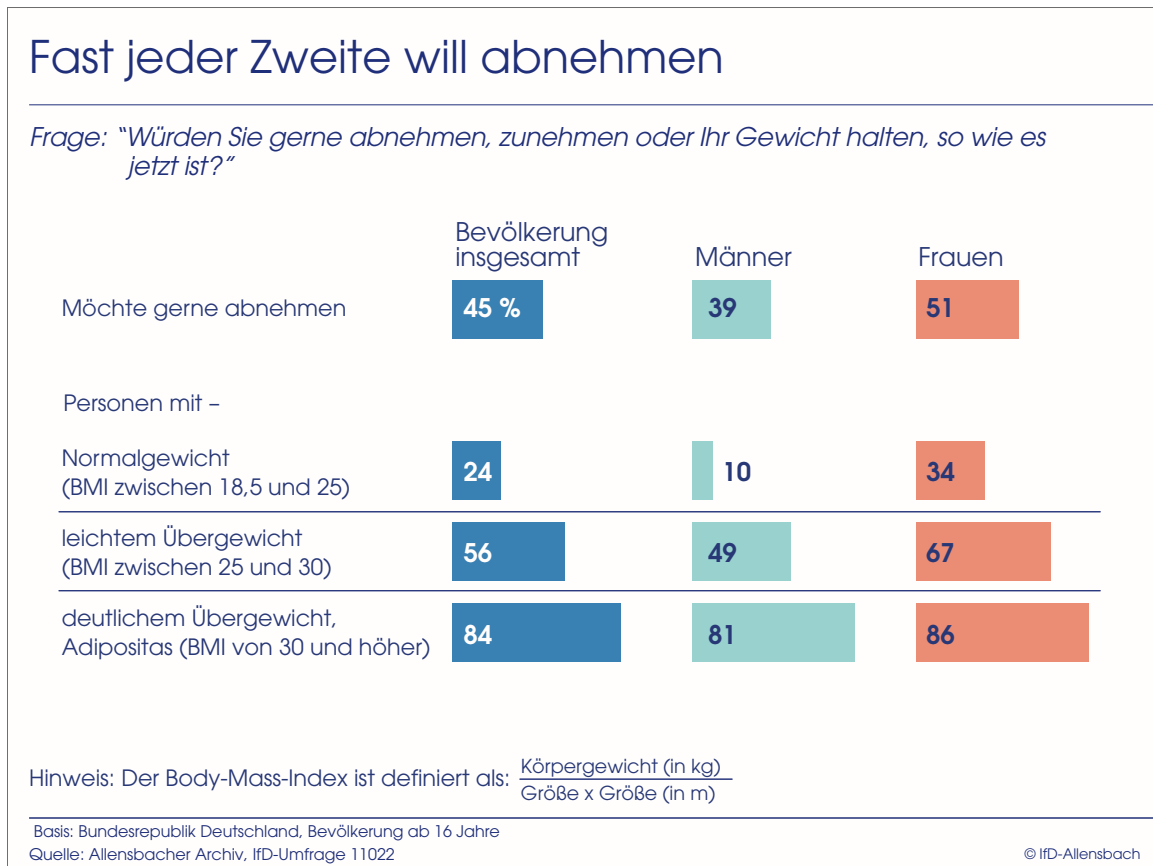


Fast jeder zweite Deutsche würde gerne abnehmen

- 38 Prozent haben schon einmal eine Diät gemacht -

45 Prozent der Bevölkerung würden gerne abnehmen, Frauen äußern diesen Wunsch häufiger als Männer. Von den Männern würden 39 Prozent gerne abnehmen, von den Frauen 51 Prozent. Der Wunsch abzunehmen, hängt dabei erwartungsgemäß stark mit dem aktuellen Gewicht zusammen. Von denjenigen, die deutliches Übergewicht haben, wollen 84 Prozent abnehmen. Aber auch fast jeder vierte "Normalgewichtige" würde gerne abnehmen. Besonders ausgeprägt ist dies bei Frauen: Gut jede dritte Frau, die Normalgewicht hat, möchte dennoch gerne abnehmen; von den Männern mit Normalgewicht würde nur jeder zehnte gerne an Gewicht verlieren (Schaubild 1).

