



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV

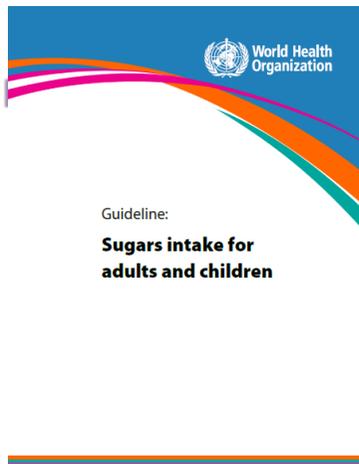
Beitrag der Joghurts und Müesli zum Zuckerkonsum der Schweizer Bevölkerung

Esther Infanger, MNutr
Fachbereich Ernährung, BLV





WHO Zucker Guidelines seit 2002



- WHO recommends a reduced intake of free sugars throughout the lifecourse (*strong recommendation*¹).
- In both adults and children, WHO recommends reducing the intake of free sugars to less than 10% of total energy intake² (*strong recommendation*).
- WHO suggests a further reduction of the intake of free sugars to below 5% of total energy intake (*conditional recommendation*³).

WHO, Sugars intake for adults and children, Guideline, 2015
http://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugars_intake/en/



Free sugars (WHO)

- = monosaccharides and disaccharides added to foods and beverages by the manufacturer, cook or consumer
- = sugars naturally present in honey, syrups, fruit juices and fruit juice concentrates.



Zugesetzter Zucker (BLV)

<https://www.blv.admin.ch/blv/de/home/lebensmittel-und-ernaehrung/ernaehrung/massnahmen-ernaehrungsstrategie/zuckerreduktion.html>



= Saccharose, Fruktose, Glukose, Stärkehydrolysate (Glukosesirup, High-Fructose-Sirup) und andere isolierte Zuckerpräparate, unabhängig davon ob diese als solche verwendet oder während der Zubereitung oder Produktion von Lebensmitteln zugegeben werden.



= Zuckerarten aus Honig, Sirupen, Fruchtsäften und Fruchtsaftkonzentraten



≠ Zuckeralkohole (Polyole) wie Sorbit, Xylit, Mannit und Laktit



= Zuckerarten aus anderen Lebensmitteln mit süssender Wirkung (z.B. Fruchtpulver und –pulpen oder Malzextrakte)



Zuckerkonsum in der Schweiz

- (noch) keine Daten via menuCH
- nur indirekte Informationen via Agrarstatistik



Über uns Medien Themen Publikationen **Statistik** Preise Services Jobs/Karriere Login

<https://www.sbv-usp.ch/de/statistik/statistiken/ernaehrung>

Statistiken

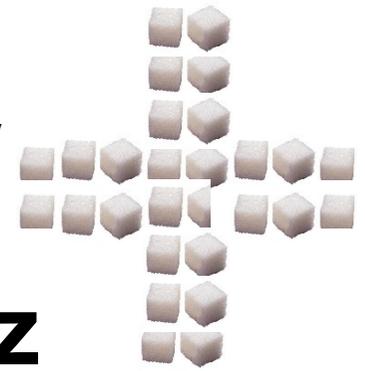
Betriebsverhältnisse
Pflanzenbau
Viehwirtschaft
Produktionsmittel,
Umwelt
Aussenhandel
Ernährung
Preise, Löhne, Zinsen

Home : Statistik : Statistiken : Ernährung

ERNÄHRUNG

Dieser Bereich enthält die Angaben der **Nahrungsmittelbilanz von Agristat**. Ab 2007 werden die Daten mit der neuen Methode NMB08 berechnet. Dies muss bei der Interpretation der Zeitreihen beachtet werden. Zudem werden einige Statistiken aus anderen Quellen präsentiert.

→ **Kapitel 6 der Publikation SES: Ernährung (pdf)**



Zuckerkonsum in der Schweiz

6.5 Nahrungsmittelverbrauch pro Kopf Consommation de denrées alimentaires par habitant

Geschätzte mittlere ortsanwesende Bevölkerung der Schweiz siehe Tabelle 11.3
Population moyenne présente de la Suisse voir tableau 11.3

Nahrungsmittel	kJ pro Kopf und Tag – kJ par habitant et jour				kg pro Kopf und Jahr		kg par habitant et année		Denrées alimentaires
	2012	2013	2014	2015*	2012	2013	2014	2015*	
Zucker	1 722	1 909	1 793	1 814	37.5	41.6	39.0	39.5	Sucres
Saccharose	1 364	1 528	1 428	1 435	29.7	33.3	31.1	31.3	Saccharose
Andere Zucker	331	348	344	347	7.1	7.5	7.4	7.5	Autres sucres
Zuckeraustauschstoffe	-13	-16	-19	-19	-0.5	-0.6	-0.7	-0.7	Alditols
Honig	41	49	40	50	1.2	1.4	1.1	1.4	Miel

40.2 kg Zucker pro Kopf und Jahr = 110 g pro Kopf und Tag



Zuckerkonsum in der Schweiz

6.5 Nahrungsmittelverbrauch pro Kopf Consommation de denrées alimentaires par habitant

Schluss
Fin

Geschätzte mittlere ortsanwesende Bevölkerung der Schweiz siehe Tabelle 11.3
Population moyenne présente de la Suisse voir tableau 11.3

Nahrungsmittel	kJ pro Kopf und Tag → kJ par habitant et jour				kg pro Kopf und Jahr ~ kg par habitant et année				Denrées alimentaires
	2012	2013	2014	2015*	2012	2013	2014	2015*	
Gewürze	24	19	21	21	0.8	0.6	0.7	0.7	Epices
Alkoholhaltige Getränke	652	645	631	625	95.7	95.1	93.8	92.9	Boissons alcoolisées
Wein	301	305	295	291	35.4	35.8	34.6	34.2	Vin
Bier	277	274	274	270	57.7	57.0	56.9	56.4	Bière
Branntweine 40% vol.	64	58	53	55	2.3	2.1	1.9	2.0	Eaux-de-vie 40% vol.
Sonstige Spirituosen 100% vol.	10	9	9	9	0.4	0.3	0.3	0.3	Autres spiritueux 100% vol.
Total Nahrungsmittel	12 769	13 178	12 903	12 927	870.0	879.5	857.1	865.3	Denrées alimentaires, total

Agristat

Agristat

Verbrauch: 12'302 kJ (= 2929 kcal) pro Kopf und Tag

Geschätzter Verzehr (abzgl. 10%): 2636 kcal pro Kopf und Tag



Zuckerkonsum in der Schweiz

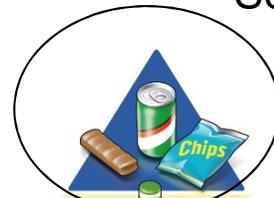
110 g pro Person und Tag
(27.5 Stück Würfelzucker à 4 g)

= 17% der Energiezufuhr



In welchen Lebensmitteln versteckt sich der Zucker?

