

Die Ernährungsgewohnheiten der Südtiroler 2006

In den letzten Jahrzehnten hat sich das Verhältnis des Menschen zur Ernährung grundlegend verändert, sowohl qualitativ als auch quantitativ. Besonders in den Industrieländern treten wenig vernünftige Ernährungsgewohnheiten an den Tag, die zu mehr oder weniger schwerwiegenden Krankheiten führen, während in den Entwicklungsländern Unterernährung Leben und Gesundheit beeinträchtigen. Anhand der Daten der Mehrzweckerhebung der Haushalte 2006 können die Ernährungsgewohnheiten der Südtiroler Bevölkerung analysiert werden.

Das Mittagessen bleibt die Hauptmahlzeit der Südtiroler

73,0% der Bevölkerung isst und trinkt etwas zum Frühstück, während 7,7% nicht frühstücken; 13,8% begnügen sich damit, etwas zu trinken. Die Gewohnheit zum Frühstück etwas zu essen und etwas zu trinken nimmt mit steigendem Alter zu: von 61,2% der 14 bis 19-Jährigen, auf 84,0% der über 65-Jährigen.

Für mehr als 80% der Südtiroler ist das Mittagessen die Hauptmahlzeit. Es können aber erhebliche Unterschiede zwischen den Sprachgruppen beobachtet werden: für 84,2% der deutschsprachigen, aber lediglich für 73,4% der italienischsprachigen Bevölkerung stellt das Mittagessen die Hauptmahlzeit dar.

Das Abendessen gilt hingegen bei 9,0% der Deutschen und bei 21,6% der Italiener als Hauptmahlzeit. Der Anteil jener, für die das Abendessen die wichtigste Rolle spielt, steigt bei der erwerbstätigen Bevölkerung (18,8%) und den Studenten (16,4%).

