

BMI, Ernährungs- und Bewegungsverhalten

Ergebnisse der Schülerinnen- und Schülerbefragung HBSC¹ 2014

Wichtigste Ergebnisse

Die Anzahl übergewichtiger Jugendlicher bleibt seit 2006 mehrheitlich stabil.

Dem Body-Mass-Index zufolge, welcher aus Angaben zu Gewicht und Grösse der Schülerinnen und Schüler berechnet wurde, waren 2006 zwischen 4,1 und 16,8 Prozent und 2014 zwischen 4,5 und 13,8 Prozent der 11- bis 15-Jährigen im Kanton Zug übergewichtig oder adipös. Tendenziell sind die Anteile bei den Jungen grösser als bei den Mädchen. Bei den meisten Alters- und Geschlechtsgruppen liessen sich keine Unterschiede zur gesamten Schweiz beobachten (S. 4/5).

Mädchen fühlen sich eher zu dick, Jungen eher zu dünn.

91,1 und 88,6 Prozent der 14- und 15-Jährigen, welche angaben, ungefähr das richtige Gewicht zu haben, waren tatsächlich im Bereich des Normalgewichts. 11,4 Prozent der Mädchen und 3,2 Prozent der Jungen, die glaubten normalgewichtig zu sein, waren aber tatsächlich untergewichtig und 5,7 Prozent der Jungen übergewichtig. Zu denken gibt, dass 72,9 Prozent der Mädchen und 62,7 Prozent der Jungen, die sich zu dick fühlten, normalgewichtig waren. Gleichzeitig unterschätzten viele Jungen ihr tatsächliches Gewicht: 79 Prozent derjenigen, die sich als zu dünn empfanden, waren im Bereich des Normalgewichts (S. 6/7).

Mädchen essen mehr Früchte und Gemüse als Jungen. Beide Geschlechter konsumieren heute jedoch eher mehr Obst als 2006.

Zwischen 49,3 und 64,6 Prozent der 11- bis 15-Jährigen Mädchen assen 2014 mindestens einmal täglich Früchte. Bei den Jungen waren es weniger, nämlich zwischen 37,5 und 46,5 Prozent. Ähnlich verhält es sich beim täglichen Gemüsekonsum: Zwischen 39,3 und 49,3 Prozent der Mädchen und nur 29,2 bis 38,8 Prozent der Jungen konsumierten 2014 täglich Gemüse. Tendenziell nahm der tägliche Früchtekonsum seit 2006 zu. Diese Zunahme zeigte sich bei Mädchen deutlicher als bei Jungen (S. 8/9).

Der tägliche Frühstückskonsum nimmt seit 2006 zu.

Im Kanton Zug frühstückten 2014 rund 44 bis 68 Prozent der 11- bis 15-jährigen Jugendlichen ausgiebiger als nur mit einem Glas Milch oder Fruchtsaft. 15-Jährige gönnten sich dabei weniger ein richtiges Frühstück als 11-Jährige. Seit 2006 nahm jedoch der Anteil täglich Frühstück-Konsumierender in der Tendenz zu: um rund 15 Prozentpunkte bei den 14-Jährigen und um rund 22 Prozentpunkte bei den 15-Jährigen (S. 14/15).

Ein beachtlicher Teil der Jungen und Mädchen bewegt sich heute mehr als vor acht Jahren.

Seit 2006 stieg der Prozentsatz der Jugendlichen, die an mindestens fünf Tagen pro Woche während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv sind, pro Altersgruppe tendenziell an – sogar signifikant bei

¹ Health Behavior of School-aged Children.

den 11- (von 44,4 auf 68,2 %), 13- (von 38,7 auf 61,8 %) und 15-jährigen Jungen (von 28,4 auf 45,1 %) und bei den 12-jährigen Mädchen (von 31,2 auf 46,5 %). Im Vergleich zur Gesamtschweiz waren in drei von fünf Altersgruppen signifikant mehr Jungen körperlich aktiv. Die Zuger Mädchen waren hingegen nicht aktiver als die Schweizer Mädchen. Beachtlich ist, dass im Jahr 2014 nur jede zwölfte 15-Jährige und jeder achte 14-Jährige nicht nur fünf Mal, sondern täglich eine Stunde körperlich aktiv war. Jungen sind insgesamt bewegungsfreudiger als die Mädchen und die jüngeren sind generell aktiver als die älteren Jugendlichen (S. 16 bis 19).

Der tägliche zweistündige Bildschirmkonsum in der Freizeit ist sehr verbreitet.

Einhergehend mit dem tendenziellen Rückgang der körperlichen Aktivität je älter die Jugendlichen sind, verbringen Jugendliche im Kanton Zug mit zunehmendem Alter mehr Zeit mit Bildschirmgeräten und halten dabei mit dem Schweizer Durchschnitt mit: Rund acht bis neun von zehn 14- und 15-Jährigen verbringen täglich mindestens zwei Stunden ihrer Freizeit vor Bildschirmgeräten (S. 20/21).

Schlussfolgerungen und Projekte

Dass heute mehr Jungen und Mädchen Früchte konsumieren und körperlich aktiv sind als vor acht Jahren, ist als Erfolg zu verbuchen und hängt auch mit den langjährigen Gesundheitsförderungs- und Präventionsanstrengungen des Amts für Gesundheit zusammen. Trotzdem sind noch nicht alle Ziele erreicht:

Gemäss Empfehlungen des Netzwerks für Gesundheit und Bewegung Schweiz müssten Kinder und Jugendliche mehrmals täglich Früchte und Gemüse essen. Die Wichtigkeit des Frühstückens wird auch unterstrichen. Rund die Hälfte der Jugendlichen konsumiert jedoch weder täglich Früchte und Gemüse, noch nimmt sie ein ausgewogenes Frühstück zu sich. Zur Förderung gesunder Essgewohnheiten im Kleinkindbereich (auch Frühbereich genannt) führte das Amt für Gesundheit 2012 das Projekt «Schnitz und drunder» für Kindertagesstätten und Mittagstische im Kanton Zug ein. Ab 2016 heisst dieses Projekt «Fourchette verte – Ama terra». In diesem Rahmen wird Fach- und Betreuungspersonal von schulergänzenden Angeboten unter anderem darin beraten und betreut, langfristig ausgewogene Haupt- und Zwischenmahlzeiten anzubieten. Weiter wurde 2014 im Auftrag des Amts für Gesundheit der Ernährungskurs «Gut, gesund und günstig» entwickelt, von dem bereits verschiedene Fach- und Betreuungspersonen profitieren konnten.

Da die Qualität von guten Ernährungs- und Bewegungsangeboten in der familienergänzenden Kinderbetreuung ein wichtiges Anliegen ist, hat das Amt für Gesundheit 2014 die Broschüre «Leitlinien und Empfehlungen zu Ernährung und Bewegung» für familienergänzende Kinderbetreuungsangebote im Kanton Zug herausgegeben und Institutionen sowie Personen von familienergänzenden Kinderbetreuungen zur Verfügung gestellt. Die Broschüre beinhaltet diverse Grundsätze bezüglich ausgewogener Ernährung und ausreichender Bewegung und wird laut einer Evaluation von 2015 auch rege eingesetzt.

Weiter empfiehlt das Netzwerk für Gesundheit und Bewegung Schweiz, dass Kinder und Jugendliche täglich mindestens eine Stunde körperlich aktiv sein müssten. Auch hier setzt das Amt für Gesundheit mit diversen Bewegungsförderungsprojekten an. Unter anderem im Frühbereich mit dem Projekt «Purzelbaum», welches in Kindertagesstätten und Kindergärten für mehr Bewegung sorgt. Das Projekt soll nun auch in Zuger Spielgruppen eingeführt werden.

Als neues Handlungsfeld erweist sich gemäss Ergebnissen die Diskrepanz zwischen wahrgenommenen Gewicht im Vergleich zu BMI-Angaben: Viele Jungen fühlen sich zu dünn und Mädchen zu dick. Dies nicht zuletzt aufgrund von falsch vermittelten Idealbildern, die auf die Jugendlichen Druck ausüben, einem nicht erreichbaren Schönheitsideal zu entsprechen. Negative Körperbilder beeinflussen die physische und psychische Gesundheit und gelten als grosser Risikofaktor für Essstörungen. Der Fokus der schweizweiten und kantonalen Programme im Bereich der Gesundheitsförderung und Prävention sind daher künftig nicht nur eine ausgewogene Ernährung und mehr Bewegung bei Kindern und Jugendlichen, sondern auch die Entwicklung eines positiven Körperbildes. Im Kanton Zug soll diese Zielsetzung mit dem Projekt «Papperla PEP» angegangen werden.

30. Mai 2016, Sarah Z'graggen, Isabelle Egger Tresch

Ergebnisverzeichnis

1. Die Schülerbefragung	4
2. Geschätzter BMI	5
2.1. Übergewicht und Adipositas gemäss geschätztem BMI	5
2.2. Geschätzter BMI und subjektiv wahrgenommener Gewichtsstatus	7
3. Ernährungsverhalten	9
3.1. Mindestens täglicher Konsum von Obst/Früchten und Gemüse	9
3.2. Täglicher Konsum von Süssigkeiten und Süssgetränken	12
3.3. Tägliches Frühstück	15
4. Bewegungsverhalten	17
4.1. Mindestens eine Stunde körperliche Aktivität an fünf Tagen pro Woche	17
4.2. Mindestens eine Stunde körperliche Aktivität an sieben Tagen pro Woche	19
4.3. Zeit vor dem Bildschirm	21

1. Die Schülerbefragung

Die Studie «Health Behaviour in School-aged Children» (HBSC) untersucht unter der Schirmherrschaft der Weltgesundheitsorganisation (WHO) das Gesundheitsverhalten von Schülerinnen und Schülern in über vierzig hauptsächlich europäischen Ländern und wird alle vier Jahre durchgeführt. In der Schweiz wird die HBSC-Befragung seit 1986 von «Sucht Schweiz», der Schweizerischen Fachstelle für Alkohol- und andere Drogenprobleme (www.suchtschweiz.ch), realisiert.

Ziel ist es, die Entwicklung gesundheitsrelevanter Verhaltensweisen bei 11- bis 15-Jährigen zu erfassen, zu beschreiben und zu analysieren. Die Studie liefert damit wichtige Grundlagen für die Entwicklung von Gesundheitsförderungs- und Präventionsmassnahmen in schulischen wie auch ausserschulischen Projekten.

Die folgenden Ergebnisbeschreibungen aus dem Kanton Zug stammen von «Sucht Schweiz» und betreffen hauptsächlich das Erhebungsjahr 2014 und integrieren Vergleiche mit den Jahren 2006 und 2010.² Sie nehmen darüber hinaus Bezug zu den Ergebnissen der ganzen Schweiz. Die redaktionelle Arbeit erbrachten Mitarbeitende des kantonalen Amtes für Gesundheit.