Schokolade, Kuchen, Biscuits,
Glace, Brotaufstriche,
Süssgetränke,....



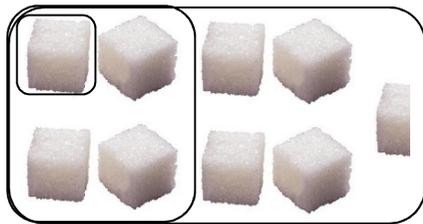
Saucen,
Fertigprodukte,...



Joghurt: Milchprodukt oder Dessert?



180g Joghurt à durchschnittlich 9g (2.3-18.4g) zug. Zucker



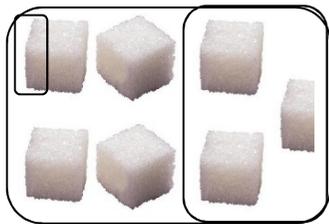
16.2g (4.1-33.1g) zugesetzter Zucker pro Becher



Müesli: Getreideprodukt oder Süssigkeit?



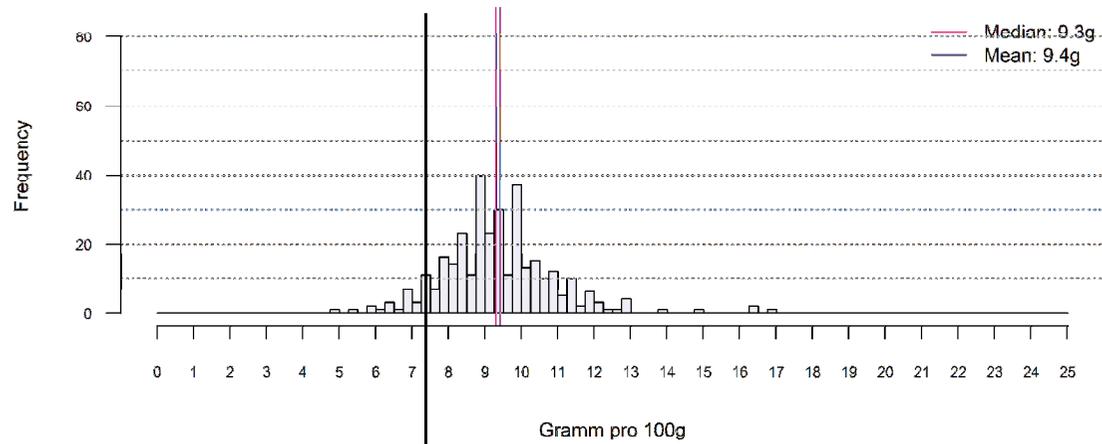
60g Müesli à durchschnittlich 16.3g (1.6-43g) zug. Zucker