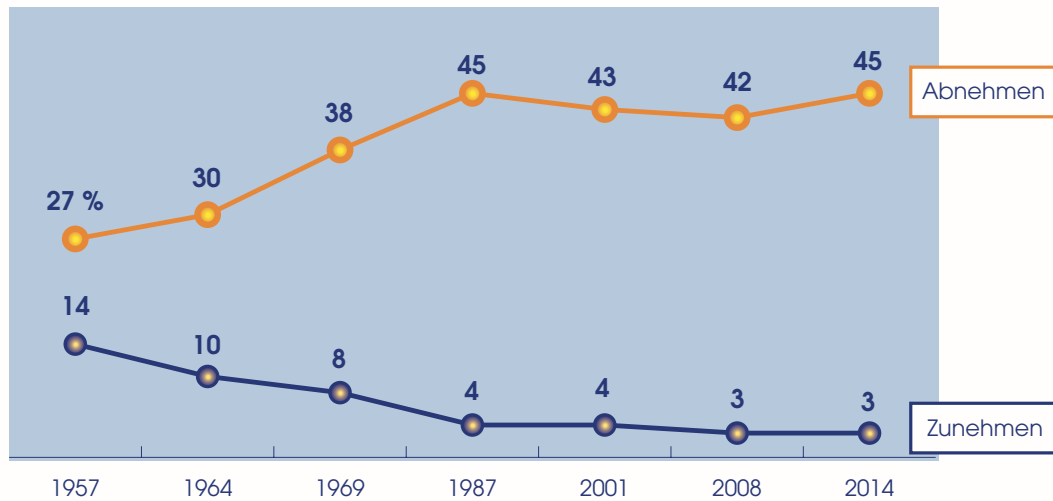
Schaubild 1



Der Kreis derjenigen, die gerne abnehmen würden, ist dabei seit den 1980er Jahren weitgehend stabil. In der westdeutschen Bevölkerung wollten 1987 ebenfalls 45 Prozent gerne abnehmen, ebenso viele wie heute. In den ersten Jahrzehnten nach dem Krieg war das anders: Ende der 1950er, Anfang der 1960er wollten nur 27 Prozent bzw. 30 Prozent abnehmen (Schaubild 2).

Seit Ende der 1980er stabiler Anteil von Personen, die gern abnehmen würden

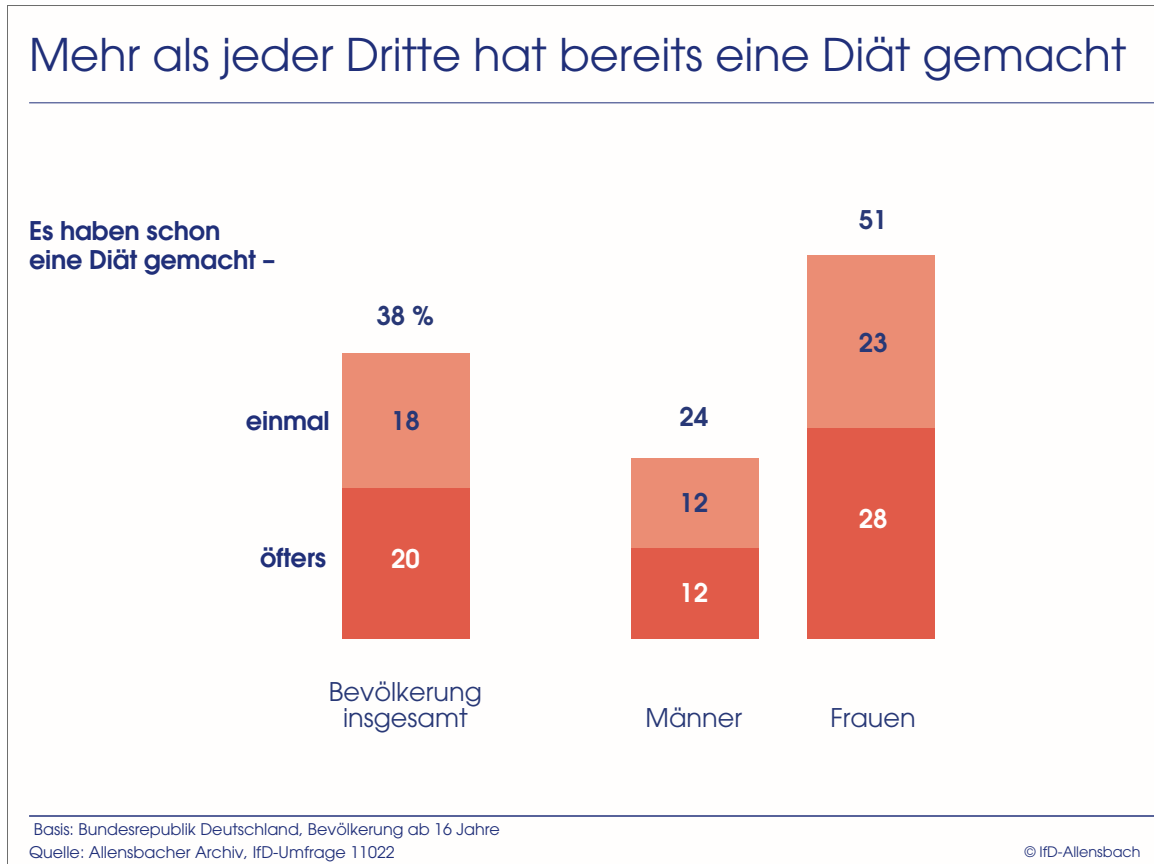
Frage: "Würden Sie gerne abnehmen, zunehmen oder Ihr Gewicht halten, so wie es jetzt ist?"



