

Leben in Nürnberg 2015

04.04.2017 | S253

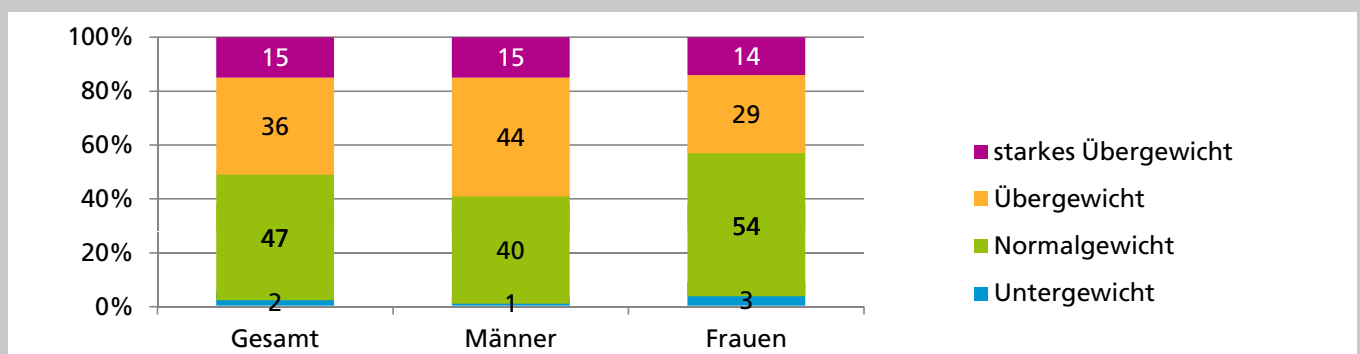
Gewichtsprobleme in Nürnberg

Ergebnisse der Wohnungs- und Haushaltserhebung 2015

Schlank zu sein ist das gängige Schönheitsideal. Doch in allen europäischen Ländern steigt die Zahl übergewichtiger Menschen und wird in den nächsten Jahren nach Untersuchungen der Weltgesundheitsorganisation WHO weiter zunehmen. Dabei sind Männer etwas stärker betroffen als Frauen. Zum Frühlingsanfang, wenn viele Leute gute Vorsätze fassen, wie z.B. abzunehmen und mehr Sport zu treiben, ist ein guter Zeitpunkt für einen Blick auf den Gewichtsstand der Nürnbergerinnen und Nürnberger.

In der Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg 2015* wurde nach dem Körpergewicht, der Körpergröße und weiteren Gesundheitsthemen gefragt. Einen ersten Hinweis auf Übergewicht gibt der Body-Mass-Index, der aus Körpergröße und Gewicht berechnet wird (vgl. Infokasten). Laut Definition der WHO gelten Personen als übergewichtig, die einen Body-Mass-Index von über 25 haben. Steigt der Body-Mass-Index auf über 30, spricht man von starkem Übergewicht oder Adipositas.

Abb. 1: Gewichtsverteilung nach Geschlecht, in Prozent



Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth
Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg 2015*

Body-Mass-Index

Der Body-Mass-Index (BMI) ergibt sich aus dem Verhältnis von Körpergewicht zur Körpergröße im Quadrat

Formel: BMI = Gewicht in kg / Größe in m²

Demnach liegt der BMI eines Menschen mit einem Körpergewicht von 75 kg und einer Körpergröße von 1,80 m bei 23,1 kg/m² [Berechnung: 75 kg / (1,80 m x 1,80 m)].

Dabei gilt der BMI als ein grober Richtwert, da weder Statur, noch die individuelle Zusammensetzung des Körpergewichts (aus Fett- und Muskelgewebe) berücksichtigt werden. Während bei einem normalgewichtigen Menschen der BMI-Wert im Bereich von 18,5 bis 24,9 kg/m² liegt, spricht man bei einem BMI über 30 kg/m² von gesundheitsgefährdender Adipositas.