9.8g (1-26g) zugesetzter Zucker pro Portion

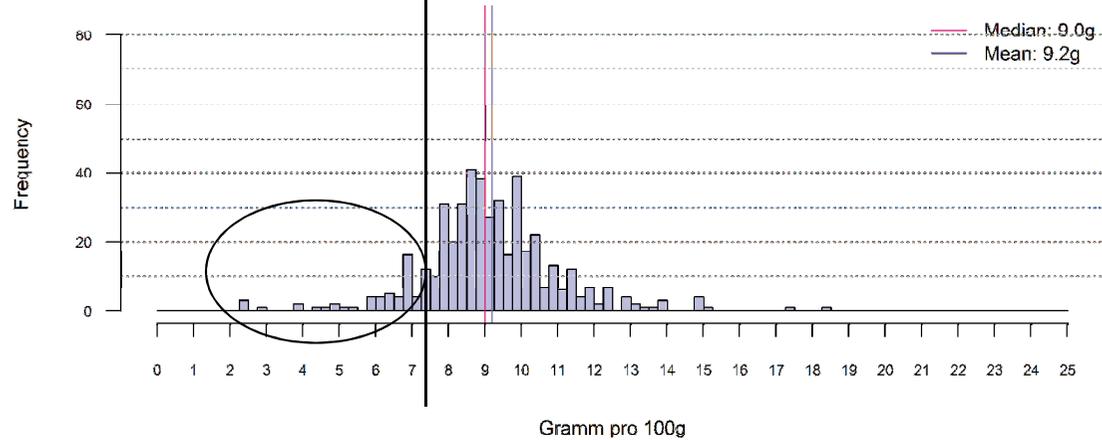


Joghurt 2016: Zucker zugesetzt



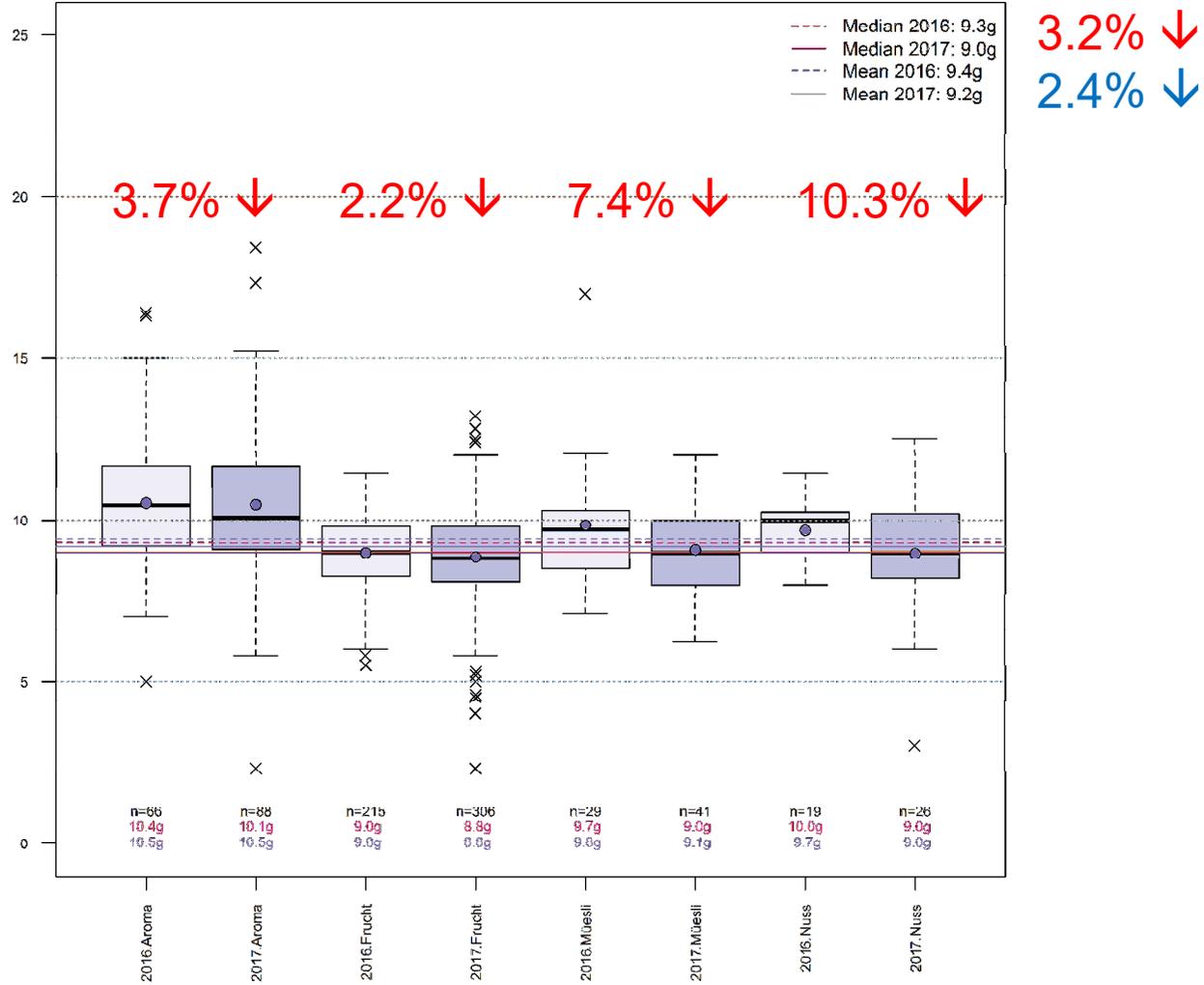
3.2% ↓
2.4% ↓

Joghurt 2017: Zucker zugesetzt





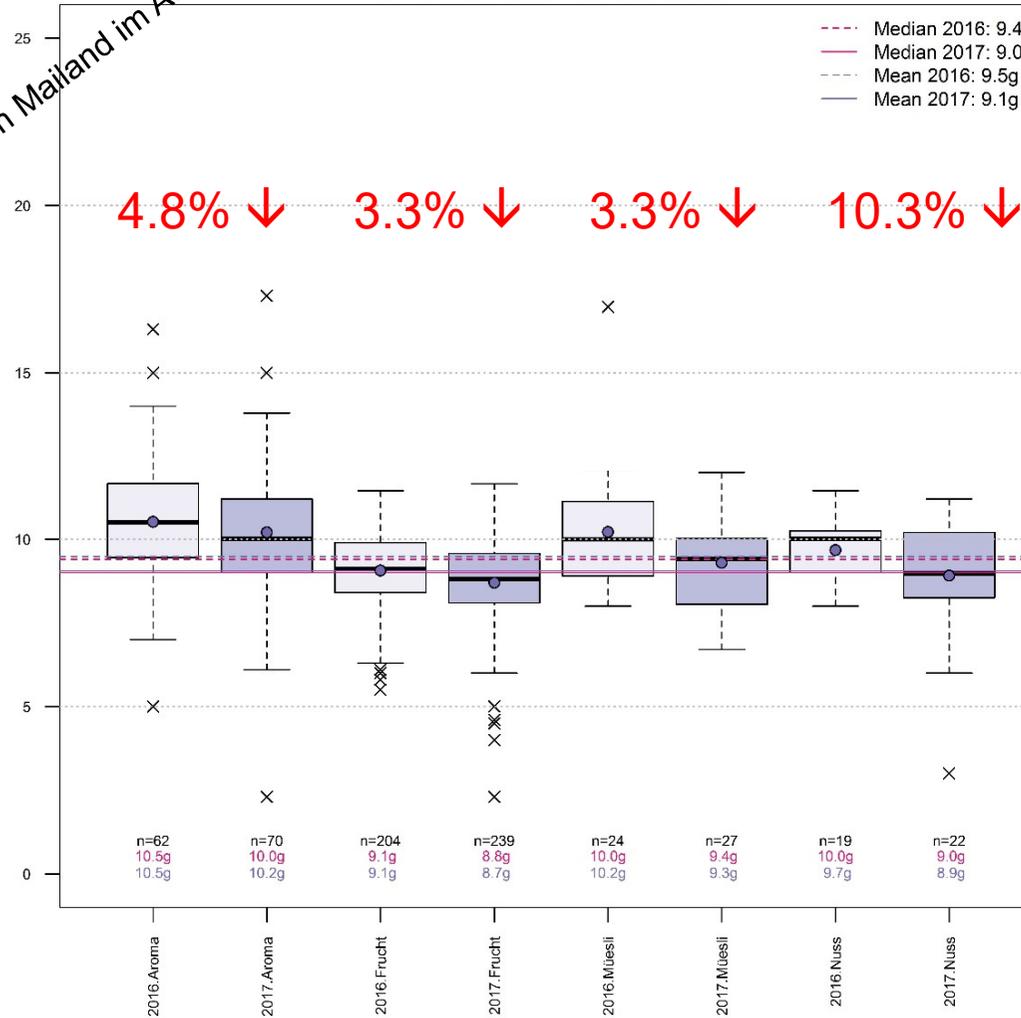
Joghurt: Zucker zugesetzt in g/100g
Nach Jahr und Produktkategorie