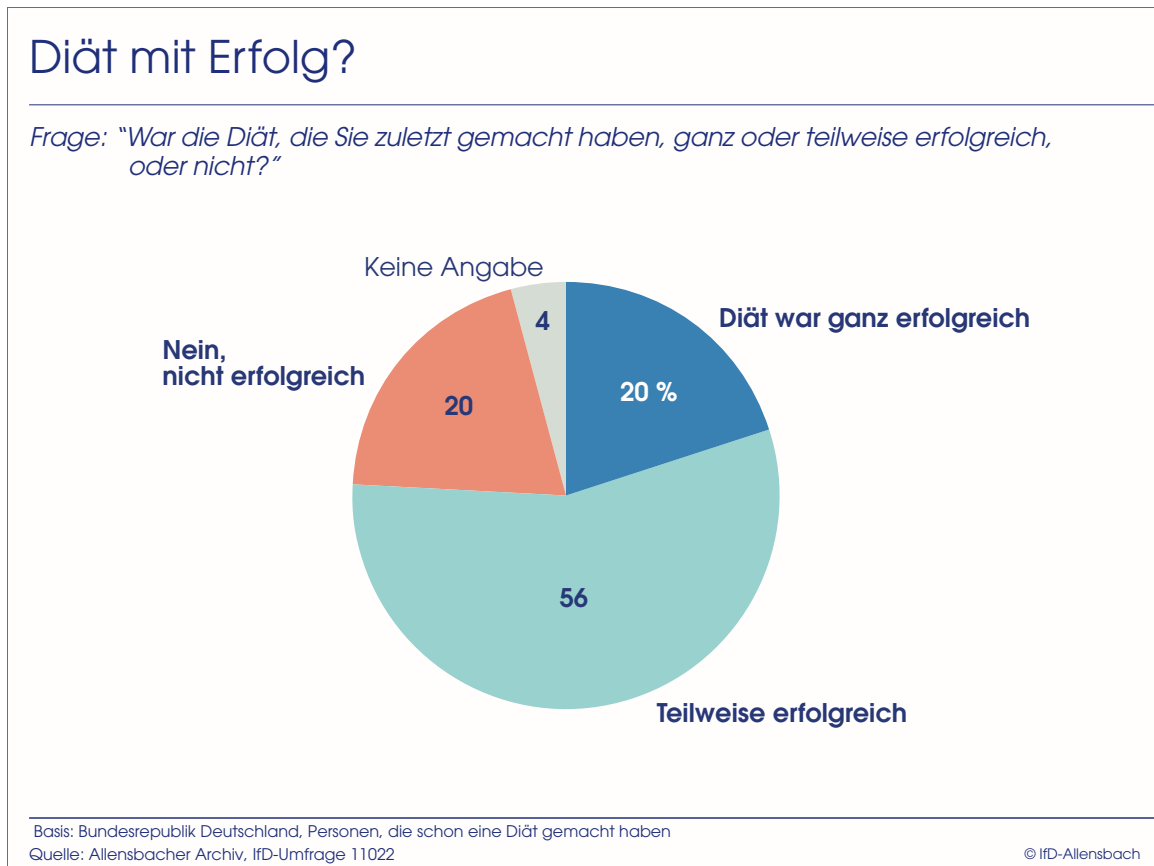
Basis: Westdeutschland, Bevölkerung ab 16 Jahre
 Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfragen, zuletzt 11022

© IfD-Allensbach

Viele haben auch schon eine Diät gemacht, um dem Wunsch nach Gewichtsabnahme Taten folgen zu lassen. 18 Prozent haben schon eine Diät hinter sich, 20 Prozent schon mehrere. Vor allem Frauen mühen sich mit Schlankheitskuren. Gut jede zweite Frau, aber nur rund jeder vierte Mann hat schon mindestens eine Diät hinter sich (Schaubild 3).

