folgenden Aussagen trifft auf Sie zu? Ich möchte abnehmen, aber das ist nicht meine grösste Sorge. / Ich möchte abnehmen und denke ständig daran. / Ich möchte zunehmen, aber das ist nicht meine grösste Sorge. / Ich möchte zunehmen und denke ständig daran."

* Aufgrund geringer Fallzahlen wurden bei den Übergewichtigen und Adipösen die Antwortkategorien "keine Veränderung" und "Gewichtszunahme" zusammengefasst.

Datenbasis

Schweizerischen Gesundheitsbefragungen 2007 und 2012 des Bundesamtes für Statistik sowie menuCH 2014/15 des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit gemäss Bochud et al. (2017, vgl. den Hinweis am Ende des Indikators).

Der Body Mass Index (BMI) ist wie folgt definiert:
 $BMI = (\text{Körpergewicht in kg}) / (\text{Körpergrösse in m})^2$
 Gemäss der Weltgesundheitsorganisation gelten für 18-jährige und ältere Personen folgende Grenzwerte:

falls $BMI < 18.5 \text{ kg/m}^2$: Untergewicht
 falls $18.5 \text{ kg/m}^2 \leq BMI < 25 \text{ kg/m}^2$: Normalgewicht
 falls $25 \text{ kg/m}^2 \leq BMI < 30 \text{ kg/m}^2$: Übergewicht
 falls $BMI \geq 30 \text{ kg/m}^2$: Adipositas

Für Personen unter 18 Jahren existieren spezielle Formeln für die Berechnung der Grenzwerte.

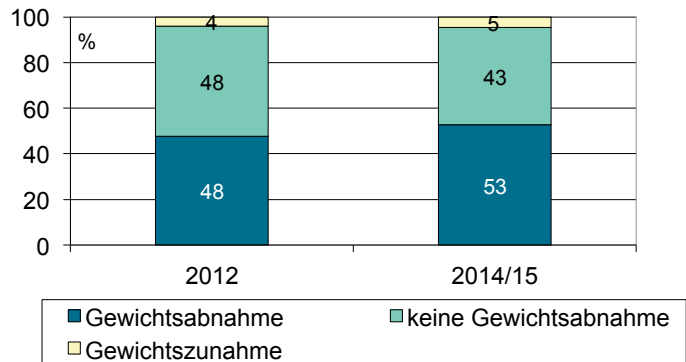
Für die Gegenüberstellung von SGB 2012 und menuCH 2014/15 wurde aus Gründen der Vergleichbarkeit nur die 18- bis 75-Jährige Bevölkerung berücksichtigt. Die Angaben zum Wunsch nach einer Gewichtsveränderung aus der SGB 2007 beziehen sich auf die 15-49-jährige Bevölkerung. Für den in Abbildung C dargestellten Zeitvergleich muss daher auch für 2012 auf diese kleinere Teilstichprobe zurückgegriffen werden.

Die Fragen nach den Diäterfahrungen (Abbildungen E und F) wurden allen Befragten gestellt. Um den Zusammenhang mit dem Wunsch nach einer Gewichtsveränderung darzustellen, konnten jedoch nur die 15-49-Jährigen berücksichtigt werden.

Weitere Resultate

In menuCH, der nationalen Ernährungserhebung von BLV und BAG, existiert ebenfalls eine Frage zum Wunsch nach Gewichtsveränderung, die in Abbildung B vergleichend zur SGB 2012 dargestellt ist. Es zeigt sich, dass in beiden Untersuchungen jeweils rund die Hälfte der Befragten ihr Gewicht reduzieren will, während die grosse Mehrheit des Rests das Gewicht halten möchte. Nur rund jede 20. Person möchte zunehmen.

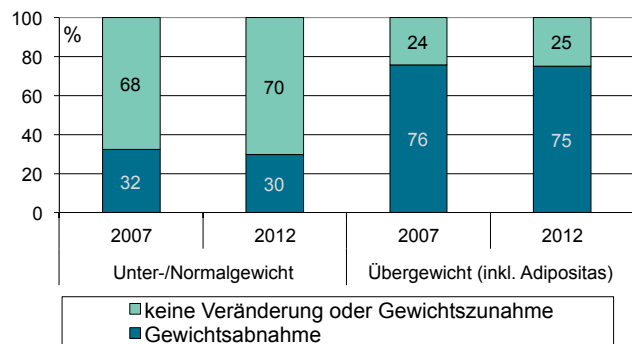
B) Wunsch nach einer Gewichtsveränderung, 2012 und 2014/15 (Bevölkerung im Alter von 18 bis 75 Jahren)



Quelle: 2012: Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2012 des Bundesamtes für Statistik, n=18'362; 2014/15: menuCH von BLV und BAG (n=2'085).. Fragen SGB 2012 gemäss Abbildung A; menuCH: Antworten auf die Frage: "Was trifft für Sie zu? Ich möchte abnehmen. / Ich möchte mein Körpergewicht beibehalten. / Ich möchte zunehmen."