BMI-Einteilung laut Weltgesundheitsorganisation WHO:

- **Untergewicht weniger als 18,5 kg/m²**
- **Normalgewicht: 18,5 bis 24,9 kg/m²**
- **Übergewicht: 25 bis 29,9 kg/m²**
- **starkes Übergewicht Grad I: 30 bis 34,5 kg/m²**
- **starkes Übergewicht Grad II: 35 bis 39,9 kg/m²**
- **starkes Übergewicht Grad III: 40 kg/m² und mehr**

Zur genaueren Beurteilung spielen weitere Faktoren bei der Einteilung der Gewichtsgebiete eine Rolle, da sich der Körperbau und die Anteile von Fett und Muskelmasse am Körpergewicht im Durchschnitt nach Geschlecht und Alter unterscheiden. Männer beispielsweise haben im Durchschnitt einen höheren Anteil an Muskeln als Frauen. Mit zunehmendem Alter darf der BMI auch etwas höher sein. Damit die Daten deutschlandweit vergleichbar sind, werden Geschlecht und Alter bei der Analyse der Nürnberger Umfrageergebnisse jedoch zunächst nicht berücksichtigt.

Aktuell hat jeder zweite Nürnberger Erwachsene (51 %) heute leichtes oder starkes Übergewicht (vgl. **Abb. 1**). Männer sind dabei häufiger zu dick (59 %) als Frauen (43 %). Darunter sind 15 % der Nürnberger Bevölkerung stark übergewichtig, wobei sich die Geschlechter hier nicht unterscheiden. 47 % der Befragten insgesamt liegen mit ihrem Gewicht im normalen Bereich, der Anteil ist unter den Nürnbergerinnen mit 54 % deutlich höher als bei den männlichen Nürnbergern (40 %). Der Anteil Untergewichtiger beträgt insgesamt nur 2 %.

Deutschlandweit sind 52 % der erwachsenen Bevölkerung übergewichtig, wobei dies auf deutlich mehr Männer (62 %) als Frauen (43 %) zutrifft (Quelle: Statistisches Bundesamt, Ergebnisse der Mikrozensus-Zusatzbefragung 2013). Der Anteil übergewichtiger Personen ist im Vergleich zu 1999 (insgesamt 48 %; Männer 56 %; Frauen 40 %) deutlich gestiegen.

Die Nürnberger Bevölkerung weicht insgesamt nur wenig vom bundesweiten und bayerischen Durchschnitt ab. Die Nürnbergerinnen liegen im Durchschnitt mit einer Körpergröße von 1,65 m und einem Körpergewicht von 68,5 kg bei einem BMI von 25,1 und damit knapp im Bereich des Übergewichts. Die Männer sind im Durchschnitt 1,78 m groß und wiegen 83,7 kg. Ihr durchschnittlicher BMI von 26,4 erreicht somit ebenfalls den Bereich des Übergewichts (vgl. **Tab. 1**).

Im Jahr 2006 wurden in Nürnberg bereits einmal Daten zu Größe und Gewicht erhoben. Im Vergleich dazu hat sich die Durchschnittsgröße der Befragten kaum geändert, doch das durchschnittliche Körpergewicht ist sowohl bei den Männern (+ 1,6 kg) als auch bei den Frauen (+ 0,9 kg) gestiegen.