Joghurt*: Zucker zugesetzt in g/100g

Nach Jahr und Produktkategorie

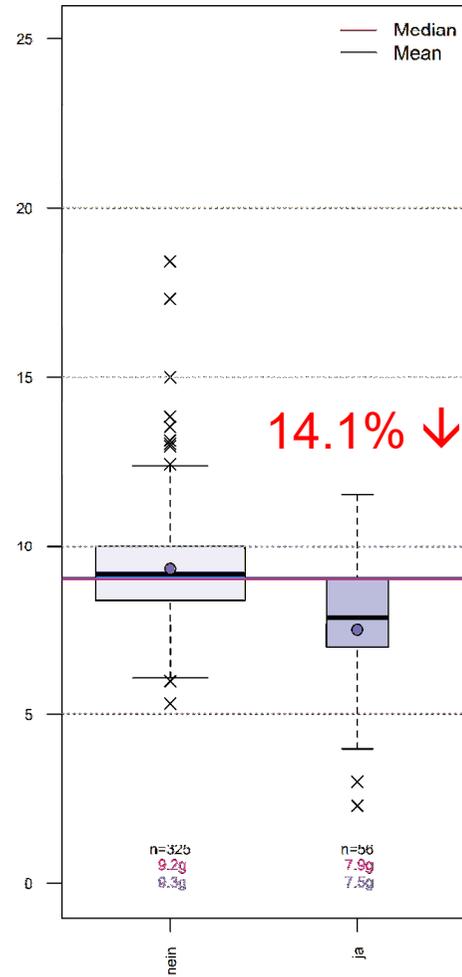


4.3% ↓
4.5% ↓

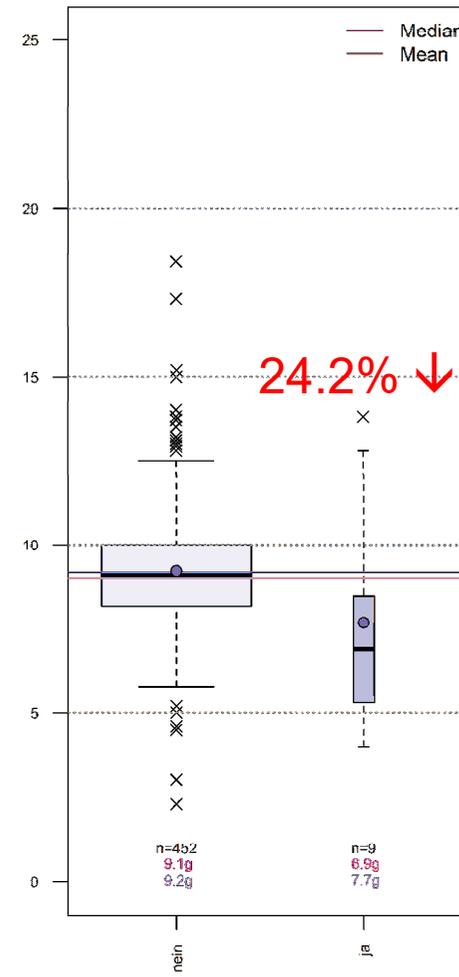
Nur Unternehmen, die die Erklärung von Mailand im August 2015 unterzeichnet haben



Joghurt: Zucker zugesetzt in g/100g
Ist das Produkt eine Neueinführung?

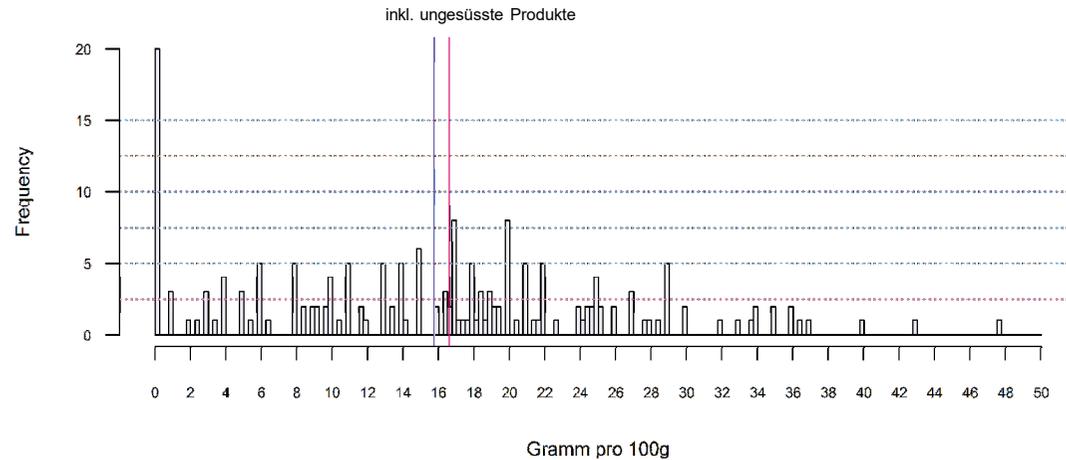


Joghurt: Zucker zugesetzt in g/100g
Ist das Produkt an Kinder gerichtet?





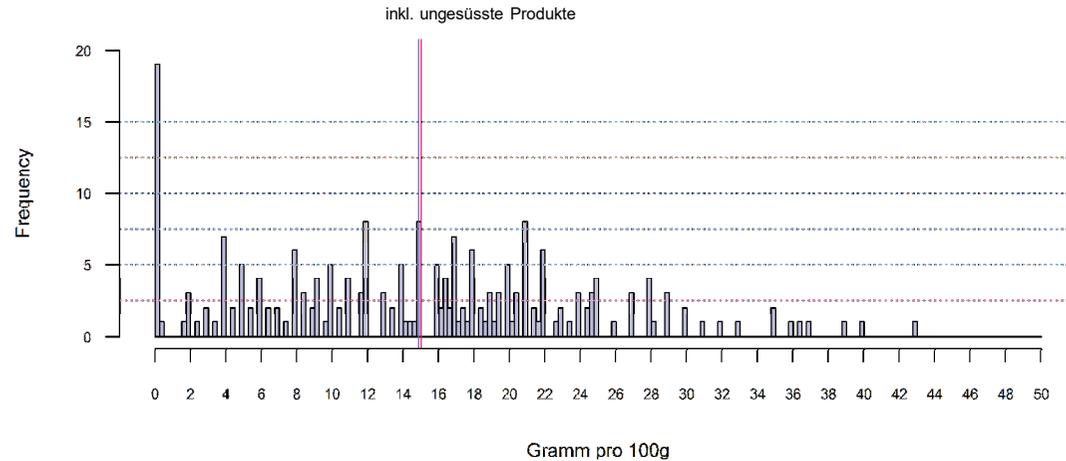
Cerealien 2016: Zucker zugesetzt



5.2% ↓
7.3% ↓

nur gesüsste Produkte:
- - - Median 2016: 17.2g
- - - Median 2017: 16.3g
- - - Mean 2016: 17.6g
- - - Mean 2017: 16.3g