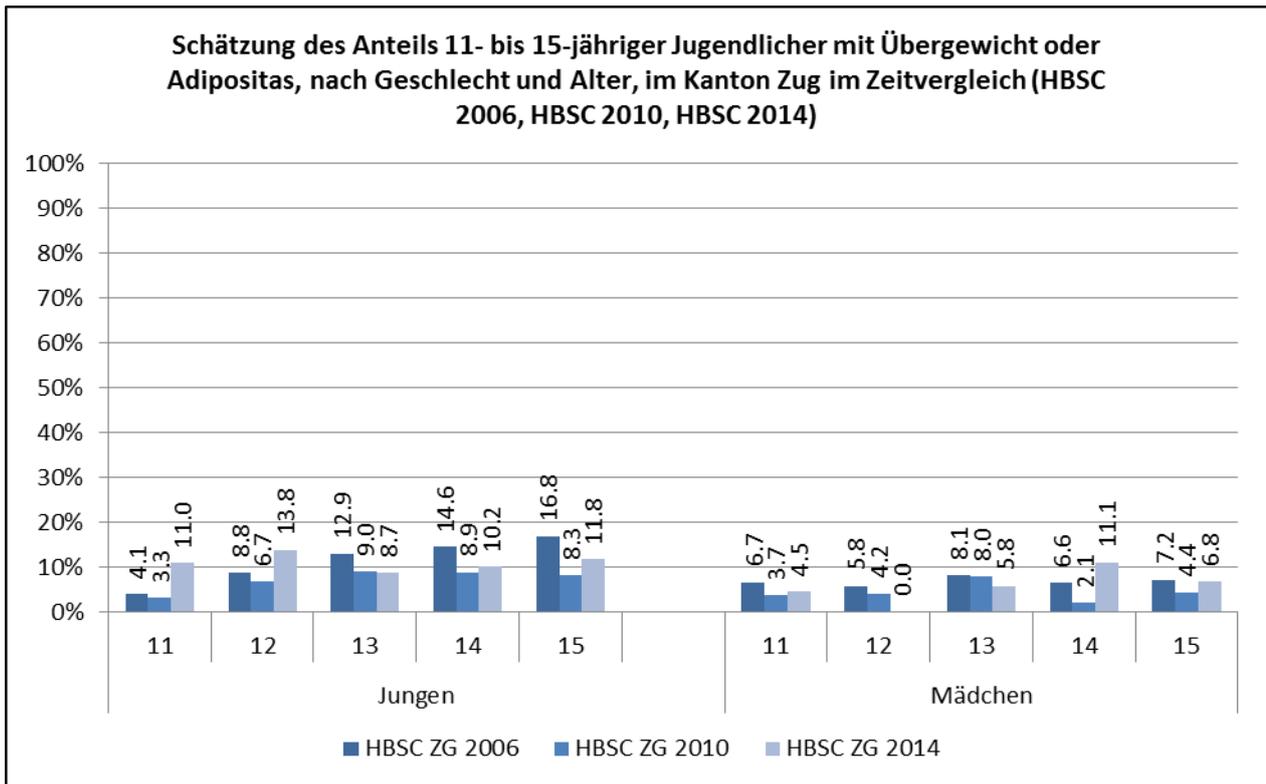
² Eichenberger, Y., Delgrande Jordan, M., Archimi, A., Windlin, B. & Bacher, E. (2015). Unveröffentlichte Zusatzauswertungen. Befragung zum Gesundheitsverhalten von 11- bis 15-jährigen Schülerinnen und Schülern. Deskriptive Statistik der 2014 erhobenen Daten des Kantons Zug. «Sucht Schweiz», Lausanne.

2. Geschätzter BMI

2.1. Übergewicht und Adipositas gemäss geschätztem BMI

Aus den eigenen Angaben der 11- bis 15-jährigen Schülerinnen und Schülern zu ihrer Körpergrösse und ihrem Körpergewicht wurde der Body Mass Index (BMI) berechnet, dem wiederum ein bestimmter Gewichtsstatus zugeordnet werden kann. Um diese Zuordnung vorzunehmen, wurde auf die alters- und geschlechtsangepassten Kriterien zurückgegriffen, die von der International Obesity Task Force (IOTF) empfohlen werden (Cole et al., 2000; Cole et al., 2007)³. Da die Angaben zu Körpergewicht und -grösse nicht mit einem objektiven Verfahren erhoben wurden (z.B. mit einer Waage), sondern per Selbstbericht der Jugendlichen, sind die hier dargestellten Resultate zu Übergewicht oder Adipositas unter Vorbehalt damit verbundener Ungenauigkeiten zu betrachten.

Im Jahr 2014 lag der Anteil von 11- bis 15-jährigen Jugendlichen mit Übergewicht oder Adipositas im Kanton Zug - je nach Alters- bzw. Geschlechtsgruppe – ungefähr zwischen 4 und 14 Prozent. Lediglich in der Untergruppe der 12-jährigen Mädchen fanden sich keine Personen, welche gemäss Selbstangaben zu Gewicht und Grösse als übergewichtig oder fettleibig hätten eingeschätzt werden können.



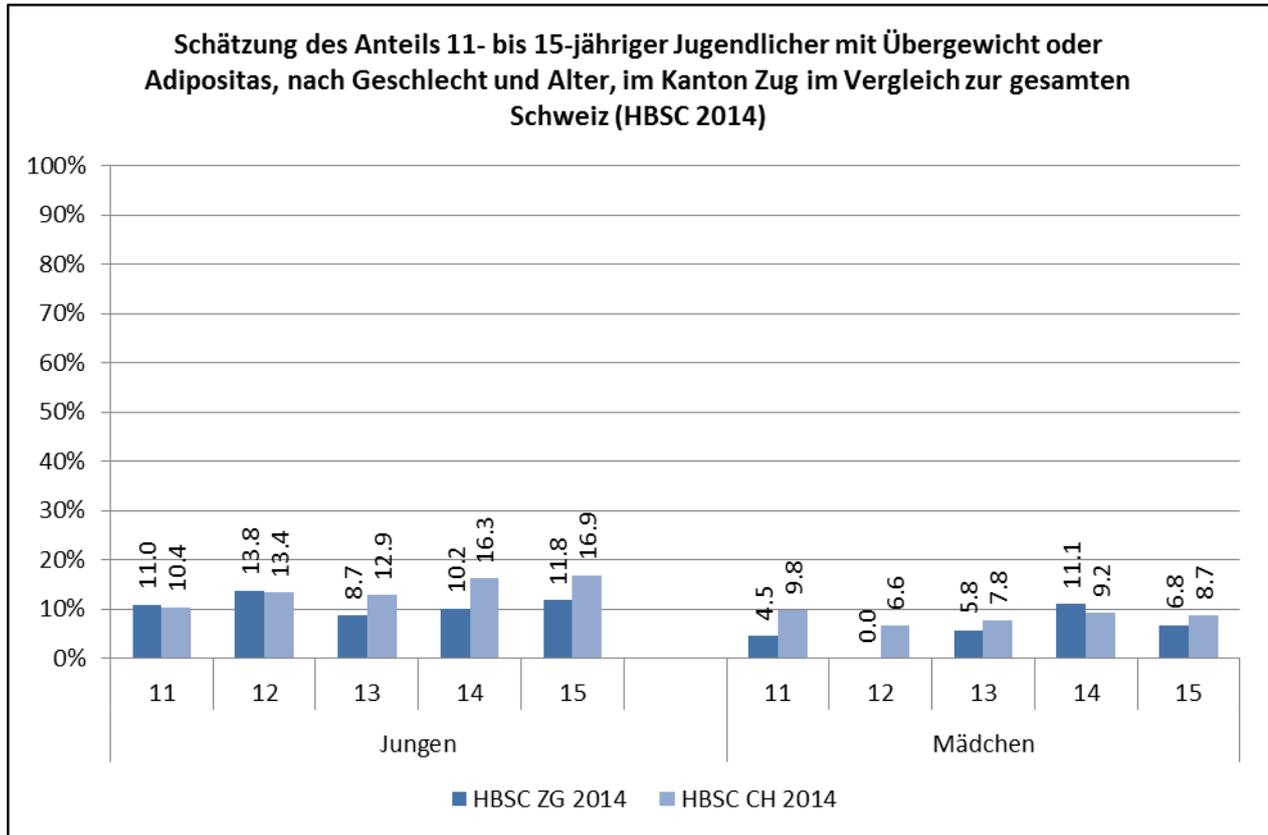
Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Im Kanton Zug fanden sich zwischen den Jahren 2006 und 2014 keine Unterschiede im Hinblick auf den Anteil an 11- bis 15-jährigen Jugendlichen, die aufgrund ihres BMI als übergewichtig oder fettleibig eingeschätzt werden können. Der Anteil 14-jähriger Mädchen, die gemäss ihres BMI als übergewichtig bzw. fettleibig zu beurteilen sind, war 2014 im Kanton Zug verglichen mit 2010 signifikant höher (2010:

³ Cole, T. J., et al. (2000). Establishing a standard definition for child overweight and obesity worldwide: international survey. *BMJ*, 320(7244), 1240–1243.
 Cole, T. J., et al. (2007). Body mass index cut offs to define thinness in children and adolescents: International survey. *BMJ*, 335(7612), 194–202.

2,1 %; 2014: 11,1 %). In den anderen untersuchten Untergruppen des Alters bzw. Geschlechts konnten keine Unterschiede zwischen diesen beiden Jahren festgestellt werden.

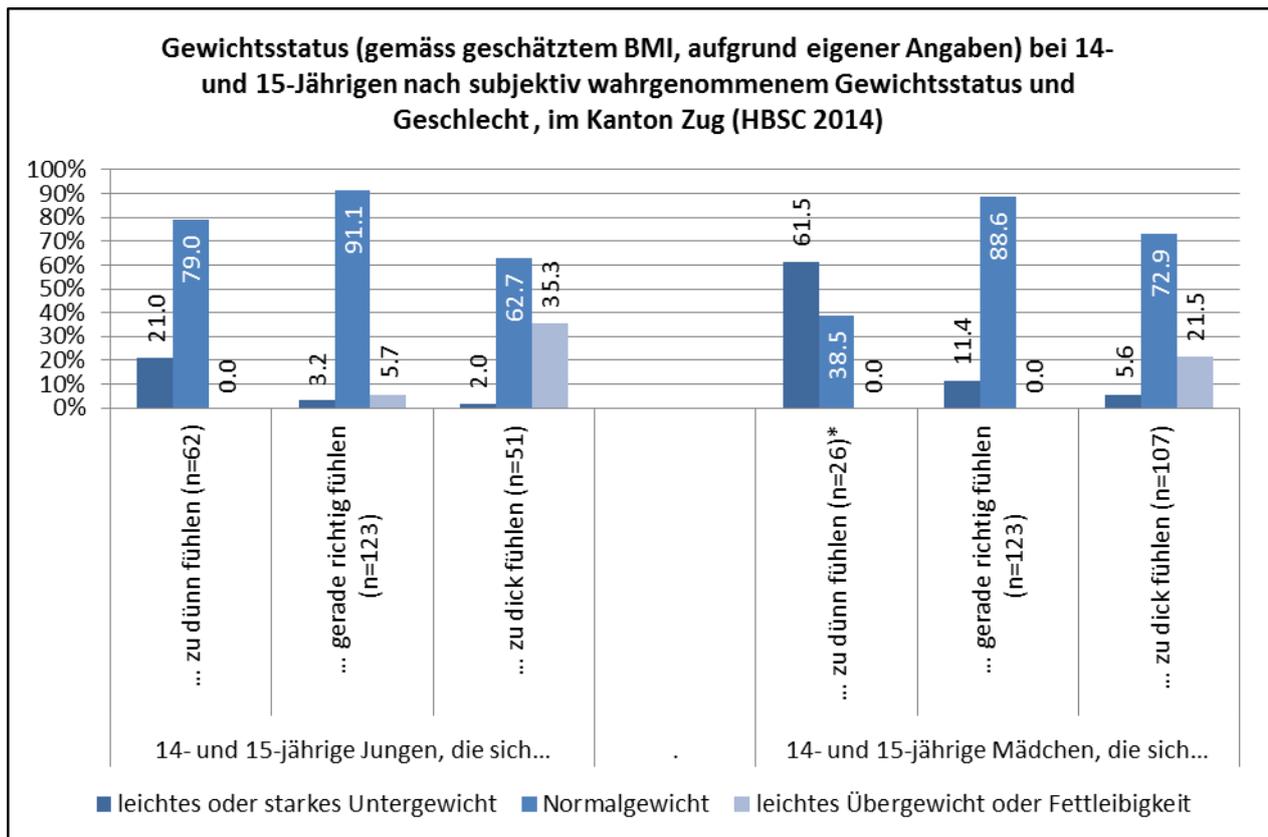
Im Jahr 2014 war der Anteil an übergewichtigen bzw. adipösen 14-jährigen Jungen im Kanton Zug im Vergleich zur gesamten Schweiz signifikant geringer (ZG: 10,2 %; CH: 16,3 %). Zwischen den anderen Alters- bzw. Geschlechtssubgruppen liessen sich keine solchen Unterschiede beobachten.



Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».

2.2. Geschätzter BMI und subjektiv wahrgenommener Gewichtsstatus

Zusätzlich zu den Angaben zum Körpergewicht und der Körpergrösse wurden die 11- bis 15-jährigen Jugendlichen in der HBSC-Studie gefragt, wie sie ihren Gewichtsstatus einschätzen. Die Jugendlichen hatten die Antwortmöglichkeiten «zu dünn», «ungefähr das richtige Gewicht», «zu dick» zur Auswahl. Die Ergebnisse zeigen für die 14- und 15-jährigen Jungen und Mädchen im Kanton Zug im Jahr 2014, welchen Gewichtsstatus (anhand ihres BMI) sie in Abhängigkeit ihres subjektiven Gewichtsstatus tatsächlichen hatten.



Quelle: HBSC Zug 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Im Jahr 2014 waren im Kanton Zug 91,1 Prozent der 14- und 15-jährigen Jungen und 88,6 Prozent der gleichaltrigen Mädchen, welche angaben, ungefähr das richtige Gewicht zu haben, tatsächlich im Bereich des Normalgewichts (gemäss BMI). Bei diesen Schülerinnen und Schülern kann man folglich davon ausgehen, dass die Selbsteinschätzung der Realität entsprach. Hingegen waren 3,2 Prozent der Jungen und 11,4 Prozent der Mädchen, die glaubten, ungefähr das richtige Gewicht zu haben, in Wirklichkeit untergewichtig bzw. 5,7 Prozent der Jungen übergewichtig (anhand des geschätzten BMI). Von den Mädchen, welche ihr Gewicht als «ungefähr richtig» einschätzten, war 0 Prozent übergewichtig.

Von denjenigen, die sich (viel) zu dick fühlten, waren 2014 im Kanton Zug 35,3 Prozent der Jungen und 21,5 Prozent der Mädchen anhand ihres geschätzten BMI tatsächlich übergewichtig. Bedenklich ist hingegen, dass 62,7 Prozent der Jungen und 72,9 Prozent der Mädchen, die sich als (viel) zu dick einschätzten, tatsächlich als normalgewichtig eingestuft werden können. Die Mehrheit der Jugendlichen, die sich als zu dick empfanden, war also in Wirklichkeit (anhand ihres geschätzten BMI) gar nicht

übergewichtig. Ein geringer Anteil (2 % der Jungen, 5,6 % der Mädchen), die sich (viel) zu dick fühlten, war hingegen anhand ihres BMI gar als untergewichtig einzuschätzen.

Von den 14- und 15-jährigen Jugendlichen, die sich 2014 im Kanton Zug als (viel) zu dünn empfanden, waren 79 Prozent der Jungen und 38,5 Prozent der Mädchen⁴ gemäss ihres BMI im Bereich des Normalgewichts. Es scheint also, als würde die grosse Mehrheit dieser Jugendlichen ihr tatsächliches Gewicht unterschätzen. Ein Anteil von 21 Prozent der Jungen und 61,5 Prozent der Mädchen, die sich als zu dünn empfanden, waren hingegen tatsächlich untergewichtig. Die Mehrheit der Mädchen, die sich als zu dünn empfanden, schien sich also der Realität entsprechend einzuschätzen.

⁴ Bei den 14- und 15-jährigen Mädchen war die Anzahl derjenigen, die sich (viel) zu dünn fühlen, relativ gering (n=26), weshalb die Ergebnisse mit Vorsicht interpretiert werden müssen.

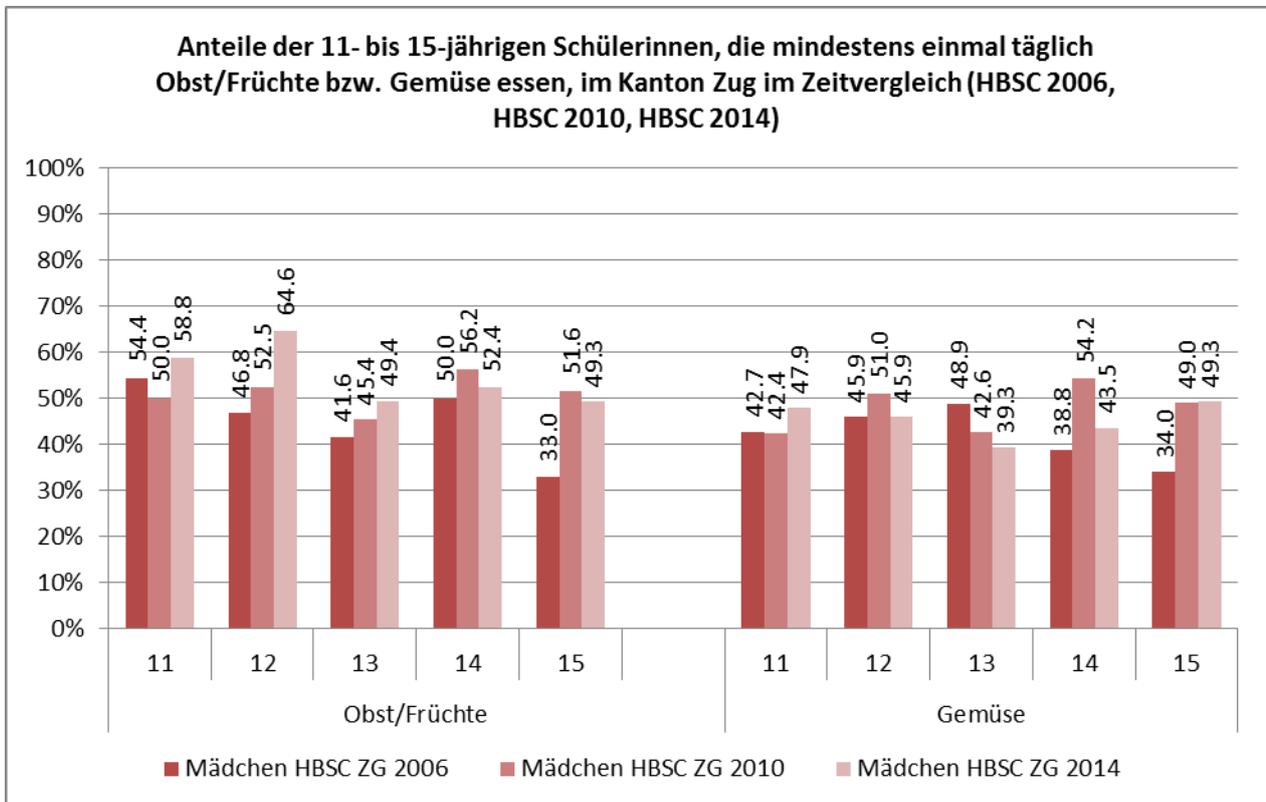
3. Ernährungsverhalten

3.1. Mindestens täglicher Konsum von Obst/Früchten und Gemüse

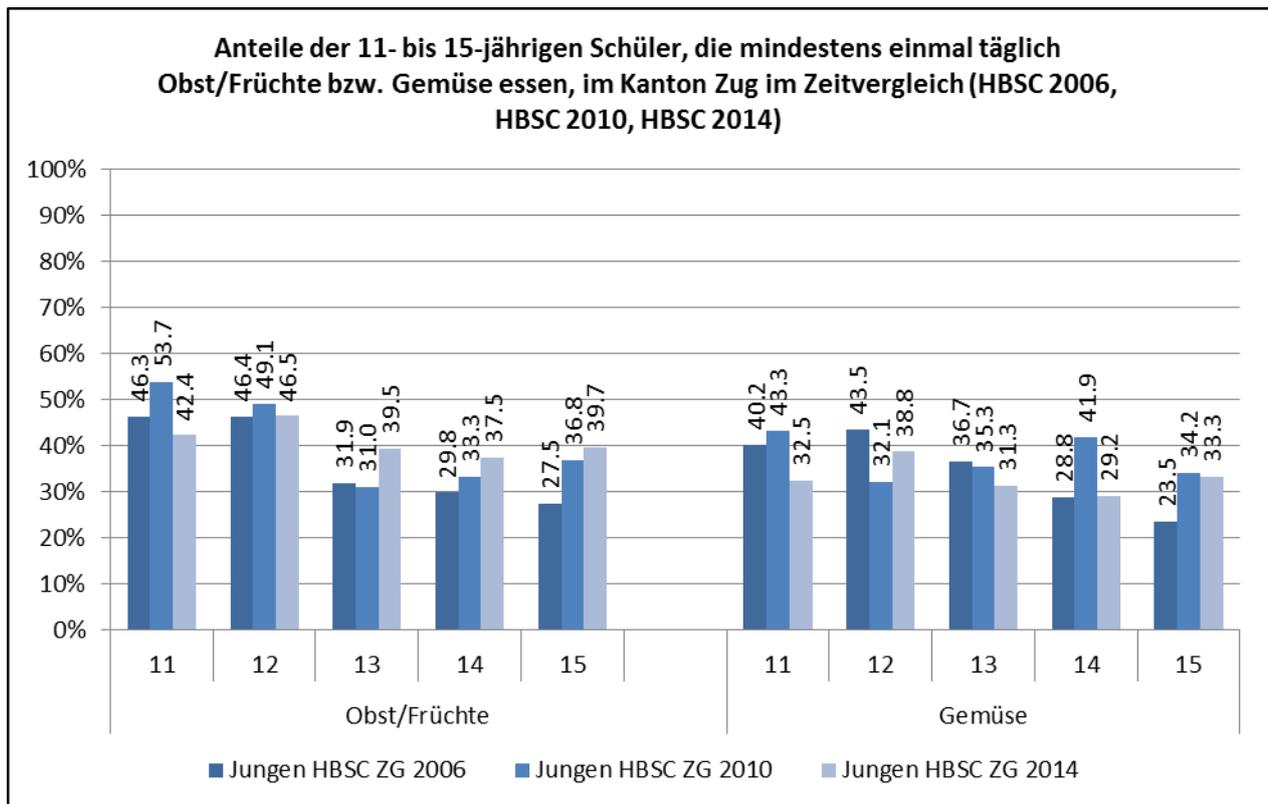
2014 gaben im Kanton Zug zwischen 37,5 Prozent (14-jährige Jungen) und 64,6 Prozent (12-jährige Mädchen) an, mindestens einmal am Tag Obst oder Früchte zu konsumieren. 29 bis 39 Prozent der Jungen berichteten, mindestens einmal pro Tag Gemüse zu essen. Bei den Mädchen konsumierten 2014 im Kanton Zug etwa zwischen 39,3 Prozent (13-Jährige) und 49,3 Prozent (15-Jährige) jeden Tag Gemüse.

Verglichen mit 2006 waren im Kanton Zug im Jahr 2014 die Anteile an 12-jährigen Mädchen (2006: 46,8 %; 2014: 64,6 %) sowie 15-jährigen Jungen (2006: 27,5 %; 2014: 39,7 %) und Mädchen (2006: 33,0 %; 2014: 49,3 %), die täglich Obst oder Früchte zu konsumieren angaben, grösser. Beim mindestens täglichen Konsum von Gemüse fanden sich hingegen keine Unterschiede zwischen 2006 und 2014.

