

Ernährung und Arbeit im ersten Lockdown

Die Pandemie hat nicht nur unseren Alltag, sondern auch unser Ernährungsverhalten beeinflusst. Bei welchen Lebensmitteln die Veränderung im Konsum besonders deutlich waren, zeigt eine Untersuchung von Agroscope.



Im Lockdown backten viele Leute ihr Brot selber. (Pixabay)

Im Rahmen einer Umfrage, die zusammen mit dem BLV (Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen) zwischen Juni und Juli 2020 durchgeführt wurde, haben wir untersucht, wie sich die Arbeitssituation und das Ernährungsverhalten in der Schweiz im ersten Lockdown verändert haben. Dazu wurden 1028 Personen aus der ganzen Schweiz befragt.

Deutliche pandemiebedingte Veränderungen gaben die Befragten unter anderem für ihre Arbeitssituation an. Von den Arbeitstätigen gaben 18% an, dass sie ihre Anstellung ganz oder teilweise durch die Pandemie verloren haben. Bei der Frage nach dem Arbeitsort gaben 48% der Arbeitstätigen an, dass sie während des Lockdowns

weiterhin zur Arbeit führen, während 52% teilweise oder komplett von zu Hause gearbeitet haben.

Selber backen liegt im Trend

Auch auf das Ernährungsverhalten hatte die Pandemie grossen Einfluss. Insgesamt 41% der Befragten haben vermehrt zu Hause gekocht. Diese Verschiebung zeigt sich auch an den veränderten Konsummustern. Die Befragten gaben für 13 Lebensmittelkategorien an, ob sich deren Konsum während des ersten Lockdowns verringert, nicht verändert, oder erhöht hat. Die grösste Zunahme konnte im Bereich von selbstgebackenem Brot verzeichnet werden. Insgesamt 43% der Befragten gaben an, mehr davon konsumiert zu haben. Die Zunahme bei selbstgebackenem Brot wurde auch in anderen Studien und Ländern dokumentiert. Das Herstellen von Lebensmitteln und damit die Versorgung des Haushalts mit Essen kann ein Sicherheitsgefühl vermitteln, nach dem sich viele in der Pandemie sehnen. Weitere Zunahmen wurden im Bereich der beiden Kategorien süsse (+ 25%) und salzige Snacks (+ 24%) verzeichnet. Auch hier lässt sich mutmassen, dass dies auf den Effekt von comfort food, also das Essen von bestimmten Lebensmitteln, um sich besser zu fühlen, zurückzuführen ist.

Weniger Fertigmahlzeiten

Zusätzlich konnten aber auch Abnahmen verzeichnet werden. Besonders stark hat mit 28% der Konsum bei frischen Fertigmahlzeiten abgenommen. Gefrorene Fertigmahlzeiten haben mit 24% ebenfalls deutliche Rückgänge verzeichnet. Da die Befragten angaben, generell mehr Zeit fürs Kochen aufgewendet zu haben, kann davon ausgegangen werden, dass vermehrt frische Produkte zubereitet wurden, statt auf verarbeitete Produkte zurückzugreifen.