Tab. 1: Durchschnittliche Körpergröße, Gewicht und BMI im Vergleich zu Bayern und Deutschland

	Männer			Frauen		
	Ø Körpergröße (m)	Ø Körpergewicht (kg)	Ø Body-Mass-Index (kg/m ²)	Ø Körpergröße (m)	Ø Körpergewicht (kg)	Ø Body-Mass-Index (kg/m ²)
Deutschland *)	1,78	84,4	26,5	1,65	68,4	25,0
Bayern *)	1,78	83,7	26,4	1,65	67,3	24,7
Nürnberg 2015**	1,78	83,7	26,4	1,65	68,5	25,1
Nürnberg 2006***	1,78	82,1	26,1	1,64	67,6	25,0

Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth

* Quelle: Statistisches Bundesamt (2013): Mikrozensus – Fragen zur Gesundheit, Körpermaße der Bevölkerung

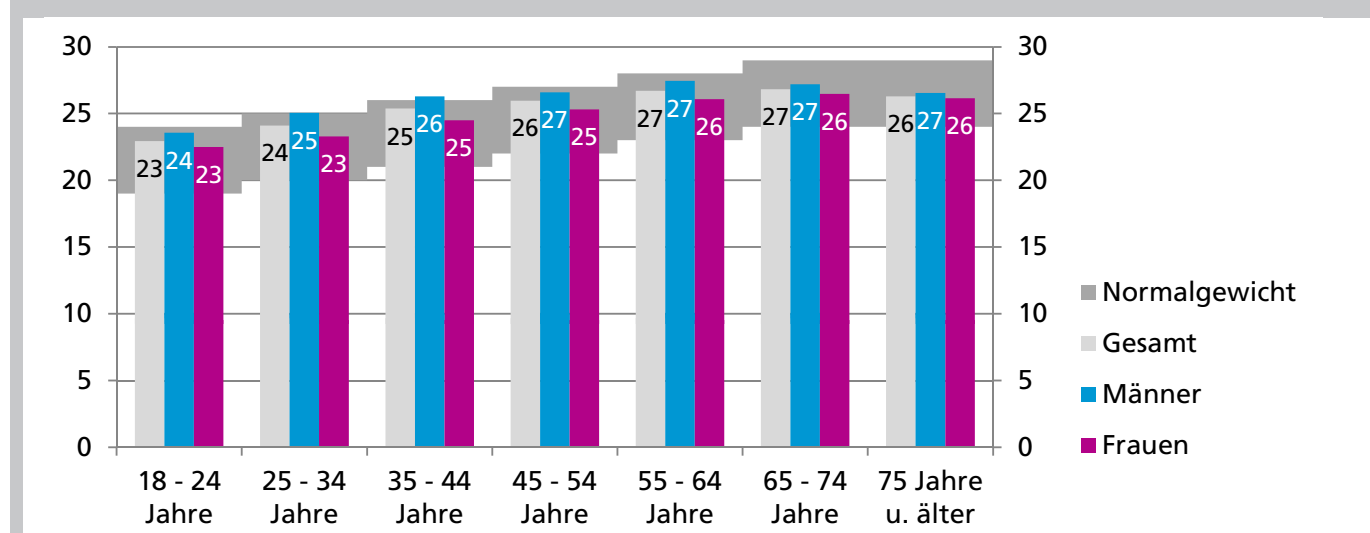
** Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg* 2015

*** Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg* 2006, M349

Eine differenzierte Betrachtung nach Altersgruppen (vgl. **Abb. 2**) zeigt, dass die durchschnittlichen BMI-Werte in den jüngeren Altersgruppen bis 44 Jahre etwas niedriger als im Gesamtdurchschnitt ausfallen. Ab 45 Jahren bis 75 Jahre und älter unterscheiden sich die Altersgruppen kaum. In allen Altersgruppen weisen allerdings die Männer einen durchschnittlich leicht höheren BMI-Wert auf als die Frauen.

Für die grafische Darstellung wurde zusätzlich der Normalbereich des BMI altersgruppenspezifisch, d. h. mit zunehmendem Alter ansteigend, grau hinterlegt. Somit befinden sich die durchschnittlichen BMI-Werte der älteren Befragten ab 55 Jahren, auch wenn sie den allgemeinen Grenzwert von 25 übersteigen, noch im Bereich des jeweils altersspezifischen Normalgewichts.

