



**sge** Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
**ssn** Société Suisse de Nutrition  
**ssn** Società Svizzera di Nutrizione

Wissen, was essen. [sge-ssn.ch](http://sge-ssn.ch)

## Die gesunde Lebensmittelwahl

Was wissen wir über den Konsumenten  
und die Konsumentin in der Schweiz?

### Zusammenfassung

29.5.2012



Die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE hat im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit BAG eine Literaturrecherche rund um die gesunde Lebensmittelwahl des Konsumenten in der Schweiz durchgeführt. Von Dezember 2010 bis August 2011 wurde nach Publikationen und Untersuchungen mittels Datenbank- und Internetsuche sowie Kontaktaufnahme mit Stakeholdern gesucht. Insgesamt konnten 54 relevante Publikationen identifiziert werden.

### **Wie wichtig ist dem Konsumenten in der Schweiz eine gesunde Lebensmittelwahl?**

Sämtliche Untersuchungen deuten auf ein grosses Interesse am Thema Ernährung hin. Durchschnittlich geben drei von vier Personen an, dass ihnen die Ernährung wichtig sei bzw. sie interessiere. Was genau den Konsumenten in der Schweiz an der Ernährung interessiert oder ihm wichtig ist, lässt sich jedoch häufig nicht aus den Daten lesen. Frauen achten stärker als Männer auf die Ernährung und Übergewichtige mehr als Normalgewichtige. Des Weiteren steigt das Ernährungsbewusstsein mit zunehmendem Alter und höherer Bildung.

### **Worauf achtet der Konsument in der Schweiz beim Kauf von Lebensmitteln?**

Durchschnittlich achten 77% der Konsumenten darauf, ob ihnen ein Produkt schmeckt bzw. Genuss bereitet. Müssen sie sich zwischen Genuss und Gesundheit entscheiden oder diesen Aspekten eine Wichtigkeit zuordnen, liegt der Genuss ganz leicht vorne. Drei von vier Konsumenten interessieren sich für die Zusammensetzung eines Produktes und 71% geben an, auf Ausgewogenheit und Gesundheit wert zu legen. Es stellt sich jedoch die Frage, wie sie den gesundheitlichen Wert und die Ausgewogenheit eines Produktes beurteilen, da weniger als die Hälfte angeben, Nährwert- und andere Ernährungsinformationen zu beachten. Gut die Hälfte der Konsumenten achtet auf Herkunft und Nachhaltigkeit. Auf den Preis schaut mehr als jeder Dritte, doch vielen sind Qualität und Genuss wichtiger.

### **Was hält den Konsumenten in der Schweiz von der gesunden Wahl ab?**

Die (Un)Verständlichkeit von Verpackungsinformationen, „nicht daran denken“, Vorlieben und Gewohnheiten sowie die Finanzen werden in der Schweiz am häufigsten als Hindernisse für eine gesunde Ernährung genannt. Jeder zweite Konsument hat Schwierigkeiten damit, ernährungsbezogene Informationen auf Verpackungen zu verstehen und jeder fünfte bekundet Mühe damit zu beurteilen, was eine gesunde oder ungesunde Ernährung ist bzw. findet die Empfehlungen widersprüchlich. Weit verbreitet ist auch der Irrtum, dass gutes und gesundes Essen weder schmecken noch günstig sein kann und es aufwändig ist, sich gesund zu ernähren. Viele der von den Konsumenten genannten Hindernisse deuten auf eine ungenügende Ernährungskompetenz hin.



### **Welche unterstützenden Massnahmen wünscht sich der Konsument in der Schweiz?**

Drei von vier Konsumenten in der Schweiz wünschen sich eine einheitliche Kennzeichnung von gesunden Lebensmitteln. Ansonsten ist nichts dazu bekannt, welche Art von Unterstützung sich der Konsument in der Schweiz für die gesunde Wahl von Lebensmitteln wünschen würde. Im Zusammenhang mit Übergewicht werden v.a. Massnahmen befürwortet, welche dem Einzelnen keine unmittelbaren Kosten verursachen, sondern welche ein gesundheitsförderndes Umfeld schaffen, ohne dass der Einzelne dazu gezwungen wird, die entsprechenden Angebote auch zu nutzen.

### **Welche unterstützenden Massnahmen existieren bereits in der Schweiz?**

In der Schweiz gibt es eine Vielzahl von Massnahmen, Projekten und Programmen, welche zum Ziel haben, die gesunde Wahl zu fördern. Nur ein kleiner Teil der identifizierten Angebote unterstützt den Konsumenten direkt beim Einkaufen. Die Mehrzahl fokussiert darauf, Wissen, Kenntnisse und Fähigkeiten rund um Ernährung und Lebensmittel bzw. Essen, Trinken und Kochen - sprich die Food Literacy - der jetzigen wie auch zukünftigen Konsumenten aufzubauen.

### **Welchen Handlungsbedarf sieht die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung SGE?**

Jedermann sollte sich auf gesunde, ausgewogene und genussvolle Weise ernähren können. Es geht dabei nicht darum, den Konsumenten zu bevormunden, sondern ihm ausreichend Kompetenzen zu vermitteln. Mit leicht verständlichen, leicht zugänglichen Informationen soll er befähigt werden, eine informierte, sachkundige und gesunde Wahl treffen zu können. Besonders wichtig ist dabei, dass alle Akteure rund um Ernährung, Ernährungsbildung und Ernährungskommunikation dieselben Botschaften und Empfehlungen vermitteln.

Link zum Bericht: [www.sgg-ssn.ch/de/wissenschaft-und-forschung/sgg-projekte/konsumenteninformation](http://www.sgg-ssn.ch/de/wissenschaft-und-forschung/sgg-projekte/konsumenteninformation)