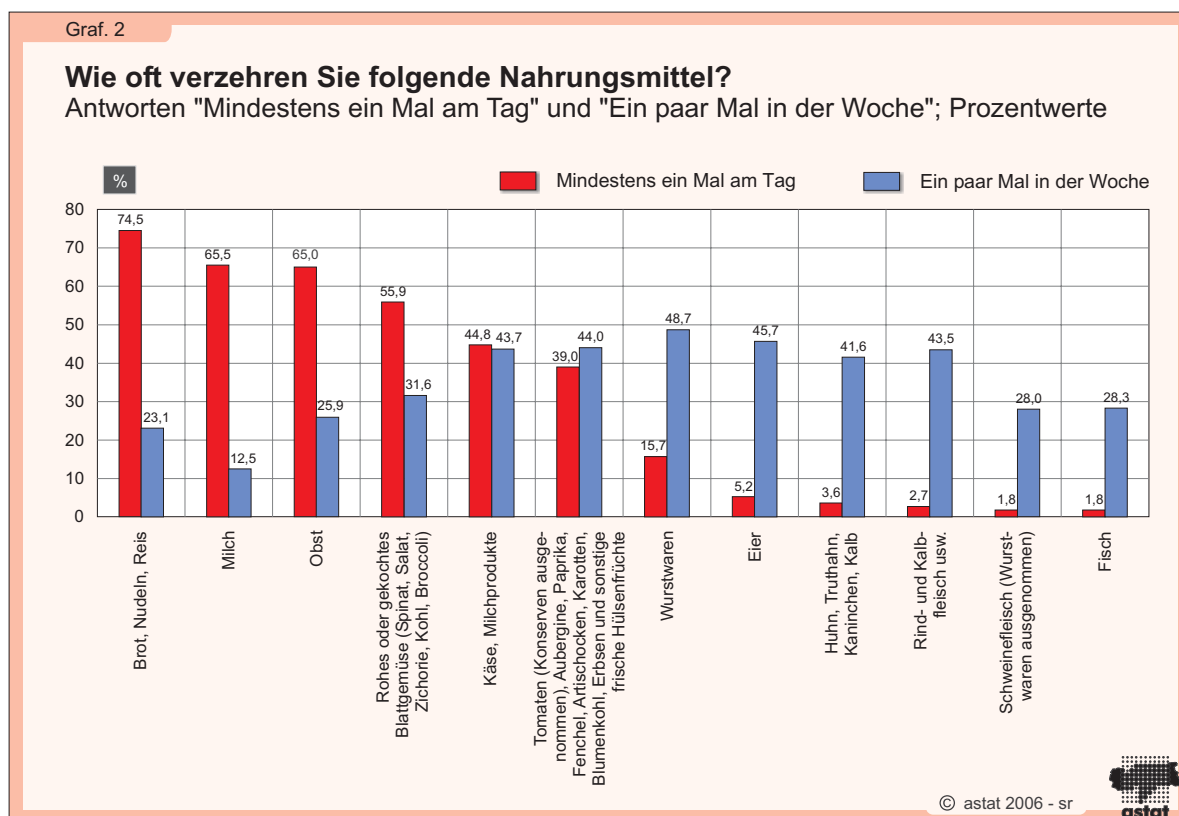
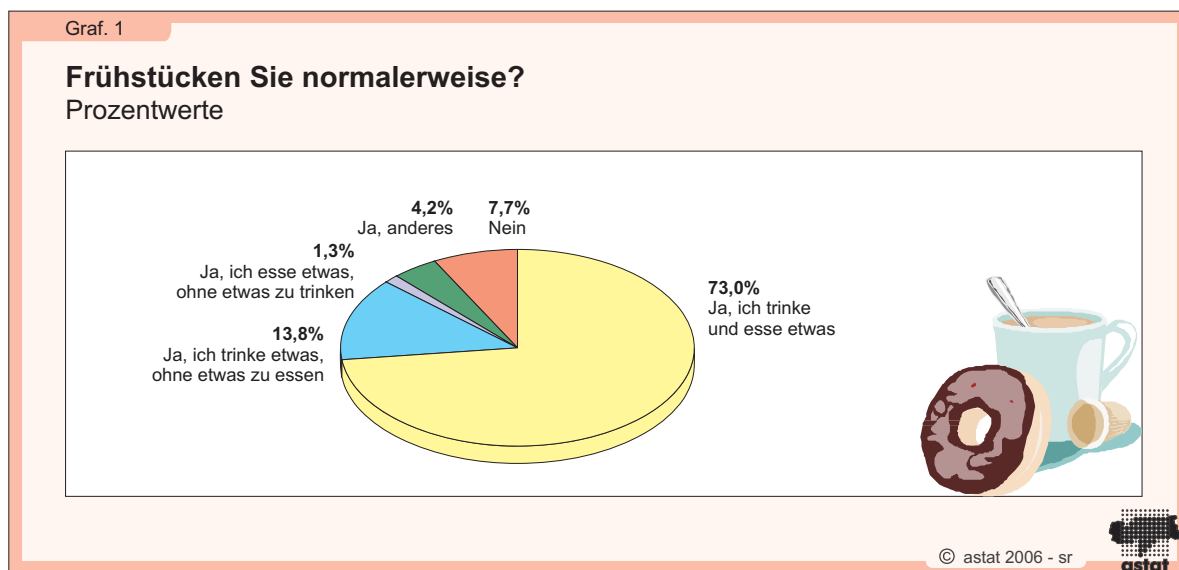
Brot, Nudeln und Reis sind die am häufigsten konsumierten Lebensmittel

Die Ernährung der Südtiroler setzt sich hauptsächlich aus kohlenhydratreichen Lebensmitteln wie Brot, Nudeln und Reis zusammen; 74,5% essen solche mindestens einmal täglich, Italiener (87,3%) häufiger als Deutsche (68,6%). Es folgt der Milchkonsum: 65,5% der Bevölkerung trinkt mindestens einmal am Tag Milch. Auf dem dritten Platz der Rangordnung steht das Obst: 65,0% geben an, jeden Tag Obst zu essen und 24,4% sogar mehrmals am Tag.

Sowohl Rindfleisch als auch weißes Fleisch werden mindestens einmal wöchentlich von etwa 45% der Bevölkerung verspeist und weniger als einmal pro Woche von zirka 47%. Schweinefleisch wird am wenigsten konsumiert: von 29,8% öfter und von 50,4% seltener als ein Mal in der Woche. 19,8% geben an, kein Schweinefleisch zu essen. Fast zwei Drittel konsumieren Wurstwaren mehrmals wöchentlich.

Fisch gehört zu den am seltensten verzehrten Lebensmitteln: 57,1% essen Fisch weniger als einmal in der Woche, 12,8% überhaupt nicht.

Mehr als die Hälfte der Bevölkerung isst mindestens einmal täglich Gemüse und etwas weniger als ein Drittel einige Male in der Woche.



Hinweis für die Redaktionen: Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Dr. Angela Giungoia, Tel. 0471/414048.

Nachdruck, Verwendung von Tabellen und Grafiken, fotomechanische Wiedergabe - auch auszugsweise - nur unter Angabe der Quelle (Herausgeber und Titel) gestattet.