

Forschung

# Fleisch hat ein positives Image in der Bevölkerungsgruppe der über 50-Jährigen

Agroscope hat eine Umfrage bei in der Schweiz wohnhaften Personen im Alter über 50 Jahren durchgeführt, um ihr Konsumverhalten und ihre Meinung zu Fleisch und Fleischprodukten abzuklären. Fleisch wird als gute Nährstoffquelle und Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung angesehen. Weniger gut schneiden hingegen Fleischprodukte ab.

Es ist bekannt, dass Fleisch eine wertvolle Quelle für hochwertiges Protein ist. Eine ausreichende Proteinversorgung ist unter anderem notwendig, um die Gesundheit von Muskeln und Knochen aufrechtzuerhalten. Dies ist in allen Altersgruppen wichtig, besonders jedoch für ältere Menschen, denn eine genügende Proteinversorgung trägt zur Verbesserung der Kraft und der physischen Funktionen bei und hilft dadurch, Sarkopenie zu verhindern. Von Sarkopenie spricht man, wenn im Alter die Muskeln abgebaut und durch Fettgewebe ersetzt werden. Hinzu



Die alte Generation weiss es am Besten: Kein Festschmaus ohne Fleisch!

(Bild: fotolia/gpointstudio)

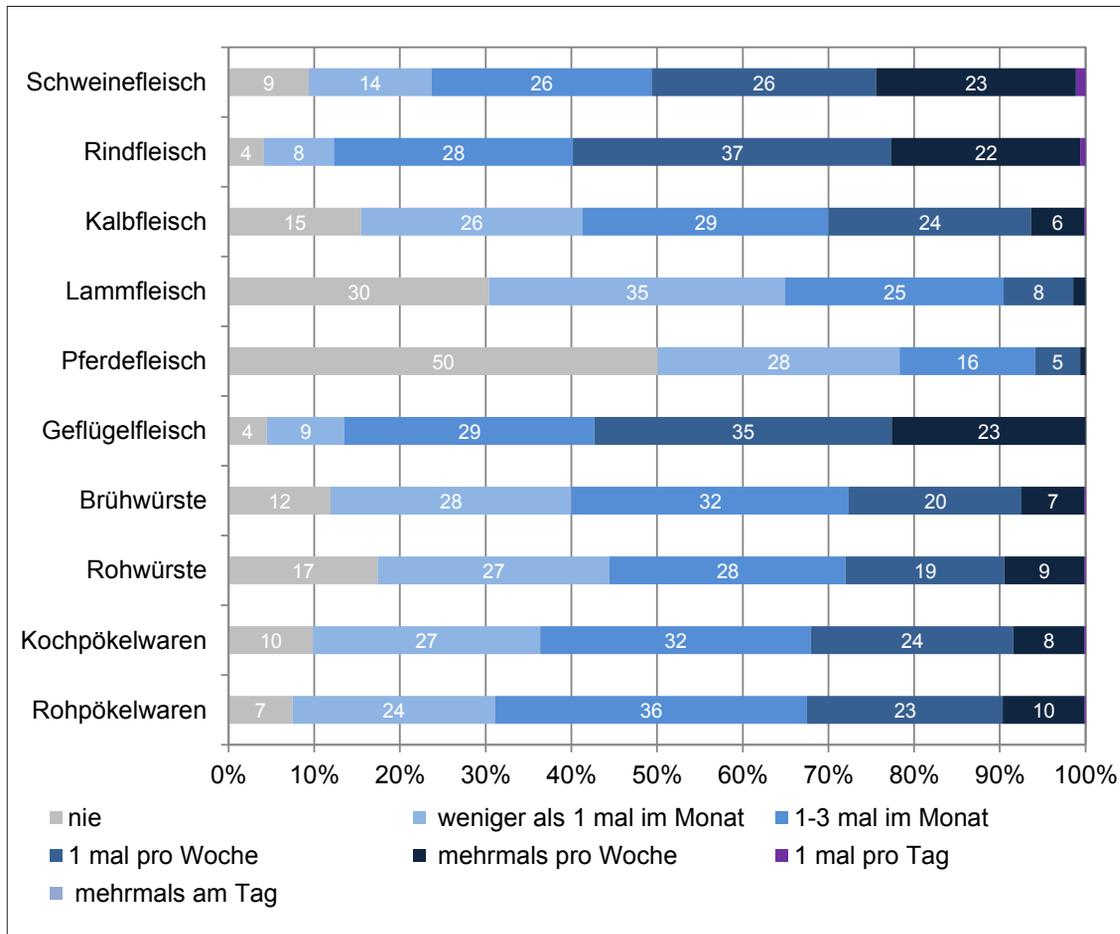


Abbildung 1: Konsumhäufigkeit verschiedener Fleischsorten und Fleischprodukte in Prozent.

