

Wiegen

Datenbasis:	1.003 Befragte im Alter von 18 bis 50 Jahren
Erhebungszeitraum:	1. bis 6. Juli 2009
statistische Fehlertoleranz:	+/- 3 Prozentpunkte
Auftraggeber:	DAK

10 Prozent der Befragten wiegen sich täglich, 11 Prozent mehrmals in der Woche und 17 Prozent einmal in der Woche. 13 Prozent wiegen sich ein- bis dreimal im Monat und 14 Prozent einmal im Monat.

34 Prozent wiegen sich seltener (20 %) oder nie (14 %). Zu denjenigen, die ihr Gewicht nur selten kontrollieren, gehören überdurchschnittlich häufig die Ostdeutschen, die Männer sowie diejenigen mit einem BMI im Normalbereich.

▪ Wiegehäufigkeit

Es wiegen sich üblicherweise

	täglich %	mehrmals in der Woche %	einmal in der Woche %	ein- bis dreimal im Monat %	einmal im Monat %	seltener %	nie *) %
insgesamt	10	11	17	13	14	20	14
Ost	5	6	14	14	16	27	18
West	11	12	18	13	13	18	13
Männer	8	9	15	13	14	24	16
Frauen	12	13	20	13	14	16	12
18- bis 30-Jährige	5	11	17	18	13	21	15
31- bis 40-Jährige	9	7	19	10	17	22	15
41- bis 50-Jährige	15	14	17	11	12	18	13
Hauptschule	13	10	18	7	14	21	16
Mittlerer Abschluss	8	9	21	14	14	18	16
Abitur, Studium	11	12	14	14	14	22	12
BMI Männer							
unter 20	7	9	13	18	18	19	15
20-25	11	11	17	13	12	24	12
über 25	10	12	22	13	14	15	14
BMI Frauen							
unter 19	11	7	13	20	13	20	16
19-24	10	10	14	13	14	25	13
über 24	10	12	23	13	13	15	13

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = „weiß nicht“

67 Prozent derjenigen, die sich zumindest selten wiegen, wiegen sich immer zu Hause auf derselben, ganz normalen Waage.

16 Prozent wiegen sich immer zu Hause auf derselben Waage, die allerdings auch den Fettgehalt des Körpers anzeigt.

Weitere 16 Prozent – überdurchschnittlich häufig die Männer und die Jüngeren – wiegen sich auf unterschiedlichen Waagen, zum Beispiel mal zu Hause, mal in der Apotheke, mal beim Arzt oder im Fitnessstudio.

▪ **Genutzte Waage *)**

Es stimmen folgenden Aussagen zu

	Ich wiege mich immer zu Hause auf derselben, ganz normalen Waage	Ich wiege mich immer zu Hause auf derselben Waage, die auch den Fett- gehalt des Körpers anzeigt	Ich wiege mich auf unter- schiedlichen Waagen **)
	%	%	%
insgesamt	67	16	16
Ost	67	13	18
West	67	16	15
Männer	63	15	21
Frauen	71	17	10
18- bis 30-Jährige	60	13	26
31- bis 40-Jährige	72	16	9
41- bis 50-Jährige	69	18	12
Hauptschule	70	16	13
Mittlerer Abschluss	68	17	14
Abitur, Studium	65	16	18
BMI Männer			
unter 20	70	14	14
20-25	65	15	19
über 25	70	17	11
BMI Frauen			
unter 19	64	20	14
19-24	67	13	19
über 24	68	18	13

*) Basis: Befragte, die sich zumindest selten wiegen

**) an 100 Prozent fehlende Angaben = „nichts davon“ / „keine Angabe“

Zur Ermittlung des BMI wurde das Körpergewicht und die Größe abgefragt. Für die Frauen ergab sich daraus folgende Verteilung: 8 Prozent der befragten Frauen haben ihren eigenen Angaben zufolge einen BMI von unter 19 und damit laut Definition Untergewicht. 56 Prozent der befragten Frauen haben einen Wert zwischen 19 und 24 und damit, gemäß der gängigen Klassifikation, Normalgewicht. 18 Prozent haben einen Wert zwischen 25 und 29 und 8 Prozent einen Wert zwischen 30 und 39. Ein höherer BMI wurde nur bei sehr wenigen Personen ermittelt.

Unterschiede zeigen sich bei Aufschlüsselung nach dem Alter und dem Schulabschluss der befragten Frauen.

- BMI (Frauen)

Aus den Angaben zu Gewicht und Körpergröße wurden folgende BMI-Werte ermittelt

	unter 19 %	19-24 %	25-29 %	30-39 %	über 39 *) %
insgesamt	8	56	18	8	*
18- bis 30-Jährige	13	58	14	6	1
31- bis 40-Jährige	9	53	23	8	1
41- bis 50-Jährige	4	57	18	10	-
Hauptschule	2	51	28	8	3
Mittlerer Abschluss	8	56	17	10	0
Abitur, Studium	11	59	17	6	0

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = BMI kann aufgrund fehlender Angaben zu Körpergewicht und/oder -größe nicht ermittelt werden

Die nachfolgende Tabellen gibt einen Überblick über den bei den befragten Männern ermittelten BMI.

4 Prozent der Männer sind ihren eigenen Angaben zufolge untergewichtig und erreichen einen BMI von weniger als 20. 56 Prozent liegen mit einem Wert von 20-25 im Normalgewichtsbereich. 36 Prozent darüber.

Die jüngeren Männer haben wiederum im Durchschnitt einen geringeren BMI als die älteren.

- **BMI (Männer)**

Aus den Angaben zu Gewicht und Körpergröße wurden folgende BMI-Werte ermittelt

	unter 20 %	20-25 %	26-30 %	31-40 %	über 40 *) %
insgesamt	4	56	30	6	*
18- bis 30-Jährige	8	66	19	3	-
31- bis 40-Jährige	2	51	35	6	1
41- bis 50-Jährige	0	49	38	9	0
Hauptschule	1	62	30	4	0
Mittlerer Abschluss	3	51	35	8	0
Abitur, Studium	4	58	28	6	1

*) an 100 Prozent fehlende Angaben = BMI kann aufgrund fehlender Angaben zu Körpergewicht und/oder -größe nicht ermittelt werden

7. Juli 2009
p921708/21802 Mü