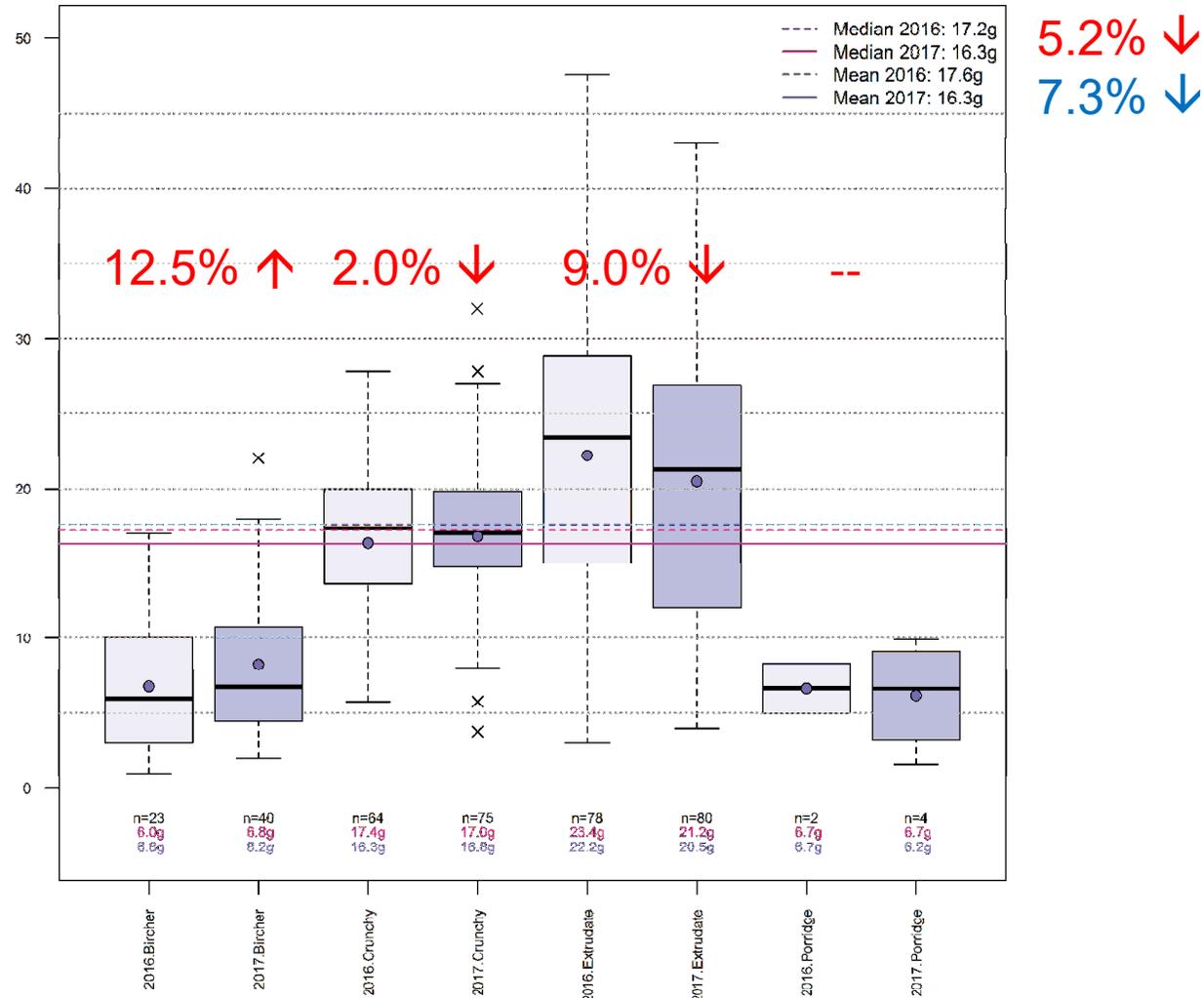
Cerealien 2017: Zucker zugesetzt





Cerealien Gesüsst: Zucker zugesetzt in g/100g

Nach Jahr und Produktkategorie

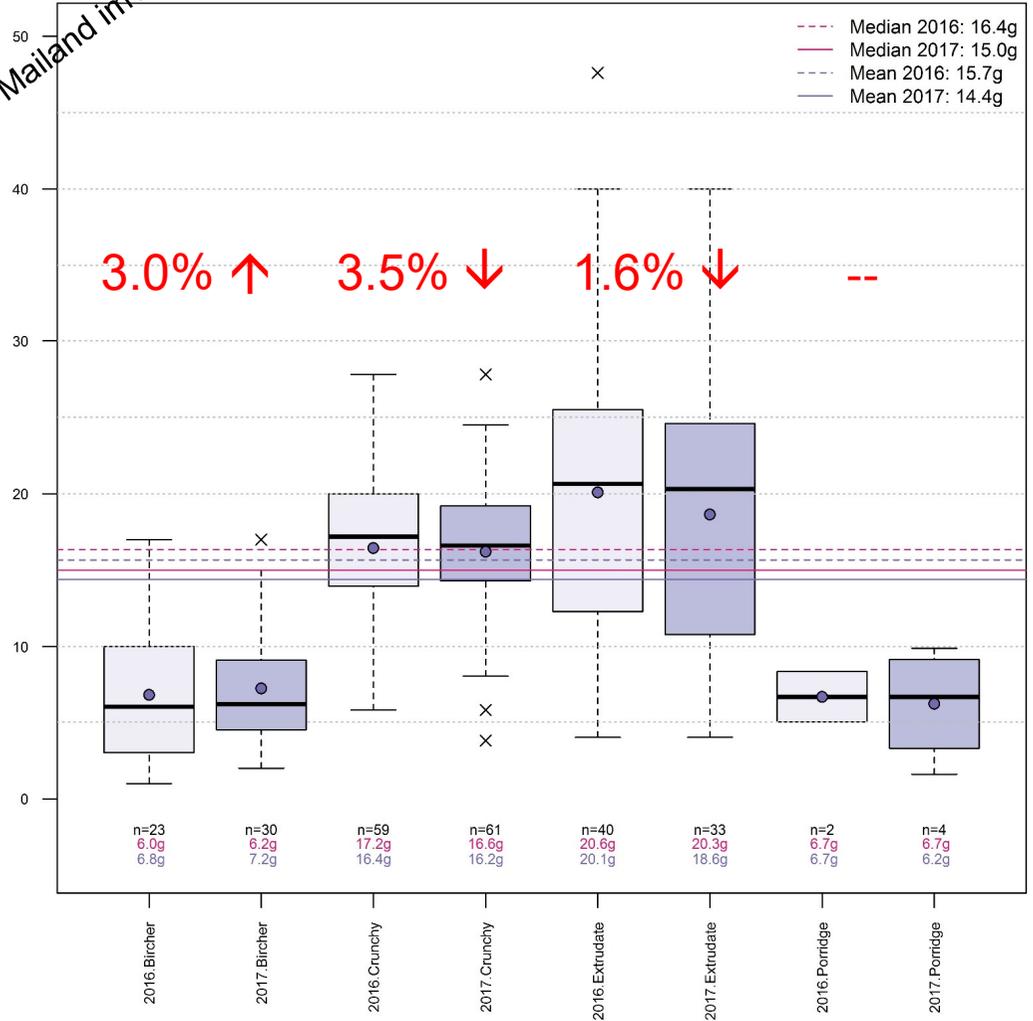




Nur Unternehmen, die die Erklärung von Mailand im August 2015 unterzeichnet haben