(Grafiken: Agroscope)

kommt, dass mit zunehmendem Alter zwar der Energiebedarf zurückgeht, nicht jedoch der Nährstoffbedarf. Als protein- und nährstoffreiches Lebensmittel kommt Fleisch deshalb eine wichtige Rolle in der Ernährung älterer Personen zu. Leider ist in der Schweiz nicht viel darüber bekannt, wie ältere Menschen gegenüber Fleisch und Fleischprodukten eingestellt sind. Agroscope hat deshalb eine Umfrage durchgeführt mit dem Ziel, das Ernährungsverhalten und -wissen von in der Schweiz wohnhaften Personen im Alter von über 50 Jahren abzuklären. Mit Hilfe eines Fragebogens (online oder in Papierform verfügbar) wurden Fragen zu Konsumhäufigkeit und gesundheitlicher Einschätzung verschiedener Lebensmittel tierischer Herkunft gestellt. Neben allgemeinen Fragen lag der Fokus auf Milch und Milchprodukten sowie auf Fleisch und Fleischprodukten. Nachfolgend werden Resultate aus dem das Fleisch betreffenden Teil vorgestellt. Umfassendere Informationen über die Umfrage und ihre Resultate finden sich im «Agroscope Science» Nr. 28/2015, das von der Agroscope-Internetseite heruntergeladen werden kann.

### Teilnehmer der Umfrage

Die Fragebögen von insgesamt 632 Personen aus der Deutschschweiz, der Westschweiz und dem Tessin wurden ausgewertet. Die Geschlechterverteilung der Teilnehmenden war ausgewogen (51,1% Frauen, 48,9% Männer), und das Durchschnittsalter lag bei 62,9 Jahren (50–81 Jahre). Die Befragten essen mehr oder weniger regelmässig Fleisch und Fleischprodukte, ausser 19 Frauen und 14 Männer (insgesamt 5,4% der Umfrageteilnehmer), die sich als Vegetarier oder Veganer deklarierten. Eine Überprüfung ihrer Angaben ergab jedoch, dass nur ein Teil von ihnen, nämlich 12 Personen (1,9%), tatsächlich nie Fleisch konsumiert. Männer essen mehr Fleisch als Frauen, und von beiden Geschlechtern wird am häufigsten Schweinefleisch, Rindfleisch und Geflügel verzehrt. Tessiner konsumieren etwas weniger Fleisch und Fleischprodukte als die Deutsch- und Westschweizer. Abbildung 1 stellt dar, wie häufig die Umfrageteilnehmer die verschiedenen Fleischsorten und Fleischprodukte konsumieren.

### Wieso isst jemand nicht viel Fleisch?

Diejenigen Teilnehmer, die angeben, nie oder eher selten (weniger als einmal pro Woche) Fleisch einer bestimmten Art (rotes Fleisch, Geflügel, Fleischprodukte) zu essen, wurden in der Umfrage gebeten, ihre

**«Fleisch gilt als Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung.»**

Alexandra Schmid, Agroscope

Gründen dafür anzugeben. In einer Liste mit vorgegebenen Aussagen sollten sie ankreuzen, wie stark diese Gründe jeweils zutreffen. Diese Fragen beantworteten 266 Personen (42,1% der Teilnehmer) in Bezug auf Fleischprodukte, 176 Personen (27,8% der Teilnehmer) in Bezug auf rotes Fleisch und 212 Personen (33,5% der Teilnehmer) in Bezug auf Geflügel. Bei allen drei Fleischarten wurde am stärksten bejaht, dass kleine Mengen genügen und Rückstände im Fleisch (z. B. Antibiotika, Hormone, Dioxin) ein Grund für einen geringen Konsum darstellen. Ein geringer Konsum von Fleischprodukten wurde ausserdem von vielen Personen mit Bedenken bezüglich hoher Cholesterin-, Fett- und Salzgehalte begründet. Bei rotem Fleisch stehen hingegen ein hoher Preis und beim Geflügel das Tierwohl sowie ökologische Vorbehalte als Gründe für einen geringen Verzehr heraus.