Im Jahr 2014 (64,6 %) im Vergleich zu 2010 (52,5 %) war der Anteil an 12-jährigen Mädchen im Kanton Zug, welche mindestens täglich Obst/Früchte konsumierten, höher. In den anderen Untergruppen des Alters und des Geschlechts konnten dagegen keine statistisch signifikanten Unterschiede im Hinblick auf den Obst- und Früchte-Konsum verzeichnet werden. 2010 war der Anteil 14-jähriger Jungen (41,9 %), welche mindestens täglich Gemüse konsumierten, verglichen mit 2014 (29,2 %) geringer – jedoch ähnlich wie 2006 (28,8 %).

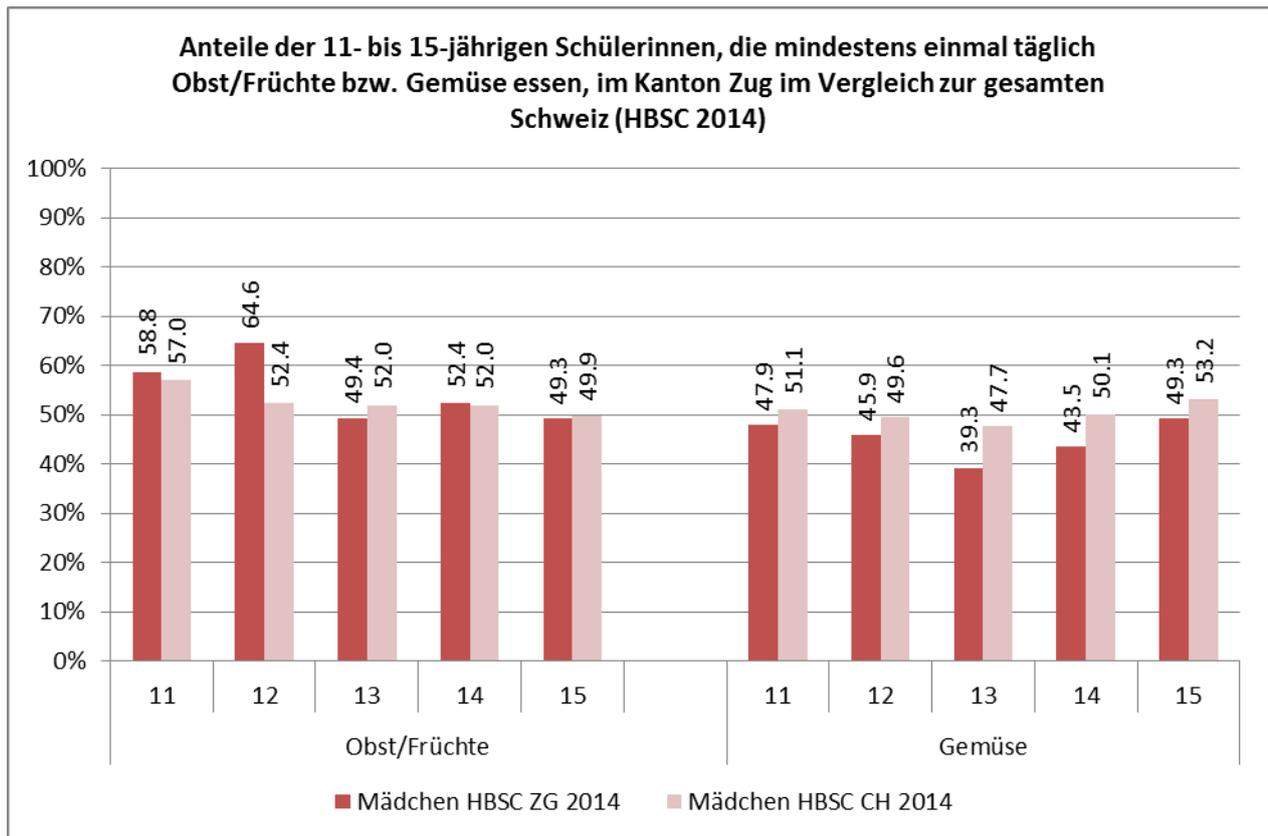


Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

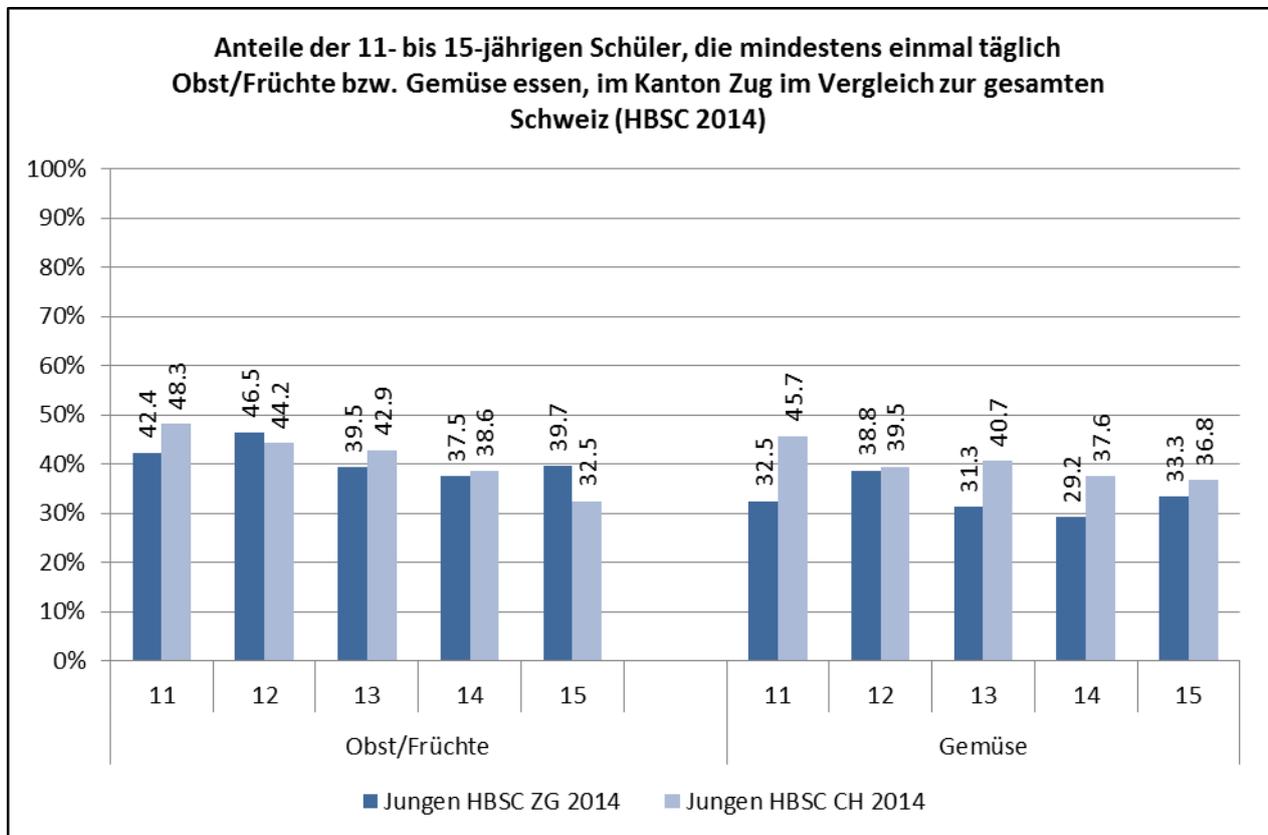


Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Im Kanton Zug (64,6 %) war der Anteil 12-jähriger Mädchen, welche mindestens täglich Obst oder Früchte zu sich nahmen, im Jahr 2014 signifikant grösser als in der gesamten Schweiz (52,4 %). Die Anteile 11- und 13-jähriger Jungen im Kanton Zug (11-Jährige: 32,5 %; 13-Jährige: 31,3 %), welche angaben, mindestens täglich Gemüse zu konsumieren, waren dagegen geringer als diejenigen der gesamten Schweiz (11-Jährige: 45,7 %; 13-Jährige: 40,7 %).



Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».



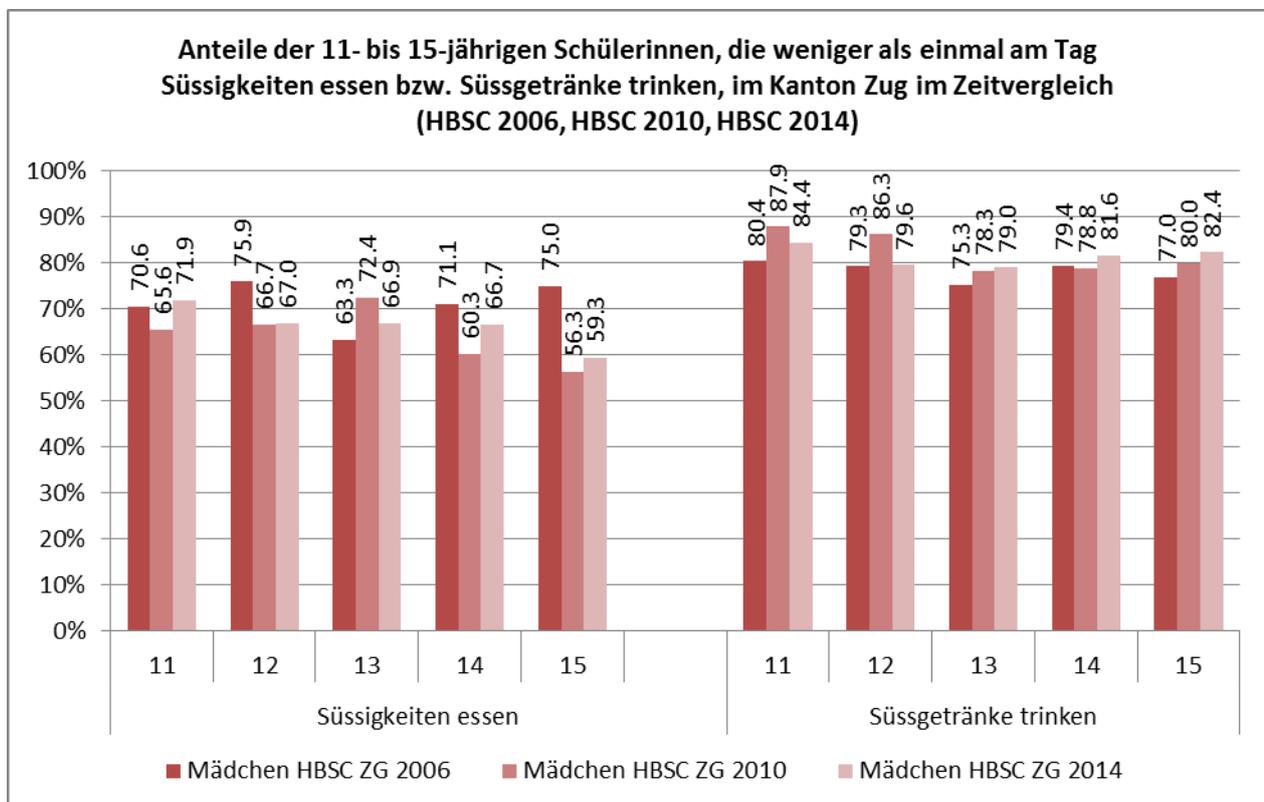
Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».