Ergänzend zu den Abbildungen A und B zeigt Abbildung C, dass sich das Ausmass der Wünsche nach einer Gewichtsveränderung bei den 15- bis 49-Jährigen zwischen 2007 und 2012 kaum verändert hat. In beiden Untersuchungsjahren äusserten rund drei Viertel aller (stark) Übergewichtigen den Wunsch, Gewicht zu verlieren. Bei den Unter- und Normalgewichtigen waren es dagegen rund 30 Prozent.

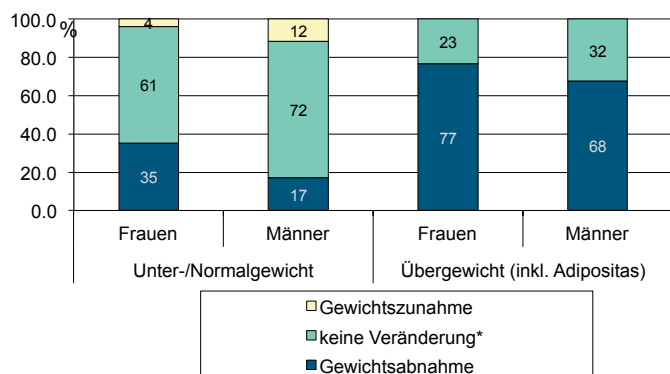
C) Zusammenhang zwischen BMI und dem Wunsch nach einer Gewichtsveränderung, 15-49-Jährige, 2007 und 2012



Quelle: SGB 2007 (n=9175;) und 2012 (n=11042).

Abbildung D enthält für das Jahr 2012 den Zusammenhang zwischen dem Wunsch nach einer Gewichtsveränderung, dem BMI und dem Geschlecht. Aus der Abbildung geht hervor, dass Frauen deutlich häufiger abzunehmen wünschen als Männer – und zwar unabhängig davon, ob sie übergewichtig sind oder nicht. Dieser Befund findet sich in abgeschwächter Form auch in menuCH.

D) Zusammenhang zwischen BMI, dem Wunsch nach einer Gewichtsveränderung und dem Geschlecht, 2012 (n=20647)



* Aufgrund geringer Fallzahlen wurden bei den Übergewichtigen und Adipösen die Antwortkategorien "keine Veränderung" und "Gewichtszunahme" zusammengefasst.

Abbildung E zeigt den Zusammenhang zwischen dem Körpergewicht, dem Wunsch nach einem Gewichtsverlust und dem Bildungsstand. Insbesondere bei den übergewichtigen Personen zeigt sich ein deutlicher Bildungseffekt in dem Sinne, dass höher gebildete Personen häufiger abnehmen möchten als Personen mit einem tieferen Bildungsabschluss. Dieser Befund findet sich in menuCH nicht: Hier äussert die mittlere Bildungsgruppe den stärksten Wunsch nach einem Gewichtsverlust. Die Unterschiede zwischen den drei Gruppen sind jedoch sehr gering.

In der SGB 2012 findet sich zudem ein Zusammenhang bezüglich des Haushaltseinkommens: Personen mit einem höheren Haushaltseinkommen äussern eher den Wunsch, Gewicht zu verlieren.

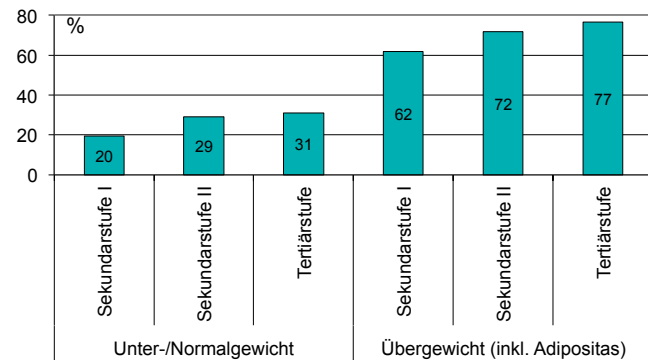
Aus Abbildung F gehen überdies die Unterschiede nach Nationalität und Herkunftsregion hervor, wobei sich die Migrant/innen aus Nord- und Westeuropa als besonders "gewichtsbewusst" erweisen. Am anderen Ende der Skala finden sich die Migrant/innen aus Ost- und Südeuropa, die am seltensten den Wunsch formulieren, abzunehmen.

In vielen Fällen geht der Wunsch, Gewicht zu verlieren, einher mit der ein- oder mehrmaligen Durchführung einer Diät. Gemäss der SGB 2012 haben in den 12 Monaten vor der Befragung 8.9% der Befragten eine Diät durchgeführt. Dieser Wert entspricht exakt dem Wert aus der SGB 2007, liegt aber unter den 12.5%, welche menuCH ausweist.