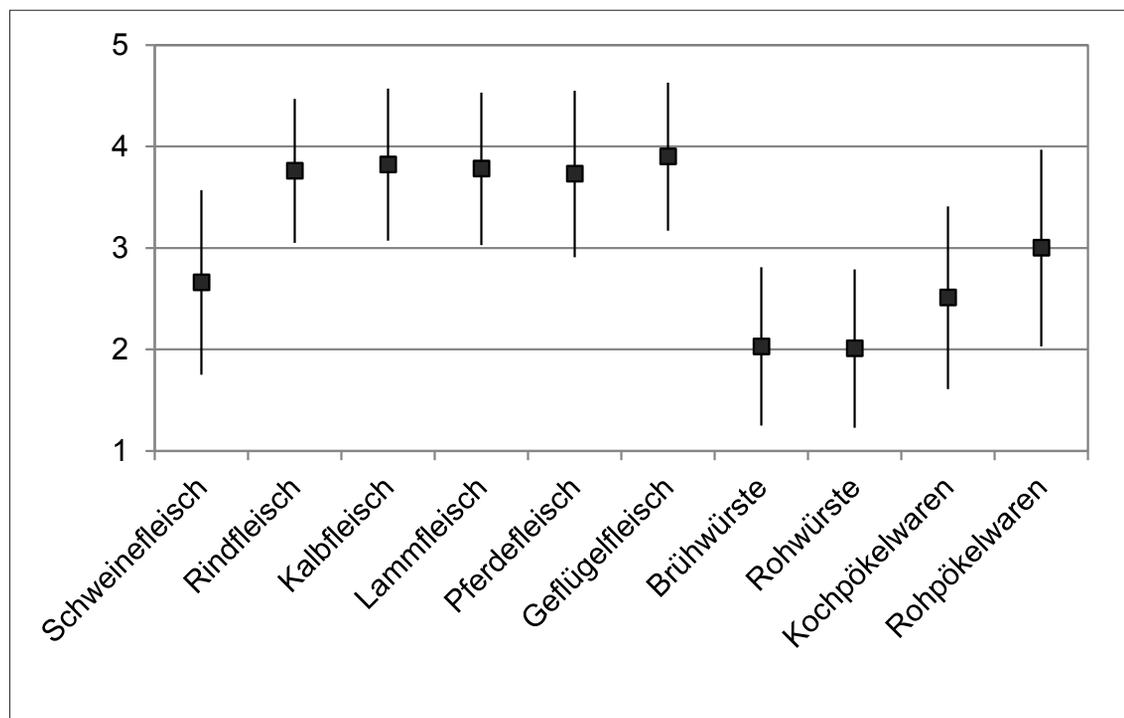


Abbildung 2: Einschätzung der Umfrageteilnehmer, wie «gesund» die verschiedenen Sorten Fleisch und Fleischprodukte sind (Mittelwert  $\pm$  Standardabweichung). 1 = überhaupt nicht gesund, 5 = sehr gesund.

### Welche Kriterien sind wichtig beim Einkauf?

Die Umfrageteilnehmer hatten wiederum die Möglichkeit, bei einer vorgegebenen Liste mit 20 Kriterien anzukreuzen, wie stark sie diese bei ihrer Wahl von Fleisch und Fleischprodukten berücksichtigen. Insgesamt wurde allen vorgegebenen Kriterien Wichtigkeit zugestanden, jedoch in unterschiedlichem Masse. Für über 90% der Umfrageteilnehmer ist das Vertrauen in den Händler ein wichtiges Kaufkriterium. Nicht ganz 90% der Teilnehmer gaben an, dass das Aussehen eines Fleischstücks, die Haltbarkeitsangabe und eine regionale/Schweizer Herkunft beim Fleischkauf wichtig seien. Daraus lässt sich schliessen, dass der Bevölkerungsgruppe der über 50-Jährigen Sicherheit und Qualität wichtig sind in Bezug auf Fleisch.

### Wird Fleisch als gesund angesehen?

Abbildung 2 zeigt auf, als wie «gesund» die verschiedenen Fleischsorten bzw. Fleischprodukte von den Umfrageteilnehmern eingestuft wurden (Mittelwert  $\pm$  Standardabweichung). Frischfleisch wird mit Ausnahme von Schweinefleisch als eher gesund erachtet, Fleischprodukte, hauptsächlich Koch- und Rohwürste, schneiden hingegen deutlich weniger gut ab. Die Erklärung scheint zu sein, dass Fleischprodukte im Gegensatz zu Frischfleisch als cholesterin-, fett- und salzreich angesehen werden. Schweinefleisch wird als fettreicher als andere Fleischsorten eingestuft, was vermutlich zu der tieferen Bewertung führt.

Die Bevölkerungsgruppe der über 50-Jährigen in der Schweiz

bezweifelt mehrheitlich (>60% der Umfrageteilnehmer), dass Fleisch Übergewicht oder Krebs verursacht, ist sich jedoch nicht sicher bezüglich Herz-Kreislauf-Krankheiten. Sie lässt sich von Lebensmittelkandalen in ihrem Kaufverhalten beeinflussen und hält Fleisch für zu teuer. Fleischerzeugnisse werden

ausserdem klar als weniger gesund eingestuft als Frischfleisch. Insgesamt findet die Mehrheit ( $\geq 80\%$ ) der Umfrageteilnehmer, dass Fleisch zu einer ausgewogenen Ernährung dazugehört und eine gute Nährstoffquelle ist. **Alexandra Schmid, Agroscope, Institut für Lebensmittelwissenschaften, Bern**

Vorbeugen lohnt sich: Tragen Sie auf der Piste Helm, Brille, Handschuhe und Rückenschutz und wärmen Sie sich vor dem Losfahren gut auf. So verhindern Sie schlimme und teure Unfälle. Ganz einfach, oder?

**Für alle, die nicht auf den Kopf gefallen sind.**

Branchen Versicherung Schweiz  
Sihlquai 255, Postfach, 8031 Zürich  
Telefon 044 267 61 61  
www.branchenversicherung.ch

Branchen Versicherung  
Assurance des métiers  
Assicurazione dei mestieri

Einfach sicher.