3.2. Täglicher Konsum von Süssigkeiten und Süssgetränken

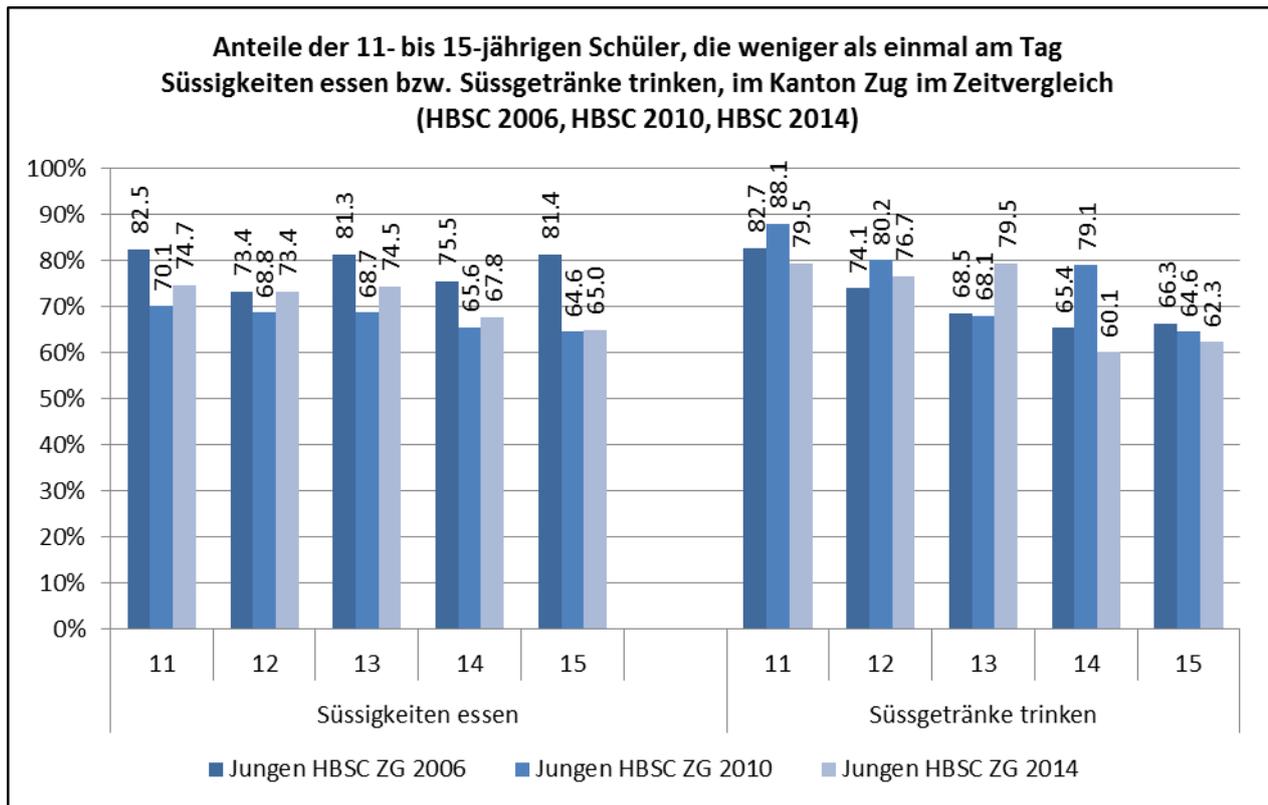
Im Jahr 2014 gaben im Kanton Zug zwischen 66,7 und 74,7 Prozent der 11- bis 15-jährigen Jugendlichen an, weniger als einmal pro Tag Süssigkeiten zu essen. Eine Ausnahme bilden die 15-jährigen Mädchen mit 59,3 Prozent. Im Jahr 2014 gaben zwischen 60 und 80 Prozent (je nach Altersgruppe) der 11- bis 15-jährigen Jungen an, weniger als einmal am Tag Süssgetränke zu trinken. Bei den gleichaltrigen Mädchen waren es in allen Altersgruppen rund vier Fünftel (13-Jährige: 79,0 %; 11-Jährige: 84,4 %), welche weniger als täglich Süssgetränke tranken.

Bei den 15-jährigen Jungen und Mädchen war in Bezug auf den Süssigkeitenkonsum zwischen 2006 und 2014 im Kanton Zug ein Unterschied zu verzeichnen: 2014 waren die Anteile der 15-jährigen Jungen (65 %) und Mädchen (59,3 %), die weniger als täglich Süssigkeiten konsumierten, geringer als 2006 (Jungen: 81,4 %; Mädchen: 75 %). Anders formuliert: Der mindestens tägliche Konsum (einmal pro Tag oder häufiger) von Süssigkeiten war in den besagten Untergruppen 2014 im Kanton Zug verbreiteter als 2006. Beim Konsum von Süssgetränken (weniger als einmal pro Tag) fanden sich keine Unterschiede zwischen 2006 und 2014.

Zwischen 2010 und 2014 fanden sich im Kanton Zug keine Unterschiede im Hinblick auf die Anteile 11- bis 15-jähriger Jugendlicher, welche angaben, weniger als einmal pro Tag Süssigkeiten zu essen. Bei den 14-jährigen Jungen war jedoch eine Verringerung der Verbreitung des weniger als täglichen Konsums von Süssgetränken zu verzeichnen (2010: 79,1 %; 2014: 60,1 %). Anders formuliert: bei den 14-jährigen Jungen war der mindestens tägliche Konsum von Süssgetränken 2014 im Kanton Zug erhöhter als 2010.

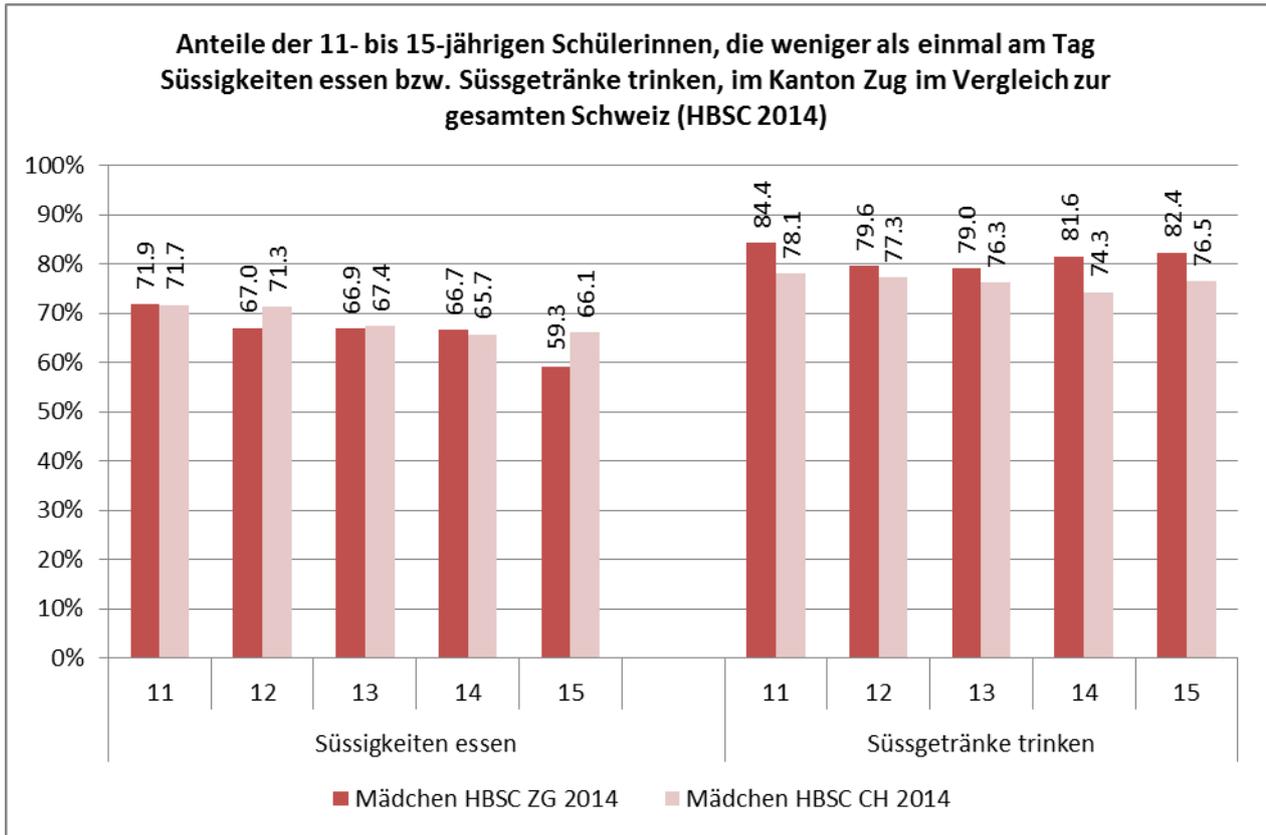


Quelle: HBSG Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

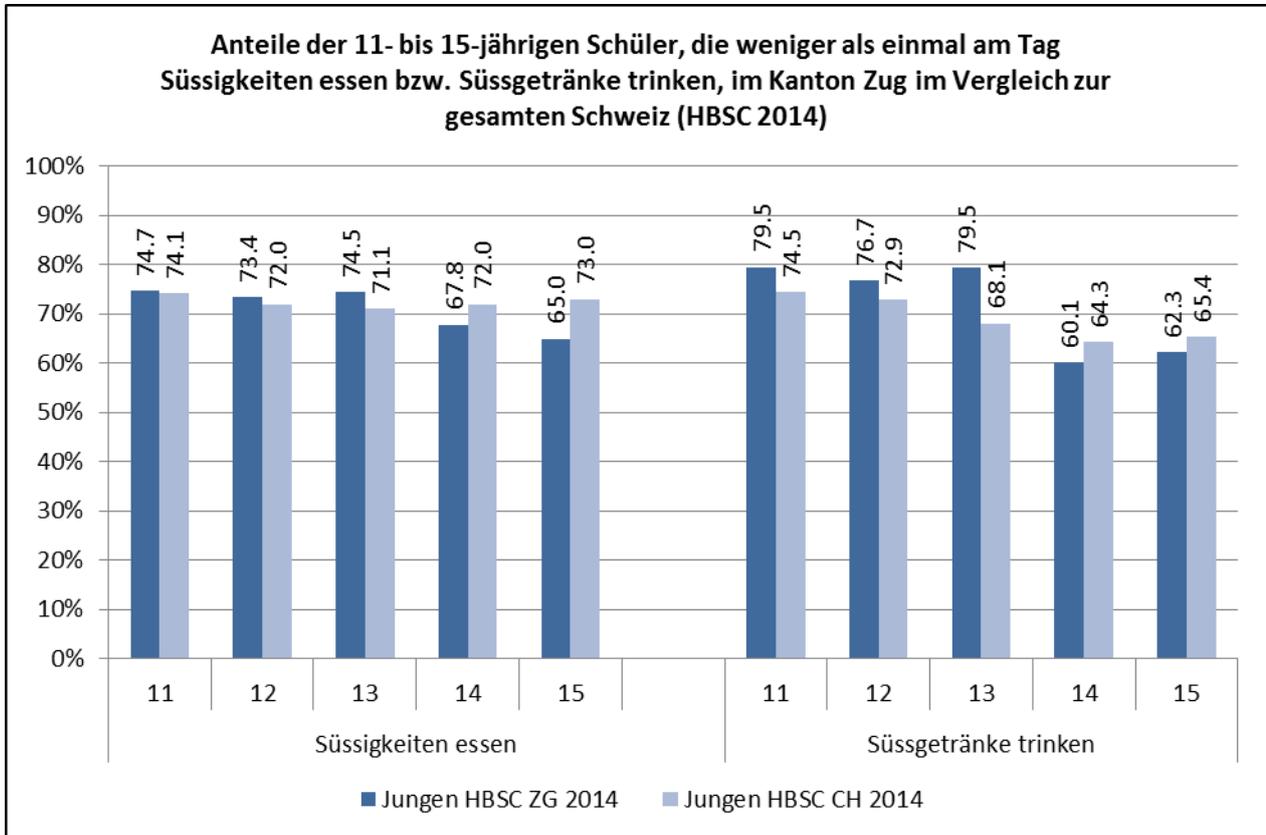


Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Im Jahr 2014 war zwischen dem Kanton Zug und der gesamten Schweiz bei den 15-jährigen Jungen ein Unterschied bezüglich Süssigkeiten-Konsum auszumachen: der Anteil 15-jähriger Jungen, welche weniger als einmal pro Tag Süssigkeiten assen, war im Kanton Zug (65 %) geringer als in der gesamten Schweiz (73 %). Der Anteil der 13-jährigen Jungen, welche weniger als täglich Süssgetränke tranken, war im Kanton Zug (79,5 %) im Vergleich mit der gesamten Schweiz (68,1 %) hingegen grösser.



Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».



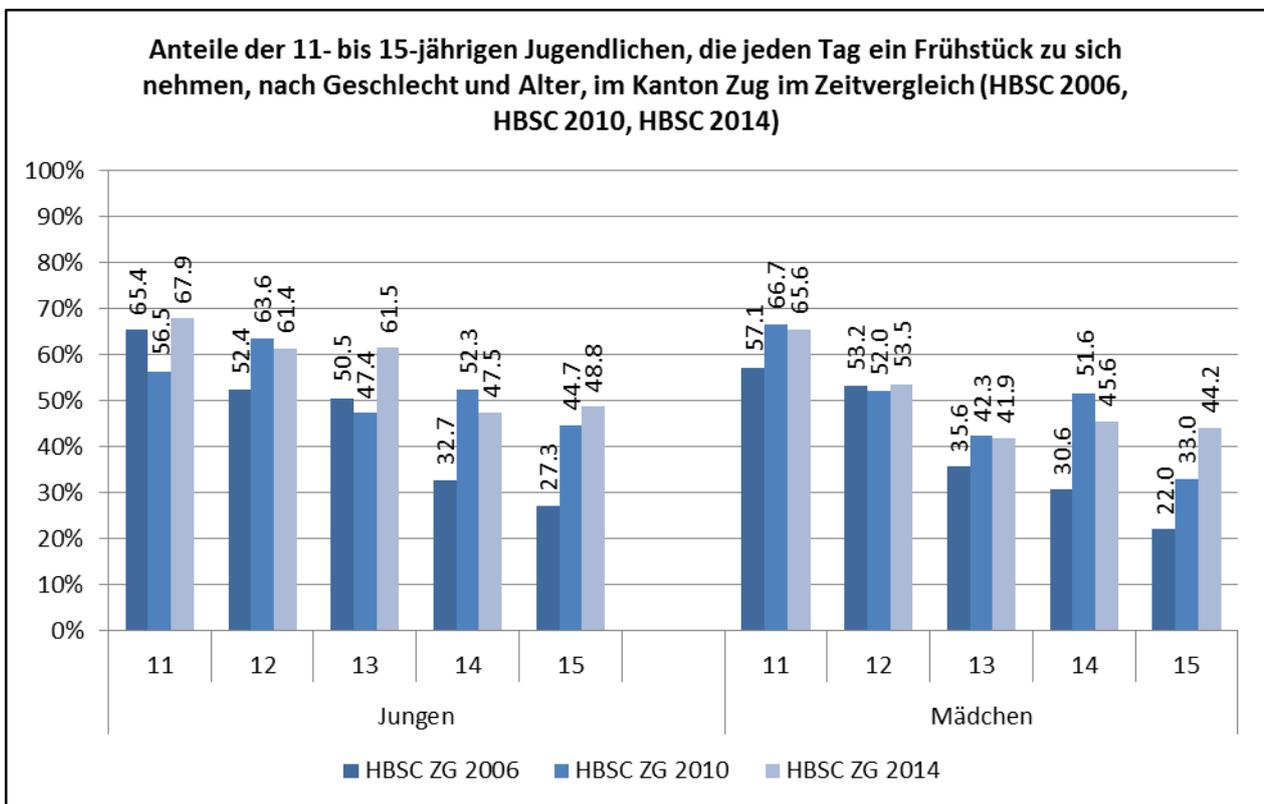
Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».

3.3. Tägliches Frühstück

Im Jahr 2014 berichteten im Kanton Zug etwa die Hälfte bis zwei Drittel der 11- bis 15-jährigen Jungen sowie zwischen 41 und 66 Prozent der Mädchen desselben Alters, jeden Tag ein richtiges Frühstück (das heisst, mehr als nur ein Glas Milch oder Fruchtsaft) zu sich zu nehmen.

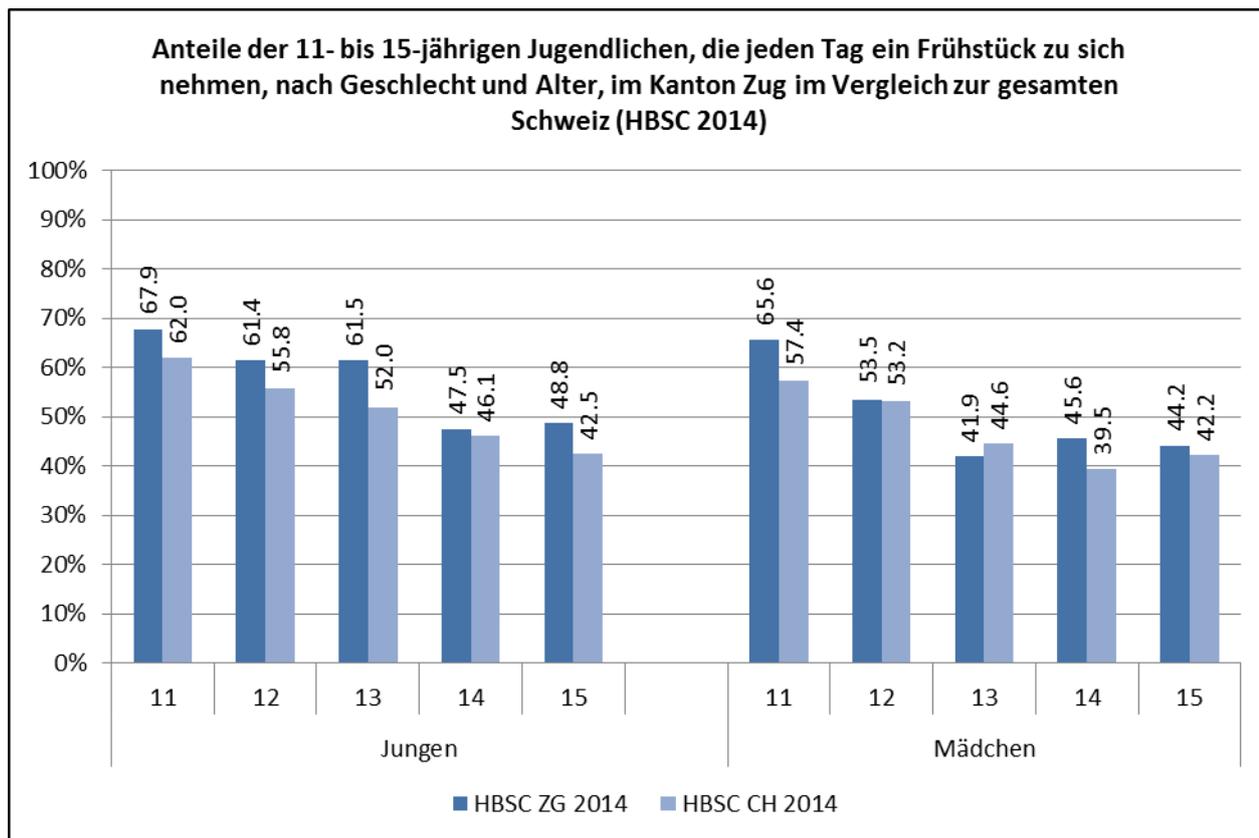
Bei den älteren Jugendlichen war der Anteil täglich Frühstück-Konsumierender im Jahr 2014 im Kanton Zug verglichen mit dem Jahr 2006 grösser (14-jährige Jungen: 2006: 32,7 %; 2014: 47,5 % / 15-jährige Jungen: 2006: 27,3 %; 2014: 48,8 % / 14-jährige Mädchen: 2006: 30,6 %; 2014: 45,6 % / 15-jährige Mädchen: 2006: 22,0 %; 2014: 44,2 %). Der Unterschied betrug bei den 14-jährigen Jungen und Mädchen jeweils mehr als 14, bei den 15-jährigen Jungen und Mädchen sogar mehr als 21 Prozentpunkte.

Im Jahr 2014 verglichen mit 2010 konnte im Kanton Zug bei den 13-jährigen Jungen ein Anstieg des Anteils an Jugendlichen, welche angaben, an allen sieben Tagen der Woche ein richtiges Frühstück zu sich zu nehmen, festgestellt werden (2010: 47,4 %; 2014: 61,5 %).



Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Im Kanton Zug (61,5 %) im Vergleich zur gesamten Schweiz (52 %) nannte 2014 ein grösserer Anteil der 13-jährigen Jungen, jeden Tag zu frühstücken. In den übrigen Untergruppen des Alters bzw. Geschlechts konnten keine signifikanten Unterschiede zwischen dem Kanton Zug und der gesamten Schweiz verzeichnet werden.



Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».