Cerealien* Gesüsst: Zucker zugesetzt in g/100g

Nach Jahr und Produktkategorie



3.0% ↑

3.5% ↓

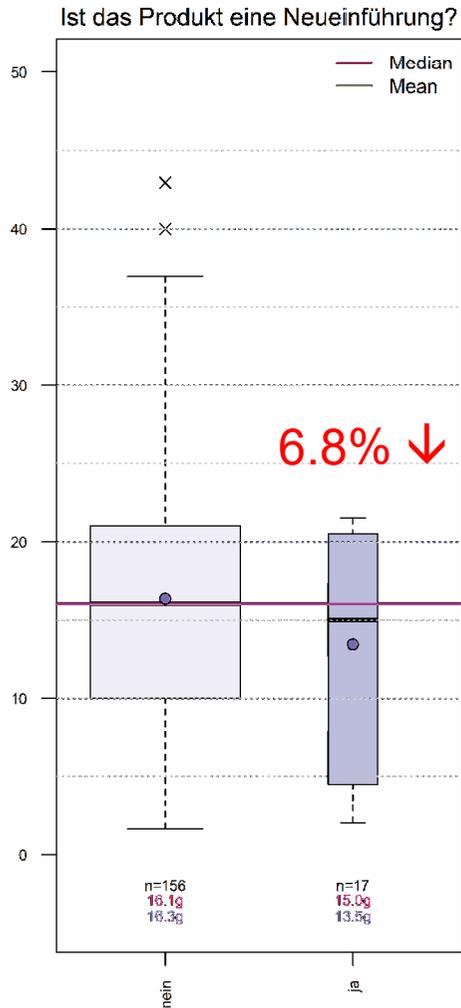
1.6% ↓

--

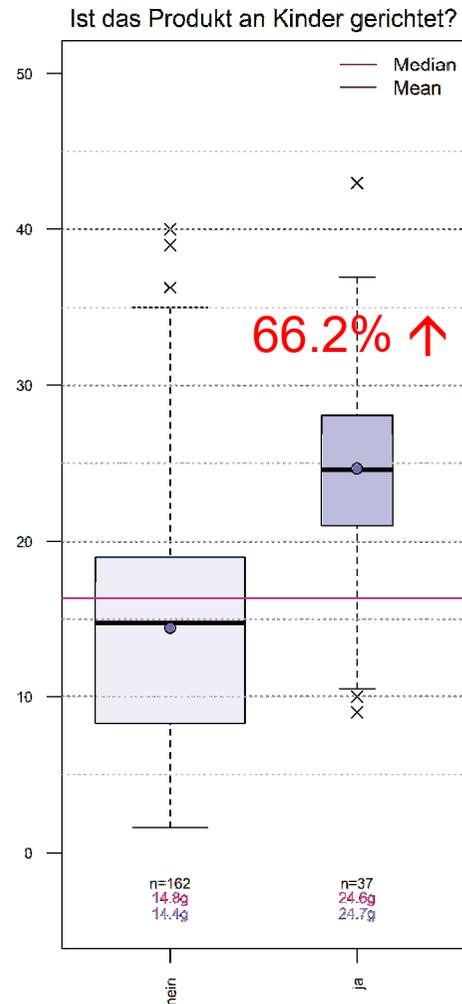
8.2% ↓
8.0% ↓



Cerealien Gesüsst: Zucker zugesetzt in g/100g

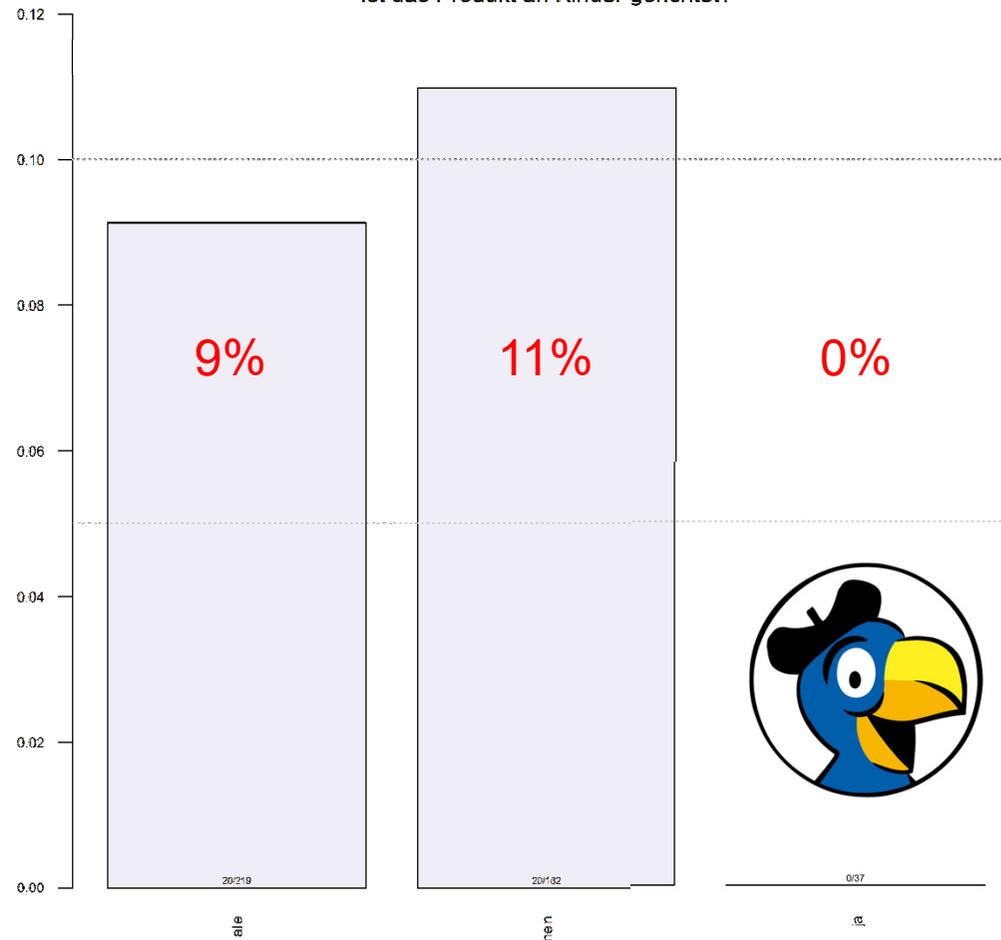


Cerealien Gesüsst: Zucker zugesetzt in g/100g





Anteil ungesüsste Produkte Ist das Produkt an Kinder gerichtet?