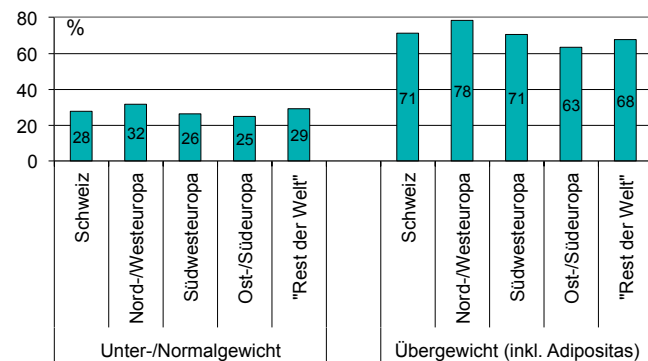
61 Prozent derjenigen, die eine Diät machten, waren Frauen. Wie Abbildung G zeigt, nehmen Frauen häufiger als Männer aus eigenem Antrieb, d.h. ohne medizinische Gründe, ab. Aus der Abbildung geht überdies hervor, dass "medizinische Gründe" für eine Diät mit zunehmenden Lebensalter eine grössere Rolle spielen.

Wird der Zusammenhang zwischen dem oben diskutierten Wunsch nach einer Gewichtsveränderung und den tatsächlichen Diäterfahrungen betrachtet, so zeigt sich, dass 13.1% derjenigen, die Gewicht zu verlieren wünschen, im vergangenen Jahr eine Diät gemacht haben. Bei den anderen Befragten waren es dagegen 5.6%.

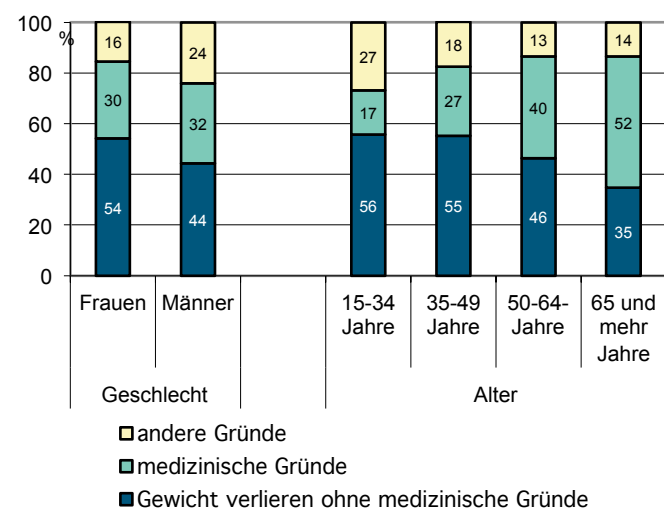
E) Zusammenhang zwischen BMI, dem Wunsch nach einem Gewichtsverlust und dem Bildungsstand, 2012 (25-jährige und ältere Personen, n=17707)



F) Zusammenhang zwischen BMI, dem Wunsch nach einem Gewichtsverlust und dem Migrationshintergrund, 2012 (n=20647)



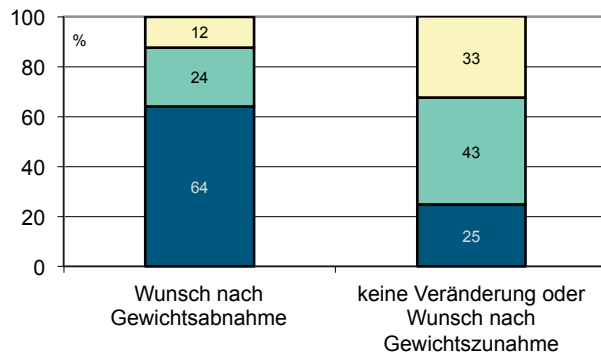
G) Gründe für die Durchführung einer Diät während der vergangenen 12 Monate nach Geschlecht und Alter, 2012 (n=1942)



Antworten auf die Fragen: "Haben Sie in den letzten 12 Monaten eine spezielle Diät eingehalten? Warum hatten Sie eine spezielle Diät eingehalten?"
Legende siehe Abbildung G.

Abbildung H zeigt die Motive für eine Diät in Abhängigkeit vom weiter oben diskutierten Wunsch nach einer Gewichtsveränderung: Dabei zeigt sich ein klarer Zusammenhang zwischen dem Wunsch nach Gewichtsverlust und der Durchführung einer Diät mit der Begründung "Gewicht verlieren zu wollen, ohne dass dies medizinische Gründe hatte". Bei den übrigen Befragten sind medizinische Gründe dagegen verbreiteter, wobei es in dieser Gruppe durchaus sein könnte, dass die Diät erfolgreich verlief und daher gegenwärtig kein weiterer Gewichtsverlust gewünscht wird.

H) Zusammenhang zwischen dem Wunsch nach einer Gewichtsveränderung und der Durchführung einer Diät während der vergangenen 12 Monate, 2012 (n=1885)



Diätmotive:

- andere Gründe
- medizinische Gründe
- Gewicht verlieren ohne medizinische Gründe

Weitere Informationen

BFS (2007): Übergewicht bei Erwachsenen in der Schweiz: Aspekte einer multifaktoriellen Problematik. Ergebnisse der Schweizerischen Gesundheitsbefragung 2002. Neuchâtel: BFS.

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 Studie im Auftrag von BLV und BAG. 2014-15. Lausanne: Institut Universitaire de Médecine Sociale et Préventive.