Abb. 2: BMI-Mittelwerte nach Alter und Geschlecht

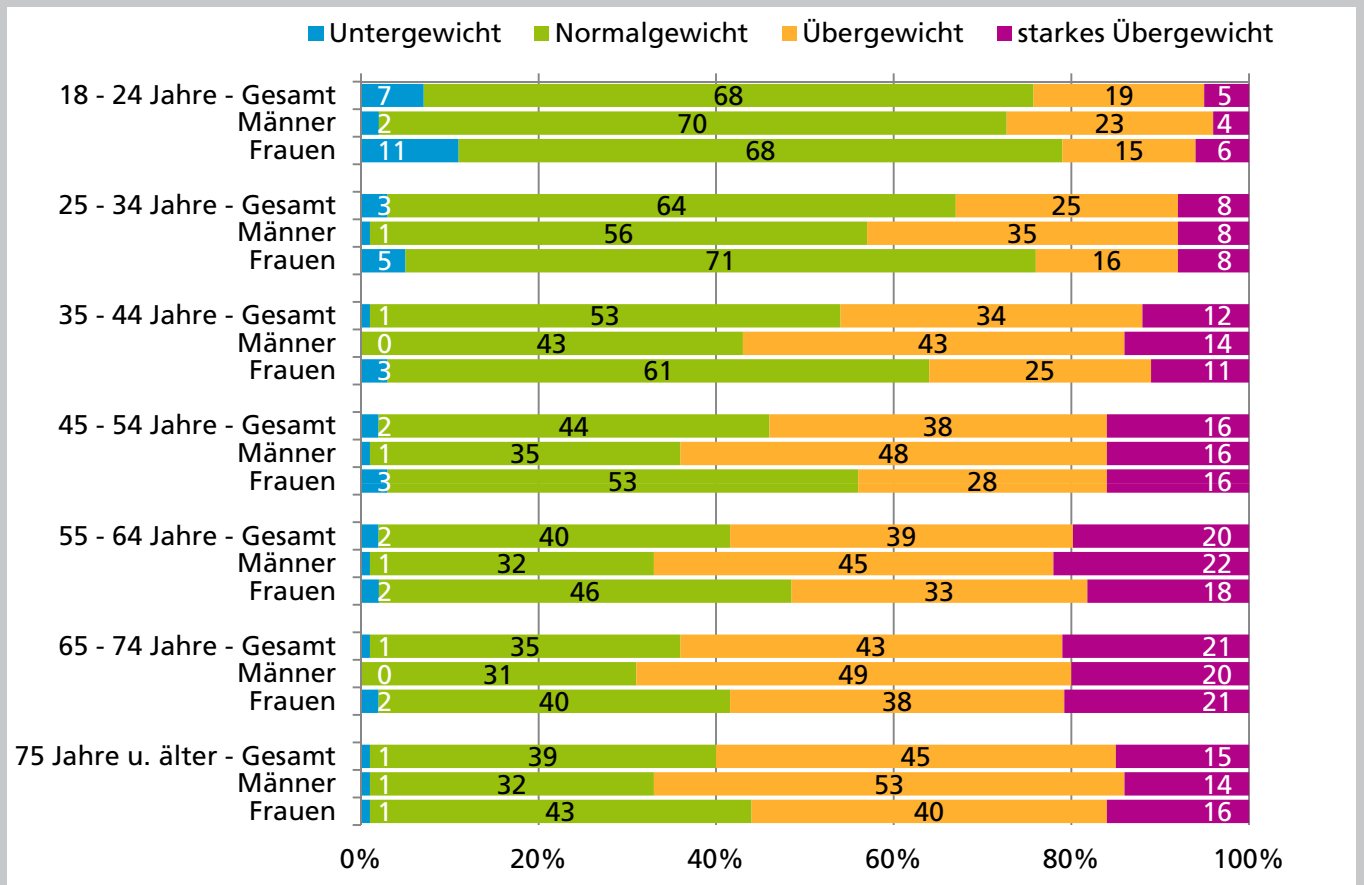


Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth

Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg* 2015

Die Verteilung der BMI-Werte nach Altersgruppen und Geschlecht (vgl. **Abb. 3**) macht darüber hinaus deutlich, dass die meisten normalgewichtigen Personen in den Altersgruppen zwischen 18 und 34 Jahren vorzufinden sind. Vor allem bei den Frauen zeigt sich, dass gegenüber den Männern der Anteil an Normalgewichtigen in allen Altersgruppen deutlich höher ist. Bis zu einem Alter von 54 Jahren liegt der Anteil der Frauen mit einem Körpergewicht im normalen Bereich bei über der Hälfte. Unter den Männern sinkt der Anteil der Normalgewichtigen bereits ab einem Alter von