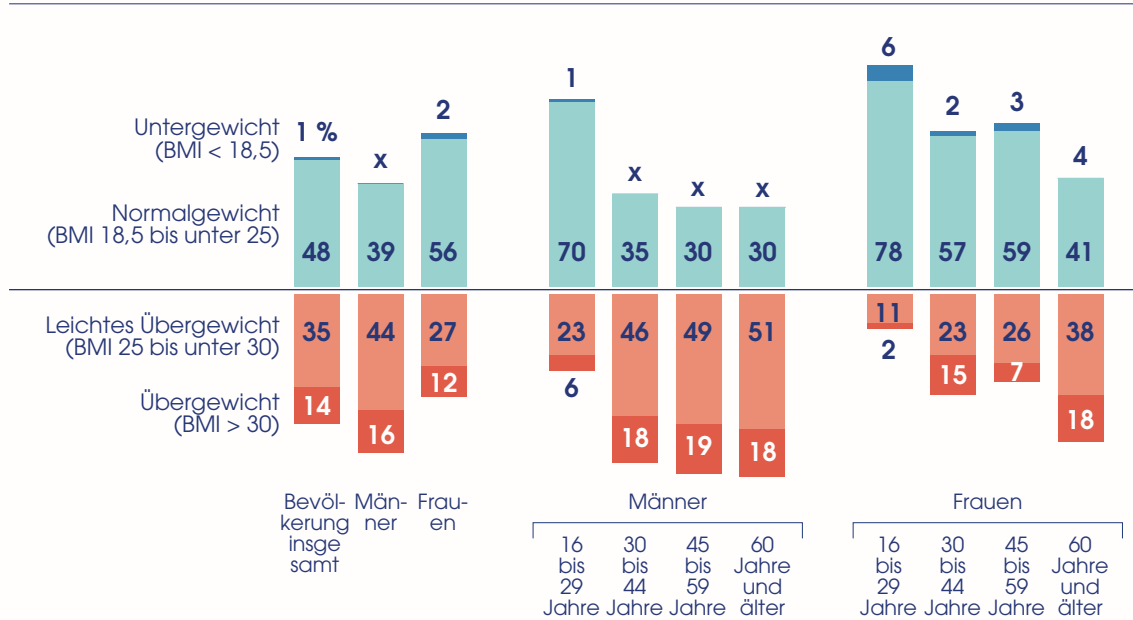


Die überwiegende Mehrheit derjenigen, die bereits eine Diät gemacht haben, konnte zumindest auch einen teilweisen Erfolg verbuchen. 56 Prozent haben ihre Ziele bei der letzten Diät teilweise erreicht, 20 Prozent waren sogar auf ganzer Linie erfolgreich. Nur jeder Fünfte hatte bei seiner letzten Diät keinen Erfolg (Schaubild 4).



Die Gewichtsbilanz der Bevölkerung ist insgesamt durchwachsen: Gut ein Drittel der Bevölkerung hat leichtes Übergewicht, 14 Prozent haben sogar deutliches Übergewicht. Männer haben dabei häufiger mit Übergewicht zu kämpfen als Frauen: 60 Prozent der Männer haben leichtes oder deutliches Übergewicht; von den Frauen sind es 39 Prozent. Gewichtsprobleme sind dabei auch eine Frage des Alters. Während von den Unter-30-Jährigen nur relativ wenige mit Übergewicht zu kämpfen haben, steigt der Anteil der Übergewichtigen bei den Männern bereits in den mittleren Altersgruppen zwischen 30 bis 59 Jahren deutlich an, während bei den Frauen erst jenseits der 60 Jahre eine Mehrheit leichtes oder deutliches Übergewicht aufweist (Schaubild 5).

Gut ein Drittel der Bevölkerung hat leichtes, mehr als jeder Zehnte starkes Übergewicht



Hinweis: Der Body-Mass-Index ist definiert als:

$$\frac{\text{Körpergewicht (in kg)}}{\text{Größe} \times \text{Größe (in m)}}$$

Zu 100 fehlende Prozent: keine Angabe
x = weniger als 0,5 Prozent

Basis: Bundesrepublik Deutschland, Bevölkerung ab 16 Jahre
Quelle: Allensbacher Archiv, IfD-Umfrage 11022

© IfD-Allensbach

TECHNISCHE DATEN FÜR DIE REDAKTION

Anzahl der Befragten:	1.507 Personen ab 16 Jahre
Repräsentanz:	Gesamtdeutschland, Bevölkerung ab 16 Jahre
Zeitraum der Befragung:	1. bis 13. März 2014
Archiv-Nummer der Umfrage:	11022