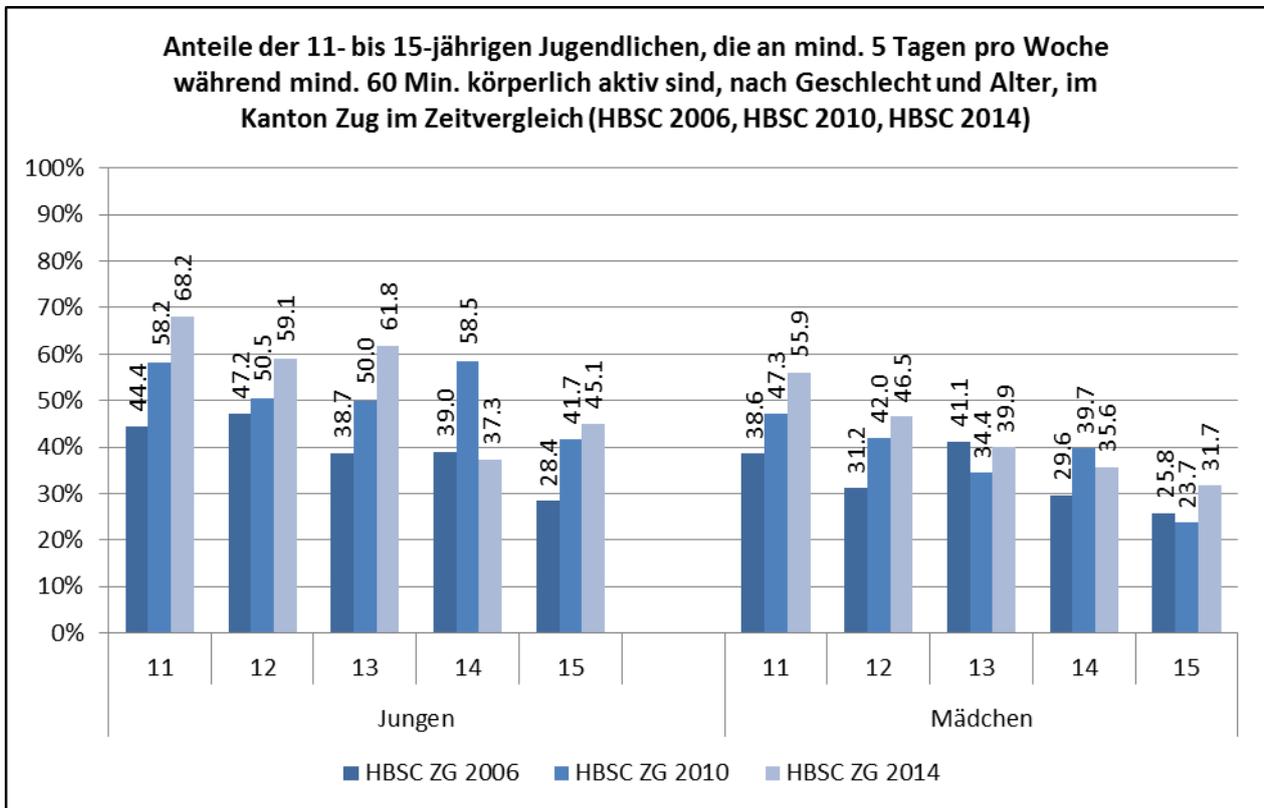
4. Bewegungsverhalten

4.1. Mindestens eine Stunde körperliche Aktivität an fünf Tagen pro Woche

Die Ergebnisse des Kantons Zug aus dem Jahre 2014 zeigen, dass der Anteil an Jugendlichen, die angaben, in den letzten sieben Tagen vor der Befragung an mindestens fünf Tagen während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv gewesen zu sein, zwischen etwa einem (15-jährige Mädchen: 31,7 %) und zwei Dritteln (11-jährige Jungen: 68,2 %) lag.

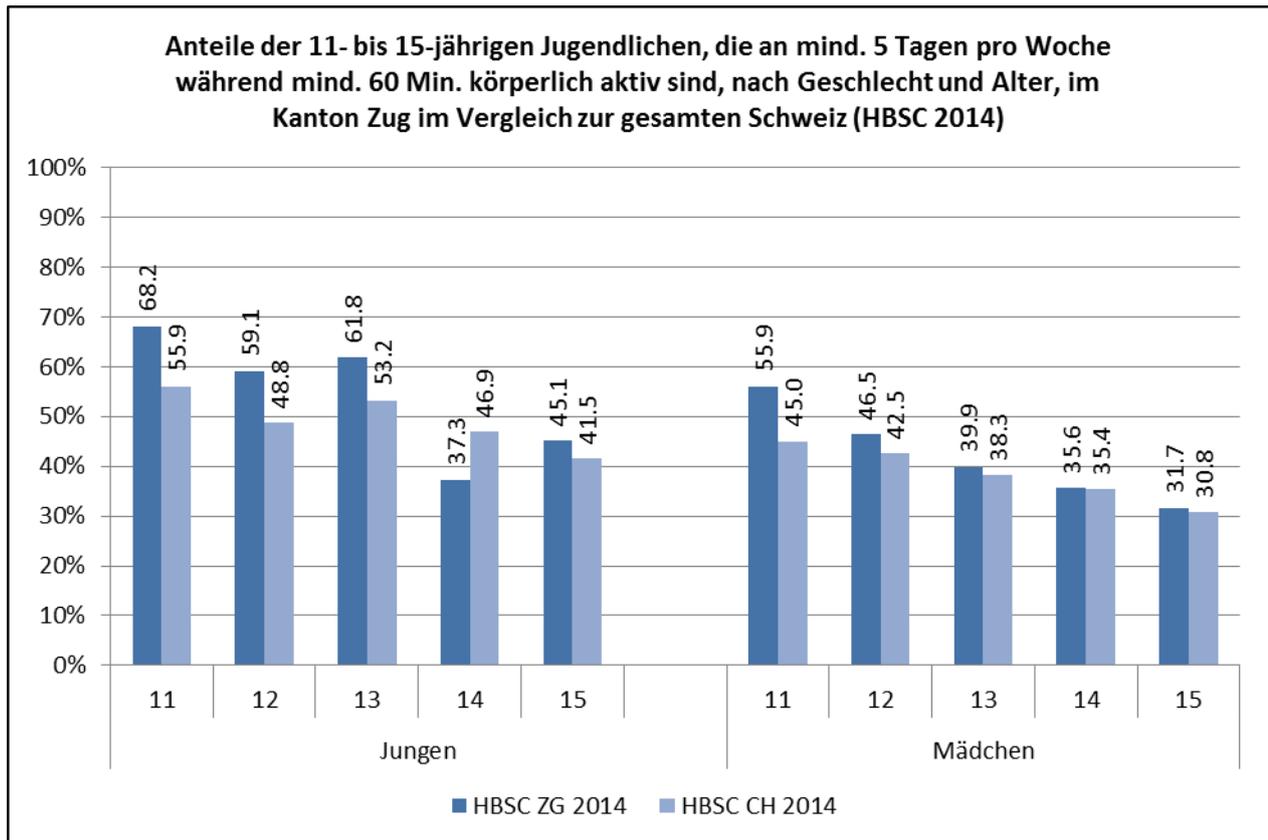
Im Vergleich zur kantonalen Erhebung von 2006 berichtete im Jahr 2014 im Kanton Zug in einzelnen Untergruppen des Alters bzw. Geschlechts ein grösserer Anteil an Jugendlichen, in den vergangenen sieben Tagen vor der Befragung an fünf oder mehr Tagen während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv gewesen zu sein. Dies betrifft die Jungen im Alter von 11 Jahren (2006: 44,4 %; 2014: 68,2 %), 13 Jahren (2006: 38,7 %; 2014: 61,8 %) und 15 Jahren (2006: 28,4 %; 2014: 45,1 %) und ausserdem die 12-jährigen Mädchen (2006: 31,2 %; 2014: 46,5 %).

Verglichen mit dem Jahr 2010 nannte im Jahr 2014 ein grösserer Anteil der 13-jährigen Jungen im Kanton Zug, in den letzten sieben Tagen vor der Befragung an mindestens fünf Tagen während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv gewesen zu sein (2010: 50,0 %; 2014: 61,8 %). Bei den 14-jährigen Jungen liess sich hingegen ein Rückgang für denselben Zeitraum feststellen (2010: 58,5 %; 2014: 37,3 %). In den anderen Untergruppen des Alters bzw. Geschlechts fanden sich im Kanton Zug keine signifikanten Unterschiede zwischen 2010 und 2014.



Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Vergleicht man im Jahr 2014 den Anteil an Jugendlichen, die in den letzten sieben Tagen vor der Befragung an fünf oder mehr Tagen während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren, des Kantons Zug mit demjenigen der gesamten Schweiz, so lässt sich bei vier der fünf Altersgruppen bei den Jungen ein Unterschied feststellen: bei den Jungen im Alter von 11 Jahren (ZG: 68,2 %; CH: 55,9 %), 12 Jahren (ZG: 59,1 %; CH: 48,8 %) und 13 Jahren (ZG: 61,8 %; CH: 53,2 %) war im Kanton Zug ein grösserer Anteil zu finden als in der gesamten Schweiz. Bei den 14-jährigen Jungen war es hingegen umgekehrt (ZG: 37,3 %; CH: 46,9 %). Bei den Mädchen sowie bei den 15-jährigen Jungen fanden sich keine signifikanten Unterschiede zwischen dem Kanton Zug und der gesamten Schweiz (2014).



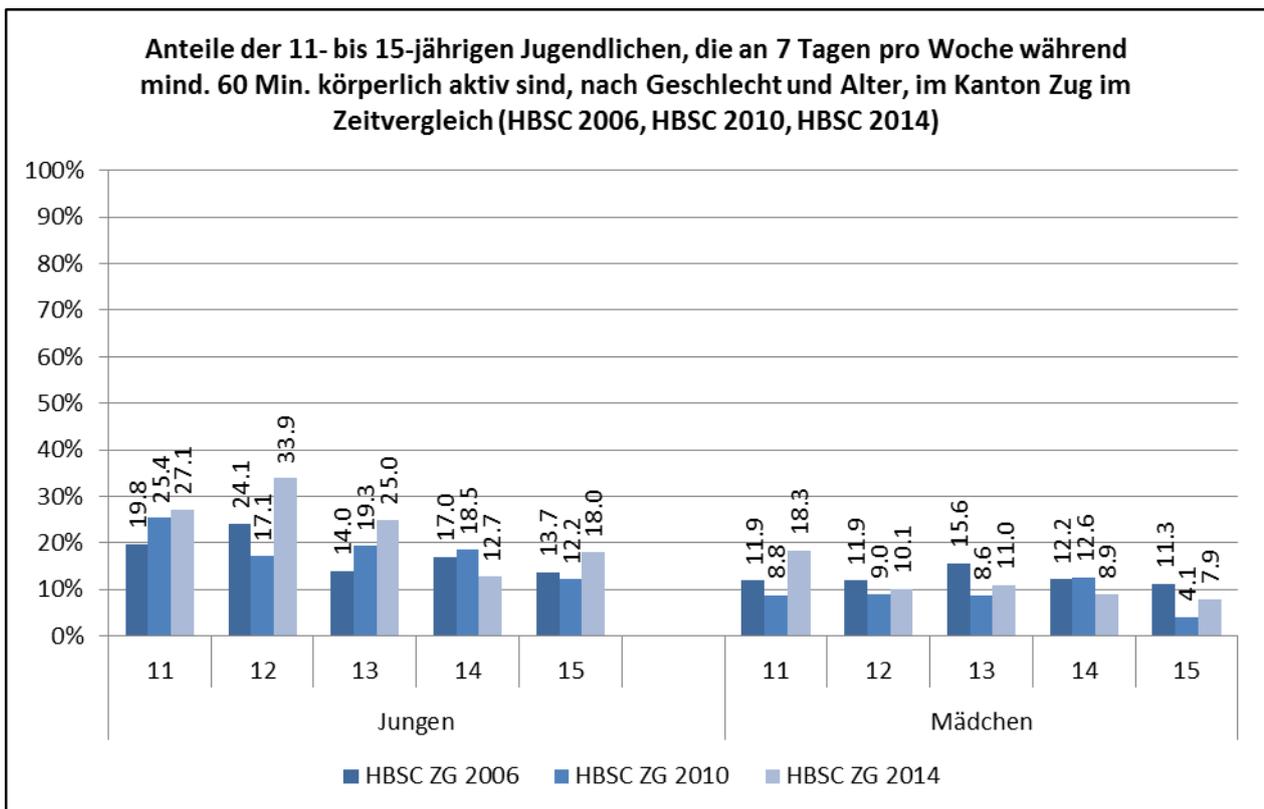
Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».

4.2. Mindestens eine Stunde körperliche Aktivität an sieben Tagen pro Woche

Im Jahr 2014 gaben im Kanton Zug zwischen einem Viertel und einem Drittel der 11- bis 13-jährigen Jungen an, an sieben der vergangenen sieben Tage vor der Befragung während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv gewesen zu sein. Bei den 15-jährigen Jungen sowie bei den 11-jährigen Mädchen waren es je rund 18 %. Bei den 14-jährigen Jungen und den 12- bis 15-jährigen Mädchen lagen die Anteile der Jugendlichen, die an allen sieben Tagen vor der Befragung mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren, hingegen bei weniger als 13 %.