Abb. 3: BMI-Verteilung nach Alter und Geschlecht

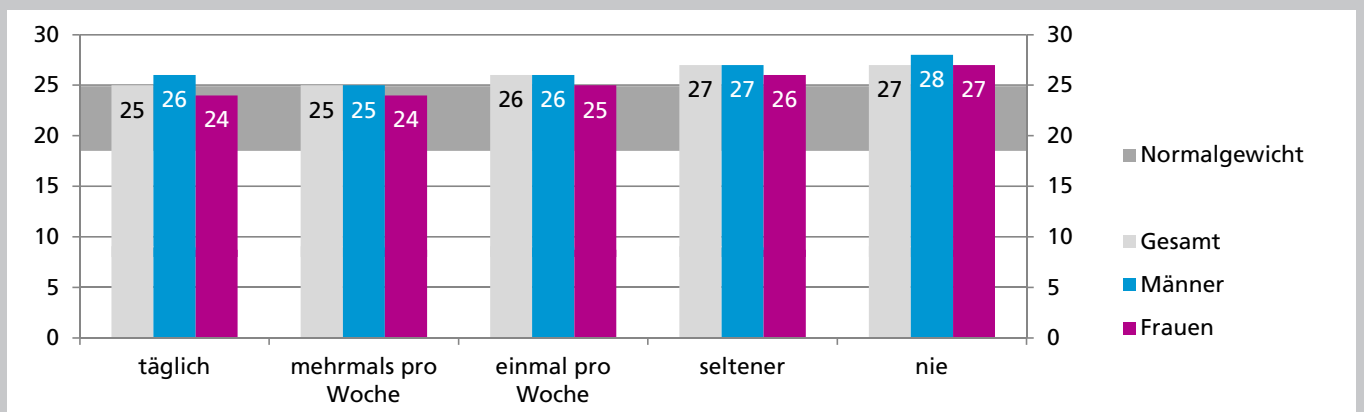


Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth
 Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg* 2015

35 Jahren weit unter 50 %. Besonders riskant ist der hohe Anteil der stark Übergewichtigen bei Männern und Frauen in der Altersspanne von 55 bis 74 Jahren.

Ernährung und Bewegung sind die maßgeblichen Faktoren für die Veränderung des Körpergewichts. Daher wird nun der Gewichtsstatus im Zusammenhang mit den Aussagen der Befragten zu ihrer regelmäßigen sportlichen Betätigung betrachtet (vgl. **Abb. 4**). Wie erwartet zeigt sich, dass die durchschnittlichen BMI-Werte umso höher ausfallen, je seltener Sport getrieben wird.