Wie weiter?

- Weitere Reduktion bis Ende 2018: Joghurts 2.5% ↓, Cerealien 5% ↓
- Erweiterung auf weitere Lebensmittelkategorien
- Festlegung von weiteren Zielwerten
- Forschungsprojekte zur «stillen» Zuckerreduktion
- Jährliches Monitoring
- Regelmässiger Austausch mit Nachbarländern und EU



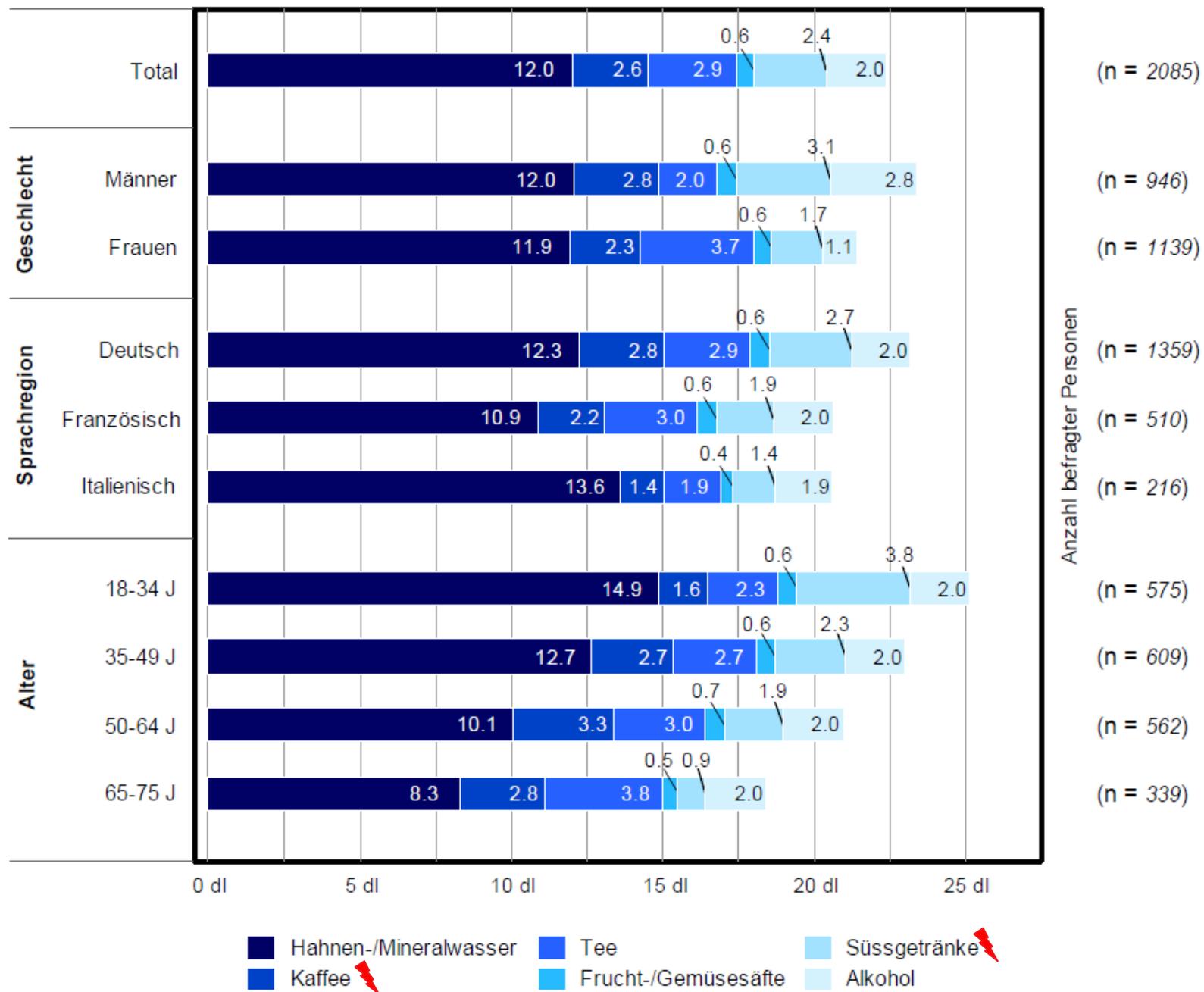


Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

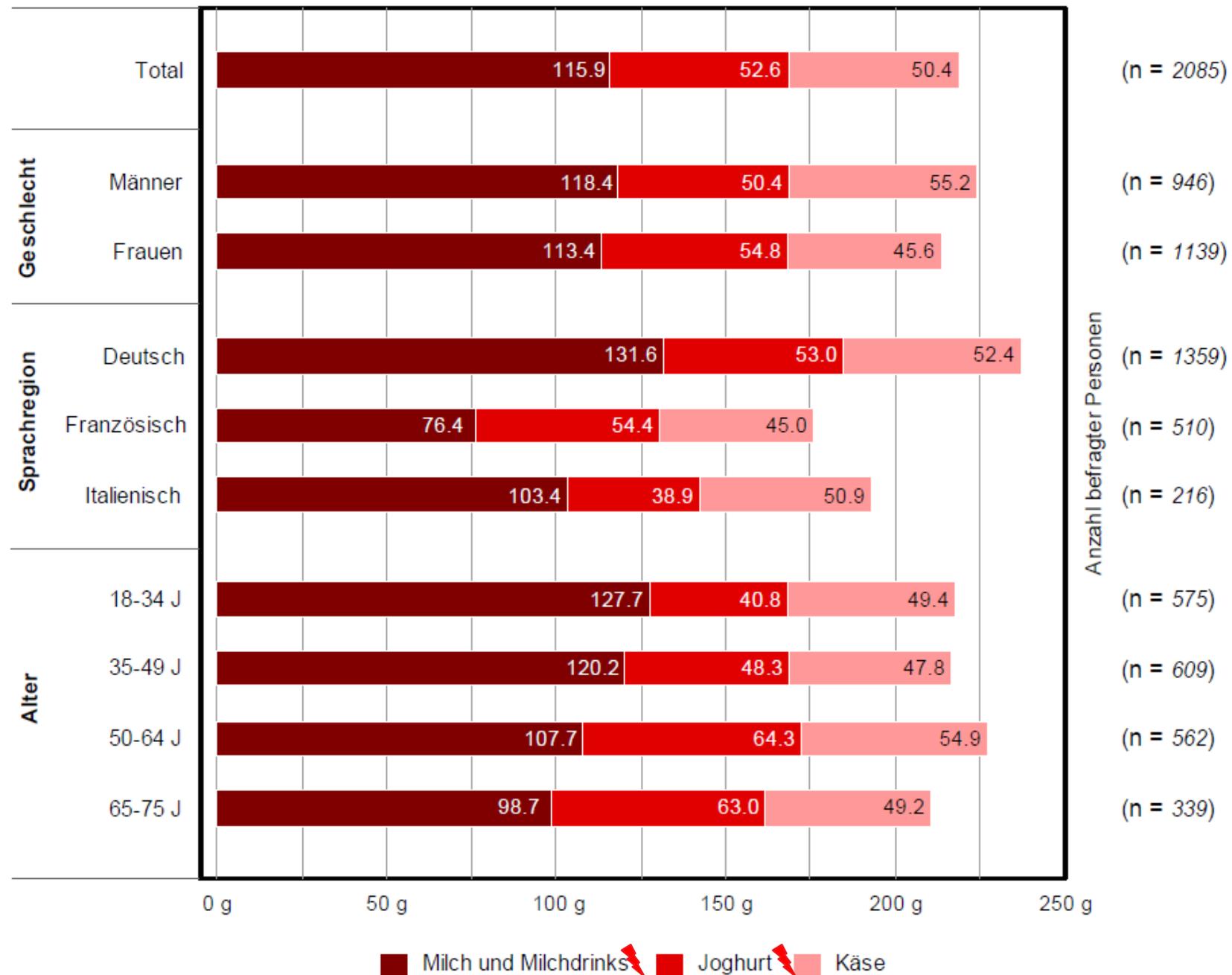
Eidgenössisches Departement des Innern EDI
Bundesamt für Lebensmittelsicherheit und Veterinärwesen BLV