Vergleicht man die Anteile der Jugendlichen im Kanton Zug, die an allen sieben Tagen vor der Befragung während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren, zwischen den Jahren 2006 und 2014, so stellt man bei den 13-jährigen Jungen eine Zunahme fest (2006: 14,0 %; 2014: 25,0 %). In den anderen Altersgruppen der Jungen sowie bei den Mädchen konnten keine Unterschiede festgestellt werden.

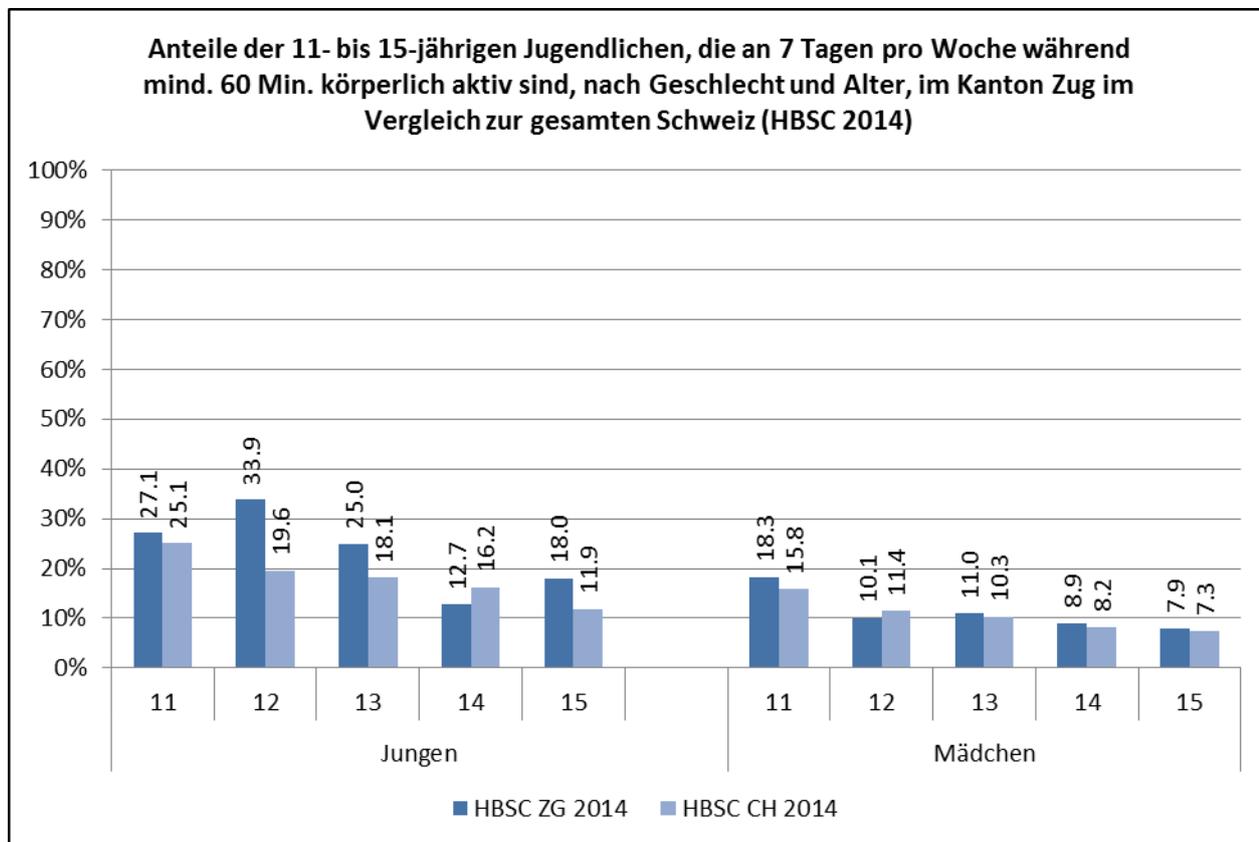
Im Allgemeinen liessen sich zwischen den Jahren 2010 und 2014 im Kanton Zug keine Unterschiede im Hinblick auf den Anteil der Jugendlichen, die in den letzten sieben Tagen vor der Befragung an jedem Tag während mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren, feststellen. Einzige Ausnahme stellen die 12-jährigen Jungen dar: bei ihnen stieg der Anteil von 17,1 % im Jahr 2010 auf 33,9 % im Jahr 2014.



Quelle: HBSC Zug 2006, 2010 und 2014, Berechnungen «Sucht Schweiz».

Vergleicht man die Anteile der Jugendlichen, die an allen sieben Tagen vor der Befragung mindestens 60 Minuten körperlich aktiv waren, zwischen dem Kanton Zug und der gesamten Schweiz im Jahr 2014, so finden sich allgemein kaum Unterschiede. Eine Ausnahme stellen wiederum die 12-jährigen

Jungen dar: bei ihnen war der Anteil im Kanton Zug (33,9 %) im Jahr 2014 höher als in der gesamten Schweiz (19,6 %).



Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».

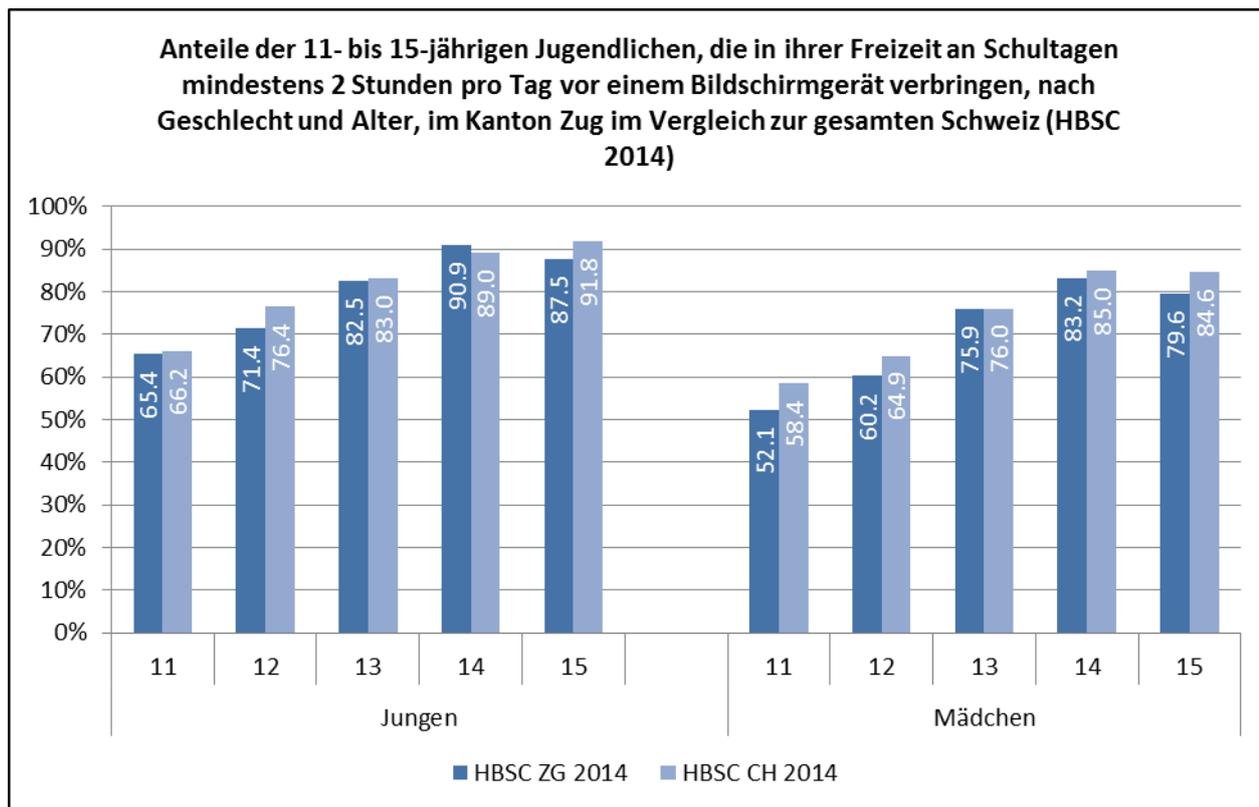
4.3. Zeit vor dem Bildschirm

Die 11- bis 15-jährigen Jugendlichen, welche an der HBSC-Studie 2014 teilnahmen, erhielten insgesamt drei Fragen hinsichtlich ihrer Nutzung von Bildschirmgeräten zu verschiedenen Zwecken (getrennt nach Schultagen und Wochenendtagen). Zum einen wurde erfragt, wie lange pro Tag sie in ihrer Freizeit Fernsehen bzw. Videos (inkl. «YouTube» und ähnliches) bzw. DVD zur Unterhaltung schauen. Weiter wurde gefragt, wie lange sie pro Tag in ihrer Freizeit Spiele auf einem Bildschirmgerät (z.B. Computer, Spielkonsole, Tablet, Smartphone) spielen. Schliesslich wurde gefragt, wie lange sie pro Tag in ihrer Freizeit Bildschirmgeräte für andere Zwecke (z.B. Hausaufgaben, E-Mails, Facebook, Twitter, surfen im Internet) benutzen. Wichtig zu erwähnen ist, dass anhand der soeben beschriebenen Fragen keine Aussagen im Hinblick auf die konkret genutzten Inhalte (z.B. Art der Spiele, die gespielt werden) gemacht werden können. Es muss ebenfalls angemerkt werden, dass sich der gewählte Cut-Off von mindestens zwei Stunden pro Tag nicht an einer konkreten Empfehlung orientiert – in der Schweiz existieren bislang lediglich Anhaltspunkte dahingehend, wie viel Zeit Jugendliche maximal mit der Nutzung von Bildschirmgeräten verbringen sollten.

Um die tägliche Dauer der Nutzung von Bildschirmgeräten in der Freizeit an Schultagen einschätzen zu können, wurde ein Index gebildet. Dazu wurde die Zeit, welche die Schülerinnen und Schüler täglich an Schultagen in der Freizeit mit den drei oben genannten Nutzungsarten (TV, Videos, DVD schauen; Spiele spielen; andere Zwecke wie z.B. Hausaufgaben machen oder chatten) verbrachten, aufsummiert. Die in der Tabelle bzw. Grafik dargestellten Prozentwerte entsprechen den Anteilen 11- bis 15-jähriger Jugendlicher, welche im Jahr 2014 in ihrer Freizeit an Schultagen insgesamt täglich 2 Stunden und mehr mit der Nutzung von Bildschirmgeräten verbrachten.

Im Kanton Zug berichtete im Jahr 2014 ein grosser Teil der 11- bis 15-jährigen Jungen, in der Freizeit an Schultagen mindestens zwei Stunden pro Tag mit der Nutzung von Bildschirmgeräten zu verbringen. Bei den 11-jährigen Jungen waren es rund zwei Drittel (65,4 %), bei den älteren Jungen (14- und 15-Jährige) hingegen je etwa neun von zehn, welche diese Nutzungsfrequenz nannten. Etwa die Hälfte der 11-jährigen Mädchen (52,1 %) nutzten an Schultagen täglich in ihrer Freizeit mindestens zwei Stunden oder länger Bildschirmgeräte. Bei den 13-jährigen Mädchen waren es bereits etwa drei Viertel (75,9 %), bei den Ältesten hingegen rund acht von zehn (14-Jährige: 83,2 %; 15-Jährige: 79,6 %).

Im Jahr 2014 konnten zwischen dem Kanton Zug und der gesamten Schweiz keine Unterschiede im Hinblick auf die Anteile 11- bis 15-jähriger Jugendlicher, welche täglich in ihrer Freizeit an Schultagen mindestens zwei Stunden mit der Nutzung von Bildschirmgeräten verbrachten, festgestellt werden.



Quelle: HBSC 2014 Schweiz und Kanton Zug, Berechnungen «Sucht Schweiz».