



Medienmitteilung, 25. September 2023

Rund 11 Prozent der Schweizer Haushalte ernähren sich gesundheits- und umweltbewusst

Ein neues Whitepaper unter Mitwirkung von Forschenden der HSG zeigt, wie pflanzenbasiert sich Schweizer Haushalte ernähren. Die Studie offenbart, dass die grosse Mehrheit der Schweizer Bevölkerung immer noch einen Ernährungsstil aufweist, der wenig nachhaltig und gesundheitsförderlich ist.

Vegetarische, flexitarische und vegane Ernährungsweisen haben an Bedeutung gewonnen, nicht zuletzt da hoher Fleischkonsum immer häufiger mit unterschiedlichen Krankheiten und erheblichen negativen Umweltauswirkungen in Verbindung gebracht wird. Doch wie sieht es bei der Schweizer Bevölkerung aus? Welche Ernährungsformen dominieren in der Schweiz und wie lassen sich diese abgrenzen? Antworten darauf gibt eine neue Studie des Forschungszentrums für Handelsmanagement der HSG (IRM-HSG) in Zusammenarbeit mit der Universität Bern und der Universitätsklinik für Endokrinologie, Diabetologie, Ernährungsmedizin und Metabolismus des Inselspitals Bern.

Dazu griffen die Forschenden auf den Schweizer Ernährungsatlas zurück, eine Datenbank, welche Rückschlüsse auf das Ernährungsverhalten einer Stichprobe von 371 Schweizer Haushalten (repräsentativ in Bezug auf Haushaltsgrösse und Sprachregionen) auf Basis von Einkaufsdaten zulässt.

18.3% der Schweizer Haushalte ernähren sich flexitarisch

Flexitarier ernähren sich hauptsächlich pflanzlich und reduzieren Fleisch sowie andere tierische Produkte, ohne komplett darauf zu verzichten. Wie immer mehr Studien zeigen, kann diese Ernährungsweise dazu beitragen, die Gesundheit des Menschen zu fördern und die Umweltbelastung durch Nahrung zu verringern. Gemäss der aktuellen Untersuchung ernähren sich 18.3% der Schweizer Haushalte auf diese Weise. 2.7% ernähren sich pescovegetarisch, d.h. verzichten auf Fleisch, konsumieren aber Fisch und Meeresfrüchte. Weitere 7.8% ernähren sich vegetarisch und verzichten vollständig auf Fleisch und Fisch und nur 0.5% der Haushalte ernähren sich vegan. Die grosse Mehrheit der Bevölkerung (70.6%) folgen jedoch immer noch einer nicht nachhaltigen Ernährungsweise, welche reich an tierischen Produkten ist.

10.7% der Schweizer Haushalte erfüllen alle Anforderungen planetarischer Gesundheitsziele

Die alleinige Reduktion von Fleisch und Fisch reicht nicht aus, um die Ernährungsziele in puncto Gesundheit und Nachhaltigkeit zu erreichen und somit planetarische Gesundheitsziele einzuhalten. Deshalb hat das Forschungsteam neben dem Konsum von Fleisch und Fisch auch den Konsum von Eiern und Milchprodukten genauer betrachtet. Demnach entsprechen 10.7 % der Schweizer Haushalte allen Anforderungen an eine nachhaltige und gesunde Ernährung im Hinblick auf den Verzehr von Lebensmitteln tierischen Ursprungs.

Fazit: Der Anteil der Flexitarier in der Schweiz ist nach wie vor gering, vor allem bei denjenigen, die neben dem Fleisch- und Fischkonsum auch den Verzehr von Milchprodukten und Eiern zusätzlich einschränken, um die planetarischen Gesundheitsziele zu erreichen.

Weitere Informationen zur Studie

Diese Studienergebnisse weichen von anderen Studien zum Teil erheblich ab, zumal die Daten der vorliegenden Studie auf Kassensbondaten von Lebensmitteleinkäufen und nicht auf



Kundenbefragungen basieren. An der Forschungsarbeit beteiligt waren seitens Universität St.Gallen Matthias Eggenschwiler, Ass.-Prof. Dr. Marc Linzmajer, und, seitens Universität Bern und Inselspital Bern Melanie Stoll, Prof. Dr. med. Dr. phil. Lia Bally. Finanziell unterstützt wurde das Projekt von Danone Schweiz AG. Die Autoren tragen die alleinige Verantwortung für die Konzeption der Studie, die Wahl der Forschungsmethode, die Datenerhebung und -analyse. Die detaillierten Studienergebnisse sowie weitere Informationen finden Sie unter:

www.ernaehrungsatlas.ch/downloads

Kontakt für inhaltliche Rückfragen:

[Marc Linzmajer](mailto:Marc.Linzmajer@irm.hsg.ch), Forschungszentrum für Handelsmanagement (IRM-HSG)

+41 71 224 28 54, marc.linzmajer@unisg.ch