Reserve-Folien

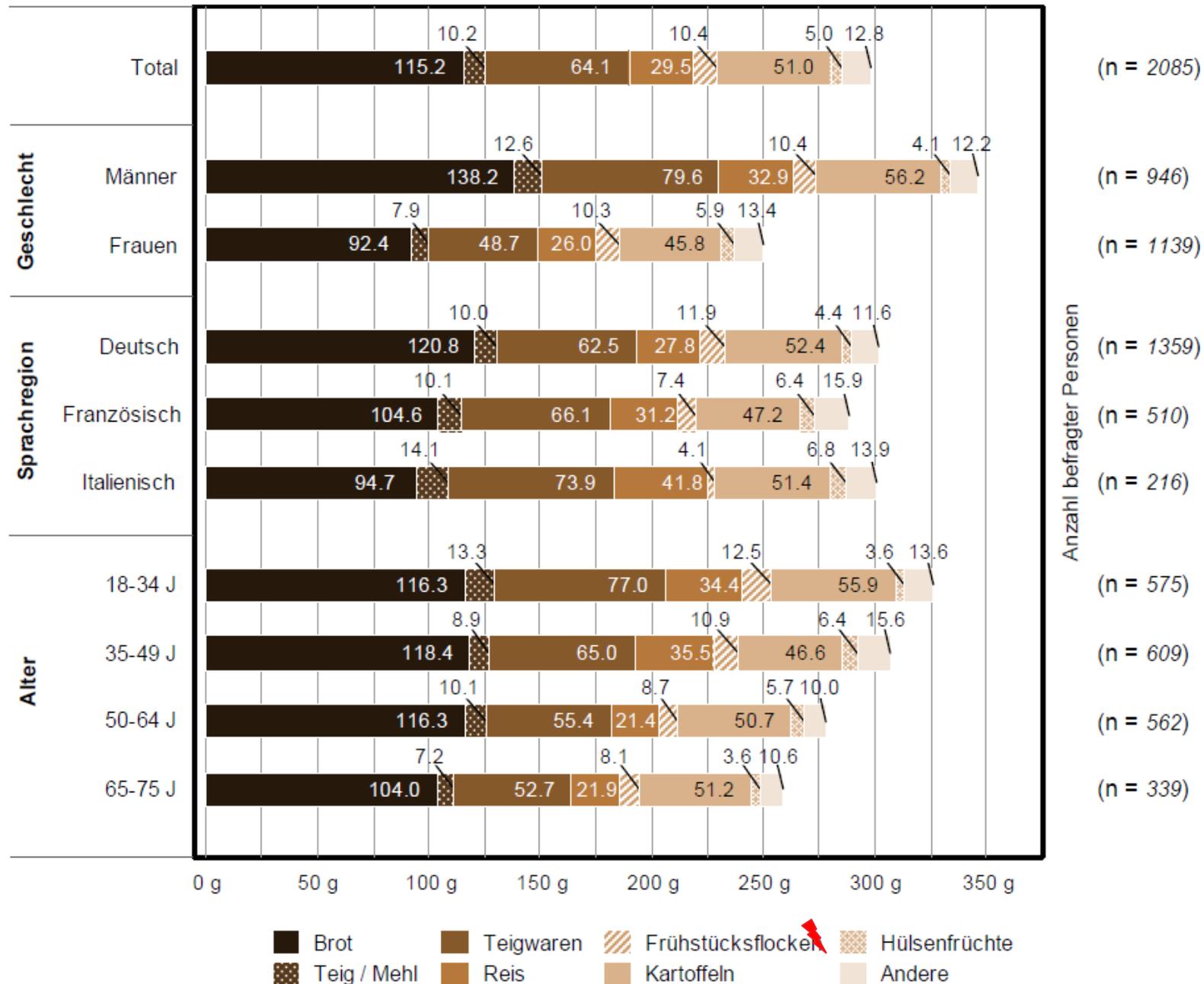
GETRÄNKEKONSUM DER ERWACHSENEN BEVÖLKERUNG IN DER SCHWEIZ (IN DEZILITER PRO PERSON UND PRO TAG)



MILCH- UND MILCHPRODUKTEKONSUM DER ERWACHSENEN BEVÖLKERUNG IN DER SCHWEIZ (IN GRAMM PRO PERSON UND PRO TAG)



GETREIDEPRODUKTE-, KARTOFFEL- UND HÜLSENFRÜCHTEKONSUM DER ERWACHSENEN BEVÖLKERUNG IN DER SCHWEIZ (IN GRAMM PRO PERSON UND PRO TAG)



KONSUM VON SÜSSEM UND SALZIGEM DER ERWACHSENEN BEVÖLKERUNG IN DER SCHWEIZ (IN GRAMM PRO PERSON UND PRO TAG)

