

BFE

Nr. S 1 1 1 6

V52 Zu Mahlzeitenstrukturen in Deutschland – Ergebnisse empirischer Untersuchungen im Zeitvergleich

Dir.u.Prof.Dr.habil.oec.troph. Ulrich Oltersdorf¹ (✉), E. Grimm²

¹Institut für Ernährungsökonomie und -soziologie der Bundesforschungsanstalt für Ernährung,

Garbenstr. 13, 70599 Stuttgart

²GFM-GETAS Hamburg

Die Ernährung des Menschen wird durch die Mahlzeiten strukturiert und im wesentlichen bestimmt. Die Mahlzeit ist ein zentrales Konstrukt für die Ernährungsverhaltensforschung. Ernährungspräventionsmaßnahmen sollten diese beachten. Ebenso gilt es für die Ernährungsepidemiologie nicht nur Nährstoff- und Nahrungsaufnahmen zu berücksichtigen, sondern die in Mahlzeiten gegliederten komplexen Vorgänge des Essens. Die empirischen Kenntnisse über die Mahlzeiten in Deutschland sind unzureichend.

In längerfristig angelegten Untersuchungen widmen sich beide beteiligten Institute dem Thema Mahlzeiten. In repräsentativen Mehrthemen-Umfragen wird zwischen September und November 1995 durch die GFM-GETAS, Hamburg in Zusammenarbeit mit dem Institut für Ernährungsökonomie und -soziologie (IÖS) der Bundesforschungsanstalt für Ernährung (BFE), Stuttgart, die Mahlzeitenverteilung der deutschen Bevölkerung erhoben.

Unter Heranziehung von Vergleichsdaten aus vorangegangenen Studien (1978/79; 1991/92) werden empirische Belege darüber aufgezeigt, in welchem Umfang sich die traditionellen Eßgewohnheiten verändert haben. Das Mittagessen nimmt zwar weiterhin die Position der zentralen Hauptmahlzeit ein, verliert jedoch an Bedeutung. Das warme Hauptgericht wird häufiger am Abend eingenommen oder fällt ganz aus. An die Stelle von Hauptmahlzeiten treten Zwischenmahlzeiten. „Snacking“ zählt – vor allem bei den Jüngeren – zum Alltag, aber (noch) nicht zum Wochenende. Ebenso verliert das Essen im Familienverband während der Woche an Bedeutung. Die warme zubereitete Mahlzeit bleibt zwar noch die Hauptmahlzeit, doch deren komplette Zubereitung im Haushalt verliert an Bedeutung, durch den Einsatz von „Convenience“-Produkten und dem häufigeren außerhaus Verzehr.