

Konsum von Lebensmitteln und Getränken bei Erwachsenen in Baden-Württemberg

Einleitung und Fragestellung

Da für Baden-Württemberg keine aktuellen Studien zur Ernährung und Gesundheit von Erwachsenen vorlagen, wurde im Winterhalbjahr 2010/2011 eine Untersuchung bei Erwachsenen in zehn Landratsämtern durchgeführt. Ziel der Untersuchung war es unter anderem, Angaben zur Ernährung von den Teilnehmern zu erheben.

Eine Frage war, ob und inwieweit es gegebenenfalls Unterschiede zwischen den Ernährungsgewohnheiten von Männern und Frauen gibt.

Methodik

Mit Hilfe eines Fragebogens wurden Angaben zur Ernährung wie folgt erhoben: „Wie oft werden die folgenden Lebensmittelgruppen von Ihnen pro Woche verzehrt?: Tee (Früchte-tee/schwarzer Tee), Milch/Kakao, Säfte, Limonaden (z.B. Cola), Wasser, Fisch, Fleisch (ohne Wurstwaren), Innereien, Wurstwaren/Schinken, Imbisskost (z.B. Hamburger/Pommes), Gemüse/Salate, frisches Obst, Kuchen/Kekse, Süßigkeiten, salziges Gebäck, Vollkornbrot/Schwarzbrot, Weißbrot/Mischbrot, Eier, Käse/Quark/Joghurt und Butter. Für jede Lebensmittelgruppe waren folgende Antworten möglich: „(fast) täglich“, „mehrmals pro Woche“, „etwa einmal pro Woche“ und „weniger oder nie“.

Ergebnisse:

Insgesamt haben 502 Männer und 894 Frauen die Fragen zur Ernährung beantwortet. Männer verzehrten häufiger Fleisch (84% täglich oder mehrmals pro Woche vs. 60% bei Frauen), Wurstwaren (88% vs. 71%), Weiß-/Mischbrot (74% vs. 61%) sowie Fisch (73% vs. 64%). Frauen essen dagegen häufiger Obst (87% vs. 79%), Milchprodukte (89% vs. 81%), Vollkorn/Schwarzbrot (71% vs. 64%) und Süßigkeiten (64% vs. 58%). Frauen trinken auch öfter Tee (68% vs. 44%) und Milch/Kakao (57% vs. 51%), während Männer häufiger Säfte und Limonaden zu trinken. Vegetarisch ernährten sich knapp 3% aller Befragten.

Zusammenfassung

Die größten Unterschiede in den Verzehrsgewohnheiten zwischen Männern und Frauen ließen sich beim Konsum von Fleisch, Wurstwaren und Weiß- oder Mischbrot feststellen.

Beim Getränkekonsum war interessant, dass Männer häufiger als Frauen Säfte zu trinken. Tee wird dagegen von Frauen bevorzugt.

Die hier dargestellten Ergebnisse dienen als Grundlage für die Gesundheitsberichterstattung in Baden-Württemberg.