Abb. 4: BMI-Mittelwerte nach sportlicher Aktivität* und Geschlecht



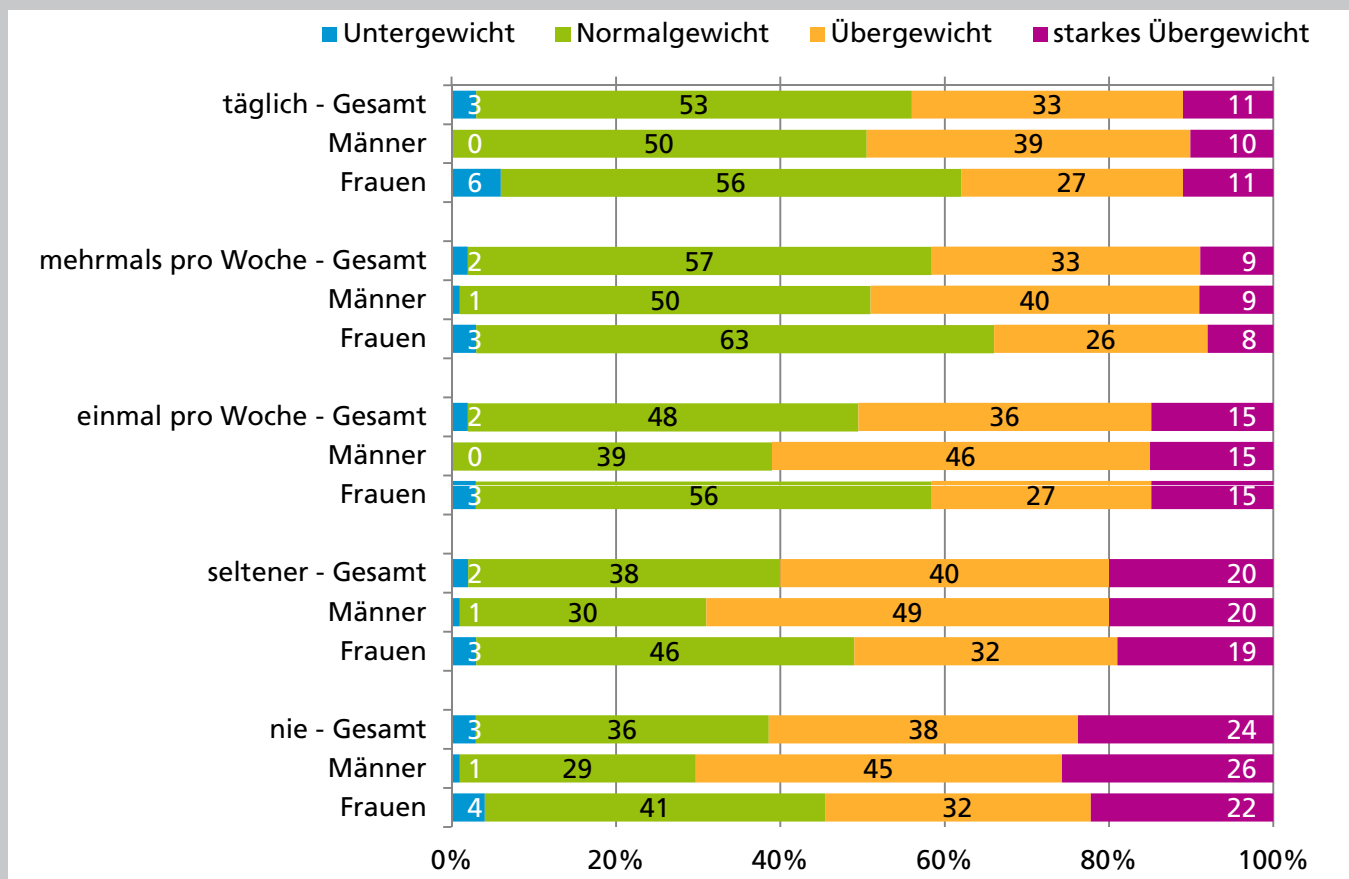
* Frageformulierung: „Wie oft treiben Sie 30 Minuten oder länger Sport?“
 Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth
 Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg* 2015

