Veröffentlicht auf Presseportal Schweiz - Presse und Medienmitteilungen (https://www.presseportal-schweiz.ch)

03.11. 2016

Fast jede zweite Person in der Schweiz ist übergewichtig - Zu wenig Früchte und Gemüse

Von PPS

Bern, 03.11.2016 (PPS) **Fast jede zweite Person in der Schweiz ist übergewichtig. Zu diesem Ergebnis kommt menuCH, eine nationale Erhebung zu den Ess-, Trink- und Bewegungsgewohnheiten. Wie die repräsentative Studie weiter ergab, stossen die offiziellen Empfehlungen zum Früchte- und Gemüsekonsum auf eine eher geringe Resonanz.**

Für menuCH wurden rund 2000 Erwachsene aus der ganzen Schweiz befragt. Bezüglich Körpergewicht zeigen die Auswertungen des Body Mass Index (BMI), dass 54 Prozent ein normales Körpergewicht haben. 44 Prozent sind hingegen von Übergewicht betroffen. Bei Männern ist der Anteil der Übergewichtigen mehr als doppelt so hoch wie bei Frauen.

Nur rund 2 Prozent der Bevölkerung weisen ein zu niedriges Körpergewicht auf, wobei dies Frauen dreimal häufiger betrifft als Männer. Gesamtschweizerisch präsentiert sich das Bild ungefähr gleich; es gibt keine nennenswerten Abweichungen zwischen den Sprachregionen.

"5 am Tag" ist die Ausnahme

Auch beim Früchte- und Gemüsekonsum ähneln sich die Ergebnisse für die einzelnen Landesteile. Etwa 87% der Befragten im Alter von 18 bis 75 Jahren verzehren täglich eine oder mehrere Portionen Früchte und Gemüse. Gut ein Viertel der Bevölkerung in der Schweiz isst 3 bis 4 Portionen täglich. Aber nur 13 Prozent der Befragten befolgen

die Ernährungsempfehlung von «5 am Tag»; das heisst, sie essen täglich 5 oder mehr Portionen.

Beim Anteil der Bevölkerung, der sehr wenig Früchte und Gemüse isst, gibt es jedoch regionale Unterschiede. 22 Prozent der italienischsprachigen Bevölkerung konsumieren weniger als eine Portion pro Tag. In der deutschsprachigen Schweiz beträgt der entsprechende Wert 13 Prozent und in der Westschweiz rund 12 Prozent.

Bei der Datenerhebung für menuCH erteilten die befragten Personen freiwillig Auskunft zu ihren Gewohnheiten beim Essen und Trinken, aber auch zu ihrem Bewegungsverhalten. Zusätzlich wurden Körpergewicht und -grösse gemessen. menuCH ist ein Projekt des Bundesamts für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG). Das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Lausanne (IUMSP) hat die Erhebung im Auftrag des BLV und des BAG durchgeführt.

Die erwähnten Ergebnisse bilden noch nicht alle Studienresultate ab. Sie sind Teil der neuen Broschüre zum Monitoring-System Ernährung und Bewegung (MOSEB) des BAG, welche Anfang November 2016 erscheint. Dabei beschränkt sich die Darstellung der Daten zur Ernährung und Bewegung in der Schweiz aber auf die 18- bis 64-Jährigen, was zu anderen Werten führt. Nach Abschluss der Auswertung von menuCH folgt 2017 eine umfassende Kommunikation des BLV zu den gewonnen Erkenntnissen und Schlussfolgerungen.

Pressekontakt:

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV
Schwarzenburgstrasse 155
3003 Bern

Kategorie
Medizin & Gesundheit

Source URL: *https://www.presseportal-schweiz.ch/pressemeldungen/fast-jede-zweite-person-der-schweiz-ist-uebergewichtig-zu-wenig-fruechte-und*