

6. Schweizerischer Ernährungsbericht und Schweizer Ernährungsstrategie 2013 bis 2016 – Grundlagen für Erfolg versprechende Massnahmen



BUNDESAMT FÜR GESUNDHEIT

Wie steht es um die Ernährungssituation in der Schweiz? Werden die Ernährungsempfehlungen befolgt? Wie wirkt sich die Ernährungsweise der Bevölkerung in der Schweiz auf die Gesundheit aus, und welche Massnahmen können ergriffen werden, um die Situation zu verbessern? Im 6. Schweizerischen Ernährungsbericht werden diese und weitere Fragen aufgegriffen. Der Bericht und die darauf beruhende Schweizer Ernährungsstrategie 2013 bis 2016 wurden am 22. Januar von Bundesrat Alain Berset präsentiert.

Ernährungsempfehlungen bilden die Basis für eine gesunde Ernährung. Die Schweiz verfügt über Ernährungsempfehlungen für verschiedene Altersgruppen und spezifische Bevölkerungsgruppen (z.B. Sportlerinnen und Sportler). Allerdings werden die aktuellen Ernährungsempfehlungen von vielen Personen nicht oder nur teilweise umgesetzt.

30 Prozent der Schweizer Bevölkerung achten auf nichts Bestimmtes in ihrer Ernährung. Hauptsächlich sind dies Männer, jüngere Personen und Personen mit einem geringen Bildungsniveau. Oft fehlt es auch an Ernährungswissen oder ausreichender Information.

Aussagen über den individuellen Lebensmittelverzehr lassen sich mit den Daten der Agrarstatistik, das heisst der auf dem Markt verfügbaren Lebensmittel, nicht machen. Aus den Daten der Agrarstatistik sind aber Aussagen über den Lebensmittelverbrauch der Bevölkerung (kg pro Kopf) ableitbar. Mittlerweile lässt sich die Entwicklung des Verbrauchs über rund 30 Jahre abbilden; er hat sich in dieser Zeitspanne nicht wesentlich verändert. Hauptveränderungen konnten beim Früchte- und Gemüseverbrauch (Abnahme zwischen 2001/02 und 2007/08) sowie beim Verbrauch an Milch und Milch-

produkten beziehungsweise an Fleisch und Fleischprodukten (stabil nach vor-gängiger stetiger Abnahme) festgestellt werden.

In den vergangenen drei Jahrzehnten stieg die Prävalenz von Übergewicht und Adipositas bei Erwachsenen laufend an. Rund 46 Prozent der erwachsenen Männer und rund 29 Prozent der erwachsenen Frauen sind von Übergewicht (BMI 25,0–29,9 kg/m²) oder Adipositas (BMI ≥ 30 kg/m²) betroffen. Erstmals gibt es Hinweise, dass sich dieser Anstieg abflacht haben könnte. Ein geringer sozio-ökonomischer Status ist ein Risikofaktor für Übergewicht und Adipositas.

Herz-Kreislauf-Krankheiten sind noch immer die häufigste Todesursache in der Schweiz, auch wenn sie im Verhältnis zu Krebs an Bedeutung verloren haben und dies in Zukunft vermutlich weiter tun werden. Bestandteile einer ungesunden Ernährung, zum Beispiel viel Salz oder gesättigte Fettsäuren, können Risikofaktoren wie Bluthochdruck oder ungünstige Blutfettwerte direkt beeinflussen.

Eine Kombination von Massnahmen sowohl auf der Verhaltens- als auch auf der Verhältnisebene hat sich als Erfolg versprechend für eine Verbesserung der Ernährungssituation erwiesen. Wichtig sind

auch der Einbezug von Schlüsselpersonen und -institutionen (z.B. Mütter- und Väterberatungsstellen bei Projekten, die auf Kleinkinder abzielen) bei der Planung und Umsetzung von Massnahmen sowie der multisektorale Ansatz. Bei Letzterem werden neben der Gesundheitspolitik auch andere Sektorpolitiken wie die Landwirtschafts-, die Verkehrs- oder die Bildungspolitik sowie die Wirtschaft mitberücksichtigt.

Im 6. Schweizerischen Ernährungsbericht werden Problemfelder aufgezeigt, aus denen die Handlungsfelder der Schweizer Ernährungsstrategie 2013 bis 2016 abgeleitet wurden. Letztere legen die Prioritäten und Ziele im Ernährungsbereich fest und bilden für die verschiedenen Akteure die Grundlage für die Erarbeitung von Aktionsplänen und Massnahmen. Auf nationaler Ebene orientiert sich das Nationale Programm Ernährung und Bewegung (NPEB) an der Schweizer Ernährungsstrategie.

Der 6. Schweizerische Ernährungsbericht ist in Deutsch, Französisch und Italienisch, die Schweizer Ernährungsstrategie zusätzlich in Englisch unter www.ernaehrungsbericht.ch kostenlos in elektronischer Form verfügbar.

Korrespondenzadresse:

Dr. Andrea Renggli
Bundesamt für Gesundheit, Sektion
Ernährungs- und Toxikologische Risiken
Staufferacherstr. 101, 8004 Zürich
E-Mail: andrea.renggli@bag.admin.ch