Abb. 5 stellt die BMI-Verteilung nach sportlicher Aktivität und Geschlecht dar. Den höchsten Anteil an Normalgewichtigen (63 %) weisen Frauen, die mehrmals die Woche Sport treiben, auf. Erstaunlicherweise liegt dieser Anteil bei täglichem Sport niedriger (56 %). Unter den Nürnbergerinnen, die sich mindestens einmal pro Woche für mindestens 30 Minuten körperlich verausgaben, verfügt ebenfalls deutlich mehr als die Hälfte über ein Körpergewicht im Nor-

malbereich. Die Hälfte der Männer, die mehrmals die Woche oder täglich Sport treiben, hat Normalgewicht. Unter Männern, die sich einmal in der Woche sportlich betätigen, sind die Übergewichtigen in der Mehrzahl. Bei Personen beiderlei Geschlechts, die selten oder nie Sport betreiben, sind die Anteile der stark Übergewichtigen besonders hoch.

Insgesamt stellt Übergewicht in Nürnberg ein weit verbreitetes Problem im bundesweit vergleichbaren Ausmaß dar. Etwa die Hälfte der Befragten weist einen Body-Mass-Index von 25 und höher auf. Dabei werden Unterschiede nach Geschlecht und Alter der Befragten deutlich. Besonders riskant ist der hohe Anteil der stark Übergewichtigen bei Männern und Frauen in der Altersspanne von 55 bis 74 Jahren.

Abb. 5: BMI-Verteilung nach sportlicher Aktivität* und Geschlecht



* Frageformulierung: „Wie oft treiben Sie 30 Minuten oder länger Sport?“

Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth

Quelle: Wohnungs- und Haushaltserhebung *Leben in Nürnberg* 2015

Die Stadt Nürnberg unterstützt die Bürgerinnen und Bürger bei einer gesundheitsbewussten Lebensgestaltung durch vielfältige Maßnahmen, wie z. B. Aufklärungskampagnen, sportliche Infrastruktur, Gesundheitsbildung in Kindergärten und Schulen und vieles mehr.

Je nach persönlicher Lebenssituation bedürfen eine gesundheitsbewusste Ernährung und ausreichende Bewegung besonderer Aufmerksamkeit. Insbesondere Arbeitsbedingungen, wie unregelmäßige Arbeitszeiten oder lange Wegezeiten, können dabei besondere Herausforderungen darstellen.

Wohnungs- und Haushaltserhebung <i>Leben in Nürnberg</i> 2015 - Studiendesign	
Erhebungszeitraum	1. Oktober bis 31. Dezember 2015
Erhebungsmethode	postalische Befragung, 8 seitiger Fragebogen
Grundgesamtheit	Personen mit Hauptwohnsitz in Nürnberg ab 18 Jahren
Stichprobe	20 000 brutto, 19 182 bereinigt (818 = 3,5 % nicht erreichbar)
Rücklaufquote	44 %
Gewichtung	leichte Gewichtung nach Umfragegebiet, Haushaltstyp und Migrationshintergrund, N = 8 365
Konfidenzintervalle	Alle hier genannten Ergebnisse unterliegen einem Intervall, welches die Schwankungsbreite bzw. Exaktheit des erhobenen Wertes angibt. Dieses hängt von der Anzahl der Befragten und der Prozentverteilung der Angaben ab. Bezogen auf alle 8 365 Befragten liegt der wahre Wert mit 95 %-Vertrauensniveau im Bereich von +/- 1 %-Punkt um den ermittelten Prozentanteil. Bei einer Fallzahl von 500 (z. B. Männer im Alter von 35 bis 44 Jahren) liegt die Schwankungsbreite bei bis zu +/- 4 %-Punkte um den ermittelten Wert.
Umfrageergebnisse	http://www.nuernberg.de/internet/statistik/umfrageergebnisse.html

Impressum

Herausgeber: Stadt Nürnberg, Amt für Stadtforschung und Statistik für Nürnberg und Fürth
 Unschlittplatz 7a, 90403 Nürnberg, Tel. 0911 231-2843