



Fachinformation Ernährung

Getränkekonsum in der Schweiz 2014/15

Die Nationale Ernährungserhebung menuCH zeigt, dass die 18- bis 75-Jährigen in der Schweiz täglich pro Person durchschnittlich 2 Liter nichtalkoholische Getränke konsumieren. Dabei trinken jüngere Personen mehr Wasser und Süssgetränke, ältere Personen mehr Kaffee und Tee. Männer trinken mehr Süssgetränke und Alkohol, Frauen mehr Tee. In der Deutschschweiz ist der Konsum von Kaffee und Süssgetränken doppelt so hoch wie in der italienischsprachigen Schweiz.

Bei den Informationen zum Konsumverhalten handelt es sich um Selbstangaben während zweier Befragungen.

GETRÄNKEKONSUM

Getränkekonsum in der Schweiz

In der Schweiz konsumieren die 18- bis 75-Jährigen im Durchschnitt täglich 1,2l Hahnen- oder Mineralwasser sowie 2,6dl Kaffee¹, 2,9dl Tee², 0,6dl reine Frucht- oder Gemüsesäfte und 2,4dl Süssgetränke³ pro Person. Der Konsum von alkoholischen Getränken beläuft sich auf durchschnittlich 2,0dl pro Person.

Unterschiede zwischen den Altersgruppen

Jüngere Personen trinken täglich mehr alkoholfreie Getränke als ältere Personen. Bei den 18- bis 34-Jährigen beträgt der Konsum durchschnittlich 2,3l, verglichen mit 2,1l bei den 35- bis 49-Jährigen, 1,9l bei den 50- bis 64-Jährigen und 1,6l bei den 65- bis 75-Jährigen. Dabei trinken jüngere Personen vor allem mehr Hahnen- oder Mineralwasser und Süssgetränke, während ältere Personen Kaffee und Tee bevorzugen.

In allen Altersgruppen beträgt der durchschnittliche Alkoholkonsum 2,0dl pro Tag. Die Präferenz verschiebt sich jedoch von Bier bei der jüngeren Bevölkerung zu Wein bei der älteren Bevölkerung.

¹ inkl. Kaffee-Mischgetränke (z. B. Cappuccino, Latte macchiato, Café Viennois, Schale etc., mit und ohne Zucker) sowie Kaffee-Ersatzgetränke (z. B. Zichorienkaffee etc.)

² inkl. Früchtetee und Kräutertee

³ inkl. Schorle, Energy-Drinks, Eistee, Sirup, zuckerfreie Light-Getränke und alkoholfreie Ersatzgetränke (z. B. Bier, Suure Moscht/Cider etc.)

Unterschiede zwischen den Geschlechtern	Männer wie Frauen trinken im Durchschnitt pro Person täglich 1,2l Hahnen- oder Mineralwasser sowie 0,6 dl reine Frucht- oder Gemüsesäfte. Unterschiede gibt es jedoch beim täglichen Konsum der anderen Getränke: Kaffee (Männer: 2,8 dl, Frauen: 2,3 dl), Tee (Männer: 2,0 dl, Frauen: 3,7 dl), Süssgetränke (Männer: 3,1 dl, Frauen: 1,7 dl) sowie Alkohol (Männer: 2,8 dl, Frauen: 1,1 dl).
---	--

Sprachregionale Unterschiede	Der tägliche Gesamtkonsum an Getränken (ohne Alkohol) liegt in der Deutschschweiz im Durchschnitt bei 2,1 l pro Person, in der französischsprachigen und in der italienischsprachigen Schweiz bei 1,9 l. Der Konsum von Hahnen- und Mineralwasser ist in der italienischsprachigen Schweiz höher als in der Deutschschweiz und in der französischsprachigen Schweiz. In der italienischen Sprachregion ist hingegen die getrunkene Menge an Kaffee, Tee, Süssgetränken und reinen Frucht- und Gemüsesäften niedriger. Vor allem bei den Süssgetränken und beim Kaffee ist der Konsum in der Deutschschweiz fast doppelt so hoch wie in der italienischsprachigen Schweiz. Alkohol wird in allen Sprachregionen in ähnlichen Mengen konsumiert.
------------------------------	--

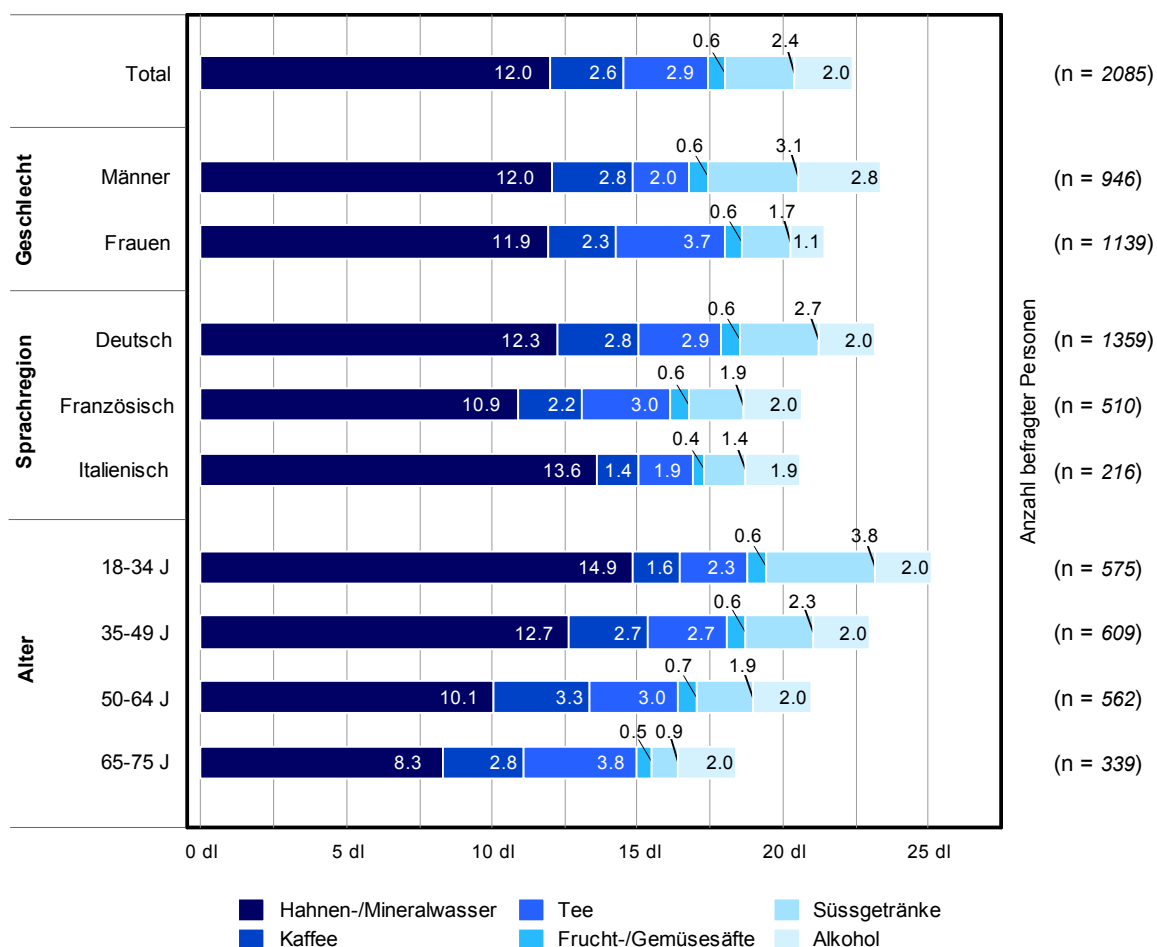
EMPFOHLENER GETRÄNKEKONSUM

Gemäss der Schweizer Lebensmittelpyramide wird empfohlen, täglich 1–2l zu trinken. Dabei sollten ungesüsste Getränke wie z. B. Hahnen- und Mineralwasser oder Früchte- und Kräutertee bevorzugt werden. Koffeinhaltige Getränke wie Kaffee, schwarzer und grüner Tee können zur Flüssigkeitszufuhr beitragen.

Schweizer Getränkekonsum im Vergleich zur Empfehlung	Die Empfehlung zur Flüssigkeitszufuhr wird in der Schweiz im Durchschnitt von Frauen und Männern im Alter zwischen 18 und 75 Jahren in den drei Sprachregionen befolgt.
--	---

Bei zusammengesetzten Lebensmitteln (z. B. Pizza, Sandwiches, Wähen, Mixgetränke etc.) oder Gerichten (z. B. Risotto, Chili con Carne etc.) wurden, wo möglich, die einzelnen Zutaten den entsprechenden Lebensmittel-Kategorien zugeordnet.

GETRÄNKEKONSUM DER ERWACHSENEN BEVÖLKERUNG IN DER SCHWEIZ (IN DEZILITER PRO PERSON UND PRO TAG)



menuCH
Nationale Ernährungserhebung
Enquête nationale sur l'alimentation
Sondaggio nazionale sull'alimentazione



«Nationale Ernährungserhebung menuCH»

menuCH ist die erste nationale Ernährungserhebung in der Schweiz. Im Zeitraum von Januar 2014 bis Februar 2015 wurden rund 2000 Personen aus der ganzen Schweiz befragt. Männer und Frauen im Alter von 18 bis 75 Jahren gaben freiwillig Auskunft zu ihren Gewohnheiten beim Essen und Trinken, aber auch zu ihren Bewegungsgewohnheiten. Zusätzlich wurden Körpermessungen vorgenommen. menuCH ist eine Erhebung des Bundesamtes für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen (BLV) in Zusammenarbeit mit dem Bundesamt für Gesundheit (BAG). Mit der Durchführung von menuCH wurde das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Lausanne (IUMSP) beauftragt.

Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV

Risikobewertung

www.blv.admin.ch
info@blv.admin.ch